



**7 din 10 adolescenți au apelat la serviciile de terapie ale Salvați Copiii pentru tulburări de anxietate; cazurile de depresie cresc dramatic la copiii cu vârsta între 11 și 14 ani și la adolescenți, mergând până la tentative de suicid (Anchetă)**

- *Cei mai mulți copii care au apelat la programul de consiliere psihologică al Organizației Salvați Copiii România au fost diagnosticați cu anxietate și tulburări emoționale;*
- *La copiii cu vârstele cuprinse între 11 – 14 ani și la adolescenți, 15 – 18 ani, tulburările de anxietate și depresie au dus la tentative de suicid (8 cazuri);*
- *Salvați Copiii România atrage atenția asupra necesității unui program național care să se adreseze sănătății mintale a copiilor.*

**București, 27 aprilie 2023: Aproape un copil din trei s-a confruntat cu tulburări de anxietate și a avut nevoie de consiliere și suport psiho-emoțional în centrele Salvați Copiii România în ultimii doi ani, procentul crescând la aproape 72% (7 din 10) în cazul adolescenților, mergând până la consecințe extrem de grave, și anume tentative de suicid, arată datele unei anchete realizate de Salvați Copiii România.**

În ultimii doi ani, marcați de crizele succesive cauzate de pandemie și război, centrele de consiliere ale Organizației Salvați Copiii au preluat un număr total de 1.241 de copii și adolescenți care au dezvoltat diferite tulburări emoționale.

Astfel:

- Cele mai frecvente diagnostice au fost reprezentate de **anxietate – 28,8% și tulburări emoționale (23%)**.
- Majoritatea covârșitoare a cazurilor de depresie s-au înregistrat în rândul copiilor din grupa de vârstă 11 – 14 ani și al adolescenților (15 – 18 ani), respectiv 32% și 54% din cazuri;
- Au fost înregistrate și cazuri severe, în care tulburările de tipul anxietății și depresiei au dus la tentative de suicid: trei la grupa de vârstă 11 – 14 ani și cinci în rândul adolescenților.

**Semnele anxietății la copii și adolescenți, explicate de psihologul Mihaela Dinu, Salvați Copiii România**

Anxietatea este o emoție negativă care implică sentimente de nervozitate, teamă, frică sau îngrijorare. De obicei, copiii se simt anxioși atunci când cred că ceva rău sau neplăcut urmează să se întâmple. Anxietatea la copii și adolescenți poate fi descrisă ca un răspuns extrem la o situație sau eveniment pe care o percepe ca amenințătoare și este disproporționat în raport cu pericolul real. Răspunsul anxios include gânduri de pericol iminent, excitație crescută cum ar fi, creșterea frecvenței cardiace și respirație rapidă și, adesea, evitarea situațiilor sau a evenimentelor care provoacă disconfort. Copilul sau adolescentul care suferă de anxietate ajunge să resimtă distress semnificativ și perturbare a activităților sale cotidiene la școală, acasă sau în relația cu prietenii.

Este important ca părinții să interpreteze comportamentul copilului în funcție de nivelul său de dezvoltare și în cazul copiilor mai mici să deosebească simptomele de anxietate de fricile specifice vârstei sau de fobii.



De asemenea, părinții trebuie să fie atenți ca manifestările anxioase să nu se transforme în tulburări de anxietate.

O tulburare anxioasă netratată crește riscul în viitor pentru diferite probleme de sănătate mintală. De aceea, dacă problema de anxietate interferează cu starea de bine generală sau cu abilitățile parentale este bine ca aceasta să fie discutată cu un specialist.

## **Ce este depresia și ce este ea în cazul adolescenților?**

Orice persoană poate experimenta stări de tristețe din când în când, însă acestea sunt de obicei trecătoare, durând un timp destul de scurt. Depresia clinică, numită și tulburare depresivă, reprezintă o tulburare a dispoziției care determină un distress evident cu impact pe funcționarea zilnică, minim două săptămâni, aproape zilnic și în cea mai mare parte a zilei; exprimat prin felul în care se simte, gândește, funcționează în activitățile și rutinele zilnice (școală, somn, apetit alimentar etc.).

Unele studii arată că depresia este diferit resimțită în funcție de vârstă.

Depresia la copii și adolescenți se manifestă puțin diferit față de adulți, de aceea uneori este trecută cu vederea din păcate. Un copil cu depresie de cele mai multe ori va fi agitat (dar în același timp va arăta obosit sau fără chef), ușor iritabil, nemulțumit mai mereu, deseori va plânge facil și va avea stări schimbătoare, tulburări de somn, apetit, putând apărea și la copii gândurile de moarte.

Simptomatologie la adolescenți: certăreț, agresiv, hipersensibil emotional, izolat, renunță la activități, nu manifestă inițiative, plictisit, scăderea performanțelor școlare, modificarea neintenționată în greutate, dificultăți de adormire sau în a rămâne treaz, somn neodihnit, stă treaz toată noaptea, dificultăți de concentrare, în a sta liniștit, impulsiv, sau mai puțin activ, relaționează mai puțin cu ceilalți, dezorganizat, refuză să participe la activități, petrece mult timp în pat, doarme ziua, se simte mereu bolnav, Face comentarii negative despre el / ea: „Sunt urâtă”, „Sunt grasă”, „Sunt prost”, „Nimănui nu-i place de mine”, capacitate scăzută de concentrare, ușor de distras, dezorganizat, este obsedat de teme morbide, afirmă că ar vrea să moară, spune că se gândește cum să se sinucidă, încearcă să se sinucidă, suspicios, vede imagini înfricoșătoare, își aude numele strigat.

## **Importanța terapiei**

Dincolo de strategiile privind stilul de viață, un specialist poate evalua cu exactitate simptomatologia, poate stabili dacă este un episod depresiv și cărei clase aparține, precum și care sunt recomandările de primă intenție: psihoterapia sau terapia medicamentoasă.

Comorbiditatea depresie-anxietate este de 85%, ceea ce înseamnă că, copiii cu anxietate pot dezvolta și depresie, trec de la evitare la scăderea întăririlor pozitive, ajungându-se la depresie.

*„Leșirea din pandemie, după perioade lungi de izolare și anxietate socială, apoi fricile cauzate de război și climatul social vulnerabil și-au pus amprenta asupra sănătății mintale a copiilor. Anxietatea și depresia pe care le-au dezvoltat pot avea consecințe dramatice și se pot transforma în traumă, dacă acești copii nu primesc consiliere terapeutică adecvată. Mai mult, este necesar un program național, care să evalueze și să sprijine copiii cu tulburări emoționale să-și revină.”*, a explicat **Gabriela Alexandrescu, Președinte Executiv Salvați Copiii România.**



Ancheta a vizat datele din cazuistica centrelor de consiliere ale Organizației Salvați Copiii, având ca grupuri țintă copii și părinți beneficiari ai serviciilor de consiliere ale Salvați Copiii România. Cercetarea a fost efectuată pe un eșantion neprobabilistic, în luna aprilie 2023.

## Servicii de terapie oferite de Salvați Copiii România

Centrul de Educație Emoțională și Comportamentală pentru Copii din București și Centrele de Consiliere pentru Părinți din Iași, Timișoara și Mureș au ca obiectiv promovarea sănătății mentale și îmbunătățirea calității îngrijirii pentru copii și adolescenți, prin:

- Dezvoltarea unei rețele de servicii psihologice și sociale:
  - identificare, evaluare și intervenție timpurie;
  - tratament pentru copii și adolescenți cu risc sau deja diagnosticați cu probleme de sănătate mentală;
- Dezvoltarea de programe de training pentru profesioniștii din sistemele sănătate, educație și protecție socială: psihiatri, medici de familie, asistenți medicali și psihologi clinicieni, psihologi școlari, medici de familie și pediatri, asistenți sociali, logopezi etc.;
- Elaborarea și diseminarea de materiale de specialitate pentru profesioniștii care furnizează servicii de consiliere și intervenție psihologică pentru copii, adolescenți și familiile acestora;
- Activități de informare și educație în școli, destinate copiilor, profesorilor și părinților.

## Ce servicii sunt disponibile?

- servicii de evaluare clinică, psihiatrică și psihologică;
- consiliere și psihoterapie individuală pentru copii, adolescenți și părinți;
- consiliere și psihoterapie de grup pentru copii și adolescenți;
- consiliere individuală pentru părinți;
- programe educaționale pentru părinți;
- programe de dezvoltare de abilități sociale și emoționale pentru preșcolari și școlari mici.
- grupuri de suport pentru copii și părinți;
- programe de formare adresate consilierilor școlari, cadrelor didactice, asistenților sociali, psihiatrilor.

Toate serviciile sunt gratuite, oferite într-un mediu prietenos, accesibil, nestigmatizant.

## Pentru cine oferim aceste servicii?

- Copii și adolescenți cu probleme de sănătate mentală (copii cu depresie, anxietate, tulburări de atașament, ADHD, tulburări de conduită, comportament agresiv etc.);
- Copii și adolescenți care provin din familii cu dificultăți sociale;
- Copii și adolescenți cu părinți cu probleme de sănătate;
- Copii și adolescenți care provin din familii dezorganizate.

Pentru mai multe informații, **persoana de contact:** Mihaela Dinu, coordonator program de prevenire a violenței asupra copilului – [mihaela.dinu@salvaticopiii.ro](mailto:mihaela.dinu@salvaticopiii.ro), tel. 0723.276.350.

---

**Despre Organizația Salvați Copiii:**

De 33 de ani, Salvați Copiii România construiește programe sociale, politici publice și practici solide în beneficiul copilului din România. Expertiza și complexitatea proiectelor la nivel național fac din organizație o instituție socială esențială, al cărei rol este medierea între societate și autoritatea publică, în beneficiul copilului. În cele peste trei decenii de activitate, Salvați Copiii a intervenit activ în societate, identificând soluții concrete pentru protejarea și sprijinirea copiilor vulnerabili, și a militat, în același timp, pentru o colaborare viabilă cu autoritățile decidente, pentru asigurarea interesului superior al copilului. Salvați Copiii și-a asumat rolul de supraveghere vigilentă a autorităților publice, în așa fel încât acestea să implementeze politici publice de durată care să corecteze cauzele care duc la vulnerabilizarea copiilor. Totodată, organizația a reușit să creeze rețele active de solidaritate, prin încurajarea responsabilității sociale a companiilor și a societății, în sens larg. În calitate de membru al Save the Children, cea mai mare organizație independentă din lume care promovează drepturile copilului și care cuprinde 30 de membri și desfășoară programe în 118 țări, VIZIUNEA noastră este o lume care respectă, pentru fiecare copil, dreptul său la supraviețuire, educație, protecție și participare, asumându-ne MISIUNEA de a obține progrese importante privind modul în care copiii sunt tratați și producerea schimbărilor imediate și de durată în viața acestora. Peste 3.369.000 de copii au fost implicați în programele organizației.