

Депрессия у подростков

Работу выполнила: студентка 1 курса,
гр. П-21, ГБПОУ «ЧИТ»
Баранова Виктория

Подростковый возраст является сложным этапом жизни, который сопровождают разнообразные физические, психологические и социальные преобразования.

Некоторые девушки и юноши переживают подростковый период без особых стрессов и потрясений, однако есть и такие, у которых под воздействием неблагоприятных внутренних и внешних факторов развиваются психические расстройства.

Симптомы депрессии у детей и подростков могут существенно различаться



Симптомы депрессии у подростков

Признаки депрессии у подростков условно можно разделить на 3 большие группы:

- изменения в настроении;
- изменение поведения;
- физиологические перемены.

Исходя из этого, можно выделить следующие симптомы депрессивного расстройства:



1) Апатия

2) Психосоматические боли

3) Эмоциональные перепады

4) Расстройство пищевого поведения

5) Немотивированная тревожность, переживания

Причинами депрессии у подростков могут быть:

❖ Отсутствие друзей

❖ Буллинг

❖ Социальный статус

❖ Изъяны во внешности

❖ Неразделенная любовь

❖ Семейные конфликты

❖ Гормональные изменения

❖ Частые переезды с вынужденной сменой учебного заведения

Что делать родителям

Чтобы не допустить развития осложнений подростковой депрессии вплоть до биполярного расстройства или суицида, при первых признаках патологии необходимо как можно скорее записаться на консультацию к специалисту, который после ряда тестов и диагностических процедур назначит индивидуальную схему терапии.

Как родители могут помочь подростку пережить трудные времена?



Вот несколько рекомендаций от психологов





1

Старайтесь всегда и во всем поддерживать своего ребенка. Подросток должен знать, что оба родителя придут ему на помощь и помогут в любой трудной ситуации. Дайте понять, что вы готовы предоставить необходимую помощь и поддержку.



2

Ограничьте опеку, пусть ребенок знает, что вы доверяете ему и считаетесь с его мнением.

3

Показывайте на собственном примере, как необходимо противостоять сложным ситуациям в жизни.



4

Избегайте разговоров на повышенных тонах, старайтесь поменьше конфликтовать, ищите как можно больше точек соприкосновения, чтобы ребенок никогда не чувствовал себя покинутым и одиноким.



Спасибо за внимание

!!!

