

Основные симптомы

детской депрессии:

резкий перепад настроения,
потеря интереса ко всему,
- хроническая усталость,
потеря сил,
ребенок агрессивно или
грустно играет,
избыток жалоб на
физическое состояние -
головную боль, боль в
животе, при отсутствии
непосредственно физической
причины,
плохая концентрация,
нерешительность,
забывчивость,
недержание мочи или кала во
время дневного сна у
приученного к туалету
ребенка,
-ребенок постоянно чем-то
раздражен,
нарушение сна,
потеря аппетита,
ощущение полной
беспомощности и
собственной бесполезности,

-длительное состояние

грусти.

Родителям следует бить тревогу, как только они замечают, что ребенок вдруг загрустил, потерял надежду на что-то, стал чувствовать себя беспомощным. Если своими силами не удастся справиться с депрессией ребенка, которая сопровождается еще и потерей веса, нервозностью, плохим сном, необходимо обратиться за помощью к врачам.

Иногда сами родители создают нездоровую обстановку в семье, которая провоцирует появление депрессии у детей. В данном случае тому способствуют: постоянные ссоры в семье, вспышки насилия, вспыльчивость, отсутствие права голоса у детей, агрессия между родителями.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №85 г. Белгорода

В помощь родителям

Борьба с детскими депрессиями.

подготовила
учитель-логопед
Земляченко Марина
Владимировна



В домашних условиях тоже можно помочь ребенку преодолеть депрессию:

1. Увеличить время сна и отдыха, снизить количество занятий и информации (все это снизит напряжение головного мозга).



2. Устранить то, что травмирует ребенка - если это, например, сильное неприятие воспитателя и детского сада, длящееся больше 3 месяцев, не стоит ждать, что ребенок привыкнет, лучше на время оставить его дома и подумать о смене группы.



3. За суетой дней можно легко забыть, как важно выслушивать

детей. Не надо избегать разговоров с детьми и отмахивать их тревоги в сторону, поступайте наоборот и выслушивайте детей, когда они приходят к вам.



4. Играть в игры и рассказывать сказки, в содержании которых есть возможность прожить травмирующую ребенка ситуацию и таким образом изменить его отношение к ней.



5. Спокойно себя вести. Чем больше родители проявляют свое беспокойство по поводу состояния ребенка, тем скорее ребенок

подсознательно фиксируется на тех или иных симптомах.



6. Установите в жизни ребенка распорядок дня. Пусть завтракает в одно и то же время, ложится спать, играет, читает.

