***Памятка для родителей***

***Депрессивные состояния***

***у подростков***

***Депрессивные состояния в подростковом возрасте проявляются иначе, чем у взрослых.***

***Признаки сниженного эмоционального фона, депрессии у подростков:***

1. ***Плохое настроение***
2. ***Чувство скуки***
3. ***Чувство усталости***
4. ***Нарушения сна***
5. ***Соматические жалобы (плохое самочувствие: головная боль, слабость и т.п.)***
6. ***Неусидчивость, беспокойство***
7. ***Фиксация внимания на мелочах***
8. ***Чрезвычайная эмоциональность***
9. ***Замкнутость***
10. ***Рассеянность внимания***
11. ***Агрессивное поведение***
12. ***Демонстративное непослушание***

******

**Уважаемые родители!**

**Если вы обнаружили признаки депрессии**

**у подростка 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.**