

”Vad är depression?”

Föreläsning för anhöriga till barn och ungdomar med depressionsproblematik

Har du ett barn med depression? Välkommen att delta på öppen föreläsning om depression på PRIMA. Föreläsningen är ett komplement till barnets ordinarie behandling på PRIMA. Du får information om depression och vissa redskap att förstå och hjälpa ditt barn.

Depression är ett vanligt psykiatriskt tillstånd. Depression kan visa sig genom nedstämdhet, minskad aptit, sömnproblem, brist på energi och att man drar sig undan socialt. Det gör att det blir svårt att sköta vardagssysselsättningar såsom arbete eller skola. Depression hos barn och ungdomar kan innebära mycket lidande.

En metod som visat sig effektiv för att minska depressionssymtom hos barn och ungdomar är kognitiv beteendeterapi (KBT). KBT bygger på antagandet att känsloreaktioner, beteenden och tankemönster lärs in och således kan läras om. Information till anhöriga om hur depressionen fungerar och hur den kan behandlas och bemötas, är ett mycket viktigt inslag i behandling vid depression hos barn. Genom att du som anhörig får kunskap om vad depression är och hur den kan bemötas kan du hjälpa ditt barn.

Föreläsningens upplägg

Föreläsningen ges vid ett tillfälle. Tidsåtgång är två timmar, med fikapaus i mitten. Passet leds av en psykolog som har utbildning i Kognitiv beteendeterapi. I föreläsningen ingår att du som anhörig får möjlighet att diskutera och ställa frågor.

Vem kan anmäla sig?

Alla vuxna som är anhöriga till ett barn eller en ungdom som har depressionsproblematik och som är patient på PRIMA i Handen. Föreläsningen är ett komplement till annan behandling.

Anmälan

Du anmäler dig i receptionen minst tre arbetsdagar innan föreläsningen. Ring 08-410 60 700, mejla handen@prima.se eller anmäl dig på plats i PRIMAs reception.