

Статья для родителей по профилактике
аутодеструктивного поведения

Автор: педагог психолог Сулимова Н.С.

«Дети- это наша живая надежда»

«Детям больше всего на свете нужна любовь преданных родителей. Дети, ставшие преступниками, страдали не от недостатка наказаний, а от недостатка любви.»
Б. Спок

Бенджамин Спок, известный американский педиатр, автор книги «Ребенок и уход за ним», всегда предостерегает родителей от крайностей в воспитании детей. «Проявляйте чуткость, — говорит он, — учитывайте желание и волю своего ребенка. Но осторожно, не позволяйте ему превращать вас в рабыню. Помните, что главенствующую роль должны играть родители, родительский авторитет. Я имею в виду настоящий авторитет, а не авторитарность, разумеется. Речь идет не о наказании ребенка, а об умении научить его тому, что хорошо и справедливо. Нужно добиться, того, чтобы в наказании, как в методе воспитания, просто не было необходимости...»

Одним из методов воспитания Спок назвал метод терпения, который вовсе не означает вседозволенности, а скорее родительское умение ждать. Если ребенок не откликается на поощрение, то наказание только ухудшит дело, поэтому нужно подождать, избегая раздражения и отчаяния, позволить ребенку проявить свою независимость и самостоятельность и, выбрав удобный момент, возвратиться к своим требованиям.

Всеобщей основой воспитания Спок, как и Сухомлинский, считает потребность в другом человеке, потребность любить.

Научить ребенка быть добрым — в этом главная направленность воспитательных действий родителей. Если ребенок не сможет полюбить людей, то невозможно будет научить его даже поверхностным манерам. Дорогие родители! Помните, пожалуйста, о том, что именно от вас зависит счастье всех, кто живет на Земле. От того количества любви, которое вы дадите своему ребенку, зависит не только их будущее, но и будущее всей Земли!

Медики считают, что сердечная заболеваемость детей находится в прямой зависимости от количества ласки, получаемой ими от родителей, т. е. чем больше ласки, тем меньше заболеваний.

Например, если мать была холодна и безразлична к годовалой девочке — малышка может вырасти, имея постоянное стремление к любви и ласке, приобретаемой даже ценой унижения. Холодность матери может вызвать у девочки даже фригидность.

У мальчиков при дефиците материнского тепла и ласки закладывается подсознательная программа сексуального мщения женщинам. Такие дети часто становятся сердцеедами, циничными, грубыми, лишенными интуиции.

Матери жалуются на их бессердечие, но не помнят, что в погоне за карьерой или деньгами вышли на работу сразу же после родов. На ребенка же душевных сил уже не оставалось.

Нередко с самого раннего детства мальчиков учат быть сдержанными, не проявлять открыто своих эмоций и не плакать. Это самое настоящее истязание ребенка, насилие над личностью. Неудивительно, что, вырастая, мужчины выплескивают всю ту злость, что в них копилась с детства.

Представляете, как много зависит именно от вас, дорогие родители? Итак, когда вы ласкаете малыша, качаете его на руках, лепечете и играете с ним, вы не балуете кроху, вы даете ему первые уроки счастья.

Когда ребенок становится подростком, ему меньше всего хочется говорить с родителями по душам или выслушивать нежности. Но значит ли это, что забота ему больше не нужна?

Еще пару лет назад вы бежали домой с работы, чтобы успеть покормить своего ребенка, поиграть с ним, поговорить, проверить уроки и уложить спать. Сейчас ничего подобного не требуется: ваш ребенок ест сам и только тогда, когда пожелает. Не выносит, когда вы "лезете в его жизнь", большую часть вечера проводит в Интернете и отправляется спать без вашей помощи. Ваша забота ему больше не нужна, а нежность раздражает. Значит ли это, что пора отойти в сторону?

Ни в коем случае- просто нужно найти новые способы общения. Подростку, также как и маленькому ребенку, необходимо чувствовать заботу и внимание родителей. А переходный возраст -это самый подходящий момент для того, чтобы начать выстраивание других, взрослых отношений. Именно они станут основой для общения в будущем, когда ваш малыш вырастет и будет самостоятельным.

Если ребенок находится в подавленном состоянии долгое время, у него возникают проблемы с учебной, в отношениях с семьей и друзьями. Появляется депрессивное состояние, которое меняет характер его поведения и здоровье. Основной причиной депрессии психологи называют полную безучастность родителей и других взрослых в подростковых проблемах, семейные трудности (чаще всего проблемы родителей — развод). Если депрессию не лечить, ситуация может ухудшиться и будет препятствовать ребенку получить максимум от жизни. Существуют два вида подростковой депрессии:

Собственно грусть, называемая главной депрессией.

Маниакальная депрессия, когда на смену чувства расстройств и апатии приходит резкое желание активной деятельности и совершения опрометчивых поступков.

Если какие-то из этих признаков вызывают большие изменения в его повседневной жизни, необходимо обратиться к психологу. Помните, что глубокая депрессия в этом возрасте наиболее опасна, так как является основной причиной большинства подростковых самоубийств.

Говорите с ребенком! Те вопросы, которые мы обычно задаем подростку, чаще всего не вызывают ничего, кроме раздражения и желания защищаться. И, чтобы заново наладить контакт с собственным ребенком, вам придется проявить фантазию. Не задавайте прямых вопросов. "Как прошел день?" — "Нормально". На этом разговор закончится, развернутого ответа вы, скорее всего, не получите. Чтобы ребенок захотел с вами беседовать, его нужно заинтересовать. Как это сделать? Начните с общих вопросов о том, что ребенка интересует. Комментируйте его ответы, давая возможность подростку продолжить рассказ.

Запомните, дорогие родители, вы — единственная защита и опора для малыша во Вселенной. Ваша любовь — его единственный шанс на выживание. Если же вместо доброты он натывается на крик и отчуждение, мир ребенка рушится, для него наступает маленькая смерть. Постарайтесь понять простую истину: ребенок учится, познает мир, и, когда он ошибается, его нужно не ругать, а объяснить, в чем промах.

7 "НЕ", о которых нужно знать каждому родителю

Не задавайте бесконечных вопросов, иначе ребенок почувствует себя подозреваемым. Не подпевайте песням, которые слушает подросток, особенно в присутствии его друзей.

Не передразнивайте ребенка и не проявляйте сарказма.

Не говорите, когда можно слушать.

Не оставляйте подростка без поддержки, когда ему трудно.

Не вычеркивайте друзей подростка из планов на выходные, даже если вам очень хочется просто побыть в кругу семьи.

Не используйте телефон и компьютер для того, чтобы шпионить за ребенком и выведывать тайны, которыми он не готов поделиться.