

Depression bei Kindern



Depression bei Kindern: Bereits vor dem zehnten Lebensjahr können Kinder an Depressionen erkranken und leiden dann besonders stark darunter. Denn anders als Erwachsenen fällt es ihnen in diesem Alter noch schwer, die ständige Niedergeschlagenheit, Aggressivität oder Lustlosigkeit zu deuten und verbal zu äußern.

Allgemein sind Depressionen der Verlust von Freude und Zufriedenheit sowie der Wahrnehmung positiv besetzter Erlebnisse. Betroffene schildern meist alles düster, haben kaum Mut und Zuversicht und kein positives Selbstwertgefühl.

Wie lassen sich Depressionen bei Kindern feststellen?

Hinweise auf Depressionen bei Kindern sind besonders vielfältig und können sich in körperlichen Beschwerden ebenso niederschlagen wie in aggressivem Verhalten oder Apathie.

- Auffälligkeiten im Verhalten sind etwa Ausdruckslosigkeit im Gesicht, viel und häufiges Weinen, keine Lust zu spielen, schnell zornig sein, Schlaflosigkeit, Lustlosigkeit, Teilnahmslosigkeit, Schwierigkeiten in der Schule, Hoffnungslosigkeit, mangelndes Selbstvertrauen oder Ängstlichkeit.
- Körperliche Beschwerden können sein: scheinbar grundlose Schmerzen in Bauch, Kopf oder anderen Körperteilen, große Müdigkeit, Trägheit oder Erschöpfung.
- Stets ernst zu nehmen ist es, wenn Kinder und Jugendliche Selbstmordgedanken oder Selbstmordabsichten äußern. Dies deutet auf eine ernste Krise hin, der eine Depression zugrunde liegen kann.
- Je älter das Kind ist, beispielsweise mit Beginn der Pubertät, können übersteigerte Aggressionen, die ohne Anlass entstehen, ein Anzeichen depressiven Verhaltens sein.

Entscheidend ist, dass Eltern und anderen Personen des Umfeldes die Auffälligkeiten bereits über einen längeren Zeitraum beobachten konnten. Denn eine depressive Verstimmung, die durch einen ungeklärten Konflikt entsteht, ist nicht mit der Diagnose der Depression zu verwechseln. Selbst Fachleuten fällt eine eindeutige Diagnose oft nicht leicht.

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

Wie kommt es bei Kindern zu Depressionen?

Depression bei Kindern

by HappyDaddy - <http://wir-sind-alleinerziehend.de/depression-bei-kindern/>

Oftmals fehlt den betroffenen Kindern Anerkennung, was bereits in frühen Jahren zu mangelndem Selbstbewusstsein führt. Letztlich kommt es vermutlich erst durch das Zusammenspiel mehrerer genetischer, psychologischer und Umweltfaktoren dazu, dass sich daraus eine Depression entwickelt. Eine eindeutige Erklärung aus der Wissenschaft zur Entstehung der Depression gibt es jedoch noch nicht.

Bekannt ist, dass Ereignisse wie die Scheidung der Eltern, Tod eines Elternteils oder eines nahen Familienangehörigen, Trennung von einem geliebten Menschen oder Erfahrungen wie Armut, sexueller Missbrauch, Leistungsdruck in der Schule, Hänseleien von anderen Kindern, ein erlittener Unfall oder Erlebnisse mit den Depressionen eines Angehörigen Auslöser für eine Depression sein können. Verunsicherungen, die die Entwicklung vom Kind zum Jugendlichen (Pubertät) bis zum jungen Erwachsenen mit sich bringen, stellen Herausforderungen dar und können ebenso in die Depression führen.

Depression bei Kindern: Was können Eltern tun?

Ein Kind muss vor allem erfahren, dass seine Eltern Respekt vor seinen Gefühlen, seiner Privatsphäre und seiner Würde haben. Eltern tragen entscheidend zu einem stabilen Selbstwertgefühl ihres Kindes bei und dazu, dass es eine gesunde Beziehung zu sich selbst und seiner Umwelt aufbaut und seine Willens- und Urteilskraft entwickelt:

- Den Gefühlen ihrer Kinder sollten Eltern offen und verständnisvoll begegnen. Je ernster sie die Gefühle ihres Kindes nehmen, umso mehr kann es sich zu einer selbstbewussten Persönlichkeit entwickeln.
- Kinder brauchen klare Aussagen über die Erwartungen an sie. Gleichzeitig müssen ihre Ängste und Gedanken zur Kenntnis und ernst genommen werden.
- Situationen, in denen sich ein Kind bestätigt fühlt, seine Fähigkeiten und seinen Erfolg zeigen kann, sind besonders wichtig. Diese Situationen sollten Eltern nutzen, um Leistungen anzuerkennen und zu belohnen.
- Entsprechend dem Alter des Kindes sollten ihm eigene Aufgaben und genügend Raum für deren eigenständige Erfüllung gegeben werden.
- Krisen, die Kinder erleben, sollten sie nach Möglichkeit gemeinsam bewältigen. Eltern sollten ihr Kind unterstützen und Hilfestellungen anbieten, um gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Depression bei Kindern Beratung

Sollten Sie den Verdacht haben, dass Ihr Kind an einer Depression leidet, sollten Sie sich mit dem Umfeld des Kindes austauschen: Beobachtungen von Erziehern, Familienangehörigen und/oder Lehrern können maßgeblich zum Erkennen einer Depression beitragen.

Unterstützung und Hilfe finden Sie zudem bei Erziehungsberatungsstellen, Familienberatungsstellen, beim Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten und/oder einem Kinder- und Jugendlichenpsychiater. All diese Anlaufstellen können helfen, Aufschlüsse auf das Verhalten Ihres Kindes zu geben.

Ist von Fachleuten gesichert eine Depression diagnostiziert worden, sollte Ihr Kind eine sofortige psychotherapeutische Begleitung erhalten. In der Psychotherapie steht die Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit im Vordergrund. In einer Spieltherapie etwa werden Ausdrucks- und Verhaltensweisen erprobt, die langfristig zu Lösungsstrategien in Krisenfällen führen.

Eine medikamentöse Behandlung mit Antidepressiva wird bei Kindern eher selten und nur in Extremfällen von schweren Depressionen (mit Suizidgedanken und -versuchen) durch den Facharzt eingesetzt.

wir-sind-alleinerziehend: **Wir lieben Alleinerziehende!**

Depression bei Kindern

by HappyDaddy - <http://wir-sind-alleinerziehend.de/depression-bei-kindern/>



Quelle: www.bmfsfj.de Bundesministerium für Familie, Karin Reuter, eigene Recherchen