

Признаки депрессии у подростков:

- самоизоляция от других людей и жизни;
- резкое снижение повседневной активности;
- изменение привычек, например, несоблюдение правил личной гигиены, ухода за внешностью;
- частое прослушивание траурной или печальной музыки;
- склонность к неоправданным рискованным поступкам;
- прямые или косвенные сообщения о суицидальных намерениях («Хочу умереть» - прямое сообщение, «Скоро все закончится» – косвенное);
- шутки, иронические высказывания о бессмысленности жизни;
- уверения в беспомощности и зависимости от других;
- самообвинения;
- негативные оценки своей личности, окружающего мира и своего будущего;
- представление о собственной личности как о ничтожной, не имеющей права жить;
- представление о мире как месте потерь и разочарований;
- представление о будущем как бесперспективном и безнадежном;
- «туннельное видение» – неспособность увидеть иные приемлемые пути решения проблемы, кроме суицида;
- наличие суицидальных мыслей, намерений, планов.
- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость в течение, по крайней мере, последних дней;
- частые жалобы на соматическое недомогание (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека-одиночку; нарушения внимания со снижением качества выполняемой работы;
- отсутствие планов на будущее («Почему это должно меня беспокоить? Ведь завтра я могу умереть»);
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

Факторы суицидального риска:

- Серьезные проблемы в семье;
- Отвержение сверстниками;
- Смерть любимого или значимого человека;
- Разрыв отношений с любимым человеком;
- Межличностные конфликты или утраты значимых отношений;
- Проблемы с дисциплиной или законом;
- Давление, оказываемое группой сверстников, прежде всего, связанное с подражанием саморазрушающему поведению других;
- Длительное пребывание в роли «козла отпущения» или жертвы;
- Разочарование успехами в школе или неудачи в обучении;
- Высокие требования в школе к итоговым результатам обучения (экзаменам);
- Проблемы с трудоустройством и плохое экономическое положение, финансовые проблем;
- Нежелательная беременность, аборт и его последствия (девушки).