

Значение отца

Психологическая задача отца – защита и признание. Если отец готов защитить малыша от крикливой тетки, больших ребят или злой собаки – это породит в нем уверенность: «Мир на моей стороне. Я защищен».

Впоследствии такой человек будет сам отстаивать себя – с любыми людьми, посягающими на его границы. И речь сейчас идет не столько о физической самообороне, сколько об уважении своих прав – например, не делать того, что не хочешь.

Присутствие отца очень важно в жизни ребёнка.

Увы, мы чаще встречаемся с тем, что отец номинально присутствует, но не выстраивает никаких эмоциональных отношений с ребенком. Отцы работают. Они очень заняты добыванием хлеба насущного. И... всячески избегают эмоционального контакта со своими детьми.

Но для ребенка присутствие в его жизни отца так же важно, как и матери. Как было сказано выше, без веры отца в своего ребенка он (ребенок) не сможет почувствовать свои права и мужество настаивать на них. В глубине души он остается робким и испуганным, мечтающим о том, чтобы кто-то более сильный защитил его.

Признание – вторая важная задача. Именно отец формирует у ребенка ощущение «Я смогу, у меня получится». Признание – это не что-то особенное. Это всего лишь решение взять детей с собой на рыбалку (своеобразное посвящение в мужскую компанию повышает их самоуважение), или согласиться ответить на их вопросы (признание их ценности), или подбодрить, когда у них что-то не получается (помогает им ощутить веру в себя). Из таких простых вещей ребенок способен сделать вывод, что он ценен, уважаем – а значит, его уважает весь мир.

Проблемы начинаются, если отец конкурирует с детьми, не делая скидку на возраст; обвиняет, контролирует, обесценивает...

Поле конкуренции может быть самое разное – интеллект, например. «Ну-ка, скажи, сколько будет девятью восемь?» – спрашивает он у первоклашки. Получив неверный ответ, радостно называет правильный, всем своим видом демонстрируя, что именно он в семье самый умный. Другое конкурентное поле – игра, спорт. Некоторые отцы, не скрывая злорадства, обыгрывают своих отпрысков, выражая в этой неравной борьбе свое превосходство.

Как наши дети получают душевные раны?

Случается и так, что как бы ребенок ни старался, чтобы он ни делал, он не может заслужить уважение отца. Хорошо учится – «Можешь лучше», делает успехи в спорте – «Ты еще не олимпийский чемпион», старается помогать по дому – «Мало помогаешь». Рана непризнания может потом болеть всю жизнь. Даже достигнув больших успехов на каком-либо поприще, такой человек будет продолжать слышать теперь уже «внутреннего» отца: «Ты недостаточно хорош».

Ребенок может искать признания у других людей – учителей, приятелей, в последующем – коллег. Но непризнание отца всегда будет напоминать изнутри, что все это – временно. Нужно каждый день доказывать, что ты достоин – этой работы, этого положения в обществе, этого круга. И даже добившись признания, такой человек в глубине души ждет разоблачения – так говорит критикующий и обесценивающий отец внутри него.

Человек, которому посчастливилось иметь признающего его ценность отца, не нуждается в каждодневном доказательстве того, что он достоин уважения. Он уважает сам себя, не лезет из кожи вон и не заглядывает в чужие глаза, надеясь разглядеть там интерес к себе. И, увы, это огромная редкость.

Особенно тяжелые последствия наступают, если отец проявляет насилие – физическое, эмоциональное, сексуальное. Тогда и мир, который получает в наследство ребенок, – это очень опасное место, где сильный всегда прав и может сделать с тобой все, что захочет.

Насилие отца опасно еще и тем, что, несмотря ни на что, он остается важнейшей фигурой, которая, в представлении ребенка, любит его. Так любовь навсегда оказывается связанной с насилием. Впоследствии он сам может проявлять насилие в любви или, например, создавать пары с подавляющими людьми. В его понимании, или «картине мира», как говорят психологи, если нет насилия, то нет и любви.

Трагедия такого наследия заключается еще и в том, что непризнанный и незащищенный ребенок не может психологически вырасти. Другими словами, под оболочкой взрослого продолжает жить маленький мальчик или девочка, которые по-прежнему ищут защиты и признания у архетипических носителей власти и авторитета – государства, начальника, президента, Бога.

Что случится, если мальчикам позволят плакать?

Когда мальчики плачут от обиды, досады, потери – они (так же как и девочки) учатся проживать свою боль. На психологическом уровне это означает: «Да, со мной произошла неприятность, и я имею право отгоревать свое несчастье». И тогда даже сильное и трагическое событие начинает терять свою силу. Появляется энергия, для того чтобы жить дальше.

Это психологический закон, и никому еще не удавалось обойти его без потерь. Если мальчик или девочка, мужчина или женщина не позволяют себе проживать свою боль и, хуже всего, продолжают отрицать ее, то придется за это дорого заплатить. На удержание боли тратится огромное количество душевной энергии.

Насилие над собой рождает много злости, которую надо куда-то девать. Злость – это очень сильная энергия, которая не может рассосаться сама по себе. Все деструктивные модели, описанные выше, берут свое начало в самоподавлении.

Посудите сами – откуда возьмется у такого человека силы сочувствовать кому-либо, хотя бы и собственному ребенку?

Вот и остается только – вкалывать, потому что должен, расслабляться с пивом, потому что невозможно жить в постоянном напряжении, и выплескивать эмоции только на футбольном матче.

Принять мальчика с его эмоциями – значит обеспечить его душевное здоровье и более полноценную взрослую жизнь.

Если его ценят, уважают – он также будет ценить и уважать. И если ему не приходилось удерживать и подавлять свои чувства, он не будет требовать этого и от своих близких. Только уважая себя, мы способны проявить уважение к другим людям.

Разве не этого мы все хотим?

Вероника Хлебова

по материалам группы [Школа эффективного мышления "Думалогия"](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/psiholog/3276/