

Gesundheit & Service

Jugendlichen mit depressivem Verhalten Gespräche anbieten
Eltern sollten sehr geduldig sein - Etwa fünf Prozent leiden
an behandlungsbedürftigen Depressionen

10-30-2009 02:42

Berlin (AP) Eltern sollten geduldig mit ihren pubertierenden Kindern sprechen. Bei depressiven Verhaltensveränderungen wie Stimmungsanfälligkeit, Lustlosigkeit, vermindertem Selbstvertrauen oder auch Drogenkonsum sollten den Jugendlichen gegebenenfalls mehrere Gespräche angeboten werden, rät Johannes Hebebrand von der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie.

"Es ist grundsätzlich wichtig bei Jugendlichen, die möglicherweise Probleme haben, die verzweifelt sind oder gar ein selbstgefährdendes Verhalten zeigen, zunächst ein ruhiges Gespräch unter vier Augen zu führen. Dabei sollten die Eltern unbedingt geduldig sein und von einem ersten Gespräch nicht zu viel erwarten. Besser ist es, eine gewisse Zurückhaltung des Jugendlichen zunächst zu akzeptieren und mehrmals Raum zum Austausch anzubieten. Im Gespräch ist es dann wichtig, erst einmal zuzuhören und mehr zu erfahren und nicht sofort mit Lösungswegen aufzuwarten", rät der Professor.

Unmotivierte Stimmungsschwankungen nicht ungewöhnlich

Für Eltern ist es meist nicht einfach zu erkennen, ob ihre pubertierenden Kinder ernsthafte Probleme haben, die einer ärztlichen Abklärung oder Behandlung bedürfen, oder ob es sich um Stimmungsschwankungen handelt, die als Begleiterscheinung einer normal verlaufenden Pubertät auftreten. Denn während dieser Phase ist es nicht ungewöhnlich, dass bei Jugendlichen einmal die innere Balance verloren geht und unmotivierte Stimmungsschwankungen oder auch Teilnahmslosigkeit auftreten, was jedoch nicht zwangsläufig einen Krankheitswert hat, wie der Professor erklärt.

Hilfreich kann es demnach sein, zunächst die Klassenlehrer nach möglichen negativen Veränderungen zu fragen. Den Jugendlichen sollten die Eltern fragen, ob er sich manchmal einsam oder unglücklich fühlt, ob oft Tränen fließen, ob nur noch an wenigen Dingen Freude besteht oder ob er schon mal daran gedacht hat, sich das Leben zu nehmen.

"Werden einzelne dieser Fragen bejaht, sollten Eltern unbedingt einen Kinder- und Jugendpsychiater zurate ziehen. Eine tatsächliche Unterscheidung zwischen einer normalen Verstimmung und einer Krankheit können letztlich nur diese Fachärzte treffen", erklärt der Direktor der Klinik für

Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der
Universität Duisburg-Essen.

Ein- und Durchschlafstörungen als Hinweis

Typische Symptome für eine depressive Erkrankung im Pubertäts- und Jugendalter sind Ein- und Durchschlafstörungen, Gewichtsverlust und tageszeitliche Schwankungen mit einem Tief in den Morgenstunden. Verstärkend wirken könnten Lebensumstände wie ausgeprägte familiäre Probleme, schulisches Versagen, der Verlust des Arbeitsplatzes, eine unerwünschte Schwangerschaft sowie auch Alkohol- und Drogenmissbrauch, sagt der Experte.

Leichte depressive Verstimmungen bis hin zu schweren depressiven Störungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Kinder- und Jugendalter. Etwa fünf Prozent der Jugendlichen leiden an behandlungsbedürftigen Depressionen. Fast alle depressiven Kinder und Jugendliche können ambulant behandelt werden, im Vordergrund stehen psychotherapeutische Maßnahmen.

<http://www.psychiater-im-netz.de>