



## Hilfe bei Verdacht auf Depression

Bei Kindern und Jugendlichen ist eine Depression nur schwer zu erkennen, da vorübergehende depressive Symptome Teil der Pubertät sein können. Insbesondere bei Kindern können die Anzeichen zudem stark von denen Erwachsener abweichen.

Sollte Ihr **Kind** vermehrt über Traurigkeit berichten, unangebracht selbstkritisch zu sich sein, verlangsamte Bewegungen oder eine in-sich-versunkene Haltung aufweisen, unter Appetitlosigkeit oder (Ein-)Schlafstörungen leiden, können dies Anzeichen für eine Depression sein.

Bei **Jugendlichen** können unter anderem starke Lustlosigkeit, vermindertes Selbstvertrauen und Selbstzweifel, Leistungsabfall in der Schule oder das Gefühl, sozialen und emotionalen Anforderungen nicht gewachsen zu sein, Hinweise darstellen.

Sollten Sie sich bei den Anzeichen Ihres Kindes nicht sicher sein, stehen Ihnen folgende Stellen als Ansprechpartner gerne beratend zur Verfügung:

- jede Lehrkraft Ihres Vertrauens
- Beratungslehrer: Herr Feser ([feser@dbrs.bayern](mailto:feser@dbrs.bayern))  
Beratungslehrerin (i.Ausb.): Frau Mendl-Möhring ([mendl-moehring@dbrs.bayern](mailto:mendl-moehring@dbrs.bayern))
- die Schulpsychologin: Frau Probst ([probst@dbrs.bayern](mailto:probst@dbrs.bayern))
- die Staatliche Schulberatungsstelle in Nürnberg (Tel. 0911/ 58676 -10)
- Erziehungs- und Lebensberatungsstellen, z.B. der Diakonie
- der behandelnde Kinderarzt oder ein Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie
- psychologische Psychotherapeuten
- die Institutsambulanz für Kinder- und Jugendpsychiatrie (Wilhelmstraße 4, 91413 Neustadt a. d. Aisch, Tel. 09161/ 872900)
- Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Online (<https://www.bke-beratungs.de/~run/>)

Die Diagnostik sollte stets durch einen **Arzt** oder **Psychotherapeuten** (Kinderarzt, Kinder- und Jugendpsychiater/-psychotherapeut) erfolgen.