

Отношения
ВЗРОСЛЫХ родителей
и **ВЗРОСЛЫХ** детей

“битва шефов”



Закон “брать и давать”

Между взрослыми баланс сохраняется всегда!

Даже если нет договора. В неожиданном виде энергии.

Единственные отношения, где этот закон действует иначе: родители и дети.

Родители дают, дети берут.

Это закон развития. Дети не должны возвращать энергию потраченную родителями. Они ее накапливают, превращают в развитие и передают своим детям.



ЖИВЫЕ СИСТЕМЫ



Чем интенсивнее обмен, тем более значима эта система для нашей жизни

Поэтому в детско-родительских отношениях и супружестве - замыкаем максимальное количество энергоинформационного потока - общие ресурсы, общая информация.

Хорошо организованная зрелая система - выдерживает жизненные вызовы. Слабая - сталкивается с угрозой разрушения.

Вывод энергии на сторону - предательство.

А выведение своей энергии и информации ребенком из родительской семьи?

Подмена детско-родительской системы и роли ребенка в ней.

- супружеская (вместе в горе и радости пока смерть не разлучит)
- детско-родительская наоборот (контейнировать родителя)

Периодизация отношений с родителями



“КАКИЕ” зависит от “ЗАЧЕМ”

1. Симбиоз со знаком +

Зависимость. Родители самые значимые фигуры. Авторитетны. Все желания удовлетворяют родители.

2. Симбиоз со знаком -

Идеалы разрушены. Борьба за независимость. Недовольство и разочарованность. Желания не могут быть удовлетворены родителями.

3. Автономия.

Опора на себя. Территория своих смыслов, правил, ценностей, отношений. Независимость суждений и решений. Романтические отношения. Нет ожидания любви и признания от родителей, Нет ожидания разумности и мудрости от их действий. Отношения взрослых людей. Такие, которые возможны с этими людьми. С той дистанцией, которая позволяет сохранять баланс “брать и давать”



Не автономия

- **Присоединиться** к родительскому мнению. Делать по-своему, но испытывать **стыд и вину**. Не давать себе морального права жить по-своему. (“внутренний родитель” не отличается от внешнего)
- **Бороться** и доказывать свою правоту. Делать по-своему и испытывать **гнев**, что родители не принимают твое мнение. Не давать права родителям быть просто другими взрослыми, которые имеют право не любить, не поддерживать, думать только о своей выгоде. (“внутренний родитель” сфокусирован на других, а не на вас)



Тайное использование

- Кормление внуками - Бабушки-волки
- Кормление “глупым ребенком” - хождение за советами
- Кормление “несчастливым ребенком” - жалобы на супруга
- Кормление “хорошим ребенком” - отчет о достижениях
- “Усыновление и доращивание” - крупные подарки, отдых вместе
- “Супружество-инцест” - общие деньги, общие тайны



5 заповедь и мифы

«Чти отца твоего и мать твою, да благо тебе будет, да долголетен будешь на земле» (Исх. 20, 12)

Это НЕ равно: слушайся, люби, заботься, делай счастливыми.

Праслав. *сѣсть, связанное со ст.-слав. чѣж, чисти (см. чту), родственно др.-инд. cíttiṣ ж. «мышление, понимание, намерение», авест. čisti- «мышление, познание, понимание»; др. ступень чередования гласных: др.-инд. cētati «соблюдает, замечает, думает», лит. šķist, šķietu «думать, соблюдать»

Уважай их правила на их территории, признавай их право жить свою жизнь по-своему, удовлетворишься тем, что получил от них. Сочувствуй их жизни и соблюдай границу. Воспринимай их послания и соблюдай границу своего внутреннего мира. Не вмешивайся и не позволяй вмешиваться. Не значит: брось, игнорируй, мсти.

Нарушение заповеди (ХАМство):

- **Ждать еще.** (сдаться в плен родителям) Недодали. Дайте денег, совет, помощь, будьте самым надежным человеком.
- **Переделывать** (взять в плен родителей). Хочу лучше. Неправильно живете. Отдохните. Будьте здоровыми, счастливыми, любите и пр.



Нужно ли помогать?

Нельзя поддерживать деструктивные системы

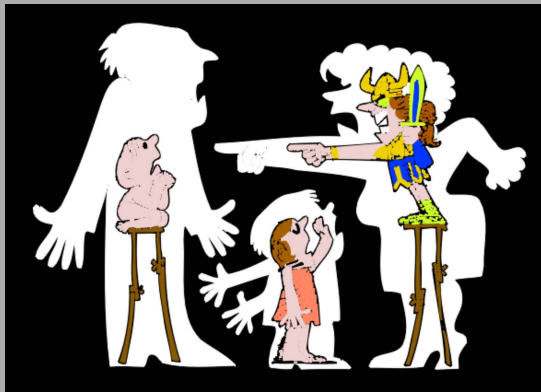
Царица морская: “Все дети помогают родителям, а ты...!”

Старик без рыбки: “Не знаю, что делать с собой...”

Супружеский секс: “Твоя мать меня достала!”

Нужно поддерживать не-мощь (не могу - отдаю). Стать подопечным, помощником другого взрослого, уступить власть.

Истинно, истинно говорю тебе: когда ты был молод, то препоясывался сам и ходил, куда хотел; а когда состаришься, то прострешь руки твои, и другой препояшет тебя, и поведёт, куда не хочешь. Ин.21,18



Это началось не с тебя

„В тот день, когда ребенок понимает, что все взрослые несовершенны, он становится подростком; в тот день, когда он прощает их, он становится взрослым; в тот день, когда он прощает себя, он становится мудрым.“

Олден Ноулан

Обнаружить свою сложность

Стать себе ответственным добрым взрослым

Обнаружить сложность в родителях и признать их несовершенство

Строить отношения в соответствии с ОБЩЕЙ ЦЕЛЬЮ.



Понять и простить - сделать простым

Простить - не снизить

Простить - не отменить ущерб, не оправдать насилие

Простить - не стать ближе (иногда, наоборот, проститься)

ПРОСТО ТОМУ, КТО ОСОЗНАЛ СЛОЖНОСТЬ

1. Когда мы знакомы с собой, то мы можем понять и признать чувства ребенка, которым мы были, и разрешить их выразить. Пережить утрату. Принять его со всей его правдой.
2. Когда мы умеем выдерживать собственную неидеальность (Не игнорировать или оправдывать, а признавать, очищать, исправлять), то мы в состоянии понять, почему наши родители оказались слабы, токсичны, ненадежны, агрессивны, использовали нас. Зачем они культивировали зависимость и почему воспринимали наше взросление, как атаку на себя?
3. Когда мы видим всю картину, мы можем “усыновить” своего внутреннего ребенка и стать для него надежным взрослым: беречь, выращивать - взять ответственность.
4. Когда нам понятна сложность, мы знаем, кто отвечает за “внутреннего ребенка” наших пап и мам и не бросаем своего, чтобы заняться ими. Видим в них взрослого, доверяем их выбору и испытаниям, которые они выбирают.