
Оглавление

Предисловие	4
ДВА МИРА.....	7
Очарованный родитель.....	7
Я так редко смотрю в себя (<i>дневник впервые-мамы</i>)	11
Чем ребенок отличается от взрослого?	19
ПОВТОРЫ.....	27
Тревожная любовь.....	28
Ребенок и ошибка.....	30
Пять вопросов на сопоставление	35
Я впервые поговорила с дочерью, а не накормила ее конфетами!.....	37
Грабли в сарае родителей	39
Ступени родительства	41
Сизифово воспитание.....	43
ДАВЛЕНИЕ И СЛАБОСТЬ	50
Колючка в наследство	50
Слышишь только себя.....	56
Механический папамам	65
РЕАНИМАЦИЯ ОТНОШЕНИЙ.....	69
Цугцванг и безусловность.....	70
Достоинство нелепости	76
Правота за счет жертвы.....	79
Ситуации, где возможно сохранить достоинство.....	82
Конфликт с ребенком: ослепление или прозрение?.....	84
Прощение.....	86
ПОВТОРИТЬ НЕЛЬЗЯ ЛЮБИТЬ.....	93

Предисловие

Эта книга немножечко о многом.

В общем – о повседневности, которая соединяет два опыта жизни – ребенка и взрослого. Эта повседневность – кроме пинг-понга типа «наведи порядок», «хочу-купи», «как в школе?», «молодец!», «выучил стих?», «нравится», «не доводи!», «да ты моя рыбка!», «сколько раз повторять, быстро сделал!» – содержит в себе вопросы и темы, на которые стоит обратить внимание. Они могут казаться необычными, непривычными, но помогают посмотреть на ситуацию под другим углом и найти возможности для изменений. Кроме того, они интересны не только вам – над ними размышляли и размышляют многие ученые гуманитарной сферы. Например:

Восприятие.

Видеть – это переживать контраст между желаемым, должным и действительным. Через какие установки мы смотрим друг на друга? Каковы мы для себя, каковы – для другого? «Ребенок-в-себе» и «ребенок-для-нас»: кто нам больше знаком? И от кого мы больше хотим и для кого? И кто нас больше расстраивает и радует?

Редукция.

Сведение нового к уже известному. Если жизнь в доме замирает и не происходит ничего нового, мо-

лодость ищет приключений, но получает одну и ту же «серую» для себя реакцию старших. Когда родитель тормозит унывшего подростка, который познал «тщетность жизни» и не видит смысла прилагать усилия. Не только ребенку, но и взрослому, получившему негативный опыт, бывает трудно выйти за его пределы – если все сводится к грустной привычности.

Повторы.

Поведение – в том числе – состоит из повторов. Если негативных повторов много – отношения превращаются в механизм, производящий депрессию, раздражение и апатию. Умение отслеживать, изменять повторы помогает выйти из «холивара», остановить разрушительные атаки друг на друга.

Обратная связь.

Умение разговаривать, обсуждать и понимать друг друга – помогает найти недостающую информацию (вместо того, чтобы ее придумывать) и разрешить противоречия на входе, сохраняя контакт и обучая друг друга.

В частном плане – эта книга об эмоциональных травмах, их происхождении и последствиях. Ситуациях, в которых травмирование происходит как бы само собой. Похищении родителя внешним миром и о том, как это воспринимает и переживает ребенок, которому так необходим «свой» родитель. О том, чтобы увидеть своего ребенка – нужно увидеть себя, и как непросто это бывает. О тревожной любви, слад-

кой конфетке после крика и лабиринте повторов. О граблях в сарае сизифа и колючках в наследство. О причинах, по которым общение в семьях сводится к условностям, оценкам. О направлении выхода из трудной ситуации; достоинстве, нелепости и прощении близких. И о том, что кризис в отношениях с ребенком начинается с внутреннего кризиса родителя.

Книга написана на основании большого практического опыта автора. Книга не претендует на фундаментальный обзор и аналитику. Скорее это этюды-размышления из опыта консультирования семей в кризисных ситуациях и оказания помощи «взрослым детям», которые столкнулись с внутренним эхом семейных конфликтов.