**/**[**О детях**](https://sibmama.ru/index.htm?r=16)**/**[**Воспитание и психология**](https://sibmama.ru/index.htm?r=142)

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСТАНОВКИ**

**Как мы программируем наших детей на неудачи?**



* [*«Ты думаешь только о себе! Не будь эгоистом»*](https://sibmama.ru/vrednye-ustanovki.htm#1)
* [*«Ты недостаточно стараешься!»*](https://sibmama.ru/vrednye-ustanovki.htm#2)
* [*«Что о твоем поведении люди подумают?»*](https://sibmama.ru/vrednye-ustanovki.htm#3)
* [*«Ты должен сам решать свои проблемы»*](https://sibmama.ru/vrednye-ustanovki.htm#4)
* [*«Кому ты, кроме родителей, нужен?»*](https://sibmama.ru/vrednye-ustanovki.htm#5)
* [*«Мир жесток»*](https://sibmama.ru/vrednye-ustanovki.htm#6)

*Установка — это набор представлений, действующих на уровне подсознания, которые руководят нашими поступками. Следуя психологическим установкам, мы сами можем толком не понимать, почему ведем себя так, а не иначе... Например, откладываем выполнение важного задания на последний момент. Не можем сказать «нет» на откровенно неудобную просьбу. Грубо себя ведем с самыми близкими людьми.*

*Психологическая установка — это не обязательно хитрый диверсант, который портит жизнь, бывают и позитивные установки. Но если уж «вредители» завелись, избавиться от их разрушительного влияния бывает очень сложно. А заводятся они, конечно, в детстве.*

**Вот о том, как не навязать своим детям — из самых благих побуждений! - что-то лишнее и вредное, здесь и пойдет речь...**

Ниже перечислены весьма распространенные, но неправильные фразы, которые могут оказать на ребенка совсем не такое влияние, как задумывалось!

**«Ты думаешь только о себе! Не будь эгоистом»**

Близкие родственники этого тезиса: «*Хотеть не вредно!*» и «*Меня не волнует, что ты там хочешь!*» Они, вроде бы, о другом, но, на самом деле, о том же самом.

Когда мама говорит подобное ребенку, она всего лишь желает, чтобы он помнил, что у других людей тоже есть свои интересы и потребности. В том числе, такие интересы присутствуют у самой мамы. Вроде бы, ничего плохого в этой идее нет… Но, если повторять подобные вещи достаточно часто, ребенок навсегда усвоит, что его желания не важны. Дети вообще пугающе быстро учатся.

Последствия обязательно проявятся во взрослой жизни. Зависимые отношения, постоянное чувство вины, неспособность ощутить счастье — вот прямой итог этой неправильной психологической установки.

***”******Каждый раз, когда выросший «патологический альтруист» будет попадать в ситуацию столкновения своих интересов с чужими, он предпочтет наступить себе на горло. Ведь его желания не имеют значения.***

**«Ты недостаточно стараешься!»**

Вариации той же самой мысли: «*Ты мог бы сделать лучше!*» и «*Ты способен на большее!*»

Когда родители заявляют своему ребенку подобное, они искренне желают ему хорошего. Ведь их сын — самый умный, самый способный. И так хочется, чтобы его огромный потенциал полностью раскрылся, и он смог бы воплотить в жизнь все, что так и не удалось родителям… Однако результат может получиться противоположным. И ребенок полностью потеряет мотивацию что-либо делать, ведь у него все равно никогда ничего не получается достаточно хорошо.

***” Итогом станет хроническая лень, прокрастинация и патологическая неуверенность в собственных силах. В особо тяжелых случаях это даже может стоить взрослому человеку работы. Страх не справиться с задачей иногда бывает настолько силен, что просто не удается себя заставить за нее хотя бы взяться.***

**«Что о твоем поведении люди подумают?»**

Речь при этом может идти о чем угодно: о смелой прическе, сомнительном наряде, высказываемых политических взглядах... Это несущественно. Ключевой тезис — очень важно, чтобы окружающие одобряли твое поведение.

Родители реагируют на поступки детей подобным образом потому, что желают научить своих чад взаимодействовать с социумом. Чтобы ребенок не был «белой вороной», объектом насмешек и злых слухов. Однако в попытке угодить всем можно зайти очень далеко. Жизнь взрослого человека, пытающегося нравиться каждому, рискует превратиться в бесконечную череду неврозов.

***” Постоянно перестраивать себя под ожидания других, угадывать чужие желания, жить в бесконечном страхе сказать или сделать что-нибудь не так — только представьте, какой это ад.***

**«Ты должен сам решать свои проблемы»**

К этому часто добавляют раздраженное «*Хватит ныть!*»

Когда отец говорит сыну что-то подобное, он хочет вырастить из отпрыска самостоятельного человека, который умеет справляться с трудностями. Намерение заслуживает уважения… Но ребенок, который слышит такие вещи слишком часто, твердо усваивает, что он в этом мире совершенно один, и полагаться ни на кого нельзя.

Человеку, воспитанному в духе «настоящего мужика, который не жалуется и не ноет, как неженка, из-за всякой ерунды», бывает очень сложно просить о помощи, признавать существующие трудности. Он всегда просто сжимает зубы и терпит, чего бы ему это ни стоило.

***” Неврастения, замкнутость, неспособность выстраивать близкие отношения — вот результаты этой установки.***

**«Кому ты, кроме родителей, нужен?»**

«*Никто не будет ценить тебя так, как мама!*» - гласит более позитивная версия того же высказывания.

Подобные вещи родители произносят, чтобы выразить свою любовь и подчеркнуть, как много они делают для ребенка. Хочется, чтобы он оценил все вкладываемые в него усилия. И дети, конечно, проникаются чувством благодарности… А заодно и уверенностью в том, что просто так их никто, кроме родителей, не полюбит. Очевидные последствия этой установки — сложности с налаживанием близких отношений, подозрительность, социофобия, низкая самооценка.

***”******Если подросший ребенок верит, что никому не нужен, то любой интерес к себе воспримет с недоверием. Он станет искать подвох в каждом проявлении дружелюбия, отталкивать потенциальных друзей и партнеров.***



**«Мир жесток»**

«*Ты растешь в тепличных условиях, на самом деле реальность совсем не похожа на сказку*». Сказать можно разными словами, но смысл останется неизменным — там, за пределами родной семьи, очень страшно и опасно.

Целью таких почти философских поучений выступает желание позаботиться о ребенке. Подготовить к тем трудностям, что припасла ему жизнь. Чтобы он лучше с ними справился — успешнее, чем родители. Однако чадо после подобных напутствий почему-то не спешит сталкиваться с большим миром. Ему элементарно страшно. Результатом становится социофобия, желание сбежать от реальности, инфантильность.

***”******Взрослые с такими установками часто оказываются жертвами зависимостей. Гораздо приятнее находиться в доброжелательном и ярком пространстве сетевой компьютерной игры, чем в том самом «жестоком мире», о котором так часто предупреждали родители.***

Хорошая новость для тех, кто обнаружил, что ему свойственно что-то из перечисленного выше, — с разрушительным влиянием психологических установок можно и нужно бороться. Первым шагом на этом непростом пути станет осознание принципов, незаметно руководящих нашей жизнью.

Вполне возможно, что сформулировав эти установки, вы удивитесь, как такая чушь может управлять вами? Однако очень непросто заменить ложные принципы теми, которые кажутся вам более правильными и разумными. Научиться на сознательном уровне корректировать то, что подсказывает травмированное подсознание, — это тяжкий труд на долгие, долгие годы.

***Избавьте своего ребенка от подобных проблем. Когда одна из перечисленных в этой статье фраз придет вам в голову, сделайте над собой усилие. И не произносите ее вслух.***

*09.10.21 год*