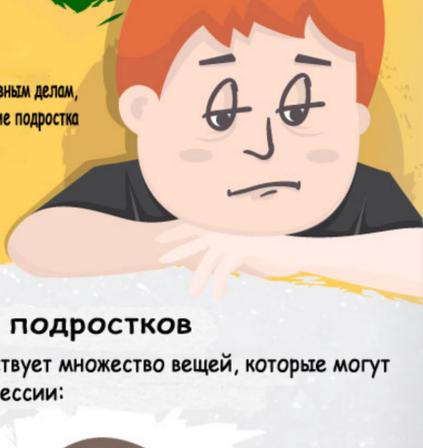


Реальность Подростковой Депрессии

Подростковая депрессия — эмоциональное расстройство, которое может быть причиной постоянного чувства печали и отсутствия интереса к ежедневным делам, которое может повлиять на повседневные мысли и поведение подростка



Трудности подростков

В жизни подростков существует множество вещей, которые могут послужить причиной депрессии:

Давление со стороны сверстников

Академические ожидания

Изменения в теле

Развитие хороших взаимоотношений



Факты о подростковой депрессии

1 из 8 подростков сталкивается с депрессией

Лишь 1 из 5 подростков получает помощь



возраст от 15 до 44

Большое депрессивное расстройство является одной из основных причин утери трудоспособности среди американцев в возрасте от 15 до 44 лет

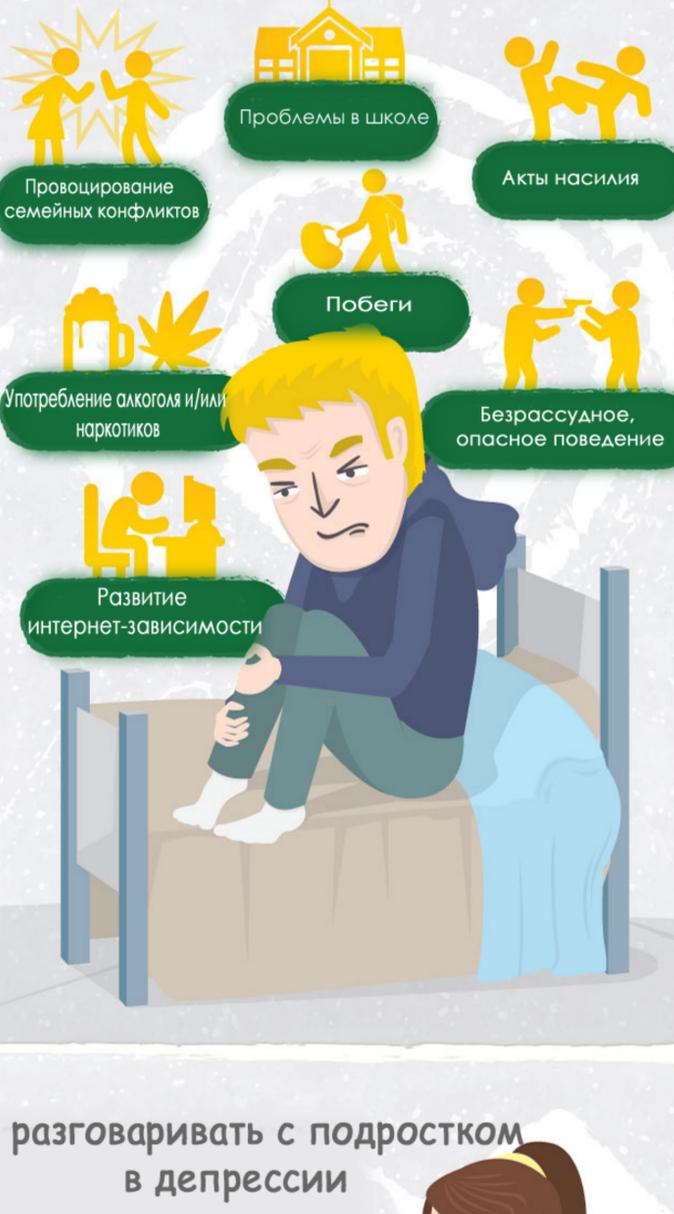
Будьте готовы помочь: узнайте о признаках депрессии

Несколько признаков, которые могут быть сигналом, что подросток столкнулся с депрессией и нуждается в помощи



Долгосрочные последствия непреодоленной подростковой депрессии

Будьте в курсе отрицательных эффектов депрессии. Способы, которыми дети пытаются справиться с негативными эмоциями



Как разговаривать с подростком в депрессии

Необходимо показать свою заботу подростку. Несколько советов, как это сделать:

- ✓ Предложите искреннюю поддержку
- ✓ Будьте деликатны, но настойчивы в вопросах
- ✓ Слушайте без нотаций
- ✓ Принимайте чувства ребенка такими, как они есть



Помощь подросткам, страдающим от депрессии: поиск решения

Подростковая депрессия может быть очень разрушительной, если ее не лечить. Что могут предпринять родители, если они заметили признаки депрессии у своего ребенка:



Оригинал: <http://liahonaacademy.com/> перевод: Павел Гришель

SOURCES
<http://www.helpguide.org/articles/depression/teen-depression-signs-help.htm>
<http://www.nlm.nih.gov/health/publications/depression-in-children-and-adolescents/index.shtml>
<http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/teen-depression/basics/definition/dcn-20035222>
<http://www.webmd.com/depression/guide/teen-depression>
<http://www.healthline.com/health/adolescent-depression#Overview1>
<http://www.about-teen-depression.com/depression-statistics.html>

