



Иногда родители существенно способствуют появлению фобий у своих детей.

1. Кормят насильно или не кормят вообще. Это классика жанра. «Тебя не покормить — будешь голодный ходить». И что мы получаем? Это люди, которые в кризисной ситуации, а то и при малейшем стрессе не могут есть или не понимают сигналов от организма. Еда для них — опасность. У второй категории — которые «будешь есть, что приготовлю» или «я вам не домохозяйка, чтобы готовить», — ожирение, потому что когда у человека появляется выбор, он не может остановиться и паникует, если холодильник не полон.

2. Наказание сном — либо «будешь всю ночь стоять», либо «иди спать, раз так себя ведешь». Результат — нарушение сна, невозможность расслабиться ночью, кошмары, плохой сон.

3. Депривация — закрыть в темной комнате, порой на несколько часов. Предварительно хорошо бы еще напугать — «тараканы тебя там съедят». Как результат — клаустрофобия (или еще какие фобии), тревога, невозможность оставаться одному в квартире (или — парадоксом — невозможность выйти из нее), панические атаки.

4. Угроза оставления: «Я тебя отдам милиционеру», «Доктор тебя заберет», «Сдам в детдом», «Оставлю в магазине» — вариантов сотни. В

результате — страх перед помогающими профессиями (вплоть до невозможности набрать 01 при пожаре), страх отношений, просто боязнь людей.

5. Отказ в собственности, «кто не работает, тот не ест» — «здесь нет ничего твоего», «пока не будешь зарабатывать деньги, твое мнение ничего не значит», «вот будет у тебя своя квартира — будешь жить, как хочешь». В большинстве случаев — заикленность на материальной безопасности, невозможность чувствовать себя дома, если жилплощадь не принадлежит человеку полностью, попытка продавливать свои интересы на основании материального права с близкими, повторение сценария.

6. Отказ в праве на мнение, выбор, существование — «ты никто», «мне плевать, чего ты хочешь», «я знаю, что для тебя лучше» — тут как результат либо очень сильный гнев, маргинальный образ жизни, либо согласие — отказ от себя, жизнь в стиле «главное — подальше от начальства, поближе к кухне».

7. Угроза разрушения любимых вещей и предметов. «Я у тебя это отберу», «Я отдам это другому», «Ты этого не заслуживаешь». Здесь, как правило, рождается страх собственности — человек не может жить в своей квартире, боится привязываться к вещам, или — наоборот — ударяется в коллекционирование, не может выбрасывать вещи.

8. Игнорирование — объявление бойкота, нежелание общаться, пока ребенок не признает свою вину (это в тех случаях, когда родитель никогда не извиняется — то есть в любой ситуации извиниться должен ребенок), отсутствие интереса к любым событиям в жизни ребенка.

9. Неоказание медицинской помощи — зачастую дисфункциональный родитель реагирует на заболевание ребенка «ты придуриваешься», «перестань щуриться», «ты нарочно сутулишься» и так далее, не уточняя причину и не обращаясь к врачу. Такой родитель никогда не берет больничный, забывает вовремя дать лекарства или предпочитает лечить «народными средствами», а то и ремнем. Понятное дело, что у такого ребенка во взрослой жизни ужасный иммунитет и куча заболеваний, плюс он совершенно не умеет заботиться о своем здоровье и считает, что это неважно.

10. Запрет на обучение: «никакой художественной школы», «танцовщица — это не профессия», «женщина никогда не станет хорошим инженером,

иди в педагогический», «для девушки главное — семья, поэтому ни в какую гимназию ты не пойдешь, обойдешься районной школой» и так далее. Некоторые такие родители, ориентируясь на «американский» пример, просто выгоняют в 18 лет детей на улицу без копейки, забыв, что «незаботливые» американцы в 18 лет выгоняют детей в... колледж, помогая оплатить образование и жилье.

Дети таких родителей либо получают образование, которое им не нравятся, но слишком боятся пойти куда-то еще, чтобы научиться чему-то другому, либо в тридцать лет начинают учиться и не могу закончить, потому что им важнее процесс выбора и обучения, нежели результат (вечные первокурсники), либо не получают никакого образования и работают на низкооплачиваемой работе.