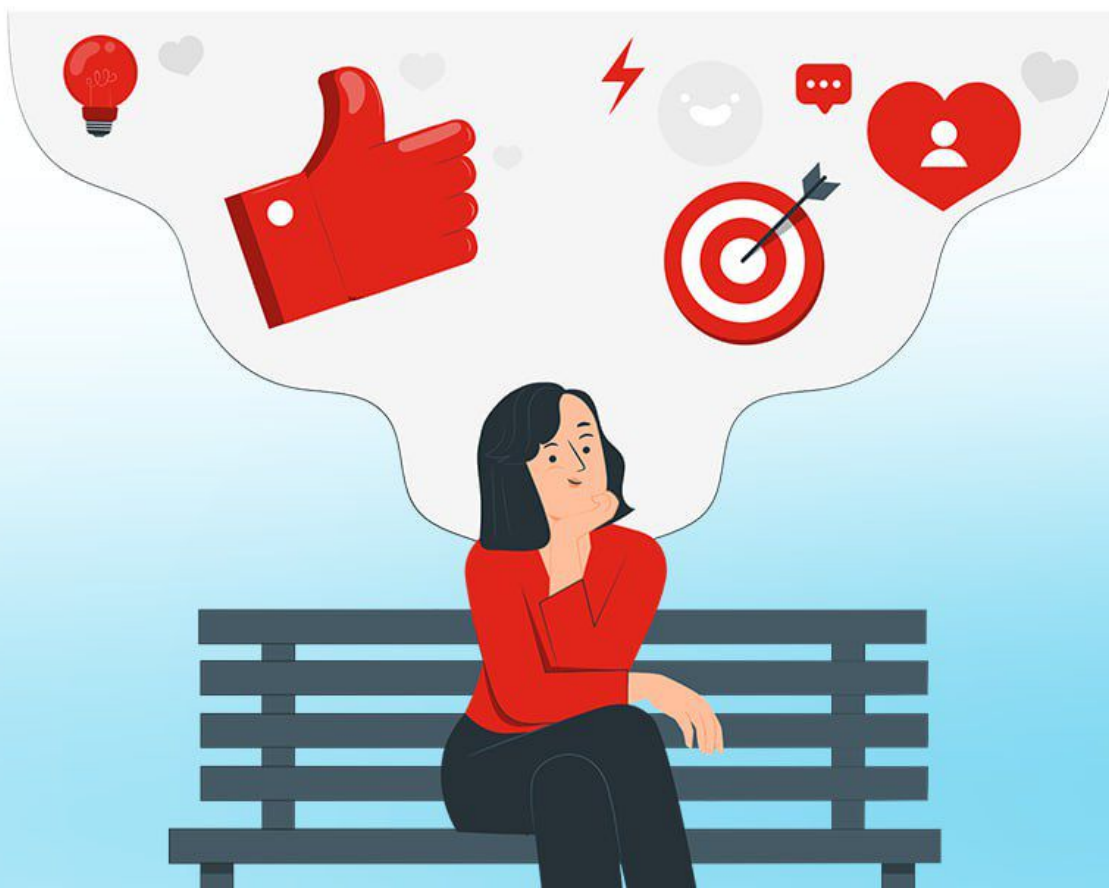




Как действовать родителям, если подросток хочет изменить своё тело?





Универсальный совет для родителей
только один:

*Эмоционально сдержано
реагируйте
на планируемый
или свершившийся
факт бодимодификации.*



Далее необходимо определить причину,
по которой ребёнок хочет изменить себя,
и воспользоваться советами психолога.



Возможные мотивы:

- ◆ недовольство внешностью (неприятие в целом или отдельных частей тела);
- ◆ подражание конкретному персонажу или желание соответствовать клише «успешного человека», транслируемого в социальных сетях;
- ◆ желание привлечь внимание;
- ◆ выбор ошибочной стратегии самопрезентации;
- ◆ самонаказание (легальный вариант самоповреждения);
- ◆ реакция на психотравмирующую ситуацию.



Почему так происходит?

1

В период физиологического и психологического становления подросток крайне уязвим. То, что родители, учителя или сверстники могут посчитать шуткой или замечанием с добрыми намерениями, может привести к резкому неприятию образа тела и снижению самооценки.

2

Дети внимательно отслеживают, когда значимые взрослые улучшают себя косметологическими или хирургическими средствами, когда долго и увлеченно обсуждают медийных личностей, сделавших пластические операции, повысившие после процедуры гонорар и внимание в СМИ.

Ребёнок может захотеть такого же отношения к себе, вовлеченности в жизнь, эмоционального отклика на собственную персону.



Что делать, если подросток принял решение и поставил взрослых перед фактом модификации тела?

1/5. Не сбегайте!

Фраза «делай, что хочешь» не должна произноситься **никогда**.

Родители нужны для поддержки, для споров, для озвучивания сомнений, которые подросток может принимать за собственную слабость.





2/5. Возьмите временную паузу

Этот период нужен для «психологической рекогносцировки»: для оценки ситуации, обоснования мотивов, подбора и привлечения специалистов, определения возможных рисков и ресурсов.



3/5. Найдите максимальное количество информации

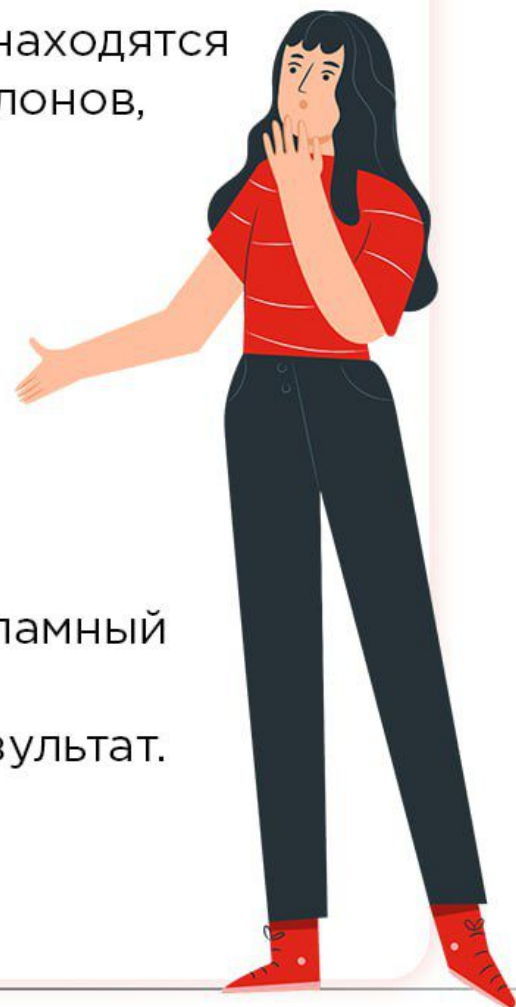
Вместе с подростком обсудите материалы, полученные из специализированных медицинских источников, о предварительной подготовке, о самой процедуре и возможных побочных эффектах, процессе и периоде реабилитации. Проконсультируйтесь со специалистом. Сбор такой информации необходим не для запугивания, а объективной оценки.



Помните, что на стороне родителей находятся психологи, хирурги, мастера тату-салонов, косметологи.

Все они имеют право и будут взаимодействовать с ребёнком, только с разрешения или по достижению им восемнадцатилетия.

Взрослым необходимо развеять рекламный миф, что можно без боли и проблем за один день получить желаемый результат.





4/5. Обеспечьте эффективную поддержку подростка

В психологии родителям предлагают несколько способов проявления поддержки: здоровое отношение к ошибкам, предоставление ресурсов и помощи на пути к достижению целей, эмоциональное участие, активное слушание, последовательность в действиях и словах и прочие.

Эти же рекомендации необходимо применять, если подросток представит взрослым кустарно или самостоятельно выполненную модификацию тела. Процесс реабилитации при этом может потребовать врачебного вмешательства (вплоть до хирургического), приема лекарственных препаратов, перевязок, физиотерапии.



5/5. Активно участвуйте в формировании образа «Я»

Родители, педагоги, специалисты могут оказать положительное влияние на развитие у подростка навыков самовыражения и уверенности в себе.

Это достигается посредством овладения новыми знаниями, увеличением количества позитивных социальных связей, появлением новых интересов.



Напомните подростку, что бодимодификация, при реализации определенной доли свободы самовыражения, приводит к дополнительным ограничениям существования измененного тела, иногда временным, но чаще — НАВСЕГДА.