

Depresja?

Konieczność pozostania w domach, zamknięcie, brak możliwości wychodzenia, korzystania z aktywności fizycznej, instytucji kultury, ale przede wszystkim brak kontaktu z rówieśnikami. Ciągłe przebywanie z osobami dorosłymi w ograniczonej przestrzeni życiowej. Wszystkie te sytuacje związane z brakiem zaspokojenia potrzeb powodują u młodych ludzi frustrację, niechęć do nauki, próby samodzielnego wyjścia z domu. Nieodnajdywanie się w nowych warunkach może przyczynić się do powstania lub pogłębienia się np. stanów kryzysu emocjonalnego oraz depresji.

Zachęcamy do odwiedzenia [strony](#) poświęconej zjawisku depresji wśród dzieci i młodzieży lub [forum](#) dla nastolatków, które zmagają się z tym problemem.

Przypominamy również o możliwości skorzystania z [telefonu interwencyjnego](#) oraz uzyskania [pomocy od specjalistów](#).

Wsparcia i profesjonalnej pomocy chętnie udzieli także nasz pedagog szkolny (po wcześniejszym ustaleniu spotkania telefonicznie lub przez e-dziennik).