***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.**