

Warning Signs of Potential Suicide:

- Change in eating and sleeping habits
- Withdrawal from friends, family, and regular activities
- Violent actions, rebellious behavior, and running away
- Drug and/or alcohol abuse
- Unusual neglect of personal appearance
- Marked personality change
- Persistent boredom, difficulty concentrating, or a decline in the quality of school work
- Frequent complaints about physical symptoms, often relating to emotions, such as stomach aches, headaches, fatigue, etc.....
- Loss of interest in pleasurable activities
- Complaining of being “rotten inside”
- Gives verbal hints with statements such as: “I won’t be a problem for you much longer” “nothing matters” “it’s no use” or “I won’t see you again”
- Becomes suddenly cheerful after a period of depression

Where to Get HELP:

- Contact your school counselor.
- Texas Youth Hotline: Call for help at 1-800-210-2278
- Contact the Emergency Room at Midland Memorial Hospital @ 685-1555
- Midland Sheriff’s Crisis Unit @ 688-4635
- Centers for Children and Families @ 570-1084
- Heritage Counseling Services @ 685-3787
- Samaritan Counseling @ 563-4144
- Permian Basin Community Centers @ 570-3300
- BCA, Behavioral Hospital @ 561-5915

Midland ISD does not specifically endorse or recommend any of the outside services or organizations that appear on this list. It is provided for information purposes only.

El Distrito Escolar Independiente de Midland, no respalda ni recomienda ninguna de las organizaciones externas que aparecen en esta lista, la lista es únicamente para su información.

Señales de que el adolescente piensa en el suicidio

- cambios en los hábitos de dormir y de comer
- retraimiento de sus amigos, de su familia o de sus actividades habituales
- actuaciones violentas, comportamiento rebelde o el escaparse de la casa
- uso de drogas o de bebidas alcohólicas
- abandono fuera de lo común en su apariencia personal
- cambios pronunciados en su personalidad
- aburrimiento persistente, dificultad para concentrarse, o deterioro en la calidad de su trabajo escolar
- quejas frecuentes de síntomas físicos, tales como: los dolores de cabeza, de estómago y fatiga, que están por lo general asociados con el estado emocional del joven
- pérdida de interés en sus pasatiempos y otras distracciones
- quejas de ser una persona mala o de sentirse abominable
- lanzamiento de indirectas como: no les seguiré siendo un problema, nada me importa, para qué molestarse o no te veré otra vez.
- se pone muy contento después de un período de depresión

Midland ISD does not specifically endorse or recommend any of the outside services or organizations that appear on this list. It is provided for information purposes only.

El Distrito Escolar Independiente de Midland, no respalda ni recomienda ninguna de las organizaciones externas que aparecen en esta lista, la lista es únicamente para su información.