

Яна Ананьева

# Психология реальности

## (Гемодетекция)



Яна Ананьева

**Психология реальности  
(Гемодетекция)**

«Автор»

2026

**Ананьева Я. Г.**

Психология реальности (Гемодетекция) / Я. Г. Ананьева —  
«Автор», 2026

Уникальное издание . Основанное на научных работах международных специалистов : врачей, психотерапевтов, эндокринологов, неврологов, инфекционистов. В книге опубликованы обработанные выводы специалистов о психологических жалобах и их связи с жалобами телесными (внутренними болезнями, опухолями, инфекциями) Книга дает возможность начинающим психологам работать более эффективно, потому что в тексте присутствуют научные разъяснения , какие жалобы связаны с психикой.

© Ананьева Я. Г., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# Яна Ананьева

## Психология реальности (Гемодетекция)

### Глава

#### ПСИХОЛОГИЯ РЕАЛЬНОСТИ

Представьте себе классическую ситуацию из практики. К вам на прием приходит человек с жалобой, которая звучит очень психологически: "Доктор, я плохо сплю. Постоянно просыпаюсь по ночам, сон поверхностный, утром чувствую себя разбитым".

Вы, как специалист, начинаете действовать по знакомому протоколу. Проблема со сном? Скорее всего, дело в тревоге, стрессе, подавленных эмоциях или неправильных поведенческих привычках. Вы запускаете весь свой арсенал имеющихся знаний:

Работаете с катастрофическими мыслями о бессоннице ("Я никогда не высплюсь!", "Этот день будет ужасным!"), внедряете гигиену сна.

Ищете незавершенные ситуации, внутренние конфликты, которые могут будить клиента по ночам.

Проводите сеансы для глубокого расслабления и снятия подсознательного напряжения.

Клиент послушно ходит на сеансы, платит деньги, выполняет домашние задания. Но результат нулевой. Он по-прежнему просыпается. Неделя за неделей ничего не меняется.

В итоге, разочарованный клиент уходит, оставляя за собой шлейф негативных отзывов: "Этот психолог - шарлатан, только деньги выкачивает, а помочь не может".

Если ваша цель просто срубить денег на паре сеансов и исчезнуть, то такая ситуация вас, возможно, не тронет. Но если вы дорожите своей репутацией и действительно хотите помогать людям, здесь стоит остановиться и задать себе главный вопрос: а не упускаю ли я что-то важное?

И вот тут вскрывается самое интересное. Если копнуть глубже, окажется, что клиент на самом деле спит суммарно по 8-9 часов. Да, он просыпается, но быстро засыпает снова. А причина этих пробуждений не имеет никакого отношения к психологии.

Содержимое желудка забрасывается обратно в пищевод, вызывая изжогу и дискомфорт, которые и вырывают человека из сна. Он может даже не осознавать причину, просто чувствует беспокойство. И никакая гештальт-терапия, как бы глубоко она ни работала с эмоциями, не способна вылечить воспаление пищевода, желудка или желчного пузыря.

Представим иную клиническую картину. К вам на приём приходит человек с жалобами на постоянную сонливость: ему тяжело вставать по утрам, а днём клонит в сон. При этом он спит по 10 часов в сутки и всё равно не чувствует себя отдохнувшим.

Нам кажется, что большинство причин сонливости связано с теми же факторами, которые мы обычно ищем у пациентов с бессонницей: стресс, тревога, выгорание.

Вы можете начать психотерапию, и она, скорее всего, принесёт плоды. Состояние пациента улучшится, симптомы неврастения ослабнут, а ваша профессиональная репутация только укрепится.

Потому что статистика утверждает, что сонливость в большинстве случаев является последствием именно психологических проблем.

Однако начинать терапию вы побаиваетесь. Предыдущий опыт с пациентом, страдавшим от бессонницы, оказался неудачным, и теперь вы с опаской относитесь к любым нарушениям сна.

Этот страх возникает из-за непонимания ключевого различия бессонницы и сонливости.

У бессонницы может быть миллион причин, от гормональных сбоев до ночной икоты, что делает её диагностику сложной.

А вот у избыточной сонливости, как правило, всего две основные причины, и одна из них - это психологическая причина. Именно поэтому в данном случае психотерапия является не просто возможным, а ключевым методом помощи.

Простая тактика специалиста - понимание своего поля работы делает его компетентным и знающим в глазах коллег и пациентов.

Для этого я и пишу свою книгу " Реальная психология

## ПРАВДИВАЯ СЕКСОЛОГИЯ



Каждый человек знает, что сексология включает в себя не только желания и эмоции, но и анатомическое строение и физиологическое функционирование половых органов.

В этом повествовании, речь пойдет о тех заболеваниях внутренних органов, который вызывают расстройство половых функций.

## РАННЕЕ ПОЛОВОЕ РАЗВИТИЕ



В социуме принято считать, что раннее половое созревание объясняется конституциональными факторами или генетикой.

На самом деле, причиной этого состояния могут быть воспаление, опухоли, нервные болезни.

Болезни надпочечников или опухоли половых органов являются причинами ложного раннего полового развития.

Диэнцефальное половое развитие связано с гиперсекрецией гонадотропного и адренокортикотропного гормонов. Активатором раннего полового развития может быть опухоль гипоталамуса, менингит и энцефалит

У подростков с ранним половым развитием останавливается рост костей и костей черепа, в том числе.

Внешне ребенок становится маленьким взрослым и это его может сильно травмировать.

Когда детство заканчивается слишком рано, как помочь ребенку?

Представьте, что вы оказались в чужой стране, где все говорят на незнакомом языке и живут по непонятным правилам. Примерно так себя чувствует ребенок, чье тело начало взрослеть гораздо раньше, чем у сверстников. Раннее половое созревание - это не просто физиологический процесс, это серьезное испытание для детской психики.

Главное, с чем сталкивается такой ребенок - острое чувство, что он «не такой, как все». Тело меняется стремительно, но эмоционально и интеллектуально он остается ребенком. Это несоответствие рождает смущение, стыд и тревогу. Девочка, у которой начала расти грудь, или мальчик, чей голос вдруг стал ломаться, могут чувствовать себя неловко в раздевалке или на уроках физкультуры.

Отношения со сверстниками тоже усложняются. Визуально «взрослый» ребенок среди детей часто становится объектом насмешек, неуместного любопытства или даже травли. Другие просто не понимают, что с ним происходит, и начинают его избегать. Такая изоляция только усиливает ощущение одиночества.

Этот внутренний и внешний стресс - плодородная почва для развития депрессии и тревожных расстройств.

Кроме того, внешняя взрослость может привлекать нездоровое внимание со стороны старших подростков или взрослых, подталкивая ребенка к рискованному поведению, будь то ранние сексуальные контакты или пробы алкоголя и сигарет.

Для девочек это чревато риском ранней беременности, а у мальчиков резкий скачок тестостерона может вызывать вспышки агрессии и сильное сексуальное влечение, с которым они просто не знают, как справиться. Неудивительно, что и в семье обстановка накаляется: непонимание и конфликты с родителями становятся почти неизбежными.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.