

Навигатор профилактики аутоагрессивного и самоповреждающего поведения детей для родителей

Основные признаки (маркеры, индикаторы, сигналы)

Вербальные (речевые)

- Изменение тембра и скорости речи, появление несдержанности в речевых проявлениях, или, напротив, молчание и замкнутость, нежелание отвечать на вопросы и вступать в диалог.
- Тихий монотонный голос, замедленная речь, и, напротив, ускоренная экспрессивная речь, патетические интонации, причитания.
- Прямые или косвенные суждения и высказывания агрессивного и аутоагрессивного характера.
- Наличие (возникновение) интереса к обсуждению тем, касающихся самоповреждающего поведения.
 - Самообвинения («Я ничтожество! Ничего из себя не представляю»).
 - Высказывания (серьезные или иронические) о желании умереть, о бессмысленности жизни («Никто из жизни еще живым не ушел!»).
 - Уверения в своей беспомощности и зависимости от других («Если с ней что-то случится, то я не выживу, а пойду вслед за ней!»).

Поведенческие

- Приобщение к неформальным субкультурам, группам криминальной или асоциальной направленности.
- Прекращение общения с привычным кругом друзей и знакомых, друзьями.
- Предпочтение общению и развлечениям в виртуальном пространстве.
- Отсутствие увлечений и интересов (отказ от имеющихся ранее).
 - Склонность к неоправданно рискованным поступкам.
 - Пропуски занятий, отказ от посещения школы.
- Самовольные уходы из дома (появление желания уйти из дома).

Эмоциональные

- Эмоциональная нестабильность, в том числе резкие перепады настроения: от эйфории до отчаяния.
- Выраженные: тревожность, агрессивность, замкнутость, нехарактерные для ребенка активность или пассивность.
- Склонность к нытью, капризность, мрачная угрюмость, злобность, раздражительность, ворчливость, эгоцентрическая направленность на свои страдания, слезливость;
- Тревожность беспредметная (немотивированная) и (или) предметная (мотивированная);
- Постоянная тоска, взрывы отчаяния, безысходности, усиление мрачного настроения, даже когда вокруг много радостных и позитивных событий.
- Ожидание непоправимой беды, немотивированный и (или) мотивированный страх.
- Пессимистическая оценка своего актуального состояния, отсутствие перспектив в будущем
- Изменение самооценки: отсутствие (утрата) уверенности в своих силах, избегание участия в семейных делах, боязнь неодобрительного отношения близких.

Соматические и физиологические

- Изменение физического состояния ребенка: усталость, бледность, истощение, наличие синяков, ссадин, ожогов, травмирования.
- Участвовавшие соматические заболевания, простуды, кашель, боли в животе и желудке, общее недомогание и далее.
 - Нарушение пищевого поведения: постоянное чувство голода, отказ от приема пищи и далее.
- Общая двигательная заторможенность или бездеятельность, напротив, двигательное возбуждение.
 - Нарушение режима сна.

При выявлении указанных признаков вы можете обратиться за помощью:

В школе:

- Классный руководитель

Специалисты психологической службы: педагог-психолог, социальный педагог, руководитель службы медиации (указать номер кабинета, время).

Вне школы:

Кабинет медико-психологической помощи (указать адрес и телефон в соответствии с приказом №1853/10-П-2767 от 19 декабря 2024 года)