

кормления между матерью и малышом укрепляется эмоциональная связь, которая сохранится на всю жизнь.

- **Старайтесь отдыхать.** Уделяйте хотя бы пару часов в день простым радостям: встретьтесь с друзьями или сходите на маникюр — вы должны находить на это время, чтобы не впасть в депрессию, ведь моральная и физическая усталость лишь усугубит ваше неприятие ребенка.

- **Избегайте стрессов.** Если это необходимо, попросите врача назначить вам легкое успокоительное. Когда нервы на пределе, все вокруг раздражает с удвоенной силой, в том числе и ребенок.

- **Не стесняйтесь обращаться за помощью к психологам.** Поверьте, что прийти к специалисту и признаться ему в том, что вы не можете принять своего ребенка — это обычная ситуация, и вы будете не первым его клиентом, столкнувшимся с подобной проблемой.

- И еще один совет — ждите. **Не выдавливайте из себя любовь насильно, а просто ждите...** Пройдет время, и она обязательно появится — так устроена природа. Ну а пока ждете, старайтесь держать себя в руках и не показывать малышу свое неприятие: следите за словами и не упрекайте его без повода,

дарите ему улыбку, ласку, нежность, оберегайте и выслушивайте.

- **Обнимайте вашего ребенка как можно чаще,** даже если вам это неприятно. Видя его улыбку и благодарность, получая от него нежность в ответ, скорее всего, вы тоже начнете привязываться к малышу.

Еще не поздно остановиться, повернуться лицом к ребенку и понять, что это ваша плоть и кровь. Любите своих детей такими, какие они есть, и тогда они будут счастливы.

.....

**Услуги экстренной
психологической помощи
Телефон доверия
8-800-2000-122**

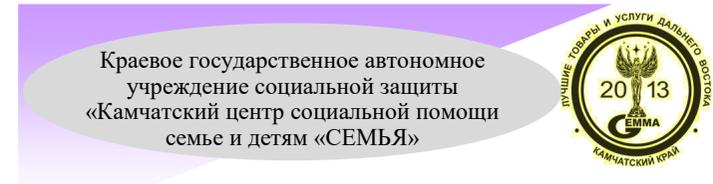
КГАУ СЗ «Камчатский центр
социальной помощи «СЕМЬЯ»

г. Петропавловск-Камчатский,
ул. Ключевская, д. 28
www.kamsocentr.ru
e-mail: miloserdie92@mail.ru
Тел. (8-4152) 46-77-96

Режим работы:
Понедельник — Четверг 9.00 –17.15
Обед с 12.23-13.00
Пятница 9.00-15.00
Обед с 12.00-12.30

Стационарное отделение для
несовершеннолетних

*Составитель
педагог-психолог стационарного
отделения Шапкина О.В.*



Неприятие ребенка в семье

как психологический феномен



*Стационарное отделение для
несовершеннолетних*

8(4152) 42-50-92

Посмотрите на своего ребенка. Может быть, вы иногда о чем-то жалеете? Вы не ждете от детей побед или узнаете в ребенке кого-то из родственников? Вы наказываете ребенка молчанием или постоянно читаете ему нотации? Вы заботитесь о малыше, но стараетесь ограничивать ваше личное общение с ребенком?

Если такие ситуации возникают иногда, то это нормально. Люди склонны притираться друг к другу, даже если это родители и дети. Можно ссориться, мириться, радоваться и огорчаться. Но если такие ситуации в вашей семье повторяются регулярно, если вас напрягает общение с собственными детьми, вас раздражает все в ребенке, вам просто неинтересно с сыном или дочкой, тогда нужно задуматься о любви к своим детям.

В психологии термины «неприятие» и «непринятие» используются как тождественные. Их суть в том, что человек как цельная личность не принимается другими.

ПРИЧИНЫ НЕПРИНЯТИЯ

Маленький человек появляется на свет наделенным определенным набором генетически обусловленных особенностей. Нет его вины в том, что он родился с определенным цветом глаз и волос, способностями к определенным видам деятельности или их отсутствием. Ему неизвестно, что вы возлагали на него определенные надежды, которые он не оправдал. Он родился, а значит, уже достоин любви.

Обычно чувство неприятия возникает при несформированном родительском инстинкте и может возникнуть на разных этапах.

1. **Нежеланная беременность.** Такая беременность порождает множество страхов:

- страх перед будущим (особенно, если нет мужа);
- страх испортить свою внешность (набрать лишний вес и т. п.);
- страх перед потерей карьеры;
- нежелание менять привычный уклад жизни.

Бывают случаи, когда материнский инстинкт еще до рождения разрушает негативную установку. Но чаще рождение ребенка ведет за собой тяжелую послеродовую депрессию. Нет желания кормить ребенка грудью. Детские капризы вызывают приступы агрессии по причине отсутствия жалости и любви к малышу. Ребенок становится помехой для достижения целей или для получения удовольствия от жизни.

2. Родившейся ребенок может **не соответствовать ожиданиям** и это нормально. Например, вы в своих грезах представляли здоровую голубоглазую стройную девочку, которая будет заниматься фигурным катанием. Но рождается мальчик, с близорукостью и склонностью к избыточному весу.

3. Иногда для неприятия достаточно **внешнего сходства с кем-то из нелюбимых родственников** (сварливой свекровью, мужем, который бросил вас). Происходит так называемая психологическая проекция на ребенка отношения к этому родственнику.

4. Бывает, что на подсознательном уровне мы **связываем с ребенком жизненные проблемы** и проецируем на него свое отношение к жизни. При этом отказываемся принимать и любить ребенка, как отказываемся принимать свою несчастливую жизнь.

ПОСЛЕДСТВИЯ НЕПРИНЯТИЯ РЕБЕНКА

Пока ребенок маленький, его поведение не кажется опасным. Непринятие имеет отдаленные последствия.

1. **Проблемы со здоровьем.** Дети в такой семье постоянно чего-то боятся, они напряжены, что выливается в проблемы нервной системы. Ребенок часто болеет, становится нервным и беспокойным.

2. **Проблемы развития познавательной деятельности.** Детям легче быть незаметными, чем

вызывать негативную реакцию у родителей. Поэтому они перестают быть любознательными, что впоследствии скажется на успешности в обучении.

3. **Проблемы с эмоциональной сферой.** Дети, выращенные в эмоционально холодной семье, как правило, холодны сами, не умеют проявлять чувства, выражать эмоции.

4. **Проблемы с самооценкой.** Непринятые дети могут иметь как низкую, так и завышенную самооценку. Такие дети могут быть высокомерными или очень застенчивыми, не принимающими себя. В будущем это вызовет страх перед трудностями, пассивность и неуверенность в себе.

5. **Вероятность девиантного (антиобщественного) поведения.** Дети могут начать действовать наперекор родителям, вызывая у них еще больше негатива. Таких детей называют «трудными».

6. **Склонность к уходу от ситуации.** Это может проявляться в употреблении алкоголя, тяге к наркотикам и даже в мыслях о самоубийстве.

Если ребенок не принят родителями, то он не принимает себя. А значит обречен на не успешность и несчастье.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Самое главное — **ни в чем себя не вините и примите свое состояние.** Укоряя себя, вы потратите слишком много душевных сил, которые пригодились бы вам для того, чтобы научиться чувствовать своего ребенка и привязываться к нему. Родительский инстинкт, действительно, может проявиться не сразу, родительство — это жизненный навык, который, как и другие навыки, развивается постепенно.

• Если вы молодая мама и у вас нет проблем со здоровьем, то все-таки **старайтесь кормить ребенка грудью.** Это полезно не только с медицинской точки зрения, но и потому, что именно во время