

ВЕРБАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ

1. Прямо и **явно говорит о смерти**: «Я собираюсь покончить с собой»; «Я не могу так дальше жить» и др.
2. Косвенно **намекает о своём намерении, обесценивает свою жизнь**: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Тебе больше не придётся обо мне волноваться» и др.
3. Много **шутит на тему смерти и самоубийства**.
4. **Размышляет на тему бессмысленности жизни**, собственной беспомощности, ненужности.
5. **Угрожает совершить самоубийство** (в том числе использует данные угрозы в качестве шантажа).

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

1. Наблюдается **резкое изменение эмоционального фона** (был таким — стал другим).
2. Стал **замкнутым**, стремится избежать общение.
3. **Утратил интерес к привычной деятельности** и увлечениям.
4. Выявлены наличие самоповреждений (**селфхарм**).
5. **Ликвидирует личные вещи** (раздаёт на память друзьям, удаляет фотографии и др.).
6. **Увлекается практиками, связанными с риском для жизни** и здоровья (руфинг, зацепинг).
7. **Употребляет алкоголь**, запрещённые химические вещества.
8. Пишет/транслирует **прощальные записки/письма**.

ВИРТУАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ

1. Публикует **депрессивные статусы**.
2. Состоит в сообществах, содержащих **околосуицидальный (депрессивный) контент**, в том числе **контент, романтизирующий темы смерти, самоубийства, одиночества, психические заболевания, самоповреждение** (от анорексии до селфхарма) и др.
3. В аудиозаписях **преобладание музыки, посвященной депрессивным темам** (потеря друзей, бессмысленность жизни, самоубийство и др.).
4. Наличие на странице личного профиля: статуса с отсчетом дней, прощальной записки (текстовый или видеформат), угроз, связанных с совершением самоубийства, сообщений, посвященных «ближайшей встрече с умершими людьми».

*Каждый маркер должен быть рассмотрен только в совокупности с другими с учетом поведенческого контекста и поведенческой динамики, то есть усиления тех или иных наглядно наблюдаемых признаков с течением времени!

- ✓ **Неизлечимые или тяжёлые соматические заболевания** близких родственников, самого обучающегося.
- ✓ Наличие в семье **лиц, страдающих психическими заболеваниями**.
- ✓ **Социально изолирован** (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
- ✓ Обучающийся живет в **нестабильном окружении** (серьёзный кризис в семье, в том числе в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм; наличие других личных или семейных проблем).
- ✓ Переживает/переживает **ситуации, связанные с насилием** — физического, сексуального или эмоционального.
- ✓ Предпринимал **раньше попытки суицида**.
- ✓ Наличие в близком окружении обучающегося (друзья, родственники, одноклассники/одногруппники, соседи и др.) случаев суицидального поведения. **Самоубийство кумира** (любимого музыканта, актера и др.).
- ✓ Перенёс **тяжёлую потерю** (смерть кого-то из близких, развод родителей).

КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА МЕТОДИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАЦИОННОЙ ПОМОЩЬЮ

1. Челябинский **областной центр «Семья»**, Челябинск, Румянцева 19А.
<https://семья-центр.рф>
Телефон: +7 (351) 700-17-71.
2. **Областной центр диагностики и консультирования**, Челябинск, Худякова 20.
<https://ocdik.ru/>
Телефон: +7 (351) 232-00-57
3. **Кризисный центр (для жителей города Челябинска)**, Челябинск, Советская 36, Мира 13 и Гашека 2
Телефон: +7 (351) 735-02-18.
4. **Всероссийский круглосуточный телефон доверия для детей и подростков**
<https://telefon-doveria.ru/>
8 800 2000 122



Сообщество НИЦ
Мониторинга и
профилактики

<https://vk.com/nicmp>

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ
ПЕДАГОГОВ