

# ОСНОВНЫЕ МАРКЕРЫ И ПРИЗНАКИ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ



## ПРИЗНАКИ ПРИБЛИЖАЮЩЕГОСЯ КРИЗИСА

ПЕРВОЕ - НАЛИЧИЕ ПРОБЛЕМЫ, КОТОРАЯ СОЗДАЕТ ДИСКОНФОРТ, РАСПРОСТРАНЯЮЩИЙСЯ НА МНОГИЕ СФЕРЫ ЖИЗНИ. НАПРИМЕР, НАПРЯЖЕННЫЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ ПРОДОЛЖАЮТ КРУТИТЬСЯ В ГОЛОВЕ И В ШКОЛЕ, НА ОТДЫХЕ, ПРИ ВСТРЕЧЕ С ДРУЗЬЯМИ. ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ НАЧИНАЕТ ВЛИЯТЬ НА ФИЗИОЛОГИЮ, ТЕРЯЕТСЯ АППЕТИТ, СОН, ТО, ЧТО РАНЬШЕ ДОСТАВЛЯЛО РАДОСТЬ, СОВЕРШЕННО ПРЕСТАЕТ ПРИНОСИТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ.

ДАЛЕЕ ИЗМЕНЯЮТСЯ В ХУДУШЮ СТОРОНУ ОТНОШЕНИЯ С ОКРУЖАЮЩИМИ И БЛИЗКИМИ ЛЮДЬМИ. НАЧИНАЕТ РАЗДРАЖАТЬ ТО, НА ЧТО РАНЬШЕ СОВЕРШЕННО НЕ ОБРАЩАЛИ ВНИМАНИЕ. ВОЗНИКАЕТ ОЩУЩЕНИЕ, ЧТО НАС НЕ ПОНИМАЮТ И НАЗЛО НАМ ЧТО-ТО ДЕЛАЮТ. ВОЗНИКАЕТ СТОЙКОЕ ОЩУЩЕНИЕ, ЧТО КАКАЯ-ТО НАША ОСОБЕННОСТЬ, СТИЛЬ ОБЩЕНИЯ, РЕАКЦИЯ НА ЗАМЕЧАНИЯ, ВОСПРИЯТИЕ КРИТИКИ МЕШАЮТ ПРОДВИЖЕНИЮ ВПЕРЕД В САМОМ ОБЩЕМ СМЫСЛЕ, МЕШАЕТ ЛИЧНОСТНОМУ РОСТУ.

НА ФОРМИРОВАНИЕ ОПРЕДЕЛЕННЫХ СИТУАЦИОННЫХ РЕАКЦИЙ ОКАЗЫВАЮТ ВЛИЯНИЕ СЛЕДУЮЩИЕ ФАКТОРЫ:



- 1) АКТИВНОСТЬ ИЛИ ПАССИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЭТОГО РЕАКЦИЯ БУДЕТ БОЛЕЕ ДЛИТЕЛЬНОЙ ИЛИ МЕНЕЕ ДЛИТЕЛЬНОЙ, АКТИВНЫЙ ЭНЕРГИЧНЫЙ ЧЕЛОВЕК ВКЛЮЧАЕТ ВСЮ СИСТЕМУ ЗАЩИТЫ, В РЕЗУЛЬТАТЕ ЧЕГО СРАБАТЫВАЕТ АДАПТАЦИЯ И ИНТЕНСИВНЫЕ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ БЫСТРО ИЗЖИВАЮТСЯ;
- 2) СТЕПЕНЬ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО КОНТРОЛЯ, А ТАКЖЕ КОММУНИКАТИВНЫЕ НАВЫКИ КОНКРЕТНОЙ ЛИЧНОСТИ.

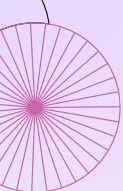
К РЕБЕНКУ ИЛИ ПОДРОСТКУ, КОТОРЫЙ ОБСУЖДАЕТ ИДЕЮ САМОУБИЙСТВА ИЛИ ПЫТАЕТСЯ ЕГО СОВЕРШИТЬ, СЛЕДУЕТ ОТНОСИТЬСЯ СЕРЬЕЗНО. ОЦЕНКА РИСКА СУИЦИДА ВКЛЮЧАЕТ ВЫЯВЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ИЛИ СОМАТИЧЕСКОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ, НАЛИЧИЯ ИЛИ ОТСУТСТВИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ, НЕДАВНЕЙ УТРАТЫ БЛИЗКИХ, ПРЕДШЕСТВУЮЩИХ СУИЦИДАЛЬНЫМ ПОПЫТКАМ ИЛИ АКТАМ НАСИЛИЯ, ПЛАНА САМОУБИЙСТВА И ДОСТУПНОСТИ СРЕДСТВ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЭТОГО ПЛАНА, ВОЗМОЖНОГО ВЛИЯНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ СРЕДСТВ; НЕОБХОДИМО ТАКЖЕ ИЗУЧЕНИЕ СЕМЕЙНОГО АНАМНЕЗА (ИСТОРИИ СЕМЬИ).

ЕСЛИ ВНИМАТЕЛЬНО НАБЛЮДАТЬ ЗА ПОДРОСТКАМИ, ТО МОЖНО ВОВРЕМЯ ЗАМЕТИТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ И ПРИЗНАКИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ. У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ, ПОПАВШИХ В КРИЗИСНУЮ СИТУАЦИЮ, ИЗМЕНЯЕТСЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ, ПОВЕДЕНИЕ, ВНЕШНИЙ ВИД, ОТНОШЕНИЯ С ОДНОКЛАССНИКАМИ И ДРУЗЬЯМИ, ИНТЕРЕСЫ И ДР.

## ВЫДЕЛЯЮТ ВНЕШНИЕ, ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ И СЛОВЕСНЫЕ МАРКЕРЫ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ.

### ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ:

- ТОСКЛИВОЕ ВЫРАЖЕНИЕ ЛИЦА.
  - СКЛОННОСТЬ К НУТНОСТИ, КАПРИЗНОСТИ, ЭГОЦЕНТРИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ НА СВОИ СТРАДАНИЯ, СЛЕЗЛИВОСТЬ.
  - СКУКА, ГРУСТЬ, УНЫНИЕ, УГНЕТЕННОСТЬ, МРАЧНАЯ УГРОЖЕННОСТЬ, ЗЛОБНОСТЬ, РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ, ВОРЧИВОСТЬ.
  - БРЮЗЖАНИЕ, НЕПРИЯЗНЕННОЕ, ВРАЖДЕБНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ОКРУЖАЮЩИМ, ЧУВСТВО НЕНАВИСТИ К БЛАГОПОЛУЧИЮ ОКРУЖАЮЩИХ.
  - ГИПОМИМИЯ (ПОВЫШЕННАЯ, ЧАСТО НЕЕСТЕСТВЕННАЯ МИМИКА).
  - АМИМИЯ (ОТСУТСТВИЕ МИМИЧЕСКИХ РЕАКЦИЙ).
  - ТИХИЙ МОНОТОННЫЙ ГОЛОС, ЗАМЕДЛЕННАЯ РЕЧЬ, КРАТКОСТЬ ИЛИ ОТСУТСТВИЕ ОТВЕТОВ.
  - УСКОРЕННАЯ ЭКСПРЕССИВНАЯ РЕЧЬ, ПАТЕТИЧЕСКИЕ ИНТОНАЦИИ, ПРИЧИТАНИЯ.
  - ОБЩАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ЗАТОРМОЖЕННОСТЬ ИЛИ БЕЗДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, АДИАНИЯ (ВСЕ ВРЕМЯ ЛЕЖИТ НА ДИВАНЕ).
  - ДВИГАТЕЛЬНОЕ ВОЗБУЖДЕНИЕ.
  - СКЛОННОСТЬ К НЕОПРАВДААННО РИСКОВАННЫМ ПОСТУПКАМ.
  - ЧУВСТВО ФИЗИЧЕСКОГО НЕДОВОЛЬСТВА, БЕЗРАЗЛИЧНОЕ ОТНОШЕНИЕ К СЕБЕ, ОКРУЖАЮЩИМ, «БЕСЧУВСТВЕННОСТЬ».
  - ТРЕВОГА БЕСПРЕДМЕТНАЯ (НЕМОТИВИРОВАННАЯ), ТРЕВОГА ПРЕДМЕТНАЯ (МОТИВИРОВАННАЯ).
  - ОЖИДАНИЕ НЕПОПРАВИМОЙ БЕДЫ, СТРАХ НЕМОТИВИРОВАННЫЙ, СТРАХ МОТИВИРОВАННЫЙ.
  - ПОСТОЯННАЯ ТОСКА, ВЗРЫВЫ ОТЧАЯНИЯ, БЕЗЫСХОДНОСТИ, УСИЛЕНИЕ МРАЧНОГО НАСТРОЕНИЯ, КОГДА ВОКРУГ МНОГО РАДОСТНЫХ СОБЫТИЙ.
  - ПЕССИМИСТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СВОЕГО ПРОШЛОГО, ИЗБИРАТЕЛЬНОЕ ВОСПОМИНАНИЕ НЕПРИЯТНЫХ СОБЫТИЙ ПРОШЛОГО.
  - ПЕССИМИСТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СВОЕГО НЫНЕШНЕГО СОСТОЯНИЯ, ОТСУТСТВИЕ ПЕРСПЕКТИВ В БУДУЩЕМ.
  - АКТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ОКРУЖАЮЩИМИ (СТРЕМЛЕНИЕ К КОНТАКТУ, ПОИСКИ СОЧУВСТВИЯ, ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ К ВРАЧУ) ЛИБО НЕЛЮДИМОСТЬ, ИЗБЕГАНИЕ КОНТАКТОВ С ОКРУЖАЮЩИМИ
  - РАСШИРЕНИЕ ЗРАЧКОВ, СУХОСТЬ ВО РТУ («СИМПТОМЫ СУХОГО ЯЗЫКА»), ТАХИКАРДИЯ, ПОВЫШЕННОЕ ДАВЛЕНИЕ, ОЩУЩЕНИЕ СТЕСНЕННОГО ДЫХАНИЯ, НЕХВАТКИ ВОЗДУХА, КОМКА В ГОРЛЕ, ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, БЕССОННИЦА ИЛИ ПОВЫШЕННАЯ СОНЛИВОСТЬ, ЧУВСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ ТЯЖЕСТИ, ДУШЕВНОЙ БОЛИ В ГРУДИ, ТО ЖЕ В ДРУГИХ ЧАСТЯХ ТЕЛА (ГОЛОВЕ, ЖИВОТЕ), ЗАПОРЫ, НАРУШЕНИЕ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА (ЗАДЕРЖКА).
- 
- 



# ОСНОВНЫЕ МАРКЕРЫ И ПРИЗНАКИ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ.



## СЛОВЕСНЫЕ МАРКЕРЫ (ВЫСКАЗЫВАНИЯ РЕБЕНКА):

- ПРЯМЫЕ ИЛИ КОСВЕННЫЕ СООБЩЕНИЯ О СУИЦИДАЛЬНЫХ НАМЕРЕНИЯХ: «ХОЧУ УМЕРЕТЬ!», «ТЫ МЕНЯ БОЛЬШЕ НЕ УВИДИШЬ!», «Я ЭТОГО НЕ ВЫНЕСУ!», «СКОРО ВСЕ ЭТО ЗАКОНЧИТСЯ!».
  - ШУТКИ, ИРОНИЧЕСКИЕ ВЫСКАЗЫВАНИЯ О ЖЕЛАНИИ УМЕРЕТЬ, О БЕССМЫСЛЕННОСТИ ЖИЗНИ («НИКТО ИЗ ЖИЗНИ ЕЩЕ ЖИВЫМ НЕ УХОДИЛ!»).
  - УВЕРЕНИЯ В СВОЕЙ БЕСПОМОЩНОСТИ И ЗАВИСИМОСТИ ОТ ДРУГИХ («ЕСЛИ С НЕЙ ЧТО-ТО СЛУЧИТСЯ, ТО Я НЕ ВЫЖИВУ, А ПОЙДУ ВСЛЕД ЗА НЕЙ!»; «ЕСЛИ ОН МЕНЯ РАЗЛЮБИТ, Я ПЕРЕСТАНУ СУЩЕСТВОВАТЬ!» И Т.П.).
  - ПРОЩАНИЯ.
  - САМООБВИНЕНИЯ («Я НИЧТОЖЕСТВО! НИЧЕГО ИЗ СЕБЯ НЕ ПРЕДСТАВЛЯЮ», «Я ГЕНИАЛЬНОЕ НИЧТОЖЕСТВО. ЕСЛИ, КАК ГОВОРИТ ОДИН ХОРОШИЙ ЧЕЛОВЕК, САМОУБИЙСТВО, ЭТО ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР, ТО ПОЧЕМУ ЖЕ Я НЕ УБЬЮСЬ, НАКОНЕЦ?» И Т.П.).
  - СООБЩЕНИЕ О КОНКРЕТНОМ ПЛАНЕ СУИЦИДА («Я ПРИНЯЛ РЕШЕНИЕ. ЭТО БУДЕТ СЕГОДНЯ, КОГДА ПРЕДКИ УЕДУТ НА СВОЮ ДАЧУ. АЛКОГОЛЬ И ТАБЛЕТКИ Я УЖЕ НАШЕЛ» И Т.П.).
- ВСЕМ НУЖНО БЫТЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМИ К ПРОБЛЕМАМ И ПОТРЕБНОСТЯМ ДЕТЕЙ. СТАРАЙТЕСЬ ИХ СЛЫШАТЬ, ИМ НУЖНО КОМУ-ТО ДОВЕРЯТЬ, ИМ ВАЖНО, ЧТОБЫ ИХ ПОДДЕРЖИВАЛИ. МЫСЛИ О СУИЦИДЕ ИЛИ УВЛЕЧЕНИЕ ОПАСНЫМИ ИГРАМИ МОГУТ СВИДЕТЕЛЬСТВОВАТЬ О ТОМ, ЧТО В РЕБЕНКЕ НАКОПИЛОСЬ МНОГО ЭНЕРГИИ, КОТОРАЯ НЕ НАХОДИТ ПОДХОДЯЩЕГО ВЫХОДА. ПОЭТОМУ В ГРУППЕ РИСКА ДЕТИ, КОТОРЫХ НЕ ОБУЧИЛИ ИЛИ НЕ СОЗДАЛИ ДОСТАТОЧНО УСЛОВИЙ ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ, ТВОРЧЕСТВА, ОЗОРСТВА.

## ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ, ИЗМЕНЕНИЙ ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА:

- НЕОБЪЯСНИМОЕ ЖЕЛАНИЕ ПОХУДЕТЬ, СИЛЬНАЯ КРИТИКА В АДРЕС ПОЛНЫХ ЛЮДЕЙ.
  - УВЛЕЧЕНИЕ КОФЕ, РАННИЙ УТРЕННИЙ ПОДЪЕМ (ЕСЛИ ЗА ПОДРОСТКОМ ТАКОГО РАНЬШЕ НЕ НАБЛЮДАЛОСЬ).
  - ВЫБОР ЧЕРНОЙ МРАЧНОЙ ОДЕЖДЫ, ВОЗМОЖНО, С СИМВОЛАМИ, АССОЦИИРУЮЩИМИСЯ СО СМЕРТЬЮ.
  - ВНЕЗАПНОЕ ИЗМЕНЕНИЕ ВНЕШНОСТИ: ВЫБРИВАНИЕ ВИСКОВ, ОКРАШИВАНИЕ ВОЛОС В НЕЕСТЕСТВЕННЫЕ ТОНА.
  - ПОЯВЛЕНИЕ НА ТЕЛЕ СЛЕДОВ ПОРЕЗОВ, ОЖОГОВ И ИНЫХ ПРИЗНАКОВ ЧЛЕНОВРЕДИТЕЛЬСТВА (ШРАМЫ, ЯМЫ НА ТЕЛЕ, ПОРЕЗЫ, ПРОКОЛЫ).
  - ПОСТОЯННАЯ ВОВЛЕЧЕННОСТЬ В ВИРТУАЛЬНЫЙ МИР, УВЛЕЧЕННАЯ ПЕРЕПИСКА В СЕТИ (ЧАСТО С МАЛОЗНАКОМЫМИ ЛЮДЬМИ).
  - НЕОБЫЧНЫЙ СЛЕНГ В ПЕРЕПИСКЕ, КОТОРЫМ РЕБЕНОК РАНЬШЕ НЕ ПОЛЬЗОВАЛСЯ.
  - ЗАКРЫТИЕ ДОСТУПА К ДЕВАЙСАМ, УСТАНОВКА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПАРОЛЕЙ НА ДОМАШНЕМ КОМПЬЮТЕРЕ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БРАУЗЕРОВ, ПРЕДОСТАВЛЯЮЩИХ ВОЗМОЖНОСТЬ АНОНИМНОГО ПРОСМОТРА СТРАНИЦ.
  - ПРИСТРАИЕ К МОБИЛЬНЫМ ПРИЛОЖЕНИЯМ С ВНУТРЕННИМИ ЧАТАМИ.
  - РИСУНКИ СТРАННОГО ХАРАКТЕРА (ПЕРЕВЕРНУТЫЕ КРЕСТЫ, САТАНИНСКИЕ ЗВЕЗДЫ, МАСОНСКИЕ ЗНАКИ).
  - ПОЯВЛЕНИЕ ИДЕИ УСТАНОВИТЬ В СПАЛЬНЕ ЗЕРКАЛО НАПРОТИВ КРОВАТИ.
  - УВЛЕЧЕННОСТЬ МИСТИЧЕСКИМИ ФИЛЬМАМИ И СЦЕНАМИ ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ.
  - НЕОЖИДАННОЕ ЖЕЛАНИЕ СДЕЛАТЬ ТАТУИРОВКУ СО СТРАННЫМИ СИМВОЛАМИ.
  - ОТКАЗ ОТ ОБЩЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ И МАСКИРОВКА СВОИХ ПРОБЛЕМ И ПЕРЕЖИВАНИЙ.
- 