**12 шагов для родителей, испытывающих боль**

Представленный материал, разработанный Ли Эзелъ, представляет собой отрывок из программы 12-ти шагов, взятой из "Большой книги" для лечения анонимных алкоголиков. Ли Эзель адаптировала этот материал для нужд родителей, которые пытаются решить свои бесконечные проблемы, приносящие им боль, источником которых являются неудовлетворительные взаимоотношения с взрослыми детьми.

**Первый шаг:** Признайте, что вы не можете контролировать и думать за ваших взрослых детей, и что когда вы пытались сделать так, чтобы Бог управлял их жизнью, ситуация оставалась неуправляемой.

**Второй шаг:** Признайте тот факт, что только Бог может восстановить ваши взаимоотношения.

**Третий шаг:** Примите решение направлять вашу волю и вашу заботу о ваших детях только посредством Бога.

**Четвертый шаг:** Исследуйте ваше сердце, в качестве родителя.

**Пятый шаг:** Исповедайте перед Богом, собой и другими людьми истинную природу ваших ошибок — вашу слабость, как родителя и вашу беспомощность.

**Шестой шаг:** Исповедайте перед Богом ваши провалы, а не ваше совершенство и нео6основанные ожидания.

**Седьмой шаг:** Смиренно исповедайте ваши родительские ошибки перед Богом. Попросите у Бога прощения, и чтобы Он помог вам избавиться от ваших недостатков.

**Восьмой шаг:** Составьте список тех ваших поступков, которые ранили или разочаровали ваших детей и подготовьте себя к исправлению.

**Девятый шаг:** Извинитесь за прошлые ошибки перед вашими детьми в разговоре с ними, во взаимоотношениях с ними и любым другим возможным путем.

**Десятый шаг:** Помните об ошибках прошлого, следите за своим поведением и старайтесь сразу исправиться, если допустите ошибку снова.

**Одиннадцатый шаг:** Ищите более близких взаимоотношений с Богом и просите Его, чтобы Он указал Свою волю для вас.

**Двенадцатый шаг:** Поддерживайте общение с другими родителями в духе взаимопомощи и сравнения. ("Лекарство для родителей, испытывающих боль", с.157-160).

Ли Эзель "Лекарство для родителей, испытывающих боль", Word Publishing, Dallas, NX, 1992. Взято с разрешения.