



Как общаться со своими родителями, когда Вам за двадцать пять?

Как общаться со своими детьми, когда им за двадцать пять?

Непростые вопросы! Но мы вместе поищем и обязательно найдём на них ответы! И поможет нам в поисках ЭТА книга, потому что она:

о поиске душевного покоя;

о таких ВНУТРЕННИХ ОПОРАХ, позволив себе и осознав которые, вы навсегда обретете мир;

эта книга о воспитании, о понимании ценности опыта, о благодарности своему роду.

Услышь родителей своих. Как взрослым детям общаться со взрослыми родителями.

ОСНОВНАЯ МЕТАФОРА МОЕЙ НОВОЙ КНИГИ: «НАШИ РОДИТЕЛИ - ЭТО МАЯКИ В МОРЕ».

Мы – корабли во тьме. Но видя Маяк, используя его свет, мы способны понять и увидеть, что на самом деле происходит на палубе нашего корабля, кто у руля, как выглядит корабль, нуждается ли он в ремонте, а самое главное – мы можем определить СВОЙ ПУТЬ и миновать рифы...

Вместе с этой книгой рекомендуем прочесть: «Обиды на мужчин и женское здоровье» Елена Тарарина, «Почему ты можешь всё: как сохранить семью и преуспеть в карьере» Елена Тарарина, «В жизни справедливо всё» Алексей Просекин и Марина Хмеловская.

Е. Тарарина

БЛАГОДАРНОСТЬ

Самые вдохновляющие люди в моей жизни - это моя семья: мама, папа, брат, муж, крёстная, сын и все представители моего рода. Вы - опора и стержень. Я благодарна!

Эта книга важна лично для меня ещё и потому, что я сама долгое время имела далеко не тёплые, не доверительные и не интересные отношения со своими родителями. Я считала себя недолюбленным ребенком. И у меня всегда был страх: как же я смогу помочь людям как психолог, если я сама этой любви толком не видела. А потом всё изменилось...

Я со своими студентами пошла работать волонтером в детский дом. И произошло то, что Майкл Роуч называет «взошли семена». Я стала отдавать детям то, чего, как мне казалось, не получила сама в своей семье, – любовь, заботу и искренность. Около года мне потребовалось для того, чтобы, отдавая своё время и сердце детям, вырастить в своей душе ПОНИМАНИЕ родительской любви.

С обретением этого ПОНИМАНИЯ моё отношение к у меня есть, и как это ЦЕННО, даже если это и не совсем то, что я ожидала от них. А став сама мамой, я поняла, что пришлось пережить моим родителям, воспитывая меня... Всё окончательно стало на свои места. Я безмерно благодарна Вам, дорогие мама и папа! Я восхищаюсь Вами!

В книге использованы цитаты известных людей современности, которые принадлежат к абсолютно разным профессиям. Эти цитаты были созданы специально для этой книги авторами. Выражаю огромную благодарность всем коллегам, которые поддержали эту книгу, понимая её смыслы и ценность семьи в нашем современном обществе. Верю, книга ВОЗРОДИТ многие отношения и ВДОХНОВИТ читателей на СОЗИДАНИЕ.

Предисловие

Как общаться со своими родителями, когда Вам за двадцать пять?

Как общаться со своими детьми, когда им за двадцать пять?

Непростые вопросы! Но мы вместе поищем и обязательно найдём на них ответы! И поможет нам в поисках ЭТА книга, потому что она:

- о поиске душевного покоя;

- о таких ВНУТРЕННИХ ОПОРАХ, позволив себе и осознав которые, вы навсегда обретете мир;

- эта книга о воспитании, о понимании ценности опыта, о благодарности своему роду.

Книга – это такой себе смысловой конструктор, который создаётся для того, чтобы каждый человек для себя собрал свой пазл и напитал своего «внутреннего ребёнка».

Эта книга построена на вопросах людей, которые посещали мои программы, принимали участие в социальных опросах по теме сложностей детско-родительских отношений и моих ответах на них.

Возможно, есть книги, прочитав которые, боль прошлого исчезает сама по себе и приходят облегчение и легкость. Эта книга не такая. Даже прочитав её, прожив её душой, вам всё равно придётся предпринимать конкретные действия, ибо действия – это одна из основных составляющих отношений. И я уверена, что, после внимательного прочтения этой книги, у Вас появится понимание, сила и вера для того, чтобы выбрать Нужные действия и Жить в мире с собой и Вашими родными.

Находя ответы на непростые вопросы взаимоотношений взрослых детей со взрослыми родителями, у вас появится ВОЗМОЖНОСТЬ исцелить «долгоболящие раны» и отпустить давние обиды. Важно воспользоваться ею!

Сила рода – один из мощнейших источников энергии для человека, так давайте же учиться использовать эту энергию и направлять её себе во благо.



Пришло время ПОЗНАКОМИТЬСЯ СО СВОИМИ РОДИТЕЛЯМИ ЗАНОВО...

Е. Тарарина.



Глава 1.

Мама

1. Вопрос: «При совместном проживании с мамой, когда у тебя уже своя семья, кто хозяйка? Может ли их быть две?»

Ответ.

Их может быть и две. Но тогда – это уже не хозяйки)). Хозяйка – это та, которая принимает решения, устанавливает правила и несёт ответственность, а два человека одновременно эти функции выполнять не могут. Несколько правил от разных людей не дают возможность «вести игру». Образуются коалиции, группировки, сплетни.

Что для Вас важнее – посвятить годы жизни поиску компромисса или принять правила игры хозяйки (в данном случае хозяйка – мама)? Обычно гости подстраиваются под устав хозяев. Мы – гости в семьях своих родителей, независимо от того, сколько нам лет. Необходимость жить по чужому уставу является одним из мощнейших мотиваторов для многих повзрослевших детей, чтобы, как можно скорее, отделиться (и в вопросе проживания в том числе) и стать самостоятельными. Если же Вы до сих пор живёте с родителями, значит эта проблема не является жизненно важной, значит она НЕ ВОЛНУЕТ Вас достаточно сильно.

2. Вопрос: «Мне восемнадцать лет, а мама всё говорит: «Мы заикаемся», «У нас тяжелый начальник». Как отделиться от маминого «мы»?»

Ответ.

К сожалению, у родителей тоже иногда случается со-зависимость со своими детьми. В терминах возрастной психологии, понятие «мы» при здоровых отношениях заканчивается с завершением кормления грудью (не позже 3 лет). После этого возраста уже есть «я - мама» и «мой ребенок». Когда родители «залипают» в детях, со стороны мамы активизируется формула «Я ему всю жизнь отдала», а со стороны ребенка «Я – неудачник». Страдают оба. Первое, что нужно сделать, – признать, что это не любовь к ребёнку. Это саморазрушающее себялюбие.

Второе. Начните доверять друг другу, откажитесь от тотального контроля.