

Potrzebujesz pomocy? Chcesz pogadać?

Smutny, agresywny, przestał się uczyć, nic mu się nie chce... Czy to tylko przejawy młodzieńczego buntu? Nie wolno ich bagatelizować, może się okazać, że to symptomy depresji. Cierpi na nią prawie jedna trzecia nastolatków. Przechodzą trudny czas, muszą zacząć podejmować ważne decyzje, ułożyć sobie relacje rodzinne i rówieśnicze, a do tego przeżywają gwałtowne emocje. Bez względu na przyczyny pojawienia się depresji warto dowiedzieć się jak można w takich sytuacjach pomóc.

Zachęcamy do skorzystania z o telefonów zaufania oraz infolinii wsparcia dzieci i młodzieży oraz dorosłych, którzy potrzebują pomocy. Dzieci i młodzież w kryzysie psychicznym, które mają problemy w domu, w szkole, w tym w relacjach rówieśniczych, przy zapewnieniu anonimowości i pełnej dyskrecji, mogą skontaktować się ze specjalistami i otrzymać fachowe wsparcie w najtrudniejszych sytuacjach.

W ramach działań telefonów/infolinii specjaliści świadczą również wsparcie osobom dorosłym, opiekunom i nauczycielom, którzy mają problemy z dorastającymi dziećmi.

Załączone do galerii artykułu numery telefonów gwarantują szybki dostęp do informacji i wsparcia, jak również podejmowanie interwencji w sprawach ważnych z punktu widzenia zdrowia psychicznego i bezpieczeństwa dzieci oraz młodzieży.