МАМА ПАМІЖ НАМІ

(Заканчэнне. Пачатак на 1-й стар. «СГ».)

Што ж раяць псіхолагі? Перш за ўсё, кожнаму з удзельнікаў сітуацыі неабходна ўсвядоміць сваю зону адказнасці. І пачаць выпраўляць адносіны ў сям'і пад сілу менавіта жонцы/дачцы, сцвярджаюць яны. У першую чаргу ёй неабходна пазначыць межы сваёй сям'і. Іншымі словамі, перастаць скардзіцца маме на мужа, а мужу на маму — гэта прывядзе толькі да пагаршэння канфлікту.

— Асабліва важна быць уважлівай да таго, што вы расказваеце маме пра ваша сямейнае жыццё. Абараняць сваё дзіця — базавая патрэбнасць кожнай маці. І калі ёй падасца, што дачка просіць аб абароне, зяцю давядзецца «хавацца ў бульбу». Лепш пашукайце тое агульнае, што можа аб'яднаць вашу маму і вашага мужа.

Калі сям'я імкнецца да нармалізацыі адносін і хоча захаваць шанц наладзіць іх, зяцю і цешчы важна ўзяць за правіла падтрымліваць станоўчы тон камунікацыі, падкрэслівае псіхолаг. Імкнуцца не закранаць у размове аспекты, якія выклікаюць эмацыянальныя ўспышкі. Паспрабаваць размаўляць толькі на пазітыўныя тэмы, прыемныя абодвум. А для гэтага выбіраць месца і форму камунікацыі, камфортную для ўсіх членаў сям'і.

І, вядома, варта паглядзець на сітуацыю збоку, вызначыць рэальныя матывы канфлікту (а не тыя, якія агучваюцца) і паспрабаваць ліквідаваць іх. Гэта агульныя рэкамендацыі псіхолагаў. Заўважым, што яны ідэнтычныя і для сітуацыі «нявестка-свякроў». Гучыць быццам бы зразумела, але на практыцы ўсё аказваецца вой як складана!

ДЗЯЎЧЫНКІ, НЕ СВАРЫЦЕСЯ!

Адносіны свекрыві і нявесткі радзей становяцца асновай для анекдотаў, але яны бываюць не менш драматычныя, чым адносіны цешчы і зяця. Хоць часцей прымаюць аблічча не «ўзброенага канфлікту», а «халоднай вайны». У некаторых сем'ях непрыязнасць узнікае з першага погляду, у іншых напружанасць нарастае паступова. Тут прычына — бітва дзвюх жанчын за ўплыў на мужчыну, любімага і адзінага для абедзвюх. Высвятленне, хто ж ён у першую чаргу — муж ці сын, і прыводзіць да напружанасці.

І тут галоўная парада — не ўмешваць сына ў канфлікт са свякроўю, падкрэслівае суразмоўніца. Ні ў якім разе нельга прымушаць мужа выступаць суддзёй, ставіць яго перад выбарам: «або я, або яна». Як паказвае практыка псіхолагаў, гэта — асноўная памылка, якую дапускаюць нявесткі.

— Як і ў сітуацыі «зяць-цешча», галоўная роля ў нармалізацыі абстаноўкі і тут належыць менавіта жанчыне, — кажа псіхолаг. — Таму што мужчына ў большасці выпадкаў не ў стане ўладзіць канфлікт паміж дзвюма дарагімі яму жанчынамі.

Перш чым бегчы скардзіцца мужу на яго маму, спыніцеся і нагадайце сабе правіла, праверанае стагоддзямі: мужчыну пра яго маці можна казаць... добра або нічога. Нават калі яго з ёй адносіны далёка не ідэальныя, негатыву наконт яго маці ён не пацерпіць. Нават ад вас.

І другое правіла, якое важна запомніць. Свякроў нявестцы — не саперніца. Ваша месца яна заняць ніколі не зможа. Так што найлепшы спосаб наладзіць адносіны са свякроўю — добразычлівая размова сам-насам як з дарослым чалавекам, рацыянальна і спакойна, без абвінавачванняў і патрабаванняў. У канчатковым выніку ў вас адна мэта: шчасце і дабрабыт вашай сям'і, важная частка якой — вы і вашы дзеці.

ПАРАДЫ ДЛЯ ЦЕШЧЫ

Ваша дачка вырасла, і цяпер вы вымушаны прыняць у сваю сям'ю і ў сваё сэрца яе выбранніка. Што ж, з гэтым давядзецца змірыцца. І, можа быць, знайсці ў гэтым не нагоду для незадаволенасці, а наадварот, крыніцу радасці.

• *Паспрабуйце быць цярплівай і разумнай*

Не толькі вам складана выбудоўваць новыя адносіны — складана і вашаму зяцю. Яму таксама патрэбны час, каб прывыкнуць да вас. Паважайце яго асабістую прастору. Праяўляйце цікавасць да яго спраў, але не дакучлівую і без крытыкі. Не трэба неадкладна даваць адзнакі і навешваць цэтлікі: «не мае рацыю», «паступіў неразумна», «няўдачнік»... Хочаце раскрытыкаваць тое ці іншае рашэнне зяця — можа быць, лепш прамаўчаць? А вось пахвала ніколі не будзе лішняй.

• *Пазбягайце рэзкай крытыкі дзеянняў або рашэнняў зяця*

У рэшце рэшт, ён мужчына, кіраўнік уласнай сям'і — не варта замахвацца на гэтую яго ролю. Бо тут, як на градках: што паліваеш і падкормліваеш (гэта значыць, хваліш і заахвочваеш), тое расце і развіваецца, а што топчаш (то-бок асуджаеш і адмаўляеш), тое засыхае. Ці хочаце вы, каб муж вашай дачкі перастаў браць на сябе адказнасць і зняверыўся ў сабе? Лепш накіроўваць яго праз заахвочванне і добрыя, паважлівыя парады. І самае галоўнае, гавораць псіхолагі, — ніколі не крытыкуйце зяця ў прысутнасці дачкі.

• *Паважайце меркаванне зяця*

Перш чым абвяшчаць «правільнае рашэнне» з вышыні пражытых гадоў, выслухайце меркаванне зяця. Паспрабуйце зразумець, чаму яно менавіта такое можа быць, вы чагосьці не ведаеце ці не ўлічылі. Павага спрыяе ўсталяванню даверу паміж людзьмі.

• *Будзьце гатовыя да кампрамісаў*

Гэта — галоўнае правіла ў любых зносінах. Дамоўцеся з самой сабой аб гэтай гатоўнасці. Паверце, зяць гэта заўважыць і ацэніць. На аснове гатоўнасці да ўзаемных кампрамісаў паступова выбудуюцца і асабістыя межы абедзвюх сем'яў, якія ўсе будуць паважаць, і правілы паводзін, камфортныя для ўсіх удзельнікаў зносін.

ПАРАДЫ ДЛЯ СВЕКРЫВІ

Яшчэ ўчора ваш сын быў толькі вашым, і раптам іншая жанчына «атрымала на яго правы». Не кожная маці гатова «адпусціць» дарослага сына. Але зрабіць гэта давядзецца, і лепш — без драм і непатрэбных пакут.

• *Успомніце часы, калі вы самі былі нявесткай*

Як вы калісьці выбудоўвалі адносіны з уласнай свякроўю, мамай вашага мужа? Якія памылкі дапускалі вы, якія — яна? Чаго вам не хапала ў гэтых адносінах — цяпла, прыняцця, дэманстрацыі павагі да вас? Падарыце ўсё гэта вашай нявестцы.

• *Не ідзіце на повадзе ў «канфлікту пакаленняў»*

Маладосці ўласцівыя максімалізм, няздольнасць да кампрамісаў, залішняя самаўпэўненасць. Сталы ўзрост нярэдка ідзе поплеч з коснасцю поглядаў, празмерный верай у свой жыццёвы вопыт, крытычнасцю да маладых. Ніхто не ідэальны — дык ці варта псаваць сабе з-за гэтага нервы? Ці не прасцей прыняць нявестку з усімі яе недахопамі? Паспрабуйце зразумець, чаму «ваш хлопчык» з усіх дзяўчын абраў менавіта яе. Калі вы настроіцеся на тое, каб бачыць у выбранніцы сына добрае, а не дрэннае, нявестка гэта заўважыць. І пачуццё падзякі з часам ператворыцца ў любоў і сяброўства.

• *Прыміце нявестку ў сям'ю*

Надышоў час навучыцца вырашаць сямейныя пытанні не толькі з сынам і мужам, але і з нявесткай. Не варта абмяркоўваць нешта за яе спінай або прызначаць «сямейную нараду», калі яе няма дома. Новы член сям'і мае права голасу.

• *Будзьце разумнай бабуляй*

Парады аб выхаванні ўнукаў давайце, толькі калі ў вас пытаюцца. Вядома, вы хочаце зберагчы любімых дзяцей ад памылак. Але лепш даць ім набіць гузы, чым навязваць свае рашэнні, замінаючы адчуваць сябе гаспадарамі ў сваёй сям'і. Якой бы мудрай ні была бабуля, бацькоў ёй усё роўна не замяніць. І калі бацькоўскія погляды і погляды бабулі на тое, што дзецям можна, а што нельга, уступаюць у супярэчнасць, наступствам такога выхавання стануць трывожнасць і комплексы. Дарэчы, гэтая парада справядлівая, калі размова ідзе і пра цешчу.

ПЕРШ ЗА ЎСЁ — МАМА

І цешча, і свякроў — перш за ўсё мама. Сямейныя псіхолагі перакананыя: выбудоўваць адносіны ў абодвух выпадках прасцей, грунтуючыся менавіта на мацярынскім інстынкце цешчы або свекрыві. Свекрыві важна даць зразумець, як вы шануеце вашу сям'ю і любіце вашага мужа, як удзячныя ёй за такога добрага сына. Калі яна ўсведамляе, што ў вас агульная мэта, то з ворага і саперніцы ператворыцца ў сябра і саюзніцу. У канфлікце "цешча-зяць" важна даць маме ўсведамленне таго, што якім бы ні здаваўся ёй ваш выбраннік, менавіта ён вам і патрэбны і робіць вас шчаслівай. Што гэты мужчына — ваш дарослы, усвядомлены выбар (а не памылка маладосці), і ў выніку мір у вашай сям'і — агульная мэта і ваша з мамай, і вашага мужа.

Дзіяна РОНІНА.

Водгук

«ПЕСЕНЬКА ВАША ЯШЧЭ НЕ СПЕТА...»

ПЕРАФРАЗУЮЧЫ радок з вядомай песні, менавіта так хочацца звярнуцца да заслужанай артысткі БССР Тамары Раеўскай! Памятаем ваш непараўнальны голас і незабыўнае аблічча! Шчыра ўдзячны газеце «Звязда» і «Сямейнай газеце» за публікацыю інтэрв'ю ў пярэдадзень вясновага свята (7.03.2024 г.), за гутарку, што стварае вясну ў душы! А словы спявачкі: «Не ўмею спяваць напаўголасу і жыць напаўсілы» — гэта проста пра нас, народжаных у вялікай краіне, натхнёных Перамогай і палётамі ў космас.

Пашчасціла быць гледачом на тым самым юбілейным канцэрце Тамары Раеўскай у сталіцы, аб якім нагадвае і аўтар інтэрв'ю. Гэта быў 2000 год, праграма адбывалася ў рамках фестывалю «Залаты шлягер». Арганізатары зрабілі сюрпрыз юбілярцы — запрасілі ў Мінск яе любімую спявачку Алену Камбураву. Ціхая радасць Тамары Раеўскай перадалася зале (сапраўды, гэта ж і для нас быў падарунак!). Кожны глядач быццам імкнуўся сцішыць біенне свайго сэрца, каб ніводзін гук не парушыў атмасферу зачаравання музыкай і спевамі.

У той дзень я суправаджала дэлегацыю дабрачынцаў з Ірландыі, якія наведвалі наш чарнобыльскі раён. Калі пасля канцэрта тэлежурналісты цікавіліся водгукамі гледачоў, нашы замежныя сябры, якія не ведалі ні беларускай, ні рускай моў, гаварылі пра свае шчырыя пачуцці: спявачкі нібыта вярнулі іх у дзяцінства!

Хачу падзякаваць і яшчэ аднаму творчаму чалавеку, які таксама прыгадваецца ў вашай публікацыі. Людміла Георгіеўна Палкоўнікава — легенда беларускай музычнай журналістыкі. За год да гэтага канцэрта яна таксама стварыла свята — запіс праграмы «Землякі» ў Лунінецкім раёне. Нашы жыхары — працавітыя, дабразычлівыя, таленавітыя — на ўсю Беларусь прадэманстравалі сваі шчырасць, усмешлівасць і любоў. Зразумела, каманда «Землякоў» дапамагла звычайным лунінчанам стаць такімі артыстычнымі і на сцэне, і на тэлеэкране.

Акрамя захаплення нашымі землякамі, праграма мела і вельмі канкрэтныя вынікі. Старшыня калгаса паабяцаў «прэзідэнцкі домік» даяру — і цудоўны Аляксандр Краўчук атрымаў добраўпарадкаванне жыллё. Вядучы праграмы пачуў пра мару старой калгасніцы — і Агрыпіна Даўгавечная атрымала тэлевізар. А колькі было творчых падарункаў! Самадзейны кампазітар Яўген Куфайкін, які напісаў «Лунінецкі вальс», пачуў свой твор у выкананні самага прыгожага барытона сталічнай сцэны — заслужанага артыста Беларусі Аляксея Ісаева. На нацыянальным тэлеэкране адбыўся дэбют найлепшай лунінецкай спявачкі Наталлі Мурко, для якой зрабілі і некалькі запісаў у прафесійнай студыі ў Доме радыё. Нават юныя лунінецкія танцоры атрымалі магчымасць суправаджаць выступленні славутасцяў сталічнай эстрады!

Гэта было 25 гадоў таму — «Земляк» здымаліся ў гонар 550-годдзя Лунінца. Цяпер наш горад рыхтуецца да 575-годдзя. Спадзяюся, што чарговы юбілей запомніцца чымсьці такім жа знакавым і значным. Выказваю ўдзячнасць Тамары Раеўскай і Людміле Палкоўнікавай. Цуды здараюцца, калі справу выконваюць прафесіяналы! Такія, як гэтыя цудоўныя жанчыны, — сапраўдны гонар нашай Беларусі.

Таццяна КАНАПАЦКАЯ,
г. Лунінец Брэсцкай вобл.