



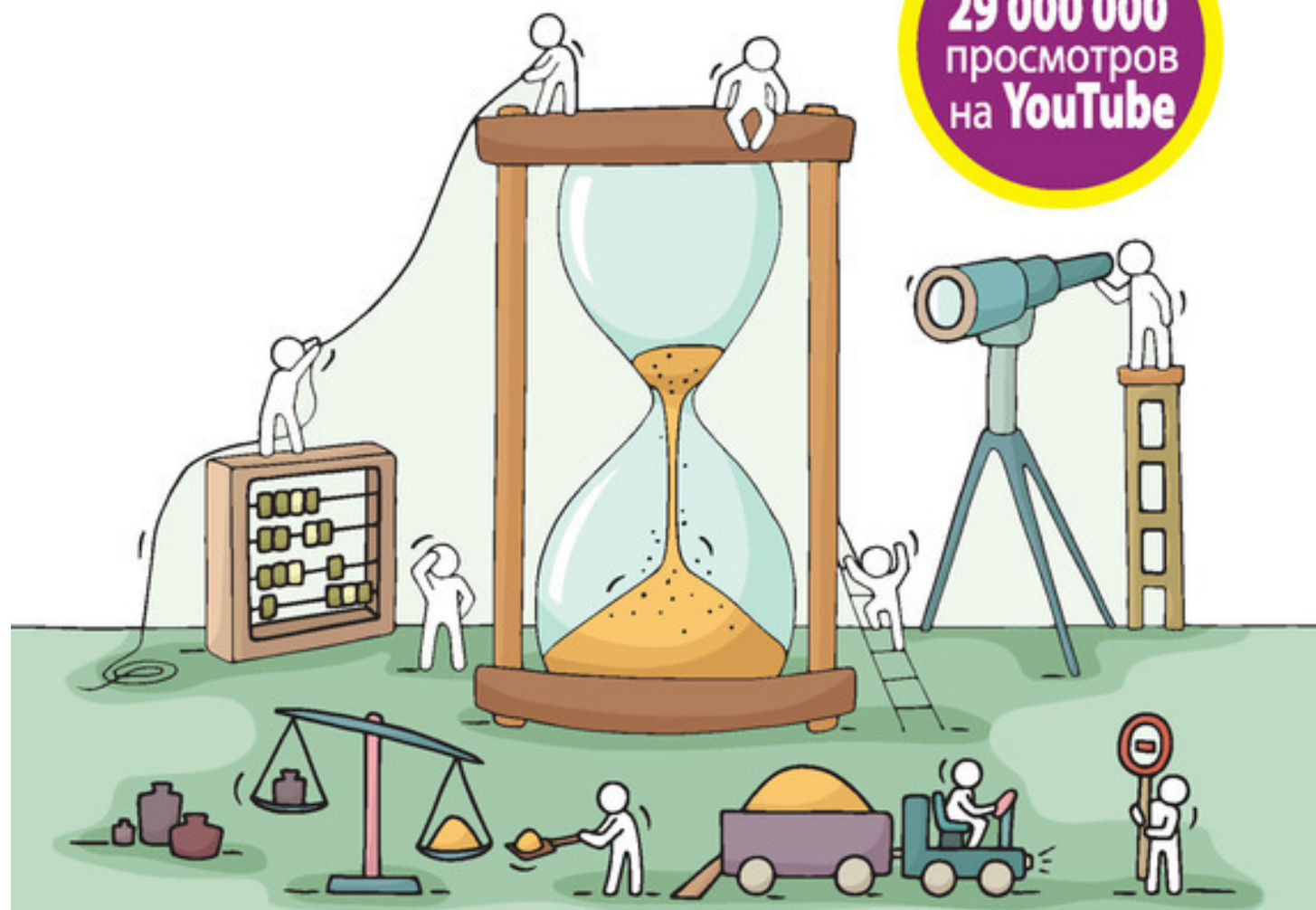
УМНЫЙ ТРЕНИНГ, МЕНЯЮЩИЙ ЖИЗНЬ

# САТЯ дас

## #НЕСКУЧНАЯ ДЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

КАК ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ,  
ЧТОБЫ ОН ВАС  
И СЛУШАЛСЯ, И СЛЫШАЛ

Более  
**29 000 000**  
просмотров  
на **YouTube**



Умный тренинг, меняющий жизнь

Сатья Дас

**Нескучная детская психология.  
Как общаться с ребенком, чтобы  
он вас и слушался, и слышал**

«АСТ»

2017

УДК 159.922.7  
ББК 88.8

## **Дас С.**

Нескучная детская психология. Как общаться с ребенком, чтобы он вас и слушался, и слышал / С. Дас — «АСТ», 2017 — (Умный тренинг, меняющий жизнь)

ISBN 978-5-17-105803-6

Сатья – опытный семейный психолог и философ, автор и ведущий популярных семинаров «Нескучная семейная психология», расскажет вам о том, как на самом деле надо взаимодействовать, общаться и обращаться с детьми, как проявить в них то, что заложено. Ваши дети – замечательные, творческие и гармоничные личности! Нужно просто помочь им развить это начало! Вы узнаете о семи с половиной детских характерах и пяти принципах воспитания, о секретных фразах, которые помогают детям вырасти счастливыми и реализоваться в жизни. А еще вы узнаете много о себе, посмотрите, как некоторые привычные для нас приемы воспитания выглядят со стороны ребенка, какие слова могут серьезно повлиять на его будущее и разрушить ваши отношения, и, возможно, найдете причины собственных комплексов и неудач. Но не думайте, что вас ждут нудные нравоучения. Стил Сатьи – это просто о сложном, с юмором о наболевшем. Поэтому позитивный настрой вам и, конечно же, вашим детям гарантирован!

УДК 159.922.7  
ББК 88.8

ISBN 978-5-17-105803-6

© Дас С., 2017  
© АСТ, 2017

## Содержание

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| Вместо предисловия                                   | 7  |
| Часть 1                                              | 8  |
| Три этапа воспитания детей                           | 12 |
| 1 этап. От рождения до пяти лет. «Царь»              | 12 |
| Этап 2. От пяти до четырнадцати лет. «Ученик»        | 14 |
| Этап 3. От четырнадцати лет до бесконечности. «Друг» | 18 |
| Пять принципов позитивного воспитания                | 23 |
| 1 принцип. Отличаться от других – нормально          | 23 |
| 2 принцип. Совершать ошибки – нормально              | 26 |
| 3 принцип. Проявлять негативные эмоции – нормально   | 27 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                    | 32 |

# **Сатья дас**

## **Нескучная детская психология. Как общаться с ребенком, чтобы он вас и слушался, и слышал**

© Сатья дас (Яковлев С. А.), 2017  
© ООО «Издательство АСТ», 2018

\* \* \*



Сатья – семейный психолог и философ. С 2005 года дает семинары по семейной психологии, воспитанию детей. Изучает семейную психологию, женат и воспитывает сына. Автор популярных в странах СНГ и Европы семинаров «Философия счастливой жизни», «Нескучная семейная психология», «Очарование женственности».

## **Вместо предисловия**

Чем отличается современное воспитание от того, что основано на древних принципах?

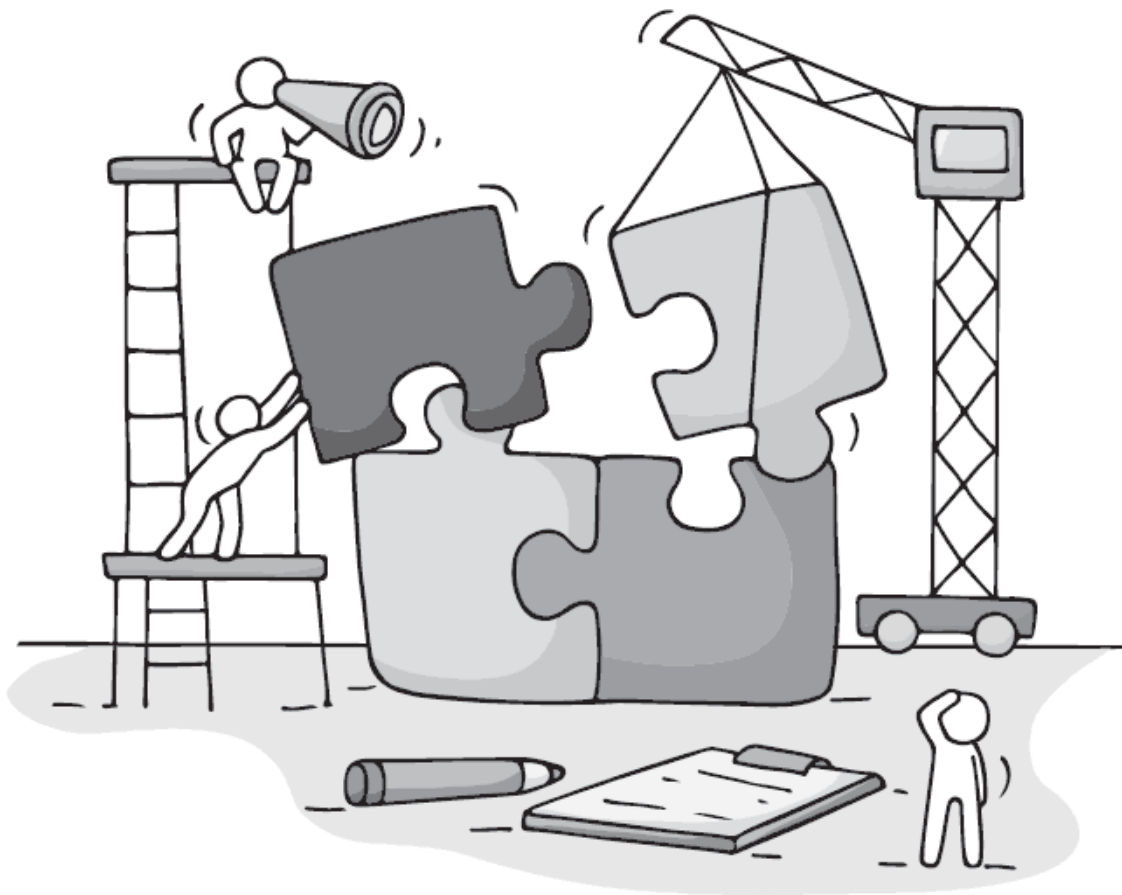
Современное воспитание строится на предположении, что ребенок – это белый лист, и мы на нем способны нарисовать все, что хотим, родители могут сформировать ребенка по своему замыслу.

Древняя ведическая концепция говорит о том, что ребенок приходит в мир с уникальной судьбой, со своей собственной кармой и определенными качествами. И задача родителей – не пытаться сформировать его по принципу: «Что хочу, то и нарисую», а увидеть эти врожденные склонности ребенка, причем и положительные, и отрицательные, а затем помочь расцвести положительным качествам, а отрицательные попытаться как-то заблокировать, искоренить, не дать им развиваться.

В этой книге я хочу рассказать о том, что это можно сделать. Для чего? Потому что уверен: счастливое детство, счастливый ребенок, счастливые родители – это результат воспитания, основанного на ведических принципах. И каждая семья может стать счастливой, если будет им следовать.

## Часть 1

### Как воспитать счастливого ребенка



Обычно мы все – и мужчины и женщины – в определенном возрасте хотим детей. Но часто в процессе их воспитания возникают те или иные проблемы. Причем чем старше дети, тем их больше – как в пословице: «Маленькие дети – маленькие беды, большие дети – большие беды».

Мы-то думаем, что когда они станут старше, проблемы уйдут, но, оказывается, проблемы вырастают вместе с детьми. Давайте выясним, почему так происходит и что с этим можно сделать.

Существуют определенные правила построения отношений с детьми. Если их выполнять, то и вы, и дети получаете от процесса воспитания только положительные эмоции. Что значит почувствовать счастье от процесса воспитания детей? Это значит, дети будут вас радовать. Вы будете на них смотреть с утра до вечера и думать: «Боже, какие у меня хорошие дети, какое счастье! Неужели они скоро вырастут? Сыну пятнадцать лет, еще три года, и он станет совсем самостоятельным, что же я буду тогда делать? Хотя бы внуки пошли побыстрее, потому что дети – это классно!»

Но в реальной жизни обычно все происходит не так. Родители орут: «Я тебя кормлю и пою, а ты, подлюка, глаза вылупил в свой компьютер, да еще и двойку получил». Такое, к сожалению, бывает очень часто.

Проблемы с детьми есть почти у каждого из нас, и часто они еще больше, чем в отношениях между мужем и женой. Почему проблемы в отношениях с детьми сложнее, чем между супругами? Да потому что с ребенком нельзя развестись. Вы вынуждены строить эти отношения всю жизнь.

Отношения между родителем и ребенком сложнее, чем между мужем и женой. С ребенком нельзя развестись. Вы вынуждены строить отношения с детьми всю жизнь!

В далекие времена не было такого понятия, как развод, поэтому отношения между мужем и женой складывались по таким же принципам, как и с детьми. Тогда не было возможности сказать: «Я не хочу с тобой жить, уходи», и поэтому муж и жена были вынуждены мириться в любом случае. Сейчас люди так не поступают, и, если супруг не устраивает, всегда можно подать на развод.

Но ребенку нельзя сказать: «Ну-ка, послушай, что скажу. Ты страшно достал меня. В свои четырнадцать лет ты стал просто невыносимым. Ты совсем не такой, каким я хотела тебя видеть в будущем. Поэтому пошел вон отсюда, я не хочу больше общаться с тобой. Вон из моей семьи!» А потом еще и мужу сказать: «Вася, смотри, я выгнала этого урод!» А он отвечает: «Я сам давно уже хотел его выгнать, еще с тех пор, как ему девять лет исполнилось. Как хорошо, что ты это сделала, дорогая!» Это просто невозможно, и мы пытаемся строить взаимоотношения с детьми, и нельзя опускать руки. Но по этой же причине ошибок в воспитании детей намного большее. Например, в отношениях с супругом можно сказать: «Да, мы были молодыми, глупыми, что-то неправильно сделали». С детьми так нельзя. Абсурдна фраза: «Да, мы были глупыми – я был глупым как отец, а он был глупым как сын».

В отношениях детей и родителей ответственность лежит полностью на родителях, потому что нельзя быть глупым ребенком. Невозможно ответственность между детьми и родителями поделить поровну, чтобы за одну половину отвечал 43-летний отец, а за вторую – 10-летний сын. И никогда строгий судья не скажет: «Ты, мальчик, виноват на 50 % в том, что не смог с отцом построить отношения». Нет, родители отвечают за все на 100 %, на каждом этапе воспитания детей.

К сожалению, наши принципы воспитания часто полностью построены на стереотипах, причем таких, которые с точки зрения психологии вообще не работают. И с точки зрения ведических наук они не работают. А мы усиленно пытаемся эти стереотипы пропихнуть детям.

### ***Личный пример и воспитание***

Ведическое воспитание можно выразить всего одним словом на санскрите – *ачар*. Это принцип воспитания детей личным примером. Потому что на самом деле дети просто копируют то, что делают родители, даже не задумываясь над этим. Дети не воспитываются лекциями, нотациями и тому подобными способами.

Все мы помним какие-то истории из детства, когда родители нас долго отчитывали за неубранные постели и двойки в школе. И мы слушали их, испытывая ментальную тошноту, и в лучшем случае оставались равнодушными к их словам, а в худшем – делали все ровно наоборот. Но на самом деле мы просто копировали на тонком уровне поведение самих родителей.

Мама и папа являются очень сильным примером для ребенка. Даже если он думает: «Я не хочу быть похожим на своих родителей», на самом деле, вырастая, он становится их копией по привычкам и характеру. Именно поэтому девушкам рекомендую: «Хочешь узнать

получше своего будущего мужа, знакомься с его родителями, смотри, как папа общается с мамой, и очень велика вероятность того, что в твоей жизни с ним будет так же».

То же самое рекомендую и парню: «Хочешь узнать лучше свою будущую жену, смотри на тещу. Скорей всего, твоя жена в дальнейшем станет именно такой».

Конечно, между детьми и родителями всегда будут какие-то отличия, но костяк, основа остаются примерно одинаковыми, переходят по наследству из поколения в поколение.

Можно ли изменить подобное положение? Можно, но это достаточно сложно, потому что нам очень трудно ломать стереотипы воспитания, сложившиеся в семье. Поэтому надо знать самое важное правило для родителей.

Для воспитания детей нужно в первую очередь воспитывать самого себя.

Воспитывая себя, тем самым ты воспитываешь детей.

А по отношению к детям вообще прекрасно работает принцип: чем меньше воспитания, тем лучше. Пусть вообще не будет никакого воспитания, чем мы будем использовать неправильные модели.

На самом деле детей не надо воспитывать, их просто необходимо любить. Это не значит, что они должны расти как трава в поле. В понятие «любовь» необходимо вкладывать некие знания, надо уметь любить правильно.

Я как-то общался с одной дамой, она говорит:

– Я очень люблю своего ребенка.

– И я своего люблю. А в чем выражается ваша любовь?

– Я все даю своему ребенку. У него самый лучший преподаватель по английскому языку, он ходит в самые лучшие кружки и секции.

– А сколько лет вашему ребенку?

– Два с половиной года.

– А зачем вашему ребенку в два с половиной года вот это все?

– Как это зачем? Он же должен быть готов к жизни.

Представьте, как этого несчастного ребенка перегрузили в два с половиной года. Даже правильные вещи могут быть не вовремя. Почему так происходит? Потому что мы просто не знаем, как правильно. И эта книга скорее даже не о воспитании, а о том, как правильно любить своих детей.

## ***У каких родителей вырастают счастливые дети***

Кто не хотел бы, чтобы их дети были адекватными и счастливыми? Но для того чтобы ваши дети были адекватными и счастливыми, вы сами должны быть адекватными и счастливыми.

Лучший способ сделать ребенка счастливым – стать счастливым самому.

Не может быть, чтобы у несчастных, депрессивных, предсуицидальных родителей выросли счастливые дети, которые живут в экстазе, постоянно испытывают радость, восхищаются цветочками и бабочками. Так не бывает.

При этом для нормального воспитания детей нужны **двое адекватных родителей**. Дети практически никогда не будут нормально, адекватно воспитаны, они будут ущербны эмоционально и психически, если у них нет адекватных родителей. Родители при этом могут быть живы-здоровы и даже жить вместе, но если они неадекватны – нормального воспитания не получится.

Только у адекватных и любящих друг друга счастливых родителей получаются нормальные полноценные дети. Вы скажете, что у нас нет таких родителей. Так у нас и общество с придурью – и девочки с придурью, и мальчики с придурью.

Дети, которые видят адекватные роли мужчины и женщины в семье, воспитанные в счастливой семье, – это нормальные, спокойные, психически здоровые дети.

Поэтому я еще раз повторяю важнейший принцип ведического воспитания – **для воспитания детей нужно в первую очередь воспитывать самого себя.**



## Три этапа воспитания детей

Согласно Ведам, существует три этапа воспитания детей. Впрочем, лучше не использовать слово воспитание. Я заменяю его на отношения.

И мы можем все три этапа проспять, а можем пропустить переход с одного этапа на другой. Как будто тебя перевели на другую работу, а ты не заметил. Ходишь туда по-прежнему, что-то делаешь, а все уже изменилось. Ты давно главный бухгалтер, но по привычке сторожишь офис, и все тебе крутят пальцем у виска – больной человек. К сожалению, в отношениях с детьми аналогичная ситуация случается очень часто.

Переход от одного этапа к другому – это всем печально известный «детский переходный период». Все мы знаем, что он существует, и в это время с детьми начинаются серьезные проблемы. Но у кого начинаются эти проблемы? У детей? Нет, у родителей, потому что они этого перехода с этапа на этап умудрились либо не заметить, либо проигнорировали. Какие же это этапы?

### 1 этап. От рождения до пяти лет. «Царь»

На этом этапе ребенок воспитывается как царь. Конечно, не в буквальном смысле, он не может вас казнить, брать с вас налоги и тому подобное. Однако кое-что в его жизни должно быть действительно по-царски. В этот период ребенок не должен слышать ничего такого, что не хотел бы услышать царь. Что царь больше всего не любит слышать? Слова «нет». Ребенок до пяти лет не понимает, почему «нет». Он не может анализировать, ему еще нечем это делать. Он не понимает, почему нельзя.

Если ему постоянно говорят: «Нельзя!» или «Как ты мог так поступить?», «Ты сделал плохо!», он это воспринимает удивительным и странным образом. Ребенок слышит: «Мама злая, а я плохой. Она меня не любит».

Это примерно то же самое, что постоянно критиковать женщину: «Ты опять сварила какую-то гадость страшную. Это отрава, а не борщ! Посмотри сначала, как нормальные женщины борщ варят, и поучись у них! И вот это – не рис! Нет, это какая-то липкая замазка для окон». Как вы думаете, после этого женщина скажет: «Да-да, дорогой, конечно, я все сделала неправильно, совершила серьезные ошибки, сейчас проведу работу над ними, и все будет исправлено»? Способна ли женщина это сказать и именно так все воспринять? Нет, потому что это просто невозможно.

Женщина, конечно, может сделать вид, что она так это восприняла. Но на самом деле она про себя подумает: «Эта сволочь меня не любит. Потому что только нелюбящий гад мог мне такое сказать».

Но обычно женщина в ответ на такие наезды начинает сразу же огрызаться, хотя сама только что понимала, что да, действительно, борщ сегодня не удался. Когда женщине говорят, что она не права, в ответ она начинает активно сопротивляться. Поэтому мудрый мужчина никогда не скажет женщине, что она не права. И аналогичным образом маленькому ребенку тоже нельзя говорить, что он не прав.

Ребенка нужно отвлекать от того, что он не должен делать, и переключать на то, что он должен делать.

Если вы видите, как ребенок делает что-то неправильное, его нужно просто отвлечь на что-то другое. Не надо объяснять ему, что он не прав, говорить, что хорошие мальчики так не поступают. Ребенок в шоке от этого факта: «Как это не поступают? А почему? А как же они поступают?»

Не надо кричать ему: «Нельзя! Не лезь гвоздем в розетку!» «А что делать в этом случае?» – спросит любознательный читателей. А я его спрошу в ответ: «Почему у вашего ребенка есть доступ к гвоздю и розетке? Кто в этом виноват? Трехлетний карапуз, который изучает мир?»

А может быть, ваши дети отчаянно стремятся вывалиться из окна. Можно ли ребенку объяснить, почему не надо этого делать? Сказать: «Куда ты лезешь, там же сетка, ты выпадешь, а у нас четырнадцатый этаж. Неужели ты этого не понимаешь, ведь тебе уже скоро исполнится целый год? Как можно быть таким тупым?»

Ребенок просто не поймет эту тираду. Поэтому гораздо проще заблокировать все окна и розетки и не давать малышу возможности залезать туда, куда он не должен попасть.

Не нужно ему говорить: «Эти таблетки ядовитые, не ешь их!» Надо просто спрятать лекарства туда, где ребенок не достанет ни при каких условиях. И бытовую химию тоже надо убирать куда-то очень высоко. Не должно быть такого: «Боже мой, тебе уже четыре года, а ты выпил „Фейри“!» Виноват в этой ситуации не малыш, а тот, кто создал ему условия для этого.

Или вот классическая ситуация, в которую попадает чуть ли не каждый родитель: ребенок в магазине устраивает истерику: «Хочу мороженое, хочу „Чупа-чупс“!» Мы-то с вами понимаем, что в «Чупа-чупсе» полезна только палочка. Но маркетологи потратили миллионы долларов, чтобы вычислить, на какой высоте должен лежать этот «Чупа-чупс», как ему надо выглядеть, чтобы ребенок его увидел и тут же захотел. Подумайте, если вы не собираетесь покупать конфету, может быть, вашему ребенку не место там, где она лежит? Или вы умнее тысячи маркетологов и сможете объяснить, почему это такое красивое, завернутое в блестящую бумажку покупать нельзя? Сомневаюсь...

То же самое касается и игрушек. Поймите, когда ребенок приходит в детский магазин, он воспринимает это как возможность выбора. Нужно быть просто фашистом, чтобы привести ребенка в «Детский мир» и сказать ему, что он не может себе тут ничего выбрать. Это то же самое, что положить перед ним гору шоколадных конфет и заявить: «Попробуй только возьми одну, я тебе сразу руки отобью». И ребенок будет сидеть, смотреть на эти конфеты и захлебываться слюной.

Малыш в этом периоде (до пяти лет) не должен слышать слова «нет», ему нельзя ничего запрещать. Его просто надо избавлять от опасных для его жизни ситуаций и от соблазнов.

До пяти лет ребенка надо просто любить и защищать.

Защищать от чего? От него самого, от таких ситуаций, в которые он может попасть по незнанию.

До пяти лет ребенка надо любить и баловать. Не надо его ругать, нагружать знаниями, пытаться сделать более развитым, чем другие. Пожалейте его, это единственное время, когда он абсолютно счастлив в этом мире.

Дети, которых до пяти лет не любили, не видели в своем детстве чуда. А если ребенок до пяти лет не видел чудес, он вырастает атеистом. Ему потом очень тяжело поверить в Бога, потому что Бог – это чудо.

Что такое чудо в детском понимании? Это когда открываешь холодильник, а там лежит что-то очень вкусное. И тебе никто не объясняет, как папа тяжело работает на верфи, чтобы ты получил этот «Сникерс». И никто тебе не внушает трагическим голосом: «Я пашу на вас целыми днями», как это частенько делают некоторые мамы, которые работают не разгибаясь. И бедный ребенок, которому еще нет пяти лет, начинает напрягаться, ведь родители сваливают на него свой негатив.

До пяти лет ребенка нельзя наказывать ни при каких условиях. Сразу скажу, что бить детей вообще нельзя. Никогда. Это дикость какая-то – на соль поставить, папа с ремнем –

сейчас это не работает. Я не бил своего ребенка никогда. Один раз, когда моему сыну было лет пять, жена меня позвала: «Быстрее, папа, ты должен наказать сына, он нахулиганил. Взял магнитик и стал рисовать им на телевизоре».

Я пришел, снял ремень и сказал, все же немного так театрально:

– Ну-ка, иди сюда, сын, я тебя сейчас накажу.

А он встал и ответил:

– Папа, даже не думай этого делать!

Мы с женой начали смеяться, он к нам присоединился, на этом покончили с телесными наказаниями, и с тех пор не было даже причин его наказывать.

Конечно, когда я воспитывал своих младших братьев (а у меня был и такой опыт), я меньше понимал в детской психологии. Мог отходить их шлангом от пылесоса. Они до сих пор это помнят и ждут, когда я постарею, чтобы отомстить.

Не надо никого наказывать, до пяти лет и мальчика, и девочку нужно только любить. Просто любить, обнимать, целовать, кормить, заботиться и читать сказки. Причем читать должны родители. Не заставлять ребенка учить буквы и читать самому, как это некоторые делают: «Да ты бестолочь, тебе уже четыре года, а ты букв не знаешь! Да ты семью позоришь, не можешь сам себе прочесть книгу. Вот у Ивановых Маша уже в три года читает, а ты какой-то debil!»

Нет, ребенку необходимо сидеть рядом с мамой, а мама ему должна читать сказку, приобняв его. И тогда он чувствует: «Меня любят». Его надо просто любить, и только лет в пять начать обучать каким-то навыкам в игровой форме.

При этом я считаю, что детей до школы вообще не надо ничему учить. Не надо думать – у нас такие требования в школе, ребенок должен уже уметь многое к первому классу.

А зачем тогда вообще школа, если он уже знает английский, умеет читать и писать? Получается, что школа говорит: «Приводите к нам уже обученных детей!»

Не надо такого маленького ребенка чрезмерно нагружать учебной информацией. Некоторые родители до пяти лет бедного ребенка замучают так, что он в три года уже читает, в четыре говорит по-английски, а в школу идет, зная теорему Пифагора и таблицу Менделеева наизусть. Это странно. Это не нужно. Это плохо. Чем дольше ребенок остается в сказке, тем лучше. Детство ему никто не вернет, не забирайте у детей детство.

Не надо погружать заранее и учить жизни малыша. Потом он вырастет, сам увидит реальность, получит нужные знания.

Начинать учить надо на втором этапе воспитания детей, который начинается в возрасте от пяти до четырнадцати лет.

## **Этап 2. От пяти до четырнадцати лет. «Ученик»**

Что значит «ученик»? Это период, в котором ребенок начинает что-то понимать, проводить параллели «кто есть кто» и «что такое хорошо, что такое плохо». У ребенка в сознании уже что-то сформировалось, пока еще мало нам понятное, но это что-то дает ему возможность обучаться. То есть до него уже можно успешно доносить какую-то информацию.

Именно в этом возрасте детей учат, что так не надо делать, а надо вот так. И они понимают, что за чем следует, как этот мир устроен. Они понимают, что если сделаешь это – будет так, сделаешь то – будет этак.

Правда, есть одно «но». Чтобы ребенок слышал и воспринимал новое, вы не можете перестать его любить. То есть ваш ребенок с пяти до четырнадцати лет – это не «дух» из советской армии, которого надо интенсивно гонять, чтобы чему-то научить. И еще: ребенок не может запомнить больше определенного количества информации за один раз.

Чем отличается наша современная школа? Обилием информации, которую запомнить просто невозможно. Нет таких людей, которые могут запомнить все, что дается в школе. Это ненормально – в течение шести часов в день и шесть дней в неделю загружать ребенка абсолютно ненужной информацией в таком огромном количестве. Он ее просто не запоминает.

Не делайте такую же ошибку, когда даете ребенку какие-то наставления по жизни. Вы должны понимать, что он их просто не может воспринять целиком.

Есть одно важное правило позитивного воспитания.

На каждое наставление, которое вы даете ребенку, вы должны сделать десять признаний в любви.

И не так, что отбарабанить десять раз подряд: «Я люблю тебя, я люблю тебя, я люблю тебя», а каждый раз признавая какие-то его заслуги. То есть ребенка надо очень сильно хвалить за достижения. Мальчика за некий результат, а девочку – просто так, потому что она божественная. И только в том случае, если есть мощная защита любви, ребенок может воспринимать наставления.

### ***Как сделать замечание, если ребенок не прав***

Ситуации, когда мы все же должны сделать какие-то замечания детям, бывают достаточно часто. Мы не можем постоянно говорить: «Ты лучше всех, умнее всех», иногда действительно надо что-то исправить в его поведении.

Как правильно это сделать? Любое замечание – это хирургическая операция. Чтобы сделать надрез, нужно предварительно провести анестезию. Поэтому вы десять раз ребенка хвалите и лишь один раз делаете ему замечание. Тогда ребенок понимает, что родители его по-прежнему любят. Он думает: «Они меня любили вчера, позавчера, они все время меня любили. А сейчас что-то сказали про меня нехорошее, это, наверное, тоже от любви. Наверное, я что-то сделал неправильно. Родители же меня любят, любящие родители плохого не посоветуют».

Нужно, чтобы прошло какое-то время, чтобы ребенок смог осознать свою ошибку и исправить ее. Если же родители сосредотачиваются только на том, что неправильно, то пусть потом не удивляются, что дети выросли бестолковыми. Вы сами это сделали, сами на это намедитировали. А потом выросший ребенок пытается что-то сделать, но у него не получается, потому что ему с детства внушили, что он никчемность. И вывести его из этого состояния очень сложно. Иногда бывает, что такому выросшему мужчине попадаетесь разумная женщина, и она помогает ему.

Когда мужчина падает эмоционально, его может поднять женщина. А вот женщину никакой мужчина не поднимет. Поэтому лучше ей вообще не падать.

В одной из европейских стран проводился любопытный эксперимент. Исследователи снимали на видео некую семью. Родители и восьмилетний ребенок остались на сутки вместе, их снимали со всех точек, а потом все это проанализировали и сделали выводы. И выяснилось, что мама в течение суток умудрилась сделать около восьмидесяти замечаний ребенку, начиная от каких-то мелких: «Встань! Сядь! Помой! Зайди! Повернись!» и до серьезных наставлений, например: «Девочек бить нельзя, потому что они слабые».

Как вы думаете, сколько в этот день было признаний в любви? Ни одного! Их просто не было. А теперь посчитайте, сколько их было бы, если бы мама действовала по нашей схеме, – восемьсот. Поверьте, вы не смогли бы столько раз признаться в любви – это слишком много. Но и замечаний тоже было слишком много.

\* \* \*

Нам постоянно кажется, что ребенку надо давать много-много информации и постоянно его пошагово вести куда-то. Но ему не надо столько слов. Вы должны передавать ему какую-то информацию, какое-то знание достаточно редко и качественно, чтобы он это мог целиком воспринять. И при этом ему надо находиться в соответствующем настроении, чтобы полностью впитать это знание.

Есть метод, который я использую в своей педагогической практике, когда преподаю науку взаимоотношений школьникам. И самые интересные мои ученики – это дети первого – третьего класса. Они садятся за парты, и учительница им говорит: «Дети! А давайте мы будем задавать дяде Сатье вопросы, на которые он не сможет ответить!»

И дети сразу кричат: «Ура!» И они начинают задавать вопросы, причем любые. Какие вопросы могут задавать дети такого возраста, чтобы поставить дядю Сатью в тупик? «Кто сильнее – Бэтмен или Путин?», «Что круглее – мяч или Луна?», «Кто победит – Покемон или Человек-Паук?», «Почему нет пятого нинздя-черепашки?»

Как вы думаете, каким именно образом я им отвечаю? Конечно, так, чтобы им было весело и интересно, я же не буду грузить чем-то скучным и сложным таких маленьких детей. И они смеются, радуются.

Какая у меня при этом задача? Повеселить их сорок минут? Нет, мне надо передать им некие знания. И я внимательно смотрю на них, дожидаясь благоприятной ситуации. У меня есть что рассказать им, я могу сутками читать лекции – у меня их четыреста в году, а это очень много. И семи-восемилетним детям мне тоже есть что рассказать.

Но я знаю, что они все равно это не запомнят. Поэтому я им что-то рассказываю, мы веселимся, общаемся, но при этом я жду момента. А когда дети (и не только дети) смеются, то они не находятся под влиянием ума. В этой ситуации нет фильтрации информации, человек доволен, спокоен, и – раз – знание ушло в сердце и осталось там на всю жизнь.

И я знаю, что если донесу до них в этом состоянии одну или две мысли, – они воспримут их. А в течение недели они могут уже получить 6–12 таких мыслей, а в месяц 24 или 48, а в год 240 или 480, а за 10 лет – уже за 4000.

И я могу с уверенностью сказать вам, что четыре тысячи мудрых мыслей никто из школы не вынес. Потому что все, что нам говорили, шло для нас фоном. Например, если вы читаете своему ребенку восьми-десяти лет нотации, то для них это выглядит так, как будто просто кондиционер гудит на одной ноте – ууууу. Они воспринимают это так: «Папа гудит».

Вы спрашиваете:

– Ты меня слышишь?

– Конечно. А разве не видно?

А сам при этом пропустил все мимо ушей. Мы уже забыли, как были такими же и тоже не воспринимали подобные нотации.

Есть еще одна важная особенность этого периода. В возрасте от пяти до четырнадцати лет умные и адекватные родители создают ребенку контролируемые ими трудности. Не надо детей лишать трудностей. Любящие родители обычно пытаются избавить детей от любых проблем, обязанностей, работы, а это неправильно.

Дети растут, преодолевая определенные трудности, особенно если это мальчики, девочки – в меньшей степени. Девочек просто надо любить очень сильно, не надо им создавать трудности. Их надо просто любить – и все.

## **Что случится с ребенком, который не наигрался?**

Еще важно знать, что в этом периоде ребенок должен воспринимать мир через игру. С пяти до четырнадцати лет он должен наиграться. Игры развивают способность радоваться жизни независимо от результатов нашей деятельности. Это очень важный фактор. Человеку, который не может радоваться жизни, не завися от результатов деятельности, очень тяжело потом будет развиваться духовно.

Потому что духовная жизнь – это отказ от результатов. Но если ты отказался от результатов, что-то же должно остаться? Должна остаться деятельность. А если деятельность была отвратительная и ты занимался ею только ради результатов, то, если их убрать, просто случится коллапс.

Если человек в детстве не наигрался, то, даже достигнув великих результатов в будущем, он не сможет этими результатами насладиться. Не наигравшийся человек никогда не будет доволен результатом. И как ему жить в мире, совершенно неясно, потому что результат всегда оказывается не таким, как он себе представлял.

Люди, которые не наигрались, не могут делиться своими результатами. Какие мужья вырастают из мужчин, которые не наигрались? Обычно – жмоты, которые не могут ничем поделиться. Им очень сложно отдать то, чего они сами достигли.

Ненаигравшийся мужчина оказывается в тупике. Дело в том, что по природе мужчина не может наслаждаться тем, чем он не поделился, а он при этом не может делиться. Получил результат, но, не поделившись, он не может наслаждаться. Он страдает, причем сильно. Природа пытается это выровнять, и мужчина лет в двадцать-двадцать пять начинает «играть» так или иначе. И это происходит потому, что он не наигрался в детстве.

Очень важно ребенку разрешать играть. Ведь на самом деле дети никогда не играют, они по-настоящему живут в процессе игры. И игра на самом деле очень серьезна для ребенка. Эмоционально он переживает даже больше, чем мы в реальной жизни. Поэтому нельзя пренебрежительно говорить «детские игры». Неслучайно есть такая поговорка: теория относительности Эйнштейна по сравнению с детской игрой – просто детская игра. Только в игре ребенок может нарвать листьев и заплатить ими за бензин. Это реально в его реальности. И чем дольше вы не выводите ребенка из этого состояния – тем он счастливее. Мы уже говорили, что если до пяти лет ребенок не был «царем», то он вырастет атеистом. Ему будет очень тяжело принять Бога, потому что он не видел чудес. Если ребенку с детства объясняют, что бесплатных карамелек не бывает, то все, он уже не верит ничему.

Пусть ваш ребенок играет, ведь как ни крути, а с семи до четырнадцати лет он вынужден ходить в школу, и вся его деятельность там настроена именно на результат. Хотя самые прогрессивные системы обучения – те, которые построены на играх. Например, Вальдорфская школа, в которой вообще не ставят оценки и не задают домашние задания. В ней дети играют и получают удивительные навыки в игровой форме.

## **Ошибки в переходный период от «царя» к «ученику»**

Какие ошибки мы можем сделать в переходном периоде от «царя» к «ученику»? Ребенок вовремя должен перестать быть «царем», иначе потом возникнут серьезные проблемы. Иногда родители путаются, например, до пяти лет чрезмерно нагружают знаниями, вместо того чтобы просто любить, а после пяти, наоборот, попустительствуют, воспитывают «по японской системе», когда он делает все, что захочет. Это тоже ненормально.

У меня есть одна уже старая история про эту японскую систему воспитания. В маршрутке ехала дама с ребенком, который всех доставал, а мама на него не реагировала. На

просьбы пассажиров приструнить ребенка она ответила: «Отстаньте, ребенок воспитывается по японской системе, где ребенку все можно и ничего не запрещают. Вы все не в курсе, не разбираетесь, вы просто дикари».

А на заднем сиденье ехал какой-то студент в наушниках. Он попросил остановить маршрутку, встал, подошел к неадекватной маме, достал изо рта жвачку и прилепил на ее лоб, к радости всех своих попутчиков. Мама в шоке, а студент произнес: «Меня тоже воспитывали по японской системе» – и вышел на улицу.

Такое отношение к детям опасно в первую очередь для самого ребенка.

У меня был случай в практике. Одна мама говорит:

– А мой ребенок по-прежнему «царь», а ему двадцать девять лет!

Я спрашиваю:

– А проблемы с ним есть какие-то?

– Почти нет. Ну, так, по мелочи. Он не женат, не хочет устраиваться на работу и целыми днями играет в компьютерные игрушки, постоянно пьет кока-колу и ест пончики. А так проблем вообще нет.

То есть да, ребенок – «царь», без вопросов. Я бы тоже хотел целыми днями играть за компьютером. Но в двадцать девять лет быть «царем» уже как-то неправильно.

Но существует еще более грустная ошибка следующего переходного этапа, который длится от четырнадцати лет до бесконечности.

### **Этап 3. От четырнадцати лет до бесконечности. «Друг»**

Этот этап называется «Друг». Приблизительно с четырнадцати лет ребенка родители должны понять, что он уже вырос. Все, что вы могли в него вложить и объяснить, вы уже объяснили и вложили. Если не вложили – уже поздно вкладывать, ничего не изменится. После четырнадцати лет любое ваше объяснение будет восприниматься в штыки. Почему? Потому что ребенок вырос.

И на самом деле это самый сложный этап. Если «царем» или «учеником» мы можем еще как-то представить и сделать ребенка, то в качестве друга мы его вообще не воспринимаем. Как может быть другом тот, кто писался в памперсы, выкинул кота в окно в четыре года и сделал массу подобных глупых вещей?

Что значит ребенок-друг? Он на самом деле должен стать вам другом? Вряд ли это получится. Но вы при этом обязаны говорить с ребенком теми словами и с той интонацией, как при общении с вашим настоящим взрослым другом.

Представьте, что вы приехали с другом куда-то и живете в одном номере гостиницы. И вот он утром не застелил кровать, а вас это раздражает. Как вы ему скажете об этом? Вы постараетесь сделать это помягче, чтобы он в ответ не обиделся и не послал вас к черту. А своему ребенку вы прикажете убрать эту кровать, не задумываясь, как он это воспримет. Но его этот приказной тон так же обидит, как обидел бы вашего друга.

Мы почему-то думаем, что наш ребенок – это солдат, и наша задача – натаскать его и вымуштровать. И это наша огромная ошибка. Поэтому вы должны понимать следующее.

Самое лучшее, что вы можете сделать с ребенком старше четырнадцати лет, если у вас с ним есть проблемы – это оставить его в покое.

Допустим, до пяти лет ваш ребенок не «царь», от пяти до четырнадцати он – раб, а не «ученик», и после четырнадцати он тоже не стал другом, то что тогда случится? Он сбежит от вас. Знаете, как называется такой подход? Глумление, эмоциональная агрессия в адрес ребенка.

До пяти лет ребенок, с которым так обращаются, плачет. С пяти до четырнадцати лет он будет обижаться, молчать и закрываться. С четырнадцати он начнет огрызаться, а вы будете считать, что начался переходный возраст.

### ***Переходный возраст – это миф***

Но на самом деле переходный возраст – это миф, его не бывает. Понятно, что у подростков становится больше гормонов, но когда дети делаются неуправляемыми, то это значит, что взрослые глумились и давили, а дети наконец-то научились сопротивляться, огрызаться и защищаться.

Если ребенок подвергся эмоциональной агрессии до четырнадцати лет, то в четырнадцать лет случается не «гормональный взрыв», а просто ребенок дорастет до того возраста, когда он набрался силы, чтобы начать противостоять агрессии. Если это сильные физически мальчишки, то на этом этапе они вполне могут ответить отцу, который на них давит, просто ударом в лицо. А родители списывают это на гормональный взрыв и переходный возраст.

Вы называете это переходным периодом, потому что раньше такого не было, а теперь вдруг появилось. Вы надеетесь, что переходный период с возрастом закончится, но на самом деле проблемы никуда не денутся и перейдут на новый уровень. И я призываю не давить на детей, а воспитывать себя, чтобы уберечь ваших любимых детей от этих проблем.

Когда ребенок научится огрызаться, то следующим его шагом будет попытка сбежать от вас. Не удивляйтесь, если ваш шестнадцатилетний сын хочет уехать учиться куда-то в глушь на какую-то совершенно экзотическую специальность или в пятнадцать лет отправиться в какое-нибудь ужасное ПТУ на другом конце страны. А вы думаете: «Да я сам приехал из Нижнего Тагила в Питер, а он отсюда хочет уехать черт знает куда, зачем он это делает, почему?»

Но на самом деле он все это делает потому, что мечтает только об одном – свалить от вас, потому что вы агрессор в его жизни. Ему надо куда-то уехать, чтобы быть подальше от сумасшедших родителей, которые уже достали, и поэтому он и едет куда-нибудь подальше.

Но дети должны учиться там, где они живут, при условии, конечно, что там есть учебные заведения и вы не живете в глухой деревне под Мурманском. Но даже в этом случае, если это нормальные дети, на которых не давили, они будут общаться с родителями, и папа и мама всегда будут знать, что с ребенком, где он, чем занят.

Но дети, уехавшие не получать образование, а просто сбежавшие из дома, попадают в дикие места, страшную общагу, где их учат пить, курить, безответственно спариваться, матюгаться и быть бойцами. И у них будет только два варианта – или их научат, или покалечат.

Девочка, которая сбежала подальше в общагу, – это самый страшный вариант. Девочке вообще там нельзя находиться. Она должна учиться под наблюдением, причем не дяди из Нижнего Тагила, куда она уехала поступать в танковый техникум. Дядя не будет за ней присматривать. Она будет жить в общежитии, а он будет раз в полгода о ней вспоминать. Это ненормально.

Девочка, живущая в общежитии, – это очень нехорошо. И я не критикую и не пытаюсь вывести на чистую воду кого-то, кто жил в общежитии. Нет. Я сам жил в общежитии. Поэтому я знаю, что это такое. Да вы все знаете, что это такое. Поэтому отдавать своего ребенка на растерзание общаги – это ненормально. Особенно девочку. Девочка получит такие комплексы, что еще поколения психологов потом будут на ней зарабатывать, чтобы вывести ее из депрессивных состояний.

У девочки гораздо больше возможностей сбежать, чем у мальчика. Она может уехать учиться, а может выйти замуж. Если ваша дочь в шестнадцать лет свалила с каким-то подо-

зрительным типом на мотоцикле и они поженились, то это значит, что вы затиранили бедную девочку. Возможно, когда ей будет тридцать шесть, а вам пятьдесят восемь, вы восстановите отношения. Но не факт, что это произойдет.

Такая женщина к замужеству подходит уже клиентом психбольницы. Потом муж это все пытается разгрести, но он при этом сам такой же сумасшедший, потому что они познакомились в той же общаге и у него свои комплексы.

И вот два сумасшедших пытаются построить что-то. Два невоспитанных и недолюбленных ребенка. Что из этого получается? Семейное счастье? Изобилие, из рога все течет, дети у них адекватные, все любят друг друга, целуются, говорят «солнце мое», «да, мой господин»? Нет, конечно. Там начинается битва миров. Это ненормальное состояние. А все началось в детстве.

Если вы не делаете то, что надо, на каждом этапе, то неизбежно возникают проблемы. Вспомните свои ощущения в подростковом возрасте, когда родители не относились к вам как к другу. Не повторяйте их ошибок.

В четырнадцать лет ребенок должен становиться другом, и никак иначе. У меня был один ученик – очень колоритная личность. Когда он первый раз пришел на мои занятия, я спросил:

– Что случилось?

Он говорит:

– Да понимаешь, у меня с детьми проблема.

– А в чем проблема?

– Они меня вообще не слушают. Я им говорю, а они не слушают. Мы на ножах уже давно. Я к ним обращаюсь, а они отвечают – иди отсюда, отстань от нас.

Спрашиваю, а сколько лет-то детям? Думаю, десять и двенадцать.

А он отвечает:

– Двадцать пять и двадцать семь.

Говорю:

– Слушай, друг мой, а тебе не кажется, что ты лет где-то на двенадцать-тринадцать опоздал с нравочениями?

– Как опоздал? Но я же их отец.

Говорю:

– Все, с четырнадцати лет они должны быть твоими друзьями.

– Но мы с ними и так друзья.

– Вот смотри, мы с тобой друзья. Если я тебя поучать начну, рассказывать, что ты должен носить, что ты должен есть, как ты должен думать, кому молиться и тому подобное, что ты сделаешь?

– Я тебя пошлю!

– Вот они тебя так же и послали.

– Но они же мои дети!

– Нет уж, ты определись, ты им друг или не друг.

И он так долго переживал, потом отпустило мужика. Стал он приходить на занятия радостный, потому что оказалось: не такие у него плохие дети, как он считал. Он просто начал с ними дружить. Так же, как дружил со взрослыми мужиками. По принципу: хочешь узнать, как дела, – узнай, можешь чем-то помочь – помоги, тебя не спрашивают – заткнись. И выяснилось, что его дети – взрослые люди, со своими интересами, вполне нормальные, и больше его никуда не посылают.



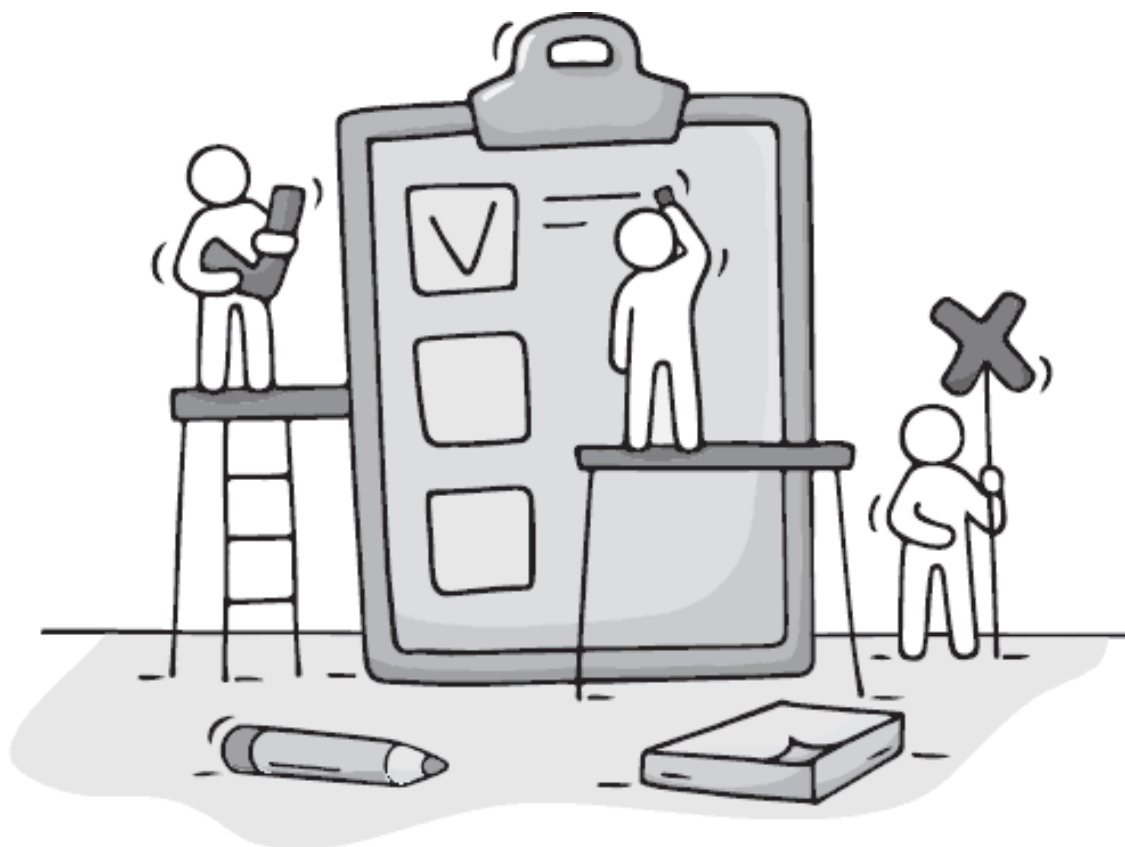
Когда вашему ребенку исполнится четырнадцать лет, станьте ему другом. Если ему пять лет, позаботьтесь о том, чтобы он стал правильным «учеником». А если он только родился, не забудьте, что он «царь».

Меня иногда спрашивают, как эти периоды воспитания детей переходят от одного к другому. Не будет ли ребенок в шоке от того, что вместо царя внезапно стал «учеником».

Не волнуйтесь. Этот переход не случается в две секунды – исполнилось пять лет – и бац, тут же перевели в «ученики». Или на четырнадцатилетие отец закурил с сыном «Беломор» и они, как два друга, поехали вместе в баню к проституткам. Нет конечно.

Переходный период назревает постепенно. С моим ребенком мы начали становиться друзьями где-то за год до того, как ему исполнилось четырнадцать лет. И я потихоньку подготавливал себя к этому. Проблема не в ребенке, проблема в родителях. Это им надо не пропустить нужный момент и не затупить. Вы должны себе сказать – все, ребенок мой друг. А у друзей я дневники не проверяю. Я не могу ему читать нравоучений и говорить что-то такое, потому что все надо было успеть сказать до четырнадцати лет.

Я буду с ним общаться теперь как с другом, который помладше чуть-чуть, чем я. Такое бывает, когда у кого-то есть младшие друзья. У меня есть друзья, которые старше моего сына всего на пять лет. А какого-то явного перехода от периода к периоду не ждите. Это не будет как в армии – прошло сто дней, и тебя перевели в «фазаны». За каждую лычку бахнули три раза бляхой по заднице, и ты весь в звездах и счастливый стал «фазаном», и теперь все тебя уважают за бляхи на заднице. Нет, ребенка никуда не надо переводить, просто наблюдайте за ним, и вы увидите, что наступает новый период.



## **Пять принципов позитивного воспитания**

Мы разобрались с тем, как растет ребенок и что ему нужно от нас, родителей. И выяснили, что в первую очередь ему нужна любовь. А любовь, и мы об этом тоже говорили, нужно уметь правильно проявлять. Помните, что на каждое наставление нужно десять раз заявить о своей любви. Как это сделать? Просто десять раз повторить «люблю»? Нет конечно!

Существуют принципы, которые помогают нам, родителям, проявлять любовь к ребенку. Это пять принципов позитивного воспитания (то есть воспитания в любви) детей, и их должны обязательно знать все родители.

### **1 принцип. Отличаться от других – нормально**

Это значит, что ты можешь быть другим и отличаться, например, от родителей. То есть ты можешь быть не таким, как я. Это обычно глубоко непонятный нам принцип, ведь мы думаем, что ребенок должен быть таким, как я считаю. Потому что я умный, а он дурак. Потому что я научу его делать правильно, так, как мне надо.

Но чаще всего мы попросту хотим получить посредством детей то, что у нас самих не вышло, что нам самим не досталось. Такие родители думают: «Я не смог стать мастером спорта по боксу, но ты им будешь». «Я не смог окончить консерваторию, а ты сделаешь это. Бери скрипку, я сказал!»

Конечно, хорошо, если ты музыкант, а твой ребенок тоже музыкант. Но представьте, что вы музыкант, а ваш ребенок не хочет им быть и говорит: «Я хочу быть русским Рэмбо и пойду в Суворовское училище». А у папы трагедия: «Я – интеллигент в седьмом поколении, а мой сын будет ходить в форме и фуражке. Позор и анафема!»

Но каждый ребенок неповторим, у каждого есть свои особые таланты и способности и при этом особые потребности и проблемы. То есть ребенок – это не мы. И ребенок – это не белый лист бумаги, на котором мы можем нарисовать все, что нам захочется.

Дети – это контурные карты, которые родители должны раскрасить и заполнить, но только по тем контурам, что уже есть.

У ребенка есть свои цели. То, что он попал в вашу семью, говорит о том, что вы должны помочь ему добиться его целей, а не ваших.

Воспитание детей родителями должно заключаться в том, чтобы попытаться открыть таланты и помочь реализоваться уже выявленным способностям. Родители должны быть спонсорами, профинансировать возможность выразиться, купить бумагу, пластилин, хоккейную клюшку.

Мы должны понять, что мы не воспитываем детей. Дети не воспитываются. Мы должны понимать, что дети разные, что они отличаются и от вас, и друг от друга, и даже от самих себя в разные периоды. И это главное, что должны понимать родители, воспитывая детей.

Дети – очень изменяющаяся структура. Во-первых, они отличаются по полу. Двенадцатилетний мальчик будет очень отличаться от двенадцатилетней девочки. Во-вторых, они очень меняются со временем. Ребенок в три года, в семь и семнадцать – это очень разные дети. А дети, которые учатся в школе, отличаются от малышей.

В школе дети тоже отличаются друг от друга и делятся на следующие типы:

- Бегуны, которые обучаются очень быстро.

• Ходоки, которые обучаются ровно, успехи их заметны, но вперед они идут не спеша. То есть это дети, которые учатся на твердую четверку.

• Прыгуны, которые со стороны выглядят так, как будто они практически ничему не учатся. Многие учителя вообще считают, что они дебилы. Но иногда такие дети – раз – и прыгают выше всех. Бывает такое, что человек учился восемь лет в школе, все думали, что он тормоз, а потом он взял и с красным дипломом окончил какой-нибудь колледж. И его все спрашивают: «А как это у тебя получилось?» А он отвечает: «А там никто не знал, что я дебил». То есть он тормозил, тормозил, а потом взял и прыгнул вперед.

И надо понимать, что существуют эти типы, и не нужно их путать. Есть дети тихие, спокойные, а есть такие, которые все время несутся куда-то. Представьте, что вы стоите на автобусной остановке и держите за руку спокойного – он стоит себе и стоит, он может годами спокойно стоять, ему хорошо. Автобуса нет, папа держит за руку, жизнь прекрасна.

А теперь представьте, что вы быстрого ребенка начнете держать за руку. Он вам ее просто оторвет. И как надо поступать с этим ребенком? Просто скажите ему: «Так, Владик, ну-ка покажи, за сколько секунд ты можешь добежать от того столба до этого столба». И он шесть раз – туда-сюда, туда-сюда. «Да ты молодец! А семь раз так сможешь?», и он опять туда-сюда, туда-сюда. Потом набегался, тяжело дышит, устал, нормально – и автобус подошел. Такой буйный ребенок должен сильно устать к вечеру.

А нужно ли вам спокойного заставлять бегать?

– Что ты сидишь? Иди побегай!

– Я не хочу.

– Нет, ты все равно побегай!

– А зачем мне это надо?

– Бегай, я сказал!

У меня был такой опыт, когда моему ребенку в четвертом классе поставили в дневнике единицу по физкультуре, потому что он не умеет лазать по канату. Причем единицу по 12-бальной системе и еще в скобках написали: (единица!), чтобы ребенок не исправил на 12.

И я так возмутился:

– Ваня, ты что, не умеешь лазать по канату?

– Нет.

– Ты уже в четвертом классе и до сих пор не умеешь лазать по канату?

– Нет.

– Давай я тебя научу?

– А зачем мне это нужно?

И тут я понял, что на его интересы мне в этот момент было наплевать, мне просто было стыдно, что мой сын не умеет лазать по канату. И я не стал его заставлять, потому что в четвертом классе нет никакой необходимости, чтобы уметь это делать.

Зато в седьмом классе у него возникла такая необходимость – он вдруг захотел стать сильным. И вот тогда уже я поставил ему турник, купил боксерскую грушу, пусть подтягивается, пусть болтается, пусть отжимается.

Просто всему свое время. И все дети разные!

Есть такой английский фильм «Билли Эллиот», в котором мальчик из обычной шахтерской семьи вдруг увлекся балетом. Для отца, брутального шахтера, это было просто трагедией. И он заставлял сына ходить на бокс, а тот втихаря все равно ходил на уроки балета. И стал потрясающим танцором. Причем он был настолько крут, что его даже учили бесплатно, а учительница за свои деньги повезла его на конкурс.

Но папа напрягался изо всех сил – мой сын будет прыгать в каких-то белых чешках и в облегающих колготках, позор вообще, да мужчину должно просто стошнить от слова

«чешки». То есть ему были безразличны предпочтения ребенка. Он считал, что ребенок не мог отличаться от него, потому что «он мой сын».

Отец нарушил первый принцип позитивного воспитания: дети могут отличаться от родителей. Нет, конечно, они могут и не отличаться. Иногда бывает, что у музыканта и сын музыкант. Я люблю танки, и мой сын любит танки. И я уже не пойму – то ли я их люблю, потому что они ему нравятся, то ли он их любит, потому что они нравятся мне.

Но есть вещи, которые не совпадают у родителей и детей. Бывает так, что отцу нравятся собаки. А ребенка тошнит от собак, но зато он в восторге от динозавров. Что должен сделать умный родитель, если ребенку понравились динозавры? Купить ему энциклопедию про динозавров. А если ему понравились корабли – купить энциклопедию про корабли. Если ему понравился пластилин – купи ему тонну пластилина, пусть залепит им весь дом. Если он начал рисовать – пусть рисует.

Но мы часто хотим из детей сделать то, кем они не являются. Мы хотим их отправить в какие-то кружки, которые нравятся нам самим, а не детям. И не важно, что у него нет голоса: «Пой, зараза!» И не важно, что он не хочет танцевать: «Танцуй, я сказала! Ты должен быть красивым, радостным и ходить вот так!»

Почему? Потому что тебя саму не взяли в танцевальную школу, и ты отправляешь туда сына, пусть он там сдохнет, но научится танцевать. А он просит:

– Мама, мама, купи мне штангу!

– Какая штанга, ты что, это же так низко! Ходи на танцы.

Или бедный ребенок посещает двенадцать кружков, сходит с ума, ненавидит родителей и думает: «Боже, скоро ли я подрасту и уеду в Нижний Тагил, в общагу». Но это неправильно.

Мне одна дама как-то возразила:

– Я не верю. Если бы меня родители не заставляли ходить в кружки и секции, я бы ничего в жизни не добилась. Вот меня мать не заставляла учить в детстве английский язык, и я его до сих пор не знаю.

– А у тебя детство-то когда закончилось?

– Я ушла из дома в шестнадцать лет.

– А сейчас тебе сколько?

– Двадцать восемь.

– Прошло двенадцать лет, что же ты сама английский-то не выучила? Может быть, оно тебе и не надо было? А на маму все списала, «мама не заставляла». А что именно тебя мама заставляла?

И тут ее пробило, что мама заставляла ее лобзиком выпиливать, потому что маме нужна была мебель. И на плавание заставляла ходить, потому что вдруг мама начнет тонуть на море и некому будет ее спасти. Вдруг надо будет куда-то из пожара выехать на мопеде, и поэтому ребенок должен ходить на мотокросс. Получается – то, чего человек сам не добился в жизни, он пытается делать через своих детей. Это огромная ошибка.

Мы должны дать ребенку возможность проявить свои собственные таланты.

И нельзя делать как-то так:

– Все, пойдешь учиться на юридический факультет.

– Мама, но я же еще в первом классе и не знаю, что такое юридический факультет.

– Меня это не волнует. Ты должен четко знать свое будущее. Мама у тебя юрист, папа юрист, и ты будешь юристом.

Дети отличаются не только от родителей, но и от других детей. Ваш ребенок – уникален. Не надо его сравнивать со старшими братьями или младшими, с детьми друзей или одноклассников.

А мы же начинаем делать это с самого детства.

– Ну-ка, покажи ротик! Зубик вылез? А-а-а, не вылез! Ну вот, у соседского Лени уже есть зубы, а у тебя нет. Да как ты можешь так пугать маму...

Ну и так далее:

– Как! Все начали ходить, а ты сидишь! Да ты, наверное, больной!

И так всю жизнь.

Я помню, понял, что мой ребенок отличается от других, когда увидел, что он не хочет ползать. Все его ровесники ползали, а он – нет. Он садился, одну ногу под себя подгибал, вторую высовывал вперед и при этом каким-то мистическим образом передвигался быстрее тех, кто ползал привычным способом. При этом мы с женой напряглись, все ли с ним в порядке, но передвигался-то он на самом деле очень быстро. И ничего, это потом никак не сказалось на его умственных способностях.

Мы часто пугаемся, что наши дети не среднестатистические. Но на самом деле надо радоваться, что они не такие, как все, что они отличаются от других. Что это за манера всех сравнивать?!

## **2 принцип. Совершать ошибки – нормально**

Если мы позитивные родители и любим своего ребенка, мы должны понимать, что совершать ошибки – это для ребенка совершенно нормально. Все дети делают ошибки, нужно быть к этому готовым.

Допустив ошибку, ребенок не думает, что с ним что-то не в порядке, если только родители не реагируют на это каким-то странным, неадекватным образом и не дают понять, что это недопустимо.

Если ребенок не имеет возможности делать ошибки, то он просто перестанет что-то делать, чтобы их не совершать.

Кстати, с мужьями совершенно такая же история. Если ваш муж не хочет что-то делать, это значит, ваша реакция на его ошибки неадекватна. Он думает: «Лучше я не буду ничего делать, зато не совершу никаких ошибок». И дети поступают так же.

Ошибки – это естественное, неизбежное и нормальное явление. Конечно, если ребенок совершает ошибку, мы хотим, чтобы он все исправил. Как? Не помогайте ему тогда, когда ваша помощь не нужна, не навязывайте свое мнение, ведь (см. принцип первый) у него свой путь.

Мой сын любит рисовать и компьютерные игры. В результате он учится на дизайнера. Я, может быть, хотел, чтобы он был семейным психологом и профессиональным поваром, как я, но он делает то, что ему самому нравится и хочется. И я хочу, чтобы мой ребенок был самим собой. И я должен ему помочь в этом.

И нужно, чтобы он четко знал: когда он окончит учебное заведение, он будет себя содержать сам. И я вам торжественно клянусь, что мой ребенок не будет получать от меня деньги, когда получит образование. Я не буду ему давать деньги на модную одежду, покупать машины, какую-то крутую обувь и дорогие мобильные телефоны. Я не буду давать ему деньги, чтобы он водил девочек в кафе. Он на все будет зарабатывать сам. А если он не хочет, он будет сидеть за компьютером и играть в танки. Но когда-нибудь он выйдет из комнаты и скажет:

– Папа, мама, а как вышло, что вы пара? Я тоже хочу себе пару.

– Ну так найди себе женщину, сын.

– А как ее найти? И мама говорит:

– Ну как? Женщина хочет, чтобы мужчина о ней заботился, содержал ее, защищал. Если ты хочешь жениться, то надо уметь все это делать.

– А как я ее буду содержать – у меня нет денег?

– Но у тебя же есть образование. Иди на работу, там ты заработаешь денег, будешь водить девочек в кафе, платить за свою квартиру.

– Мне не хочется идти работать.

– Хорошо! Иди еще посиди полгода за компьютером, пока не созреешь.

Ребенок лежит на диване, в то время как мама бежит за сигаретами, меняет тарелки у компьютера, покупает хорошую одежду, а у самой даже мужа нет. Потому что она что сделала? Она на место мужа поставила своего сына. А место его женщины занимает мама. И вот ему уже двадцать девять лет, а он по-прежнему «царь».

И когда такой мужчина начнет суетиться? Только после смерти мамы, как бы грустно это ни звучало. Наверное, вам бы не хотелось быть на месте этой мамы. Так что оставьте детей в покое. Да пусть он станет дворником, и наплевать, что вы хотели, чтобы он стал юристом. Он побудет дворником полгода и передумает.

Мой товарищ – талантливый парень, но не очень хорошо учился в школе. Потом все его друзья пошли в ПТУ, и он тоже с ними за компанию. Походил он в ПТУ три недели и понял, что туда больше не хочет, ибо все гопники района собрались там в одном месте. И он отправился на завод, чтобы стать независимым, и работал там полгода.

И тут весь этот «цвет» ПТУ, получив специальность, пришел работать на этот же завод. И он понял, что он не хочет с ними работать на заводе и надо как-то суетиться. И, продолжая работать на этом заводе, он поступил в университет, на коммерческое отделение, и все деньги, которые зарабатывал, относил туда. И через несколько лет он стал юристом и сейчас очень успешен. Мальчик понял кое-что в жизни.

Ни папа, ни мама ему ничего не говорили. Три недели в ПТУ, полгода на заводе – и все, мальчик сам во все врубился, ошибки свои исправил. А мальчики иначе и не воспитываются.



### 3 принцип. Проявлять негативные эмоции – нормально

Ребенок должен проявлять негативные эмоции, а вы обязаны их принимать. Такие негативные эмоции, как гнев, печаль, страх, сожаление, разочарование, беспокойство, смущение, ревность, обида, неуверенность в себе, стыд и так далее, не только естественны, но и нормальны, они являются важнейшей составляющей для роста и развития ребенка. Роди-

тели должны научиться создавать для детей благоприятные возможности, чтобы они могли испытывать и выражать свои негативные эмоции.

Вспышки гнева необходимы для развития ребенка.

Безусловно, ребенок должен знать, что эмоции допустимы не везде и не всегда. Но подавлять ребенка не нужно, иначе его гнев окажется неконтролируемым вами.

В большинстве случаев все, что подавляют в себе родители, в конце концов проявляется у детей. Поэтому, если вы видите, как ребенок что-то делает неадекватно, то, скорее всего, эти же самые эмоции вы держите в себе под прессом. И вам как через некое зеркало высшие силы показывают это через детей.

Приходит, например, мама на консультацию и говорит: «Мой ребенок неадекватен, он орет, он бесится, у нас такого в семье не было никогда».

Мама при этом как будто с картинки в энциклопедии на слово «Спокойствие». Очень вежливая, спокойная, ровная. Но потом при расспросах выясняются разные удивительные вещи.

Моя коллега-психолог рассказывала мне такую историю. Приходит мама и говорит:

– Моя дочь неадекватна, не слушает меня, у нее вспышки гнева, что делать?

Психолог ее спрашивает:

– А как у вас самой с гневом?

– У меня все нормально, у меня нормальные отношения со всеми.

– А какие у вас отношения с мужем?

– Но при чем тут мой муж, я же о дочери пришла говорить. Я замужем, причем очень удачно.

– А какие у вас отношения с родителями?

– Но при чем тут родители, я же с вами пришла о дочери говорить.

– Но все-таки, мне очень интересно.

– Нормальные отношения, у нас все хорошо.

Но во время беседы моя коллега замечает, что при упоминании о родителях эта мама вдруг сжимает яблоко, которое держит в руках, причем так, что в него вбиваются ногти и брызжет сок. И психолог вывела ее на разговор о том, что в отношениях с матерью у этой женщины не так уж все и хорошо. И после нескольких бесед, когда уже возникло доверие, она спросила:

– А что бы вы хотели сделать со своей матерью?

– Ничего, я ее очень люблю.

– Не по-настоящему, а чисто эмоционально? Представьте, что есть такая возможность. Вы можете сделать с этим яблоком все, что вы хотели бы сделать со своей матерью.

И эта женщина, маленькая, худенькая, спокойная, интеллигентная, взяла и одной рукой выдавила сок из огромного крепкого яблока.

И моя коллега сделала вывод:

– Именно поэтому у вас неадекватные отношения с вашей дочерью. Вы зажали эти эмоции, а ваша дочь их проявила. Научитесь их проживать. Если вы хотите, чтобы ваши дети были адекватными и спокойными, вы не должны сливать на них свой негатив.

В этой истории мама была вроде бы вся такая правильная, но ребенку негатив сливался контрабандой, очень тихим голосом: «Ты что, так и собираешься ничего не делать после школы? Так и будешь лежать на диване? А как же ты выйдешь замуж, ты же будешь уборщицей? С тобой будет противно разговаривать. Ты будешь тупая, обросшая жиром свинья».

А потом мама искренне удивляется: «А почему моя девочка такая неадекватная? Вроде бы я так хорошо с ней говорю, и тон такой ровный». А самой на заднем плане видится труп ее мамы, которая много лет назад выгнала папу и с тех пор довела ее саму до состояния

глухой ненависти. Помните, все родители связаны с детьми, с бабушками и с дедушками, все поколения связаны.

Итак, проявлять негативные эмоции для ребенка нормально. Нельзя говорить: «Что ты хнычешь, что ты орешь, ну-ка успокойся, перестань так себя вести, девочки так себя не ведут, девочки должны молчать и улыбаться всегда».

И так и хочется сказать – вы хотите, чтобы ваша дочь стала фаянсовой кисой с застывшей на лице улыбкой?



Если ребенку дают понять, что его эмоции и потребность в понимании, а также связанные с этим эмоции и переживания доставляют неудобство взрослым, он начинает подавлять в себе эти чувства и теряет связь со своим истинным «я» и с талантами, которые пробуждаются, когда человек искренен.

Чтобы помочь ребенку отчетливее осознать свои эмоции, родителям следует сочувственно выслушивать его. Но при этом не делиться с ним своими отрицательными эмоциями. Позитивное воспитание не допускает того, чтобы дети чувствовали себя ответственными за настроение родителей. То есть родители не могут свои проблемы перекладывать на детей – это является эмоциональной агрессией.

Все вы просто едите. Мы все получаем от еды какие-то положительные эмоции вместе с витаминами, белками-жирами и незаменимыми аминокислотами, которые тоже очень важны в жизни человека. Но вместе с ними мы получаем еще и какой-то шлак, который надо куда-то девать. И люди строят себе специальные места для этого. У кого-то – нужник на задах огорода стоит. У кого-то – все красиво, интеллигентно, кафелем обложено, с биде, ароматизаторами, щеточками и туалетной бумагой в виде долларов.

То есть все ходят в туалет, причем продлевается это интеллигентно, тихонько, чтобы никого не травмировать. Поэтому обязательно есть какие-то освежители воздуха, причем мы же не для себя брызгаем. Это окружающие почему-то грустят, когда после нас заходят в

туалет, в котором не попользовались освежителем. Так что все разумные люди как-то организуют процесс похода в туалет.

То же самое с эмоциями. Если у вас есть отрицательные эмоции, их надо куда-то отнести очень интеллигентным образом, как в туалет. Говорят, что если отрицательные эмоции человек сдерживает и никак не проявляет в виде гнева или раздражения, то он разрушает себя. И, между прочим, идет прямым путем в онкологию.

По аналогии с туалетом представьте: если у вас есть какая-то надобность и вы говорите – я не пойду в туалет, надо терпеть, потому что приличные девушки так не поступают. И вы синее и покрываетесь трупными пятнами – то есть начинается отравление организма.

Люди, которые не проявляют свои отрицательные эмоции, сдерживают их, часто думают, что они выше этого, что невозможно выпускать эмоции наружу, порядочные девушки не скандалят. Но закончится все плохо. «Порядочная девушка» будет ходить лысая от химиотерапии, и какой-то доктор отрежет у нее все что может, но все равно ничего хорошего не получится. И потом весь этот фарс уложат в гроб, и все закончится раз и навсегда. Это неправильный путь обращения с отрицательными эмоциями.

При этом накопленные эмоции все равно выплескиваются, и часто вас срывает в каком-нибудь скандале, потому что никто не может полностью контролировать свои эмоции.

Другой способ неправильного проявления эмоций – это вываливать их на кого попало. Это то же самое, что ходить в туалет при всех.

Правильно эмоции должны передаваться следующим образом: дети передают их маме, но мама никогда не передает их детям. Мама должна создать такую обстановку, чтобы дети хотели с ней разговаривать. А для этого надо всегда внимательно слушать своих детей. Если ребенок приходит и хочет что-то вам рассказать, вы должны все бросить и внимательно слушать. Не говорить ему: «Я устала, я занята, подожди потом, не говори глупости, что ты меня грузишь своей ерундой, лезешь со своими покемонами, посмотришься всякой дрянью, и вообще я скоро выкину твой компьютер!»

Естественно, что в будущем ребенок, который постоянно слышал такое, уже сам на вопрос: «Как дела в школе?» отвечает: «Нормально» и избегает любых разговоров. Это значит, что мост к ребенку уже кто-то сжег. А кто сжег? Вы!

И мать просит, чтобы он поговорил с ней, а он про себя думает: «Я уже пытался поговорить. Про покемонов».

Поэтому родители должны эти мостики налаживать и поддерживать.

Запомните важное правило в воспитании детей.

Если ребенок хочет что-то сказать, вы должны обязательно его выслушать!

Если вы действительно не можете ребенка сейчас выслушать, то ответьте ему: «Подожди, я сейчас немножко занята, давай поговорим через десять минут». Берете телефон, ставите себе будильник или отметку – поговорить с ребенком через десять минут. Вы не можете его обмануть. Через десять минут вы подходите и говорите.

– Я была занята, но сейчас свободна, что ты хотел сказать?

– Представляешь, мама, оказывается танков «Т-44» было сделано целых 980 штук!

– Да ладно!

– Точно тебе говорю, я сам на сайте нашел.

– Прикольно! Ты еще хотел что-то сказать?

– Нет, только это.

– Тогда все, я пошла?

И возможно, вам наплевать на то, какое количество танков «Т-44» сделала советская промышленность. Но ребенку очень важно вам это сказать – он хотел поделиться с отцом или матерью какой-то интересной информацией. Если у ребенка есть мостики к вам, потом,

когда у него будут проблемы, он обязательно воспользуется ими и придет к тому, кто его может выслушивать.

Дети все свои отрицательные эмоции должны нести маме. В любой семье существует определенная иерархия, некая экология взаимоотношений и слива эмоций.

### **Экология взаимоотношений**

Самая нижняя ступень в иерархии взаимоотношений – дети. Над ними мама, которая ближе всего к детям. По крайней мере в теории она должна быть ближе всех к детям. Потому что если мама двадцать восемь дней в месяц в командировках, на работах, а детей воспитывает непонятно кто, то нарушается традиция и экология отношений. Сейчас же мы говорим о нормальном варианте. Мама должна слушать детей – мальчиков, девочек – не важно. Она обязательно должна их выслушивать, они должны приходить к ней жаловаться. Она должна их гладить по головке и тому подобное.

Если нужно вмешательство, например девочку кто-то обидел, мама сама этот вопрос не решает, делегирует папе. Папа выясняет, кто обидчик, как-то разрешает ситуацию. Но мама принимает от детей все сигналы, все отрицательные эмоции.

Мама, с которой ребенок делится переживаниями, должна их куда-то девать. И поэтому в любой семье должен присутствовать папа, который для того и существует. У папы сечение побольше, он в семье является бесплатным психологом. И мама рассказывает папе все, что у нее накопилось, – от детей, от нее самой. И папа слушает, и в этом и состоит его супружеский долг – выслушивать свою жену.

Каким образом папа слушает маму? Каждый день он спрашивает у нее: «Солнце мое, что у тебя сегодня произошло?» И приблизительно полчаса – час в день женщина должна все рассказывать мужчине. Если мужчина не слушает, женщина вправе прийти к своему отцу или свекру и сказать: «Он не понимает обязанности мужа. Ты мог бы дать ему пинка?»

Но часто женщина не понимает, что она должна делиться всеми своими эмоциями и эмоциями детей, и переживает их в одиночку. Или же сидит и часами слушает папу, который сливает на нее все свои события и эмоции. Женщина не обязана слушать мужа. Как только он заговорил, она должна сказать: «Тихо, тихо, тихо. Дай мне одну секундочку». И целый час рассказывать все, что она думает. Это нормально. Обязанность мужчины – давать женщине эмоциональную поддержку, слушать ее. Мужчина является «эмоциональным унитазом» женщины. Это закон. Мужчина для этого создан, и он это может сделать.

Поэтому жену он должен слушать ежедневно и постоянно, что бы она ни говорила. Даже если она говорит полную ерунду, мужчина должен понимать: «Это моя жена, она просто мило болтает. Я точно знаю: если она ляпнула глупость, это значит, что она от нее избавилась. Это не значит, что она глупая, она просто избавилась от этой глупости».

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.