

Отцы и дети: пособие для родителей

«Какие у тебя могут быть проблемы, если ты ребенок?»

«От тебя никакого толку»

«Что ты вообще можешь понимать?!»

Примерно такие фразы слышит каждый третий подросток. И многие родители не понимают, что нельзя говорить подобное своему ребенку. И 90% родителей убеждены, что их слова не оказывают на ребенка негативное влияние, и не следят за тем, что говорят.

Например, «тебе бы похудеть» или «сними это, выглядишь словно пугало» - подобные фразы от самых близких людей могут привести к тому, что ребенок будет изнурять себя диетами, ненавидеть своё тело и считать себя никем.

Так уж работает психология ребенка: он понимает, что зависим от мнения близких, и будет стараться соответствовать ему иногда даже в ущерб себе.



Именно зависимостью (финансовой, моральной, эмоциональной и физической) любят манипулировать родители.

А что есть манипуляция? Это способ воздействия на человека путем установления каких-либо границ, ультиматумов, шантажа.

Взрослые часто пользуются тем, что их ребенок не знает о том, что такое манипуляция и как ее распознать, и переходят всякие рамки, начиная управлять своим чадом «в открытую».

Время течёт невероятно быстро, многое меняется, в том числе меняется сам человек независимо от его возраста: он учится выражать свои мысли и чувства, не боится просить помощь и говорить о своих проблемах, распознавать манипуляторское действие.

Но главная проблема в том, что большинству детей просто-напросто затыкают рот. «Молчи, а то хуже будет», «тебя никто не спрашивал» - даже взрослому не всегда приятно слышать подобное.

Потом те же люди удивляются, почему дочь или сын не хочет общаться с ними. Называют своих детей

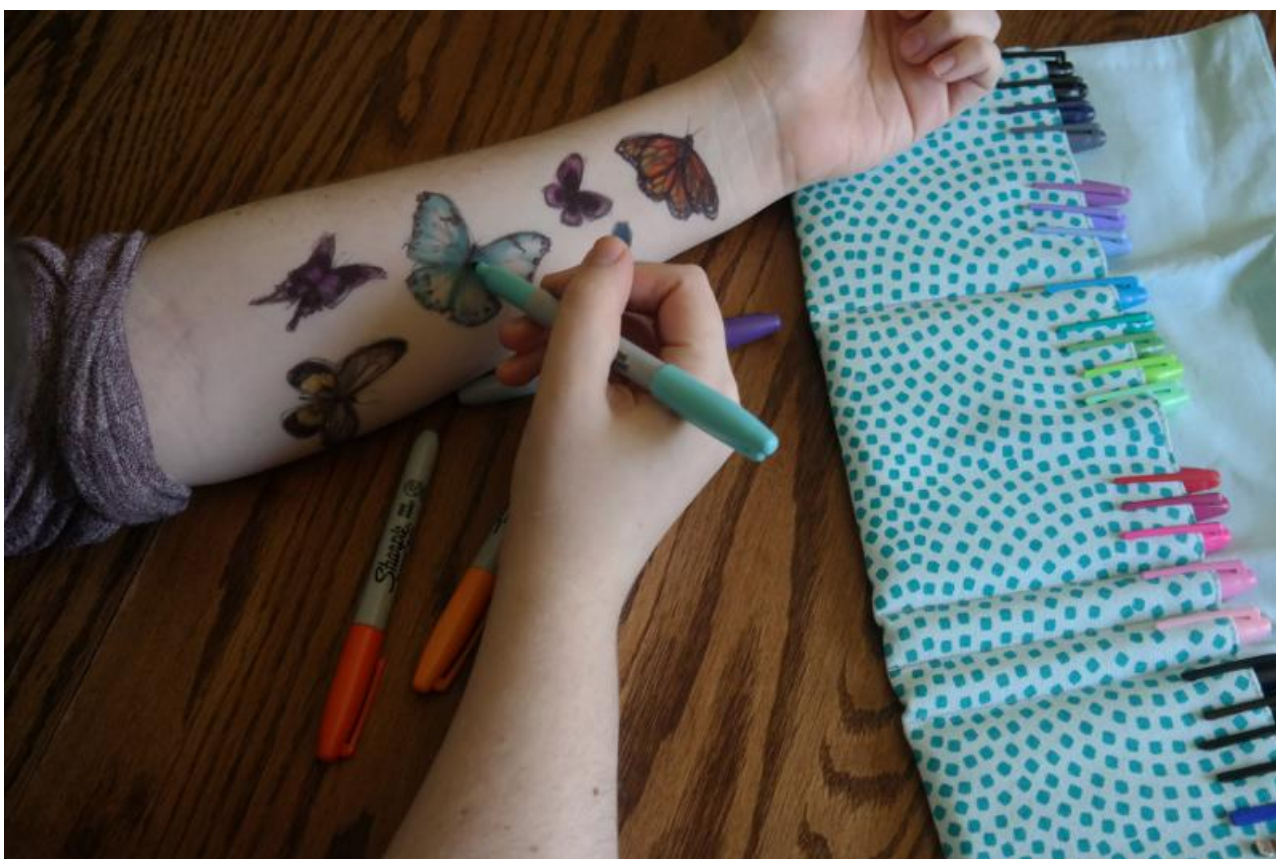
неблагодарными, не понимая, что благодарить не за что.

Действительно... за что благодарить? За шрамы на теле, оставленные из-за ненависти к себе? За постоянный страх быть непринятым? За неуверенность в себе? Или за постоянный психоз и тремор, возникший на нервной почве?

В современном обществе причинение себе вреда носит название «селф-харм». Тяга к сэлф-харму возникает исключительно тогда, когда человек переживает сильное эмоциональное потрясение или постоянное психологическое давление.

К сэлф-харму относятся не только порезы на руках: сюда можно отнести тяжелые диеты, которые могут привести к булимии и расстройству пищевого поведения, сгрызенные ногти, те же вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркозависимость), даже пластические операции иногда относят к этому понятию (в случае, когда человек меняет что-то в своей внешности с целью стать лучше для окружающих, но в ущерб собственному здоровью).

Стоит отметить, что среди подростков сэлф-харм широко распространен. Это не мода, не детская выдумка. Для них это способ справиться с моральной болью, переключившись на физическую.



Если сейчас рассказать об этом кому-нибудь из взрослых, то с вероятностью 85% последует ответ: «Напридумывал(-а) себе проблем! Это все от твоего безделья».

Это все можно решить простыми словами: «Мне очень важно твоё здоровье, и ты можешь рассказать мне о том, что тебя беспокоит». Только после рассказа не должен следовать упрек или ругань, а предложение помощи, варианты решения ситуации.

Таким образом, ребенок будет более открытым и начнет доверять своим близким. В дальнейшем самым главным для взрослых будет умение трезво мыслить и не проецировать свой жизненный опыт на ситуации ребенка.

Еще одной распространенной проблемой является то, что детей не воспринимают всерьез: «Я старше, я жил дольше, я знаю больше, я умнее». Очень часто в наше время ребенок 12-15 лет может оказаться намного умнее и более приспособленным к жизни, чем 40-50-летний человек.

Не нужно обесценивать способности своего ребенка. Когда он подходит и говорит: «А у меня сегодня вышла 4 за контрольную», не стоит говорить: «Мог(-ла) бы и лучше». В любом возрасте человеку необходима

поддержка и понимание.

От отношения родителей к ребенку напрямую зависит отношение ребенка к родителям. Он будет благодарен только тогда, когда будут благодарны ему, окажет помощь только тогда, когда ему окажут помощь: это происходит от того, что ребенок принимает и понимает все в буквальном смысле.

Конечно, многое поменяется, когда он станет старше. Однако человек всегда будет точно знать, что к нему будут относиться так, как он относится к другим, и наоборот.

И только от родителей зависит психическое здоровье ребенка, потому что, несмотря ни на что, именно родители будут самыми важными для человека.

Автор: Соня Совушкина © Babr24.com МОЛОДЕЖЬ, ОБЩЕСТВО, МИР 👁 28924 08.02.2021, 07:04 📌 1292
URL: <https://babr24.com/?ADE=210199> Bytes: 4663 / 4493 [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: eqquatoria@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](#)