«**Признаки депрессии у подростков. Факторы суицидального риска»**

Факторы риска отличаются в зависимости от возраста. Более чем половина случаев суицидального поведения у подростков развивается из депрессивных расстройств. Другими предрасполагающими факторами являются суициды у членов семьи или близких родственников, смерть кого-то из членов семьи, злоупотребление психоактивными веществами, а также кондуктивное расстройство. Более неотложными провоцирующими факторами могут быть потеря самооценки (например, в результате доводов членов семьи, унизительного воспитательного эпизода, беременности, неудачи в школе); расставания с подругой или другом; потеря знакомого окружения (школы, соседей, друзей) вследствие переезда. Другими факторами могут быть интенсивное давление со стороны родителей, требующих достижений и успехов, сопровождающееся чувством, что он не оправдывает ожиданий. Часто поводом для суицида является попытка манипулировать или наказать кого-то, с мыслью: «Вы будете винить себя после того, как я умру». Рост суицидов отмечается после широко освещенного в прессе суицида (например, рок-звезды) и в отдельных общественных группах (например, школа, студенческое общежитие), что указывает на силу внушения.

**Признаки суицидального поведения у детей и подростков**

Почти каждый четвертый подросток думает о совершении самоубийства. Среди маленьких детей суицидальные мысли могут появиться в том случае, если они стали жертвами насилия. Очень важно, чтобы вы принимали все признаки суицидального поведения всерьез и в случае их появления немедленно обращались за помощью к врачу. Если же вы сами ребенок или подросток и у вас возникло желание совершить самоубийство, поговорите об этом немедленно с родителями, друзьями или врачом. Некоторые проблемы в жизни ребенка или подростка могут лишь вызвать мысли о самоубийстве, но некоторые события могут стать его причиной.

К проблемам, которые способны вызвать мысли о самоубийстве относят:

 Депрессия или другое психическое заболевание, например, биполярное расстройство или шизофрения.

 Родители, которые страдают депрессией или алкогольной или наркотической зависимостью.

 Попытки совершить самоубийство в прошлом.

 Друг, ровесник, член семьи или кумир, которые недавно совершили самоубийство.

 Насилие в семье.

 Пережитое сексуальное насилие.

К проблемам, которые могут спровоцировать попытку самоубийства, относят:

 Наличие в доме и доступ к оружию, таблеткам или другим средствам самоубийства.

 Злоупотребление алкоголем или наркотиками.

 Стать невольным свидетелем совершения самоубийства членом семьи.

 Проблемы в школе, например, плохая успеваемость, плохое поведение или частые прогулы уроков.

 Потеря одного из родителей или близкого родственника из-за смерти или развода.

 Стресс, вызванный половым созреванием, хроническими болезнями и заболеваниями, передающимися половым путем.

 Замкнутость и нежелание поговорить о своих чувствах с другими людьми.  Неопределенность, связанная с нетрадиционной сексуальной ориентацией (бисексуальность или гомосексуализм).

Наиболее распространенные признаки суицидального поведения включают:

 Выражение суицидальных мыслей.

 Одержимость смертью в разговорах, рисунках или сочинениях.  Раздача собственных вещей.

 Отчужденность от друзей и родственников.

 Агрессивное и грубое поведение.

Другие признаки включают:

 Уход из дому.

 Опасное для жизни поведение, например, неосторожная езда или неразборчивость в сексуальных связях.

 Равнодушие к собственному внешнему виду.

 Смена индивидуальности (например, активный ребенок становиться слишком тихим).

Симптомы депрессии, которые могут привести к самоубийству, включают:

 Равнодушие к когда-то любимым занятиям.

 Изменение привычного графика сна и аппетита.

 Трудности при сосредоточивании и мышлении.

 Жалобы на постоянное чувство скуки.

 Жалобы на головные боли, боли в животе или усталость без видимых на то причин.

 Выражение собственной вины; недопущение похвал в свой адрес.