

Wissenswertes für Familien

Nr. 56: Das depressive Kind

Nicht nur Erwachsene werden depressiv; auch Kinder und Jugendliche können depressiv werden. Die gute Nachricht dabei ist, dass die Depression eine gut behandelbare Krankheit ist.

Depression wird definiert als eine Krankheit bei der die Gefühle einer Niedergeschlagenheit lang andauern und dabei mit Funktionsstörungen bei Kindern und Jugendlichen verbunden sind. Bis zu 5% der Kinder und Jugendlichen sind von einer Depression betroffen. Kinder unter Stress, die Verluste zu verarbeiten haben, oder die eine Aufmerksamkeits-, Lern- bzw. Verhaltensstörung aufweisen oder unter Ängsten leiden, haben eine höhere Anfälligkeit für eine Depression. Depressionen werden auch häufig vererbt.

Das Verhalten depressiver Kinder und Jugendlicher unterscheidet sich oft vom Verhalten des depressiven Erwachsenen.

Kinder- und Jugendpsychiater raten Eltern, aufmerksam mögliche Anzeichen einer Depression bei ihrem Nachwuchs zu beachten.

Falls ein oder mehrere dieser Anzeichen einer Depression anhaltend auftreten, sollen Eltern um Rat fragen:

- Häufige Traurigkeit und Weinen
- Nachlassendes Interesse an Aktivitäten; plötzlich auftretende Unfähigkeit ehemalige Lieblingsaktivitäten zu genießen
- Hoffnungslosigkeit
- Anhaltende Langweile; wenig Energie
- Sozialer Rückzug; geringes Kommunikationsbedürfnis
- Geringes Selbstwertgefühl und Schuldgefühle
- Extreme Empfindlichkeit hinsichtlich Zurückweisung und Fehler
- Verstärkte Reizbarkeit, Zorn, oder Feindseligkeit
- Beziehungsschwierigkeiten
- Häufiges Klagen über körperliche Beschwerden, wie Kopf- oder Bauchschmerzen
- Fehlzeiten in der Schule und schwache schulische Leistungen
- Geringe Konzentrationsfähigkeit
- Auffallende Veränderungen im Essverhalten und/oder Schlafrhythmus
- Ankündigungen oder echte Schritte von daheim ‚abzuhauen‘
- Gedanken oder Äußerungen über Selbstmord ; selbstzerstörerisches Verhalten.

Ein Kind, das vorher oft mit anderen Freunden spielte, beginnt nun die meiste Zeit allein und interesselos (ohne Hobbys) zu verbringen. Dinge, welche vormals Spaß machten, bereiten dem depressiven Kind nun nur wenig Freude. Depressive Kinder und Jugendliche sagen auch



manchmal, dass sie lieber tot wären und sprechen offen über Selbstmord, womit ein erhöhtes Suizidrisiko besteht. Depressive Jugendliche konsumieren oft Alkohol oder andere Suchtgifte, um sich besser zu fühlen.

Kinder und Jugendliche, welche zu Hause oder in der Schule Schwierigkeiten machen, können auch unter einer Depression leiden. Da die Jugendlichen nicht immer traurig wirken, erkennen Eltern und Lehrer oft nicht, dass dieses Verhalten ein Zeichen für eine Depression ist. Wenn diese Kinder direkt darauf angesprochen werden, sagen sie manchmal, dass sie sich unglücklich oder traurig fühlen.

Eine frühe Diagnose und Therapie ist für Kinder mit Depressionen entscheidend. Eine Depression ist eine echte Krankheit, die professionelle Hilfe erfordert. Die Behandlung umfasst oft sowohl Einzel- als auch Familientherapie. Kognitive Verhaltenstherapie und Interpersonelle Psychotherapie sind Formen der Einzeltherapie, die sich als wirksam gegen Depressionen herausgestellt haben. Die Behandlung beinhaltet oft auch die Verschreibung von Antidepressiva. Die Eltern sollen den Arzt ihres Vertrauens um Überweisung ihres Kindes zu einem qualifizierten Fachmann für seelische Gesundheit bitten, welcher die Depression genau diagnostizieren und entsprechend behandeln kann.

Für weitere Information siehe auch:

Nr. 08: Kinder und Trauer/Kummer

Nr. 10: Selbstmord von Teenagern

Nr. 21: Medikation/Psychopharmaka für Kinder und Jugendliche

Nr. 38: Bipolare Störung bei Teenagern, und

Nr. 86: Psychotherapien für Kinder und Jugendliche