

Ваш ребенок переживает депрессию?

Если вы подозреваете, что **ваш ребенок переживает депрессию**, вы должны сделать больше, чем просто сказать ему "не грусти" или "возьми себя в руки". Если вы не получите помощь немедленно, жизнь **вашего ребенка** может сложиться неудачно – это коснется и его самооценки, и его школьных дел, и отношений с друзьями и семьей.

Вот некоторые вопросы, которые следует задать себе, если вы думаете, что **ваш ребенок** находится в депрессивном состоянии:

- Ваш ребенок плачет чаще, чем раньше?
- Он жалуется на ощущение грусти или внутренней пустоты?
- Когда что-то происходит не так, как он того хочет, думает ли он, что его жизнь безнадежна?
- Трудно ли ему заснуть или же он просыпается посреди ночи и не может снова заснуть?
- Ваш ребенок потерял интерес к своим любимым занятиям?
- Он проводит больше времени один, в отдалении от друзей и семьи?
- Ваш ребенок поправился или похудел за последние недели?
- Он выглядит более измученным или утомленным, чем раньше?
- Он иногда говорит о причинении вреда самому себе?

Если Вы утвердительно ответили на несколько вопросов, поговорите с педиатром. Перед тем, как направить Вас к детскому психиатру или психологу, он исключит медицинские состояния, имеющие симптомы, схожие с признаками депрессии.