Главный смысл и цель семейной жизни - воспитание детей.

Главная школа воспитания детей - это

взаимоотношения мужа и жены, отца и матери.

В.А.Сухомлинский.

**Семейное счастье зависит от родителей**

Семейное счастье зависит от родителей  
  
Ни красота, ни ум, ни чувство юмора, ни толстый кошелек не гарантируют простого человеческого счастья в любви.  
  
Сколько угодно историй, когда одаренный всеми достоинствами человек никак не встретит свою половину, но зато легко вляпывается в драматические истории типа «Вася любит Машу, Маша любит Петю, а Петя мечтает о Жанне Фриске». А при этом ничем не примечательная вроде с виду личность может хлебать семейные радости полной ложкой.  
  
Наши родители оставляют нам в наследство не только дома и дачи, но и способ строить свою жизнь.  
  
- У меня все точно будет не так, как у родителей! - говорила знакомая по имени Алена, у которой отец был тираном, а мать - его вечной жертвой. И Алена, когда выросла, стала все делать «по-другому», не так, как мама. С парнями была воинственной - «палец в рот не клади», гордой и самостоятельной. Строила карьеру и разрывала связи при любом намеке на неуважение. Но отношения плохо клеились. Те, в кого она влюблялась без памяти, не отвечали взаимностью. А те, кому нравилась она, не нравились ей. В 27 она вышла замуж за мужчину мечты, на которого надышаться не могла. А в 29 решила развестись.  
  
- Я вдруг поняла, что напоминаю себе маму. Только у нас с Костей все еще хуже, чем у родителей.  
  
Нельзя получить индульгенцию от семейной истории, как ни старайся. С ней можно только смириться... Только тогда удастся пойти своим путем. А пока ты вовлечен в отношения с родителями, будут работать эти законы.  
  
Как влияет мама  
  
Мать - начало всего. Американский психолог Ирвин Ялом даже написал целую книгу под названием «Мамочка и смысл жизни», где рассказывает, что только ради внимания и любви своей мамы стал известным и написал свои книги. Сразу оговоримся, что хороших и плохих мам не бывает. Инстинктивно все мамы хотели бы быть лучшими и дать своему малышу все. Но сама мама может быть настолько под влиянием семейной истории, что не осознает, как вредит. Вот три самые распространенные ситуации с негативным влиянием.  
  
СИТУАЦИЯ. Если мама часто оставляла ребенка на попечение бабушек-нянь или рано отдала в детский сад. Если за шалости лупила и ругала, а не объясняла, что к чему. Если была больше занята работой или выяснением отношений с отцом, чем воспитанием ребенка. Если была непоследовательна: то чересчур ласкова, то холодная и строгая без объяснения причин. Если ребенок периодически оставался один, кричал и звал маму, а она не шла. Если в семье было несколько детей, и на этого малыша не хватало сил и времени.  
  
ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА. Потом, во взрослой жизни, у него все делится только на черное и белое, в голове сплошные крайности и стереотипы вроде: люди бывают либо плохие, либо хорошие; иметь можно либо все, либо ничего; либо любить без ума, либо ненавидеть и т. д. К примеру, классика жанра. У девушки с такой мамой мужчина всегда сначала идеал и лучший на свете человек, которому можно все простить, а потом резко - главный мерзавец, хуже него только серийный убийца. Парень же сначала влюбляется в стерву, чтобы ее переделать, готовый отдать ей все, а потом выкатывает ей список претензий в стервозности. В психологии это называется нарциссической травмой. Дело в том, что до трех лет у человека формируется способность любить, дружить, доверять, испытывать чувство счастья. А если детство перенасыщено негативными переживаниями брошенности, вины, ощущения себя нелюбимого, то и потом сложно строить здоровые отношения. Ведь еще в детстве привык к душевной боли. Подсознательно кажутся нормальными только те, в которых полно отчаяния. И партнеров выбирает соответственно, чтобы как можно больше пострадать. И претензии к партнеру - на самом деле детские претензии к матери.  
  
СИТУАЦИЯ. Мама, сама того не желая, втягивала ребенка в отношения с отцом. В чем это выражается? Бывает, что мамы жалуются ребенку на отца или просят совета, типа устами младенца глаголет истину. Просят рассудить, кто прав, а кто нет. И маленький ребенок превращается для мамы в бесплатного психолога, арбитра, жилетку для слез, орудием справедливости. Ребенок лишается детства, так как становится третьим участником личной жизни родителей. На него возлагают непосильную ответственность - решать за взрослых.  
  
ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА. К своей личной жизни в будущем начинает относиться наплевательски. И часто, по сути, продолжает заниматься тем же, чем и привык в детстве: судить других, гладить по головке, помогать строить чужие семьи, влезать в дела подруг/друзей и так далее. Такая девушка, к примеру, всем хороший друг и советчик. Только о себе думает в последнюю очередь. Ей вообще собственная личная жизнь кажется не такой важной, как чужая. У самой не пойми что на личном фронте, зато часами подружек учит жизни.  
  
Более того, часто ребенок копирует судьбу того родителя, против которого настраивали и кого, возможно, до сих пор обвиняют. Но в глубине детской души мы одинаково любим обоих родителей. И, бессознательно копируя поведение «плохого» родителя, так отдаем ему дань. Я знала мужчину, который в детстве часто защищал мать от отца-алкоголика. Когда он вырос, то заставил маму развестись с ним. Сейчас этому парню за сорок, он заботится об одинокой маме. Отца не видел давно и говорит о нем с негодованием. Больше всего его бесило, что отец пил. Сам мужчина всячески старался оправдать мамины надежды, поэтому хорошо учился, сделал замечательную карьеру и прекрасно зарабатывает. Семью создал поздно, в 35, родилась дочка. Но с женой отношения прохладные, а по выходным «отличник»-труженик всегда ходит в ночной клуб, где расслабляется случайными связями и кокаином, что куда хуже алкоголя.  
  
Другой такой «мамин защитник» тоже преуспел в бизнесе (мама же хотела!). Женился на стриптизерше, которая забеременела. А он очень хотел наследника (читай: мама хотела внука). Жена, по его словам, мегера редкостная, с ней он развелся. Впрочем, ее можно понять, потому что ни одного дня он не хранил ей верность. Сейчас мама живет в его доме, а с женщинами он встречается в основном за деньги. Так проще.  
  
Девочки же часто переносят мамино отношение к отцу на всех мужчин. А то и усугубляют! Чем негативнее оно окрашено, тем сложнее ей вообще «с этими козлами» жить. Одна моя знакомая говорит, что мужиков жалеть нельзя, а нужно только использовать. Потому что ее папа, как ей кажется, маму совсем не жалел.  
  
СИТУАЦИЯ. Мама жила тяжело и очень страдала. Или была одинока, вырастила ребенка без мужа. А если там еще и бабушка была несчастна в семейной жизни, все становится совсем сложным.  
  
ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА. Дочке такой мамы не дает строить свою счастливую жизнь подспудное чувство вины и неловкости перед родительницей. В знак солидарности со своей семейной историей она выбирает самые тяжелые и разрушительные отношения c самыми неподходящими мужчинам. Либо вообще отказывается от отношений с противоположным полом. Часто тоже становится матерью-одиночкой, потому что морально готова к этому, а «ребенок - это главное».  
  
У мальчика две дороги в крайности. Либо он становится гомосексуалистом, с чередой несчастных страшных историй любви. Потому что не было перед глазами мужского примера. Либо, наоборот, превращается в очень мужественного человека, как из маминых фантазий, который излишне чувствителен к женским страданиям. Он часто выбирает себе такую профессию, чтобы помогать женщинам. Жениться может не по любви, а чтобы облегчить жизнь конкретной женщине, из жалости к ней.  
  
При этом парень тоже подспудно ищет повода пострадать лишний раз. Но все же главное стремление жизни - помочь женщинам во что бы то ни стало. И все бы хорошо, но отношения развиваются лишь до тех пор, пока есть в чем помогать и от чего спасать. А как только окончательно спас, так сразу находит новую «несчастную», чтобы осчастливить. Сам при этом о своем собственном счастье не думает нисколько. Жизнь его часто полна разочарований, потому что спасенные не торопятся благодарить. А он чувствует себя использованным, но продолжает наступать на одни и те же грабли.  
  
УПРАЖНЕНИЕ НА СЧАСТЬЕ В ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ  
  
Это упражнение чрезвычайно действенно. Узнала о нем на одной из конференций психологического центра «Здесь и Теперь». Сначала прорабатываются отношения с матерью, потом по той же схеме - отношения с отцом. И лучше не в один момент - все и сразу, - а с перерывом недели в две.  
  
Делать лучше письменно. Хотя можно и мысленно.  
  
Вам понадобится около часа, и важно, чтобы никто вас в это время не беспокоил.  
  
Продолжите эти пять фраз как минимум по шесть пунктов в каждой.  
  
1 Дорогая мама! Я вспоминаю с большой радостью, как...  
  
2 Дорогая мама! Я сожалею, что...  
  
3 Дорогая мама! Я злюсь на тебя за то, что...  
  
4 Дорогая мама! Я прошу тебя о...  
  
5 Дорогая мама! Я благодарю тебя за...  
  
Через неделю-две-три, как почувствуете готовность проделать то же самое, только с обращением «Дорогой папа!»  
  
РЕЗУЛЬТАТ. Помогает принять своих родителей какие есть. И проговорить чувства к ним. Смириться с тем, что все сложилось именно так. Потому что для собственного счастья и в любви, и в карьере необходимо согласиться со своей семейной историей, вы все равно не можете ничего в ней изменить.  
  
- Когда принимаешь как данность все тяжелое, что было в истории семьи, то автоматически принимаешь и все хорошее, - говорит Татьяна Шпилева.  
  
Образно говоря, нельзя взять только хороший дом и отказаться от плохой канализации в нем. Можно наследовать только все вместе. Не хочешь иметь дело с канализацией, отказываешься от всего дома. Так что берите все, а там уже что-то можно и подправить при должном усердии.

ПАПА  
  
Глава семейства учит, как вести себя с противоположным полом  
  
Как девочка общается с отцом, так потом будет общаться с мужчинами. Она на отце как бы тренируется изначально. И он для нее подсознательно - образец мужчины. Даже если ей что-то в нем и не нравится и она говорит, что никогда не будет с таким, как папа. Будет, и еще как! Просто это будет замаскированная копия папы. И любой парень со временем начнет себя вести с ней, как вел себя папа. Вот если, к примеру, отец был слишком строгим, требовательным и жестким, она выбирает именно такого. Как ни парадоксально, через какое-то время рядом с ней даже самый мягкий мужчина станет проявлять жесткость.  
  
Мальчик учится отношениям с женщинами, глядя на то, как отец относится к матери. Если отец ни во что не ставил мать, то и мальчик будет плевать на женские слезы. Жалеть и любить из женщин он будет только маму.  
  
От отца ребенку приходит понятие силы и слабости. Если ребенок видел, что отец недостаточно силен, чтобы защитить и обеспечить семью, он злится на него. И стремится стать сильнее. И уж одному богу известно, как в голове юного человека проинтерпретируется понятие силы. И в какое русло он эти силы направит - в положительное или в отрицательное. Человек с ощущением, что у него был сильный отец, чувствует себя защищенным и спокойным. Ему нет смысла самоутверждаться, поэтому легче строить отношения и с женщинами, и с мужчинами. Это, кстати, сигнал женщинам почаще давать мужьям проявлять мужскую силу и ум. Чтоб дети верили: мой папа может все!  
  
Вот три распространенные ситуации с негативным влиянием папы.  
  
СИТУАЦИЯ: Если ребенку приходилось очень много плакать из-за папы, если тот его часто обижал, не слушал. Если накопилось много невысказанных и невыплаканных детских обид на отца. Если отец делал больно, наказывал, проявлял жестокость.  
  
ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА: Девочка, повзрослев, выбирает в спутники жизни тех, кто может посильнее ее обидеть. У некоторых из них смысл жизни превращается в пересказывание историй о том, как «меня обидели, кругом несправедливость, а нормальные мужчины выродились». А еще, как известно, во многом отношения с отцом потом переносятся и на отношения с начальством. Ребенку, которого часто обижал отец, в будущем все время не «везет» с начальниками. У меня есть знакомая, ее послушать, так постоянно ее кто-то ущемляет в правах и мешает жить. Кстати, она отлично шутит на эту тему. Обиженные дети вообще отличаются хорошим чувством юмора. Ведь смех - это защитная реакция на боль. Из них получаются хорошие сатирики. Так они справляются с детскими травмами.  
  
Мальчик недоброго папы потом либо так же легко наносит обиды другим, либо очень боится обидеть и поэтому вместо объяснений может пропасть и вообще держать в напряжении. Пусть, мол, люди сами догадываются. Но чаще всего в нем кроются как будто два человека - добрый и злой. И он сам не отдает отчет, почему повел себя так, а не иначе.  
  
СИТУАЦИЯ: Если отец был неэмоциональный, не говорил ребенку любви, не играл с ним, не проявлял отцовскую защиту.  
  
ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА: Дочка, когда вырастает, начинает по очереди влюбляться либо в равнодушных к ней мужчин, либо в чужих мужей. Ее тип отношений - любовная зависимость. Та, у которой был такой папа, потом начинает всячески добиваться мужчину, прямо долбить его, как дятел. И он ей дико притягателен, пока не ответит взаимностью. И потом вдруг вся страсть тут же проходит.  
  
А для мальчика синонимом силы становится не проявлять эмоции. Сказать «Я тебя люблю» - все равно что проиграть слабому противнику. И он часто мучается выбором: вроде тянет к страстной и искренне любящей женщине, но безопаснее он чувствует себя с равнодушной и двуличной. Он боится сильных чувств и, если влюбляется, скрывает как можно дольше.  
  
СИТУАЦИЯ: Дети очень редко видели отца. Или это был папа выходного дня, у него была другая семья. Или он был поглощен романом на стороне. Он мог давать много эмоций, но его часто просто не было физически.  
  
ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА: Девочки из этой семьи часто морально готовы стать постоянными любовницами в худшем варианте. В лучшем - их не пугают отношения на расстоянии, гостевые браки. Хорошо, когда это просто выливается в брак с моряком дальнего плавания. Если у папы была любовница, то для дочки полигамность мужчины - норма. Она его даже будет оправдывать. Хотя на самом деле любовниц заводят либо от распущенности, когда родители не определили моральных границ допустимого, либо из-за сложной психологической проблемы мужчины в отношениях с мамой. Всю жизнь он мечется: и ту любит, и эту, но разною любовью. Любовница - это не случайность.  
  
Если отец не любил мать и сохранял видимость брака ради детей, мать начинает конкурировать с дочкой за любовь отца. А дочка автоматически конкурирует с матерью. Девочка с детства привыкает бороться с другой женщиной за внимание мужчины. И она свою личную жизнь без этой борьбы уже не представляет. Замужем изводит мужа подозрениями в изменах, как будто сама этого хочет. И если вдруг удается застукать благоверного, жизнь сразу начинает играть новыми красками...  
  
А вот мальчики, кстати, могут пойти от противного. Мол, отца не хватало, поэтому я буду хорошим отцом. Но при этом он может очень долго не создавать семью по той причине, что ему просто неизвестно, как это делается. Из негативного: он легко может копировать отцовский стиль жизни, жить на две семьи.  
  
КСТАТИ  
  
Папины дочки, любимицы отцов, казалось бы, должны не иметь никаких проблем. Но в жизни эти девушки быстро выскакивают замуж за... маменькиных любимчиков. Потому что они - дополнение друг друга. Но через какое-то время начинается взаимное брезгливое отношение. И ссоры по типу пинг-понга: «Да ты такой-сякой» - «А ты такая-растакая». А все просто - ему не хватает в ней женственности (как у его мамы), а ей в нем - мужественности (как у ее папы). И в результате - развод. Правильно, если дочка была мамина любимица, а сын - папин любимчик.  
  
Что делать  
  
Бывает, что в семье с виду все было благополучно. А ребенку тяжело даются победы на личном фронте. Почему? Ну вот, к примеру, самое ужасное наказание для ребенка - это молчание родителя. Или показная вежливость, когда все негативные эмоции считаются неприличными. С точки зрения последствий это показатель крайней формы неблагополучия. Уж лучше прокричаться лишний раз. Тоже не сахар, но потом можно помириться. А непроясненные эмоции лежат внутри мертвым грузом и ждут, чтобы выскочить неожиданно, не к месту.  
  
В благополучных семьях о своих чувствах говорят. Вроде таких нехитрых конструкций: «Я злюсь. Мне кажется, потому что...» и т. д.  
  
Говорят о любви ребенку как можно чаще, особенно когда приходится отругать его за что-то типа: «Я все равно тебя люблю, что бы ты ни сделала. Но мне больно/неприятно/et cetera, когда ты так делаешь...»  
  
Имеет значение, какой ты по счету ребенок. Долгожданным первенцам легче приходится в жизни, даже если они несут тяжкий груз нехорошего семейного сценария, у них есть душевные силы, чтобы переломить ситуацию.  
  
Нежеланные дети тяжело идут по жизни, даже если потом начинают получать запоздалую родительскую любовь. Если ребенка родили ранние родители, не готовые к этому, не способные дать достаточно внимания и любви, зато ко второму они созревают морально и учитывают все ошибки, что совершили с первым, то везет второму. А первенцу несладко. Ему кажется, что его все время кто-то хочет обойти, выискивает себе конкурентов, завистников. Ему кажется, что второй забрал у него все.  
  
У детей-погодок часто бывает, что первый словно лишается сил на полноценную жизнь и сам готов все отдать, только чтобы оставили в покое. Зато второй жадно хватает все от жизни, не успев толком переварить. Это тоже разновидность нарциссической травмы.  
  
Родители, которые не смогли в свое время быть полноценными любящими мамами и папами, потом, бывает, опомнятся и начинают додавать уже взрослому дитяти. Но часто дети будто отказываются, отмахиваются, так как уже привыкли справляться с жизнью сами.  
  
- Родителю нужно иметь много мужества, чтобы спокойно позволить ребенку идти своей дорогой поисков, - говорит Татьяна Шпилева, известный психотерапевт. - А когда уже взрослый ребенок высказывает свои детские претензии и обиды, важно сдержаться, не обвинять его ни в чем в ответ, а сказать: «Ты имеешь на это право. А я сделал (или сделала) для тебя все, что мог. Я тебя люблю».