

# Vinterdepresjon

Ola Uvaas

– Det finnes forskning som slår fast at det finnes noe som heter vinterdepresjon, og så er det noen forskere som går helt imot å bruke dette uttrykket, sier psykolog Turid Moen til NRK.

– De sier at det dreier seg om forventninger vi har til været, og at forventningene ikke er realistiske.

Gyldig diagnose eller ei, en rekke pasienter kommer uansett til psykologen og mener at de har pådratt seg vinterdepresjon.

– Folk som ellers sliter med følelemessige eller psykologiske vansker, vil være ekstra utsatt når vintermørke og elendig vær krever sitt, sier Moen. Det har med personligheten vår å gjøre, og ikke minst med hvordan vi takler motgang.

NRK 26.02.08