**Самая короткая консультация.**

Иногда, очень стараясь вырастить из своих детей достойных людей, мы не замечаем, как переходим только на критику. Но это очень губительно, как для психики детей, так и для наших отношений с ними. Психологи говорят, что для гармоничного развития ребёнка полезно такое соотношение: если один раз поругали чадо, то девять раз его нужно похвалить, и не просто выдумывать повод, а за реальные маленькие и большие дела и поступки. Таким образом, акцент у всех на позитиве, и попасть в ситуацию, как у героев истории, описанной психологом Екатериной Савиновой, невозможно.

«Пришли вдвоём. Муж и жена. Первый раз у меня. Я уставшая (5-я консультация), голодная и от этого, почему-то спокойно-невозмутимая.

— Я первый раз у психолога! — говорит раздражённо мужчина. Желваки ходят. Всем видом показывая «Какого чёрта». — Меня жена уговорила!

— И?

— Что и?!! Сын у нас. У меня. Дебил! — распаляется он.

— Дебил — это психиатрический диагноз, — устало говорю я. — Ваш сын в этом смысле дебил?

Мужчина уже на меня смотрит, как на дебилку. Потом переводит взгляд на жену с немым вопросом: «Ты к кому меня привела, ваще?!!!»

Она съёжилась, сидит на краю стула, глаза отводит. Руки, зажала между коленями.

Он досадливо морщится, поворачивается ко мне, молчит. Я тоже. Не выдерживает. Злится ещё больше.

— Вот вы ж как бы психолог, так? Хм. Ну так объясните мне тогда, что мне с ним делать?

— С кем?

— С сыном!!!!

— А что с ним?

Мужчина округляет глаза, удивляясь моей тупости и неспособности читать мысли. Опять поворачивается к жене с выражением: «Где ты эту дуру нашла?» Но жена опытный боец, сидит не поднимая глаз, и лишь по тому, как бледнеет её лицо, я понимаю — все силы у неё ушли на то, чтобы привести мужа ко мне.

— Он берегов не видит, понимаете. Сопляк. 14 лет, а ведёт себя как, как…

— Как?

— Прихожу домой. После работы. Ботинки посреди коврика стоят. Я ему: «Ты хоть что-нибудь в этой жизни умеешь? Ботинки хотя бы на место поставить». Сто раз говорил ему, ставь ботинки сбоку, так нет, как дебил, ничего не понимает. Всё в жизни легко достаётся. Телефон вот сломал. Не ценит. Не делится ничем со мной. Матери вон хамит. Дома ничего не делает. Все слова, как об стену горох. Ни стыда, ни совести. И вот, как, как себя с ним вести?! Как общий язык найти. Вы ж психолог, ну так посоветуйте!!! Есть у вас рецепт?

— Есть, — отвечаю, нарушая все каноны психологической консультации.

— И решение есть?

— Есть, — обалдеваю от своей наглости ещё больше.

Понимаете, есть алгоритм психологической консультации. Особенно первой. И меня учили, что первая встреча — это сбор информации, определение запроса, налаживание контакта. Ни о какой терапии речи нет. Тем более о каком бы то ни было решении. Что на меня нашло… (((

— Я правильно поняла, что Вы не знаете, как разговаривать с сыном и не можете найти с ним общий язык?

— Ну да, сказал же!

— Решение есть, очень простое. Но не знаю справитесь ли вы с ним, — с абсолютно искренним сомнением говорю я.

— Ну? Говорите!

— Это не говорить, это сделать необходимо.

— Чего сделать-то?

— Как имя вашего сына?

— Антон.

И тут я совсем борзею (коллеги меня поймут, о чём я), достаю лист бумаги, маркер пишу на нём «сын Антон, 14 лет», кладу в дальний угол кабинета и предлагаю мужчине представить своего сына, стоящим на этом листе.

— Получилось? — спрашиваю

— Да

— А сейчас медленными шагами подойдите к листу, встаньте на него, войдите в образ сына и станьте им.

С явным сомнением на лице, он делает это. Закрывает глаза.

— А теперь скажите что чувствуете?

— Одиночество страшное. Слёзы в горле. Плакать хочу.

— От чего?

— От обиды. Все дёргают, шпыняют. То не так, это. Жить не хочется. Я как урод какой-то для всех.

— Для кого для всех?

— Ну для всех.

— Для кого?

— Ну, отца.

— А чего бы хотелось от него?

— Чтобы хоть раз похвалил. Спросил как дела. Чтобы не орал. Чтобы… я же тоже мужчина, чтобы гордился мной.

— Сделайте вдох и на выдохе выходите с листа.

Мужчина молча подходит к стулу, садится. Тишина. Женщина вытирает слёзы.

— Я всё понял, — вдруг тихо почти шепотом он. — Всё понял. Я себя так же маленький чувствовал. А от отца одни попрёки. Теперь я так же. Я понял всё. Спасибо.

Глаза у него и у жены зелёные. Ясные. И уши у него какие-то добрые, трогательные…

18 минут всё длилось. Первый раз в моей жизни»

Терпения нам всем и родительской мудрости.

Педагог-психолог Хабалова И.Н.