

# 爱周刊

一份有温度的情感读本

2015/11/25 星期三 总第315期

名誉主编:文岚 责编:白雁 美编:沈明 组版:黄伟

现代快报 网络新媒体 (www.xdkb.net) 联合出品

上周四的直播室,话题是从一则案例说起的——“妈妈,我真的抑郁了”。十七岁的女生,已不规则去学校半年了,以前开朗活泼外向,现在不愿意外出和人交往了,内向怕动不活跃了。

妈妈说:“女儿你怎么变懒了?”

爸爸说:“高中生哪有不去学校的,这孩子真是让人头疼。”

老师说:“不可能,这么优秀的孩子怎么会抑郁呢?青春期遇到烦恼了吧。赶快调整好思想状态,回来上课。”

女儿说:“妈妈,我真的抑郁了,我上网查过了。你知道我不开心好久了,经常晚上在被窝里流眼泪,觉得日子有点过不下去了。我找不到什么原因,我想要你理解,我不是懒,我真的抑郁了。”

这个案例,让我在直播室泪湿,为曾经青春的自己、为我中学时的孩子、为很多不明白孩子已经抑郁,却还在用鞭子棍棒驱迫孩子的父母。

有一种比生理疾病痛苦百倍的心理疾病,叫做抑郁症。仿佛有一双手控制了你,痛苦莫名。

其实,每个人一生中,都会有一段时间会是在抑郁情绪中的,只要家长朋友愿意回想,就会因联想到自己,而有更多的理解。

我的高中先是在一个离家较远的重点中学读的,因为住宿,伙伴间的依恋互助便显得非常重要,我们一般都会三个人同行,我也非常在意我们仨的友情。寒假里,还会挤在邮局里给她俩寄明信片送上新年的祝福。后来发现,其中有一个女孩子不爱理睬我了。敏感的我主动询问,她说我的明信片祝她“每一个梦都会实现”,是说她在做梦,她很生气,虽然我解释了,但她还是从此后对我很冷淡。以后,从教室回宿舍的路上只有我一个人走。

我很孤单,每天上课都在想这件事,渐渐的,上课听不进去了,成绩下降,甚至生理期都发生紊乱。我觉察到这样下去会很糟糕。妈妈也注意到了我生理的变化,说,回家上学,不能因为要一个好成绩弄坏了身体。因为妈妈的支撑,环境的改变,我的心结渐渐松弛。

但自己经历过,也未必能敏感捕捉孩子的抑郁状况。在网瘾和厌学的后面,其实,孩子和我们曾经一样敏感脆弱。

此时,父母的接纳、帮助特别重要。抑郁情绪到一定时候,会出现多重神经递质的匮乏,就一定需要药物的补给,要去看病寻求专业的帮助,需要修整。

亲爱的家长们,别拿抑郁症不当病。孩子需要你的帮助,同时,不要害怕,在得到帮助后,孩子还会走回到自己快乐的人生路上。

名誉主编

文岚

FM997金陵之声  
《今晚我是你的DJ》节目主持人  
微信公众号:DJ文岚

姓名:姚静 身高:163cm

## 封女郎报名通道

只要你相信自己的美  
就有机会获得

免费形象设计

个人写真拍摄

登上爱周刊封面

请发送姓名+年龄+电话+生活照一张  
至175757372@qq.com  
一旦被选中,我们将电话通知你



第一夫人婚纱摄影  
FIRST LADY WEDDING PHOTO

化妆、摄影由第一夫人婚纱摄影提供



网络上经常有这样的金句:  
“如果一个男人逛马路的时候  
经常有意走在你的左边  
那就嫁了吧”  
许多男人为你拎包为你拉椅子  
甚至蹲在大街上为你系鞋带  
细节做得非常完美  
女人因此而陶醉  
其实这真的不能说明他爱你  
只能说明  
他有过许多女朋友  
在矛盾冲突中教会了他这么做  
也许你要留心了  
细节完美的男人  
并不是因为爱你  
往往只是他经验比较丰富  
——都市放牛本周情爱语录

## 细节完美的男人 并不是因为爱你

都15

丫丫:我们定好元旦结婚。但我刚知道,他酒后乱性和我闺蜜搞到一起去了。我质问他俩,又得知,就那一次闺蜜居然还怀孕了,不过已经去医院打掉了。闺蜜痛哭流涕让我揍她一顿,消消气。还求我一定一定要和他结婚。你说,还能结吗?  
都市放牛:这婚结不结我管不着,但我告诉你,绝对没有酒后乱性这一说。老夫行走江湖几十年,每每看到电视里男猪脚借着酒劲跟女人发生关系后,痛不欲生假装糊涂猛抽自己耳光的时候,就忍不住咧开血盆大口一笑,这厮装得真像。