**Маркеры кризисного состояния у детей и подростков**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Внешний вид и поведение*** | ***Словесные маркеры***  ***(что проговаривает ребенок)*** | ***Ситуационные маркеры*** |
| * тоскливое выражение лица; * склонность к нытью, капризность, эгоцентрическая направленность на свои страдания; * гипомимия (повышенная, часто неестественная активность мимики лица); * амимия (отсутствие мимических реакций); * тихий монотонный голос, замедленная речь, краткость ответов, отсутствие ответов; * ускоренная экспрессивная речь, причитания; * общая двигательная заторможенность и бездеятельность, адинамия; * двигательное возбуждение; * скука, грусть, уныние, угнетенность, мрачная угрюмость, злобность, раздражительность, ворчливость, брюзжание; * неприязненное, враждебное отношение к окружающим, чувство ненависти к благополучию окружающих; * безразличное отношение к себе и своему внешнему виду, к окружающим – чувство «бесчувствия»; * тревога беспредметная (немотивированная) либо тревога предметная (мотивированная); * ожидание непоправимой беды, страх немотивированный, страх мотивированный; * тоска как постоянный фон настроения, взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности, углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг; * оценка собственной жизни: пессимистическая оценка своего прошлого, избирательное воспоминание о неприятных событиях прошлого; пессимистическая оценка своего нынешнего состояния, отсутствие перспектив в будущем; * активное взаимодействие с окружающими (стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к специалисту за помощью) либо нелюдимость, избегание контактов с окружающими; * психосоматические симптомы: слезливость, расширение зрачков, сухость во рту («симптомы сухого языка»), тахикардия, повышенное АД, ощущение стесненного дыхания, нехватки воздуха, ощущение комка в горле, головные боли, бессонница или повышенная сонливость, резкое изменение веса, потеря аппетита или импульсивное обжорство, чувство душевной боли в груди, и в то же в других частях тела (голове, эпигастрии, животе), запоры, нарушение менструального цикла; * избегающее поведение (необъяснимые или часто повторяющиеся исчез­новения из дома, прогулы в школе); * безразличное отношение к ситуациям неудач в повседневной жизни; * внезапное враждебное и рискованное поведение, асоциальные поступки, инциденты с правоохранительными органами, участие в беспорядках; * внезапные проблемы в учебной деятельности: снижение концентрации внимания, падение успеваемости, активности, неспособность к волевым усилиям; * противоречивость (амбивалентность) в отношениях и мышлении, напри­мер: одновременно любит и ненавидит родителей, сестер и братьев, про­тиворечив в принятии своего решения о жизни и смерти; * приведение в порядок своих дел, отказ от личных вещей, раздача подарков. | * прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Скоро все это закончится!», «Хочу умереть!», «Ты меня больше не увидишь!», «Я этого не вынесу!»); * шутки, иронические высказывания о желании умереть, о бессмысленности жизни («Никто из жизни еще живым не уходил!»); * уверения в беспомощности и зависимости от других («Если с ней что-то случиться, 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» 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.). | * любое заметное изменение личной жизни, в любую сторону; * смерть любимого человека, особенно родителей или близких родственников; * семейные неурядицы; * неприятности с законом; * коммуникативные затруднения; * проблемы со школой или занятостью; * социальная изоляция, особенно от семьи или друзей; * хроническая, прогрессирующая болезнь; * нежелательная беременность. |