

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

ОСОБЕННОСТИ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ ПОДРОСТКОВ

Герасименко Ольга Сергеевна

аспирант

Самарский филиал Московского городского педагогического университета

Самара, Россия

olga.gerasimenko.76@bk.ru

В статье раскрываются теоретические подходы к понятию «депрессия», «депрессивное состояние» подростков в современных отечественных исследованиях. Самая распространённая форма эмоциональных нарушений – это депрессивные состояния. Проблемой является увеличение количества больных детей с депрессией. Депрессивные состояния, приводящие к заболеванию, часто вовремя не распознаются. В статье приводится обзор нескольких современных диагностик эмоционального неблагополучия для выявления нарушений в личностном развитии детей и подростков. Анализ исследований позволяет сделать вывод о распространённости в подростковом возрасте депрессивных состояний, что обусловлено их внутренними и внешними изменениями, связанными с принятием правил, связанных с взрослой жизнью, поиском своего места в системе новых отношений. Перспективным является дальнейшее исследование депрессивных расстройств с целью оптимизации диагностики и психологической помощи.

Ключевые слова: депрессия, депрессивное состояние, подростковый возраст, соматизированная депрессия, эмоциональные нарушения.

FEATURES OF DEPRESSIVE STATES OF ADOLESCENTS

Gerasimenko Olga Sergeevna

Postgraduate student

Samara Branch of Moscow City University

Samara, Russian Federation

olga.gerasimenko.76@bk.ru

The article reveals theoretical approaches to the concept of "depression", "depressive state" of adolescents in modern domestic research. The most common form of emotional disorders is depressive states. The problem is an increase in the number of sick children with depression. Depressive states leading to the disease are often not recognized in time. The article provides an overview of several modern diagnostics of emotional distress to identify violations in the personal development of children and adolescents. The analysis of the studies allows us to conclude about the prevalence of depressive states in adolescence, which is caused by their internal and external changes associated with the adoption of rules related to adulthood, the search for their place in the system of new relationships. Further research of depressive disorders is promising in order to optimize diagnosis and psychological care.

Keywords: depression, depressive state, adolescence, somatized depression, emotional disorders.

Сложность и непредсказуемость мира влияет на эмоциональность детей и подростков. В настоящее время увеличивается число детей с личностными отклонениями, такими как эпизоды тревоги и страха, навязчивость, грубость, неуспеваемость в учёбе, вегетативные на-

рушения, что приводит к депрессивному расстройству у детей и подростков¹. Наиболее частой причиной обращения к психологу за последние несколько лет, согласно статистическим данным, являются именно расстройства в эмоциональной сфере.

Депрессивные переживания и состояния являются самой распространённой формой эмоциональных нарушений. Существование депрессии в детстве признают большинство исследователей, так как это подтверждается увеличением больных детей, подверженных ей.

Без должного внимания психологическая сущность депрессивных состояний оставалась долгое время. Наиболее полно депрессия изучалась в рамках клинического подхода. В связи с этим можно предположить, что депрессивные состояния в детском и подростковом возрасте часто не распознаются.

К. А. Бабиянц и М. И. Шульжицкая указывают, что проблема депрессии находится у многих исследователей разных стран в центре внимания. Сложность ее изучения обусловлена многообразием и разновидностью проявлений, разностью в понимании термина «депрессия» (заболевание, симптом, синдром), размытостью клинико-психопатологических границ, противоречивостью классификации, отсутствием чёткости в критериях².

А. Э. Адаханбекова и С. Н. Молчанов определяют депрессию как угнетенное состояние, которая характеризуется упадком сил, равнодушием к общественной жизни, отказом от выполнения важных дел и поручений³.

В исследовании С. Антви-Дансо, депрессия определяется как серьезное эмоциональное расстройство, которому подвержены люди всех возрастов, включая детей и подростков. Она характеризуется устойчивым состоянием грустного и раздражительного настроения, потерей интереса и удовольствия в жизни. Эти чувства сопровождаются рядом дополнительных симптомов, которые влияют на аппетит и сон, уровень активности и концентрации внимания, а также на самочувствие⁴.

Подростковая депрессия в последнее время все чаще диагностируется как отечественными, так и зарубежными психиатрами, однако данная тема остается открытой для научных исследований⁵.

При этом чаще депрессия выступает в форме соматизации. Симптомы соматизированной депрессии не указывают на психическое расстройство. Рассматриваются специалистами в качестве реакции организма на чрезмерные нагрузки или действия стресса.

О. А. Идобаева отмечает, что понятие «депрессия» до настоящего времени остается спорным и неоднозначным. Оно используется как характеристика настроения (*depressive mood*), название синдрома (*depressive syndrom*) и отдельного заболевания (*depressive disorder*)⁶.

Депрессия как диагноз относится к медицинскому профилю, поэтому важно изучение депрессивных состояний, как проявление психологических механизмов, связанных как с особенностями подросткового возраста, так и с индивидуально-типическими характеристиками подростков. «Именно депрессивные состояния, как тревожный сигнал эмоционального неблагополучия подростка, не являясь сами по себе однозначным симптомом болезни и по-

¹ Антви-Дансо 2007, 3.

² Бабиянц, Шульжицкая 2017.

³ Адаханбекова, Молчанов 2021.

⁴ Антви-Дансо 2007, 3.

⁵ Адаханбекова, Молчанов 2021.

⁶ Идобаева 1998, 5.

этому не всегда вызывая к себе достаточно внимательное отношение специалистов и родителей, заслуживают систематического исследования»⁷.

Т. А. Родермель описывает депрессию как психологическое расстройство, которое характеризуется пониженным настроением (гипотимией), торможением интеллектуальной и моторной деятельности, снижением витальных побуждений, пессимистическими оценками себя и своего положения в окружающей действительности, соматоневрологическими расстройствами. Она влияет на весь организм человека, на его чувства, мысли и поступки, а также на его социальную адаптацию. Но чаще депрессия определяется как депрессивное состояние, которое отличается большим многообразием и распространенностью⁸.

Выделяют различные факторы, способствующие развитию депрессивного состояния у детей и подростков.

О. В. Югова в качестве причин детской депрессии указывает на материнскую депривацию, педагогическую аффективность и жестокость, смерть значимого для ребенка человека или животного, влияние депрессии одного из родителей или длительного воздействия стрессового, психотравмирующего фактора. Такое неблагополучие ребенка проявляется в поведении, настроении, деятельности и не может быть им установлено и устранено самостоятельно. Причиной депрессивного состояния могут быть как органические причины (нарушение биохимических процессов в головном мозге, генетическая предрасположенность, родовые травмы), так и психологические травмы (развод родителей, смерть близких, переезд, смена образовательного учреждения, конфликты в семье). Также причинами депрессии являются нарушение детско-родительских отношений и отношений в детском коллективе; длительный стресс, тревожная обстановка и даже учебные перегрузки. Чем младше ребенок, тем труднее распознать это состояние, так как оно проявляется во многом как соматическое расстройство – нарушение сна, аппетита, беспричинный плач или, наоборот, отрешенность от происходящего, отставание в сенсомоторном, эмоциональном, познавательном и речевом развитии, отсутствие характерной для текущего возраста деятельности и интересов⁹.

Е. А. Дурасова отмечает особую важность психосоциальных факторов в развитии депрессивных состояний у подростков. Их важность заключается в том факте, что подростки формулируют свою идентичность и определяют себя в терминах социальных отношений, испытывают растущую потребность в близости и все больше озабочены своим статусом среди сверстников¹⁰.

Н. М. Иовчук считает, что вероятность возникновения у современных подростков депрессивности повышают следующие факторы:

- негативный образ тела (что может приводить к депрессии и расстройствам пищевого поведения по мнению многих специалистов);
- возросшая способность к критическому осмыслению развивающейся личностью своего будущего (когда происходит фиксация на вариантах негативных исходов и может повышать риск развития депрессивности);
- дисфункция семьи или проблемы психического здоровья родителей (могут вызывать стрессовые реакции и приводить к депрессии и поведенческим расстройствам);

⁷ Идобаева 1998, 6.

⁸ Родермель 2017, 82.

⁹ Югова 2021, 135.

¹⁰ Дурасова 2021, 74.

- супружеские разводы или развод и экономические затруднения в семье (вызывают стресс и депрессию);
- низкая популярность среди сверстников (один из самых надежных предсказателей депрессии у взрослых и связывается с депрессией в подростковом возрасте);
- низкая школьная успеваемость (ведет к развитию депрессивности и нарушениям поведения у мальчиков, но не сказывается столь негативно на девочках)¹¹.

Для подросткового возраста характерны негативные переживания, такие как раздражительность, замкнутость, мрачность, тревожность, агрессия по отношению к близким людям. У них может снижаться успеваемость, ухудшаться поведение в школе. Это может быть как возрастными особенностями данного периода взросления, так и начинающейся депрессией, выражающейся в депрессивном состоянии.

Требуется современная и качественная диагностика подобного неблагополучия для уменьшения риска возникновения нарушений в развитии личности.

Изучение исследований, направленных на изучение особенностей депрессивных состояний подростков в работах К. А. Бабиянц и М. И. Шульжицкой¹², Т. А. Родермель¹³ выявило в обоих случаях использование шкалы депрессии М. Ковач. Результаты теста выявляют состояние без депрессии, легкое снижение настроения, субдепрессию, или маскированную депрессию, критический показатель или риск депрессивного заболевания (рассматривается в качестве показателя для углубленного изучения ребенка или подростка на предмет идентификации депрессивного заболевания).

Анализ описания результатов проведенных исследований позволил выявить, что «депрессия может проявляться в подростковом возрасте в виде тревожности, психоэмоционального напряжения и психосоматических симптомов»¹⁴, и «диагностика показала, что большому числу подростков состояние депрессии не свойственно и выражена она лишь у 13 % испытуемых, а у остальных присутствуют лишь отдельные депрессионные симптомы (пониженное настроение, ангедония), которые могут быть ситуативными»¹⁵.

Е. Э. Адаханбекова и С. Н. Молчанова указывают на широкую распространённость среди подростков депрессивных состояний, отмечают «обусловленность их внутренними и внешними изменениями, когда дети не готовы принять новые правила, связанные с взрослой жизнью, не понимают сложившихся отношений между людьми, не находят свое место в обществе»¹⁶.

Таким образом, депрессивное состояние распространено среди подростков, что обусловлено их внутренними и внешними изменениями, когда дети не готовы принять новые правила, связанные с взрослой жизнью, не понимают сложившихся отношений между людьми, не находят свое место в обществе. Развитие депрессии у подростков опасно для их психического здоровья и жизни, так как состояние недостаточной родительской или медицинской помощи может выйти за пределы собственного состояния, когда оно переживается в одиночку.

¹¹ Иовчук 1999.

¹² Бабиянц, Шульжицкая 2017.

¹³ Родермель 2017.

¹⁴ Бабиянц, Шульжицкая 2017, 36.

¹⁵ Родермель 2017, 86.

¹⁶ Адаханбекова, Молчанов 2021, 26.

Распространённость депрессивных состояний у подростков обуславливает необходимость дальнейшего изучения клинико-динамических характеристик депрессивных расстройств с целью оптимизации диагностики и психологической помощи.

Литература / References

1. Адаханбекова Е. Э., Молчанов С. Н. Депрессии в подростковом возрасте // DIZWW. 2021. № 19-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/depressi-v-podrostkovom-vozroste> (дата обращения: 10.03.2023).
2. Антви-Дансо С. Взаимосвязь депрессивных состояний и успешности обучения школьников (на примере детей Республики Ганы): спец. 19.00.04 «Медицинская психология»: автореферат дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2007. 24 с. EDN: ZNEVEN.
3. Бабиянц К. А., Шульжицкая М. И. Особенности проявления депрессивных состояний в подростковом возрасте // Северо-Кавказский психологический вестник. 2017. № 2. С. 29–38. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proyavleniya-depressivnyh-sostoyaniy-v-podrostkovom-vozraste> (дата обращения: 10.03.2023).
4. Дурасова Е. А. Депрессивное состояние подростков, причины его возникновения // Педагогика: история, перспективы. 2021. Т. 4, № 6. С. 72–77. DOI: 10.17748/2686–9969–2021–4-6-72-77.
5. Родермель Т. А. Влияние информационных технологий на проявление симптоматики депрессивного состояния у подростков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6, № 3А. С. 81–89.
6. Идобаева О. А. Исследование эмоционального неблагополучия современных подростков как предпосылка коррекционной работы школьного психолога: спец. 19.00.07 «Педагогическая психология»: автореферат дис. ... канд. психол. наук. М., 1998. 26 с. EDN: ZKRXHH.H.M.
7. Иовчук А. А. Северный. Депрессии у детей и подростков. М.: Школа-Пресс, 1999. 80 с.
8. Югова О. В. Влияние социально-психологических факторов и семейной среды на психическое развитие ребенка // Специальное образование. 2021. № 1(61). С. 127–139. DOI: 10.26170/1999-6993_2021_01_10. EDN: QLTSLT.