**Депрессия у подростков.**

**Помощь рядом**

Депрессия – серьезное психическое заболевание, которое может затронуть не только взрослых, но и подростков.

Типы депрессии у подростков:

**Дисфорическая** депрессия характеризуется тоскливо-злобным настроением, конфликтностью, агрессией и грубостью. Подростки выказывают недовольство и злость по отношению к взрослым, особенно к родителям. Из-за этого часто возникают семейные конфликты. Такое поведение может привести к бегству из дома, присоединению к асоциальным компаниям и другим проблемам. Тревожная депрессия характеризуется сниженным настроением и чувством опасности. Подростки постоянно чувствуют напряжение и беспокойство, они ощущают неуверенность в будущем и ожидают негативных событий. У них наблюдаются физиологические реакции, например, изменения в ритме сердца.

**Дисморфофобическая** депрессия. Дети испытывают чувство собственной неполноценности из-за физических недостатков и несоответствия «стандартам красоты». В отличие от нервной анорексии, они пассивны и удрученные, чувствуют себя малоценными и никчемными из-за лишнего веса и внешних недостатков. Это сопровождалось снижением аппетита и идеями самоунижения.

**Астеноапатическая** депрессия проявляется через быструю утомляемость, слабость, снижение двигательной активности, трудности в общении и чувство уныния. Подростки с такой депрессией стремятся к одиночеству, ощущают себя неполноценными и испытывают проблемы в отношениях с родителями и близкими.

 **Маскированная** депрессия. Жалобы ипохондрического характера, они усугубляют существующие соматические заболевания. Пониженное настроение, отсутствие аппетита и повышенная утомляемость, что приводило к отказу от школьных занятий и заданий.

Если вы заметили подобные признаки у вашего подростка, не стесняйтесь обратиться за помощью к психиатру. Раннее обнаружение и лечение депрессии могут значительно облегчить жизнь вашего ребенка и помочь ему вернуться к нормальному состоянию.

Автор: [АППАРАТ УПР](https://www.deti22.ru/author/writer/)