Детская депрессия: источники и последствия

Детской депрессии присущи: беспокойство, страх и грусть. В американском классификаторе детских расстройств депрессия относится к широкополосной классификации подконтрольных расстройств. Невеселые дети с чрезмерными страхами не соответствуют идеальному образу счастливого и непосредственного ребенка. Они кажутся чрезмерно подконтрольными тому, как они относятся к окружающим. Ключевым позитивным моментом является то, что в 80% случаев детские фобии проходят сами по себе в течение 2-х лет. При этом лечение может ускорить процесс, но не всегда является обязательным (Hampe, Noble, Miller, & Barret, 1973). Кроме того, ранние проблемы, связанные с подконтрольными расстройствами в виде тревожности и социальной отстраненности, в отличие от недостаточно контролируемых расстройств и связанных с ними дефицитом внимания, гиперактивностью и расстройствами поведения, как правило, не предвещают проблем адаптации во взрослой жизни (Robins, 1979). На фоне недостаточно контролируемых расстройств подконтрольное расстройство в виде депрессии выглядит более устойчивым.

Подконтрольные расстройства выявить еще сложнее, чем недостаточно контролируемые. Узкополосные диагностические категории для данной группы расстройств зачастую расплывчаты и противоречивы. Происходит это из-за того, что определение детской психопатологии зависит от социального суждения взрослого, который не всегда может адекватно оценить чувства детей. Очевидно, что поведение оценить намного проще.

Прежде, чем начать изучать научные исследования и споры касаемо детской депрессии, важно разобраться в терминологии. Слово «депрессия» обычно используется как синоним грусти и одиночества. Однако, в клинической терминологии оно имеет более конкретное значение. С точки зрения профессионалов взрослый или ребенок в состоянии депрессии должен демонстрировать изменения в поведении и когнитивном функционировании. Депрессия может проявляться в следующих симптомах:

- изменение веса и аппетита
- возбуждение или замедление двигательной активности
- бессонница
- апатия
- потеря удовольствия от обычной деятельности
- снижение либидо у взрослых
- потеря энергии

Помимо этого, возможны следующие изменения в когнитивном функционировании:

- чувство вины и бесполезности
- жалобы на неспособность сосредоточится

- замедленное мышление
- повторяющиеся мысли о смерти
- предположения о самоубийстве

Из вышеперечисленного видно, что клиническая депрессия включает в себя больше, чем обычно подразумевается, когда люди говорят, что они чувствуют себя подавленными или находятся в депрессии.

В дискуссиях о детской депрессии можно обнаружить значительные разногласия. Существует даже утверждение, что из-за незрелого когнитивного и личностного развития у детей невозможна клиническая депрессия. По крайней мере, у детей младшего возраста точно не может возникнуть депрессивное состояние, аналогичное состоянию взрослого человека.

Однако, большинство исследователей все же сходятся во мнении о существовании некой «детской депрессии». При этом, до конца прийти к единому мнению о том, что это за понятие, у специалистов не получается (Kazdin, 1989). Один из главных споров связан с тем, можно ли точно определить, когда дети испытывают аффективные, когнитивные и поведенческие нарушения, которые составляют клиническую депрессию (Lefkowitz & Burton, 1978; Kazdin, 1989; Cantwell, 1990). Многие симптомы депрессии, такие как аппетит и нарушение сна, встречаются у детей с такой высокой частотой, что их считают нормальными явлениями (Lefkowitz & Burton, 1978). Или, например, причины и частота плача у взрослых и детей сильно отличаются (Cicetti & Pogger-Hesse, 1981). Кроме того, множество вопросов у исследователей вызывают вопросы о том, насколько дети разных возрастов осведомлены о своей внутренней жизни. Если даже дети знают о своих неприятных чувствах и мыслях, насколько точно они могут их описать взрослому человеку? Может ли ребенок дошкольного возраста сказать о том, что у него депрессия? Некоторые исследования показывают, что 5-ти летние дети редко признаются в том, что им грустно. А вот дети в возрасте 6-7 лет уже чаще распознают в себе эмоции. Существует предположение, что возрастной переход от предоперационной мысли к стадии конкретных операций связан с осознанием своих внутренних чувств и информировании о них (Glasho Aboud, 1982). При этом в отчетах о госпитализированных детях в возрасте от 6-ти до 13-ти лет с диагностированной депрессией мало согласия относительно уровня грусти, которую испытывает ребенок. Дети и родители давали разные показания (Kazdin, French & Unis, 1983).

Увеличение частоты диагноза депрессии среди детей старшего возраста характеризуют 2 факта:

1) Сложность постановки диагноза у детей младшего возраста
2) Депрессивное расстройство проявляется в полной мере только тогда, когда когнитивные способности ребенка достигают стадии формальных операций. В

амбулаторных и стационарных условиях депрессия у детей до 10-ти лет диагностируется редко. Однако, частота образцов резко возрастает в подростковом и взрослом возрасте. Не зря специалисты в шутку называют депрессию у взрослых «простудой психопатологии» (Seligman, 1973).

Одним из неблагоприятных последствий подростковой депрессии является сопутствующее увеличение подростковых самоубийств. Смерть по причине самоубийства идет третьей в списке причин детской смертности. Первое и второе места занимают несчастные случаи и убийства. Исследование (Rubenstein, Huren, Horsman, Rubin & Stockler, 1988) показало, что 20 процентов учащихся средней школы имеют суицидальные наклонности. Это в 3 раза больше, чем в 60-х годах прошлого столетия. 75% из детей, склонных к суициду, не получили никакой помощи в течение года после попытки уйти из жизни.

Женщины совершают попытки самоубийства чаще, но мужчины, особенно с белым цветом кожи, с большей долей вероятности доводят начатое до конца. Женщины чаще используют пассивные методы: передозировку наркотиков и яд. Мужчины предпочитают использовать активные методы: повешение, стрельба, взрывчатка.

По сути, самоубийство связано с общим ощущением всепоглощающей безнадежности. К вторичным причинам относятся (Miler, Chiles & Barnes, 1982; Cohen, Sandler, Bermann, & King, 1982):

- накопление неблагоприятных жизненных обстоятельств (например, семейные конфликты)
- потеря члена семьи из-за болезни, смерти или развода
- разрывы или проблемы романтических отношений и дружбе
- школьные неудачи
- задержание при совершении преступного деяния, запрета и испытанное вследствие этого смущение
- реальное или даже воображаемое психическое или физическое заболевание

Подростки, которые пытаются совершить самоубийство, зачастую чувствуют, что у них нет источника эмоциональной поддержки. Они часто отчуждаются не только от своих семей, но также от сверстников. Именно это дает ощущение изоляции и беспомощности.

Многие подростки предупреждают свое окружение о намерении совершить самоубийство. Любые угрозы должны восприниматься взрослыми всерьез, независимо от возраста ребенка. В таблице ниже перечислены причины попытки самоубийств, озвученные одиннадцатью детьми разного возраста.

ПРИЧИНЫ ДЛЯ СОВЕРШЕНИЯ СУИЦИДА ПОЛУЧЕННЫЕ ПРИ ОПРОСЕ

ВОЗРАСТ	ОЗВУЧЕННЫЕ РЕБЕНКОМ ПРИЧИНЫ
5.2	«Чтобы быть рядом с моим умершим братишкой. Тогда мама будет любить меня так же сильно, как его».
7.6	«Я не хотел, чтобы папа побил меня тростью».
9.0	«Мне лучше умереть».
9.3	«Чтобы спать долго-долго.... и обрести покой».
11.0	«Голос сказал мне убить себя, чтобы я не убил свою сестру».
11.4	«Все меня стыдят».
11.8	«Я обуза для семьи».
11.10	«Во мне сидит дьявол».
11.11	«Я совершенно бесполезен».
12.4	«Я зол».
12.7	«Я расстроен и зол».

Оригинальная статья: E. Mavis Hetherington, Ross D. Parke – The biological bases of behavior. Child Psychology. A contemporary viewpoint. Fourth edition, 1993
Автор перевода: Золотухина Мария Сергеевна
Редакторы: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна
Источник изображения: unsplash.com
Ключевые слова: психопатология развития ребенка, депрессия, депрессия у детей, как понять что с ребенком что-то не так, детский суицид, причина детских суицидов, ребенок думает о смерти, детская депрессия, псиблог психопатология развития, распространенные нарушения развития

