

Никаких проблем. Ты просто ребенок

Депрессия – заболевание, а не выдуманная проблема. Этому заболеванию подлежат все: ребенок, подросток, взрослый, даже пожилые люди подвергаются этому.

В человеческом организме есть такое вещество как серотонин - так называемый гормон счастья.

В один момент организм резко перестает вырабатывать этот гормон. Это происходит из-за нехватки свежего воздуха и движения, недостатка сна, несбалансированного питания, стресса.

Тогда у человека нарушается обмен веществ, иммунная система слабеет, происходят изменения в биологических ритмах (нарушается сон), возникает чувство постоянной тревожности, появляется мигрень и небольшие проблемы с памятью.

Главная проблема, которая возникает при нехватке серотонина – депрессия. Во время депрессии человек перестает видеть смысл в чем-то.

Например, перестает существовать смысл в удовлетворении своих базовых потребностей: человек не считает нужным питаться, мыться и соблюдать гигиену, наводить элементарный порядок в своей комнате или квартире.

Во время депрессии у больного возникают суицидальные мысли. Причина этого заключается в том, что человек устает от жизни, ему буквально тяжело просыпаться, или боится всего, что его окружает: своих близких, друзей, животных, даже самого себя.

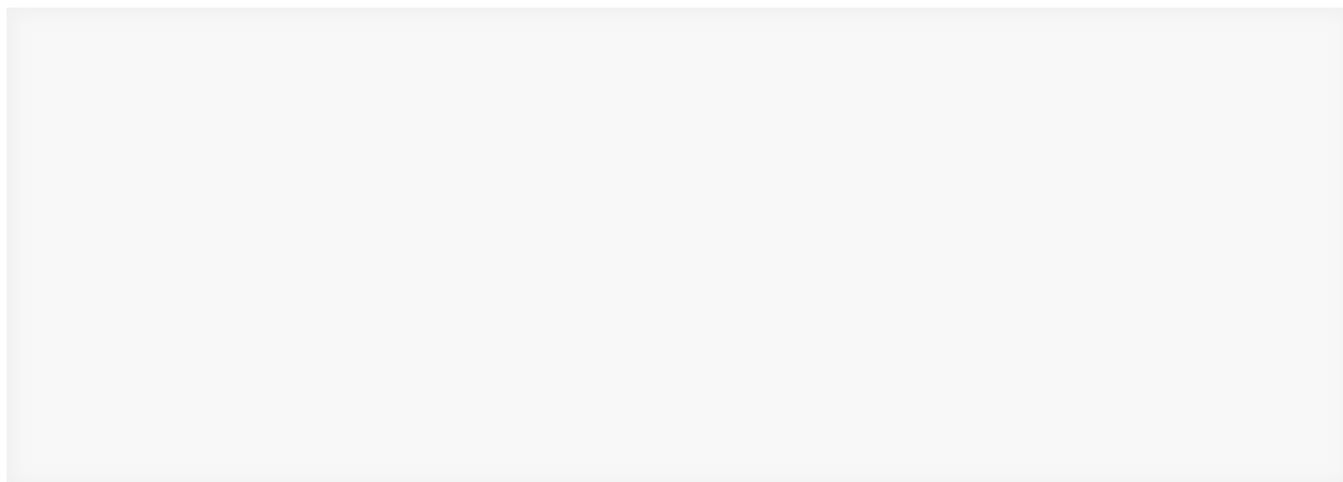
И когда подросток начинает говорить о том, что в последнее время он себя плохо чувствует, не стоит загружать его работой, кричать на него и обвинять во лжи.

Родители должны хотя бы попытаться помочь своему ребенку, попробовать поговорить с ним о его самоощущении.

Конечно, лучше сразу отвести ребенка к психологу или помочь найти хорошего специалиста, чтобы потом не пришлось обращаться уже к психиатру и покупать антидепрессанты и дорогостоящие седативные препараты (препараты, вызывающие успокоение или уменьшение эмоционального напряжения).

Заниматься самолечением в таком случае не стоит. Во-первых, можно сделать только хуже, во-вторых, «домашних» методов лечения депрессии нет.

И тут стоит отметить, что любая религия и все, что с ней связано, тоже не могут помочь в этом. Хотя некоторые родители наивно полагают, что это не так.





Большинство подростков не хотят или боятся рассказать о своих проблемах и о своем состоянии родителям.

Дети боятся того, что над ними посмеются, не примут, боятся боли, которую могут причинить некоторые родители под прикрытием воспитания.

Всем же знакома фраза «Я из тебя эту дурь мигом выбью»?

Вот именно после таких слов и последующих действий состояние ребенка ухудшается в разы, и увеличиваются шансы того, что ребенок покончит с собой.

Очень важно показать, что проблемы ребенка тоже важны. Не нужно хватать его за руку и тащить в психиатрическое отделение, потому что это только сильнее напугает ребенка.

Не нужно твердить о том, что это грех, и срочно надо к священнику.

Достаточно будет предложить свою помощь или помощь психолога. Предложить, а не навязать. Прежде всего, ребенок делится с родителями своими мыслями, доверяясь им.

И потерять такое доверие очень легко.

Большинство родителей эту информацию сочтут возмутительной. Как же так? Во-первых, хорошие родители всегда будут видеть, что происходит с их ребенком, а во-вторых, убеждения родителей универсальны и для их ребенка!

И здесь есть подводные камни.

Существует выражение «У депрессии нет лица», которое означает то, что очень сложно понять по внешнему виду человека, есть ли у него болезнь или нет.

Человек может улыбаться и смеяться, находясь при этом в депрессии, может быть всегда грустным и неулыбчивым, но абсолютно здоровым человеком.

«Универсальность убеждений» не должна существовать, из-за того, что каждый абсолютно индивидуален. И совершенно нормально, когда ребенок не принимает и не разделяет интересов родителей.

Не нормально, когда родитель пытается заставить своего ребенка принять эти самые интересы. Это тоже является причиной отсутствия доверия у подростка к его родителям.

Эту информацию можно воспринимать как очередное пособие для родителей. Можно возмущаться и не принимать ничего из того, что написано, а можно задуматься и сделать выводы.

Автор: Соня Совушкина © Babr24.com ОБЩЕСТВО, МОЛОДЕЖЬ, МИР 👁 31579 10.02.2021, 08:40 📌 1325
URL: <https://babr24.com/?ADE=210293> Bytes: 4175 / 4101 Версия для печати

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

Автор текста: **Соня
Совушкина.**

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)