

DEPRESJA JEST CHOROBA, KTÓRA CORAZ CZĘŚCIEJ DOTYKA DZIECI I MŁODZIEŻ. JEST ONA TYM BARDZIEJ NIEBEZPIECZNA, BO CZĘSTO NIEWIDOCZNA.

Co powinno zwrócić naszą uwagę?



U młodszych dzieci:

- zmniejszenie, brak apetytu lub zwiększony apetyt
- bóle głowy/brzucha/biegunki/dusznoci/wymioty itp.
- utrata zainteresowań, które wcześniej sprawiały dziecku radość
- skargi na poczucie słabości i zmęczenia
- zaburzenia koncentracji, uwagi
- pojawienie się lęku i napięcia, które mogą wywoływać pobudzenie psychoruchowe
- uczucie niepokoju
- utrata wiary w siebie
- niechęć kontaktu z innymi dziećmi
- moczenie nocne
- problemy ze snem



U młodzieży:

- obniżony nastrój
- niskie poczucie własnej wartości
- utrata zainteresowań i energii
- zaburzenia snu
- drażliwość/napady wściekłości
- niechęć do aktywności
- apatia, rezygnacja z kontaktu z innymi
- spędzanie dużej ilości czasu przed komputerem
- niechęć chodzenia do szkoły
- zmniejszony lub zwiększony apetyt
- nadmierne poczucie winy
- samookaleczanie się
- myśli i próby samobójcze
- długotrwałe poczucie smutku i niezrozumienia
- trudności z nauką
- poczucie lęku



W następujących placówkach:

- Poradnie Zdrowia Psychicznego, Ośrodki Interwencji Kryzysowej, Szpitale psychiatryczne

800 70 2222 -
Centrum Wsparcia dla osób
w stanie kryzysu
psychologicznego
Fundacji Itaka
(całodobowe)

800 100 100 -
Telefon dla Rodziców
i Nauczycieli
Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę
(pon.-pt. 12.00-15.00)

U specjalisty:

- Psychoterapeuty
- Psychologa
- Psychiatry

Gdzie szukać pomocy:

