



ПРИЗНАКИ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО

САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ (**СЕЛФХАРМ**) ЧАСТО ЯВЛЯЕТСЯ СПОСОБОМ СПРАВИТЬСЯ С СИЛЬНОЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ БОЛЬЮ, А НЕ ТОЛЬКО ЖЕЛАНИЕМ ПРИВЛЕЧЬ ВНИМАНИЕ.

ВОТ ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ, НА КОТОРЫЕ СТОИТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ:

Внешние признаки:

- **Странный выбор одежды:** ребенок носит длинные рукава или брюки даже в сильную жару, постоянно прячет запястья, бедра или плечи;
- **Следы на теле:** порезы, царапины, синяки, ожоги или проплешины на голове (вырывание волос). Часто они располагаются симметрично или в скрытых местах
- **Предметы-улики:** вы находите в комнате или вещах спрятанные лезвия, канцелярские ножи, иголки или окровавленные салфетки/бинты;
- **Изменения в поведении.**
Скрытность: ребенок проводит очень много времени в ванной или своей комнате, закрываясь на замок;
- **Эмоциональные качели:** резкие перепады; настроения, вспышки гнева, плаксивость или, наоборот, полное эмоциональное онемение («роботоподобное» состояние)
- **Социальная изоляция:** отказ от общения с друзьями, потеря интереса к прежним хобби

ПО ВОПРОСАМ
ОКАЗАНИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОДДЕРЖКИ:

ПОМНИТЕ - ПОМОЩЬ
РЯДОМ !

Учреждение “Центр
социального обслуживания
населения Центрального
района г. Гомеля”



[HTTP:\MY-VMESTE.BY](http://my-vместе.by)

[@TSON.GOMEL \(INSTAGRAM\)](https://www.instagram.com/tson.gomel)

[HTTPS://T.ME/CSONCENTRSOC](https://t.me/csoncentrsoc)



г. Гомель, ул.
Портовая, д.14, каб.10



34-57-44

8(029)1299777

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ
ЦЕНТР ЭКСТРЕННОЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОМОЩИ

133

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ МОЖЕТ БЫТЬ
ОКАЗАНА ТАКЖЕ:

“ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ” для
оказания экстренной
психологической помощи
по гомельской области,
8 (0232) 37-91-91, по будням с
8.00 до 17.00 БЕСПЛАТНО,
АНОНИМНО.

ЦЕНТР ДРУЖЕСТВЕННЫЙ
ПОДРОСТКАМ “ПОДРОСТОК”, НА
БАЗЕ ГОМЕЛЬСКОЙ ЦЕНТРАЛЬНОЙ
ГОРОДСКОЙ ДЕТСКОЙ
КЛИНИЧЕСКОЙ ПОЛИКЛИНИКИ:
консультация психолога
8 (0232) 53-10-42

“ГОМЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ, ЭПИДЕМИОЛОГИИ И
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ”
8 (0232) 75-55-97, по будням с 8.00
до 17.00 БЕСПЛАТНО, АНОНИМНО