ФАКТОР МАТЕРИ следует рассматривать с 2 сторон

ственные отношения с ма

шения со своими детьми в роли матери

Чтобы *быть* хорошей матерью, нужно *иметь* хорошую мать.

Проблемы в отношениях с матерью

Люди испытывают:

— неспособность к общению с матерью;

— недостаток уважения со стороны матери к ценностям и решениям своих выросших детей;

— отказ матери признавать друзей и семью своего ребенка;

— недостаток свободы, невозможность отделить свою жизнь от материнской, чтобы при этом не утратить ее любовь;

— отсутствие связи с матерью и взаимное непонимание;

— неумение отказать матери или поспорить с ней;

— необходимость скрывать свое истинное «я» и изображать совершенство;

— необходимость поддерживать в матери уверенность, что она совершенство;

— вину за то, что мать не получает заботу, на которую претендует;

— разочарование и конфликты из-за отношений матери с невесткой или зятем;

— вину за то, что им не удалось осуществить мечты и ожидания матери;

— огорчение из-за того, что мать не в состоянии понять их боль;

— инфантильность в присутствии матери;

— возмущение материнским эгоцентризмом;

— готовность «убить» мать, когда она точно так же обижает внуков, как прежде обижала детей;

— и, дочитав этот список до конца, ужас оттого, что перечень оказался таким длинным

Главный парадокс отношения матери к ребенку в том, что мамы часто не заинтересованы в том, чтобы их дети были счастливы – в этом случае они не нужны.

Пока она (мать, жена) ПОЛНОСТЬЮ вовлечена в ПРОБЛЕМЫ своего ребенка (мужа), у нее есть прекрасный повод ИЗБЕГАТЬ заниматься своими собственными проблемами, ведь она ОЧЕНЬ БОИТСЯ близких отношений с собой самой

«Я делаю свое дело, а ты делаешь свое дело.
Я живу в этом мире не для того, чтобы соответствовать твоим ожиданиям.
И ты живешь в этом мире не для того, чтобы соответствовать моим ожиданиям.
Ты – это ты.
А я – это я.
И если нам случилось встретить друг друга – это прекрасно.
Если нет, то ничего не поделаешь».

Фредерик Перлз, автор и создатель гештальттерапии

Мы не можем ПОМОЧЬ своим детям, не ИЗМЕНИВШИСЬ сами.

ЛЮБОВЬ – это когда мы ОТДАЕМ и ПОЛУЧАЕМ энергию.

ОСНОВНЫЕ КАЧЕСТВА МАТЕРИНСТВА

СОЧУВСТВИЕ

ТЕРПИМОСТЬ

Чтобы жить в мире с сами ми собой, нам прежде всего необходимо найти человека, с которым мы могли бы *быть самими собой*; нам требуется *понимание и принятие*, чтобы стать самими собой. Хорошая мать осуществляет именно эту задачу: выслушивает, не оставляет без внимания негативные черты характера ребенка, помогает ребенку справиться с ними. В этом смысле она терпима к его недостаткам. Ребенок впитывает ее покой и терпимость, и сам в свою очередь готов принять отклонение от идеала. *Мать, принимающая ребенка целиком, помогает ему сделаться цельным.*

МАТЕРИНСКАЯ ЛЮБОВЬ является НЕОБХОДИМЫМ УСЛОВИЕМ СУЩЕСТВОВАНИЯ не только для РЕБЕНКА, но и для самой МАТЕРИ.

Борис Дратский

КАКОЙ НЕ БЫТЬ, КАКОЮ СТАТЬ

МАТЕРИНСТВО

Детство должно протекать на фоне НАДЕЖНОСТИ, ЗАЩИЩЕННОСТИ, УВЕРЕННОСТИ, что тебе всегда придут на ПОМОЩЬ.

ВИТАМИНЫ МАТЕРИНСКОЙ ЛЮБВИ

Первый блок. Витамин материнской любви.

<u>1. Я тебя очень-очень сильно люблю.</u>

2. Ты самое дорогое и родное, что у меня есть.

3. Ты моя родная частичка, родная кровинушка.

4. Я без тебя не могу жить.

5. Мы все тебя очень сильно любим.

У ребенка – а затем и взрослого – есть пять фундаментальных потребностей, о которых мать должна позаботиться.

БЕЗОПАСНОСТЬ

ПИЩА

ДОВЕРИЕ

ЧУВСТВО ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

ЛЮБОВЬ К ДРУГОМУ