

сердце к сердцу

*Зорко одно лишь сердце.
Глазами главного не увидишь.
Антуан де Сент-Экзюпери,
«Маленький принц»*

«Я хочу, чтобы меня любили». Эти слова я слышала в разных вариантах от детей разного возраста много раз. И каждый раз дети помогали мне увидеть ценность отношений, в основе которых любовь, умение слышать и говорить друг с другом на языке сердца. Именно такие отношения создают основу для успешной и счастливой жизни ребёнка.

Опыт взаимодействия с детьми и родителями, личный опыт матери троих уже взрослых детей и опыт бабушки помогли мне осознать ценность секретов, которые лежат в основе доверительных отношений между нами, родителями, и нашими детьми. Я назвала такие отношения «сердце-к-сердцу». У них есть четыре секрета. Они помогут вашим детям осознанно создавать свою счастливую жизнь, уметь брать на себя ответственность за свой выбор, уметь любить и быть благодарными, слышать себя и других и осознавать свою уникальность, как и уникальность каждого.

Четыре секрета отношений «сердце-к-сердцу» также помогут вам ответить на вопросы «как»: как создать доверительные отношения с ребёнком и как помочь ему стать успешным и при этом счастливым?

Самое ценное в жизни обычно находится совсем рядом. Поэтому важно научиться замечать и применять в своей жизни то, чем обладает каждый из нас. И ещё: все улучшения в нашей жизни есть результат осознанного применения знаний на практике. Отношения с детьми – это, прежде всего, наши отношения с самими собой, потому что мы можем поделиться только тем, что есть в нас.

СЕКРЕТ ПЕРВЫЙ: будьте рядом, но не заслоняйте собой свет

Почему это важно?

Без света трудно найти свою дорогу в жизни. Когда мы начинаем делиться своим опытом с позиции «Я знаю» и стараемся во что бы то ни стало передать этот опыт, пусть даже из лучших побуждений, мы превращаемся в указатель «Иди туда!» или «Туда не ходи!». В моей жизни было немало примеров, когда я советовала своим детям сделать «так» или «вот так» и... получала отпор. Вначале это вызывало во мне возмущение: «Да я же из лучших побуждений!», а потом, как ни странно, радость. Ведь это означало, что дети хотят создавать свою жизнь сами. Для них важна моя поддержка, но не мой указатель.

Если вы хотите увидеть своих детей счастливыми, дайте им возможность создать своё счастье. Для этого

ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С РЕБЁНКОМ



ЧЕТЫРЕ СЕКРЕТА

нужно передать им ответственность за его строительство.

Развитие личности пропорционально развитию ответственности. Не лишайте этой возможности своего ребёнка.

СЕКРЕТ ВТОРОЙ: будьте щедры, но не ждите благодарности

Почему это важно?

Когда мы ждём благодарности, мы превращаемся в судей и бухгалтеров, считая обиды.

Вот вам наглядный пример. Напротив меня сидит женщина лет сорока и плачет: «Я отдала им всю свою жизнь! Понимаете? Всю! А они – неблагодарные...». Я разговариваю с ней и физически чувствую, как много «камней» она несёт на своих плечах. Наверное, вам также приходилось слышать подобные слова, и не раз. Возможно, вы говорили такое сами. Мне тоже иногда хочется сказать: «Как много сил я...». Но я научилась задавать себе один вопрос и научилась честно отвечать на него: «Ты даришь свою любовь или продаёшь?». Когда мы ожидаем в ответ некую плату – признание, благодарность, уважение, восхищение, – то это уже продажа.

Помните: подарок – это дар. Когда мы щедры и делимся тем, чем наполнено сердце, тогда мы приносим дары.

СЕКРЕТ ТРЕТИЙ: будьте чуткими, чтобы слышать, прежде всего, самих себя

Почему это важно?

Если мы слышим самих себя, то мы можем услышать и своих детей. Как-то раз, в ответ на мой вопрос: «Что тебе помогает достигать таких невероятных успехов и вести бизнес на огромной территории?», один из моих друзей, хозяин крупной строительной компании, сказал: «Понимаешь, во мне всегда есть этот мальчишка, который смотрит на мир восхищёнными глазами. Я люблю и берегу его, потому что пока он жив, жив я. И это помогает мне понять моих детей». Крепкие отношения всегда создаются на основе чуткости друг к другу. *Счастливый человек создаёт жизнь, слушая своё сердце, и берёт на себя ответственность за то, что создаёт.*

СЕКРЕТ ЧЕТВЕРТЫЙ: будьте свободными, чтобы позволить быть свободным вашему ребёнку

Почему это важно?

Наши дети – это не наша собственность. Мы можем поделиться только тем, что есть в нас самих. Вот почему семья – это постоянное развитие и совершенствование. Закон эволюции в наших отношениях с детьми действует так же, как и во всей природе. Я никогда не встречала родителей, которые говорили бы: «Да, я хочу, чтобы мой ребёнок вырос несчастным, с ограниченным мышлением и страхами». Как правило, родители хотят совсем другого. Но, даже действуя из лучших побуждений, они невольно становятся ограничением, поскольку делятся теми ограничениями, которые хранят в себе.

Для наших детей самое важное – знать, что есть на свете люди, которые примут и поймут их всегда, независимо от успехов, статуса и так далее. И наши дети хотят видеть среди них в первую очередь нас, родителей.

Позвольте вашему ребёнку быть свободным, чтобы он мог стать мастером своей жизни.

Все эти секреты в действительности всегда есть в нас самих. Их просто нужно найти. Надеюсь, что они послужат вам поддержкой.

Семейные отношения, как и сама наша жизнь, находятся в постоянном развитии. Только знания, за которыми следуют осознанные действия, приведут к изменению. Поэтому просто делайте это!

Ольга Верасень,
педагог, системно-интегративный коуч
и консультант в области
родительско-детских отношений,
эффективного личностного роста и развития;
автор книг, художник, издатель
olgaverasenrus.com