

# Родителите и гнева

## Първа част

*Единственото противодействие на гнева е премахването на идеята, че всички трябва да приличат на нас.*

„Когато аз съм бил малък, никога не съм правил това...“ е често срещана родителска реплика. „Когато моите деца бяха малки, никога не съм позволявала да се гевезят, да се тръшкат за нещо, което искат“..... е често срещана реплика на баби и дядовци, които укоряват младите родители.

И какво остава на младите родители, влезли във водовъртежа на ежедневиия стресов модел... да имат собствена позиция или... да се отдадат на гнева. А младите родители бързо се палят. И може би, повечето от нас бързо се палят.

Може би всички ние приемаме гнева като част от своя живот. Но дали осъзнаваме, че гнева няма никакво полезно приложение. Вероятно всеки от нас може да оправдае избухливостта си с „Това е съвсем човешко“ или „По-добре да се освободя от напрежението, иначе може да вдигна кръвно“.

Всъщност гневът е едно от нещата, които не би трябвало да харесваме у себе си.