Конфликты родителей мешают детям жить

Ученые выяснили, что конфликты между родителями создают детям серьезные проблемы. И речь идет вовсе не о ситуациях, когда причиной ссор и скандалов отца и матери становится ребенок. И дело даже не в том, что при постоянных конфликтах атмосфера в доме **«накалена»** и существовать в ней, особенно юному еще существу, **вредно**. Конфликты родителей наносят детям еще больший вред. Речь идет о том, что в крови ребенка повышается уровень **«гормона стресса»** - кортизола. В нормальных дозах этот **стероидный** гормон регулирует биохимические процессы организма, и помогает тому справляться со стрессом и голодом, помогая организму сохранять энергию. Кортизол вырабатывается под влиянием стресса физиологической или психологической природы.

Однако повышенное количество кортизола приводит к **проблемам с памятью, с усвоением новой информации, с поведением и социальной адаптацией**. Также его излишки могут привести к **нарушениям сна и различным нервным заболеваниям и психическим расстройствам**. Особенно ярко это негативное влияние кортизола выражено у детей и подростков, что зачастую нетрудно определить.

Американские ученые провели исследование, участие в котором приняло более двухсот разнополых детей самого младшего школьного возраста, вместе со своими родителями. На начальном и финальном этапе исследования у детей измеряли уровень кортизола, посредством анализа слюны. А между анализами детей сделали свидетелями заранее «поставленного» конфликта между родителями, который разыгрывался по телефону.

Часть детей реагировала на родительскую ссору спокойней, часть - острее. И именно у этих малышей уровень кортизола после родительского конфликта резко повысился. Ученые добавляют, что чем более нервным и впечатлительным является ребенок изначально, чем меньше его чувство защищенности и уюта в собственной семье, тем выше у него, вследствие родительских ссор и скандалов, становится уровень «гормона стресса». А это, как известно, ведет к непоправимым изменения со стороны психики маленького человека.

Не травите детство спором.
Не судите разговором.
Не травите злом и страхом,
Не бросайте слов с размаху.
Душу детскую щадите.
Пуще глаза берегите!!!