

Depresja



wśród nastolatków



Czym jest depresja?

Termin „depresja” jest używany do nazwania stanów psychologicznych, zespołów objawów i zaburzeń psychicznych, których głównym symptomem jest obniżenie podstawowego nastroju. Depresja jest chorobą, która wpływa na wszystkie obszary życia osoby chorej. Jej wielowymiarowość oraz fakt angażowania wszystkich płaszczyzn funkcjonowania chorego sprawia że jest zaburzeniem koniecznie wymagającym leczenia. Depresja jako stan jest najczęstszym problemem psychologicznym.

Przygnębienie czy depresja?

Cechy umożliwiające odróżnienie zwykłej „chandry” od depresji:

- ✱ obraz kliniczny i nasilenie zaburzeń
- ✱ czas trwania zaburzeń
- ✱ funkcjonowanie
- ✱ skuteczność farmakoterapii

Przyczyny zaburzeń depresyjnych:

Środowisko rodzinne:

- ❑ okazywania krytycznego stosunku do dziecka: chłód ze strony rodziców, brak akceptacji, niskie zainteresowanie wychowaniem, wysoka kontrola w okresie dzieciństwa
 - przy jednoczesnym silnym nacisku rodziców na osiągnięcia, nadmierna krytyczność.
- ❑ niskie rodzicielskie nagradzanie
- ❑ doświadczenie przemocy w domu, utrata rodzica
- ❑ stres rodzinny, m.in. problemy ekonomiczne rodziny, bezrobocie oraz poważna choroba członka rodziny
- ❑ depresja jednego lub obojga rodziców

Inne czynniki:

- zmiana zamieszkania, zawód miłosny, rozstanie z przyjacielem
- obawa przed szarym, ubogim życiem, pozbawionym perspektyw.
- lęk przed niektórymi nauczycielami i przedmiotami, a także rówieśnikami, którzy niekiedy brutalnie manifestują brak akceptacji.

Objawy według Kępińskiego:

■ Depresja apatyczno – abuliczna (bierność, obniżenie nastroju, uczucie pustki i braku sensu życia, nuda, bezczynność, picie alkoholu, ekscesy seksualne, zachowania niszczycielskie)

■ Depresja buntownicza (częste konflikty z dorosłymi, nasilone zachowania agresywne, gniew, poczucie niskiej wartości, autoagresja, ucieczki z domu, zachowania aspołeczne)

■ Depresja rezygnacyjna (brak wiary we własne możliwości, przekonanie o ciągłych , nieuniknionych niepowodzeniach i klęskach, rezygnacja z marzeń, z zainteresowań, z kariery, z miłości; lęk przed przyszłością, poczucie bezradności)

■ Depresja labilna (zmienność nastroju, duża amplituda wahań, pustka uczuciowa, myśli i zachowania samobójcze)

■ Inne objawy: płaczliwość, zmiany apetytu, kłopoty ze snem, objawy somatyczne (bóle stawów, głowy, poczucie osłabnięcia, zawroty głowy, bóle w klatce piersiowej itd.) , pogorszenie pamięci, spowolnienie myślenia, nadmierna wrażliwość na krytykę.

Duże ilości leków



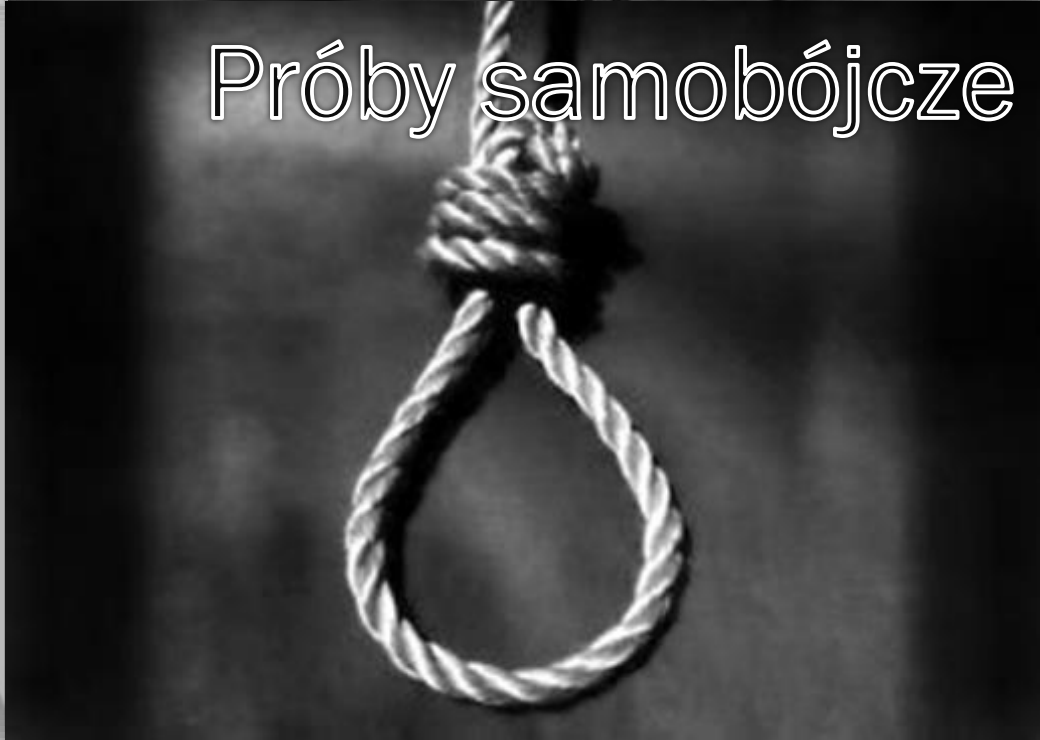
Sięganie po alkohol



Narkomania



Próby samobójcze



Jak rozpoznać, jak zapobiec:

Aby rozpoznać:

- ❖ znać objawy depresji
- ❖ uważnie obserwować wychowanka

Aby zapobiec:

- okazywać ciepło i zainteresowanie wychowankiem
- okazywać „zachowania wyrażające miłość”, „liberalne” i „nagradzające”
- nie stosować zbyt wysokich wymagań i oczekiwań w stosunku do dziecka
- nie unikać problemów wychowanka
- walczyć by nie stracić kontaktu z adolescentem

Elżbieta Trzęsowska-Greszta „Depresja wieku dorastania”

Rozdziały:

- „przygnębienie czy depresja”
- „typy depresji młodzieńczej w ujęciu Kępińskiego”
- „funkcjonowanie w depresji”
- „współwystępowanie depresji z innymi zaburzeniami”
- „czynniki genetyczne”
- „właściwości rodzicielskie”
- „depresja rodziców i inne cechy środowiska rodzinnego”