

Характерные черты суицидальных личностей

1. Настойчивые или повторные мысли о суициде.
2. Характерна как заниженная самооценка, так и высокая потребность в самореализации или неадекватность самооценки личностным возможностям. Поэтому для психокоррекционной и профилактической работы необходимо знать не только уровень самооценки, но и уровень притязаний. Чем больше разрыв между ними, тем больше вероятность невротизации личности, и возрастает риск социальной дезадаптации.
3. Чувствительный человек со сниженной способностью переносить боль.
4. Депрессивное настроение, часто с потерей аппетита (может быть ухудшение или улучшение аппетита) или потерей сна (жалобы на плохой сон или повышенная сонливость).
5. Высокая тревожность и пессимизм, ощущение беспомощности, тенденция к самообвинению и склонность к суженному мышлению.
6. Приобщение к алкоголю или наркотикам или их усиленное потребление, возможно присутствие сильной зависимости от них.
7. Поглощенность мыслями о смерти или загробной жизни, раздаривание личных вещей, подарков близким людям, друзьям.
8. Утрата семейного и общественного престижа, особенно в группе сверстников.
9. Неспособность общаться с другими людьми из-за мыслей о самоубийстве и чувстве безысходности.
10. Чувство изоляции и отверженности по причине ухода из семьи или лишения системы поддержки, или уход молодого человека от всякого рода контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение юноши в одиночку.
11. Отказ от социальной активности, от совместных дел.
12. Усиление жалоб на физическое недомогание, на лицо признаки постоянной усталости.
13. Склонность к быстрой перемене настроения.
14. Беспричинная нервозность, необычные вспышки раздражительности.
15. Отмечаются трудность волевого усилия и тенденция ухода от решения проблем.
16. Излишний риск в поступках.
17. Нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы.
18. В мыслях и речах наличие обобщения и фатальности.
19. Отсутствие планов на будущее.
20. Необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду.
21. «Туннельное» зрение, неспособность видеть положительные моменты, иной выход из ситуации.
22. Амбивалентность: хотят умереть и в то же время хотят жить.
23. Составление записки об уходе из жизни.

Таким образом, в происхождении суицидального поведения основную роль играют факторы трех типов: *индивидуальные, клинические и*

социальные. И все же самая распространенная причина добровольной смерти молодых людей - это безысходность, отсутствие смысла жизни. Медики, психологи называют такое состояние здорового человека, когда все вдруг кажется безнадежным и приходит к выводу о невозможности дальнейшей жизни, **эффектом «суженного сознания».**

Таким образом, ситуация в алкогольной семье всегда нездоровая и нестабильная, поскольку алкоголизм забирает слишком много энергии, которая в норме направляется на поддержание стабильности и создание здоровой среды для духовного роста.