

23 lutego obchodziliśmy **Światowy Dzień Walki z Depresją**.

Od lat obserwuje się na świecie wzrost liczby zaburzeń psychicznych szczególnie u dzieci i młodzieży. Pandemia koronawirusa jeszcze bardziej ten problem rozogniła. Niestety żyjemy w świecie wypełnionym rywalizacją, chronicznym stresem i presją otoczenia. Dodatkowo pokolenie naszych dzieci cechuje wysoka wrażliwość i niska odporność na stres i przeżywanie różnych trudności. To wszystko w połączeniu powoduje, że objawy depresyjne coraz częściej są obserwowane już nawet u najmłodszych dzieci.

Depresja dzieci i młodzieży wciąż jest mniej poznana niż depresja u osób dorosłych, częściej pozostaje ona również niezauważona i niezdiagnozowana. Jakie mogą być symptomy depresji? Jak rozmawiać z dzieckiem z depresją? Jak wspierać i zapobiegać występowaniu zaburzeń psychicznych u dzieci? Na te pytania odpowiedzi udzielała psycholog, Ewelina Włodarska w ramach spotkania profilaktycznego, zorganizowanego dla rodziców uczniów klas VII i VIII na platformie Microsoft Teams. Poniżej znajdują się materiały edukacyjne poszerzające wiedzę i świadomość w zakresie depresji nastolatka. Zapraszamy wszystkich zainteresowanych tematem rodziców do zapoznania się z materiałami.