Автор: http://www.jlady.ru/
25.07.2012 08:53 - Обновлено 16.05.2018 11:34



Темой сегодняшнего разговора станет такая щекотливая тема, как подростковая депрессия. Наверняка все родители подростков знают, как нестабильна нервная система ребенка в этот период. Он то беспричинно злится или плачет, а через пять минут уже радуется жизни. Как правило, в большинстве случаев

подобная
эмоциональная
нестабильность
объясняется
несколькими
вещами
.

Консультация www.маммолог.онлайн

Консультация www.венеролог.онлайн

В первую очередь, это так процесс так называемого самосознания, переоценки ценно
стей .
Мир для
подростка
буквально
переворачивается
с ног
на
ноги
,
многие
вещи
открываются
для
него
с
другой
,
прежде
неведомой
ему
стороны
.
Согласитесь
,
подобная
психологическая
нагрузка

является
достаточно
тяжелой
даже
для
взрослого
человека
,
не
говоря
уж
про
неокрепшую
психику
ребенка-подростка
. А
прибавьте
к
этому
первую
любовь
,
чаще
всего
несчастную…

И на втором месте находится физическая причина – резкое изменение гормонального фона
ребенка
. В
подростковом
возрасте
происходит
глобальная
гормональная
перестройка
организма
. А это
явление
не
может
пройти
без
последствий

, в
первую
очередь
сказывающихся
на
гормональном
фоне
. Для
того
чтобы
понять
, о чем
идет
речь
,
вспомните
себя
во
время
беременности
.
Тяжело
было
удержать
себя
в
руках
?
То
же
самое
сейчас
происходит
и с
вашим
ребенком
.

В большинстве случаев родители знают об этих особенностях подросткового периода
. И
именно
на
это
списывают

подавленность
,
раздраженность
и
плаксивость
своего
ребенка
.
Однако
всегда
ли
это
именно
так? К
сожалению
, нет. Как
показывают
многочисленные
исследования
психологов
,
примерно
каждый
восьмой
подросток
страдает
от
депрессии
.
Причем
зачастую
достаточно
серьезной
депрессии
,
требующей
немедленной
медицинской
помощи
.

Строго говоря, любая депрессия заслуживает самого пристального внимания со стор
оны
взрослых

людей
.
Ведь
депрессия
– это
серьезное
психологическое
заболевание
,
которое
ни
в
коем
случае
нельзя
пускать
на
самотек
.
Лечением
депрессии
должны
заниматься
детские
психологи
,
которые
досконально
разбираются
во
всех
тонкостях
и
особенностях
подростковой
психики
.
Но
и
от
самих
родителей
зависит
очень
многое
,

ведь
никто
лучше
их
не
знает
их
ребенка
.

Причины развития депрессии

Врачи очень часто сталкиваются с одним и тем же вопросом родителей, узнавших о д
иагнозе
своего
ребенка
–
почему
?
Почему
это
произошло
?
Ведь
ребенка
так
любят
,
ни
в чем ему
не
отказывают
– у
него
лучшая
одежда
,
лучшие
телефоны
,

компьютеры
и
прочие
подростковые
радости
. С ним
проводят
время
,
интересуются
его
жизнью
,
практически
не
ругают
и
не
осуждают
. Что
же
случилось
, где
родители
недосмотрели
?

Но не спешите посыпать голову пеплом и винить себя во всех смертных грехах. Подо
бное
может
произойти
даже
у
самых
ответственных
и
заботливых
родителей
.
Существует
огромное
количество
самых
разнообразных

причин
,
способных
спровоцировать
развитие
подростковой
депрессии
:

- Плохая успеваемость в школе

Многим родителям кажется, что в подростковом возрасте большинство детей совершенно не интересуются учебой. Однако чаще всего это не так – в глубине души ребенок остро переживает все свои неудачи, хотя чаще всего старается не показать виду. Более того – они могут

прятать
эти
переживания
под
маской
равнодушия
или
даже
напускного
бахвальства
.

- Социальный статус ребенка

Для подростка крайне важен его социальный статус в глазах ровесников. Любой ребе
нок
хочет быть если
не
лидером,
то
хотя
бы иметь непререкаемый авторитет и влияние
на
своих ровесников. К
сожалению
, это
происходит
далеко
не
всегда
. И в том
случае
, если
ребенок
чувствует
себя
отверженным сверстниками, до
депрессии
в
большинстве
случаев
рукой подать.

- Психологическая обстановка в семье подростка

Далеко не последнюю роль играет и общая психологическая обстановка в семье. В том случае, если в семье ссоры и скандалы являются обыденным явлением, вряд ли ребенок будет чувствовать себя комфортно. Причем очень многие родители ошибочно полагают, что в том случае, если они будут выяснять отношения таким образом, чтобы этого не слышал ребенок, то он никогда об этом не узнает. Но они сильно ошибаются – подросток все равно почувствует то напряжение, которое будет между родителями.

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - **Диагностика и лечение в Таганроге**

Кстати говоря, ни о какой доброжелательной атмосфере речь не может идти и в том случае, если ссоры происходят между родителями и ребенком. Порой подростковый максимализм приводит к тому, что ребенок даже вполне безобидные замечания родителей воспринимают в штыки и разгорается скандал. Поэтому родители должны в этот непростой период проявить максимум мудрости и выдержки.

- Сексуальная ориентация

К счастью, подобная причина подростковой депрессии встречается редко. Но она все же имеет место быть, поэтому и о ней стоит упомянуть. Речь идет о сексуальной ориентации. Так уж случилось, что на сегодняшний день нетрадиционная сексуальная ориентация не является чем-то из ряда вон выходящим.

Разумеется, для подростков, но не для их родителей. Ребенок прекрасно это осознает и заранее представляет себе реакцию родителей. Никакого выхода из данной ситуации он попросту не видит. А ведь подростки не признают полутонов – или черное, или белое. В итоге у ребенка появляется чувство вины, злости, страха, что все скоро раскроется. И результат – сильнейшая депрессия.

Разумеется, выше перечислены только основные из возможных причин развития депрессии. На самом деле их гораздо больше и сложно однозначно сказать, что

послужит толчком в том или ином конкретном случае.

Признаки подростковой депрессии

Родители немедленно должны обратиться за помощью к психологу в том случае, если ребенок находится в подавленном состоянии на протяжении недели и дольше, а также имеют место иные симптомы депрессии. Какие именно признаки свидетельствуют о возможном наличии у ребенка депрессии, мы вам сейчас расскажем. Но не забывайте о том, что каждый ребенок – это уникальная личность. И вполне может быть, что симптомы будут отличаться в каждом конкретном случае – по совокупности, степени выраженности и прочим показателям. Однако общее представление родители вполне могут составить.

- Замкнутость

В первую очередь разительно изменяется поведение подростка. Еще вчера это был улыбчивый жизнерадостный ребенок, охотно идущий на контакт. А сегодня он всячески избегает любых разговоров, придя из школы, торопится уйти в свою комнату. На все попытки поговорить отвечает кратко и односложно.

- Обрыв контактов с друзьями

Замкнутость касается не только членов семьи, но и друзей ребенка. Он прекращает ходить гулять с ними, общаться по телефону. В особо тяжелых случаях ребенок может даже отказаться выйти к друзьям, если те зашли в гости.

- Рассеянность и забывчивость

В некоторых случаях у ребенка появляется сильная рассеянность и невозможность сосредоточиться на чем-либо, а уж тем более принимать самостоятельно хоть какие-нибудь решения, даже самые простые – чаю выпить или шоколада.

Ребенка становится невозможно о чем-либо попросить – например, он может сходить

в магазин и вернуться с пустыми руками только потому, что он забыл, что ему нужно купить. Или забудет забрать из садика младшую сестренку или братишку. Или потеряет второй по счету за месяц телефон… Чаще всего родители злятся, столкнувшись с подобным поведением, полагая, что все дело в банальной безалаберности и безответственности.

- Изменение аппетита подростка

Родителям также стоит насторожиться, если у ребенка неожиданно изменится аппетит. Причем он может как полностью исчезнуть, так и усилиться в разы – может даже масса тела измениться очень сильно. Кстати говоря, об изменении аппетита – не хотелось бы пугать родителей, но в ряде случаев изменение аппетита – особенно его эпизодическое усиление – может свидетельствовать о том, что ребенок начал злоупотреблять наркотиками.

- Появление чувства усталости и соматические боли

В некоторых случаях ребенок может регулярно жаловаться на болевые ощущения, например, в области живота, спины или головные боли. Родители отводят ребенка к врачу, он обследует его но не находит никаких патологий. Тем не менее, болевые ощущения сохраняются. Врачи называют это явление психосоматическими болями. Они зачастую являются постоянным спутником депрессий.

Кроме соматических болей во время депрессии может наблюдаться синдром хронической усталости. Ребенок чувствует себя обессиленным и разбитым с самого утра, все действия даются ему с трудом, он постоянно хочет прилечь.

- Нарушение нормального режима сна

Иногда постоянная усталость далеко не единственная проблема подростка с депрессией. Очень часто имеет место нарушение сна. Ребенка может мучить либо бессонница, либо, напротив, повышенная сонливость. И одно, и второе состояние должны вызвать у родителей тревогу, так как могут свидетельствовать об очень серьезных нарушениях в работе центральной нервной системы.

- Бунтарское поведение подростка

Порой депрессия дает о себе знать не апатией и безразличием ко всему происходящему, а. напротив, вызывающим и бунтарским поведением. Прежде спокойный и уравновешенный ребенок начинает бунтовать, дерзит родителям. Порой взрослым кажется, что ребенок словно нарочно делает все им наперекор.

В особо тяжелых случаях ребенок может начать курить, употреблять наркотики и алкогольные напитки. Соответственно, могут начаться проблемы с законом. Очень важно, чтобы родители вовремя среагировали и приняли необходимые меры. К огромному сожалению, так происходит далеко не во всех случаях,

ведь
большинство
родителей
проводят
слишком
много
времени
на
работе
.

Как определить подростковую депрессию?

Не менее интересующий родителей вопрос – как диагностировать эту самую депрессию. Однозначного ответа не могут дать даже врачи. Ведь расстройства психики – это не простуда и не аппендицит. И не существует анализов, которые позволили бы обнаружить депрессию. Да и рентген и ультразвуковое исследование в данном случае тоже абсолютно бессильны…

Поэтому психолог вынуждены диагностировать подростковую депрессию, основываясь исключительно на
жалобы
самого
ребенка
или его
родителей
и
педагогов
, а
также
на
результаты
различных
психологических
тестов
,
которые
обязательно
будут
предложены
подростку

.
Исходя
из
всех
полученных
данных
,
врач
оценивает
степень
тяжести
заболевания
,
выясняет
,
есть
ли
у
подростка
склонность
к
самоубийству
,
подбирает
оптимальную
схему
лечения
.

Методы лечения депрессии

На сегодняшний день медицине известно достаточно много способов лечения подростковой депрессии, в том числе психотерапия и медикаментозная терапия. Однако обязательно помните о том, что ни в коем случае недопустимо самостоятельно давать ребенку какие бы то не было фармакологические препараты.

Фармакологи в один голос утверждают, что прием целого ряда антидепрессантов способен не только не улучшить состояние ребенка, но и подтолкнуть его к совершению суицида. Особенно в том случае, если депрессия протекает очень тяжело и находится в запущенной стадии. Поэтому все медикаменты должен подбирать исключительно лечащий врач ребенка.

Кстати говоря, и само лечение должно проводиться исключительно под строгим медицинским контролем. В том случае, если врач заметит те или иные отклонения, он сможет немедленно скорректировать терапию. Родителям же это вряд ли удастся, поэтому не стоит рисковать ребенком и даже пытаться.

Скорее всего, ваш ребенок должен будет посещать психолога или психиатра, которые будут проводить корректирующие сеансы. Иногда ребенок отказывается посещать врача – это значительно усугубляет ситуацию. Поэтому в том случае, если подобное произошло, врачи чаще всего предлагают госпитализацию. Родители ни в коем случае не должны от нее отказываться, ведь на кону стоит самое дорогое – здоровье, а возможно и жизнь ребенка.

Но и от родителей в период лечения зависит не меньше. Для того чтобы состояние ребенка нормализовалось как можно быстрее, ему необходимо чувствовать любовь, заботу и поддержку обоих родителей. Он должен четко осознавать, что вы будете его любить, что бы ни произошло. Ну а в том случае, если взаимоотношения в семье оставляют желать лучшего, подумайте над возможностью посещения семейного психолога. Кто знает, возможно, при помощи специалиста вам удастся восстановить в семье мир и согласие. И депрессия у подростков отступит.