

## ԻՆՉ Է ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆԸ

Հոգեկան առողջությունը դրական մտածողության, ինքնավստահության և հավասարակշիռ վարքի գրավականն է:

Սիրելի՜ ծնողներ, այս հուշաթերթիկը ձեզ է հասցեագրված:

Այս թերթիկի միջոցով ևս մեկ անգամ հիշեցնում ենք, որ հոգեկան առողջությունը երեխայի առողջության և ընդհանուր բարօրության անբաժան մասն է:



## ԻՆՉ Է ՊԵՏՔ ԻՄԱՆԱԼ

- Հոգեկան առողջության հետ կապված խնդիրները հնարավոր է կանխարգելել:
- Հոգեկան առողջության հետ կապված խնդիրները լուծելի են, ընդ որում, ավելի արագ և ավելի հեշտ, եթե վաղ ախտորոշվեն:
- Ձեր կայուն հոգեբանական վիճակը դրական է անդրադառնում նաև Ձեր երեխայի հոգեվիճակի վրա:
- Բոլոր հոգեբանական խնդիրների դեպքում մասնագիտական աշխատանքներն ու միջամտությունները ենթադրում են ակտիվ համագործակցությունը ծնողների հետ:
- Մասնագիտական աջակցության որոշ փուլերում անհրաժեշտ է լինելու Ձեր ներգրավվածությունը թերապևտիկ գործընթացին:

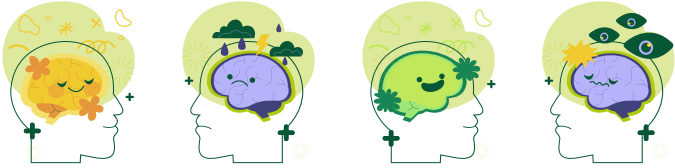


Երեխայի վաղ տարիքում պետք է ուշադիր լինել հետևյալ դրսևորումներին՝

- Երեխան հաճախ գրգռված է կամ դրսևորում է անկառավարելի վարք:
- Երեխան հաճախ է ցուցադրում իր անհանգստություններն ու վախերը կամ խոսում դրանց մասին:
- Երեխան անընդհատ շարժման մեջ է և չի կարողանում հանգիստ նստել:
- Երեխան հակասոցիալական վարք ունի բալում, ընկերների հետ խաղալիս, դպրոցում:
- Երեխան ունի մղձավանջներ, գիշերային հաճախակի արթնացումներ և գիշերամիզություն:

Ավելի մեծ տարիքում դրսևորումները հետևյալն են՝

- Երեխան ցուցաբերում է տրամադրության և վարքագծի հաճախակի փոփոխություններ (ընկճված կամ գերգրգռված է, տագնապային կամ խոցելի):
- Երեխան կորցրել է հետաքրքրությունները բոլոր այն գործողությունների հանդեպ, որոնցից առաջ հաճույք էր ստանում:
- Երեխան մեկուսացել է և դժվարությամբ է շփվում ընկերների և ընտանիքի անդամների հետ:
- Երեխան ունի քաշի կտրուկ նվազում կամ ավելացում:
- Երեխան դժվար, քիչ կամ շատ է քնում, սովորականից ավելի քիչ կամ շատ է ուտում, դրսևորում է սնունդ ընդունելու կամ քնելու հատուկ ծիսակարգեր:
- Երեխան ունի ինքն իրեն վնասելու գործողություններ կամ արտահայտում է ինքն իրեն կամ այլոց վնասելու մտքեր:
- Երեխան տարվել է տարօրինակ բովանդակությամբ վիրտուալ կոնտենտով կամ խաղերով:



## ԻՆՉ Է ՊԵՏՔ ԱՆԵԼ

- Սիրեք Ձեր երեխային:
- Մի՛ անտեսեք երեխային, որքան էլ, որ զբաղված լինեք:
- Համագործակցեք, հրահանգելու փոխարեն:
- Հոգ տարեք, վերահսկելու փոխարեն:
- Երկխոսեք, հրամայելու փոխարեն:
- Զաջալերեք երեխային, նկատեք նույնիսկ ամենափոքր ձեռքբերումները:
- Մի՛ համեմատեք Ձեր երեխային ուրիշ երեխաների հետ:
- Հավատացեք Ձեր երեխայի ներուժին:



## ԻՆՉՊԵՄ ԽՆԱՄՔ ՏԱՆԵԼ ԵՐԵԽԱՅԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՄԱՍԻՆ

### ՀՈՒՇԱԹԵՐԹԻԿ ԾՆՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ



## ԵՐԲ ԴԻՄԵԼ ՉԱՐԳԱՑՄԱՆ ՄԱՆԿԱԲՈՒՅԺԻ

Հաշվի առնելով զարգացման առանձնահատկություններով երեխաների թվի աճն ամբողջ աշխարհում՝ ստորև ներկայացնում ենք վարքագծային այն իրավիճակները, որոնց դեպքում ծնողը պետք է անհապաղ խորհրդակցի զարգացման մանկաբույժի հետ, իսկ վերջինիս ուղղորդման դեպքում՝ վարքային թերապիստի, հոգեբանի կամ այլ նեղ մասնագետի հետ:

Պետք է դիմել զարգացման մանկաբույժին, երբ՝

- Երեխան չի արձագանքում իր անվանը,
- բացակայում է երեխայի հետ աչքերի կոնտակտը,
- Երեխան չի պատասխանում գգվանքներին, գրկախառնություններին,
- չի օգտագործում ցուցամատը և չի հետևում ձեր ձեռքի շարժումներին,
- ունի կրկնվող թափահարող և պտտեցնող շարժումներ,
- բացակայում է խոսքը կամ օգտագործում է անհասկանալի խոսքային կառույցներ,
- հատուկ կամ միատեսակ սնունդ է ընդունում,
- ունի գերզգայունություն ձայների, գույների, հոտերի և հպումների հանդեպ,
- դժվար է հաղորդակցվում և ունի սոցիալական թույլ զարգացած հմտություններ:

