

МАРКЕРЫ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ У ПОДРОСТКОВ

- ✚ **НЕОБЫЧНОЕ ПОВЕДЕНИЕ:** безрассудное, импульсивное или апатичное, агрессивное, аутоагрессивное, антисоциальное
- ✚ **СТРЕМЛЕНИЕ К РИСКОВАННЫМ ДЕЙСТВИЯМ,** снижение успеваемости, пропуск занятий, невыполнение домашних заданий
- ✚ **ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ:** снижение успеваемости, пропуск занятий, невыполнение домашних заданий
- ✚ **ПЛОХОЕ НАСТРОЕНИЕ:** подавленное, тоскливое, угрюмое, неустойчивое – то радость, то отчаяние
- ✚ **ТЯЖЕЛЫЕ ЧУВСТВА:** отчаяние, страх, безнадежность, одиночество, беспомощность
- ✚ **ОПАСНЫЕ УТВЕРЖДЕНИЯ:** «Я больше не буду ни для кого проблемой», «Мне нельзя помочь», «Не хочу больше жить», «Было бы лучше умереть» и т.п.
- ✚ **НЕОБЫЧНЫЕ ИНТЕРЕСЫ:** фиксация на теме смерти в литературе, живописи, музыке, сбор информации о способах суицида, намеки на возможность суицидальных действий
- ✚ **ВОЗМОЖНО ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ** алкоголем, психоактивными веществами
- ✚ **САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ СЧИТАЕТЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК В КРИЗИСЕ?

- **Поговорить с ребенком о Вашем беспокойстве его состоянием (подросток, школьник уже смогут ответить на ваши вопросы о своем состоянии).**
- **Поговорить с мужем /женой/другими близкими о том, замечают ли они изменения в ребенке.**
- **Поговорить с воспитателем/классным руководителем о том, заметили ли они признаки неблагополучия, в чем могут видеть причину**