

Памятка для родителей

Депрессивные состояния у детей младшего школьного возраста

Депрессивные состояния в детском возрасте проявляются иначе, чем у взрослых.

Признаки сниженного эмоционального фона, депрессии у детей:

- 1. Потеря свойственной детям энергии**
- 2. Внешние проявления плохого настроения**
- 3. Нарушения сна**
- 4. Ухудшение успеваемости**
- 5. Снижение интереса к общению со сверстниками**
- 6. Изменение аппетита и веса**
- 7. Страх неудачи**
- 8. Чувство неполноценности**
- 9. Чувство «заслуженной отвергнутости»**
- 10. Низкая фрустрационная толерантность (сильное реагирование на неполучение желаемого)**
- 11. Чрезмерная самокритичность**
- 12. Агрессивное поведение**
- 13. Соматические жалобы (плохое самочувствие: головная боль, слабость, усталость и т.п.)**

Уважаемые родители!

Если вы обнаружили признаки депрессии у вашего ребенка или сомневаетесь, есть депрессивные признаки или нет, не ставьте диагноз сами!

Обратитесь за помощью за психологической помощью!

Помните, недопустимо ругать или критиковать ребенка, который находится в таком состоянии – это может спровоцировать суицидальные мысли.