Checklist bij de richtlijn **Stemmingsproblemen**

Over deze checklist
Stemmingsproblemen en depressieve stoornissen hangen met elkaar samen, waarbij stemmingsproblemen kunnen overgaan in een depressieve stoornis. De beschrijvingen helpen je om een onderscheid te maken tussen beide.

Ga hier direct naar het onderwerp in de richtlijn.

5 typen Richtlijnen Jeugdhulp en Jeugdbescherming

- Basisrichtlijn
- Opgroeien en ontwikkeling
- Gezin en omgeving
- Ontwikkelingsproblemen
- Hulpproces en hulpvorm

Richtlijnen Jeugdhulp en Jeugdbescherming

Wat zijn stemmingsproblemen en wat is een depressieve stoornis?

Stemmingsproblemen

Een kind heeft stemmingsproblemen als het langer dan twee weken emotioneel ontregeld is (verdrietig, somber of heel wisselend in stemming).

- **Verdriet:** Het kind voelt zich vaak verdrietig en dit verdwijnt niet makkelijk door afleiding.
  Signalen: veel huilen, trillende stem, praten over gemis, zeggen dat het zich ‘‘verdrietig’’ of “rot” voelt, meer steun en hulp zoeken dan anders.
- **Somber:** het kind heeft herhalende negatieve gedachten.
  Signalen: teruggetrokken gedrag, angst, eenzaamheid, neerslachtigheid, hulpeloosheid, lege blik, niet oplossingsgericht kunnen denken, moeilijk gebruik maken van sociale steun.
- **Labiliteit:** het kind heeft veel stemmingswisselingen, die niet invoelbaar zijn. De omgeving kan hiervoor geen reden aanwijzen.

Zie ook de signalen van stemmingsproblemen

Depressieve stoornis

Een kind heeft (of ontwikkelt) een depressieve stoornis als:

→ De klachten erger worden en langer duren.
→ De problemen op meerdere gebieden spelen (school, thuis, vrienden).
→ Het kind hierdoor niet meer goed functioneert.

Volgens DSM-5:

- Minimaal **twee weken** duidelijke verandering in stemming en problemen in functioneren.
- Het kind voelt zich depressief, geïrriteerd of heeft geen plezier/interesse meer.

Daarnaast zijn **minimaal vier** van deze kenmerken aanwezig:

- Problemen met eten of gewichtsveranderingen
- Slechte concentratie, besluiteloosheid
- Slaapproblemen (te weinig of te veel)
- Opgewonden, rusteloos of juist geremd
- Vermoeidheid, weinig energie
- Gevoelens van waardeloosheid of schuld
- Gedachten aan zelfdoding of pogingen

Bij stemmingsproblemen is het belangrijk om te kijken naar:

- Hoe ernstig en langdurig deze zijn
- Wat het beloop is van de problemen
- Of er andere problemen (comorbiditeit) zijn
- Hoe afwijkend het gedrag is vergeleken met wat als normaal wordt beschouwd
- Risico- en beschermende factoren (bij kind, gezin, omgeving)
- Gevolgen voor het dagelijks leven en kwaliteit van leven