

Признаки, свидетельствующие о суицидальной угрозе

Поведенческие	Словесные	Эмоциональные
Любые внезапные изменения в поведении и настроении, особенно – отдаляющие от близких	Уверения в беспомощности и зависимости от других	Амбивалентность, неоднозначность
Склонность к неоправданно рискованным поступкам	Прощания	Беспомощность-безнадежность
Чрезмерное употребление алкоголя или таблеток	Разговоры или шутки о желании умереть	Переживание горя
Посещение врача без очевидной необходимости	Сообщение о конкретном плане самоубийства	Несвойственная агрессия или ненависть к себе
Нарушение дисциплины или снижение качества работы и связанные с этим неприятности в учебе, работе	Медленная, маловыразительная речь	Признаки депрессии: нарушение сна, аппетита, повышенная возбудимость, грусть и др.
Расставание с дорогими вещами или деньгами	Двойственная оценка значимых событий	Вина или ощущение неудачи, поражения
Приобретение средств для совершения суицида	Высказывания самообвинения	Чрезмерные опасения, страхи
Подведение итогов, подведение дел в порядок, приготовление к уходу		Чувство малозначимости, никчемности, ненужности
Пренебрежение внешним видом, аккуратностью в быту		Рассеянность или растерянность
«Туннельное» сознание		