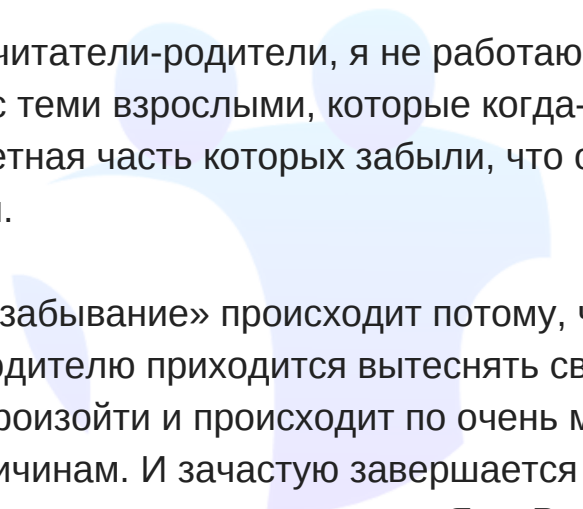


- РОДИТЕЛЬ, НАЧНИ С СЕБЯ!

- ВОТ БЫ ЕЩЕ ОБЪЯСНИЛИ, ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?

«Родители, прежде, чем Требовать от Детей, начините с Себя!» — часто читаем в «психологических статьях». Как зачастую этот призыв понимают Родители? И что психологи имеют ввиду на самом деле?.. В чем очевидная Выгода «начинаний с себя» для обеих сторон?

NEASOACH



Уважаемые читатели-родители, я не работаю с детьми, но работаю с теми взрослыми, которые когда-то были детьми, заметная часть которых забыли, что они когда-то были детьми.

Иногда это «забывание» происходит потому, что будущему родителю приходится вытеснять свое детство. Это может произойти и происходит по очень многим и разным причинам. И зачастую завершается этот процесс резким перескоком в статус «Я — Родитель».

NEASOACH

**При этом не в «Я-Взролый-Родитель»,
а в «Я-Родитель-НеРебенок».**

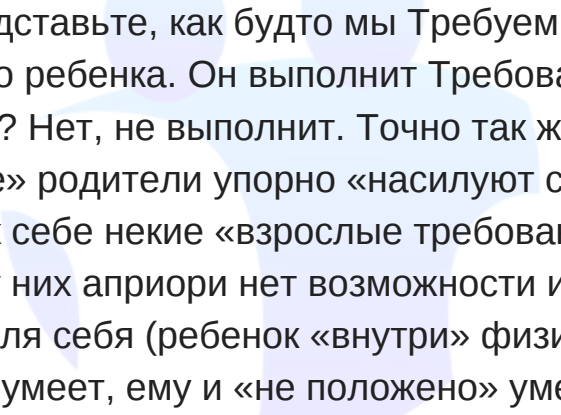
«Я — Взрослый» как «человек с детьми»
и «Я — НеРебенок» как «человек с детьми» -
это совершенно разные истории и их последствия.
Физическое наличие ребенка не переносит нас
«автоматически» в статус Взрослого-Родителя.

NEASOACH

Часто родитель воспринимает призыв: «Родители, прежде, чем Требовать от Детей, начинайте с Себя!», как некое Требование к себе.

Как некое Долженствование, которому нужно следовать, например, меняя поведение с некоторым или значительным насилием над самим собой. Например, как отказом от каких-то своих потребностей «ради ребенка».

То есть такой родитель, будучи глубоко в состоянии «Я-Родитель-НеРебенок», приступает к выполнению неких рекомендованных алгоритмов, четкое исполнение которых (вроде бы) должно привести к некоторому «положительному результату».



А теперь представьте, как будто мы Требуем от маленького ребенка. Он выполнит Требование по алгоритму? Нет, не выполнит. Точно так же «невыросшие» родители упорно «насилуют самих себя», предъявляя к себе некие «взрослые требования», но при этом у них априори нет возможности их выполнить без ущерба для себя (ребенок «внутри» физически-взрослого не умеет, ему и «не положено» уметь, удовлетворять свои потребности, равно, как и выполнять требования).

NEASOACH

И получаем странную картину: два Ребенка, один по-старше, другой по-младше. Тот, который по-старше (Родитель) требует от самого себя то, на что он в принципе не способен, так как «не вырос» («Я-НеРебенок» не обозначает «Я — Взрослый»).

В лучшем случае кипучая деятельность по «насилию над самим собой» не дает никаких результатов. Но чаще «не выросший родитель» однажды вынужден задать себе вопрос: «Ёлки-палки, кого я вырастил? В кого ребенок такой?».

В кого? В тебя, родитель :)

NEASOACH

Ребенок просто-напросто повторяет родительское поведение (и «внутренне» и «внешнее»). «Яжематерь», которая «из кожи вон лезет», — выстраивает крепкий фасад из статуса «яжемать», то есть «ведет себя» специфически, согласно ее представлению об идеальной матери (который она не является и не может ею быть). Попросту: она врёт и сама себе, и ребенку (вынужденно и неосознанно).

Нагроможденный статусный фасад «тянет» в одну сторону, а реальный «внутренний» статус «Я-НеРебенок» — в другую. Какой статус «победит»? Второй. Потому, что он реальный, настоящий. Точно так же, как самый красивый и «правильный» дом развалится, если он стоит в болоте или не на том фундаменте, на котором должен бы стоять — реальный «внутренний» статус неизбежно развалит «внешний».

«Я-НеРебенок» никогда не «вытянет на себе» никакой «взрослый» статус-фасад. Это не возможно ни физически, ни эмоционально, никак. Точно так же, как пятилетний ребенок не поднимет наполненное водой ведро, как бы он ни хотел этого и ни старался бы.

Вернемся к «Ёлки-палки, кого я вырастил? В кого он (сын) такой?».

Что происходило между моментом рождения ребенка и приведенными вопросами — у каждого своя длинная история. Но чаще всего такие вопросы родителя к самому себе возникают на базе Отсутствия Информации (о ребенке). «Приплыли...» (к внезапному для родителей результату)...



Разберемся куда Информация подевалась?..

Звучит это так: «Дочь никогда не рассказывает о себе», «Если бы сын сказал о том, что..., то мы помогли бы ему. Но он не сказал», «Мы всегда всё делали для ребенка, а он не отвечает нам тем же» и подобное.

NEASOACH

1. «Дочь/Сын никогда не рассказывает о себе».

Если ребенок не рассказывает о себе, вспомните — а откуда он мог бы взять опыт рассказывания, если Мать, находясь в статусе «яжемать-идеальная» никогда не рассказывала ребенку о себе, о своих чувствах, об отношениях с мужем, с подругами, не рассказывала о том, что происходит у нее на работе?.. (К отцам, разумеется, это тоже относится).

Если ребенок никогда не видел «рассказов о себе» и именно от родителей, то как он научится это делать? Слышал ли ребенок от родителей: «Я сегодня устал на работе», «На работе случилось смешное...», «Мы сегодня с твоим папой попали в ситуацию...» и подобное?

Если ребенок никогда не видел, как родители между собой «рассказывают то себе» друг другу, то как он научится «рассказывать о себе»?

NEACOACH

2. «Если бы Сын/Дочь сказал/а о том, что..., то мы помогли бы. Но он/а не сказал/а».

Ребенок не сказал не только потому, что «не доверяет», но и потому, что родители никогда не обращались к ребенку за помощью (не путать «сделай вместо меня» и «помоги мне, мы сделаем это вместе»). И, возможно, ребенок никогда не видел, как мама помогает папе, папа — маме, или оба — друзьям, родителям (бабушкам, дедушкам), соседям, «уличной собачке».

Не видел, как родители сами принимают помощь от кого-то.

И ни в одном из случаев не было скандала или ощущения «если человек обращается за помощью, то он слабак», «мы сами с усами, мы — банда, мы сами справимся» и подобного.

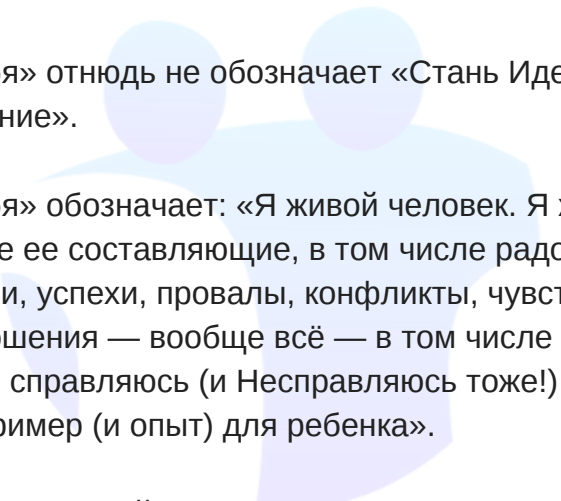
NEASOACH

3. «Мы всегда всё делали для ребенка, а он не отвечает нам тем же».

А вот это голимая ложь. Не для ребенка, а для себя, но «криво» (неосознанно) — спасали свое «Я-НеРебенок». «Всё делать для ребенка» читаем, как «Чтобы сбежать от себя-не-ребенка, надо тщательно изображать из себя идеального родителя, а идеальный родитель идеален именно тем, что он должен делать всё для ребенка, отказавшись от себя».

Суть этого капкана уже приведена выше в примерах (в пп.1-3). Родитель, стараясь быть идеальным и требовательным к самому себе, лишает ребенка возможности «взять пример» (не «показывает на себе»). Важно: речь здесь совсем не только о поступках и поведении, но и о чувствах, эмоциях — прежде всего. Это и есть то, на что намекают в популярных «психологических статьях».

NEACSOACH



«Начать с себя» отнюдь не обозначает «Стань Идеальным, смени поведение».

«Начать с себя» обозначает: «Я живой человек. Я живу, и вся моя жизнь, все ее составляющие, в том числе радости, горести, удачи, неудачи, успехи, провалы, конфликты, чувства (все!), события, отношения — вообще всё — в том числе то, как Я с этим всем справляюсь (и Несправляюсь тоже!) — это и есть наилучший Пример (и опыт) для ребенка».

Еще парочка пояснений «о чем это».

NEASOACH

Если ребенок никогда не видел, как конфликтуют родители, потому что ввиду своей идеальности и «из педагогических побуждений», они конфликтуют «шепотом», закрывшись в другой комнате, то откуда ребенок возьмет опыт и наблюдения о конфликтах вообще, о том, как в конфликтах разные люди проявляют себя и прочее? Конфликтов в жизни много, у ребенка они все равно будут — с вами или без вас.

Если ребенку подменили пресловутую «умершую рыбку/морскую свинку» на такую же («чтобы он не расстраивался»), тем самым лишив его первого опыта горевания, то не удивляйтесь, если ребенок, когда умрет, например, его бабушка «впадет в ступор», а вы на него обидитесь за «безчувственность». «Ты ко мне на могилку приходить не будешь!». Конечно, не будет. Потому что ребенок никогда не видел вас на «могилке» ваших родителей (вы же Идеальны, оберегаете Ребенка от «нехорошего опыта», вот и не берете с собой на кладбище).

«Я-Взрослый-Родитель» Знает, что он Неидеален.
А «Я-Родителя-НеРебенка» далеко уносит в идеальность
(иначе придется встретиться со своей Неидеальностью).

В чём же выгода «начинаний с себя»?

Да всё просто. Когда мы (те, которые Взрослые) делимся с детьми или с другими взрослыми (а ребенок это видит) Своими переживаниями, чувствами, опытом, мыслями, то мы, скажем так, «облегчаемся» («бобёр, выдыхай»), нам Легчает. Выгодно? Выгодно (потому, что нам не надо ничего/никого Изображать). И мы «слили» (поделились), и заодно ребенку показали и себя самих, и жизнь во всех ее проявлениях, оставаясь навсегда «первым примером» Взрослости.

Истинные «начинания с себя» дают единственную и самую верную (но не идеальную) возможность не отказываться от своих потребностей, от своих чувств, своей жизни, от самих себя. Всё это не только сохранить, но и показать детям, которые на самом деле хотят знать — Кем являются их родители, кроме, как «идеальными исполнителями идеальных функций».

(Открою тайну: в очень-очень многих случаях клиенты платят именно «за это», мы месяцами и годами «расшифровываем» родителей, которые «скрывали самих себя»)

Что делать с этим опытом и этими наблюдениями (за родителями) — это ребенок уже сам решит. Потом. Когда станет Взрослым. А он станет Взрослым только в том случае, если он видел и знаком со Взрослой Частью своих родителей (а не с «детским садом», прикрытым плотным фасадом «я-не-детскости»).

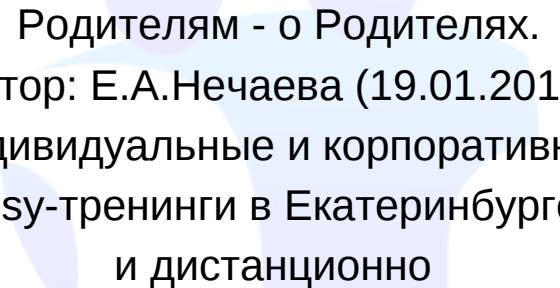
NEASCOACH

Примечание.

Статья не про то, как «облегчить жизнь детям», а про то, как «облегчить жизнь родителям для того, чтобы изменилось качество жизни детей, а это приведет к изменениям качества жизни родителей» :)

Еще о Выгоде: именно за счет своих детей (о, ужас, это про использование детей!..) Родитель может Вырастить самого себя (оставаясь самим собой и не отказываясь от самого себя).

NEASCOACH



Родителям - о Родителях.
Автор: Е.А.Нечаева (19.01.2018).
Индивидуальные и корпоративные
psy-тренинги в Екатеринбурге
и дистанционно

www.neacoach.ru

NEACSOACH