

Консультация для родителей «Родительские установки»

С рождением ребенка, родители, автоматически приобретают статус жизненно важных фигур для него. С самого начала ребенок зависит от них не только физически, но также испытывает постоянную потребность в их любви и одобрении. Родители являются теми людьми, на примере которых, ребенок учится взаимодействовать с окружающим миром. Содержание родительских сообщений ребенку и то, каким образом они их структурируют, как правило, становится способом общения его с внешним миром, что закладывает основы определенного типа поведения.

Происходит это так: в процессе воспитания родители словом и невербально сообщают детям некую информацию (установки), которая закрепляется в подсознании детей и сопровождает их уже во взрослом возрасте, влияя на принятие ими определенных решений и совершение тех или иных поступков. Особенность установок, в том, что они могут восприниматься как обычные бытовые безобидные приговаривания и критичные замечания. Но именно это повседневное употребление «безобидных» фраз приводит к формированию глубокого чувства вины, страха, неуверенности в себе и т.д. Это мешает ставить жизненные цели, осознавать собственные желания, и как следствие, приводят к глубокому разочарованию в зрелом возрасте.

Рассмотрим основные родительские установки, оказывающие негативное влияние на детей:

1. "Не живи", как правило, сообщается разочарованным тоном, но вроде «на ходу» такими фразами как:

- "Глаза бы мои на тебя не видели".
- "Чтоб ты провалился».
- "Мне не нужен такой плохой мальчик (девочка)".
- "Не хочу видеть такого непослушного ребенка".
- "Сколько тревог и волнений я пережила с тех пор, как ты появился(ась) на свет".
- "И слышать об этом не желаю".
- "Я не сделала карьеру/не вышла замуж, т.к. все силы отдала тебе".

В подобных фразах ребенок слышит, что он неугоден, не нужен родителю, и «лучше бы мне вообще не родиться». Бессознательным проявлением могут служить частые травмы, диванное саморазрушающее поведение в подростковом возрасте и т.д. Инстинкт самосохранения в таком случае не проявляется в полной мере, так как на бессознательном уровне этому ребенку не нужно заботиться о себе, ведь он «никому не нужен». По этой же причине ребенок не стремится реализовать свои таланты в жизни, а скорее нарочито плохо себя ведет, чтобы бессознательно убедиться, что он «плохой». В крайнем проявлении постоянное повторение наказаний за все ухудшающееся поведение ребенка приводит к изменению его отношения к собственной виновности. Ведь лучше пусть накажут за реальное совершенное хулиганство, чем все время чувствовать вину за само свое рождение.

И даже сверх опекаемый ребенок, а не только безнадзорный, воспитывающийся в неблагоприятных условиях, получивший такую установку, будет реализовывать описанное выше поведение, чтобы хотя бы так справиться с непосильными для детской психики переживаниями.

В благоприятном случае взрослый человек, получивший такую установку, будет все время стараться доказать свое «право на жизнь» и искать принятия окружающих.

2. "Не будь ребенком" чаще всего достается старшим детям в семье. В этой установке подчеркивается «плохость» состояния детства и поощряется «взрослое» поведение.

- "Что ты себя ведешь как маленький(ая)".
- "Перестань ребячиться".
- "Ну когда ты наконец повзрослеешь!".
- "Ты уже не ребенок, чтобы капризничать".

Такая установка продиктована стремлением родителей снять хлопоты с себя по уходу за ребенком, а то и собственной невозможностью осуществлять его. В таком случае ребенок просто лишается детства, смотрит на все «взрослыми» глазами, даже получает поощрение за свою «взрослость». Но по сути быть взрослым ребенком – непосильная нагрузка для него. При этом страдает не только эмоциональная сфера, но и коммуникация со сверстниками. Во взрослом возрасте это выражается в неумении и отсутствии интереса взаимодействовать с собственными детьми, отсутствии творческой реализации и непомерных требованиях и критике к окружающим.

3. "Не расти" - установка противоположная предыдущей

- "Не торопись взрослеть".
- "Ты еще мал(а), чтобы...".
- "Ты считаешь себя слишком взрослым(ой)".

Основным мотивом родителей, задающих ребенку такую установку, является желание привязать его к себе, не отпускать и иметь полный контроль над жизнью своего ребенка, так как его жизнь является наполнением их собственной, и без этого наполнения они не могут чувствовать себя живыми, нужными. Сепарация для ребенка, получающего такую директиву практически невозможна из-за тотального чувства вины за оставление родителей. Внимая «записанным в подсознании» фразам «ты наш смысл жизни», во взрослом возрасте человек не может организовать свою собственную жизнь, потому что он живет для родителей, он их функция, а не отдельный индивид. Родительский эгоистичный страх одиночества, собственной старости и беспомощности превращает ребенка в заложника и делает беспомощным его с самого начала, не давая развиваться.

4. Сообщение «Не достигай успеха» может выражаться в следующих фразах:

- "У тебя не получится, давай я сама сделаю".
- "У тебя руки, как крюки (не из того места растут; не тем концом приделаны)".
- "У меня в твоём возрасте всего этого не было".

Помимо прямых заявлений «у тебя ничего не получится» могут быть «воспитательные» рассказы родителей (на самом деле скрывающие сильную зависть к собственному ребенку) о том, как мало у них было возможностей в юности и как много они вкладывают надежд в свое чадо, ведь они «ради него во всем себе отказывают». На первый взгляд хорошая установка на трудолюбие, только парадокс в том, что реализация истинных способностей ребенка в этом случае ставится под большое сомнение и из них получаются «хорошие работяги», сомневающиеся в собственных возможностях и необходимости проявлять их. В дальнейшем реализуется бессознательная программа: «что бы ни случилось, как бы ты ни старался, из тебя ничего толкового не получится».

5. "Не будь лидером". Хоть раз в жизни говорили эти фразы:

- "Будь как все".
- "Не высовывайся".
- "Не выделяйся".
- "Не будь белой вороной".
- "Ты что, лучше всех (тебе больше всех надо)".

Человек, получивший такую установку в детстве, всяческим образом старается уйти от ответственности. И это не только про раскрытие способностей в коллективе, но и про ответственность внутри семьи со своими близкими людьми.

6. "Не думай" наставляют родители, если не знают, как объяснить что-то или помочь ребенку в сложной ситуации. Обычно делают они это, используя такие выражения:

- "Вырастешь – поймешь".
- "Не умничай".
- "Много будешь знать – скоро состаришься".
- "Не рассуждай, а делай, что тебе говорят".
- "Ты что, думаешь, что ты самый умный?".
- "Не думай об этом, отвлекись (при травматической ситуации)".

- "Много думать вредно".

Призыв не думать о чем-то конкретном вырабатывает у ребенка генерализованную установку. И это не только про отвлечение ребенка от каких-то грустных мыслей, но и про невозможность взаимодействовать с ним на его уровне, дать ответы на его вопросы, либо признать свою некомпетентность в чем-то. Но ведь признать это почти невозможно для родителя, гораздо проще сказать: «не думай /не строй из себя умника».

В итоге ребенок привыкает совершать поступки спонтанно, необдуманно, а собственных мыслей боится, избегает и стремится их заглушить.

7. "Не чувствуй" – одна из самых распространенных директив, призывающая стыдиться и не понимать собственные чувства.

- "Как тебе не стыдно бояться собаку?»
- "Как ты смеешь злиться на бабушку, она же..."
- "Не сахарный– не растаешь".
- "Мне тоже неуютно, но я же терплю".

Фразы «как тебе не стыдно...», «как ты смеешь...» с описанием чувств делят их на «плохие/неправильные» и «хорошие/правильные». Обычно запрещенными оказываются: страх, гнев, злость. Только от запрета на них ребенок не перестает их чувствовать, ему становится невыносимо стыдно, когда он понимает, что, например, злится на кого-то. Обычно еще родители «идут дальше» и запрещают злиться на себя, учителей и «уважаемых взрослых», тогда как на некоторых ровесников вполне можно («ну и врежь ему»). Кроме того, эмоции, находящиеся под запретом, никуда не денутся, а требуют выхода. Тогда ребенок будет проявлять их там, где это не запрещено: в саду паинька, а дома хулиган, собак не боится, но боится темноты и т.д. И эти эмоции перестают осознаваться. Во взрослой жизни это приводит к тому, что невыраженный гнев на работе будет принесен домой и трансформирован в скандал с близкими и проч.

Запрет на физические ощущения приводит впоследствии к заболеваниям. Как примеры нарушения контакта с собственными телесными ощущениями – избыточный вес, повышенный травматизм.

8. "Не принадлежи" никому, кроме меня,- сообщают родители, нуждающиеся в поддержке и опоре, не способные выполнять родительские функции и подсознательно заставляющие ребенка становиться родителем для них.

- "Ты – моя единственная опора".
- "Что бы я без тебя делала?"
- "Я понимаю, твой друг оболтус, но ты-то как мог это сделать?"
- "Ты же у меня не такой, как все".
- "Я от тебя я этого не ожидал!"

Подчеркивая исключительность, непохожесть своего ребенка на других, родители не дают ему идентифицироваться со сверстниками, занять свое место в обществе. Такой ребенок чувствует себя белой вороной, а подсознательная идея родителей в этом случае - не отпустить ребенка от себя, так как он выполняет роль, связующего звена с внешним миром для родителей/ля, так и не нашедшего в нем своего места/счастья.

9. Как будто желая оградить ребенка от какой-то страшной опасности, родитель дает установку: "Не будь близким".

- "Никому нельзя доверять".

В основе такой установки можно предположить собственный негативный опыт или страх родителя, который он успешно передает ребенку. Возникают сложности с обретением друзей.

10. "Не делай".

- "Будешь делать домашнее задание, когда я приду с работы".
- "Не мешай мне..."
- "Я сама это сделаю".

Основной подтекст в том, что нельзя что-то делать ребенку самому, потому что это опасно или сложно. Это формирует пассивность, безынициативность, неспособность брать на себя ответственность.

11. "Не будь самим собой" в противоположность «не принадлежи» заставляет ребенка стирать свои индивидуальные свойства, проявлять индивидуальность.

- "Почему твой друг (подруга) умеет это делать, а ты нет?"
- "Твой брат - не в пример тебе".
- "Я в твоём возрасте..."
- "Если бы ты был(а) девочкой (мальчиком), у меня было бы меньше проблем".

Одно из самых ярких проявлений – неприятие родителями пола ребенка («папа хотел мальчика, а родилась я»). Кроме того, формулирование постоянных условий для получения родительской любви, на кого надо быть похожим, какими качествами обладать. В таком случае природные данные ребенка не учитываются ни родителями, ни им самим, а есть только постоянный поиск идеала и недовольство собой.

12. Установка на нездоровье: "Не чувствуй себя хорошо".

- "Ты слишком слаб, тебе нужно внимание/уход/поддержка"
- "Несмотря на то, что у него плохая память, он выучил все стихотворение".
- "Несмотря на то, что такой слабенький, он..."

Ребенок в таком случае приучается, с одной стороны, к мысли, что болезнь привлекает к нему всеобщее внимание, а с другой – к ожиданию, что плохое самочувствие повысит его ценность, таким образом, привыкает получать от болезни вторичную выгоду.

Обратите внимание на те последствия, которые они могут иметь для личности ребенка, и научитесь выдвигать контрустановки. Вспомните, не слышали ли вы нечто похожее от своих родителей? Не стали ли некоторые из них тормозящими указателями на вашем жизненном пути? Проанализируйте, какие оценки и установки вы даёте своим детям. Сделайте так, чтобы негативных было очень мало, научитесь трансформировать их в позитивные, развивающие в ребенке веру в себя, богатство и яркость эмоционального мира.