

Родительское программирование

Семья играет первостепенную роль в формировании личности растущего ребенка. Взрослые своим поведением и отношением к окружающему способны запрограммировать поведение ребенка на годы вперед. Э. Берн по этому поводу пишет: "С первых месяцев жизни ребенка учат не только, что делать, но и что видеть, слышать, трогать, думать и чувствовать. Значимые послания родителей запоминаются детьми и в дальнейшем влияют на их взрослую жизнь, реализуясь в процессе общения.

Среди огромного количества слов и выражений, применяемых родителями, мы выделим несколько, оказывающих деструктивное воздействие на судьбы детей.

«Зачем мне такой ребенок», «У других дети как дети, а у меня...», «Я отдала тебе столько сил, а ты...»

Эти и подобные фразы помогают родителям управлять своими детьми, вызывая у них чувство вины даже по одному факту присутствия в этой жизни. Подобными фразами родитель перекладывает свою ответственность за нерешенные вопросы и проблемы на ребенка. Для психики ребенка этот груз невыносим, он подсознательно ищет способ его облегчить. И один из способов – получить наказание. Дети неосознанно ищут ситуации, в которых их накажут за что-то реальное и понятное им. Например, испорченные вещи, плохое поведение, драка. Такое послание содержится в ситуациях, физического или вербального оскорбления детей, в высказывания матери о сложных родах, о нереализованных из-за появления ребенка возможностях и т. п.

«Не будь ребенком!» «Ты что маленький?», «Думай, уже большой»

Подобные приказания подавляют детские желания, стремление к творчеству, проявлению себя. Иногда с «Не будь ребенком» ассоциируется «Не радуйся» и тогда человек получает запрет на радость, веселье, удовольствие, расслабление.

«Ты же еще маленький», «Что, взрослым стал», «Еще успеешь»

Подобное указание дают своим детям родители, которые в силу тех или иных причин боятся, что их ребенок станет взрослым, перестанет нуждаться в них, уйдет и будет жить своей жизнью. Что они потеряют свою роль хорошего родителя.

«Хватит умничать», «Развел демагогию», «Умным стал?»

Подобные фразы лишают возможности научиться ребенку самому решать свои проблемы. Так же они понижают самооценку ребенка тем, что ставят под сомнение его способность мыслить самостоятельно, принимать решения.

«Мальчики не плачут», «Девочки не показывают своих чувств»

Эти фразы можно услышать от родителей привыкших сдерживать свои собственные чувства и блокирующих проявление чувственности и телесной чувствительности у ребенка. Закладывает развитие различных проблем и психозов в жизни.

«Будь как все», «Не высовывайся»

Эти и подобные приказания даются родителями, обеспокоенными тем, что они могут вызвать у других людей чувство зависти. Воспитывают «исполнителей», которые боятся играть ведущую роль.

«Как с тобой трудно», «Ты такой застенчивый», «Не дружи с этими детьми»

Подобные указания передаются родителями, имеющими проблемы в общении и закрывающие их при помощи своего ребенка. Ребенок их единственный друг, он особый, исключительный и т.п. ему не место среди «недостойных» его сверстников. Обрекает ребенка на сложности социализации в группе. Содержит запрет на эмоциональную и физическую близость. Внушает, что любое проявление близости опасно, что доверять никому нельзя, кроме родителей или одного родителя.

«Не делай сам, подожди меня», «Руки - крюки», «Я сама»

Подобные высказывания сообщает ребенку, что он ни на что не способен. Мешает действовать самостоятельно, побуждает откладывать любые начинания, затягивать свои действия, мешает активной реализации во взрослом возрасте.

«Почему кто-то может, а ты нет?», «Стремись стать таким, как твой отец».

Эти и подобные указания выражают родительскую неудовлетворенность своим ребенком. Призваны вызвать у ребенка чувство неудовлетворенности собой, зависти к идеализируемому объекту,

попытки походить на него, не обращая внимания на собственные потребности и желания.

Узнав себя в прочитанном, не начинайте оправдывать свои неудачи полученным родительским программированием. Подойдите к ним с позиции взрослого осознанного человека. Э. Берн считал, что человек может внутренне разрешить себе больше не следовать прежнему жизненному сценарию. Осознать свои ограничения и действовать новым более эффективным способом.

Проработайте свои ограничивающие убеждения и установки, разберитесь, что именно мешает вам достигать успеха. Начните менять свои привычные модели поведения на более выигрышные, свободные от прежних родительских приказаний. И конечно же, общаясь со своими детьми, будьте внимательными и осознанными. Постарайтесь не давать своим детям деструктивные родительские программирования.