

# Ирина Млодик: «Родителям важно уметь выдерживать самостоятельность детей»

**Ирина МЛОДИК**, психолог, гештальт-терапевт, автор книг и статей по детской и взрослой практической психологии, авторских обучающих курсов «Детская комната» и «Неспешность и подлинность», к. психол. н. [irinamlodik.ru](http://irinamlodik.ru)

За последние 7–10 лет можно заметить, что появился тренд детоцентриции, когда все крутится вокруг ребенка. Ему не только разрешается быть ребенком, но и в каком-то смысле он начинает вертеть всей семьей. С одной стороны, он выполняет такую взрослую функцию – управляет целой семьей, а с другой стороны, может иногда оставаться инфантильным, зависимым, требовательным. Думаю, что пора поговорить о том, как все-таки родителям помогать ребенку расти, чтобы он постепенно превращался во взрослого и не задерживался в этой слишком детской роли.

## Как родители участвуют в развитии самостоятельности ребенка

Проблема самостоятельности, сепарации ребенка – обоюдная как для отцовской, так и материнской роли. Сложность заключается еще в том, что наши отцы обычно заняты или на работе. Давайте разберемся, какова же роль отца и матери в развитии самостоятельности.

### Роль отца

У многих отцов идея отпускать детей, сепарировать, развивать, делать из них взрослых людей не вызывает вообще никакой проблемы. То есть отцы как раз хорошо видят рост ребенка, готовы, чтобы он побыстрее повзрослел, потому что это определено его ролью. Отец во многом отвечает за развитие. Именно отец чаще всего говорит по отношению

### Роль матери

Матери – это те люди, которым нужно прилагать определенные усилия, чтобы отпускать детей и видеть в ребенке то, как он растет. Это происходит потому, что мать по архетипу, по типу и социальной роли – человек, который очень включен в ребенка, отвечает за его комфорт, безопасность. Обычно у матери текст такой про ребенка: «Ой, споткнется!

## Роль отца

к ребенку: «Пусть попробует, пусть пойдет, пусть сядет, пусть делает».

## Роль матери

Ой, простудится! Ой, не надо! Ой, давай посиди! Не лезь! Ой, не трогай! И не надо его сажать на велосипед!» Но если мама абсолютно включена, поглощена ребенком, слита с ним, то у ребенка особенно нет мотива развивать какие-то навыки. У таких включенных матерей дети иногда и не говорят: зачем говорить – он помычал, и мама все поняла, что поесть надо или игрушку любимую принести.

В деле взросления огромное значение имеет отец, потому что он сначала бессознательно разбивает эту слякотную пару «мать – ребенок», а потом уже сознательно. В каком-то смысле мужчины и женщины начинают бороться. Мужчина обвиняет женщину в инфантилизации ребенка, женщина мужчину – в строгости и грубости. И когда у них возникает конфликт, всем от этого нехорошо. Просто она – мать, а он – отец. И им бы не конкурировать, а примириться: она делает материнское, а он – отцовское. Когда они осознают, что эти роли разделены и можно жить, то конфликтов не будет.

### **Как родителям отпустить ребенка**

На консультациях родители часто признаются в том, что они в первую очередь сами не готовы к самостоятельности ребенка. Особенно эта проблема актуальна для родителей будущих первоклассников и вообще в процессе воспитания, независимо от возраста ребенка.

Рассмотрим шесть важных моментов, которые можно рекомендовать родителям в том случае, если они испытывают переживания и трудности в момент взросления ребенка.

**Перестать считать ребенка центром материнской жизни и центром семьи.** Для этого у мамы должны быть другие значимые области в ее жизни: мужчина, работа, хобби, она сама, увлечения, интересы, друзья – что-то значимое, что будет ее увлекать.

**Поддерживать друг друга в отцовской и материнской роли.** Часто матери с болью говорят о том, что мужчины обращаются к ребенку уничижительно, и конкурируют с ним, пытаясь помочь развиваться. Даже в этом случае не стоит атаковать позицию отца, а скорее наоборот – надо поддержать и сказать, например, такие слова: «Да, папа требует порядка». И только потом поговорить с мужем о том, что требования его правомочны, но форма унижительная, договориться не унижать детей.

**Развиваться и учиться вместе с каждым своим ребенком.** Родитель с каждым своим ребенком вынужден развиваться тоже, поскольку все дети разные. Если он развивается, то семья обогащается за счет этого развития, а если родитель пытается из детей сделать каких-то понятных ему объектов, развития не будет, а будет много сопротивления и недовольства, поскольку ребенок будет бороться за свою идентичность.

**Разобраться со своим детским опытом.** Это необходимо сделать, чтобы лучше осознавать свои проекции и присваивать их себе, а не навешивать на ребенка. В таком случае родители осознают, что не надо приставать к ребенку со своими тревогами, ожиданиями, волнениями.

**Уметь прощаться, горевать и отпускать.** Взросление – это бесконечная череда потерь: вот ребенок новорожденный, ему полтора-два месяца, потом он становится младенцем, и теряется новорожденность, а потом он становится дошкольником, и теряется младенческая прелесть, и так продолжается дальше. Если родители это осознают, они могут про это печалиться, горевать, плакать, а потом отпустить и увидеть ребенка в другом возрасте.

При сепарации  
возникают  
страхи  
у родителей –  
отпускать  
детей, как дети  
будут одни, как  
дети будут без  
нас. Если  
процесс  
сепарации  
прошел  
хорошо,  
то у таких  
детей  
появляется  
вера в себя,

благодарность  
родителям  
и возможность  
возвращаться  
в родительски  
й дом

**Уметь выдерживать сепарацию.** Сепарация сопровождается сложными и сильными чувствами: протестной агрессией, сепарационной виной, тревогой и страхами. Протестная агрессия возникает со стороны родителя и со стороны ребенка. Ребенку очень сложно отделиться и сделать шаг в сторону без агрессии, но и родитель реагирует на отделение с агрессией, особенно если он не готов. Сепарационная вина возникает у ребенка, причем даже тогда, когда мама несильно страдает. Но если ребенок понимает, что он уходит в свою взрослую жизнь и оставляет мать одинокой, ситуация усугубляется. Если же мама остается не одна, а с папой или мужчиной, если при этом у мамы есть работа, увлечения, хобби, тогда ребенок спокойнее оставляет мать, и ему легче пережить сепарационную вину. Сепарационная тревога – это тоже естественное, но довольно сложное переживание. Когда ребенок уходит во взрослую жизнь, он может получить от родителей много посланий про то, как он что-то не может, не умеет и не справится, тогда его тревога возрастает в разы.

### **К чему может привести слишком раннее развитие**

В ребенке многое делает сама природа. И задача родителей – не пытаться изменить природу, не мешать, поскольку природой заложен довольно сильный потенциал для развития. Внутренняя задача любого ребенка – развиваться, потому что с точки зрения архетипа ребенок – это семя, это потенция, которая должна превратиться в возможности.

В раннем развитии таится достаточно много опасностей. Если родители предлагают ребенку деятельность, для которой его мозг еще не созрел, отделы мозга будут, конечно, откликаться, но тогда пропустится то развитие, к которому ребенок в данном возрасте сензитивен.

Самое лучшее для развития ребенка и его самостоятельности – растить в достаточно большой, расширенной семье. Чем шире семья, тем у ребенка больше возможностей, друзей, знакомых, близких и больше вероятность, что он будет развиваться в этой обогащенной среде, следуя именно своей природе, а не какому-то родительскому неврозу.

Лучшая мотивация к росту и развитию – это естественный интерес и связь с самим собой. Естественный интерес у детей есть, но его очень легко убить тем, что родители навязывают или требуют.

Хорошая связь с самим собой – вроде бы простая вещь, но те дети, которые хорошо знают себя: кто я такой, что я умею, что я не умею, что мне сложно, где-то я себя прощаю, – развиваются значительно легче. Таких детей не надо направлять к развитию. У них этот процесс происходит естественно.