



Обязанности родителей

- Быть ответственным за судьбу ребенка
- Обеспечивать ребенку в семье самое главное- уважение, общность интересов и дел, терпимость, защищенность
- Заниматься воспитанием постоянно
- Любить ребенка
- Обращаться с ребенком как с равным
- Воспитывать в детях самостоятельность
- Направлять, давать советы, но считаться с мнением ребенка

Каковы обязанности родителей уже взрослых детей?

Если ваши дети выросли, то у вас по отношению к ним не так много обязанностей. Всего две, как говорила на одном из семинаров известный психолог Ирина Млодик: сделать так, чтобы они могли к вам прийти с горем или радостью, и второе - беречь своё здоровье.

Во-первых, нужно выдерживать их переживания. Чтобы с любым своим горем, неприятностью, им было куда идти. Не в алкоголь и наркотики, а к вам.

Нельзя обесценивать переживания своего взрослого ребёнка. Лучше обнять, если позволяет. Сказать что-то типа: да, непросто. Спросить, что собирается делать. Не паниковать. Попробовать оценить риски предложенных вариантов вместе. И плюсы тоже. Если просто делится чувствами, сидеть тихо. Тут лучше молчать и кивать, чем сказать что-то не то.

Советы нужно давать, только если просит. Форма совета: я бы поступил вот так, или, у меня был похожий опыт, я поступил так, и жалею-не жалею об этом.

Если эмоции вас накрыли, вы закидали советами или отчитали, прокатившись катком, что делать?

Вы осознали этот печальный факт, извинитесь. Скажите, что зря разволновались. Ваш сын или дочь должны знать, что вы можете выдерживать, что его эмоции или неправильные действия вас не разрушат. Тогда есть вероятность, что контакт не прервется.

Заботиться о силе своего духа тоже очень важно, как раз, чтобы ваш ребёнок был уверен в вашей крепости и не прятал свой подлинный трудный опыт от вас, желая поберечь. Если вы трясётесь и хватаетесь за валидол от каждой новости или при малейших изменениях - вы ничего не будете знать о подлинной жизни ваших детей.

Если принесли вам свою проблему, радуйтесь. Если взрослый человек может чем-то важным для него поделиться, значит, у вас есть близость. И не нужно заполнять пустоту между вами расспросами о малозначимых вещах. А проблемы - неотъемлемая часть жизни, их не избежать.

Вторая важная обязанность взрослых родителей - заботиться о своём здоровье. Понятно, что жизнь непредсказуема, но важно делать то, что в ваших силах. Вовремя показывать врачам свои болячки, не переедать, не злоупотреблять, заниматься доступными видами спорта.

Так важно не упасть к своим детям на руки из-за своей беспечности, а быть достаточно здоровым как можно дольше.

Пока мы есть, мы стоим между ними и небытием, а значит, защищаем!

Марина Сперанская