

## Стресс у подростков

Автор: Елена  
12.09.2009 12:37

---

Подростки в большей степени, чем взрослые подвержены колебаниям в настроении, причем не всегда такие колебания носят безобидный характер.

В подростковом возрасте, особенно среди девочек, отмечаются панические и тревожные расстройства, повышается риск суицидальных настроений, но методы лечения, которые применяются во взрослой терапии практически неуместны в этом возрасте.

Нам известно, что после стрессовой ситуации в организме начинает вырабатываться гормон, приносящий успокоение взрослому человеку и ребенку, но в подростковом организме он производит прямопротивоположный эффект, вызывая беспокойство. Именно этим фактом и объясняется непредсказуемость поведения в столь юном возрасте.

Выработка этого гормона, под названием аллопрегналон, начинает свою выработку не в период стресса, а некоторое время после него. Поэтому постепенно наш организм начинает успокаиваться, но только не организм подростков, в их организме не происходит процесс подавления активности нервных клеток, а следовательно, не наступает успокоение и адаптация к стрессовым условиям. Дело все в том, что в нашем мозге располагаются рецепторы, реагирующие на действие гормона, приносящего успокоение. А у подростков находятся совершенно другие рецепторы, причем в завышенном количестве, и успокоение сменяется на тревожность. Все эти факторы проявляются в большей степени в период полового созревания.

Поэтому родителям и всем взрослым людям в окружении ребенка следует учитывать этот фактор при общении с подростком, если для них важно его эмоциональное и физическое здоровье.