

**Петров Сергей Викторович**  
Психолог, гештальт-терапевт

**Как сделать своих детей счастливыми**

Достаточно часто мои клиенты говорят о том, что все их потуги, все их действия направлены на то, чтобы сделать своих детей счастливыми. Они сами, как правило, живут, как придется, в основном далеко не так как бы хотелось, ну вот дети пусть будут счастливы и для этого они готовы на многое. У меня у самого, у отца троих детей, такие желания неоднократно повторяются. И я часто задумывался – а как таки это сделать. И родилась следующая заметка.

Если коротко, то тезис следующий. Если хочешь чтобы твой ребенок был счастлив, то тебе нужно стать счастливым самому. Именно счастливым, именно самому. Ведь как бы мы правильно не воспитывали ребенка, самый действенный способ воспитания, даже не воспитания, а передачи своему чаду способов жить – это свой личный пример. Ведь ребенок, живя с вами, впитывает всю информацию, которую вы вольно или невольно посылаете в мир. Ваши поступки, мысли, переживания, осознанные и неосознанные послания окружающим, все это дети замечают и как губка впитывают. И чем младше ребенок, тем больше и основательнее будет впитано, как говорится с молоком матери. Поэтому если искренне хочешь своему ребенку счастья, стань счастливым сам в своей собственной жизни. Здесь конечно встает вопрос, а что такое счастье и с чем его едят. Я думаю, что ответы на этот вопрос у разных людей будут разные. Я бы сказал, что это на уровне ощущений. Это когда в душе появляется ощущение счастья, когда понимаешь, как все-таки хорошо!

Тогда возникает следующий вопрос – а стать самому счастливым, это как? Как мне нужно и шпурлы своей выпрыгнуть, как так извернуться, чтобы быть счастливым? Сложный вопрос. Я думаю, на поиски ответа на него может уйти достаточно много времени, годы, десятилетия, а может и вся жизнь. Так что тогда, задает вопрос пытливым читатель, детей не рожать вовсе, раз сам такой несовершенный и не можешь им ничего хорошего дать? Я думаю, что рожать можно и нужно, особенно если очень хочется. Какими бы несовершенными бы не были бы, однако вы до настоящего времени, времени, когда вы читаете эту статью, дожили. Жили худо-бедно, чего-то достигли, что-то не получилось, где-то удачно получалось, где то не очень. В общем, вполне себе дееспособный человек а, следовательно, что-то дееспособное своим детям можете точно дать. И я бы даже добавил бы следующее. Если честно признаться себе в своем несовершенстве, если по возможности себя изучить и принять, то своим детям мы сможем многое чего передать, что им точно может пригодиться в жизни. По крайней мере, они смогут использовать то, чем вы владеете. Так что я за детей, за воспитание и за естественность. Под естественностью я понимаю трансляцию ребенку, что я вот такой человек. Ни божественный, ни чересчур плохой, а реальный. Я так живу, я так думаю,

может не совершенно, но пока так. Я думаю, что этим мы можем принести своим детям массу здоровой и полезной для жизни информации.

Да и самообразование при воспитании еще никто не отменял. Я думаю, многие взрослые замечали, что их дети часто являются учителями взрослых, иногда выдавая такую важную, полезную информацию, что диву даешься.

Если резюмировать написанное, то получается следующее. Если хотите здоровых детей будьте собой. И чем вы сами будете здоровее и счастливее, тем счастливее и здоровее будут ваши дети. А сделать другого счастливым силой воли занятие неблагодарное, скорее всего обреченное на провал. Хотя бы потому, что если мы сами не знаем как это жить счастливо (иначе бы жили) то откуда мы знаем как жить счастливым другому. Как то так.



**Петров Сергей Викторович**

Психологи на v17.ru

Опубликовано на сайте: 29 апреля 2014, 400 просмотров

<https://www.b17.ru/article/18931/>