

13

«Если не съешь кашу, не буду любить!»

– Что получается, когда ребёнок это слышит? Это важное утверждение о том, что теперь любовь надо заслужить. Что родители любят не «просто так». Таким образом ребёнок начинает связывать любовь и какие-то условия: «Чтобы любить/быть любимым, надо выполнить пункты...» А это может приводить к тому, что в дальнейшем возникают трудности, чтобы устанавливать безусловные отношения с другими людьми, принимать чью-то любовь и любить самому по-настоящему. Возможно, ребёнок начинает делать вывод, что с ним что-то не так, ведь раньше любили без всяких условий. Тогда возникает много вопросов в отношении себя и своей полноценности. Ну и еще один важный момент: ребенок учит игнорировать сигналы своего тела, ориентироваться на мнение других людей в отношении своего тела, голода и насыщения, сна, и других потребностей.

✓ Меня не уговаривали... а удивляли чем-нибудь таким до открытия рта, добившись своего, вероломно закидывали пищу внутрь. К счастью, про любовь не говорили, потому что произносить это слово всуе вообще было не принято. В итоге при потреблении пищи впадаю в настоящий транс. Ем не потому, что хочется, а потому, что обед. Всегда съедаю все, что есть на тарелке, и лишь после этого прихожу в себя. А еще имею вредную привычку транскрипировать перед телевизором. Ведь теперь передо мной никто не пляшет... Недавно поймала себя на подобной спекуляции любовью. Но реакция четырехлетнего сына мне очень понравилась: «Все равно будешь любить, ты же моя мама!» – этой уверенностью моё чадо указало какую чушь я иногда несу.

«Папа негодяй/мама вертихвостка»...

– Один из родителей плохой. Значит, он сам хотя бы наполовину плохой. Из лояльности к родителю ребёнку придётся показать что-то похожее в своей жизни. К тому же если ребёнок вырастает и продолжает это слышать, то возникает закономерный вопрос: «А ты?

Если мой папа «плохой», то чем хороша ты, раз выбрала его?» – и наоборот. Это подбивает уважение к оставшемуся родителю.

✓ Есть у меня знакомая семья, где мама вертихвостка. Точнее таковой она предстает в глазах десятилетнего сына со слов авторитарного и ворчливого отца. Ежедневно ребенок слышит, что умер бы с голоду, стал беспризорником и пустился бы по миру, если бы не папа, потому, что на маму надежды никакой. В действительности же это адекватная женщина и забот-

одна с ребенком-инвалидом на руках. Наверняка все случилось бы иначе, будь выбор продиктован любовью (ну или, в крайнем случае, расчетом), а не страхом остаться старой девой.

Меня стращали тем, что муж будет бить. В шутку, но регулярно. Всякий раз, как плохо вымою тарелку – в целях улучшения качества домашней работы. А мама пророчила в мужья алкоголика. Тоже смеялся над тем, что я все время что-то проливали. Такая в ее родной деревне бытовала примета. Я тоже смеялась, пока не обнаружи-

тотипа, либо борьбой с этим повторением. А для того, чтобы бороться и доказывать, что «я не таковой...», часто приходится эту судьбу повторять, ну, или хотя бы тратить много энергии на доказательства. Эту энергию можно направить на то, чтобы строить свою жизнь...

✓ Любимое выражение несостоявшейся свекрови. О своем коротком замужестве она вспоминает с содроганием, но без усталости подчеркивает сходство сына с его отцом. В частности в негативных мо-

ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ СВОИМ ДЕТЯМ?



ливая мать. Однажды малыш сломал ногу, свалившись с гаража. А объяснил свою оплошность тем, что кроме мамы его никто об этом не предупредил...

«Плохих/грязных... девочек замуж не берут»,

– Это может быть пророчеством, что теперь её замуж не возьмут. Ведь она уже «плохая/грязная...» Первая часть выполнена. Осталось только подождать, когда наступит брачный возраст, чтобы следовать маминим словам и подтвердить их в своей жизни.

✓ Мою подругу этим пугали вплоть до замужества... Она была на седьмом небе после того, как было подано заявление в загс. И не беда, что с женихом знакома всего месяц. «Вроде симпатичный», – радовалась подруга. После выяснилось, что его недавно выписали из наркологической больницы, и заботливые родители срочно решили его женить. На первой встречной, лишь бы не пропал. Изо все сил пытается сохранить брак, который сразу же стал трещать по швам, подруга родила. Сейчас она

ла в своем избраннике нехорошую тенденцию. Чтобы не выполнить родительские программы, воли хватало. К счастью...

«Что ты плачешь, как девчонка?»

– Спрашивают мальчиков таким тоном, что ребёнку становится понятно, что свои переживания лучше не показывать. В это время и начинают формироваться телесные зажимы для сдерживания чувств, которые во взрослой жизни не дают их переживать. Тогда приходится убирать эти зажимы с помощью специальных подходов.

✓ У моего двадцатилетнего друга серьезные проблемы с сердцем. Как-то лечащий врач задал ему странный, на первый взгляд, вопрос: часто ли он дает волю чувствам? А потом рассказал, что сердце обжигают невыплаканные слезы. Но когда бы ему научиться плакать, если воспитывала моего друга суровая, деспотичная мать, которая надсмехалась над любыми проявлениями чувств?

«Ты такой же, как твой отец/дед...».

– Эти слова заставляют человека повторять судьбу того, с кем сравнивают. Родитель определил, это действует как приказ всю жизнь. Часто вся жизнь оказывается повторением судьбы про-

ментах: «бабник, алкаш, дебошир». Когда ее пророчества стали потихоньку сбываться, я решила больше не проверять достоверность слов этой женщины. «Гены во всем виноваты», – объясняет она. А гены ли?

Что ещё вредного часто говорят детям, как правило, с лучшими намерениями?

- Ты бестолковая...
- Из тебя ничего путного не выйдет...
- Ты такой неуклюжий...
- Ну почему ты такой туподум?
- У тебя не руки, а непонятно что!
- За что не возьмёшься, так всё ломается!

– Как работают такие утверждения? По форме – это определения личности ребёнка, какой он, предсказание последствий его поведения или даже судьбы. То, что говорят родители, часто становится исполняющимся пророчеством. Вначале ребёнок выполняет родительские команды, например, продолжает вести себя бестолково или неуклюже, получает подтверждение родительских слов снова и снова. Дальше можно и не повторять это каждый день – идентичность сформирована, есть надёжные подтверждения того, что человек действительно «бестолковый», «туподум» или «неуклюжий» – и вся жизнь строится с учётом этого.

Ксения ШАШУРИНА