Автор: admin
23.02.2011 11:28 - Обновлено 04.11.2014 10:45

Сидим с ребенком: безупречная жизнь или синдром «летающего носка»?

Знакома ли вам приблизительно такая ситуация (тема с одного мамочного форума): *«… Муж мне совершенно не помогает. Ребенку 5 месяцев, я как белка в колесе, кручусь весь день в заботах. Все хозяйство на мне. Бабушек-дедушек нет, оставить ребенка не с кем. Муж приходит домой, заваливается на диван (вариация – садится за комп). Что-то помочь – не допросишься, да еще и привычку имеет – носки свои вечно по квартире раскидывает. Я ему уже и так и сяк объясняла, просила, ругалась… Ничего не помогает. Скандал каждый день. Сил нет, устала…»*

Подобные темы можно найти про свекровей, соседей, бабушек-дедушек. Ну и, конечно, не только «летающие носки» являются причиной подобных конфликтов.

Вот три возможных причины печального развития событий.

Причина 1: «Замкнутое пространство»

Находясь в отпуске по уходу за ребенком, мы попадаем в ситуацию «замкнутого пространства». Ситуация эта очень коварна. Не так страшно, когда замкнутое пространство внешнее, важно, чтобы оно не стало внутренним ощущением. Это – когда мы невольно зацикливаемся на себе, своих проблемах, своем хозяйстве и так далее. В замкнутом пространстве значимым становится то, на что мы совершенно не обращали раньше внимания или обращали его незначительно. Замкнутое пространство – отличная среда для роста мух до слоновьего состояния. И еще – прекрасная почва для саможаления.

Самозамыкание чревато тем, что иногда устранение «летающих носков» становится чрезмерной целью всего семейного существования – заботой, поглощающей все мысли и чувства, главной семейной темой и основным семейным досугом.

Внутреннее замкнутое пространство нужно устранять любыми пригодными способами –

кому чем ближе: общением, учебой, книгами, подружками, Интернетом, работой. Главное не лениться, трудиться, искать, развиваться и, конечно, никогда не отчаиваться и не полагать, что ситуация безвыходная – если уж вход в «замкнутое пространство» нашелся, то и выход обязательно обнаружится!

Причина 2: «Отсутствие любимого дела»

Пожалуй, эта причина посильнее предыдущей. Все человеческое существо стремится к результативному труду, к вдохновляющей деятельности, к развитию. И если вовремя не удовлетворить эту потребность, последствия могут быть весьма плачевными. Только представьте, если долго не удовлетворять потребность, например, в еде, мы сначала начинаем злиться, потом падаем без сил, впадаем в состоянии апатии, а там уж и до болезни довести себя можно. Вот так и с деятельностью. Если не заниматься делом, которое бы приносило удовлетворение и радость, сначала начнешь раздражаться по мелочам, придираться ко всем и к каждому, а потом впадешь в полнейшую скуку и уныние.

Спасение утопающих – дело рук самих утопающих. В отпуске самое время найти себе дело по душе, которое бы заняло достойнейшее место в мыслях, чувствах и действиях. И тогда, как-нибудь проходя в задумчивости о новом кулинарном шедевре (кукольном театре, кандидатской диссертации, повторении английских слов – нужное подчеркнуть) мимо упавшего «летающего носка», только останутся силы подумать: «О! Дружок! Пойдем-ка на место…», а все остальное будет неважным.

Причина 3: «Кто тут плохой?»

В любой проблемной ситуации очень важно различать «человека» и его действие, которое в нас может вызывать раздражение (это может быть неумение, нежелание что-то делать, плохая привычка, а может даже и вполне безобидный интерес, увлечение и так далее). Что проще подумать и сказать домочадцу в ситуации, например, когда он купил на последние деньги голубей? Помните: «Куда тридцатку дел?! Ты что такой бессовестный, а?!» «Ах, паразит! Прям так убила б паразита!» (Знакомые слова из замечательного житейского фильма «Любовь и голуби».) А потом коронная фраза Людки: «Зато не пьет!» Да и вообще, человек-то хороший!

Вот так и в жизни, стоит постоянно различать: а кто плохой? Сам человек или его привычка или дело? И учиться прощать, умалять, сглаживать плохие черты, а поддерживать и поощрять хорошие. Возможно, ну его «летающий носок», когда в остальном, вроде, все и не так уж и плохо?

Автор - **Наталья Задорина**
Источник