

## نرخ افسردگی دختران 2 برابر بیشتر از پسران است



عکس: [saghdoosh](#)

به دلیل روحیه حساس دختران نسبت به پسران، نرخ افسردگی دختران 2 برابر بیشتر از پسران است .

دکتر فاطمه منفرد پویا، روان پزشک و مشاوره خانواده گفت: افسردگی در جوانان و نوجوانان چند علل دارد که یکی از این دلایل رفتار خانواده‌ها و فقدان پدر و مادر، طلاق و جدایی از هم، ازدواج مجدد پدر و مادر و همچنین علل ژنتیکی نیز می‌تواند باشد.

وی گفت: نوجوانان همانند سایر گروه‌های سنی در مقابل انواع ناراحتی‌های روحی و اختلال‌های رفتاری آسیب پذیرند و غالباً 7 نوع اختلال در بین نوجوانان شیوع بیشتری دارد. افسردگی، خودکشی، اسکیزوفرنی، بی‌اشتهایی روانی، پرخوری روانی، اعتیاد و پرهیزکاری.

وی افزود: پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که درصد قابل ملاحظه‌ای از نوجوانان به افسردگی‌های از نوع خفیف و شدید مبتلا هستند.

دکتر فاطمه منفرد پویا گفت : افسردگی رایج‌ترین مشکل روانی نوجوانان است که نزدیک به 20 الی 35 درصد از نوجوانان به افسردگی خفیف، 12 الی 15 درصد به افسردگی متوسط و نهایتاً 5 درصد به افسردگی عمیق مبتلا هستند.

وی گفت: افسردگی نوجوانان به عوامل مختلفی مربوط می‌شود از جمله وارثت: افسردگی تا اندازه ای جنبه ارثی دارد به صورتی که بین اعضای یک خانواده شایع است.

قطع یک رابطه یا شکست در یک واقعه مهم می‌تواند باعث افسردگی شود. همچنین استرس: افسردگی در بین نوجوانانی که به دلایل فقر مالی، استرس روزمره و مداومی را تجربه می‌کنند بیشتر است.

افکار بیهوده، رسیدن به درماندگی اکتسابی، یعنی این باور که سختکوشی نمی‌تواند به بهبود اوضاع یا شرایط منفی زندگی منجر شود.

وی افزود: سرکوب یکی دیگر از عوامل افسردگی است انسان به لحاظ ذاتی تمایلات خلاقیت‌ها منتها بسیاری از این تمایلات و شادی‌ها و خلاقیت‌ها در خانواده و بعد در اجتماع نادرست تلقی می‌شود و نوجوانان خصوصاً نوجوانانی که به لحاظ شخصی درونگر است خود را با شرایط خانواده و اجتماع وفق می‌دهد، غافل از آنکه این سرکوب شادی و خلاقیت را در او از بین می‌برد و انسانی که شادی و خلاقیت ندارد بسیار مستعد افسردگی است.

منبع: <http://goo.gl/IrPo9u>