Суицидальное поведение – образ мышления и патологическая форма действий пассивного типа, чрезвычайно опасный способ ухода от разрешения жизненных проблем.

C теоретической точки зрения самоубийство – крайне опасное, однако предотвращаемое и прогнозируемое явление. Установлено, что самоубийства чаще совершаются в диапазоне от 15 до 25 лет и в преклонном возрасте – после 70.  По статистике, ежегодная смертность вследствие суицида в мире составляет около 1% всех летальных исходов. Мужчины становятся жертвами суицидальных действий в четыре раза чаще, чем женщины. Установлено, что свыше 90% лиц, умерших вследствие суицида, имели в анамнезе психические патологии, в большинстве случаев – депрессивные состояния.

**Истинные (подлинные) суицидальные действия**, хотя зачастую выглядят неожиданными, никогда не являются спонтанными. Такие попытки – тщательно продуманны и просчитаны до мелочей, им всегда предшествует значительные изменения в мышлении, поведении, высказываниях человека, решившегося на самоубийство.

Однако большая часть попыток покончить с жизнью относится к **демонстративному суицидальному поведению**. Намеки окружающим и зачастую явно театральные действия – это своеобразный, хоть и абсолютно нелогичный и неоправданный метод провести диалог с близкими людьми.

**К скрытому (маскированному) суицидальному поведению** прибегают те лица, которые понимают, что покончить жизнь самоубийством – неверный шаг для преодоления трудностей, однако иными вариантами решить проблемы они не могут. **Такое поведение включает: увлечение экстремальными видами спорта, рискованный скоростной пилотаж на автомобиле, добровольное участие в военных конфликтах, опасные для жизни путешествия и походы, злоупотребление алкоголем или наркотическая зависимость. Можно утверждать, что «замаскированные» суициденты стремятся ощутить вкус риска и сознательно балансируют по лезвию ножа, причем, чем больше убеждений и уговоров следует в их адрес, тем сильнее и осмысленнее становится их желание.** Психотерапевтическое лечение лиц из этой группы – длительное и довольно сложное.

Если кризисная ситуация выявлена, то необходимо выяснить, каким образом индивид ранее разрешал подобные ситуации, поскольку это может стать полезным в решении нынешней проблемы. Также рекомендуется выяснить у индивида, подумывающего о самоубийстве, что для него осталось позитивно значимым. Необходимо выяснить степень риска совершения самоубийства.

Не нужно оставлять одного человека в ситуации высокого риска совершения попытки ухода из жизни. С индивидом, решившимся на суицид, рекомендуется проводить все время, пока не минует кризис либо не прибудет профессиональная помощь.

Значимыми критериями диагностики для установления повышенной вероятности зарождения суицидальных поведенческих реакций являются фрустрация, тревожность, агрессивность и ригидность.

При высоком суицидальном риске рекомендуется индивидуальная психотерапия или психологическое консультирование, основным результатом которого для индивида является понимание, что он услышан и появления чувства, что он не одинок.

