НЕСКОЛЬКО РОДИТЕЛЬСКИХ ФРАЗ,

ЗА КОТОРЫМИ СТОИТ НЕ ТОЛЬКО ЛЮБОВЬ (заметка-практикум)

Каждая из этих фраз - заколдовывание, родительская "черная магия". Расколдовать ребенка, как мы знаем из сказок, может либо тот, кто наложил заклятие, либо более сильный волшебник. Иногда на поиски более сильного "волшебника" уходят годы. У нас есть время самим "расколдовать" наших деток и дать им возможность развиваться, так как важно их потенциалу. Сегодня праздник – День защиты детей! Давайте сегодня станем добрыми волшебниками!

1." Хочу, чтобы ребенок навсегда остался таким маленьким. Чтобы всегда он был таким милым."

Мы подаем сигнал подсознанию ребенка - "не расти! Пока ты маленький - тебя любят и ты в безопасности." Чем грозит: либо инфантилизацией, задержкой в развитии, маленьким ростом- весом, страхом взросления, страхом отпустить родителей, страхом одиночества, зависимостью, уходом в фантазийный мир, уходом в "детские болезни", либо наоборот - ранее взросление, ранняя сепарация, грубость, агрессия...

Расколдовывание: слова, произнесенные вслух или про себя. "Я радуюсь каждому твоему дню. И каждому году взросления. Я горжусь каждым твоим шагом. И позволяю тебе быть разным. Ты самый лучший ребенок для меня. И я праздную каждый наш день. Каждый возраст несет тебе свой подарок"

2. Когда в речи родителя часто звучит местоимение "МЫ". (После того, как ребенок сказал о себе "Я").

Когда родитель говорит о ребенке старше 4 лет - "мы покакали, мы пошли в садик, мы поступили в школу, мы заболели, мы женились...". Местоимение "мы" говорит о том, что родитель не чувствует ребенка отдельно от себя. И подсознательно не позволяет ребенку отделиться и отдалиться. Именно родитель создает почву для со-зависимости ребенка. И не дает возможности ребенку почувствовать свой - отдельный потенциал. Часто родитель не имеющий "своего смысла", своей реализации, реализуется в ребенке. Часто тревожный и очень контролирующий родитель старается удержать ребенка "под крылом".

Чем грозит: ребенок становится либо услужливо- комфортным, либо упрямым и агрессивным, несамостоятелен, не собран, может часто болеть, плаксив, ему сложно самостоятельно принять решение, может часто выглядеть уставшим, у таких деток частые аллергические реакции и затяжные бронхиты. (Не отпуская ребенка в его "я", мы перекладываем на него груз наших задач, сложностей, болезней - это может быть чрезмерным грузом для ребенка).

Расколдовывание: взрослым нарисовать (вылепить) отдельно себя, отдельно ребенка. Задать себе вопрос - "о чем я мечтал, что я могу сделать для себя и своего потенциала". : "Ты - это ты. Я - это я. Мы вместе, мы навсегда родитель и ребенок. ты навсегда мой сын - дочь, но мы разные. У каждого из нас свой потенциал, свои задачи, своя жизнь и судьба."

3. Когда мы говорим о детях - "Мой мужчина, моя женщина".  
Мы создаем путаницу в ролях. Делаем ребенка своим "партнером". Вместо реального взрослого партнера.

Чем грозит: мы создаем связку - мама-сын, папа- дочь. Лишая ребенка возможности потом создать гармоничную пару (родителям не изменяют, либо - от них спасаются бегством, либо - потом ищут всю жизнь маму или папу). Мы ребенка ставим на ступеньку рядом с собой - а на этой ступеньке задачи другого уровня. На ней много, в том числе, и сексуальной энергии. Ребенок с этой ролью- энергией может не справляться - чрезмерная мастурбация - один из "симптомов". Мы отдаляем мужа - жену, или не позволяем рядом с собой появиться партнеру- взрослому мужчине и взрослой женщине.

Расколдовывание: сфокусировать отношения на взрослом партнерстве, на паре. Проявлять "видимые" знаки внимания и уважения к жене, мужу. Важно, чтобы ребенок обращался к родителям не просто по имени, а называл и роль "мама", "папа". Ребенку мысленно или вслух можно говорить: ты мой любимый сын (моя дочь), я твоя мама (твой папа). А это - мой мужчина, мой муж. (Моя женщина, жена). У тебя обязательно будет мужчина (женщина), которую ты будешь любить и будешь счастлив. И я буду за тебя рада.

4. "Какой нехороший стол/стул - ударил ребенка, давай его накажем. иди, тебя пожалею...".

Когда ребенок спотыкается, ударяется о мебель, скамейки, родители иногда, чтобы перефокусировать внимание и дать "компенсацию" за боль - предлагают "отомстить"- вернуть боль, ударить "обидчика".

Чем грозит:Так мы учим ребенка не брать ответственность за свои действия и перекладывать вину. И мстить "внешним" объектам за любой дискомфорт. А также - мы не учим ребенка здоровой осторожности и внимательности.

Расколдовывание: давай я поцелую, поглажу, подую. (Не пожалею!) мама (папа) с тобой! Наверное, это очень больно. Прикасаемся к столу - ты ударился об угол. Смотри - вот угол. Давай будем внимательнее.

5. Ты будешь самым великим (самым лучшим) физиком, танцором…

Чем грозит: мы создаем у ребенка почву для развития невроза и перфекционизма. Ребенок либо будет стараться соответствовать ожиданиям родителя, он будет отличником, активистом... Но будет это делать, чтобы не потерять нашего внимания и любви и будет терять контакт с природной радостью и живостью. Либо - ребенок при препятствиях или сравнении с окружающими может разочароваться в себе и своих силах "из меня все равно ничего не получится" и искать безопасности - в фантазии, компьютере, телевизоре, болезнях, зависимостях.

Расколдовывание: заботиться о своем развитии, чтобы не реализовывать в ребенке то, что не смогли реализовать сами. вместо слов "я тебя люблю за"... Говорить "я в тебе люблю". Или просто чаще говорить о любви. "Я рад тому, что ты у меня есть". Важно рассказывать о своих ошибках, рассказывать смешные истории о себе, позволять ребенку делать ошибки, фокусировать внимание на процессе больше, чем на результате. "Заметил, у нас здорово получается что-то, когда нам нравится то, что мы делаем". Слова, которые можно говорить вслух или про себя: "я тебя люблю. И ты навсегда мой любимый сын- дочь. Тебе не нужно заслуживать мою любовь. Я верю в твой потенциал и доверяю твоей природной мудрости. Я вею в то, что у каждого есть свое место в жизни, в семье, у каждого есть свое собственное место в реализации и успехе. и ты займешь свою собственное место. Я поддержу тебя в твоем развитии. И согласен с тем, что ты можешь выбрать свой собственный путь. Я позволяю тебе быть самим собой»

6. Ты вылитый папа (мама).

Нам свойственно искать похожие черты в детях. Нам важно «продолжаться" в детках. Но иногда мы создаем предпосылки для "выращивания" в себе не только внешности, но и качеств, болезней взрослых.

Чем грозит: ребенок "сливается" с родителем, "похожесть" с которым постоянно подчеркивается. Мы как будто бы его "посвящаем" этому взрослому. Ребенок может соглашаться быть "копиркой", а может и стараться сопротивляться этому. В первом случае - он перенимает черты характера, реакции, иногда заболевания, попадает в похожие ситуации. Он идентифицируется с тем, с кем подчеркивается похожесть. Во втором - он демонстративно может избегать контакта, вести себя агрессивно, отказываться от действительно зрелых черт, которые свойственны обоим.

Расколдовывание: "вы похожи, но вы разные. У каждого из вас своя судьба, своя сила, свой потенциал. Ты взял самое ценное из двух родов и похож, на самом деле, сам на себя. У тебя есть право быть собой.

7. Вот когда у тебя будут свои дети, поймешь.

В этой фразе звучит скрытая угроза. Она неконкретна, относится к пассивно- агрессивным фразам - для подсознания ребенка звучит, как проклятие. "Ты будешь расплачиваться за все, что мне пришлось с тобой пережить". Интересно, что, работая с клиентами с психологическим бесплодием, именно эта фразу мы часто доставали из их памяти.

Чем грозит: чувством вины, страхом иметь детей, ощущением, что плох и что ошибся. но непонятно в чем, ошибся.

Расколдовывание. Говорить о своих родительских чувствах: я злюсь, я обиделся, мне больно. "Я тебя люблю всегда, когда нам весело, когда нам сложно друг с другом, когда ты здоров и когда болеешь, когда вредничаешь и когда мы злимся друг на друга. я вместе с тобой учусь. И я думаю, ты будешь чудесной мамой (чудесным папой). И мою любовь к тебе передашь дальше - твоим детям - моим внукам.".