

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КАК ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЕНКА БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, или КАК НЕ СФОРМИРОВАТЬ КОМПЛЕКСЫ

Все родители хотят, чтобы их дети были умными, успешными, оправдали их надежды, достигли того, чего не удалось им в жизни самим. Мы хотим, чтобы наши дети росли уверенными и счастливыми, но... почему-то часто они страдают различными комплексами и считают себя хуже других. А не сами ли мы награждаем их этими проблемами?

Психоаналитики говорят, что мы все в детстве переживаем основные комплексы: эдипов, неполноценности, непривлекательности собственной внешности.

Как сделать так, чтобы это обошло ваше чадо стороной, и оно росло счастливым и успешным? Например, в 3—4 года каждый маленький ребенок оказывается на какое-то время самым незнающим, самым слабым в своей семье. Но он растет, все время узнает что-то новое, потом видит рядом детей младше и неопытнее себя и справляется с комплексом неполноценности — оказывается, он вовсе не замыкающийся в ряду себе подобных. На собственных примерах можно помочь ребенку осознать, что любая неприятность, любое "детское горе" когда-то проходят. Ребенок должен знать, "что когда-то и дедушку кусали пчелы, но он преодолел неприятные ощущения и сейчас у него все хорошо, так же будет и у тебя".

Каждый ребенок в пору отрочества находит в своей внешности изъян, вызывающий у него массу переживаний. Но с годами маленький носик уже не кажется его обладателю вызывающе курносим, веснушки становятся выражением индивидуальности и привлекательности, а неизбежные комплименты и ухаживания поклонников или поклонниц помогают молодым людям окончательно принять свою внешность. Очередной комплекс бесследно исчезает.

Но иногда комплексы не получают своего завершения. Например, у малыша остается неосознанная иллюзия, что он когда-нибудь, когда вырастет, сможет стать мужем мамы, и он стремится подсознательно доказать и ей, и себе, что он лучше папы, более достоин маминого внимания. Психоаналитики полагают, что эдипов комплекс может проявиться в желании заключить брак с человеком намного старше себя. Наблюдается этот комплекс в парах, где один из супругов берет на себя роль "мамочки", а другой охотно подчиняется, до седых волос проявляет инфантильность в быту, требует, чтобы за ним ухаживали... К такому же типу людей относят и закоренелых холостяков, излишне привязанных к своей маме, причем их бесконечные сексуальные подвиги психоаналитики расшифровывают как бессознательный диалог с мамой, как стремление самоутвердиться, обойти папу в сексуальности.

Психологи предлагают несколько советов, как построить отношения с ребенком, чтобы невольно не закрепить в нем эдипов комплекс на всю жизнь:

- при спорах и разногласиях с супругом никогда не заставляйте ребенка выступать в роли посредника;
- опасно, если мама, испытывая дефицит ласки со стороны супруга, будет удовлетворять эту потребность в общении с сыном;
- маме не стоит противопоставлять папу и сына (например, "Папа у нас грубый, резкий, а ты весь в меня — тихий, мягкий...");
- сложно не наградить эдиповым комплексом мальчика, которого мама растит одна. Она невольно ждет, что сын будет ей опорой. Но ребенок не может стать для взрослого защитником, даже если будет очень стараться;
- главное — чуткость.

Очень часто мы требуем от детей достижений, которые им не по силам. Считаем, что таким образом подстегиваем их, побуждаем расти. А в результате формируем у маленького человечка комплекс неполноценности. Такой ребенок мучается от своей несостоятельности и искренне считает, что родители перестали его любить, приходит к выводу, что они любят его не за то, что он есть, а за его успехи.

Став взрослым, такой человек, не уверенный в собственной полноценности, в том, что он нужен

и интересен другим, что он любим и уважаем, тратит всю жизнь на гиперкомпенсацию — бьется, чтобы занять высокое положение в обществе, заработать много денег. Но в отличие от здорового стремления к успеху гиперкомпенсация не приносит ему радости — он не только не испытывает удовлетворения от своих побед, но постоянно раздражен, а то и находится в депрессии.

Комплекса неполноценности у вашего ребенка не возникнет, если вы найдете возможность чаще его хвалить, будете любить со всеми его слабостями и недостатками, поможете выстроить отношения с другими людьми, не станете постоянно демонстрировать окружающим, не будете унижать его, не станете баловать. Главное давать чувствовать ребенку, что вы его любите.

Часто дети становятся заложниками родительских амбиций. Дети, которых родители хотят видеть идеальными, совершенными, отрадой для мамочки и папочки, страдают комплексом нарциссизма, любования самим собой, своими успехами. Когда это переходит границы разумного, человек уже не в состоянии смириться, что и у него, как у любого смертного, может что-то в жизни не получаться. С таким человеком трудно дружить: дружба предполагает откровенность и взаимовыручку, а "нарцисс" не склонен показывать свои слабости и принимать помощь других. Для человека с таким комплексом ситуация проигрыша мучительна. Он живет под постоянным страхом — а вдруг у меня что-то не получится?

Очень часто такой "нарцисс" вырастает в семье, где родители заключили брак не по любви, а по необходимости, по соображениям рассудка, где делается установка на непреременный успех своего отпрыска. В таких семьях родители возлагают на ребенка задачу компенсировать свои неудачи.

Комплексом маменькиного сынка или маменькиной дочки обладает человек, для которого мама остается на всю жизнь главной и единственной фигурой, с которой надо считаться. Все решения и поступки должна оценить мама: если девушка не понравилась маме — он не будет с нею дружить, если маме не нравится начальник сына или дочки, то она готова сломать даже удачную карьеру, но "уберечь" свое чадо. Отношения между мамой и ребенком, которые естественны, пока тот мал, не должны сохраняться без изменений на всю дальнейшую жизнь. Взрослая женщина боится принять самостоятельное решение, потому что "мама рассердится и не будет со мной разговаривать".

Многие считают, что болезненную привязанность к матери возвращают гиперопека и гиперлюбовь. Психологи утверждают обратное. В большей степени такую зависимость формирует сильная занятость мамы собой, когда малышу приходится бегать за ней и ловить момент, чтобы обратить на себя внимание. Часто такие сверх занятые мамы во всех своих неудачах обвиняют своего ребенка: "Из-за твоего рождения я не защитила диссертацию", "после того, как ты родился, я долго болела, растолстела, и мне пришлось расстаться со своей профессией" и т.п. При таком психологическом давлении ребенок начинает чувствовать себя виноватым и до конца дней быть обязанным маме.

Предугадать, какие наши шаги породят у ребенка комплексы, очень трудно — мы ведь часто действуем импульсивно и бессознательно. Но один универсальный совет, как оградить свое чадо от болезненных переживаний собственных недостатков, пожалуй, есть. Надо просто любить ребенка и быть счастливым от этого чувства. Взрослые, будьте счастливы, тогда рядом с вами вырастут счастливые дети!