

# КАК РОДИТЕЛИТЕ ПРОГРАМИРАТ БЪДЕЩЕТО НА СВОИТЕ ДЕЦА

Автор: Олга Есинг

40-годишна жена ми разказа как веднъж, преди повече от 30 години, нейната доста строга майка ѝ облякла нова рокля и я пратила да си играе. **Но преди това ѝ казала: „Ако дойдеш изцапана – ще те убия!“**. Детето отишло на двора и в началото се страхувало дори да помръдне, за да не направи нещо на роклята си. След известно време дошли още деца и започнали да играят около нея.

Постепенно тя забравила за притесненията си и се заиграла. Но някой я бутнал, тя паднала и докато ставала, настъпила края на роклята си. И с ужас видяла новата си рокля – изцапана и скъсана. Цял живот си спомня усещането, което я обхванало тогава. **Плакала толкова отчаяно, че другите майки се събрали около нея и се опитвали да я успокоят**. Но нищо не помагало – защото детето било убедено, че майка му ще го убие.

**Представете си колко дълбоко потресено е било момичето, щом хората, след като са разбрали от какво се страхува, не са се опитвали да го успокояват повече, а са започнали да търсят изход от ситуацията**. Завели го в дома на една от жените, където изпразили, изсушили и изгладили роклята. След това отишли на съседната улица, където имало модно ателие. Там обяснили ситуацията на шивачката и така зашили роклята, че и следа не останало от скъсването. И само след като се убедило, че нищо не се вижда, момичето се успокоило.

**Описах тази случка, за да покажа, че децата приемат всичко сериозно и ни вярват. За тях ние сме много важни хора**. И затова нашето мнение е оценка, в която те безусловно вярват и приемат за истина, а понякога и като присъда. Особено ако им го повтаряме често и посочваме качество, умение или неумение. Те наистина ни вярват. И приемат думите ни като окончателна диагноза.

Една майка ми казваше с печален глас: "Не може да помни стихове! Изобщо няма памет!"

И аз за пореден път се удивлявах – колко лесно и без да мислят, родителите поставят своите диагнози, обричайки децата си да ги потвърждават цял живот.

- Но от това, че вие говорите така на детето си, то няма да започне да запомня по-добре – повтарях ѝ всеки път. – Точно обратното, благодарение на вас той вече знае, че паметта му не я бива... И го приема като окончателна оценка на възможностите си.

**По този начин ние сами лишаваме децата си от възможността за растеж и развитие на определени способности.** Спомням си как се изненадвах всеки път, като виждах рисунки на внука си – дълго време той рисуваше по „бебешки“, а не като връстниците си. Децата на неговата възраст вече рисуваха истински картини, дори с мащаб, перспектива, мимика на лицата, а той рисуваше човечета на принципа – точка, точка, запетая... Но аз разбирах, че все още някакви мозъчни структури не са сформирани и това е причината за „примитивните“ му рисунки. И никой от нас, възрастните не му говореше – „ти не можеш да рисуваш“... Мина време и някак незабелязано детето започна да рисува, да предава и перспектива, и мащаб, и изражения. Просто никой не му постави „окончателна“ диагноза и не го лиши от перспективата да рисува.

(Знаете ли колко пъти, когато съм предлагала на възрастни пациенти да нарисуват нещо, което е било необходимо в процеса на заниманията ни, съм чувала: „О, не, аз не умея да рисувам!“. „И защо мислиш така? – питах аз. – Кой ти го е казал? Просто опитай и ще видиш, че не може да не можеш! Не се справя само този, който изобщо не пробва...“ И действително понякога в резултат от няколкодневни упражнения хората започват да рисуват! Защото просто „диагнозата“, поставена им в детството, е отменена!)

**Много често именно нашите родителски „диагнози“ довеждат до значително по-тежки последствия от това децата да могат или да не могат да правят нещо.** Нашите оценки понякога водят до тревожност, липса на вяра във възможностите си, до обреченост. Даже невинни (според нас) реплики като: „Какво направи пък сега? Какво си направил, тебе питам!“, казани с драматичен глас по повод на не чак толкова важна постъпка на детето, предизвикват у него усещането, че се е случило нещо страшно. Понякога, отново без да го искаме, предизвикваме у детето усещане за непоправимост на случилото се и безнадеждност, защото е направил нещо, което не може да върне назад!

И това може да доведе до истински трагедии (за съжаление, това се случва!) – дори самоубийство на детето, което не може да живее под тежестта на собствената си вина и страха, внушен му, макар и неосъзнато, от такива критични родители. Ние като че ли подтикваме детето си към

дадени постъпки, като му съобщаваме за необратимостта на оценката си за него и постъпките му.

**Чувала съм много възрастни да разказват как през годините ги преследват точно такива „присъди“ от родителите им.** Как мамината забележка, повторена много пъти в детството: „Господи, ама че наказание си!“, дълги години е предизвиквало чувство за вина, неувереност, дори страх от дългосрочни отношения с партньор. Ама наистина – кой ще се нуждае от такова наказание! Защо хората да си провалят живота с такъв като мен? Точно както думите: „Нищо добро няма да излезе от теб!“, казани от мама по повод дребно детско непослушание, могат да преследват човека цял живот.

И при неуспех – а всеки има такива моменти в живота си – тези думи изплуват в главата като присъда – казваше ми мама, че нищо няма да излезе от мен... Често „пророчеството“: „Затворът плаче за такива като теб, момче!“, се сбъдва реално – рано или късно това дете, този човек, попада в затвора. (И колко от тези затворници са програмирани от родителите си още като деца?)

**Осъзнавайки нашите пророчески, „програматорски“ способности, ние сме длъжни да разберем – детето не трябва да чува от нас такива безперспективни сценарии за неговия бъдещ живот! Да обичаш едно дете, означава да го научиш във всяка една ситуация, при всеки неуспех или провал да вижда перспектива, да вярва в себе си, да търси и да намира изход. Ти като възрастен човек, преживял доста години, знаеш колко важно е това. Как човек не трябва да се отпуска в тежка ситуация. Как трябва да се вярва в това, че всичко ще се оправи... Но за да се случи това – трябва да дадем на детето си възможността да вижда изхода, „неокончателността“ на който и да е факт или постъпка.**

**Помогнете му да осъзнае, че всичко може да се промени, че то има силите да поправи грешката си, да стане по-добро и по-силно.** Ние като възрастни знаем много добре, че всичко се променя, че няма нищо „окончателно“. Именно това знание трябва да споделяме с децата си. Да им разказваме за това. Защото никой друг няма да им каже, че дори след лоша постъпка те пак могат да останат добри. Може би това е една от най-важните представи, които трябва да формираме у нашите деца и която ще ги подкрепя в живота занапред. За която ще ни бъдат наистина благодарни.

А за да се случи това, трябва да помогнем на детето да осъзнае причината за своите постъпки – така по-лесно ще разбира как да измени

ситуацията и как да намери изход от нея. Но за да направим това, ние трябва да гледаме на детето си с добри очи. Като на добро дете, а не като на бъдещ престъпник!

**И именно в тези обяснения и вяра в доброто у детето, независимо че върши лоши неща, е и истинското изражение на любовта!** Детето хапе – трябва да му се каже, че скоро ще порасне и ще спре да хапе. Че всички малки деца хапят, но после престават да го правят. Детето е взело чужда вещ – защото е още малък и не успява да се съпротивлява на желанията си. Но той непременно ще порасне и ще разбере, че всеки човек има своите вещи и те могат да бъдат вземани само след като сме попитали собственика им. И детето ще разбере и ще порасне честен човек. Детето се е било, защото се е защитавало. Но с времето ще разбере, че боят не е единственият начин за защита. Ще се научи да се договаря, да си избира приятели, с които не е необходимо да се бие. Детето е нагрубило възрастен човек, но с времето ще се научи, че не трябва да обижда другите хора с поведението си, както и не трябва да им предава своето лошо настроение. Всичко това идва с възрастта.

**Детето трябва да узнае, че е нормално. Че си е наред.** Просто все още не знае някои неща, извършило е недообмислени постъпки. Но че има възможност да поправи грешките си и да се промени. Длъжни сме да помогнем на децата си да осъзнаят, че всичко се променя. Че срамежливостта ще премине с времето, че непременно ще се появят приятели, че лошата оценка може да се поправи, че след „несподелената“ любов идва друга, че животът не свършва, докато си жив...

Ето защо е много важно за нас, възрастните да си спомняме детските си години. Трябва да кажем на децата си, че ги разбираме, защото самите ние в детството сме вземали нещо чуждо или сме лъгали, били сме се, получавали сме двойки. Но ето – станали сме добри, нормални хора. **Ние сме най-добрият пример за нашите деца. Затова трябва да разказваме на децата си за нашето детство.** За любовта, която е свършила толкова драматично, за преживяванията, които са избледнели с времето. За срамежливостта ви, която вече е изчезнала. За караниците с връстниците, с които после сте се помирили.

**Помнете за огромната СИЛА НА ДУМИТЕ и особено на РОДИТЕЛСКИТЕ.**