



# ***Детская депрессия***

Подготовила:  
Рыжкова Светлана Николаевна,  
старший воспитатель БМАДОУ № 41



# Детская депрессия

— один из видов психоэмоциональных нарушений, которые выражаются у ребенка в определенных поведенческих и соматических симптомах. Появиться это заболевание может и в самом раннем возрасте (до 3 лет), но чаще и наиболее ярко проявляет себя в подростковый период. Именно с этим связаны участившиеся случаи самоубийства среди подростков.





Психоэмоциональные расстройства молодеют с каждым годом.

Это связано с общей невротизацией населения земного шара.

Неврозы, психозы, депрессии стали постоянными спутниками жителей

крупных городов, поэтому трудно ожидать, что наше поколение может вырастить детей с совершенно здоровой нервной системой и психикой. И все-таки каждому родителю хочется знать, что он может сделать для благополучия любимого чада.

Депрессия у детей проявляется по-разному, через разные симптомы, в зависимости от возраста ребенка и причин заболеваниям.

Трудности с диагностикой этого недуга в раннем, дошкольном и младшем школьном возрасте возникают потому, что вплоть до 10-12 лет ребенок еще не в полной мере осознает самого себя и свои чувства, и не может охарактеризовать свое состояние как «грусть, печаль, тоску». В этих возрастных группах, детская депрессия чаще выражена через соматические симптомы, то есть различного рода физические недомогания у ребенка. Это приводит лишь к длительным и мало результативным походам по врачам, и, увы, к закреплению болезни в психике и нервной системе малыша.

# Ранний возраст: от 0 до 3 лет

Чаще всего, депрессии возникают на психологической почве, но у малышей до 3 лет для возникновения такого заболевания требуются более существенные причины:

- Патологии внутриутробного развития (внутриутробная гипоксия плода, внутриутробные инфекции, и.т.д.).
- Патологические, проблемные роды или врожденные нарушения (родовая асфиксия, энцефалопатия новорожденных, и.т.д.).
- Перенесенные в раннем возрасте тяжелые заболевания.
- Наследственные причины, когда некоторые члены семьи страдали от психических или неврологических нарушений.
- Разрыв эмоциональной связи с матерью (вследствие помещения в детский дом или по иной причине), ребенок утрачивает чувство безопасности и защищенности.
- Тяжелая, существенно нарушенная семейная обстановка, в которой растет ребенок (алкоголизация родителей, шумные скандалы в доме, агрессия и насилие в семье).

# Ранний возраст: от 0 до 3 лет

Первые четыре причины можно условно назвать биологическими. Вследствие любой из них может возникнуть определенное нарушение в работе мозга, и в результате возникает депрессия у детей раннего возраста. Последние две причины можно условно считать психологическими, но по факту, в силу возраста, ребенок ощущает их физически (например, при скандалах в семье ребенок раннего возраста страдает и его развитие нарушается в первую очередь потому, что страх громких звуков – врожденный, и такой стрессор слишком мощный для малыша).

# Ранний возраст: от 0 до 3 лет

## Симптомы депрессии

у ребенка раннего возраста могут проявляться следующим образом:

- снижение аппетита, частые рвоты и срыгивания;
- задержка в прибавке веса;
- моторная заторможенность, замедленность движений;
- симптомы задержки общего и психоэмоционального развития;
- плаксивость, капризность.

При наличии таких симптомов, обследовать малыша и назначать лечение должен педиатр и детский невропатолог.

# Дошкольный возраст: от 3 до 6-7 лет

Ребенок растет, и психика его усложняется, на нее оказывает воздействие все большее количество факторов – семейная атмосфера, первый опыт социализации (поход в детские дошкольные учреждения), лавинообразное развитие мышления и речи, которое происходит в этот период. И сами признаки (симптомы) заболевания в этом возрасте уже выглядят иначе, очень часто проявляются соматически (через различные недомогания). По ребенку уже можно понять его настроение, и хотя он сам еще этого не осознает, но внимательные родители могут замечать нарушения в этой области.



# Дошкольный возраст: от 3 до 6-7 лет

## Симптомы депрессии:

- нарушение двигательной активности, сниженный тонус, недостаток энергии, потеря интереса к любимым играм и занятиям;
- стремление к уединению, избегание контактов; печаль, ребенок пока осознает это как «скучно и хочется плакать»;
- страхи темноты, одиночества, смерти; скупая мимика, тихий голос, «старческая походка»;
- разнообразные соматические недомогания (боли в животе, расстройство желудка, ломота в теле, головные боли).

# Дошкольный возраст: от 3 до 6-7 лет

Что касается причин заболевания, важно понимать, что они могут накапливаться постепенно. Да, в дошкольном возрасте вступают в силу психологические и социальные причины стресса. Но это не значит, что ребенок в этом возрасте может заполучить депрессию только на этой почве (например, после развода родителей). Вполне возможно, что биологическая причина депрессии была и раньше (например, перинатальные нарушения), но организм ребенка справлялся с ней на ранних этапах. А после добавления еще и психологических причин — стартовало развитие депрессии. Поэтому важно проводить качественную диагностику и обязательно пройти обследование у невропатолога при депрессии у ребенка любого возраста.

Таким образом, в дошкольном возрасте, помимо тех причин, что вызывают депрессию до 3 лет, заболевание может быть вызвано еще и такими:

1. Психологические причины. основополагающая из них именно в этом возрасте – семейная атмосфера, стиль воспитания. Ребенок, растущий в гармоничной атмосфере при эффективной воспитательной модели, получает своего рода иммунитет к любым невротическим нарушениям. Родители закладывают ему базу спокойствия и уверенности в себе, он куда меньше подвержен стрессам. Другое дело – если в семье скандалы, родители на грани развода, а ребенка воспитывают с помощью крика и физической силы. Такая обстановка приводит к невротизации даже самого неврологически устойчивого организма.

2. Социальные причины. Ребенок вступает в период формирования социальных отношений, начинает посещать детский коллектив, испытывает конфликт между своими желаниями и необходимостью учитывать желания и требования окружающих.

Наиболее подвержены развитию депрессии дети-меланхолики, со слабой и неустойчивой нервной системой.

Но даже такому ребенку можно помочь укрепить свое психическое здоровье.

Если симптомы депрессии проявились у ребенка в возрасте от 3 до 6-7 лет, необходимы консультации и совместная помощь целого ряда специалистов:

1. Консультация педиатра – для общего осмотра и стандартных обследований и анализов.
2. Консультации профильных специалистов, исходя из физических симптомов недуга (например, если ребенок жалуется на боли в желудке – необходима консультация детского гастроэнтеролога). Это необходимо чтобы исключить наличие действительно серьезных соматических болезней.
3. Консультация детского невропатолога – чтобы определить есть ли биологические причины для развития болезни, нормально ли развиты и функционируют мозг и нервная система ребенка.
4. При исключении других нарушений, и постановке диагноза «депрессия» - лечение у детского психотерапевта.

Ключевую роль в этой возрастной группе имеет сотрудничество семьи с детским психологом (психотерапевтом).

Создание благоприятного психоклимата в семье и гармоничная модель воспитания способны разрешить львиную долю невротических проблем у ребенка дошкольного возраста.

