**Родительское программирование, психологический и семейный сценарий личности.**

У каждого из нас были минуты (часы, дни), когда казалось, все предопределено, и ты являешься всего лишь исполнителем в написанном кем-то сценарии. Тебе определена роль, расписаны все твои действия и выделено место на сцене под названием «жизнь». И из этого не вырваться. Что это?

Одно из объяснений предложил американский психолог Эрик Берн, который считал, что почти вся человеческая жизнь запрограммирована продолжающимся сценарием, который начинается в раннем детстве. Взаимодействуя с родителями, по мере взросления, дети научаются играть разные роли, и когда становятся взрослыми, то исполняют свои сценарии в контексте того окружения, в котором живут.

Что такое «психологический сценарий»? Это программа или план действий, который предписывает, где личность подойдет к завершению своей жизни, и как, каким образом она будет к нему идти. Психологический сценарий личности сродни театральному. В нем так же определены главные исполнители, ключевые сцены, основные темы, сюжеты, диалоги, кульминация и занавес. По своему содержанию, он может походить на сентиментальную драму, фантастическое приключение, трагедию, фарс, драму, комедию и т.п. И, разумеется, для главного героя, в зависимости от сценария, все может закончиться хорошо или не очень.

Почти всегда личность следует своему сценарию неосознанно.

Как складывается сценарий? Первоначально – бессловесно. Маленький ребенок как губка впитывает сообщения о себе, о своей ценности через первые ощущения от положительных или отрицательных контактов. Потом он начинает понимать выражения лица и откликаться на них, также как и на прикосновения. Дети, которых обнимают, целуют, с которыми ласково разговаривают, получают положительную информацию о себе и чувствуют себя не так, как дети, которых держат на руках враждебно или равнодушно. Под влиянием этих первых ощущений дети приучаются чувствовать себя нужными, ценными или наоборот. Считается, что эти первые чувства ребенка к себе лежат в основе психологической позиции, которые они принимают и ролей, которые они играют.

Чуть повзрослев, дети начинают понимать сценарные сообщения, передаваемые им родителям словесно. Эти сообщения являются предписаниями, которым впоследствии дети чувствуют себя обязанными следовать. Немаловажную роль в восприятии словестных предписаний играет интонация и выражение лица, с которым оно производится. Выражение «Я тебя люблю» можно сказать как с любовью, так и досадливо. Ребенок в таких ситуациях больше верит тому, что чувствует, чем слышит. Дети также могут получать предписания, основанные на родительском поведении. Ребенок, чувства которого всякий раз критикуют, может решить «Не надо чувствовать» или «Не надо показывать своих чувств». Предписания могут передаваться и с помощью намеков «Давай я это сделаю сама (ты не способен это сделать)».

Предписания могут касаться многих сторон жизни. Например, будущего – «Ты станешь знаменитым», (Из тебя никогда ничего не выйдет»); образования – «Тебе необходимо получить высшее образование», («ПТУ – это твой потолок»); личностной ценности – «Ты стал счастьем моей жизни», («Нам было бы намного лучше без тебя»); профессий – «Ты прирожденный педагог», («Ты не способен освоить не одну мало-мальски стоящую профессию». Они могут быть в отношении пола и семейной жизни – «Ты так слаб, что никогда не станешь настоящим мужчиной», «Только в семье человек чувствует себя защищенным».

Как можно увидеть, родительские предписания могут быть как позитивными, так и деструктивными. Предписания, в том числе и деструктивные часто воспринимаются детьми как непреложные истины. Их тяжело нарушить, что следование родительским предписаниям дает осознание того, что я «хороший мальчик» или я «хорошая девочка».

На основе первых ощущений и полученных предписаний ребенок принимает психологические позиции и принимает психологические позиции и принимает решения в отношении себя и других.

Существует две основные позиции в отношении себя – «Я – хороший» и «Я – плохой», и две в отношении других – «Вы – хорошие», «Вы – плохие». Они образуют 4 позиции, принимаемые относительно себя и других. Это: «Я – хороший, Вы – хорошие»; «Я – хороший», «Вы – плохие»; «Я – плохой», «Вы – хорошие»; «Я – плохой», «Вы – плохие».

Приняв психологическую позицию, личность стремиться укрепить ее, чтобы сохранить свое восприятие окружающего мира. Психологическая позиция становиться жизненной позицией личности.

Когда ребенок принимает психологические позиции относительно себя, он принимает решения (считается что это происходит примерно около 8 лет): «Я славный» или «Я не заслуживаю того, чтобы жить», и решения в отношении других: «Когда мне будет трудно, мне помогут» или «До меня никому нет дела».

Позиции и ранние решения кладутся в основу сценария. Предписания оговариваются, что следует делать. Роль является средством осуществления сценария. «Золушка», «Царевна лягушка», «Чудовище», «Робин Гуд», далеко не полный перечень возможных ролей. Когда роли определены, человек начинает выбирать людей со сценариями, дополняющими друг друга. Мужчина, сценарий которого – сделать успешную карьеру на роль жены будет искать женщину со сценарием, в котором она поддерживает мужа в желании преуспеть.

Сценарий не является фатальным. Человек, осознавший свой сценарий, может определить, что ему действительно нужно, и переписать свою драму в соответствии со своей неповторимой индивидуальностью и своими желаниями.

Семейный сценарий – это набор установленных традиций и ожиданий для каждого члена семьи, который передается из поколения в поколение. Ожидания определенного поведения могут быть выражены в следующих фразах: «В нашей семье никогда не было преступников», «Мы всегда зарабатывали деньги честным трудом».

Семейный сценарий может включать в себя традиции, связанные с профессией : «Мужчины в нашей семье всегда становились военными». Он также может нести предписания в отношении должного поведения мужчины и женщины: «Мужчины в нашей семье никогда не позволяли себе сентиментальности», «Женщина должна быть мягкой и терпеливой».

Семейный сценарий может предписывать, как следует относиться к членам семьи, в зависимости от пола или положения в семье: «На женщину в серьезном деле положиться нельзя», «Детей не следует посвящать в проблемы взрослых», «Старики нуждаются в хорошем отношении и заботе».

В соответствии с семейным сценарием из поколения в поколение могут передаваться модели взаимоотношений между членами семьи, способы решения проблем и поведения в соответствующих ситуациях.

Если какой из членов семьи не осуществляет семейный сценарий, он подвергается осуждению со стороны других родственников. Однако, семейный сценарий во многом обусловлен культурой и представлениями общества, к которому семья принадлежит.

Изменения в обществе, приводят к тому, что некоторые традиции себя изживают, потому что их невозможно поддерживать. Новые условия формируют новые семейные сценарии.

Всегда небесполезно проанализировать свою семейную жизнь с позиции семейного сценария и определить, «что в нашей семье откуда». Это позволит вносить в нее желаемые изменения сознательно и целенаправленно.

**Родительское воспитание.**

Люди обучаются быть родителями у своих собственных родителей.

До определенного возраста ребенок не способен критически оценивать поведение своих родителей. Они ему кажутся всесильными и всемогущими. У него также нет социального опыта и возможности сравнивать поведение своих родителей с поведением других родителей. Именно поэтому, то, как поступают мои родители по отношении ко мне, является единственно возможным и правильным вариантом поведения. Став старше, ребенок с чем-то может соглашаться, а с чем-то нет, но и при этом случае, не имея альтернативного образца для подражания, ребенок может усвоить ту модель, с которой он не согласен. Так, ребенок, которого бьют в детстве, клянется себе, что своих детей никогда и пальцем не тронет, но став родителем, он считает физическое наказание вполне допустимым методом воспитания.

Родители в отношении своих детей фактически воспроизводят своих родителей. Это происходит автоматически, т.е. почти всегда без участия сознания.

Чему учится ребенок у родителя и может воспроизводить в своей семье?

– позам, жестам, мимике, движениям, походке;

– родительским сообщениям, в том числе и о ценности детей вообще;

– тому, как выражать словами необходимость что-то сделать;

– тому, что следует считать ценным и наоборот;

– как наказывать и как прощать ребенка;

– как контролировать поведение ребенка, т.е. добиваться от него нужного поведения;

– как ухаживать за ребенком (кормить, купать и т.д.);

– как вести себя в разных ситуациях, например в ситуации болезни ребенка;

– дистанции между родителем и ребенком;

– как реагировать на те или иные поступки или поведение ребенка;

– что разрешено и что непозволительно для ребенка

и другое.

К сожалению, наши родители не всегда являлись хорошими воспитателями и часто не потому, что просто воспроизводили опыт своих родителей, не задумываясь о его ценности. У нас нет необходимости повторять их ошибки. А для того, чтобы избежать автоматического следования своим родителям необходимо осознание, как родителей, так и того, что мы у них позаимствовали. Это позволит сознательно отказаться от неблагоприятных для формирования личности ребенка моделей поведения.

**Упражнение:** «Чемодан и урна».

**Цель:** создать модель перспективного приемного родителя.

**Процедура проведения:**

Задание проводится методом мозгового штурма.

Ведущий на доске рисует чемодан и урну и задает вопрос участникам: «Какие качества приемного родителя Вы бы «взяли» с собой, а какие «выбросили» в урну.

Участники начинают перечислять и обсуждать эти качества, ведущий записывает их на доске. В итоге появляется два списка качеств.

«Чемодан»: «Урна»

Любовь агрессия

Забота обида

Терпение наказание

Понимание гнев, злоба

Открытость страх

Взаимопонимание равнодушие

Оптимизм неискренность

Уважение чужого мнения недоверие

Опыт незрелость

Спокойствие корысть

Уверенность ложь

Решительность попустительство

Толерантность неумение слушать

Умение прощать инфантилизм

Гибкость эгоизм

Трудолюбие избирательность

Честность неадекватная самооценка

Юмор замкнутость

Креативность слабоволие

Последовательность авторитарность

Целостность личности категоричность

Способности пессимизм

**Упражнение:** «Что я готов дать ребенку…».

**Цель:** помочь осознать роль приемных родителей во взаимодействии ребенка с миром.

**Процедура проведения:**

Участникам предлагается ответить на вопрос: «Что я готов дать ребенку, взаимодействуя с миром?». Задание выполняется методом мозгового штурма.

Участники отвечают, ведущий записывает ответы на доску.

***путешествие***

***связь с поколениями***

***общение с людьми***

***культура и творчество***

***познание себя***

***образование***

***развитие***

***природа***

***наука***

***техника***

***труд***

***здоровье***

Участникам предлагается продолжить предложения. Задание выполняется индивидуально, затем участники зачитывают, что написали.

«Я могу…»

«Я хочу…»

«Я верю…»

«Я надеюсь…»

«Я должна/должен…»

«Я буду…»

«Я знаю…»

«Я боюсь…»

«Я понимаю…»

«Я чувствую…»