

DEPRESJA TO ZJAWISKO WOKÓŁ NAS.NIE BĄDŹ NA NIĄ OBOJĘTNY!

Życie niestety stawia nas często w zderzeniu z problemami bliskich , przyjaciół. Często nie wiemy jak się zachować, co robić ,gdzie szukać pomocy ?Poniżej podaję kilka uwag ,które mogą Wam pomóc w kontakcie z osobami z depresją. Już unikanie tego, co warto przemilczeć będzie sukcesem. Te zasady oczywiście nie zastąpią profesjonalnej pomocy (telefony podałam Wam wcześniej przez mobiDziennik) ,ale to Wy jesteście na co dzień przy nich. I to Wy możecie odegrać niebagatelną rolę .



Ważne, aby zachęcić taką osobę do rozmowy z kimś dorosłym(ja zawsze jestem do Waszej dyspozycji, proszę nie zapominajcie o tym). Z pewnością będzie potrzebna fachowa pomoc lekarska czy psychologiczna. Jednak póki co to Wy jesteście blisko i z związku z tym będzie potrzebna Wasza bezinteresowna obecność, pokażcie takiej osobie, że Wam na Niej zależy.

