

ДЕПРЕССИЯ И ПОДРОСТОК



Выполнила:
ученица ... класса
Руководитель проекта:

ВВЕДЕНИЕ

Депрессивные расстройства детского и подросткового возраста представляют собой одну из самых сложных медицинских проблем из-за тяжелых социальных последствий, которые включают самоубийство, насилие, наркоманию и отклонения в поведении.



ВВЕДЕНИЕ

Целью работы являются: изучение тяжелого подросткового заболевания -депрессии.

Задачи работы:

- Изучить понятие депрессии;
- Рассмотреть виды депрессии;
- Изучить причины и симптомы депрессии у подростков;
- Провести анкетирование учащихся;
- Дать рекомендации родителям для помощи подростку, находящемуся в депрессии.



1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

1.1. ДЕПРЕССИЯ

Депрессия - это сильная меланхолия с чувством отчаяния и беспокойства.

Депрессия (от лат. *Deprimo* «сжимать», «подавлять») - психологическое расстройство, характеризующееся пониженным настроением (гипотимией), торможением интеллектуальной и двигательной активности, снижением жизненных импульсов, пессимистическими самооценками.



1.2. ВИДЫ ДЕПРЕССИИ

- ТЯЖЕЛАЯ ДЕПРЕССИЯ (ГЛУБОКАЯ ДЕПРЕССИЯ).
- ХРОНИЧЕСКАЯ ДЕПРЕССИЯ.
- БИПОЛЯРНАЯ ДЕПРЕССИЯ.



1.3. ПРОЯВЛЕНИЕ ДЕПРЕССИИ У ПОДРОСТКА

Одно из новообразований подросткового возраста - чувство
взрослости.

Важнейшими процессами переходного возраста являются:

- расширение жизненного мира индивида, круг его общения, групповая принадлежность и увеличение количества людей, на которых она ориентируется.

1.4. СИМПТОМЫ И ПРИЧИНЫ ДЕПРЕССИИ У ПОДРОСТКА

Наиболее частые симптомы депрессии у детей и подростков:

- Частые чувства грусти или раздражительности;
- Торможение двигательной активности;
- Бессонница и другие нарушения сна;
- Раздражительность, перепады настроения и проблемы с поведением;
- Крик;
- Потеря аппетита;
- Социальная изоляция или потеря интереса к другим людям;
- Самоуничижительные идеи, мысли или попытки самоубийства;
- Неудача или ранний уход из школы.

1.4. СИМПТОМЫ И ПРИЧИНЫ ДЕПРЕССИИ У ПОДРОСТКА

Депрессия у ребенка никогда не возникает на пустом месте.

Предпосылки для такого состояния всегда есть.

Скорее всего, подросток столкнулся со стрессовой ситуацией, и в силу возраста он не мог ее принять и правильно пережить. И этого вполне достаточно для хрупкой детской психики.



1.4. СИМПТОМЫ И ПРИЧИНЫ ДЕПРЕССИИ У ПОДРОСТКА

1. Гормональные изменения.
2. Реалии взрослого мира.
3. Юношеский максимализм.
4. Семейные конфликты.
5. Нет друзей.
6. «Несовершенная» внешность.
7. Часто переезжайте.
8. Издевательства в школе.
9. Зависимость от интернета и компьютерных игр.
10. Безответная любовь или первый неудачный сексуальный опыт.



1.5. ВЛИЯНИЕ ДЕПРЕССИИ НА ПОДРОСТКА И ЕГО ЖИЗНЬ

1. ПРОБЛЕМЫ В ШКОЛЕ.
2. ПОБЕГ ИЗ ДОМА.
3. ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКАМИ И АЛКОГОЛЕМ.
4. НИЗКАЯ САМООЦЕНКА.
5. ИНТЕРНЕТ ЗАВИСИМОСТЬ.
6. ОТЧАЯННОЕ И БЕЗРАССУДНОЕ ПОВЕДЕНИЕ.



1.6. РАЗНИЦА МЕЖДУ ДЕПРЕССИЕЙ У ВЗРОСЛЫХ И ПОДРОСТКОВ

- РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ, ГНЕВ ИЛИ ПЕРЕПАДЫ НАСТРОЕНИЯ.
- НЕОБЪЯСНИМАЯ БОЛЬ.
- КРАЙНЕ КРИТИЧНЫ.
- ЗАМЫКАНИЕ В СЕБЕ.



1.7. ЛЕЧЕНИЕ ДЕПРЕССИИ

Психотерапевт - это врач, который помогает пациентам справиться с психическим заболеванием.

Чтобы поставить диагноз, врач проводит с пациентом беседу, в ходе которой оценивает его состояние.

Диагностика помогает установить точное заболевание, сопровождающее подростка, а также определить метод лечения.



2. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

2.1. АНКЕТИРОВАНИЕ

При анкетировании респонденты заявили, что их депрессивное состояние улучшится при поддержке родных и близких друзей, использовании рационального отдыха, планировании своего времени, ведении здорового образа жизни (занятия спортом, правильное питание).



2.2. РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Семейная атмосфера очень важна для формирования детской психики. Родители всегда обратят внимание на нестандартное поведение ребенка. Я составила список рекомендаций для родителей, чтобы они сразу же могли помочь подростку.

<ul style="list-style-type: none">- Разговаривайте в комфортной для него обстановке. <i>Постарайтесь выяснить, что именно вызвало беспокойство и такой результат.</i>- Помогите укрепить его самооценку. <i>Покажите ему, насколько он важен и значим для вас и окружающих.</i>- Узнайте о его увлечениях, чем он интересуется, что делает пока вы на работе.- Ограничьте опеку, дайте почувствовать, что вы ему доверяете.- Дайте право выбора, не стоит все решать за него.- Постарайтесь не критиковать, а направлять на правильное действие.- Исключите разговоры на повышенных тонах, постарайтесь не конфликтовать.- Найдите общий интерес. <i>Это может быть совместная вечерняя прогулка или катание на велосипедах, или игра в футбол.</i> <i>Посещайте мастер – классы: рисуйте и творите.</i>
<p style="text-align: center;"><i>Если вы понимаете, что ситуация не поддается вашему контролю, не затягивайте с походом к специалисту!</i></p>

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ПОДРОСТКОВАЯ ДЕПРЕССИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ПРЕПЯТСТВИЕМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА, ОНА РАЗРУШАЕТ СОЦИАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ, НЕГАТИВНО ВЛИЯЕТ НА СПОСОБНОСТИ ПОДРОСТКА, ВЫЗЫВАЕТ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ СТРЕСС И УСИЛИВАЕТ НЕГАТИВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ И ДРУГИХ ЛЮДЯХ.

