

Гармонизация детско-родительских отношений. Профилактика суицидального поведения подростков.

Растить и воспитывать детей было трудно всегда, а особенно сложным это становится в полном противоречий современном мире. На детей падает существенная часть тяжести тех нагрузок, которыми обременены взрослые.

Именно детям больше всего на свете нужна любовь. А многие родители, искренне желая дать своим детям все необходимое для полноценной жизни, порой не знают, как эту любовь проявить. У большинства из них имеется примерное представление о том, что ребенку необходима пища, дом, одежда, образование, помощь, забота и многое другое. Все это обеспечивается по мере возможности, все, за исключением безоговорочной, безусловной любви. Хотя любовь и переполняет сердце почти каждого родителя, задача заключается в том, как выразить эту любовь постоянно, чтобы у сына или дочери не появлялись сомнения относительно того, любят его родители или нет.

Дефицит внимания, любви со стороны родителей вызывает у детей сильное желание «приблизиться» к отцу и матери. Первоначально дети своим поведением провоцируют родителей, чтобы они обращали внимание. Если детям это не удастся, то они стремятся принудить родителей считаться с ними. В результате дочь или сын включается в «силовую борьбу», которая нагнетает в семье эмоциональное напряжение. Если отношения в семье и дальше не меняются, и дети все больше удостоверяются в том, что их не любят, они могут прибегнуть к актам своеобразной «мести». Дети воспринимают себя нелюбимыми, бездарными, стремятся отгородиться от родителей, других взрослых. И самое страшное – идут на самоубийство.

Поднимая на себя руку, дети прибегают к последнему аргументу в споре с родителями. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для них ситуации, дети в действительности хотят наладить отношения с окружающими. Здесь нет попытки шантажа, но есть наивная вера: пусть хотя бы смерть детей образумит родителей, тогда окончатся все беды, и они снова заживут в мире и согласии.

Что же происходит с родителями, если собственный ребенок не может до них достучаться?

Сознание собственной правоты и непогрешимости делает родителей поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без суждений и поучений просто любить и поддерживать собственных детей. Упрекая детей, родители произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Они при этом не думают, что безобразным своим криком буквально толкают его на опасный для жизни поступок.

Почему сын или дочь идут на крайние меры? Как заметить страшные «звоночки» и что делать, чтобы у ваших детей не рождались черные мысли?

Если ваш ребенок становится скрытным или одиноким, это повод для тревоги. Поэтому:

- Если хотя бы подозреваете проблему, идите за информацией! Ищите психолога, который работает с суицидами. Ваш ребенок может не пойти с вами на прием,

тогда идите сами и меняйте что-то в ваших отношениях под управлением специалиста.

- В первый момент НЕ ругать, НЕ осуждать, НЕ обвинять в том, что сын или дочь не подумали О ВАС: «А ты вообще подумал, каково мне?» В такой момент нужно говорить не о вас, а о ребенке, сказать как сильно вы его любите и как вам без него плохо. Помогите ему почувствовать себя востребованным и любимым.

- Поддерживайте ребенка и будьте настойчивы. Человеку в состоянии душевного кризиса нужны строгие утвердительные указания. Осознание вашей компетентности, заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору.

- Оцените его внутренние резервы. Если человек сохранил способность анализировать и воспринимать советы окружающих, ему будет легче вернуть душевные силы и стабильность.

Давайте ответим с вами на некоторые вопросы, которые помогут увидеть и отразить картину взаимоотношений с вашим ребенком.

- Рождение вашего ребенка было желанным?
- Вы каждый день говорите ласковые слова или шутите с ним?
- Вы каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
- Раз в неделю проводите с ним досуг?
- Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
- Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, внешний вид?
- Вы знаете его друзей?
- Вы в курсе как он проводит свободное время?
- Вы в курсе его влюбленности, симпатиях?
- Вы знаете, какая у него любимая учебная дисциплина в колледже?
- Вы знаете, какой у него нелюбимый преподаватель?
- Вы первым идете на примирение, разговор?
- Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребенка?

Если на все вопросы ответили «ДА», значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребенку. А если у вас большинство «НЕТ», то необходимо немедленно измениться, повернуться лицом к своему ребенку, услышать его, пока не случилась беда!

Установите в семье атмосферу взаимопонимания, сотрудничества, эмоциональной сопричастности друг к другу. Только тогда родительская семья будет являться для вашего ребенка не только источником и основой психологического благополучия, но и эталоном создания своей собственной семьи в будущем.

Любите своих детей, берегите свою семью!

Консультировала по вопросу профилактики кризисных состояний
педагог-психолог И.Н. Колечкова