Признаки риска совершения суицида у подростков

**Заметная перемена в обычных манерах поведения:**

* недостаток сна или повышенная сонливость;
* ухудшение или улучшение аппетита;
* признаки беспокойства;
* признаки вечной усталости;
* неряшливый внешний вид или педантичное отношение к внешнему виду;
* усиление жалоб на физическое недомогание;
* склонность к быстрой перемене настроения;
* отдаление от семьи и друзей;
* упадок энергии;
* отказ от работы в клубах и организациях;
* излишний риск в поступках;
* поглощенность мыслями о смерти или загробной жизни;
* необычные вспышки раздражительности или любвеобильности;
* усиленное чувство тревоги;
* выражение безнадежности;
* приобщение к алкоголю и / или наркотикам, усиление их потребления;
* раздача в дар ценного имущества;
* приведение в порядок всех дел;
* разговоры о собственных похоронах;
* составление записки об уходе из жизни;

**Словесные или письменные заявления:**

• «Ненавижу свою жизнь!»;

• «Они пожалеют о том, что мне сделали!»;

• «Не могу больше этого вынести... Надоело... Сколько можно! Сыт по горло!!!»;

• «Я решил покончить с собой!»;

• «Просто жить не хочется... Пожил и хватит!»;

• «Никому я не нужен... Лучше умереть!»;

• «Это выше моих сил...»;

• «Ненавижу всех и все!!!»;

• «Единственный выход – умереть!!!»;

• «Больше ты меня не увидишь!..»;

• «Ты веришь в переселение душ? Когда-нибудь, может, и я вернусь в этот мир!»;

• «Если мы больше не увидимся, спасибо за все!!!».