

Более 4,5 миллионов подписчиков в соцсетях и YouTube



КНИГА АДЕКВАТНЫХ РОДИТЕЛЕЙ



ПРИНЦИПЫ  
**ПОЗИТИВНОГО**  
ВОСПИТАНИЯ



SATYABOOK

# **Сатья**

# **Книга адекватных**

# **родителей. Принципы**

# **позитивного воспитания**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68078270](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68078270)*

*2020*

*ISBN 978-5-98585-260-8*

## **Аннотация**

Родители не понимают детей, дети – родителей, бабушки обижаются на внуков, мамы не понимают пап, и все вместе рассказывают анекдоты про тещ и свекровей. Причина множества комплексов, обид, глупых решений, ссор и даже инфарктов в том, что мы не умеем выстраивать отношения с нашими детьми и нашими же родителями.

Популярный лектор, ведический психолог, автор и ведущий семинаров «Нескучная семейная психология» и «Очарование женственности» Сатья как всегда легко и с юмором поможет самым измученным родителям, убежденным в том, что ребенок послан им в наказание, наладить отношения. Прочитав книгу, вы поймете, как ваше детство повлияло на вашу взрослую жизнь, и что делать, чтобы ваши дети не тащили на себе груз семейных ошибок.

# Содержание

Предисловие	5
Отцы	7
Культура отношений со старшими и младшими	10
Негативные сценарии родителей	15
Как родители ломают своих детей	15
Жертвы семейного воспитания	17
Как переписать негативные сценарии наших родителей	20
Как перестать конфликтовать с родителями	24
Конец ознакомительного фрагмента.	31

**Сатья**  
**Книга адекватных**  
**родителей**  
*Принципы позитивного*  
*воспитания*

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Satyabook: 2020

\* \* \*

# Предисловие

Возможно, вы удивитесь, но на этой Земле нет и не было человека, у которого бы не возникали проблемы с родителями или детьми, старшим поколением или младшим. Мы все чьи-то дети. Потом почти все мы становимся родителями, тещами, свекровями, бабушками, дедушками и тесно связаны одновременно и с нашими родителями, и с нашими детьми. А по наследству переходят не только голубые глаза и греческие профили, но, увы, и ошибки воспитания.

Выстроить отношения – задача непростая и очень ответственная, потому что любые неправильные слова или поступки отразятся на жизни ваших детей. То, как мы выбираем спутников жизни, как реагируем на проблемы, ведем себя в стрессовых ситуациях и в обычной жизни, – запрограммировано нашими родителями. Разорвать такую цепь бывает крайне сложно, иногда это требует помощи хорошего психолога и нескольких лет терапии. Вы наверняка знаете семьи, где четыре поколения незамужних женщин, матерей-одиночек, или алкоголиков, лентяев, или семьи, где насилие – это нормально. Эти люди бегают по бабушкам, снимают родовое проклятье, не подозревая, что проклятье это у них в голове.

Удивительный факт. Пока мы сами молоды, мы думаем, что никогда не будем такими, как мать или отец, что никогда не накричим, не ударим, не будем давить на ребенка, на-

ставляя его получать в школе хорошие оценки. Мы уверены, что обида на старших и наши чувства к младшим уберегут от ошибок, и уж наши-то дети не будут так страдать. Но потом, спустя годы, мы почему-то поступаем точно так же, как наши родители: говорим те же самые обидные слова и принимаем те же самые неверные решения. Мы не планировали и не хотели так поступать, но в определенных ситуациях действовать иначе не можем – потому что нас запрограммировали.

Ради счастья наших детей, а потом внуков и правнуков мы должны что-то сделать, чтобы плохое не передавалось по наследству, а хорошие качества, доставшиеся нам от родителей, обязательно перешли к следующему поколению. Но, чтобы сделать что-то правильно, нужно сначала разобраться – что же на самом деле правильно. Эта книга как раз и посвящена ошибкам, которые мы, часто сами того не замечая, допускаем в отношениях со старшими и младшими поколениями.

# **Отцы**

## **Часть первая**







# **Культура отношений со старшими и младшими**

Существует определенная культура взаимоотношений с людьми, – как старшими, так и с младшими. Древние тексты и современные психологи говорят, что у нормального человека должно быть одновременно три вида гармоничных отношений – с родителями, детьми и друзьями.

Наиболее часто гармоничные отношения встречаются при общении с равными. Это дружеские отношения. И они есть почти у всех.

Второй вид гармоничных отношений – с младшими. Он встречается уже реже, но все равно есть.

Третий вид – это отношения со старшими. И вот здесь главная проблема – таким видом гармоничных отношений почти никто не может похвастаться.

Мужчина обычно самый старший в семье, и поговорить и посоветоваться ему не с кем. В современном мире мы почти не общаемся с отцами, потому что считаем, что решать все самому – признак взрослости. Мы мало общаемся со старшими, а в результате не умеем общаться с младшими. Успеха в нелегком деле общения мы достигаем только с равными.

Считается, что для гармонии должно быть двадцать процентов общения со старшими, двадцать процентов – с младшими и шестьдесят – с равными. Гармония в отношениях

подразумевает, что с равными человек общается на равных, то есть дружит; младших он наставляет, защищает, покровительствует им.

Со старшими – иначе. Мы ждем от старших советов и наставлений, но на самом деле мы сами должны им служить. Служить – это не значит стирать носки, это значит – проявлять уважение.

Да, для того чтобы старшие дали тебе совет, им надо служить. Вы сами будете кому-то просто так раздавать советы? Нет. И старшие тоже не будут. Кроме того, существует поразительная закономерность: если мы старшим не служим, то мы им завидуем. И это проблема.

*Мир устроен так: если мы не служим старшим, то завидуем им; если не дружим с равными, то будем с ними соперничать; если мы не заботимся о младших, то начнем их унижать и эксплуатировать.*

Когда нет культуры общения, то оно устроено именно таким, неправильным образом. Нам кажется, что культура – это народные песни на бандуре. Но это не культура, это фольклор. Культура – это выстроенные правильно, по определенным справедливым правилам и законам, отношения в обществе. В этой книге мы будем говорить о том, как построить отношения и со старшими, и с младшими.

Согласно древней культуре, старики, женщины, дети, священники и коровы должны быть под защитой. И эту защиту должны обеспечивать мужчины. Но жизнь – очень сложная

штука, часто случаются потрясения, эмоциональные срывы – у всех, и у мужчин, и у женщин. И возникает вопрос: кто же должен давать мужчине защиту в таких случаях?

Это должен делать тот, кто мощнее тебя. Хорошо, когда такой человек есть. В культурном обществе есть возрастная иерархия, согласно которой ты растешь, переходя с одного уровня на другой. Но сейчас у нас не очень культурное общество. Мужчины в двадцать лет уже все знают и не спрашивают совета у старших. Дети вырываются из-под крыла родителей в двадцать лет. Старших они не слушают, им это неинтересно. Еще и сами рассказывают старшим, как и что нужно делать. Непуганые, неумные, самовлюбленные. Им кажется, что они очень крутые, но это совсем не так.

Очень хорошо, когда есть кто-то старший, с кем ты можешь посоветоваться. Самоучка – это хорошо, но самоучка никогда далеко не продвинется. Даже сам он понимает, что ему нужен кто-то более опытный. Ты, конечно, можешь сам чему-то научиться, но либо это будет не очень высокий уровень, либо на учебу уйдет слишком много времени.

Люди строят семейные отношения и не хотят советов, говорят: «Мы сами разберемся». Да, в принципе, можно и самому разобраться, понять все эти банальные истины (да, я говорю банальные истины, и я не сам их придумал), дойти до них самому, лет в семьдесят, после пятидесяти лет брака. И толку от этого не будет – и сам воспользоваться не можешь, и рассказать некому. Вот и говорят: умные учатся на своих

ошибках, а мудрые – на чужих. А глупые вообще считают, что ошибок лучше не совершать.

Но зачем самому тратить время на то, чтобы дойти до банальных истин? Я очень рекомендую начать общаться со своим папой. Знаете, сколько в нем мудрости? И он с радостью ею поделится. Мудрость есть у всех взрослых, я начал это замечать, когда стал анализировать, сколько мне папа дал советов. Я понял, что очень много взял у отца, только в сорок пять лет. И, кстати, сейчас я очень часто цитирую бабушек – они выдают такие мудрости!..

Человек прожил много дольше, чем я, и он готов делиться опытом – это же потрясающе! На самом деле многие старшие люди готовы с нами делиться. Но мы не готовы их слушать, принимать. Я бы хотел еще пообщаться с отцом, но его уже нет в живых. Мы начинаем ценить что-то только тогда, когда теряем это.

Даже трижды разведенного отца нужно слушать, потому что у него есть опыт – отрицательный, но опыт. А значит, чтобы узнать то, что знает он, необязательно проходить его путь, нужно просто его послушать. Конечно, мы больше хотим слышать нечто красивое и идеальное – о таком узнавать куда приятнее. Но и узнав о неправильном, неприятном опыте, мы тоже учимся тому, как должно быть.

Как написано в одной древней книге, разумный человек золото и из грязи возьмет.

*Общение с людьми, имеющими негативный опыт, иде-*

*ально, потому что ты получаешь их опыт, но не получаешь последствий, которые получили они в результате своих неправильных действий.*

Не нужно бояться принимать любой опыт. Советуйтесь, а для этого чаще советоваться с теми, кчто мудрее нас.

# **Негативные сценарии родителей**

## **Как родители ломают своих детей**

К сожалению, Но чаще бывает так, что старшие поколения чаще не дают нам того, что нужно, а, наоборот, ломают нашу жизнь. Мы транслируем в свою жизнь негативные примеры и сценарии родителей. Они играют огромную роль в том, кем и какими мы станем в будущем – как личности, как профессионалы, как мужья и жены.

Одним мама и папа помогли открыть свое предназначение, другим – наоборот, загубили будущее. Но мы можем частично или целиком переписать тот сценарий, который нам написали родители. Родительские установки перебороть сложно, но можно.

Для этого сначала надо понять, как именно родители создают нам эти неправильные установки. Большинство родителей пытаются сделать своего ребенка удобным – чтобы не звонили из школы, чтобы ребенок хорошо учился, убирался в своей комнате и т. д. То есть родителям безразличен сам ребенок, его таланты, способности – важно, чтобы не доставали их самих.

Таким образом в ребенке задавливают всевозможные желания и таланты. Родителям удобно, чтобы ребенок ходил

строем, не спорил, слушался, не позорил их, спал по расписанию. Чтобы быть хорошим, нужно быть удобным. Чтобы родители тебя любили, нужно получать хорошие отметки в школе. Это ломает ребенка.

Дети, которые успевают по всем предметам, – это странные дети. Потому что не может быть ребенок одновременно гуманитарием и технарем, физкультурником, активистом и иметь хорошее поведение. Не бывает так, что ребенок любит и литературу, и химию – нормальный ребенок силен или в точных науках, или в гуманитарных.

Родителям, особенно работающим, очень непросто воспитывать детей – хочется снизить уровень стресса, добиться какой-то предсказуемости. А живой ребенок этому мешает. И начинается: «Стой ровно, молчи, слушай, что говорю!» И ребенок становится удобным, получая взамен любовь. Это переходит и во взрослую жизнь.

***Человек думает, что для того, чтобы его любили, надо быть удобным.***

И девочка, вырастая, понимает: надо быть удобной – удобных любят. И быть с такой девочкой удобно. Но счастья с ней никто не построят.

Женщина думает, что любовь нужно заслужить. Она думает, надо что-то делать, чтобы ее любили. А на самом деле нужно просто создать условия для того, чтобы мужчина рядом с ней исполнял свои роли и реализовывал свои потребности.



И неважно, какая женщина – если она создает эту атмосферу, мужчина от нее не уйдет. Он будет счастлив. Мужчины – вообще ленивое существо. Он не будет менять хорошее на лучшее, он не будет что-то менять, если можно этого не делать.

Мы привыкаем к тому, что «просто так меня никто любить не будет. Хочешь любви – получи пятерку, вымой посуду, слушайся маму» и тому подобное.

Девочка начинает верить в то, что если все тащить на себе, то это обязательно оценят, за это обязательно полюбят.

*Родители, которые делали своего ребенка удобным, превращают его в жертву, ломая ему жизнь.*

## **Жертвы семейного воспитания**

Все начинается и вытекает из детства. Жертвы – это те, кого не поддерживали родители, на кого систематически орали, кого насмешливо критиковали. Частенько такие люди, вырастая, начинают неосознанно пародировать поведение своих родителей. Если вас унижали, то, скорее всего, вы станете унижать своих детей, если вас критиковали, то, не исключено, что и вы будете критиковать.

Когда родители «выносят мозг» детям, они таким «контрабандным» способом на самом деле переживают свои негативные эмоции. Они это камуфлируют под заботу о детях, но по сути вываливают на них свой негатив.

*Жертвы – это те, от кого родители ждали чего-то определенного и, скорее всего, чего-то грандиозного.*

Знаете, как говорят: «В нашей семье у всех высшее образование», «Мы, Ивановы, все идем по партийной линии», ну и так далее, и так далее. И когда ты, как бы ни старался, не оправдываешь ожидания родителей, появляется комплекс жертвы. А ведь часто бывает, что оправдать эти ожидания вообще невозможно.

Такое поведение родителей является следствием их собственных неосуществленных мечтаний, которые они хотят воплотить и увидеть реализованными в детях.

Комплекс жертвы возникает, когда собственные желания и интересы отходят на второй, на третий, на четвертый план, когда ребенку хочется быть хорошим в глазах родителей любой ценой. Такие дети не будут жаловаться, они стараются вести себя замечательно, чтобы поставили хорошую оценку, чтобы не расстраивать маму.

Кто еще становится жертвой? Те, в кого родители вложили чувство вины. А делается это очень просто. Начните сравнивать ребенка с кем-то – с соседским ребенком, со старшим братом – да прибавьте: «Что это ты у меня такой недоделанный... Ведь живут же люди, а ты один такой урод». И готово. Ребенок – жертва.

Жертвы – это те, кто периодически чувствовал себя неудачником, те, кого родители «вдохновляли» так: «Что ты, колбаса, висишь, подтянуться не можешь! Червяк, сосиска».

Для такого ребенка, когда он вырастает, понятие «любовь» – это жалость к себе. Он будет себя жалеть, потому что он – неудачник.

У таких людей семейные отношения, любовь всегда становятся попыткой повторить свои детские переживания. Но так как эти переживания печальные (потому что отношения с родителями были плохие, нездоровые, невротические), то и любовь у такого человека ассоциируется с ощущением потери, страха, тоски, одиночества.

Этим людям постоянно плохо – они невротики. И немногим отличаются от психопатов. Разница между психопатом и невротиком только в том, что психопату всегда хорошо, – плохо только тем, кто его окружает. А если человек – невротик, то плохо и ему самому, и окружающим. Поэтому психопатам лучше, чем невротикам, – им хотя бы самим хорошо. При этом невротиков гораздо больше, чем нам кажется.

Повторю, что если отношения с родителями у человека были напряженные и нездоровые, то любовь у него человека ассоциируется с потерей, страхом, тоской, одиночеством. А из-за этого и отношения он будет искать такие, где присутствует страх и одиночество. Люди с умонастроением жертвы попадают в ужасные отношения, они будут вести себя так, что притянут тех, кто будет их унижать.

И жертва не будет уходить из таких отношений – потому что любовь у нее ассоциируется с отрицательными переживаниями. Жертва специально ищет партнеров, с которыми

сможет испытывать обиду и чувство унижения. Стандартная история о том, что подсолнух всегда тянется к солнцу...

Большинство из нас – здоровые люди, у которых есть представления о том, что такое любовь: она же откуда-то берется в этом мире, и мы видели ее в семье родителей. Но если в ней было плохо, то позже мы будем транслировать это в свою жизнь, потому что подсознательно считаем, что мама и папа – счастливые люди, самые любимые и хорошие.

Мы начинаем повторять то, что делали они, в надежде получить то, что хочется нам. Но получается именно то, что было у них. И человек живет в кошмаре, он страдает, но не может ничего сделать, чтобы вылезти из этого болота.

Именно с этим и работают психологи – например, девушка на приеме говорит, что не может избавиться от чувства вины. Но она же его не в бане подцепила – его привили ей близкие люди. И надо уметь разобраться в этом, понять, что она не виновата, что это «поработали» мама с папой, пытаюсь подогнать ребенка под себя.

## **Как переписать негативные сценарии наших родителей**

С умонастроением жертвы, с негативными родительскими установками нужно бороться. Как это сделать? Решить эту проблему – не значит броситься на поиски своего отца, который ушел из семьи, когда тебе был год, «потому что мне

сказали, пока я не найду отца и не построю с ним отношения, я не смогу построить отношения с мужчинами». Для чего? Зачем тебе этот папа, который свалил, ты для него – никто, даже если кровь у вас одна.

Я решительно против всех этих историй крови, рода – мол, род силу дает. Род дает силу, если он есть, а большинство у нас безродные. Кто прадедушку своего знает? Да никто. Я не могу вспомнить имя и отчество своего деда: у меня два деда, одного я помню, а второго – нет.

Конечно, мы можем нарисовать себе семейное древо, гербы, но это не поможет решить проблемы с родителями. А их нужно решать. Может быть, родители до сих пор лезут в вашу жизнь, давят на вас, высасывают, или, возможно, вы до сих пор с ними живете. А зачем вы живете с ними? – «Мама говорит, что если я уеду, то она без меня не сможет»... Получается, что человек собирается быть счастливым только тогда, когда мама умрет. И не дай бог, если еще есть старшая сестра – тогда все, шансов стать счастливой уже нет. Потому что сначала надо ждать, пока мама умрет, потом надо выдать замуж сестру, и уж потом, если повезет... Нет, нужно пытаться стать счастливым сейчас, найти свою любовь.

***Неправильные родительские установки играют отрицательную роль не только в личной жизни, но и в поиске своего предназначения.***

Мне часто задают вопрос – что делать, если родители препятствуют твоим интересам, твоему предназначению? Я мо-

гу сказать, что, во-первых, они не всегда будут этому препятствовать; а во-вторых, никто так не препятствует чему-либо, как ваш собственный ум. Он и придумывает проблемы. Глупо полагать, что есть те, кто может помешать чему-либо в вашей жизни, – никто не может. Главный противник – это отражение в зеркале, это вы сами. В жизни вы получаете ровно столько, сколько вам положено. Мама и папа не помогли вам найти свое место в жизни, но сейчас вы уже можете помочь себе сами.

Надо стремиться найти то, что получается у вас лучше всего.

***Не надо заниматься тем, что принесет вам деньги, – занимайтесь тем, что вам нравится.***

Любимое дело – это аккумулятор достойной личности. Поэтому заниматься нужно тем, к чему тянутся руки, сердце и голова, а не тем, что ваши мама и папа считали самой подходящей для вас профессией.

А для того чтобы найти свое предназначение во взрослом возрасте, надо вернуться в детство, там можно найти ответы на все вопросы.

У каждого человека есть таланты – у кого-то они выражены в большей степени, у кого-то в меньшей, но неталантливых людей на Земле нет. Просто многие не знают своих талантов, потому что выбрали путь, который им навязали родители и общество, – стали, например, адвокатами или менеджерами. Но у каждого человека есть свое истинное пред-

назначение. И никогда не поздно переписать этот сценарий, поверить в свои силы и начать делать то, что нравится самому, а не то, что велели делать мама и папа.

Взрослые люди часто говорят: «Зачем мне учиться чему-то, ведь мне уже двадцать два года. Все, мое предназначение – всю жизнь проработать на складе готовой продукции аккумуляторного завода». И что – ты всерьез хочешь этим заниматься?

Я могу рассказать одну историю. Некая бабушка всю жизнь занималась чем-то непонятным, но при этом хотела быть врачом. И, выйдя на пенсию, она поступила в медицинский институт, который потом успешно окончила. А затем она еще двадцать лет проработала врачом и стала крутым специалистом. И была при этом очень счастлива.

***Счастливо жить никогда не поздно.***

Или еще один пример. Вы знаете, что полковник Сандерс основал «КФС» уже в пенсионном возрасте? До этого чем бы он ни занимался – все было безуспешно. И, уже почти отчаявшись, он начал анализировать – что же он умеет делать в этой жизни лучше всего.

Оказалось, что лучше всего он умеет жарить курицу. Причем даже не всю курицу, а только крылышки, по старинному маминому рецепту. И он не стал распыляться, а начал жарить именно крылышки. И сразу пришел успех.

Вы можете в любой момент изменить судьбу, пойдя наперекор родительским установкам, не веря во фразу «У тебя

ничего не получится».

## **Как перестать конфликтовать с родителями**

Все проблемы людей в этом мире – из-за неправильной дистанции. Если у вас с человеком (неважно, мужчиной или женщиной), неправильная дистанция – или слишком близкая, или слишком далекая, – с ним начинаются с ним проблемы. Но решить их очень просто.

*Если у вас возникли проблемы с человеком, вам надо дистанцироваться.*

Если у вас конфликт с человеком, в первую очередь нужно дистанцироваться – другого способа это уладить нет. Если вы заболели гриппом, что вы сделаете в первую очередь? Постараетесь не чихать и не кашлять на других, уйдете от них подальше, будете сидеть дома и лечиться в изоляции от других людей.

Если вам не дают жить родители, – что нужно сделать? Дистанцироваться от них.

Многие тут же спрашивают:

– Как можно бросить родителей, если в Ведах написано, что нужно строить отношения, иначе с нашим родом случится что-то плохое?

– А кто тебе сказал, что нужно бросить родителей? Неужели я сказал тебе, что ты должен взять и вывезти родителей в



лес и там оставить их, как в сказке «Морозко»? Надо просто дистанцироваться и не общаться какое-то время.

– Они же будут обижаться!

– Конечно. Именно поэтому мы дистанцируемся, чтобы люди начали обижаться на нас.

На что они на самом деле обижаются? На себя. Они понимают, что надо что-то в себе менять, но не хотят этого делать. Они расстроены, им надо куда-то деть эти чувства. И это выражается в форме обиды. Они думают: «Как? Неужели ты больше не хочешь, чтобы я плевал тебе в лицо? Но за много лет я так привык к этому, что при виде тебя у меня вырабатывается слюна».

Поэтому, когда с кем-то возникает конфликтная ситуация, надо дистанцироваться – будь то муж, родители, соседи, родственники, сослуживцы и так далее.

Дистанцироваться надо дальше, чем вы бы хотели быть, уходить на безопасное расстояние, пока все это не успокоится. Когда не хотят, чтобы костер разгорелся, в него не по-брасывают дрова.

Так что избавляться от чего-то в своей жизни очень хорошо и правильно – начиная с выбрасывания старого шмотья и заканчивая ненужными отношениями. Не нужно общаться с теми, кто ведет себя неадекватно, кем бы они не ни были – мамой, папой или соседом.

Не надо принимать все, что идет от родителей. Не надо считать родителей и отношение к ним чем-то святым.

Иногда люди говорят: «Это же родители, их надо любить, несмотря на то, что они делают. Это же папа – он меня любит».

В чем святость морального урода? Почему папа, – моральный урод, должен считаться святым? Представьте, что папа вас изнасиловал, – будете ли вы его любить? Не все, что сделал папа, нужно принимать. Не нужно терпеть все, что с вами делают родители, принимая это за какое-то божественное явление.

Зачем вы это делаете? Не терпите это! Если отец вас изнасиловал, то вы развернетесь и уйдете. Если он насиловал вас морально, то тоже надо разворачиваться и уходить. Это грубый пример, но вы должны понимать, что вам следует выходить за рамки своего мышления.

И если вы признали, что далеко не все, что делают родители, стоит терпеть, перестаньте терпеть то, что вас огорчает. Если вы не потерпели бы изнасилование, не терпите и то остальное, что расстраивает вас.

Не надо терпеть насилие над собой. Если человек ведет себя недостойно, то ему надо об этом сказать. Если родители спрашивают, почему вы избегаете их, то нужно объяснить, почему именно:

- Почему ты не хочешь к нам приезжать?
- Я не хочу к вам приезжать потому, что вы ведете себя так-то и так-то.
- Ах ты, неблагодарная тварь.

– До свидания, дорогие мои. Когда захотите узнать, как я поживаю, как поживают ваши внуки, – позвоните мне.

Если через месяц они позвонят и сразу начнут орать «ах ты, зараза!», то сразу говорите «до свидания» и кладите трубку.

Как-то меня спросили – а что делать, если родители так и не позвонят? Это тоже положительный результат: из вашей жизни ушел человек, который плевал на вас. И, оказывается, единственное, что вас сближало, это предоставляемая ему возможность так поступать.

С этим ничего не сделаешь. Ищите вокруг себя достойных людей и общайтесь с ними. Не надо считать, что человек имеет право вести себя с вами мерзко на основании каких-то индульгенций – потому что он ваш родитель, или работодатель, или партнер – никто не имеет права унижать вас.

Выбросите из головы мысль, что вы должны любить родителей в любом случае. Любить надо за что-то. Если кто-то относится к вам отвратительно, вы будете его любить? Нет. А если родители к вам плохо относятся, то вы почему-то терпите, изображаете любовь, разрушаете отношения.

Хорошие отношения с родителями – это очень-очень важно. Но определяющее слово здесь – «хорошие». И поэтому для того, чтобы отношения стали хорошими, в первую очередь надо прекратить плохие.

Нужно твердо дать понять – так я общаться с вами не буду. И тогда ситуация может измениться. И пусть шансы на

улучшение пятьдесят на пятьдесят, но если все оставить, как есть, то гарантированно, на сто процентов, эта ситуация никогда не изменится (разве что в худшую сторону).

Если вы думаете, что после того, как вы прекратите общаться с родителями, они обидятся, то вы должны знать – человек начинает меняться только после того, как он обиделся.

Итак, любые конфликты – это неправильно выстроенная дистанция. Если возникла какая-то проблема с родителями, значит, кто-то неправильно выстроил дистанцию. И, скорее всего, это именно старшие, именно родители. Они более ответственны за взаимоотношения с детьми, и это они выстроили неправильную дистанцию в общении со своим ребенком. Они не заметили, что их дочка выросла, они продолжают лезть в ее жизнь – и так далее.

И родителям надо как-то сообщить об этом, потому что сами они не понимают. Дети думают, что родители обидятся. Конечно, обидятся. Но вообще обижать людей даже хорошо – если есть за что. Это нужно для блага самого человека – чтобы он понял, что так нельзя.

Человек начинает что-то понимать, когда его выводят за рамки комфорта – то есть обижают. Если вы будете все время терпеть, то вы дадите карт-бланш на любые действия в вашу сторону, в том числе и отрицательные.

На лекциях мне часто задают еще один вопрос – как перестать конфликтовать с родителями по вопросам, в которых

они не хотят меняться?

Представьте, что вас очень раздражает условный чемодан родителей. Причем их самих он не раздражает, а, наоборот, очень даже нравится. И из-за этого чемодана вы ссоритесь целыми днями.

А теперь представьте, что у меня есть такой же чемодан. Будете вы со мной ссориться из-за него? Нет, потому что мы живем в разных домах, и мой чемодан стоит в моем доме, а не в вашем. А если вы придете ко мне пожить, то мой чемодан, конечно, может начать вам мешать. Тогда вы попросите меня убрать этот чемодан, но я отвечу: «Он стоит там, где надо, и он мне совершенно не мешает. А если он мешает вам, то вы можете кое-что сменить – только не чемодан, а место жительства. Живите отдельно и будете счастливы».

Часто бывает, что если вы с родителями живете врозь, то они все равно постоянно вас ругают, когда вы делаете все по-своему, и говорят, что надо делать по-другому. Этот конфликт стар как мир. Чтобы не конфликтовать, нужно говорить родителям, что вы их слышали, и делать по-своему (только так, чтобы это их не беспокоило).

Так будет всегда, пока вы не станете полноценной личностью. Что нужно сделать, чтобы стать полноценной личностью, которую не доставали бы мама, папа и дядя из Саратова? Наверное, надо жениться, завести детей, построить дом, купить машину, стать уважаемым человеком, постичь философию и так далее. И вот тогда родители зауважают своего

ребенка, особенно если он стал от них финансово независимым. А переделывать родителей не надо – бесполезно. И вообще родственникам лучше ничего не проповедовать и не пытаться их изменить.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.