

Памятка для родителей

Признаки в поведении подростка которые должны насторожить родителей.

- У ребенка снизилась успеваемость в школе
- Стал молчаливым и раздражительным.
- Появляются резкие эмоциональные всплески без значимой причины
- Поведение стало рискованным.
- Стал неряшливым
- Теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься
- Отдаляется от друзей
- Произошла ссора или острый конфликт со значимым взрослым
- Произошла утрата кого-то из значимых людей
- Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.

Что нужно сделать:

1. Поговорите с ребенком, узнайте как он себя чувствует, что переживает.

Лучше начать разговор со своих чувств: «Я заметил, что ты в последнее время ... (рассказать, что заметили). Я боюсь, волнуюсь за тебя, мне важно чтобы ты поделился со мной...

Ситуация когда вы разговариваете, не должна быть разовой акцией, необходимо регулярно общаться с ребенком (можно выбрать определенной время для общения)

2. Если ребенок не пошел на контакт или после разговоров ситуация не изменилась. Лучше обратиться к специалисту, если ребенок против на прием может прийти родитель, чтобы получить более развернутые и точные рекомендации.



АМУРСКАЯ ОБЛАСТНАЯ
ПСИХИАТРИЧЕСКАЯ
БОЛЬНИЦА
www.amuroblpb.ru

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Если Ваш ребенок предпринял суицидальные действия, сделайте следующее:

1. Обратитесь к врачу-психиатру за специализированной помощью.
2. Откровенно расскажите врачу-психиатру об обстоятельствах случившегося
3. Знайте, что специализированная медицинская помощь оказывается врачом-психиатром только с Вашего согласия.
4. После Вашего обращения врач-психиатр определит рамки необходимой консультативно-лечебной помощи.
5. При необходимости врач-психиатр даст направление на консультацию к врачу-психотерапевту или к медицинскому психологу.