

# Аномалии родительской любви



Никто из нас не является совершенным родителем, и это значит, что, в той или иной степени, мы можем негативно влиять на своего ребенка, неосознанно решая за его счет свои личные проблемы, препятствуя его гармоничному психическому и нравственному становлению.

Психологи уже давно доказали, что опыт ребенка, полученный им в отношениях с его родителями, является фундаментальным для всей его последующей жизни. Для ребенка жизненно необходимо, чтобы родители его любили. Без пищи

физической он не в состоянии выжить, без любви и принятия он не сможет стать полноценной личностью. Родители несут ответственность за тот опыт, который ребенок получит в семье. Вот почему родительская любовь является очень значимой ценностью и для родителей, и для детей. Но именно в силу того, что она так важна, очень трудно смириться с ее отсутствием или недостатком, как детям, так и родителям. Это может привести к серьезным искажениям: агрессию по отношению к собственным детям родители выдают за любовь, а дети принимают эту подмену за чистую монету, как будто это и есть подлинная родительская любовь, а потом переносят этот опыт и в свою жизнь. У них появляются проблемы и комплексы во взрослой жизни, мешающие им быть счастливыми и в полной мере реализовать себя.

**1.** Самое чудесное, что могут сделать родители, — это, поддерживая в семье климат, в котором ребенок чувствует себя всецело любимым самыми близкими в его жизни людьми, дать ребенку такую меру любви и эмоциональной поддержки, которой ему хватит на то, чтобы потом расти и развиваться самостоятельно.

**2.** Подрастающий ребенок развивается в здоровую личность прямо пропорционально количеству и качеству любви, которую он получает. Точно так же как растение нуждается в солнечном свете и влаге, ребенок нуждается в любви и заботе.

**3.** Как открыть эти запасы любви, доверия, которые либо не смогли дать, либо побоялись принять? А ведь они никуда не исчезли, просто закрыты маской усталости, отстраненности, обиды и даже агрессии. Как, каким образом открыть эти богатства души для самых близких — детей своих, и родителей?

Недостаточность любви к детям состоит в том, что родители ошибочно полагают, будто дети обязаны оправдывать их ожидания. Родительское ощущение того, что их дети не дотягивают до "нужного уровня", часто становится главным поводом для конфликтов. Многие родители рассматривают своих детей как движимое имущество, как форму собственности. Они считают, что дети ведут себя должным образом только лишь тогда, когда говорят и делают то, что хотят от них родители. Детское поведение, расходящееся с ожиданиями родителей, вызывает их критику. Так закладывается фундамент его личностных проблем в будущем: многим из нас известны люди, которые, постоянно заискивая перед значимыми старшими.

Всякое негативное или антиобщественное поведение подростка — это крик о помощи, попытка отделаться от чувств вины, злости и обиды, порожденных критикой и неприятием, с которыми им пришлось столкнуться в самом начале жизни. Тишь и благодать поселяются там, где живут доверие, уважение и любовь. Все то, что дает человеку свободно, полной грудью дышать и главное — развиваться.

Истинная любовь родителей готовит ребенка как отдельную, самостоятельную, а значит живущую собственным образом, имеющую свой жизненный путь, личность. Истинное чувство любви в матери или в отце знает, что родилась не моя собственность, а отдельная личность, которая по личностному свойству не есть "я" и моей собственностью быть не может. Матери важно осознать, что ее ребенок — не составная часть родителя. Иногда женщине особенно трудно смириться с этим, а если у нее авторитарный склад характера, то трудно вдвойне, ибо "мой ребенок, что хочу, то и делаю, и неважно, сколько ему лет — двенадцать, двадцать, или тридцать".

Для того чтобы процесс развития психологической автономности человека завершился успешно, нужно, чтобы его родители были достаточно грамотны.

### **Родителям необходимо:**

- Воспринимать ребенка таким, какой он есть, а не таким, каким бы им хотелось его видеть.
- Уважать желание ребенка самостоятельно изучать окружающий его мир, позволять ему делать это.
- Поощрять выражение независимых мыслей, чувств и действий (соответственно возрасту ребенка).
- Быть способным выразить понимание и поддержку, когда ребенку это понадобится.
- Быть примером психологически зрелого человека, открыто выражать ребенку свои собственные чувства.
- Четко определить, что вы запрещаете делать ребенку, и прямо говорить, почему, а не прибегать к силовым методам.
- Не запрещать ему открыто выражать свои чувства, признавать и понимать эти чувства и потребность в их раскрытии.
- Помогать и поощрять действия ребенка, направленные на здоровое исследование окружающего мира, пользуясь словом "да" в два раза чаще, чем словом "нет".
- Не впадать в отчаяние или депрессию, если ребенок отказывается пользоваться вашей помощью. Не пытаться прожить жизнь за ребенка; признавать в нем самостоятельную личность, имеющую свои взгляды, желания и стремления.

Зачастую многие родители недоумевают по поводу того, откуда у их сына или дочери появляются проблемы. Большинство из них — это проблемы семьи, в которой этот ребенок живет. И если умение родителей быть счастливыми людьми неполно или искажено, то вся неполнота и все искажения будут ими невольно переданы детям.

Когда у родителей есть нерешенные психологические проблемы, вызывающие тревогу, гнев, растерянность и другие сложные чувства, они неосознанно выражают их по отношению к своим детям. Общаясь с детьми, родители неосознанно формулируют и передают им множество косвенных (непрямых) сообщений, выражающих их отношение к своим детям, к другим людям и к жизни в целом. Эти сообщения называются "предписаниями".

Главное значение предписаний состоит в том, что на их основе ребенок принимает неосознанные решения о строительстве всей своей жизни. Многие успехи или неудачи взрослого человека зачастую основаны на тех предписаниях, которые он получил в детстве от своих родителей. Предписания бывают позитивными или негативными.

Поскольку ребенок фундаментально зависит от родительской любви и расположения, зачастую, чтобы родители его любили, он вынужден соглашаться с их точкой зрения, с их предписаниями. На основе родительских предписаний он принимает неосознанные решения в отношении себя, своей жизни, окружающего мира, людей и взаимоотношений с ними. И эти решения могут носить патологический характер. Опыт семейных взаимоотношений играет для ребенка важную роль в формировании его личности и жизненного сценария (т.е. набора типичных схем поведения и отношений с окружающими).

Любовь — это созидаящая сила нашего бытия. Ненависть — это разрушающая сила личности, и семьи, и всего общества. Мудрый родитель свидетельствует своим детям прежде всего своим добрым и мудрым сердцем.

"Задача воспитания — пробудить внимание духовной жизни. Надо научить ребенка любить Красоту нравственных поступков. Если ваш воспитанник знает много, но интересуется пустыми интересами, если он ведет себя отлично,

но в нем не пробуждено живое внимание к нравственному и прекрасному — вы не достигли цели воспитания", — писал великий педагог К. Д. Ушинский.

Для того чтобы ребенок был способен понять и принять ценности родителей, между ними должны быть протянуты нити доверия и любви, он должен чувствовать искреннюю любовь и знать, что родители его ценят, дорожат его мнением.

Если ребенок чувствует любовь, добро, приятие, уважение, интерес к нему, то он позитивно запоминает то, что происходит и говорится вокруг, он формируется как личность с избытком душевных сил. Если же он чувствует себя зажатым в тиски разных "нельзя", "не следует", или, еще хуже, его унижают разными высказываниями, — то рано или поздно у него сложится убеждение о том, что он на этом свете лишний, возникнет ощущение глубокого одиночества и ненужности. Поэтому мудрые родители относятся к ребенку доброжелательно, заботливо, дают ему возможность почувствовать, что он нужен, что его принимают.



Они не критикуют, не унижают, не подавляют ребенка, делятся с ним своим жизненным опытом, говорят с ним, как бы приоткрывая свою внутреннюю тайну, так, чтобы слова шли из сокровенной глубины родительского сердца.

Что же такое любить? Это значит, что моя любовь должна быть в радость прежде всего любимому мною человеку, а не мне; моя любовь не должна приводить к конфликтам, проблемам, не должна отягощать жизнь того, кого я люблю. Напротив, она должна нести любимому человеку радость, помощь; уверенность, свет и добро.

В этом смысле всегда, в любой ситуации, следует прислушиваться к себе: действительно ли мы любим этого человека или же мы любим свои чувства по отношению к нему? В большинстве случаев мы называем любовью собственные чувства по отношению к любимому. Многие не подозревают, что эти чувства могут приносить разлад в жизнь другого человека.

**Главная задача родителей** — создание дружной, счастливой семьи. В такой семье на первом месте должны быть отношения между супругами и в свете этой любви, — любовь родителей к ребенку. Успех в достижении контакта, душевной близости с детьми во многом зависит от отношений между родителями. Поэтому супругам надо понимать, что только доверительность их взаимоотношений могут стать основой для теплых отношений со своим ребенком.

Итак, в основе прочных взаимоотношений родителей и ребенка лежит безусловная любовь. Что такое безусловная любовь? Безусловная любовь — это когда вы любите ребенка независимо от его качеств и особенностей, склонностей, достоинств и недостатков, независимо от его поведения и от того, насколько он отвечает вашим ожиданиям, удовлетворяет ваши потребности. Это вовсе не значит, что вам должно нравиться какое угодно его поведение. Безусловная любовь — это когда вы любите ребенка даже тогда, когда поступки его вам не нравятся.

Безусловная любовь — это идеал. Вы не можете испытывать абсолютную любовь к ребенку все время, постоянно. Но чем ближе вы будете подходить к этому идеалу, тем увереннее вы будете себя чувствовать, и тем более благополучным и спокойным будет расти ваш ребенок.

Миллионы родителей сегодня считают, что единственная их функция — постоянно запрещать ребенку те или иные действия. Некоторые родители, наоборот, потворствуют своим детям, разрешая им всякие безобразия, и по пристрастному отношению, по привязанности к ним стараются тотчас выполнить все их требования. Попустительство — тоже отсутствие любви. Это значит, что родитель любит свои чувства по отношению к ребенку, но не самого ребенка, которому чрезмерное родительское потакание очень вредно. Если вы любите ребенка и выражаете свою любовь к нему только в тех случаях, когда он доставляет вам радость, то это любовь с условием. При этом ребенок не будет чувствовать себя любимым. Любовь с условием вызовет в нем лишь ощущение собственной неполноценности и помешает нормально развиваться. Любя ребенка только тогда, когда он соответствует вашим ожиданиям и отвечает вашим требованиям, вы обрекаете его на неудачи в жизни, он утвердится в бесполезности любых стараний быть хорошим, потому что их всегда оказывается недостаточно

Его будет мучить чувство незащищенности, тревоги, низкая самооценка, и все это станет препятствовать его духовному и личностному росту. Поэтому необходимо помнить: развитие ребенка во многом зависит от степени любви родителей.

Очень важный фактор, осложняющий отношения между детьми и родителями, — неумение родителей спокойно и уважительно по отношению к ребенку излагать свои мысли. Умение правильно обсудить возникшую проблему с ребенком — это еще один важный момент педагогического искусства родителя. Это возможно, если с раннего детства устанавливать диалог, а не монолог. А если ребенок должен быть только ушами, а родители только голосом, то ничего не получается. Но если с самого раннего детства родители проявляли интерес: ты мне интересен! Каждая твоя мысль мне интересна, весь твой опыт и все движения ума и души интересны, объясни, я не понимаю... Беда с родителями в том, что они почти всегда себя ставят в такое положение: я то понимаю, а ты не понимаешь... А если родители говорили бы): "Я не понимаю, ты мне объясни, — очень многое могло бы быть объяснено. Потому что дети с готовностью объясняют, что они думают, если не ожидают что их тут же осадят и докажут, что они неправы. Но как создать хорошую основу для диалога?

Прежде всего стать спокойным и уверенным. Сегодня многие родители выглядят подавленными, бессильными. Их поведение зачастую колеблется между властным принуждением, с помощью которого они пытаются "принять меры", и бездеятельной вседозволенностью "демократов", боящихся ограничить "свободу ребенка". Не унижайте ребенка перед другими людьми, не рассказывайте другим о его ошибках. Никогда не переходите на уровень личных оскорблений!

В современной педагогической науке исследовались типы родительской деятельности, влияющие на мотивацию жизненных достижений у детей. Выяснилось, что семьи, из которых вышли люди, достигшие жизненных вершин, обладали двумя особенностями:

1. В семьях, вырастивших преуспевающих людей, была атмосфера, в которой спрашивали и уважали мнения детей. С раннего возраста их приучали участвовать в принятии семейных решений. Их спрашивали, что они думают и чувствуют. Предложения детей подробно рассматривались. И хотя их мнения не обязательно оказывали влияние в каждом случае, но мысли и идеи детей имели значение. Вся семья уделяла время совместным обсуждениям и принятию общего решения по тому или иному вопросу. Если относиться к детям как к значимым и умным, они будут изумлять вас тем, насколько они в самом деле разумны и проницательны. Старая поговорка "Устами младенца глаголет истина" верна.

Дети иногда могут видеть ситуацию с объективностью и ясностью, которых может не быть у взрослых людей. Спросив в какой-нибудь ситуации совета у ребенка, вы можете быть поражены качеством ответа. Самым важным является сам факт обращения за советом — это признак того, что вы уважаете ребенка, а это повышает его позитивное отношение к себе, усиливает веру в себя.

2. В семьях преуспевающих людей было принято то, что называется "позитивными ожиданиями". Родители непрерывно говорили о том, как сильно верят в своих детей, как уверены в том, что те достигнут выдающихся результатов. Говоря своему ребенку "ты можешь сделать это" или "я верю в тебя", вы ниспосылаете ему свое родительское благословение, помогаете ему поверить в свои силы. Вы побуждаете ребенка на гораздо большие усилия, чем он сделал бы без ваших слов. Дети, подрастающие в атмосфере позитивных ожиданий, всегда и во всем, что бы они ни предпринимали, действуют лучше.

Важный момент: позитивные ожидания не то же самое, что и требования. Многие родители думают, что они выражают позитивные ожидания, в то время как на самом деле просто требуют от своих детей следовать определенным стандартам.

Требование всегда ассоциируется с условной любовью, с мыслью, что если ребенок не соответствует ожиданиям, любовь и поддержка родителей будут аннулированы. Важно сообщить детям, что, независимо от того, насколько хорошо или плохо они поступают, вы любите их сполна и безусловно. Если ребенок чувствует, что при его плохом поведении вы можете лишиться его своей любви, то он будет неуверенным.



**Исправление аномалий родительской любви** - это прежде всего прощение своих родителей, освобождение сердца от груза обид, которые мы тащим с собой из прошлого. Родители иногда даже не догадываются, что они в чем-то виноваты перед нами: растили, любили, жалели... А дитя выросло и почему-то обижается, у него проблемы, жизнь, кажется, проходит мимо него. Освобождение от обид нужно нам для себя. Если стакан наполнен - как туда можно еще что-то налить? Если сердце полно обидами - как туда может поместиться любовь?

## Принципы отношений родителей с детьми

- Я хочу, чтобы меня любили. Поэтому я буду открыт моим детям.
- Я так мало знаю о сложных лабиринтах детства. Поэтому я буду с удовольствием учиться у детей.
- Я лучше всего усваиваю знания, полученные в результате собственных усилий. Поэтому я объединю свои усилия с усилиями ребенка.
- Я люблю, чтобы меня принимали таким, каков я есть. Поэтому я буду стремиться сопереживать ребенку и ценить его.
- Я - единственный, кто может прожить мою жизнь. Поэтому я не буду стремиться к тому, чтобы управлять жизнью ребенка.
- Я черпаю надежду и волю к жизни внутри себя. Поэтому я буду признавать и подтверждать чувство самостоятельности ребенка.
- Я чувствую страх, когда я беззащитен. Поэтому я буду прикасаться к внутреннему миру ребенка с добротой, лаской, нежностью.
- Я не могу полностью оградить ребенка от страха, боли, разочарования и стрессов. Поэтому я буду стараться смягчать удары.

## Правила общения

- Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком.
- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или непозволительными они ни были.
- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перейдет в неприятие его.
- Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите.
- Признайте ребенка здесь и сейчас, на основе настоящих событий.
- Сохраняйте дружелюбный тон.

