

«Как не воспитать жертву»

Очень часто родители жалуются на ведомость, зависимость своих детей: «Моего ребенка заставили, втянули, испортили», «Она очень ведомая, бегает за своими подругами, не может сказать «нет», не понимая, что причина такого поведения кроется в семейном воспитании. Что же заставляет наших детей играть роль жертвы?

1.Беспрекословное послушание.

Родители требуют исполнительности от ребенка, наказывают его за своеволие, потому что так удобно, спокойно родителю. Все под контролем!В результате ребенок учится ценить мнение других больше, чем свое собственное..

Что делать? Требовать послушание только там, где ребенок не может сам. Учите ребенка понимать и оценивать собственные ресурсы и способности. Задавайте вопрос: "Можешь ли ты сделать это сам?" Если может сам, пусть делает, если не может и обращается к вам за помощью, то тогда выполняет ваши условия. Например, если ребенок выполняет домашние задания сам, то вы не вмешиваетесь, во сколько ему садиться за уроки, и какой ручкой писать. Если он просит вас помогать, то вы обсуждаете время, продолжительность и его поведение.

2.Управление эмоциями.

"Ты меня вывел своими истериками", "Ты видишь, что я расстраиваюсь" – дети, которые часто слышат такие фразы от своих родителей, чувствуют себя хозяевами эмоций, но не своих, а других людей. Надо же, я управляю маминым настроением! Такой ребенок не может самостоятельно переживать гнев, боль, печаль, он ищет виноватых и ждет, что другие решат его проблемы. Кто же будет решать проблемы подростка? В реальной жизни, учителя, родители, близкие призывают исправлять ситуацию самому, это может привести в дальнейшем к возникновению пагубных привычек, чтобы изменить сознание и отношение к реальности легкими способами, такими как табак и алкоголь, опасные квесты в сети.

Что делать? За свои эмоции каждый отвечает сам. Это значит, что, когда вас не

устраивает порядок в комнате ребенка, вы можете сказать, что вы чувствуете, что для вас значит беспорядок. Но успокаивать себя вы должны сами и ребенку подавать такой пример: "Я злюсь на твой бардак и не могу находиться у тебя в комнате, пойду займусь своими делами и успокоюсь".

3. Мечта о счастье.

"У моего ребенка все должно быть хорошо", "Я сделаю все, чтобы он был счастлив" – такие убеждения заставляют родителей оберегать ребенка от трудностей, а ребенка быть потребителем счастья и услуг. Потребитель все равно несчастен, так как желаний много, и у других всегда появляется что-то еще лучше и дороже. К тому же потребитель не представляет, как это быть созидателем, и очень сердится, когда ему предлагают начать что-то делать. Такие дети страдают от жалости к себе, от негативных оценок близких, от апатии и скуки.

Что делать? Родителям выполнять свои функции: давать внимание и заботу, позволять говорить о себе и о своих переживаниях, верить в ребенка, поддерживать инициативу. Свою собственную жизнь он сам сделает счастливой!

4. Отсутствие границ.

"У нас все общее", "Ты не смеешь иметь секретов от родителей" – и у детей нет ни личного пространства в квартире, ни права отказать маме в объятиях, когда они нежеланны, ни местечка для уединения, а дневник прочитан, шкаф с одеждой вывален на середину комнаты. Подросток бежит в поисках свободы из дома к друзьям, но к тем, которые также свободно будут нарушать его границы. Так девчонки влюбляются во взрослых парней и не могут сами управлять сексуальными отношениями, а часто и вообще не знают, что значит отказать в телесном контакте, даже не понимают, приятно им, или нет, когда их целуют. Просто соглашаются, так как привыкли, что дома их никогда не спрашивали об их мнении. Если все общее, то легко можно брать чужое, воровать, стукнуть, испортить вещи.

Что делать? Каждому обеспечить личное неприкосновенное пространство: стул, ящик, кровать, тумбочка. К личным границам относятся эмоции, тело, личная одежда. Этого пространство не большое по сравнению с общей территорией. Вторгаться на чужую территорию запрещено, не спросив разрешения хозяина.

5.Трудности.

"Я не могу видеть его слезы", "Он же устанет, он маленький" – часто родители не позволяют детям переживать трудности, а значит плакать, гневаться, бояться. Но любое дело, любая ответственность требует усилий, труда, упорства и преодоления себя. Если родители не могут спокойно относиться к переживаниям детей, то и подростки не могут признавать свои трудности и предпочитают вообще ничего не делать. В результате ухудшается учеба, отношения, распадаются навыки, которые были приобретены раньше.

Что делать? Любить трудности. Относиться к ошибкам как к важному опыту, как к возможности развития. Человеку даны эмоции, чувства и все способы переживаний: слезы, смех, крик, резкие движения, дрожание, чтобы он мог справиться со всеми событиями в жизни. Когда ребенок в сильных эмоциях, нужно просто быть рядом и позволить ему проговорить свои переживаниями, не запрещая выражать свои чувства.

6.Проекты.

"На день рождение будет сюрприз", "Сделаем тебе ремонт в комнате", "Портфель давай я соберу" – и у ребенка нет никаких личных дел и проектов. Без реальных законченных проектов нет ощущения собственной силы, уникальности, потребность выделиться и быть уникальным остается. Ребенка тянет на приключения: выпить запрещенные напитки на глазах у всех, посидеть на окне, свесив ноги на улицу, гулять ночью и рисковать жизнью.

Что делать? Позволять ребенку организовать, реализовать и завершать такие мероприятия, как сбор портфеля, день рождения, выходной день, уборка в комнате. У ребенка должны быть личные проекты в семье, дела, где он может проявить собственное авторство, индивидуальность, смелость и получить свой результат.

Уважаемые родители!

Помните: ребенок в первую очередь зависит от установок и моделей воспитания самих родителей, а не от других людей. Воспитывая независимость от себя, от своих эмоций, уважая границы ребенка, вы убережете своего подростка от неприятных ситуаций и сохраните собственные силы, здоровье и отношения в семье.

