

Влияние родительских директив на воспитание и общение с ребёнком.

“Главная ошибка родителей в том,
что они пытаются воспитывать детей,
не воспитывая себя!”

Л.Н. Толстой

Родители – первые воспитатели для своего ребенка и останутся ими на всю жизнь. Ведь народная мудрость не зря гласит: “яблоко от яблони не далеко падает”, “он сын своего отца”, “впитал с молоком матери”. Некоторые родители строят процесс воспитания по образцу и подобию своих родителей; другие пытаются найти свой способ, знакомясь с опытом других известных семей; некоторые отдают процесс воспитания ребёнка в руки бабушек и дедушек либо государственным учреждениям.

Рассмотрим некоторые примеры родительского программирования, как источника эмоциональных проблем ребёнка.

Отметьте для себя, какие выражения вы часто употребляете:

Когда ребёнок в чём-то провинился:

- Мне не нужен такой плохой мальчик...
- Глаза бы мои тебя не видели...
- Чтоб ты сквозь землю провалился
- Я тебе все силы отдаю, а ты...
- Что ты ведёшь себя как маленький!
- Ты уже не ребёнок...
- Ты моя единственная опора, и так себя ведёшь...
- Как тебе не стыдно, это же так просто...

Нравоучения:

- Ты ещё мала, чтоб....
- Не торопись взрослеть...
- Детство – самое счастливое время жизни
- Ты мой единственный друг.
- Ты ведь у меня не такой, как все.
- Не делай сам – это опасно.
- Не делай сам, подожди меня.
- Без меня получится плохо.
- Успех только со мной
- подчёркивание исключительности ребёнка, непохожести на других.

Итак, как же эти выражения влияют на дальнейшую жизнь нашего ребёнка?

Мы знаем, что даже случайно оброненное слово может оставить неизгладимый след. Но многие не догадываются, что чаще всего самые близкие и дорогие люди, желающие тебе только добра, могут стать источником проблем в будущем, препятствовать самореализации человека.

Российские психологи В.К. Лосева и А.И. Луньков понятие «родительские директивы», введенное психотерапевтами Робертом и Мэри Гулдингами, связывают с нашим поведением в повседневной жизни. Довольно часто родители поступают не так, как хотят, и не могут понять, почему это происходит, в чем причина такого поведения? С чем это связано?

Можно сказать, что в такой форме живёт зависимость от кого-то из наших родителей, кто неявно «научил» нас вести себя таким образом. И это сохраняется в подсознании человека на всю жизнь.

Что такое родительские директивы?

Неявное, скрытое родительское «обучение» – приказание, неявно сформулированное словами, мимикой, эмоциями и действиями родителя, за неисполнение которого ребёнок не будет наказан явно, но будет наказан косвенно – собственным чувством вины перед родителем, назвали родительскими директивами. Причём истинные причины своей вины ребёнок (а часто и взрослый) не может осознать без посторонней помощи. Ведь именно исполняя директивы, он чувствует себя хорошим.

Первая и самая жёсткая директива – «Не живи!»

Приговаривания:

«Глаза бы мои на тебя не глядели»

«Чтоб ты сквозь землю провалился»

«Мне не нужен такой плохой мальчик»

«Сколько тревог и лишений ты мне принёс, появившись на свет»

«Я все силы отдавала тебе, а ты ...»

Скрытым смыслом передачи такой директивы является облегчение управления ребёнком через возбуждение в нём хронического чувства вины, связанной с самим фактом его присутствия в жизни матери. Воспринимая подобную директиву, ребёнок может бессознательно принять решение: «Я

источник помех в жизни матери, я – её вечный должник». Как-то защититься от такого рода указаний ребёнок ещё не может, поскольку основные директивы получает до 6 лет.

Иногда это глубинное чувство вины с возрастом усиливается. Ребёнок может умозаключить, что было бы лучше, если бы его совсем не было. Выходом из ситуации для него могут быть частые травмы и другие способы саморазрушения (наркомания ...)

Такое отношение не дает ребёнку возможности самореализовать свои способности в различных сферах жизни. Одним из вариантов послушного следования родительскому указанию «не живи» является провокационное «хулиганское» поведение вне дома. Он как бы специально «нарывается» на наказание. Известно, что наказание снижает чувство вины. Проще чувствовать себя виноватым за разбитое окно или нос, нежели испытывать постоянное чувство вины неизвестно за что.

Как продолжает жить эта директива в душе взрослого человека? Она может давать о себе знать через ощущение собственной «плохости», глубинное неверие в то, что «меня можно полюбить», а также в тенденциях к алкоголизму, наркомании, самоубийству.

Вторая директива: «Не будь ребёнком».

В быту проявляется в высказываниях типа:

- «Что ты ведешь себя как маленький»
- «Пора стать самостоятельнее»
- «Ты уже не ребёнок»
- «Ты моя единственная опора...»
- Не расти
- «Мама тебя никогда не бросит»
- «Ты ещё мала чтоб ...»
- «Не торопись взрослеть»
- «Детство – самое счастливое время жизни»

Иными словами, она проявляется в высказываниях, описывающих состояние «детскости» как плохое, а состояние «взрослости» - как хорошее. Такая директива часто достаётся старшим или единственным детям в семье.

Став взрослыми, такие дети испытывают специфические трудности: с одной стороны, они научились брать на себя ответственность за других, а с другой – имеют непонятный для них самих внутренний барьер при общении с детьми. Например, они заявляют: «Я не знаю, о чём говорить с ребёнком» и чувствуют неестественную напряжённость, играя с собственным ребёнком.

Им проще чему-то учить или вовлекать в свою взрослую деятельность, чем разделять его интересы.

Иногда такие люди научаются очень сильно подавлять свои «детские» желания и творческие самопроявления. Вырастают маленькие «роботы».

Поэтому людям, ощущающим в себе действия этой директивы, стоит начать с возрождения ребёнка в себе. Начинать стоит именно с детских желаний: красивой ручки, одежды, фруктов, мороженого...

Третья директива: «Не думай»

В быту выражается в требованиях:

- «не рассуждать, а делать, что приказано»
- «не умничать»
- «не думай об этом, забудь»

Люди, получившие такую директиву, часто испытывают мучительное чувство «пустоты в голове», когда им надо самостоятельно решить какую-то проблему. Их преследуют головные боли, делающие сам процесс мышления невозможным. Если же в голову приходят какие-нибудь необычные мысли, то они стремятся заглушить их алкоголем, спортом, хобби или развлечениями типа «много думать вредно». Они испытывают глубинное чувство недоверия к результатам своего умственного труда, часто совершают необдуманные поступки, оставляющие чувство недоумения «как я мог такое совершить?»

Людам, привыкшим «действовать, а не рассуждать» можно порекомендовать увеличить паузу перед своим действием. Могут помочь занятия медитацией «наблюдатель» - как зритель в кино рассмотрите её как бы саму по себе.

При головной боли очень полезен навык задавания себе вопроса «В какой именно ситуации у меня разболелась голова?» И вы обнаружите те запретные ситуации и темы, думать о которых вам «запрещает» родительская директива.

Четвёртая директива: «Не принадлежи никому, кроме меня...»

- Ты мой единственный друг.
- Ты ведь у меня не такой, как все.
- Всяческое подчёркивание исключительности ребёнка, непохожести на других

Её передают родители, сами имеющие проблемы в общении с другими и видящие в ребёнке «единственного друга». Они подчёркивают его исключительность, непохожесть на других, причём в положительном смысле. С возрастом самооценка ребёнка становится, как правило, адекватной. Он не чувствует себя выше других, но в любой компании чувствует себя как бы «отдельно». Причём причины такого ощущения сам понять не может – ведь он делает всё, что бы быть как все.

Став взрослыми, подобные люди обречены чувствовать себя не такими, как все, и их всегда будет тянуть в тёплую атмосферу родительской семьи, равной которой не найдут.

Полностью такие ощущения уходят лишь в ситуации группового противостояния какой-либо угрозе, когда чувство солидарности и товарищества замещает прежние инфантильные переживания. Другой вариант освобождения – крепкий и надёжный брак, построенный на чувствах.

Пятая директива: «Не делай сам»

Её смысл расшифровывается так: «Не делай сам – это опасно, за тебя буду делать я»

- Не делай сам – это опасно.
- Не делай сам, подожди меня.
- Без меня получится плохо.
- Успех только со мной

Взрослые, несущие в себе влияние этой директивы, испытывают мучительные трудности в начале каждого нового дела, даже хорошо знакомого – будь то сочинение, вязание свитера или стирка белья. Они постоянно откладывают начало своих действий, часто попадают в цейтнот и, конечно же не догадываются, что всего лишь послушно следуют родительскому требованию: «не делай сам, подожди меня».

Таким людям можно порекомендовать начинать дело при свидетелях или в групповой ситуации, что не позволит им остаться «наедине» со своей директивой.

Шестая директива: «Не будь самим собой».

Она выступает в двух основных вариантах:

- Недовольство полом ребёнка (ждали мальчика, а родилась девочка)
- Высказывания типа:
- «Будь похожим на ...»

- «Стремись к идеалу»
- «Почему твой друг это может, а ты – нет?»

Скрытый смысл этой директивы – вызвать неудовлетворённость своим нынешним состоянием и мотивированный завистью, что «чужое всегда лучше», убежать от самого себя в поисках лучшей доли. А таким ребёнком, как известно, очень легко управлять.

Взрослый человек, несущий в себе подобную директиву, постоянно неудовлетворён собой и почитает это чуть ли не за моральную добродетель. Про таких говорят: «Критичен к себе более, чем к другим». И понятно почему. Такие люди живут в состоянии постоянного внутреннего конфликта.

Рекомендации:

- Все мы, воспитывая своих детей, остаёмся детьми собственных родителей и продолжаем решать задачу своего взросления именно в ходе воспитания детей. Директивы неизбежны, но зависимость от них отнюдь не фатальна.
- Не решайте за ребёнка задачу его взросления и освободите его от собственных бессознательных влияний.