Государственное бюджетное учреждение Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Калининского района Санкт-Петербург

Родители, будьте внимательны!

Сигналы в поведении ребенка, на которые следует обратить внимание

Сочетание нескольких сигналов, сохраняющихся две недели и дольше - повод для беспокойства.

поведение

изменение привычного поведения:
- ✓ уход за внешним видом, гигиена
- ✓ прогулы школы, секций
- ✓ уходы из дома
- ✓ потеря/усиление аппетита

мысли

- ✓ негативное отношение к себе и/или к миру **("я - плохой", "мир - враждебный")**
- ✓ фиксация, зацикленность на проблеме
- ✓ наличие суицидальных мыслей, намерений, планов

эмоции

- ✓ безразличие, апатия, подавленное настроение
- ✓ чрезмерный страх от возможного наказания и отвержения взрослыми и сверстниками
- ✓ отсутствие интереса даже к тому, что ранее его вызывало
- ✓ страх перед одиночеством

общение

- ✓ избегание общения с близкими людьми или зацикленность на постоянном общении
- ✓ наличие затяжных конфликтов в семье и/или среди сверстников
- ✓ травля в школьном коллективе
- ✓ высказывания о смерти в разных вариациях(шутки, размышления, переживания...)

Представлены наиболее типичные сигналы, возможны индивидуальные различия.

Если есть опасения, обратитесь к специалисту, это поможет оценить состояние ребенка и понять, как выстроить доверительную беседу.

Куда обратиться

246-08-07 Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Калининского района;
290-86-76, 242-36-69 Центр социальной помощи семье и детям Калининского района;
234-43-84 Кабинет медико-психологической помощи СПб ГКУЗ ЦВЛ «Детская психиатрия» имени С.С. Мнухина

Телефоны доверия для детей, подростков и их родителей
124, 8-800-2000-122 Единый общероссийский телефон доверия
576-10-10 СПб ГКУЗ ЦВЛ «Детская психиатрия» им. С.С. Мнухина