Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»

 имени 21 армии Вооруженных сил СССР п.г.т. Стройкерамика

муниципального района Волжский Самарской области

структурное подразделение «Детский сад «Солнышко»

**МАРАФОН «ПСИХОСОМАТИКА ВОСПИТАНИЯ: КАК РОДИТЕЛЯМ ПЕРЕСТАТЬ РАЗРУШАТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА»**

 **«3. Психосоматика внушений и вторичных выгод.**

**Что нужно и что не нужно говорить детям и при детях»**

**(консультация для родителей)**

Педагог-психолог:

Полева Г.П.

п.г.т. Стройкерамика

2020-2021 учебный год

**Психосоматика внушений и вторичных выгод.**

**Что нужно и что не нужно говорить детям и при детях**

Вторичная выгода - это та выгода, которую ребенок или взрослый получает во время болезни. Он ее не может получить другим способом, будучи здоровым в силу различных причин. Вторичная выгода влияет на появление заболевания, его длительность и характер течения. Еще Зигмунд Фрейд в 19 веке обнаружил этот механизм и назвал его «бегством в болезнь». Например, мальчик болен псориазом, ему 16 лет. Он ежегодно проходит обследование и лечение. Результаты разные: то улучшения, то вновь проблемы с кожей. Не могут понять, в чем дело. На приеме у психолога выясняется, что мальчик в беседе мамы с подругой услышал, что с псориазом не берут в армию, а мальчик в армию не хочет. Другой пример, пора ребенку ходить в сад, но он в саду постоянно болеет. Мама все внимание направляет на здоровье ребенка, не выходит на работу. Причина оказывается в том, что мама не хочет выходить после декрета на предыдущую работу, ей там не нравится. Но прямо она об этом сказать не может, не находит в себе силы ради чьих-то ожиданий. А так как ребенок постоянно болеет, она постоянно находится дома с малышом. Кроме того, в глазах других людей мама герой, т.к. она столько времен уделяет ребенку, занимается его закаливанием, оздоровлением, не думает о себе. Все ее хвалят. Таким образом, мама закрывает свои потребности в любви, в уважении и так далее. Это тоже вторичная выгода. Что касается самого малыша, то ему бесконечно хорошо дома с мамой, и он тоже получает это при помощи своей болезни.

Как не создавать такие вторичные выгоды нашим детям? Во-первых, главное правило, не создавать никаких особых условий во время болезни для ребенка. Ведь во время болезни чаще всего ребенку многое спускается с рук, все разрешается, покупается все самое вкусное, много раз за день к нему подходят, его трогают, целуют, обнимают, спрашивают, как он себя чувствует. Ребенок получает огромный поток внимания, заботы и любви. И если в обычной жизни ему всего этого не хватает, то в психике происходит бессознательная сцепка «если я болею, то меня любят, если я не болею, значит, я никому не нужен».

Внушение – это знание, полученное человеком от авторитетного лица и воспринятое им за истину. Таким авторитетным лицом для детей являются родители, бабушки и дедушки, воспитатели, учителя, врачи.

Мы, взрослые, ежедневно транслируем множество внушений своим детям: «мальчики не плачут», «хорошие девочки так себя не ведут», «не сиди на холодном, застудишься», «не ходи без шапки, заболеешь», «не ешь холодное, горло заболит», «не ходи без тапочек» и так далее. А наша психика стремится к реализации. Так что, так делать категорически нельзя.

Но как поступить, если ребенок уже заболел? Не рассказывайте ему, как именно он будет болеть или сколько по времени он будет болеть, или какие проявления болезни у него будут, что ребенок будет чувствовать во время болезни, что ему поможет только доктор, нужно выпить много таблеток, чтобы выздороветь и так далее. Часто родители произносят фразу, что если в семье кто-то заболел, то переболеет вся семья. И по цепочке начинает заболевать вся семья. Лучше сказать своему недомогающему ребенку: «Все хорошо, тебе скоро станет лучше, завтра ты поправишься. Ничего страшного, со всеми так бывает. Ты в безопасности, у тебя сильный иммунитет. Ты не можешь заболеть! Мама и папа рядом, мы поможем тебе. Твой организм сильный, он справится. Скажи себе: я выздоравливаю!». Дети учатся у нас, и все, что мы им говорим, истина для них. В дошкольном, младшем школьном возрасте это точно так.

 Помните, что каждое ваше слово - это закон для вашего ребенка. Дети верят нам безоговорочно и каждый наш взгляд, слово они принимают для себя как знание. Именно так формируется внушение. Не создавайте для детей особых условий во время болезни, лучше ежедневно чаще обнимайте их, целуйте, говорите, как сильно их любите, разговаривайте. Говорите, как вы рады, что он родился, как вам с ним хорошо и интересно, какой он замечательный, чудесный! Думайте, что вы транслируете своим детям и будьте здоровы!

Использованы материалы психолога О. Шариповой.