

**Эмоциональные и
поведенческие
особенности детей и
подростков,
требующие особого
внимания родителей**

*Мальнова Н.А.
педагог-психолог
СОШ№2 г. Белоярский*

Если ваш ребенок испытывает одну или несколько нижеописанных особенностей, то это повод для беспокойства, особенно, если они продолжительны по времени или имеют частую повторяемость

Особенности эмоциональных состояний

- Резкие перепады настроения
- Сильный гнев, ярость или чувство мести
- Сильное чувство обеспокоенности или раздраженности
- Сильное чувство вины или стыда (ощущение себя обузой для других)
- Чувство одиночества (даже в обществе других людей) и чувство стыда или униженности

Особенности поведенческой деятельности

- Расстройство приема пищи (анорексия или булимия)
- Нарушение сна, тревожность, депрессии
- Избегание или отказ от общения с друзьями, близкими, родственниками
- Резкая потеря интереса к хобби и увлечениям
- Трудности с принятием решений по самым заурядным вопросам

- Раздаривание своих любимых вещей и предметов
- Внезапное изменение обычного поведения
- Прощание без особых на то причин
- Употребление алкоголя и наркотиков
- Апатичное поведение
- Общая потеря энергии
- Отсутствие заботы о внешнем виде
- Признаки безрассудного или опасного поведения

Особенности мыслительной деятельности

- Появление навязчивых мыслей
- Окончательная потеря надежды, полное отчаяние
- Мысли о бессмысленности жизни или о полной утрате контроля над ней
- Появление ощущения, что мозг «затуманен» или появление трудностей с концентрацией внимания

Часто повторяющиеся речевые обороты

- «Уже слишком поздно» или «Я больше не могу»
- «Я так устал(а) от жизни»
- «Никому нет до меня дела»
- «Выхода больше нет»
- «Какой смысл?»
- «Они не хотят иметь со мной никаких дел»
- «Всем только лучше без меня»
- «Я всем мешаю»
- «Я никому не нужен (не нужна)»
- «Ты не понимаешь!»

Школьные специалисты

- Мальнова Наталья Анатольевна – педагог-психолог
- Сидорова Евгения Германовна – педагог-психолог
телефон: 8 (34670) 2 – 16 – 21 (+115)
- Кобзева Алла Анатольевна – социальный педагог
телефоны: 8 (34670) 2 – 57 – 96,
8 (34670) 2 – 16 – 21 (+104)

Медицинские специалисты

- Атякшева Галина Сергеевна – школьный фельдшер
 телефон: 8 (34670) 2 – 16 – 21 (+103)
- Шорохова Галина Семеновна – медицинский психолог
 телефон: 2 (34670) 2 – 13 – 28

Телефоны доверия

- Школьный телефон доверия
8 (34670) 2 – 57 – 96
- Отделение психолого-педагогической помощи несовершеннолетним КСЦОН «Милосердие»
8 (34670) 6 – 29 – 31
- Единая окружная социально-психологическая служба
8 – 800 – 101 – 12 – 12,
8 – 800 – 101 – 12 – 00
- Единая общероссийская служба телефона доверия
8 – 800 – 2000 – 112

Доверяйте интуиции: родители лучше всех знают своего ребенка, и, если им кажется, что «что-то не так», скорее всего, это им не кажется.

Яннис Иоанну

