**Признаки формирования суицидального поведения у подростков.**

Исследователями проблемы подросткового суицида отмечается, что острота переживаний подростка становится несовместимой с жизнью, если у него нет эмоциональной связи с семьей. Важно информировать родителей (законных представителей) несовершеннолетних о признаках, по которым можно предположить риск формирования суицидального поведения у ребенка:

* стремление к постоянному длительному уединению, отстраненности от окружающих, включая родных и друзей;
* изменение (особенно резкое) режима сна, бессонница;
* изменение аппетита;
* падение учебной успеваемости;
* резкие и частые смены настроения от апатии до агрессивности;

**-** изменения во внешнем виде (безразличное отношение к своему внешнему виду, неопрятность);

* раздача личных вещей в качестве подарков своим близким, друзьям;
* стремление "привести дела в порядок";
* самоповреждающее и рискованное поведение: стремление оказаться в местах с высоким риском травмоопасности, нанесение себе порезов;
* появление в речи высказываний "ненавижу жизнь", "я никому не нужен", "лучше умереть", "не могу этого вынести", "они все еще пожалеют" и подобных.

**Любое высказанное подростком стремление уйти из жизни необходимо воспринимать серьезно. Недопустимы равнодушие, черствость или агрессивность по отношению к ребенку. Напротив, необходимо проявить выдержку, спокойствие, участие, предложить ребенку помощь, консультацию у специалистов.**

**Службы экстренной психологической помощи**

"Общероссийский детский телефон доверия для детей и подростков

8-800-2000-122".

Материалы разрабо­таны Департаментом государственной политики в сфере защиты прав де­тей Минпросвещения России «Рекомендации по проведению в образователь­ных организациях субъектов Российской Федерации мероприятий для роди­телей (законных представителей) по формированию культуры профилактики суицидального поведения несовершеннолетних с освещением вопросов, ка­сающихся психологических особенностей развития детей и подростков, фак­торов поведения, необходимости своевременного обращения к психологам и психиатрам в случаях неадекватного или резко изменившегося поведения несовершеннолетнего