ДЕПРЕССИЯ.

В литературных источниках выделено 8 типов детской депрессии.

1.ТРЕВОЖНАЯ ДЕПРЕССИЯ. В основе – ощущение беспричинной и беспредметной тревоги, внутреннего беспокойства, при которых временами возникают опасения конкретного характера. Как правило, преобладают двигательное беспокойство, неусидчивость, стремление к постоянной смене места, нарастание тревоги в вечернее и ночное время, бессонница. Максимально выраженная тревога приводит к двигательной «буре», безудержному движению.

2.ДЕПРЕССИЯ СО СТРАХОМ (БОЯЗЛИВАЯ). Также протекает с выраженным беспокойством, ощущением нависшей угрозы и конкретным страхом за свою жизнь и здоровье, и близких. Наибольших масштабов страх достигает, как правило, ночью, сопровождаясь нарушением засыпания, прерывистостью сна, устрашающими сновидениями.

3.ВЯЛАЯ (ТОРМОЗИМАЯ, АДИНАМИЧЕСКАЯ) ДЕПРЕССИЯ. Характеризуется прежде всего снижением побуждений, вялостью, безразличием, ленью, безрадостностью, тусклостью эмоциональных реакций.

4.ЗЛОБНАЯ (ДИСФОРИЧЕСКАЯ) ДЕПРЕССИЯ. Проявляется в недовольстве собой и окружающими, раздражительности, придирчивости, недоброжелательности, неприязни к близким и постоянном ворчливом брюзжании при субъективном отсутствии причин для этого. Злобной депрессии присуще психопатоподобное поведение (нарушение дисциплины, тяжелые и нелепые реакции протеста, негативизм, агрессивность).

5СОМАТИЗИРОВАННАЯ ДЕПРЕССИЯ. Преобладают различного рода неприятные телесные ощущения, вегетативные расстройства, соматические жалобы.

6.СТУПИДНАЯ ДЕПРЕССИЯ. Характерна речевая заторможенность при незначительно выраженном торможении моторики и стертости депрессивного аффекта. При длительном характере возникает «депрессивная псевдодибильность» типа олигофрении.

7.СЛЕЗЛИВАЯ ДЕПРЕССИЯ. Сопровождается почти постоянным плачем с обильными слезами, при этом жалобы на плохое настроение отсутствуют (или не могут быть высказаны в связи с ограниченными возможностями возраста).

8.СУБСТУПОРНАЯ ДЕПРЕССИЯ. Это почти полная обездвиженность, отсутствие или снижение реакции на окружающих, отказ от еды, временная приостановка в развитии, регресс поведения и навыков. Наблюдаются периодическое застывание, изменение мышечного тонуса, чередование обездвиженности с эпизодическим двигательным возбуждением.

ДЕПРЕССИВНОЕ СОСТОЯНИЕ.

Депрессивные расстройства у детей дошкольного возраста возникают чаще, чем их диагностируют : признаки обнаруживаются у каждого третьего ребенка, при этом отмечается увеличение их частоты.

Наиболее часто такие дети жалуются на боли в животе, головные боли, усталость, плохой сон, отсутствие аппетита и пр. Они становятся плаксивыми, капризными, теряют интерес к играм, общению. Изменяется и их внешний вид: отмечаются бледность кожных покровов, вялость, шаркающая походка. Они производят впечатление человека, страдающего тяжелым заболеванием.

ДО 3 ЛЕТ.

1.У вас «тихий ребенок», предпочитающий молча сидеть в уголке и не любящий подвижные игры

2.Он почти не проявляет интереса к новым игрушкам, книжкам и редко задает вопрос «почему?», которым едва научившиеся говорить дети обычно засыпают родителей.

3.Его трудно уложить в постель, часто просыпается по ночам, днем выглядит вялым и сонливым.

4.Плохо ест, накормить такого «малоежку» - проблема.

5.Отличается склонностью к запорам.

6.Сосет палец.

7.Ставит вас в тупик внезапными приливами горьких слез, капризами, приступами двигательного возбуждения.

ОТ 4 ДО 6 ЛЕТ.

1.Ребенок неулыбчив, неразговорчив, медлителен.

2.Его глаза постоянно на «мокром месте».

3.Быстро устает, легко отвлекается, с трудом сосредоточивается на игре или задании.

4.Время от времени им овладевает внезапная тревога. В такие моменты малыш начинает рыдать, метаться, разбрасывает игрушки, не слушает уговоров.

5.Боится ездить в лифте, спать в темноте, просит не закрывать дверь в детскую или демонстрирует другие страхи.

6.Часто видит плохие сны, просыпается, иногда с криком. Проснувшись, не помнит, что именно ему снилось и как он вел себя при этом.

7.Периодически жалуется на боль в животе, голове и других частях тела.

8.Кусает пальцы, грызет ногти, накручивает на палец прядь волос или выдергивает их.

9.Утверждает, что его никто не любит, спрашивает: «Мама, я твой ребенок?»

10.Страдает тиком, энурезом, энкопрезом.

ОТ 7 ДО 10 ЛЕТ.

1.Постоянно пребывает в тоскливом настроении.

2.Не успевает выполнить классную работу, долго делает домашнюю, плохо запоминает стихи, не укладывается в нормативы по чтению. Тяжело переживает эти неудачи.

3.Поведение вызывает нарекания учителей: он бывает дерзким, неуправляемым, грубым, раздражительным, дерется с одноклассниками, может сбежать с уроков.

4.Часто и долго болеет с длительным повышением температуры до 37 – 37,5.

5.Беспокоят запоры, а также психологические проблемы и расстройства, свойственные дошкольному возрасту.

ОТ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ.

1.Подросток постоянно ходит с выражением скорби на лице.

2.Склонен к самобичеванию, мрачным мыслям и заявлениям из разряда «всё надоело», «тоска».

3.Небрежен в одежде, забывает почистить зубы, причесаться, вымыть голову, не встает под душ, если не проследить.

4.Недоволен собственной внешностью.

5.Неумерен в еде или, наоборот, отказывается от пищи в стремлении похудеть.

6.Неважно учится, конфликтует с учителями и вами.

7.Часто простуживается, постоянно болит голова, имеются болезни с неврологическим «подтекстом», например, гастрит, язвенная болезнь или дискинезия желчного пузыря.

3 – 4 УТВЕРДИТЕЛЬНЫХ ОТВЕТА – повод показат ребенка психологу или психоневрологу: вполне возможно, тревога окажется ложной, но отмести подозрения все же необходимо.

 ЕСЛИ ВЫ СОГЛАСНЫ С БОЛЬШИНСТВОМ ВЫСКАЗЫВАНИЙ – диагноз не вызывает сомнений. Срочно обратитесь к специалистам!

Шкала стресса у детей дошкольного возраста. Различные события оказывают разное влияние на уровень стресса детей – чем выше показатель, тем больше стресс (максимальное количество баллов – 100).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **события** | **2 – 5лет** | **6 – 7лет** |
| Рождение брата или сестры | 50 | 50 |
| Уход из дома брата или сестры | 39 | 36 |
| Госпитализация брата или сестры | 37 | 41 |
| Смерть брата или сестры | 59 | 68 |
| Поступление в ДОУ, школу | 42 | 46 |
| Перевод в другую группу, класс, ДОУ | 33 | 46 |
| Разлука родителей | 74 | 78 |
| Развод родителей | 78 | 84 |
| Потеря работы родителями | 23 | 38 |
| Отъезд отца из – за смены работы | 36 | 45 |
| Госпитализация одного из родителей (болезнь) | 51  | 55 |
| Смерть одного из родителей | 89 | 91 |
| Смерть бабушки или дедушки | 30 | 38 |
| Появление отчима или мачехи | 62 | 65 |
| Появление третьего взрослого (дедушка, бабушка) | 39 | 41 |
| Изменение финансового положения родителей | 21 | 29 |
| Мать начинает работать | 47 | 44 |
| Уменьшение ссор между родителями | 21 | 25 |
| Увеличение ссор между родителями | 44 | 51 |
| Увеличение ссор с родителями | 39 | 47 |
| Известие о том, что ты приёмный ребёнок | 33 | 52 |
| Приобретение какого – либо уродства | 52 | 69 |
| Врождённое уродство | 39 | 60 |
| Госпитализация ребёнка | 59 | 62 |
| Изменение отношения ровесников | 38 | 51 |
| Выдающиеся личные успехи | 23 | 39 |
| Смерть близкого друга | 38 | 53 |
| Переезд в другой город | 50 | 50 |