







Informatīvi materiāli par psihisko veselību

Publicēts: 25.03.2022.

E-grāmatas

-  [Psihiskās saslimšanas, to pazīmes, diagnostika un ārstēšanas metodes](#) 
-  [Padomi saskarsmē, komunikācijā un sadzīvē ar cilvēkiem ar dažādām psihiskām saslimšanām](#) 











Speciālistu raksti un tematiskie ziņojumi

Tematiskie ziņojumi

-  [Ar emocionālām problēmām saistītie ēšanas traucējumi](#) 
-  [Kā cilvēku ar psihiskām saslimšanām motivēt vērsties pēc palīdzības?](#) 
-  [Kā ar bērnu runāt par cilvēkiem ar psihiskām saslimšanām?](#) 
-  [Vai ir iespējams sevi pasargāt no psihiskām saslimšanām?](#) 
-  [Kādēļ cilvēki bieži vien atliek vizīti pie psihiatra?](#) 
-  [Kā reaģēt, ja līdzcilvēks cieš no šizofrēnijas?](#) 
-  [Kad runas par nāvi kļūst bīstamas?](#) 
-  [Spēja pateikt sev un apkārtējiem STOP jeb kā izvairīties no izdegšanas sindroma](#) 

Informatīvi materiāli un pieredzes stāsti

Informatīvi izdevumi par psihisko veselību

-  [Personu pieredzes stāsti \(hroniska endogēna depresija\): Daces stāsts](#) 
-  [Personu pieredzes stāsti \(rekurenti depresīvi traucējumi\): Gunitas stāsts](#) 
-  [Personu pieredzes stāsti \(šizoafektīvi traucējumi\): Leonardas stāsts](#) 
-  [Personu pieredzes stāsti \(adaptācijas traucējumi\): Ritvara stāsts](#) 
-  [Personu pieredzes stāsti \(organiski garastāvokļa traucējumi\): Solvitas stāsts](#) 

[Kādas ir pašnāvības riska pazīmes?](#)

[Pašnāvību novēršana](#)

[Pašnāvību riska faktori](#)

[Pašnāvību novēršana \(Informatīvais materiāls mediju pārstāvjiem\)](#)

[Kas ir neirotiski, ar stresu saistīti traucējumi?](#)

[Kas ir somatoforma veģetatīva disfunkcija?](#)

[Kas ir bipolāri afektīvi traucējumi?](#)

[Kas ir meiga traucējumi?](#)

[Kas ir ēšanas traucējumi?](#)

[Šizofrēnija ģimenē vai draugu lokā](#)

[Kas ir šizofrēnija?](#)

[Kas ir demence?](#)

[Par autismu](#)

[Infografika "Veselīgs miegs"](#)

[Infografika "Pašnāvības: fakti un mīti"](#)

[Infografika "Izdegšana darbā"](#)

[Infografika "Depresija: fakti un pazīmes"](#)

[Infografika "Psihiskā veselība"](#)

[Infografika "Demence"](#)

[Padomi saskarsmē, komunikācijā un sadzīvē ar cilvēkiem ar dažādām psihiskām saslimšanām](#)

[Ieteikumi izglītības iestāžu psihologiem un pedagogiem darbam ar skolēniem, kuriem ir uzvedības un emocionāli traucējumi skolas vidē](#)

[Ieteikumi izglītības iestāžu pedagogiem darbam ar mācību filmām "Katrīna" un "Roberts" emocionālās labklājības veicināšanai un nīrgāšanās mazināšanai skolā un interneta vidē](#)