

БУДЕМ ВНИМАТЕЛЬНЫ ДРУГ К ДРУГУ

Поведенческие индикаторы суицидального риска

- злоупотребление психоактивными веществами, алкоголем;
- зскейп-реакции (уход из дома и т. п.);
- самоизоляция от других людей и жизни;
- резкое снижение повседневной активности;
- изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- выбор тем разговора и чтения, связанных со смертью и самоубийствами;
- частое прослушивание траурной или печальной музыки;
- «приведение дел в порядок» (оформление завещания, урегулирование конфликтов, письма к родственникам и друзьям, раздаривание личных вещей);
- любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно – отдаляющие от близких;
- склонность к неоправданно рискованным поступкам;
- посещение врача без очевидной необходимости;
- нарушения дисциплины или снижение качества работы и связанные с этим неприятности в учебе, на работе или службе;
- расставание с дорогими вещами или деньгами;
- приобретение средств для совершения суицида.