

**Научная статья**

DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-6-72-77

УДК159.99

**ДЕПРЕССИВНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОДРОСТКОВ,
ПРИЧИНЫ ЕГО ВОЗНИКНОВЕНИЯ****Елена Алексеевна Дурасова**

Кубанский государственный университет

г. Краснодар, Россия

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>durasovaelena0@gmail.com

Аннотация: Проблема депрессивного состояния подростков, является значимой для определения детей группы риска, психолого-педагогической коррекции состояний и гармоничному развитию личности ребенка, а также она является актуальной в настоящее время. В статье описана депрессия, как психологический феномен, оказывающий негативное состояние на все сферы жизнедеятельности подростка. В данной работе рассмотрены предполагаемые факторы развития депрессивного состояния в подростковом возрасте, такие как одиночество, низкая самооценка, нарушение межличностных взаимодействий со сверстниками, их важность в этом возрасте заключается прежде всего в том факте, что подростки склонны определять себя и формулировать свою идентичность в терминах социальных отношений. Данное теоретическое исследование продемонстрировало, что депрессия, низкая самооценка и одиночество в подростковом возрасте могут предсказать социальную дезадаптацию и плохое здоровье во взрослой жизни, поэтому требует своевременного вмешательства специалиста и индивидуальной коррекционной работы. Эта статья будет полезна практикующим психологам, педагогам-психологам, педагогическим работникам, студентам психологических специальностей, а также родителям подростков и самим подросткам.

Ключевые слова: депрессия, одиночество, самооценка, подросток, взаимоотношения.

Для цитирования: Дурасова Е.А. Депрессивное состояние подростков, причины его возникновения // Педагогика: история, перспективы. 2021. Том 4. № 6. с. 72-77
DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-6-72-77

Original article**DEPRESSIVE STATE OF TEENAGERS, THE REASONS OF ITS OCCURRENCE****Elena A. Durasova**

Kuban State University

Krasnodar, Russia

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>durasovaelena0@gmail.com

Abstract. The problem of depressive state of adolescents, is significant for identifying children at risk, psychological and pedagogical correction of states and harmonious development of the child's personality, as well as it is relevant at the present time. The article describes depression as a psychological phenomenon that has a negative state on all spheres of adolescent life. In this paper the supposed factors of depression development in adolescence, such as loneliness, low self-esteem, violation of interpersonal interactions with peers, their importance at this age lies primarily in the fact that teenagers tend to define themselves and formulate their identity in terms of social relationships. This theoretical study demonstrated that depression, low self-esteem, and loneliness in adolescence can predict social maladjustment and poor health in adulthood, therefore requiring timely specialist intervention and individualized remedial work. This article will be useful to practicing psychologists, educational psychologists, educators, students of psychology, as well as parents of adolescents and adolescents themselves.

Keywords: depression, loneliness, self-esteem, teenager, relationships.

For citation: Durasova E.A. Depressive state of teenagers, the reasons of its occurrence. *Pedagogy: history, prospects*. 2021. Tom. 4 No 6. С. 72-77

DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-6-72-77

Депрессия – одно из наиболее распространенных психических расстройств, распространенность которого в течение жизни составляет около 20%. От него страдают более 300 миллионов человек во всем мире (Всемирная организация здравоохранения, и ожидается, что к 2030 г. он станет основной причиной болезней). Депрессия характеризуется стойким плохим настроением в сочетании с нарушениями когнитивных функций (например, безнадежностью относительно будущего, раздражительность, идеи вины и неполноценности, нарушение внимания и концентрации, проблемы со сном и аппетитом и суицидальные мысли [1] (Всемирная организация здравоохранения). Депрессия может возникнуть в любом возрасте и часто встречается у подростков.

Депрессия чаще всего начинается в подростковом возрасте, а подростковая депрессия связана с большей хронизацией и риском. Детство и юность – это время непрерывного социального, когнитивного и нейробиологического развития. Кроме того, симптомы депрессии могут перерасти в более серьезные психические проблемы, включая большое депрессивное расстройство [2]. Считается, что депрессия возникает в межличностном контексте, и проблемные межличностные отношения часто называют предикторами депрессии. Молодежная депрессия связана с рядом негативных долгосрочных функциональных и клинических результатов, таких как школьные трудности, нарушение межличностных отношений, злоупотребление психоактивными веществами, суицидальным поведением, проблемами с физическим здоровьем, со сложностями во взаимоотношениях.

Патогенез и лежащие в основе механизмы, которые приводят к развитию депрессии в подростковом возрасте, очевидно сложны, но есть некоторые свидетельства того, что психосоциальные факторы, включая межличностные отношения, особенно актуальны в этот период жизни (Ньютон, Доктор, Реддин, Мерлин и Хиллер). Их важность в этом возрасте заключается прежде всего в том факте, что подростки склонны определять себя и формулировать свою идентичность в терминах социальных отношений, испытывают растущую потребность в близости и все больше озабочены своим статусом среди сверстников, определяемый как «степень, в которой детей принимают и отвергают их сверстники». То есть неприятие сверстников в детстве и подростковом возрасте связано с повышенным риском депрессивного настроения. Помимо отвержения со стороны сверстников, существуют другие переменные риска в отношениях со сверстниками, которые играют роль в развитии депрессивных симптомов. Например, детская диадическая дружба, которую можно отличить от детского социометрического статуса, связаны с чувством депрессии. То есть дети и подростки, оставшиеся без друзей, были более подавлены, чем другие [3]. Позитивные отношения дают подросткам чувство принадлежности к группе сверстников, становясь – согласно теории постановки целей – основной целью социального развития до подросткового возраста. Кроме того, принятие сверстниками способствует получению социальной поддержки, помогает устранить пагубные последствия стрессовых переживаний, улучшает самооценку подростков и, таким образом, снижает риск психосоциальных проблем.

Напротив, неприязнь к сверстникам отражает не только неприятие, но и негативные суждения со стороны других, и может указывать на наличие аффективного конфликта, антагонизма, антипатии, враждебности и активного социального отторжения. Негативные взаимодействия вызывают психологический стресс и, в свою очередь, увеличивают риск интернализации проблем, включая одиночество и депрессию.

Различные аспекты социальных отношений подростков были изучены как факторы риска депрессии, включая межличностные конфликты, непопулярность в группе сверстников, социальную изоляцию, отсутствие общественного признания, отсутствие социальной поддержки или отсутствие друзей. Среди этих

факторов одиночество, по-видимому, играет заметную роль. Исследования показывают, что одиночество испытывает значительная часть школьников, и оно неизменно считается значимым предиктором депрессии [4]. Подобно депрессии одиночество – распространенное состояние и серьезная проблема общественного здравоохранения. По статистике около 30 миллионов взрослых людей часто чувствуют себя одинокими. Распространенность одиночества среди подростков, вероятно, еще выше. Одиночество – это, по сути, неприятное и стрессовое эмоциональное состояние, наполненное печалью и тревогой, источники которого лежат в несоответствии между ожидаемым и воспринимаемым состоянием межличностных отношений человека. Кроме того, можно ожидать, что чувство одиночества предвещает усиление депрессивных симптомов [5].

Существует также теория о роли низкой самооценки на развитие депрессии, особенно детской самооценки. Например, согласно моделям депрессии «уязвимость-стресс», негативные стрессовые жизненные события, такие как плохой опыт общения со сверстниками, могут быть интернализированы в неадаптивные самосхемы. Эти негативные представления о себе могут впоследствии вызвать усиление депрессивных симптомов. Действительно, связь между низкой самооценкой и депрессивными симптомами в подростковом возрасте была продемонстрирована в многочисленных исследованиях. Депрессия развивается у лиц с нестабильной самооценкой, теряющих наружную опору, нужную для поддержания устойчивого вида себя. Во всех исследовательских работах, можно увидеть, что те, кто рассматривал личную деятельность выше, чем это было на самом деле, чаще подвергались возможности становления депрессивного состояния и депрессии. По воззрению научных работников, есть тесная связь между появлением подавленного состояния и уровнем самомнения ребенка. Довольно нередко ведущей предпосылкой депрессии считается, например, постепенное снижение человеком собственной самооценки, лучших привлекательных черт и наград. Это случается, как правило, под воздействием неблагоприятных мыслей о себе [6].

Таким образом, подростковый возраст считается критическим периодом в изучении возникновения депрессивных симптомов и одиночества, а также взаимосвязей между ними. Это главным образом потому, что было продемонстрировано, что депрессия, низкая самооценка и одиночество в подростковом возрасте могут предсказать социальную дезадаптацию и плохое здоровье во взрослой жизни. Принимая во внимание также тот факт, что риск одиночества достигает пика в подростковом возрасте, становится ясно, что выход из этого возраста без решения этих двух взаимосвязанных психосоциальных проблем может иметь серьезные и далеко идущие негативные последствия для жизни пострадавших людей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Солодка Е.В., Логинов И.П., «К проблеме депрессивных расстройств у подростков» Дальневосточный медицинский журнал, no. 2, 2014, p. 127-133.

2. Аллен, Дж. П., Инсабелла, Г., Портер, М. Р., Смит, Ф. Д., Лэнд, Д., и Филлипс, Н. (2006). Социально-интерактивная модель развития депрессивных симптомов в подростковом возрасте. Журнал консалтинговой и клинической психологии, 74 (1), 55–65.
3. Баумейстер, Р.Ф., Лири, М.Р. (1995). Потребность в принадлежности: желание межличностных привязанностей как фундаментальная мотивация человека. Психологический бюллетень, 117 (3), 497–529.
4. Арчибальд, Ф.С., Бартоломью, К., и Маркс, Р. (1995). Одиночество в раннем подростковом возрасте: тест модели когнитивного несоответствия одиночества. Бюллетень личности и социальной психологии, 21 (3), 296–301.
5. Ашер, С.Р., Уиллер, Вирджиния (1985). Одиночество детей: сравнение статуса отвергнутого и игнорируемого сверстника. Журнал консалтинговой и клинической психологии, 53 (4), 500–505
6. Болдуин, С.А., Хоффманн, Дж. П. (2002). Динамика самооценки: анализ кривой роста. Журнал молодежи и подростков, 31 (2), 101–113.

REFERENCES

1. Solodkaya EV, Loginov IP, «On the problem of depressive disorders in adolescents» Far Eastern medical journal, no. 2, 2014, p. 127-133.
2. 2.Allen, J.P., Insabella, G., Porter, M.R., Smith, F.D., Land, D., & Phillips, N. (2006). A socially interactive model of the development of depressive symptoms in adolescence. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74 (1), 55–65.
3. Baumeister, R.F., and Leary, M.R. (1995). Need for belonging: The desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. Psychological Bulletin, 117 (3), 497-529.
4. Archibald, F.S., Bartholomew, K., & Marks, R. (1995). Loneliness in early adolescence: A test of the loneliness cognitive disparity model. Bulletin of Personality and Social Psychology, 21 (3), 296-301.
5. Asher, S.R., and Wheeler, Virginia (1985). Loneliness of children: comparison of the status of the rejected and ignored peer. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53 (4), 500-505
6. Baldwin, S.A., and Hoffmann, J.P. (2002). Self-Assessment Dynamics: Growth Curve Analysis. Journal of Youth and Adolescents, 31 (2), 101-113.

Информация об авторе: Елена Алексеевна Дурасова, кафедра педагогики и психологии, Факультет педагогики, психологии и коммуникативистики Кубанский государственный университет.
г. Краснодар, Россия

Научный руководитель: Светлана Сергеевна Игнатович доцент, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи

Information about the author: Elena Alekseevna Durasova, Department of Pedagogy and Psychology, Faculty of Pedagogy, Psychology and Communication Studies, Kuban State University, Krasnodar, Russia
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>
durasovaelena0@gmail.com

Scientific adviser: S.S. Ignatovich Associate Professor, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology

The author has read and approved the final manuscript.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted: 22.11.2021

Одобрена после рецензирования и доработки / Approved after reviewing and revision: 11.12.2021

Принята к публикации / Accepted for publication: 27.12.2021

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов / The author declares no conflicts of interests.