



10 признаков того, что у подростка психологические проблемы

10 признаков того, что у подростка серьезные проблемы

I. Самоповреждения (не только намеренное причинение себе вреда, но и привычка грызть ногти, ковырять болячки, чрезмерное увлечение экстремальными видами спорта) .



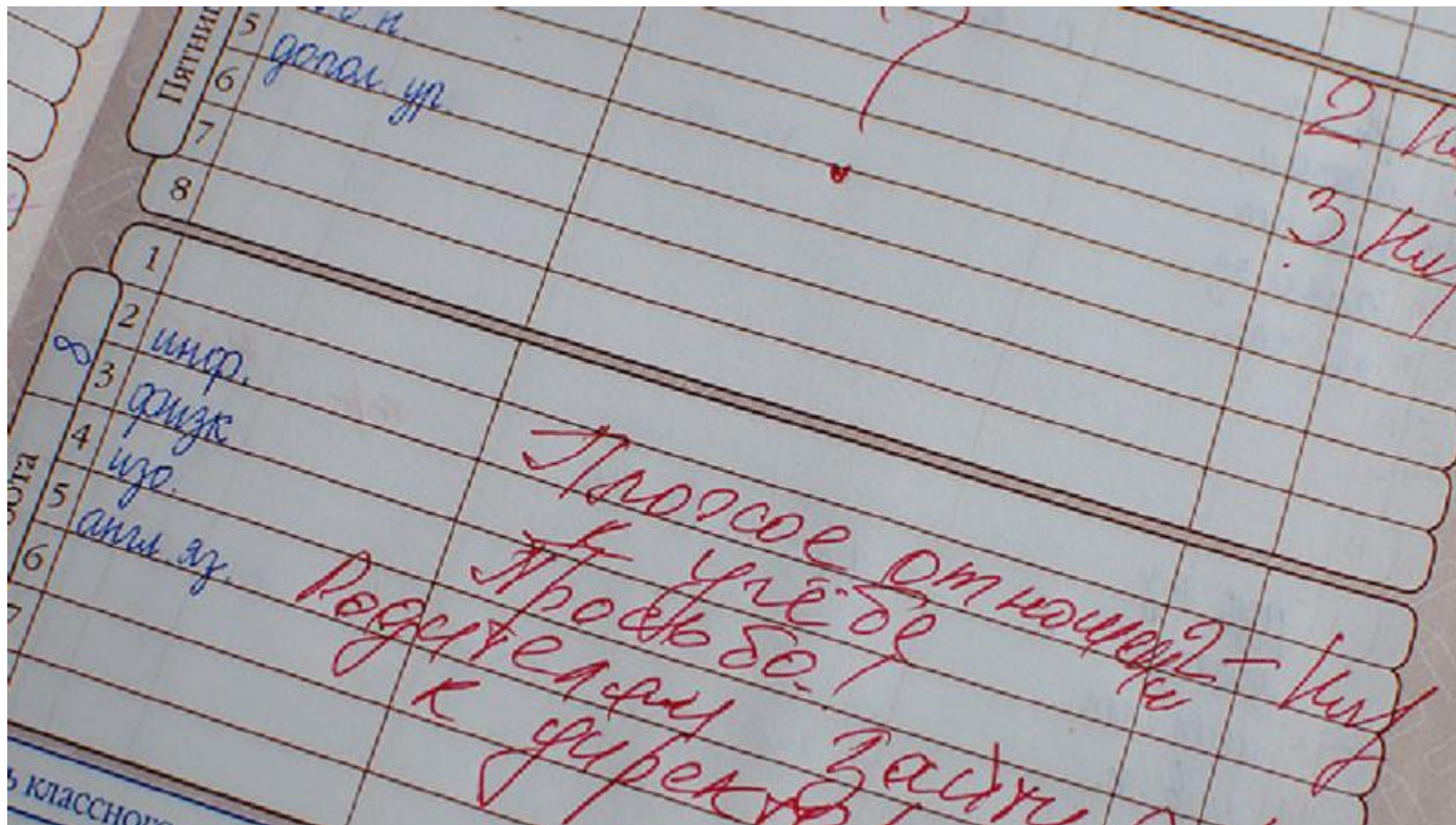
2. Вредные привычки (другой тревожный сигнал — наличие вредных привычек. Обычное курение за школой, безусловно, несёт в себе вред, однако зачастую является лишь признаком социализации, когда подростку надо "влииться в коллектив". Куда страшнее, если эти вредные привычки появляются вне зависимости от того, в каком коллективе находится подросток. Они говорят о подсознательных попытках разрушить собственный организм, и именно в этом случае нужно бить тревогу).



3. **Отсутствие хобби** (Важной особенностью "переходного периода" является наличие хобби. Если у подростка нет любимого дела, которым он может заниматься часами, — это ещё один повод для беспокойства родителей)



4. Демонстративная неуспеваемость (Внезапно появившиеся двойки в дневнике или записи о плохом поведении заставят любого родителя обратить внимание на своё чадо. И не зря. Даже самые умные дети несознательно используют плохую успеваемость для того, чтобы родители не сводили с них глаз и уделяли больше внимания).



5. Одиночество (Отсутствие друзей — ещё один повод для беспокойства. Так как в этом возрасте очень важным фактором становится социализация взаимодействие со сверстниками. Если у подростка нет друзей, это значит, что либо не развиты навыки коммуникации, либо его просто не принимают в компанию. При этом причины не всегда стоит искать в других.



6. Отсутствие эмпатии (если подросток начал мучить кошек, обижать и оскорблять сверстников — это ещё один признак психологических проблем. По мнению специалистов, отсутствие способности смоделировать, что чувствует кто-то иной (то есть простой эмпатии), может быть признаком более серьёзных расстройств)



7. Апатия (Для подростков весьма важно выделяться на фоне, поэтому такую проблему, как апатия, распознать легче всего. Если подростку стало всё равно, что в его гардеробе, безразлично, какую музыку слушать или что съесть на ужин, это должно стать поводом для беспокойства).



8. Перепады настроения (внезапная истерика и беспричинный смех спустя минуты, несдержанность, вспыльчивость, грубость, странная весёлость – всё это признаки перепадов настроения, которые свойственны подросткам).



9. Расстройства пищевого поведения (Если ребёнок перестал есть или, наоборот, внезапно начал сметать со стола всё и просить добавки, родителям стоит задуматься о расстройствах пищевого поведения. Причиной может стать неуместное замечание в адрес девочки со стороны одного из одноклассников).



10. Проблемы со сном (поводом для беспокойства должна стать и бессонница. Если у подростка проявляется раздражённое и даже агрессивное состояние утром и днём, его сложно поднять с кровати или он ходит постоянно усталым, нужно проверить качество сна. Причиной недосыпов могут быть как простые физиологические изменения или стресс, так и серьёзные неврологические расстройства).

