

1000
БЕСТСЕЛЛЕРОВ

Валентина Резниченко

50
СЕКРЕТОВ
ДЛЯ
РОДИТЕЛЕЙ



Воспитание подростков

Подростковый возраст – именно тот период, когда все удаchi и упущения воспитания выходят на поверхность. Ситуации в школе и дома для родителей – это настоящий экзамен. В этой книге вы найдете ценные советы, затрагивающие самые острые темы последнего времени.

Как пережить развод и при этом не утратить уважение ребенка? Что делать, если в школе против него организована травля, или он сам становится организатором драк? Почему он ворует? Как вовремя заметить, что подросток попался в сети «черных психологов» и готов к ритуальному суициду?

Книга полна неожиданных открытий и психологических откровений. Вы найдете в ней пошаговые инструкции, связанные с обучением, и глубокие жизненные наблюдения о ценности взаимного доверия.

Книга написана живым, эмоциональным языком и содержит множество поучительных историй из реальной жизни. Может служить практическим пособием по адаптации детей к жизни в современном обществе и рассчитана на широкую аудиторию.

- [Валентина Резниченко](#)
 -
 - [Введение](#)
 - [Секрет 1. Почему ребенок становится наркоманом, алкоголиком, бандитом](#)
 - [Секрет 2. Как сформировать у девочки самоуважение и женское достоинство](#)
 - [Секрет 3. Блузка не от «Армани», а карандаши китайские – как научить ребенка выстоять перед насмешками одноклассников из-за бедности](#)
 - [Секрет 4. Если ребенок задает вопросы, и вы не знаете ответа](#)
 - [Секрет 5. Как вырастить ребенка честным и порядочным](#)
 - [Секрет 6. Как уберечь сына или дочь от влияния улицы](#)
 - [Секрет 7. Подросток не рассказывает дома о своих делах, все из него нужно «вытаскивать клещами»](#)
 - [Секрет 8. Я не верю сыну, поэтому читаю его переписку в интернете](#)
 - [Секрет 9. Я злюсь, когда дочь меня не слушается](#)
 - [Секрет 10. Как «грамотно» контролировать сына](#)
 - [Секрет 11. Я многое запрещаю сыну, потому что пытаюсь наставить его на истинный путь](#)
 - [Секрет 12. Почему так важно помочь сыну воспитать волю](#)
 - [Секрет 13. Как заставить сына помогать по дому](#)
 - [Секрет 14. Сын переживает из-за своего небольшого роста](#)
 - [Секрет 15. Сын связался с плохой компанией. Как его заставить не дружить с этими парнями](#)
 - [Секрет 16. Как поднять самооценку ребенка](#)
 - [Секрет 17. Что делать, если сверстники обижают подростка](#)
 - [Секрет 18. Можно ли обоим детям любить одинаково?](#)
 - [Секрет 19. Можно ли в семье прожить без конфликтов, и как они отражаются на детях?](#)
 - [Секрет 20. То и дело хочу ударить дочь, но пока сдерживаюсь](#)
 - [Секрет 21. Я копалась в вещах дочери, нашла телефон – хочу найти пароль, чтобы посмотреть переписку...](#)

- [Секрет 22. Как понять, что интересует моего сына](#)
 - [Секрет 23. «Спалилась», что читала дневник дочери. Как теперь быть?](#)
 - [Секрет 24. Дочь хочет покончить с собой](#)
 - [Секрет 25. У моей дочери депрессия. Как понять почему?](#)
 - [Секрет 26. Дочь стала увлекаться символикой смерти. Что делать?](#)
 - [Секрет 27. Я ращу сына одна, и мне постоянно хочется быть с ним рядом](#)
 - [Секрет 28. Как не вовлекать ребенка в семейный конфликт](#)
 - [Секрет 29. Мы развелись с мужем. Ребенок стал замкнут. Грубит. Почему он винит меня в разводе?](#)
 - [Секрет 30. Как сказать ребенку о разводе](#)
 - [Секрет 31. Моя дочь постоянно «раскручивает» меня на шмотки](#)
 - [Секрет 32. Сын ворует у меня деньги. Что делать?](#)
 - [Секрет 33. Сын постоянно грубит по пустякам](#)
 - [Секрет 34. Как нам с сыном пережить депрессию после развода](#)
 - [Секрет 35. Мой ребенок меня не любит](#)
 - [Секрет 36. Боюсь, что я плохая мать. Как узнать, правда ли это?](#)
 - [Секрет 37. Дочь мало ест, а сын не ест мясо](#)
 - [Секрет 38. Правильно ли то, что в школе существует разделение детей на богатых и бедных?](#)
 - [Секрет 39. Класс разделился на группы, дети подчиняются лидеру. Как избежать его дурного влияния](#)
 - [Секрет 40. Учителя объясняют материал неинтересно, непонятно, и при этом обвиняют детей в бестолковости – как с этим быть?](#)
 - [Секрет 41. Учителя оскорбляют детей](#)
 - [Секрет 42. Дети себя ведут настолько по-хамски, что учителя не хотят идти в школу](#)
 - [Секрет 43. В какую школу отдать учиться ребенка – в частную или государственную](#)
 - [Секрет 44. Я вообще не хочу отдавать ребенка в школу. Чем это чревато?](#)
 - [Секрет 45. Учиться не надо. Ничего из школьной программы в жизни не пригодится](#)
 - [Секрет 46. Сын постоянно дерется в школе. Что с этим делать?](#)
 - [Секрет 47. Сын наотрез отказался идти в школу](#)
 - [Секрет 48. Можно ли бить ребенка за «двойки»?](#)
 - [Секрет 49. Дочь не хочет поступать в институт – что делать?](#)
 - [Секрет 50. Сын хочет бросить институт. Как его отговорить?](#)
 - [Заключение](#)
 - [Об авторе](#)
-

Валентина Резниченко

50 секретов для родителей. Воспитание подростков

© Резниченко В., 2017

© ООО «Омега-Л», 2017

© ООО «1000 бестселлеров», 2017

Введение

Дорогие родители! Всем живым существам даны способности воспитания потомства. Независимо от того, сколько лет вашему ребенку, дошкольник он или школьник, юноша или девушка, ершистый мальчик-подросток или девушка-красавица, эта книга поможет вам лучше понять его.

Чтобы вырастить любимого ребенка заботливым сыном или дочерью, образованным, коммуникабельным, рассудительным и достойным человеком, личностью и предметом вашей гордости, – для этого совершенно не обязательно иметь педагогическое образование, образование психолога. Достаточно понимать, какие наши действия приносят пользу, а какие травмируют нежную душу и психику ребенка.

На самом деле не так уж много нужно прилагать усилий в воспитании подростков, важно лишь правильно оценивать их действия и помнить о желаемом векторе развития.

Как оценивать поступки детей? Как развивать их способности? Как избежать дурного влияния? Как помочь детям с удовольствием учиться и найти смысл жизни, вы узнаете на страницах моей книги.

Секрет 1. Почему ребенок становится наркоманом, алкоголиком, бандитом

Давайте рассмотрим один из главных и серьезнейших вопросов, который беспокоит всех родителей, – как избежать того, чтобы их ребенок-подросток стал алкоголиком, наркоманом или бандитом.

Почему это так важно? Да потому, что ясны, горестны и понятны каждому последствия – это страдания, переживания, слезы родителей и трагедия самого подростка.

Я попытаюсь объяснить, почему это происходит.

Давайте посмотрим, с чем приходит человек на эту землю. Каждый ребенок рождается с определенными задатками – нет ни одного человека, который бы родился без каких-либо способностей.

На данном этапе развития цивилизации исследователи ДНК говорят о том, что дети рождаются с гораздо более высоким умственным потенциалом, чем когда-либо. Есть определенные изменения в мозге, которые говорят о том, что ребенок может усваивать и перерабатывать гораздо больше информации, чем это было возможно 20–30 лет назад.

Итак, природа наделила человека определенными способностями, темпераментом и физическим телом. У ребенка, соответственно, есть задатки, таланты, темперамент. Что такое темперамент? Это реакция на происходящие события. Если понимать, что все дети рождаются с определенным темпераментом, то тогда станет ясно, почему один ребенок реагирует быстро, а второй более медлительный. Психологи обозначили четыре типа людей: сангвиники, холерики, меланхолики и флегматики. Ребенку дается также физический потенциал, то есть физическое тело, которое позволяет ему реализовать свои способности и задатки в нашем реальном мире.

Что же нужно сделать родителям для того, чтобы ребенок стал успешным, процветающим, достойным гражданином общества, любимым сыном и гордостью семьи?

В первую очередь нужно обеспечить удовлетворение его базовых потребностей. В базовые потребности входят питание, сон, одежда, уход и гигиена. Все это способствует росту и развитию физического тела.

Теперь нужно выявить природные потребности ребенка. Они выявляются двумя способами. Первое – это потребности в виде желаний, и второе – проявление интереса ребенка к чему-либо. Ребенок высказывает свои желания, а мы не всегда серьезно к ним относимся. Если ему нравится то, что по нашему разумению, не может принести в жизни много денег, то мы считаем это занятием никчемным. Но нужно понимать, что если вашему ребенку это интересно, соответственно, в нем эта потребность заложена, дана природой. Значит, дана ему и возможность проникнуть в те знания, которые позволят именно ему и именно на этих знаниях зарабатывать большие деньги.

Возможно, он окажется способен сделать какое-то открытие или изобретение именно в этой области. Может быть, изобретет какую-то вакцину, какой-то уникальный способ изучения развития памяти или прочее, нарисует картину, которая окажется шедевром, или создаст потрясающе красивый балет. Поэтому нельзя к интересам детей относиться с ухмылками и усмешками.

Поэтому первое, что мы делаем, – обращаем внимание на склонности ребенка, выявляем его желание и интерес. Когда мы его выявили – наша задача начать это развивать.

Второе. Расширение кругозора в интересующей области. Если это спорт, то вы исследуете вместе с ребенком все, что связано именно с этим видом спорта. Помогаете ему найти

чемпионов, олимпийцев этого направления. Изучаете биографии спортсменов, того, какими путями они пришли к спорту. Ребенок должен не только тренироваться, но и интересоваться историей этого вида. Какие люди в ней были, каким образом они пришли к победам, какие трудности они на своем пути испытывали.

Третье, что мы должны сделать, – помочь своему ребенку преодолевать трудности на пути развития интереса и деятельности. И это самое главное, что должны взять на себя родители.

В чем заключается такая помощь? Приведу пример. Во втором классе моя дочь плохо читала. Она училась в специализированной школе, и преподаватель мне сказал: «Если она не научится читать, то вам придется перевести ее в другой класс».

Я пришла домой и ей говорю: «Дочь, ты читаешь плохо. Ты не соответствуешь тому требованию, которое предъявляют учителя для уровня твоего класса. Тебе нужно выбрать для себя путь. Что мы с тобой будем делать? Ты хочешь переходить в другой класс?» Она ответила: «Нет». Я ей говорю: «Значит, так, раз ты сделала выбор и остаешься в этом классе, соответственно мы должны с тобой научиться читать».

Я не сидела с ней и не заставляла ее читать. Я ей сказала: «Моя любимая дочь, вот когда ты была совсем маленькая, я всегда тебе читала сказки, рассказывала их. А теперь давай-ка, читай мне. Я устала, я полежу, а ты мне будешь читать».

И представьте, за месяц ребенок начал читать очень бегло. Через какое-то время дочь сама начала читать книги, энциклопедию. В пятом, шестом классе для нее уже не было проблемы прочитать за месяц книгу в 200–250 страниц. Сейчас она в неделю читает одну книгу.

Преодоление этой первой трудности было для меня базовой точкой для преодоления остальных. Что я делала? Например, в восьмом классе у нее возникла проблема с геометрией. Тогда я ей сказала: «Послушай! Ты уже однажды преодолела свое неумение – ты когда-то не умела читать. И ты научилась! Поэтому нужно не нервничать, а абсолютно спокойно подойти к приобретению нового навыка. Давай сядем с тобой и будем разбираться!»

Нужно заметить, что непонимание предмета складывается из нежелания учить, из-за непонимания того, как это сделать. Мы с ней стали разбираться с фигурами. Сделали их из бумаги. Разобрались, какие у них есть параметры: медианы, хорды, оси, биссектрисы, высоты, углы, стороны. После этого она стала абсолютно уверенно решать задачи по геометрии.

Прошло какое-то время – и у моей дочки возникли очередные трудности, теперь уже в институте. На этот раз были проблемы с начертательной геометрией. Она пришла и говорит: «Мам, может, кому-нибудь заплатить – пусть сделают?» Я говорю: «Ты можешь заплатить. Ты пойми, что раз ты сейчас этого не можешь сделать – ты все равно в жизни столкнешься с ситуацией, когда ты должна будешь этому научиться!»

После этого она несколько раз перечертила. Поскольку у меня первое образование техническое, начертательную геометрию я знала. Я объяснила ей, как это делается. Она испортила пять листов бумаги. А на шестом сделала все прекрасно. Вот эти три события, когда она смогла преодолеть возникшие затруднения самостоятельно.

Я ей помогала, но помощь моя была скорее мотивационной. Меня больше интересовало то, как же она все-таки поступит. Я подходила к ней, смотрела, спрашивала: «Как дела? Как все продвигается?» Что-то ей подсказывала, что-то поправляла. Она сделала, и ей поставили «4». Какое было счастье в глазах ребенка! Она смогла!

Естественно, чем взрослее она становилась, тем сложнее становились задачи. И каждый раз, когда у нее возникала проблема, мы вместе начинали вспоминать чтение, геометрию, начертательную геометрию. Она улыбалась и говорила: «Ну ладно, сейчас подумаю, что можно сделать».

По мере взросления ей проще было решать задачи. Она понимала, раз возникла задача,

значит, нужно что-то предпринять. Нужно более детально разобрать этот вопрос, и тогда придет понимание, и это понимание позволит решить задачу. Это очень важно – помогать детям преодолевать трудности и фиксировать на них внимание. Поощрять словами, сюрпризами, «вкусняшками». Похвалой: «Молодец! Смотри, да ты умница, красавчик, ты победил! Да ты настоящий герой!» Всеми способами нужно поощрять успехи детей. Что-то, может быть, купить или пойти вместе в кафе, мороженое поесть. Как-то этот успех отметить. Или, допустим, что-то подарить ребенку, совершенно ничего не обещая заранее, а прийти вечером – и что-то интересное преподнести.

Не поощрять беспомощность в процессе воспитания нужно еще и потому, что возможным следствием ее является пристрастие к наркомании, алкоголизму и тунеядству.

Таким образом вы выявляете интересы и потребности своего ребенка, а потом их развиваете, учите его преодолевать трудности.

Что происходит, когда мы этого не делаем? У человека есть сознание и подсознание, слой потребностей – задатков и способностей. Нам дано знание нашего рода и знание Вселенной. Что происходит, когда мы неправильно относимся к детям, не заботимся о развитии их способностей? Представьте слоеный пирог, закрытый в сосуд. Приобретенная ребенком беспомощность создает образ крышечки, а снизу на эту крышечку давит природная потребность в реализации своих способностей. Эта «крышечка» – убеждения, неправильное отношение к интересам ребенка, неправильное выявление его потребностей, запреты, неправильная помощь, чувство беспомощности.

Изнутри исходит потребность и желание реализоваться, а беспомощность, выраженная в чувствах: «Я не могу, это не для меня, у меня не получится» не дает действовать. Происходит серьезный внутренний конфликт.

Энергия, данная на реализацию талантов, энергия нереализованных способностей выходит наружу через компьютерные игры, алкоголь, наркоманию. Чем плотнее крышечка – убеждения, беспомощность, комплекс неполноценности, тем сильнее нужно средство, которое нейтрализует эту потребность. Эта «крышечка» – путь в наркоманию, алкоголизм.

Ни одна мать не пожелает, чтобы ее сын вырос бандитом. Но кто такой бандит? Бандит – это человек, у которого огромные задатки лидера. Но только со знаком минус. Запреты и ограничения, отсутствие нравственного воспитания и, главное, отсутствие опыта в решении проблем и зарабатывании денег, обозленность на всех людей – все это путь к асоциальному образу жизни. Ненависть к людям позволяет поступать по отношению к ним чудовищным образом. Именно комплексы порождают такие чувства, как злость, ненависть.

Подростковой период – это последний этап накануне взросления ребенка. И ребенку важно помочь правильно пройти его, даже если что-то было упущено в школьном возрасте, в младшем школьном. Уделите этапу взросления больше внимания, и ошибки обязательно можно будет трансформировать во что-то хорошее и позитивное.

Секрет 2. Как сформировать у девочки самоуважение и женское достоинство

Женщина наделена такими же дарами свыше, как и мужчина, но вдобавок к сознанию, подсознанию, задаткам, способностям, доступу к знаниям своего рода и к знаниям Вселенной в ней заложен еще инстинкт материнства.

Он заложен, но, как и способности, талант и задатки, его нужно развивать, в этом и заключается процесс воспитания. Каким образом он воспитывается? Прежде всего, моделью является поведение мамы.

Какие отношения в семье? Если в ней есть место деспотизму, и роль жены – это «подай, принеси, пошла вон!», то в этом случае у девочки формируется рабская модель поведения.

Когда в возрасте 15–16 лет у девочки происходит переоценка ценностей, рушится авторитет матери. Она видит других женщин, наблюдает, как к другим женщинам относятся в семьях, и эта привычная для нее модель терпит крушение. Тогда она на уровне сознания выбирает себе другую модель поведения во взаимоотношения с мужчиной, а ведет себя по модели матери.

Что происходит на самом деле? С одной стороны, она осознанно хочет следовать такой модели поведения, когда девочку, женщину уважают, к ней относятся доброжелательно, дарят ей подарки. А с другой стороны, у нее в подсознании скопирована модель поведения матери, потому как дети учатся подражая. Поэтому у нее в подсознании модель поведения рабыни. И идет расщепление личности, то есть она хочет быть достойной женщиной, а поведение ее провоцирует на ее угнетение, и она заставляет мужчину действовать совершенно другим образом. Она не понимает, почему так происходит. Вот это очень серьезный момент – происходит раскол личности женщины, и у нее появляется страх: она не хочет жить так, как жила ее мама, но она не может жить так, как она этого хочет.

Естественно, помочь разобраться с этой проблемой восприятия себя и отношения к себе может психолог. Может помочь и мама, если она сама сумеет изменить отношение к себе, разобраться с убеждением, которое ее заставляет чувствовать себя рабыней. Второй очень важный момент – необходимо, чтобы девочка уважала себя как девочку, как личность. Девочку нужно учить заниматься хозяйством, но следует помнить, что она не принцесса, но и не домработница. Домашняя работа должна быть посильной для ребенка.

У меня была знакомая, которая завела правило: ее дочь должна была, приходя со школы, мыть полы. И если она этого не делала, то, возвращаясь с работы, мать ругала, наказывала девочку. Это была ее обязанность – ежедневно мыть полы.

Я спрашивала: «Ты кем растишь свою дочь? Домработницей, что ли?» На это был ответ: «Она должна научиться порядку!» Вот таким образом к порядку вы никогда свою дочь не приучите. Чтобы к этому приучить, она должна любить домашние дела. Как этого достичь?

В любых действиях ребенка должен быть смысл. Нужно ребенку объяснить: мы все работаем, и мама, и папа работает, а дети ходят в школу. Для деток школа – это тоже работа. А приходя в дом, мы должны каждый что-то сделать для того, чтобы нам в этом доме было уютно, чтобы мы чувствовали себя комфортно. Для этого дома должно быть чисто.

Распределяются обязанности: папа занимается мужскими делами вместе с сыном. Мама – женскими делами вместе с дочерью. Можно устраивать праздник под названием «Чистый дом» в субботу или воскресенье. И уборка, например, завершается вкусным ужином. У всех членов семьи есть свой участок работы: кто-то чистит картошку, морковку, кто-то поливает цветы, моет пол. Работая на пару с родителями, дети учатся выполнять все более сложные процессы.

Нужно раскрывать девочке кухонные секреты, чтобы она не тратила много времени на приготовление еды, на уборку кухни. У нее не должно создаваться чувство, что кухня – это так тяжело, так долго.

Во-первых, сейчас много разнообразной бытовой техники, которая позволяет взбивать, замешивать, размельчать очень быстро. Девочку нужно обучать пользоваться всякими приспособлениями, терками для того, чтобы любое блюдо она могла приготовить в течение получаса – сорока минут, поставить его в духовку – и на этом все. Задача мамы – постараться сделать так, чтобы кухня дочери была в радость, чтобы она тратила на нее мало времени и при этом смогла на стол поставить массу красивых вкусных блюд.

Уборка в доме – аналогично. Практически у всех нас сейчас есть моющие пылесосы, всевозможные паровые утюги и прочее. Наведение порядка – протирание пыли, глажка штор, тюля – все это должно делаться максимально легко, с помощью парового утюга. Повесили тюль, шторы, паровым утюгом в течение десяти минут прошлись – и во всех комнатах висят уже глаженные шторы.

Ни в коем случае нельзя девочку загружать так, чтобы вызвать в ней ненависть к домашнему хозяйству. Домашние дела детьми должны исполняться без нареканий, тогда они им нравятся. Как и взрослым. Когда человеку не в тягость, он всегда найдет полтора часа для того, чтобы стол был накрыт, а дома было чисто.

Третий момент. В девочке нужно культивировать девочку. Сейчас мода шагнула так далеко, что у нас девочек одевают в джинсовые костюмчики, всевозможные штанишки с самого раннего детства. Но девочка есть девочка. И ее одежда – это платье.

Если вы регулярно делаете ей прическу, заплетаете косички, если у нее есть красивые бантики, у девочки развивается чувство красоты, женственности, чуткое восприятие цвета, вырабатывается осанка, походка.

Если вы постоянно уделяете внимание голове, волосам, то можете быть уверены, что когда дочь подрастет, она всегда будет следить за своей внешностью и стараться при любом течении моды походить на женщину, а не ходить в рваных джинсах, которые к тому же как попало сидят.

Она будет всегда стремиться элегантно выглядеть в платье, на каблучках, будет уважать в себе женщину. А уважающая себя женщина не позволит недостойного отношения к себе. Но для этого родителям изначально в своих детях нужно уважать личность.

Уважение к детям со стороны родителей, а также саморазвитие позволят уберечь детей от вредных привычек. Если этого нет, и в ребенке не развивают личность, то, естественно, свято место пусто не бывает. Если не прививается нравственность – девочка будет безнравственна, не прививают честность – откуда ей взяться? Если дети не развиваются в определенном направлении, они деградируют.

Если вы научили девочку относиться к себе с уважением, привили ей модель поведения, которая возвышает женщину, при которой мужчины к ней относятся с уважением, если при этом она еще интеллектуально развита, то она с большой долей вероятности найдет свое предназначение.

Женщине от природы дано умение совмещать свое высшее предназначение и материнство.

Если девочка нашла свое дело в жизни, – предположим, она красиво рисует, поет, занимается гимнастикой, балетом, словом, делает что-то для души, что-то такое, от чего у нее душа раскрывается и растет, то у нее, конечно, нет времени на то, чтобы где-то в подворотне пить, колоться и прочие разрушительные вещи делать. Но для этого нужно ей найти занятие по душе.

Еще один важный момент – воспитание нравственности. Нравственность обеспечивает детям здоровую генетику. Если женщина боится потерять мужчину и хочет родить ребенка

просто для того, чтобы удержать его, то это бесполезные усилия, пустая трата времени и сил. Мужчина все равно уйдет. Никто никогда детьми не удержал ни одного мужчину, и это намерение нужно выбросить из головы. И девочка должна понимать, что нравственный критерий заключается в том, чтобы не лезть в чужую семью, не разводить супругов. Хотя бы потому, что человек, которого она сможет увести, через несколько лет может встретить другую женщину – найдется еще одна такая же умная, которая сделает то же самое. На чужом несчастье свое счастье не построишь. Знаю массу таких примеров.

Девочке нужно объяснить, что у нее должен быть один мужчина, что она не постельная принадлежность, которую будут таскать по кроватям. Что она личность. Таких женщин единицы (возможно, с каким-то генетическим отклонением), у которых есть потребность быть именно постельной принадлежностью.

Девочке необходимо говорить и, естественно, служить примером того, что женщина – целостная натура, что она будущая мать. Объяснять дочери, что смена половых партнеров чревата последствиями для ее будущего ребенка, для взаимоотношений с будущим мужем и вредна для ее здоровья.

Может случиться так, что она будет идти со своим любимым человеком, а вслед ей будут свистеть или кричать, а то и ему на ушко шептать, что она девочка легкого поведения. Если они поженятся, то в семье возникнут конфликты. Таких трагедий я в своей жизни тоже видела довольно много. Аборты, после которых девушка не могла родить, венерические заболевания, которые подрывали здоровье, – все это следствие неразумного, безнравственного поведения в юности.

Девушка встречалась с одним кавалером, потом еще с одним, еще с одним – а потом каждый из них по случаю встречались с молодым человеком, которого она искренне любила, говорили ему разные непристойные вещи, которые впоследствии стали причиной разрыва отношений. Так происходит трагедия.

Мама должна научить девочку уважать себя, без этого ее никто уважать не будет. Не только суметь объяснить девочке, но и служить примером для дочери. Это не позволит девочке деградировать, стать гулящей, пристраститься к алкоголю или наркотикам. Родителям важно понимать: чтобы их дочь не маялась по жизни, не доставляла им огорчений, тревог и проблем, есть только одна альтернатива – это развитие души и нравственности, раскрытие и развитие ее личности, формирование дружелюбного характера и умения себя защитить.

Секрет 3. Блузка не от «Армани», а карандаши китайские – как научить ребенка выстоять перед насмешками одноклассников из-за бедности

Мне и самой пришлось столкнуться с такой проблемой. Моя мать воспитывала двоих детей. Она работала уборщицей и зарабатывала 40 рублей в месяц, которых, естественно, не хватало на то, чтобы одевать нас хорошо и покупать школьные принадлежности.

Каждый год собирался педсовет, на котором определяли, кому из малоимущих семей что покупают. И вот мне один раз в два года покупали пальто и форму. То есть один год я 1 сентября приходила в новой форме, а на следующий год – в форме с заплатками на локтях. Не могу сказать, что в то время я очень уж подвергалась насмешкам, но все-таки материальное неблагополучие моей семьи чувствовалось в моих отношениях с одноклассниками. Меня сторонились, старались со мной не общаться. Правда, я от этого особо не страдала, у меня была подружка в классе и во дворе. Я занималась легкой атлетикой, там был свой круг друзей, а также я имела обязанности по дому. У меня была одна настоящая проблема – как быстро сделать домашние дела, приготовить уроки и сбежать на тренировку.

Училась я хорошо. У меня не было никаких затруднений с предметами. Если были какие-то литературные альманахи, смотры-конкурсы, я всегда принимала в них участие, читала стихи.

В шестом классе начали отбирать на городскую зимнюю олимпиаду по физике. И преподаватель отправил меня на олимпиаду, где я заняла 1-е место. Была школьная линейка. Мне вручали грамоту и книгу в подарок. Когда назвали мою фамилию, я испытала невероятную радость! Я вышла в валенках, которые были подшиты, в форме, у которой были заплатки на рукавах. Я шла к директору школы, и у меня мелькнула мысль: а ведь, независимо от того, как я одета, я намного умнее их!

Вот эта возникшая тогда совсем детская мысль стала для меня некой точкой опоры. Да, это не совсем так, нельзя, конечно, одежду сравнивать с умом. Но я как личность стала чувствовать себя намного комфортнее. Да, мать не может позволить себе одевать меня так, как я хочу, но я вырасту и смогу сделать это сама. Я буду одеваться так, как я этого захочу. Для себя я решила тогда, что я буду знать по любому предмету, который бы мы ни изучали, в два раза больше всех в классе.

На каждом уроке я внимательно слушала учителя, дома тщательно готовила домашние задания и перед тренировкой заходила в библиотеку, брала энциклопедию и читала ее там. В мои школьные годы с энциклопедиями, вообще с книгами была, конечно, напряженка, только в библиотеке можно было что-то почитать. Мало того, что их в продаже не было, но и, естественно, при такой нищенской зарплате мать не могла потратить деньги на книги. Поэтому я ходила в библиотеку.

В восьмом классе, когда мы сдавали экзамены, я без каких-либо проблем сдала все экзамены, даже не готовясь к ним. В строительный техникум я поступала чисто за компанию. Мне строительство не особенно нравилось, но мне было все равно, куда идти, потому что я хотела в мединститут, а мать мне сказала: «Я не смогу тебя содержать столько времени! Тебе нужно закончить техникум, пойти работать, а потом уже пойдешь в институт».

Понимая, что перспективы стать врачом у меня нет, я была почти равнодушна к тому, куда идти учиться. Я поступала за компанию с друзьями и подружками с нашего двора. Было отделение ПГС, на которое был очень высокий проходной балл – 9 баллов. Нужно было сдать на «5» и «4». Я получила 10 баллов, то есть у меня были обе «пятерки».

Все, кто шел поступать на это отделение, хотели учиться именно там. Им нравилась их будущая специальность. И кто-то из них не поступил. Отчасти мне из-за этого было как-то не по себе, я ведь заняла чужое место.

Так вот, что я хочу сказать. Даже если в семье не хватает денег на то, чтобы одевать ребенка от «Армани», покупать ему фломастеры какой-то суперфирмы, это преодолимые проблемы. Ребенок может абсолютно нормально социально развиваться в любом классе. Что для этого нужно? Объяснить вашему сыну или дочери вразумительно одну простую вещь. На данном этапе жизни он по материальному положению семьи лучше выглядеть не может. Но для того, чтобы для него когда-нибудь наступили лучшие времена, он должен знать, ну, скажем, втрое больше тех, кого родители могут во взрослой жизни пристроить на «теплое» место. Это позволит ему либо создать свое дело, либо устроиться на работу, которая позволит зарабатывать достаточно денег, чтобы содержать себя на должном уровне.

И еще есть один важный момент. Помимо школьной успеваемости помочь детям раскрыть свои способности поможет какой-либо вид творчества – танцы, балет, рисование, пение или спорт. Если ребенок занимается чем-то еще, помимо знаний, то он получает все шансы стать уникальной личностью. Так вот, задача родителей, даже они если живут на скромную зарплату, помогать детям осваивать школьные знания, расширять кругозор посещением музеев, выставок. А еще с уважением относиться к своим детям, научить их иметь свое мнение. Такие установки позволят ребенку комфортно чувствовать себя в любой компании.

Секрет 4. Если ребенок задает вопросы, и вы не знаете ответа

Если к вам подошел ваш ребенок и задал вопрос, эту ситуацию нельзя оставлять без внимания.

Однажды я пришла домой уставшая, ко мне подошла дочь – она тогда училась в шестом классе – и о чем-то спросила. Мне не хотелось разговаривать, и я сказала: «Дочь, знаешь, я не знаю». Ее реакция потрясла меня. У нее округлились глаза, она сказала: «Как это ты не знаешь – ты же мама!» Мне стало стыдно.

Я поднялась и говорю: «Давай посмотрим, что у нас тут в книгах об этом есть, что есть в энциклопедии». Пока мы искали книги, энциклопедию, я у нее спросила: «Почему у тебя возник этот вопрос?» Она мне рассказала, какая ситуация, что там произошло. И мы начали с ней разбираться. Естественно, я отвечала на вопросы, которые у нее возникали в процессе беседы, и с тем ее вопросом мы тогда тоже разобрались. Но я для себя поняла раз и навсегда, что поскольку я мама, значит, должна знать практически все. Я не могу знать все в буквальном смысле, это каждому понятно, но и оставлять вопросы своего ребенка без ответа тоже не должна.

Значит, нужно искать ответ вместе. Итак, вот мои выводы.

Первое. Родителям нужно усвоить, что отвечать на вопросы детей – это естественная необходимость.

Второе. Если вы не будете отвечать на их вопросы, то, будьте уверены, на них найдется кому ответить. Они найдут ответ в Интернете, у друзей. И не факт, что этот ответ будет им на пользу. Вполне возможно, что то, так как вашему ребенку разъяснят этот вопрос на стороне, впоследствии для вас обернется горем и бедой. Поэтому нужно помнить всегда, что ложка дорога к обеду. И если у ребенка возник какой-то вопрос, значит, ему нужно решить его срочно. Это как острая фаза заболевания. Вы же знаете, если в острой фазе его не вылечить, то оно переходит в хроническую, и всегда возникают рецидивы. Поэтому задача, на мой взгляд, состоит в том, чтобы объяснить ребенку авторитетно и со знанием дела.

Если вы не знаете ответ на этот вопрос ребенка или не знаете, как ответить, всегда можно сказать: «Точно я не знаю. Давай-ка мы с тобой уточним. Наберите в Интернете заданный вопрос в поисковике, найдите информацию, прочтите сами, что это и как, а потом разъясните ребенку, поговорите с ним на эту тему. Причем отвечать на вопросы ребенка нужно не просто исходя из конкретной ситуации, а рассматривать ее глобально, с перспективой применения в жизни, то есть понимать, что ответ принесет ребенку в будущем.

Ваш ответ должен служить ему путеводной звездой и в 16 лет, и в 20, и в 30, то есть помогать ему на протяжении всей его жизни. Поэтому с ответами нужно тоже быть корректными. Повторяю, если не знаете, что можно ответить, можно схитрить и отыскать ответ сообщая. Но обязательно нужно отвечать на детские вопросы, тем самым поддерживая свой родительский авторитет.

Если дети перестают задавать вопросы, то это тревожный сигнал. Возможно, вы несколько раз не ответили на вопросы подростка или считаете, что вы очень заняты, а сын или дочь уже достаточно взрослые, чтобы самим разобраться. Нужно понимать, что так вы разрушаете их доверие и уважение к себе собственными руками.

Секрет 5. Как вырастить ребенка честным и порядочным

Ребенка невозможно вырастить честным и порядочным человеком, если не соблюдать основного правила воспитания. Ребенок должен усвоить правило: делай, что хочешь, но сумей пережить последствия своих поступков. И еще одно: ты можешь делать, что хочешь, но не мешай другим.

Хорошо, если вы усвоите простую, но полезную истину. Если ваш ребенок конфликтует с кем-то, то в этом конфликте всегда виноваты двое: ваш ребенок и другая сторона. Не стоит сразу бежать к учителям, разбираться, возмущаться. Ваша задача состоит в том, чтобы с помощью вопросов, которые вы будете задавать, разобраться в ситуации. Как это произошло? Почему произошло? Что ты сделал? С чего все началось? Задавая их, вы оцените 50 процентов вины вашего ребенка.

Конфликт означает, что у вашего ребенка есть проблема в отношении к самому себе, возможно, и в отношении к другим людям. Либо он над кем-то насмехается, либо он не воспринимает шуток в свой адрес, либо он на кого-то кляузничает, «подставляет», как это у нас принято говорить. Если же конфликт связан с тем, что так поступают по отношению к вашему сыну или дочери, то проблема кроется в его заниженной самооценке.

Сколько бы вы ни бегали в школу и не заступались за свое дитя, проблема самооценки останется прежней или даже усугубится. Этот вопрос очень важен. Поэтому нужно выяснить, в чем заключается проблема вашего ребенка.

Если его «подставили», тогда встает другой вопрос: почему по отношению к вашему сыну или дочери так поступают? При любом раскладе конфликтная ситуация проливает свет на неблагоприятные качества, которые у подростка уже начинают формироваться.

Родители должны обратить на это пристальное внимание, потому что в противном случае ребенок перенесет эти проблемные качества во взрослую жизнь, в которой его будут сопровождать примерно такие же конфликты.

Если вы будете смотреть на ситуацию с позиции того, что ваш ребенок всегда прав, если будете говорить, что другие люди по отношению к нему поступают плохо, и они виноваты, значит, вы занимаете такую позицию, что все окружающие являются проблемой, и мир в целом жесток и несправедлив. Как следствие у ребенка формируется антисоциальное восприятие общества, то есть все общество является для него проблемой.

Это легко проверить, проведя эксперимент. Представьте себе: вот стоит перед вами ваш ребенок или муж, и вы говорите ему: «Ты – проблема!» Когда вы произнесете это пять-шесть-семь раз, у вас в памяти всплывет все то, чем вас огорчил ребенок, каким образом нашкодил, какие проступки совершил. И если это ваш муж, то по отношению к нему всплывут все негативные моменты, которые у вас есть в памяти.

Вторая жизненная позиция – когда вы говорите себе: «Я – проблема. Я плохо воспитала ребенка». У вас формируется чувство вины. Но чувство вины никогда не служило той точкой отсчета, с которой можно было бы разрешить правильно какой-либо конфликт.

Есть универсальная формула, которой нужно научить ребенка. Ты – проблема, и есть твои 50 процентов вины, которые создали конфликт, и я – проблема, которая тоже имеет свои 50 процентов участия в этом конфликте. Что тогда получается? Ты – проблема и я – проблема, но у нас обоих есть разум для того, чтобы разрешить эту проблему. Когда есть пространство для диалога, где дети могут абсолютно спокойно и адекватно урегулировать создавшуюся ситуацию.

И тогда большинство проблем станут разрешимыми.

Почему я пишу об этом в связи с воспитанием порядочности и честности? Потому что честные и порядочные люди – эти два понятия настолько заезженные, что уместнее будет использовать именно такую формулу, в которой ты видишь и признаешь свои 50 процентов конфликта.

Для вас и вашего ребенка-подростка важно понять, в каких вопросах у него есть сложности с социальной адаптацией. Конфликт является сигналом того, что что-то нужно исправлять. Исправлять какую-то черту характера либо несколько, корректировать свое поведение, которое приводит к конфликту.

Если ребенок в подростковом возрасте научится регулировать возникающие противоречия, для него социум станет более безопасным. Он будет понимать, что умеет разрешать конфликтные ситуации. И когда он приобретет соответствующий опыт, то уже не будет допускать их. Он будет видеть, что конфликт назревает, и знать, какие действия нужно предпринять для того, чтобы погасить его.

Морально-нравственное воспитание основывается на десяти заповедях, которые в разных религиях описывают одно и то же отношение к окружающим людям. Родители являются для своих детей примером во всем. Если вы были честны по отношению к своим детям, они будут такими же. Нет у них пока другой модели для подражания.

Секрет 6. Как уберечь сына или дочь от влияния улицы

Самый простой ответ на этот вопрос очень короткий – никак. Можно ли изловчиться и не допустить поступления свежего воздуха в открытое окно? Ответ однозначный – нет.

Вы не можете ребенка оградить от влияния улицы. Так или иначе он будет взаимодействовать в школе с одноклассниками. Он будет взаимодействовать с детьми во дворе, в секции или кружке, если будет посещать их.

Важно не оградить ребенка от улицы, а привить ему нормальные человеческие качества. Положительные. Расскажу одну историю из своего детства. Я с друзьями шла с тренировки. Все мы учились в шестом классе, только я в 6 «Б», а они – в 6 «А». Жили мы в одном дворе. Был вечер, часов, наверное, восемь.

Мы проходили мимо нашего горисполкома. По другую сторону дороги было расположено кафе. Проходя мимо него, мы увидели открытое окно – работники, видимо, забыли его закрыть. Один из мальчиков, который был с нами, говорит: «Давайте залезем, посмотрим, что там». Я говорю: «Нет, я не полезу. Я пошла». Я сделала лишь несколько шагов, а они постояли, поговорили с подружкой, потом догнали меня, и мы все вместе пошли домой. Дойдя до подъезда, я первой вошла в дом, а они двинулись дальше, к себе. Через два дня в школе в класс заходит классная руководительница, нас всех поднимает и объявляет о школьной линейке. Выстроили все классы во дворе, и директор школы говорит: «Нашими учениками шестого класса было ограблено кафе».

Я думаю: «Интересно. Они же со мной домой тогда пошли?» Потом выясняется, что они дошли до подъезда, встретили девочку постарше с нашего двора, сказали ей об открытом окне в этом кафе, и она им предложила: «Пойдем залезем!» Они дружно вернулись, залезли в это кафе через окно, взяли шоколадки, какие-то консервы, и с этим сбежали.

Девочка была постарше, она взяла еще и спиртное. Все это они спрятали на кладбище. Ровно через день их нашли. Каким образом нашли, не знаю, но нашли. Началось разбирательство. Директор кричала, возмущалась: «Как вы могли так поступить?! Школу опозорили на весь город!»

Суть случившегося вот в чем. Когда малая группа подростков собирается, они начинают мыслить коллективно, образуется коллективное бессознательное. Оно имеет уровень самого низшего мышления: украсть, избить, соврать, совершить любые другие асоциальные действия. Чтобы ребенок умел противостоять низшему коллективному бессознательному, у него должны быть устойчивые моральные принципы. Они, естественно, прививаются в семье. У меня был старший брат, на три года старше меня. Нам обоим покупали школьные принадлежности, бумагу – ему получше, мне похуже, подешевле. Он хорошо рисовал, и ему всегда покупали хорошие карандаши. Мне хотелось пользоваться его карандашами, его резинкой или взять у него тетрадь. Мать меня за это ругала, наказывала. А с братом мы вообще за это дрались. И вот мне дома четко, методично каждый день объясняли, что по сути я ворую карандаши у брата. Внушали до тех пор, пока я не усвоила: чужое трогать нельзя. И я перестала брать его вещи. Просто просила у него разрешения что-то из его принадлежностей взять. У меня сформировался этот принцип внутри: я, независимо от того, видят меня или нет, чужие вещи не беру. Если мне что-то нужно, я могу спросить, попросить.

Еще один принцип, который сформировался у меня в семье, – не врать. В детстве, как и все дети, я хулиганила. Если получила по какому-то предмету «двойку» или разговаривала на уроке,

учительница писала маме записку о том, что ее дочь не готова к предмету и она получила «2». Эту записку она сворачивала и вручала мне. А я передавала маме. Просто однажды мать пришла в школу и говорит учительнице: «Я не всегда могу в школу прийти, вы пишете записку и отдавайте дочери. Она мне принесет». На лице учительницы было невыразимое удивление, но мать ее уверила: «Она мне точно принесет и отдаст». Что я и делала. Если я получала «двойку» или вела себя плохо, то приносила учительскую записку и говорила: «Мам, я получила «два», я на следующем уроке исправлю». И все, вопрос был закрыт: она знала, что я ее исправлю.

Поэтому, когда вы формируете концептуально правильные черты характера в ребенке, вам не придется беспокоиться о том, что на него будет влиять улица. Если эти качества не сформированы, то понятное дело – он всегда будет попадать под влияние толпы.

Так вот, задача родительского воспитания – привить ребенку такие качества, как правдивость и ответственность за свои поступки. Он должен быть уверен, что вы не побежите и не будете вместо него решать возникшие у него проблемы. Понятное дело, что, как взрослый человек, вы пойдете и будете пытаться уладить этот вопрос, но говорить ребенку об этом совершенно не обязательно. Нужно, чтобы он четко понимал, что за свои поступки он должен отвечать сам, что их последствия лягут на его собственные плечи. Тогда у ребенка формируется чувство ответственности, а вместе с ним и личное мнение.

Прежде чем что-то сделать, он десять раз подумает. Здравый смысл всегда возьмет верх в любой ситуации и помешает ему попасть под чужое влияние. Я очень часто попадала примерно в такие же ситуации, когда подростки собирались коллективно нахулиганить.

Я понимала, просто знала наверняка, если я это сделаю, дома меня ждет «очень теплый прием». Я не столько боялась милиции, того, что меня поставят на учет (так нас учителя стращали за плохую успеваемость и плохое поведение), сколько реакции дома. Я понимала, что мне мало не покажется, меня сильно накажут, и воспринимала это нормально. Сделала – получи. Когда я перешла в другую школу, всех удивляло то, что учителя отдают мне записки для матери, и я их передаю. Мне говорили: «Ты что, это отнесешь матери?» Я говорила: «Да». Для меня это не было проблемой, потому что мать всегда мне говорила: «Принесешь мне записку, не совершь – не получишь. Твоя задача только исправить «двойку». Но если ты не принесешь записку, обманешь меня, ты получишь за то, что получила «два» и за то, что обманула». Таким образом во мне сформировали такое качество, как честность.

А что значит честность? Это когда для тебя не стоит вопрос: смотрят за тобой или не смотрят, это честность по отношению к самому себе. И ты становишься целостной личностью, когда тебе не нужно иметь несколько лиц. И это очень-очень облегчает общение. Поэтому, дорогие родители, нужно обратить внимание на то, какие качества характера вы формируете в собственном ребенке, и каких последствий вы в связи с ними можете ожидать. Если вы решаете за детей созданные ими проблемы вместо того, чтобы научить их обдумывать возникшие ситуации и разрешать противоречия самостоятельно, то вам нужно быть готовым решать проблемы ваших детей всю жизнь. Не лучше ли помочь им разобраться в конфликте и предложить несколько вариантов выхода из затруднения? Окончательное решение, однако, должен принимать ребенок. То есть, если на улице, в классе назревает ситуация с негативными последствиями, то у подростка должно хватать мужества сказать «нет» и уйти домой. Сказать сверстникам: «Нет, я не буду в этом участвовать». И это уже проявление личности подростка. Да, несколько раз скажут, что он струсил.

На это нужно найти адекватный ответ: «Я не струсил, я просто не хочу последствий и проблем для своих родителей».

Очень хорошо формирует волю и качества характера спорт.

Я не говорю о профессиональном спорте, что вот нужно ребенка отдать в секцию, и пусть

он непременно станет профессиональным спортсменом, чемпионом мира. Я говорю о спорте, который дает ребенку возможность преодолевать трудности, испытывать радость побед, воспитывать волю.

Спорт дает осязаемое чувство преодоления трудностей и чувство победы. Вот чувство победы всегда будет той отправной точкой, которая поможет преодолевать по жизни все проблемы.

Секрет 7. Подросток не рассказывает дома о своих делах, все из него нужно «вытаскивать клещами»

Почему дети утаивают от родителей сведения о своих делах? На это есть разные причины, и все они связаны с недостатком доверия.

Что такое доверие? Это уверенность в чьей-либо добросовестности, искренности и правильности. Давайте рассмотрим каждый из этих параметров.

Искренность. Ребенок обратился к вам с конкретным вопросом, и вы ищете ответ на него, помогаете ему преодолеть трудную ситуацию. В выборе варианта вы исходите из необходимости сохранить собственное спокойствие и советуете ему обойти эту проблему. Либо сбежать от этой проблемы. Или потерпеть.

Например, недавно у нас в семье была такая ситуация. Дочь устроилась работать на госпредприятие с очень большим окладом. Через месяц она сказала, что ей там не интересно, и она не хочет там работать. 99 процентов родителей начали бы уговаривать:

«Потерпи, работа престижная, зарплата прекрасная – работай!» Для моего спокойствия это совершенно обоснованная реакция, а для дочери – нет. Я у нее спросила: «Что, совсем неможешь?» Она ответила: «Да». Я сказала: «Ищи такую, где тебе будет интересно работать».

Через несколько дней она устроилась туда, где ей было интересно и сейчас с удовольствием работает.

Когда вы таким образом решаете проблему, у ребенка возникает чувство удовлетворенности, он испытывает к вам доверие, потому что вопрос решается с учетом его желания. Если бы я стала уговаривать ее остаться на прежней работе, она бы такое мое поведение расценила как неискреннее.

Когда вы исходите из собственного спокойствия и рациональности, то ваши советы совсем не нравятся детям. Нужно понимать, что любая проблема у ребенка возникает в том случае, когда ему нужно либо развить определенные качества, либо исправить какую-то черту характера.

Добросовестность. Ваш ребенок доверил вам какую-то тайну. Вы из самых лучших побуждений поделились со своей подругой, приятельницей, отцом, то есть передаете детскую тайну третьим лицам. Взрослые в детских проблемах не видят ничего сложного. Они видятся простыми, обыкновенными, им кажется, что ничего секретного в этом событии нет. Мы не понимаем, что если ребенок это рассказал как тайну, то для него это очень важно, и ее раскрытие для него очень болезненно. Когда он узнает, что секрет, который он доверил, мама рассказала подруге, или папе, или приятельнице, или бабушке, у него возникает обида и недоверие к матери, и он перестает рассказывать ей сокровенное, начинает прятаться. Поймите, если бы ребенку нужно было рассказать свою тайну всем членам семьи, он сделал бы это и без вас.

То есть когда мы выдаем секрет нашего сына или дочери, мы подрываем свой авторитет как человека, которому можно доверять. А раз доверие подорвано, то ждать того, что ребенок придет и расскажет вам о своих тревогах, трудностях, уже не приходится. Потерять доверие ребенка намного проще, чем восстановить его.

Правильность. Наши советы дети проверяют на практике и видят, что результат получается очень плохой. Возможно, ваша рекомендация не сработала, и ребенок попал в еще худшую ситуацию. А может оказаться, что ребенок воплотил сказанное вами в жизнь не так, как вы ему посоветовали. Так или иначе, дети делают вывод, что мама не компетентна или папа не

компетентен, если дают неправильные советы.

Что же делать?

Проанализируйте все ситуации, в которых вы, возможно, поступили некорректно.

Лучшее, что можно сделать, это извиниться и сказать: «Я это делаю из лучших побуждений! Насколько я поняла, мой совет тебе не помог. Я не совсем разобралась в ситуации, поэтому мой совет оказался не очень практичным и полезным для тебя. В следующий раз было бы хорошо, если бы ты мне подробнее все рассказывал, чтобы мы находили лучшее решение, которое позволит тебе достойно выйти из любой ситуации.

Что же касается того, что я рассказала своей подруге о твоём секрете, то ты в следующий раз, когда мы с тобой о чем-то говорим, предупреждай, что это для тебя важно. И я буду понимать, что это твой секрет, который не подлежит разглашению».

И после того, как вы так договорились, непременно нужно следовать своим обещаниям.

То есть в ситуациях, связанных с недоверием, желательно разбираться досконально.

Бывает, что причина скрытности ребенка кроется в нашей неправильной реакции на рассказ ребенка. Он рассказывает о том, что у него произошло, а мы, не дослушав, начинаем повышать голос, неадекватно реагировать, и тем самым вызываем у ребенка, с одной стороны, страх, а с другой – нежелание видеть нас в нервном состоянии. Не желая нас беспокоить, дети стараются решить вопрос так, как считают правильным.

Я однажды в отношениях с дочерью столкнулась с такой ситуацией. Прихожу с работы, она мне говорит: «Мам, я вот хочу тебе рассказать...» – и рассказывает о том, что у нее произошло в институте. На госэкзаменах ей поставили тройку, чего не предвиделось и не ожидалось. Естественно, я начала возмущаться. И она мне говорит: «Мам, это уже произошло, уже ничего не изменишь. Mam, чего ты кричишь? Ты мне сама говорила о том, что оценка не так уж важна в этой жизни. Что же ты сейчас кричишь? Значит, ты тогда мне говорила не совсем правду?»

Я успокоилась. Стала выяснять, почему поставили тройку. Ведь до этого у нее никогда не было такого, чтоб она что-то не сдала или у нее что-то не получалось. О том, что тогда произошло в институте и что на самом деле явилось причиной такой низкой оценки, я узнала лишь спустя пять лет. Так наша неадекватная реакция заставляет детей умалчивать о своих проблемах.

Еще одна знакомая многим ситуация. Дети начинают нам рассказывать о проблеме, а мы в это время занимаемся другими делами. Или мы очень внимательно слушаем, но у ребенка тем не менее создается впечатление, что его проблема для нас не очень значима. И он отождествляет возникшую проблему с собой, то есть у него возникает впечатление, что не настолько важна его проблема для мамы, чтобы она слушала о его детских бедах, и сам он не настолько уж важен для мамы. Ребенок не видит родительского участия и воспринимает его как нежелание помогать решать его детские проблемы.

И ребенок замыкается. Естественно, ему помогают решить его проблемы друзья-подруги. У нас в семье так всегда и было: дочь приходила, говорила, что у того друга случилось то-то, у этого случилось это, у третьего – еще что-то случилось. Я предлагала примерные варианты выхода из ситуации. Она брала телефон и начинала всех обзванивать и всем рассказывать, что нужно делать, они выработывали коллегиальное решение. Я спрашивала, почему ребята не решают эти вопросы со своими родителями. Ответ был однозначный: они боятся!

Еще одна, столь же частая причина недоверия возникает тогда, когда мы пытаемся вместо ребенка решить его проблему. Ребенок попал в какую-то конфликтную ситуацию – и мы не подсказываем ему варианты выхода из нее, а сами вмешиваемся в дело. Чем больше мы «решаем» эту проблему, тем больше у ребенка возникает конфликтов. То есть опять получается, что вмешательство взрослых только вредит. И тогда ребенок, естественно, предпочитает ничего

не говорить родителям, а ищет решение с друзьями.

Мы, с одной стороны, боимся влияния улицы, а с другой – подталкиваем собственных детей идти во двор и искать выход из жизненных ситуаций вместе с друзьями. Если друг подсказал правильный выход, то проблема решилась более или менее нормально. В глазах вашего сына или дочери авторитет друга вырос значительно, а ваш, разумеется, упал.

Не надо ограждать детей ни от улицы, ни от проблем. Нужно понимать, что раз проблема возникла, изменить положение вещей уже нельзя, вы не можете вернуться во времени назад и помочь ребенку поступить как-то по-другому. Да, такая проблема есть, нужно сосредоточиться на ней со всей серьезностью, обдумать варианты выхода из создавшейся ситуации. Как решать проблему? Вы рассматриваете два варианта: самый наихудший и самый наилучший. Как правило, решение лежит где-то посередине.

Секрет 8. Я не верю сыну, поэтому читаю его переписку в интернете

Давайте теперь рассмотрим вторую сторону проблемы – когда вы не доверяете ребенку.

Проблема доверия – обоюдоострая. Когда у ребенка утрачено доверие к компетентности и искренности родителей, то он может скрывать свои предпочтения. Возможно, он занимается на данном этапе чем-то таким, за что может быть наказан. Например, порнография. Подросток уже не ребенок, но в то же время еще не взрослый, а рассматривая порнографию, он прикасается к взрослой жизни.

Прикосновением к взрослой жизни является и курение, если кто-то из родителей курит, и алкоголь, если кто-то из родителей пьет. За этим могут крыться две проблемы. С одной стороны – любопытство, а с другой – возможно, у подростка не складываются отношения с девочками, и он каким-то образом пытается компенсировать это. То есть он стремится удовлетворить свое любопытство или так обозначить свое вступление во взрослую жизнь.

Ребенок также может от скуки играть в Интернете в азартные либо сомнительные игры и, естественно, скрывать это, чтобы избежать наказания родителей. Возможно, у него появились подозрительные интернет-друзья, за общение с которыми его ругают. Он поддерживает виртуальную переписку с ними, зная, что за это будет наказан.

Если вы просмотрели переписку и ничего предосудительного в ней не нашли, то ваша задача номер один – восстановить отношения с ребенком. Очень многие родители считают, что они не должны извиняться перед ребенком. Но подросток – такой же человек, как и вы. И по отношению к нему вы поступили некорректно, вы нарушили этику и показали ему дурной пример. Поэтому извиняться все-таки нужно. Если вы увидели в компьютере двусмысленную переписку, сомнительные игры, символику, и вас это насторожило, понятное дело, нужно срочно поговорить об этом. Скажите честно, что вас встревожило, и расскажите о том, какие могут быть последствия. Возможно, необходимо проконсультироваться у специалиста о том, каким образом восстановить доверительные отношения, чтобы вам не приходилось постоянно читать переписку.

Секрет 9. Я злюсь, когда дочь меня не слушается

Есть такое изречение из древнегреческой мифологии: «Юпитер, ты берешься за молнию вместо ответа, – значит, ты не прав».

Если ребенок не слушается, соответственно этому есть какие-то причины. Разберем три, наиболее распространенные.

Первая, самая основная причина – это ваше плохое отношение к мужу. Возможно, вы расстались, находитесь в разводе или ваши отношения с мужем вас не устраивают. Что в таком случае происходит? Ваше отношение к дочери претерпевает процесс замещения, ваше негативное отношение к мужу вы переносите на нее.

С отцом девочки у вас не получается построить гармоничные отношения. Вы не можете высказать мужу свое недовольство. Вы не можете на него накричать, не можете, тем более, его ударить. Тогда объектом замещения служит ваша дочь. На ней вы и вымещаете свое плохое отношение к супругу, плохое настроение.

Нужно понимать, что обида – это не что иное, как вами придуманное поведение мужа, а он ему не соответствует. Это и вызывает у вас обиду на него. Обида сама по себе – это то чувство, которое не позволяет объективно относиться к ситуации. Когда человек обижен, он ведет себя не совсем адекватно.

Поведение обиженного человека недоброжелательно и разрушительно. В данном случае вы разрушаете психику ребенка. Для вас быть обиженной – это значит добровольно подрывать свое психическое и физическое здоровье, иметь плохие отношения с дочерью и мужем.

Проводился эксперимент по поводу обиды. Для участия в нем было приглашено десять испытуемых, и каждому из них сказали: «Сколько у тебя обид – столько картошек положи в сумку». Вес каждой картофелины в среднем примерно 200 граммов. В багаже у испытуемых было разное количество картофеля, начиная с одной штуки и кончая пятью килограммами. Они должны были на протяжении всего времени, отведенного на эксперимент, ходить с этой картошкой. Даже если приходили в ресторан, эта картошка должна была лежать у них на коленях. Запрещалось сдавать ее в гардероб и ставить рядом со столиком стул. Если добровольцы испытания шли на свидание, то пакет с картошкой они не должны были выпускать из рук. Если они отправлялись на деловую встречу, то пакет тоже должны были держать исключительно при себе. Когда прошло несколько дней, все взмолились: «Это настолько неудобно, просто кошмар!»

Молодой человек, у которого была одна картошка, рассказывал: «Пошел я на свидание в парадно-выходном костюме, при галстукке. Куда бы я эту картошку ни положил, она везде у меня торчала. Положил я ее в карман пиджака – торчит. Положил ее в карман брюк – вообще некрасиво. И вот я с этой картошкой маялся-маялся и, пока маялся, пришел к выводу, что я прощаю, отпускаю эту обиду».

И вам нужно понимать, что с обидой вы ходите всегда. Обида портит не только отношения с близкими, на которых у вас есть обиды, но вы на всех людей смотрите через эту призму, и все у вас уже виноваты. Поэтому для собственного здоровья, для формирования хороших отношений с девочкой, с ее папой, вам необходимо его простить. Каким бы плохим отец ни был, прощая его, вы меняете свое отношение к дочери. Я думаю, что это стоит того. Ваше доброе отношение к дочери будет способствовать тому, чтобы девочка росла психически здоровой.

После того как вы простите мужа, независимо от того, живете вы с ним или нет, у вас во много раз улучшатся отношения с ним, а также атмосфера в доме, отношения с близкими и коллегами. Вторая причина того, почему дети не слушаются. Бывает, что женщина по натуре

лидер, но карьера у нее не удалась, и тогда объектом муштры становятся дети. Она начинает командным голосом разговаривать с ними, раздавать указания.

Та же самая проблема, но немного с другого ракурса: мама лидер, и действительно руководит каким-то звеном – отделом или своим бизнесом, и у нее выработался уже командный тон, командирское отношение к людям. Она раздает указания – и все должно быть выполнено вовремя. Когда эту модель взаимоотношений переносят на детей, естественно, они начинают бунтовать. Их не просят, с ними не разговаривают, а только раздают холодные приказания. Возникает сопротивление.

Еще один немаловажный момент в отношениях с детьми, которые перестали слушаться – это потеря авторитета родителей. Ребенок увидел что-то непристойное в поведении родителей, по его меркам. Либо вы кого-то обманули, либо с деньгами где-то поступили не совсем честно. Возможно, ваш ребенок осудил в вас двуличие. Вы с гостями сначала любезничаете, а когда они уходят, вы их каким-то образом оскорбляете. Такие вещи приводят к тому, что он перестает вас уважать и подчиняться.

Для того чтобы дети слушались, необходимо всего лишь доброе родительское, материнское отношение. Просьбы и четкое распределение домашних обязанностей. Ребенок должен знать, что за день он должен сделать определенную домашнюю работу. Об этом с детьми нужно договариваться, избегая конфликтов.

Секрет 10. Как «грамотно» контролировать сына

Самый грамотный контроль можно осуществлять, если построить с ребенком доверительные отношения. Искренность, понимание и честность по отношению к детям – самый лучший контроль. Почему мы вообще встаем перед необходимостью контролировать ребенка? Потому что у нас возникает чувство недоверия. Мы не верим собственным детям, не верим, что они могут говорить нам правду. А почему не верим? На это есть как минимум две причины.

Первая – это когда мы занимаем позицию, что наш ребенок всегда прав, что бы он ни делал, другие, что бы ни делали, всегда не правы. Но в связи с тем, что все люди не идеальны, и дети тоже, у ребенка будут поступки как положительные, созидательные, так и отрицательные, разрушительные.

Роль родителя заключается не в том, чтобы контролировать, а в том, чтобы понимать, искренне интересоваться делами своих детей и наблюдать за тем, как они поступают, что их интересует. Чтобы ребенок вырос психически и физически здоровым, нужно дать ему возможность самому решать – созидатель он или разрушитель. Воспитать в нем такой принцип отношения к людям: я не идеален, и другие люди не идеальны, но у меня есть желание сделать этот мир лучше. Такого плана убеждение поможет подростку принимать правильные решения в любой ситуации, легко сглаживать трения, недопонимание в общении и сотрудничестве с другими людьми.

Если следовать этому принципу, то вы в ближайшее время убедитесь в том, что ваш ребенок перестает скрывать, врать. Вы увидите, что он находит правильное решение, которое позволяет ему легко общаться с другими людьми, чувствовать себя комфортно в их компании.

Людям вообще дан величайший дар общения, но мы из этого дара делаем все что угодно, но только не нормальное взаимодействие! Мы предъявляем людям те требования, которых не хотим предъявлять к себе. Из-за этого у нас возникает очень много конфликтов.

Родителям нужно понимать, что к тому периоду, когда ваш ребенок становится подростком, вы переходите из статуса опекуна-наставника в статус друга-наставника. Вы должны выстраивать с подростком дружеские отношения и в то же время постоянно корректировать его поведение, учить его совершать самостоятельные поступки.

В этот период важно придерживаться еще одного принципа. Подросток уже не ребенок, но еще не взрослый. Поэтому когда вы даете ему какое-то задание или разбираете какую-то ситуацию, в которую он попал, учитывайте эту особенность возраста. Ваши требования должны быть как ко взрослому человеку. А вот когда вы видите результат, то здесь вы должны быть к нему снисходительны, как к ребенку.

Например, уборка дома требует определенного навыка. Ребенок видел много раз процедуру уборки, но у него самого нет такого навыка. Он должен многократно помыть пол, чтобы приобрести навык делать это быстро, чисто.

Ребенок учится, поэтому у вас должна быть снисходительность, и вы должны поощрять его: «Да, ты молодец, ты здорово сделал». Если у вас есть замечание, то нужно сказать, что здесь можно было лучше сделать. Показать, как сделать лучше и с меньшими усилиями.

Если вопрос касается взаимоотношений, подскажите, как можно поступить более корректно, например, по отношению к младшим детям. Мама и папа должны проявлять снисходительность к ошибкам подростка.

Хочу в качестве примера рассказать один случай, который случился в школе у моей дочери. Ее классную руководительницу вызвали к директору. Подростки 8-го класса остались одни.

Учительница не закрыла лабораторию. Пока ее не было, несколько мальчиков зашли туда.

Пока они там все рассматривали и баловались, уронили кофе в банку. Они его с пола собрали в банку и поставили опять на стол. Ушли из лаборатории, как ни в чем не бывало.

Кофе, который нельзя было собрать, подмели, чтобы не видно было. Дочь приходит домой и мне говорит: «Я не знаю, как поступить в одной ситуации». Я стала расспрашивать, что произошло. Она мне все подробно изложила.

Мам, даже при том, что я классную не люблю, но вот мне не по себе из-за банки кофе. Получилась какая-то история некрасивая.

– Ну, и что ты думаешь? – спрашиваю я.

– Я не знаю, как тут поступить: выбросить банку – она будет кричать, что мы уперли банку, обвинит в воровстве. Вот так оставить – тоже не правильно, вроде как не по-человечески.

– Ты сама была в лаборатории? Ты помнишь, какая была банка? – спрашиваю я.

– В лабораторию я не заходила, банку помню.

– Тогда иди в магазин. – Дала ей деньги. – Покупай этот кофе. Завтра отнесешь в школу, отдашь мальчишкам. Они должны поменять банки. Но твоя задача – со всех, кто там был, в этой лаборатории, собрать деньги за эту банку.

– Мама, а если они не дадут деньги?

– Ну если не дадут, то не дадут. Чистый кофе пусть поставят, а ту банку выбросят.

Дочь приходит домой, я спрашиваю: «Ну, что?» Она улыбается: «Мам, они даже слова не сказали. Обедать никто из них не пошел, они все деньги отдали за кофе».

О чем это говорит? О том, что, да, дети допустили ошибку, случайно нахулиганили, но в силу своего возраста и отсутствия опыта они просто не знают, как поступить. И когда появилась возможность изменить ситуацию, чтобы чувствовать себя людьми, а не маленькими поросятами, они очень просто ею воспользовались, и все остались довольны. Поэтому детей нужно обязательно ориентировать на то, чтобы их поступки были человеческими.

В этой ситуации есть еще один важный момент. В лабораторию зашли только семь-восемь человек из тридцати. В принципе, детей учат с детства не брать того, что им не принадлежит, в чужих вещах не рыться, но кто-то из них решил, что это нормально – входить в чужой кабинет без приглашения. Тут может быть два мотива – либо они хотели показаться храбрыми, либо у подростков уже есть склонность к воровству. Поэтому первое, о чем я спросила у своей дочери, это – была ли она в лаборатории. Если бы она сказала, что принимала в этом участие, то я начала бы разбирать в первую очередь причину ее присутствия – почему она туда зашла без учителя, какие у нее для этого были причины? Осознавала ли она, что это чужой кабинет?

Самое важное в воспитании – вырастить человека, наделенного интуицией того, что этично, а что нет, что нравственно, а что не очень. Без этого жизнь может завести совершенно не в ту сторону, в которую бы вы хотели. Никто из нас, взрослых, никогда не пожелал бы себе друга-предателя, никто не пожелал бы себе измены супруга. И ребенку нужно объяснять, что его это тоже касается в силу того, что он человек. Что нравственность – это неотъемлемая часть человека, личности. И вот, чтобы он стал человеком, у него должны быть человеческие качества.

Если вы с ребенком строите отношения именно на волне человеческих отношений, вам не придется особо контролировать ребенка – грамотно или неграмотно. Он всегда будет вам все рассказывать. Но и реакция у вас должно быть соответствующая: не стоит поднимать крик, лучше спокойно разобраться. Раз уже произошла ситуация, зачем кричать? Теперь уже нужно ее брать за точку отсчета и думать, как корректно и правильно урегулировать. Даже из самой негативной ситуации подросток должен извлечь опыт. Правильный выход из сложной ситуации позволит ему руководствоваться этим опытом в дальнейшей жизни.

Секрет 11. Я многое запрещаю сыну, потому что пытаюсь наставить его на истинный путь

Что такое запрет? Запрет – это ограничение в действиях. Вы ограничиваете ребенка в действиях. Но ограничение в действиях ведет к тому, что он не может проверить на практике свои знания. Он не сможет набить себе шишек, не сможет почувствовать боль поражения. Он не сможет познать вкус победы, радость преодоления трудностей.

Если вы постоянно будете ограничивать его, то во взрослой жизни его сложно будет призвать к какой-то активной деятельности. Ограничения, заложенные вами в его сознание, будут сопровождать его всю жизнь. Примером тому может послужить притча о слоне.

Когда человек проходил мимо слона, он видел, что слон привязан за ногу тоненькой веревочкой. Ему стало интересно, почему такое могучее животное не может порвать веревочку и уйти. Человек подошел к дрессировщику и спросил: «Как вам удается удержать слона на такой тоненькой веревочке?» Дрессировщик говорит: «Когда он был совсем маленький, его привязывали этой же веревочкой, и все его попытки уйти не заканчивались успехом, поэтому во взрослой жизни он все еще думает, что эта веревочка его никуда не пустит, потому он стоит и никуда не рвется».

Я бы разделила запреты на несколько категорий.

Первые я отношу к нравственным запретам. Они определяют морально – этическое поведение вашего сына или дочери. Вот эти запреты должны быть привиты так основательно, как веревочка у слона. Это раннее убеждение, что нельзя брать чужие вещи без разрешения, нельзя присваивать чужое. Нельзя быть склочным и подлым – и в этом вопросе родители должны проявлять максимум внимания и терпеливо объяснять, в чем соль.

Другой нравственный запрет – не обижать детей младше и слабее себя. Если ваш сын или дочь обижают таких, в них закладывается модель поведения маленького тирана. Подобное поведение может объясняться тиранией со стороны родителей. Чрезмерное наказание ребенка или отношение к супруге сформировали у него такую модель взаимодействия с другими людьми. Ребенок беззащитен по отношению к родителям, поэтому их наказания должны быть умеренными, в соответствии с деяниями. Если же наказание постоянно чрезмерно, то у ребенка возникает ненависть к этому миру и к родителям, которые олицетворяют для него общество. Дети не могут выместить свою обиду на родителях, и они вымещают ее на тех, на ком могут, на детях слабее себя.

Поэтому здесь нужно не переборщить. Если ваш ребенок правильно развивается, и ему привито чувство благородства, то он будет только защищать тех, кто младше и слабее его.

Второй круг запретов я бы отнесла к безопасности. Допустим вот такую ситуацию. Ваш ребенок – подросток, ему нравится заниматься электроприборами, он их собирает, разбирает, что-то паяет, что-то там мастерит. Вроде бы дело хорошее, но электричество само по себе несет определенную опасность для здоровья и жизни.

Что в таких случаях можно и нужно сделать? Можно скачать с Интернета технику безопасности при работе с электричеством и устроить ему небольшой экзамен. Вы читаете пункт – ребенок вам рассказывает, что он об этом думает. И вы каждый пункт инструкции обсуждаете вместе. Таким образом подросток «добровольно-принудительно» изучает технику безопасности, что позволит ему в дальнейшем избежать всевозможных травматических последствий в работе с электроприборами.

Так же и с водой. Когда начинается летний период, детвора бежит то на речку, то на озеро,

то на море. Опасность водоемов – всегда головная боль для родителей. Что тут можно предпринять в целях безопасности? Во-первых, ребенка нужно научить плавать. Во-вторых, нужно, как и в случае с электричеством, скачать из сети технику безопасности на воде, рассказать ребенку о том, что такое воронка, как из этой воронки выплывать.

Что такое рифы, как с ними бороться и как из них выбираться. Разъяснить, что если у водоема есть табличка, на которой написано, что в этом месте купаться запрещено, то это говорит о том, что, возможно, в этом месте водоема есть инфекционные палочки. Попадание их в организм человека может вызвать различные заболевания.

Возможно, купаться тут запрещено по другой причине: водоем стал менее глубоким, и близко к поверхности воды появились затопленные железобетонные конструкции, камни, строительный мусор, трубы, поэтому место на пляже стало небезопасно для купания. Таким образом вы привлекаете внимание ребенка к запрету. Он усвоит, что если написано «Купаться запрещено», то это действительно связано с какой-то опасностью, с чем-то, что может причинить вред здоровью, если не сказать больше.

«Не влезай на столб, убьет!» – эта надпись говорит о том, что без определенного снаряжения человек тут может получить травму, не совместимую с жизнью. Рядом со столбом остаточное или шаговое напряжение также может поразить током человека, не экипированного, и это приведет к травматическому шоку.

Мы рассмотрели запреты безопасности и запреты внимания. Есть еще очень большая проблема, связанная с определенными нарушениями психики у некоторых детей. Например, необоснованное бесстрашие. Человеку свойственно по природе испытывать страх. Это естественное его состояние, защитная функция организма, направленная на то, чтобы обеспечивать безопасность и сохранение жизни. Так вот, когда дети необоснованно рискуют, это должно насторожить родителей. Например, сидение на подоконнике высотного дома.

Дети порой демонстративно устраиваются там, болтают ногами, делают селфи и прочее. Лазают по заброшенным и высотным зданиям, по всевозможным разрушенным конструкциям. Свое бесстрашие они демонстрируют фотографиями, выставленными в социальных сетях.

Для подростков это – демонстрация личной храбрости. А родителям точно нужно задуматься. Нужно понять, что происходит с подростком. Неоправданный риск в отдельных случаях можно рассматривать как активацию программы саморазрушения. У детей, с одной стороны, есть понимание опасности, с другой – убеждение в собственной ненужности и никчемности влечет его к самоуничтожению.

Если вы наблюдаете у ребенка вот такое стремление к необоснованному риску, вам следует обратиться к психологу. Необходимо выяснить причину, почему у ребенка включена такая программа. Возможно, что это не так, а ребенку просто нравится самовыражаться через виды спорта, связанные с риском. Не исключено, что его деятельность в будущем будет связана с профессией каскадера. А может быть, он будущий альпинист. Для того, чтобы вам было спокойно за своих детей, вам лучше все-таки разобраться, что движет подростком.

Может, есть смысл отдать его в секцию альпинизма, нежели он будет сам решать, по каким конструкциям лазить. Под руководством тренера риски значительно снижаются. Брошенные металлоконструкции, краны, всевозможные лестницы опасны. Металл ржавеет, и даже если всего лишь одна ступенька, допустим, заржавела и обломится, то это чревато последствиями, довольно-таки серьезными для здоровья детей.

Секрет 12. Почему так важно помочь сыну воспитать волю

На эту тему есть высказывание американского писателя и мыслителя Ральфа Эмерсона: «Может победить только тот, кто знает, что сможет, а тот, кто не преодолевает свой страх ежедневно, не выучил главного урока жизни». С него и начнем.

Как же помочь ребенку воспитать волю?

Воля – это понятие обширное. На мой взгляд, оно в себя включает как преодоление страха и неудачи, так и терпение, целеустремленность, достижение результата и целей уважение к себе и социальная адаптация.

Это совокупность качеств, которые позволяют ребенку по жизни преодолевать трудности и достигать известных высот. Я бы сказала, что воспитание воли – это прежде всего психическое здоровье ребенка. Как говорят, умение держать удар судьбы.

Периоды взросления детей – это поэтапные периоды обучения. Вначале они учатся ходить, потом читать, считать. Затем более высокие материи начинают изучать. После арифметики – алгебру, геометрию. Таким образом они увеличивают свой багаж знаний. По такому же принципу формируется тело. Вначале это маленький беспомощный ребенок. Потом ребенок начинает ходить, взрослеет и становится подростком. Пройдя переходный период, он становится совершеннолетним. Взрослым человеком.

То же самое происходит с психикой. Когда ребенок рождается, он беззащитен. Затем включаются процессы проживания жизненного сценария, взросления, и они во многом зависят от среды, социализации. Дети учатся общаться со сверстниками, правильно взаимодействовать с другими людьми, с самими собой и с миром в целом. Процессы воспитания, адаптации в детском саду, школе, университете формируют у растущего человека как убеждения, так и фобии.

Преодоление трудностей и неудач – это как раз тот момент, о котором говорит Эмерсон: может победить только тот, кто знает, что сможет. Важна вера в себя. Ребенку следует сформировать положительную, жизнеутверждающую установку. Он должен понимать, что нет ничего такого, чего бы человек не мог сделать, тем более что до него это уже кто-то сделал. Соответственно, при желании ему тоже под силу любое дело. Для достижения успеха важны три фактора: цель, желание ее достичь, получив результат, и запас терпения.

Желание – это осознанный выбор, который радует сердце, душу, дает чувство внутренней удовлетворенности. Цель определяет путь к желанной цели. Терпение является связующим звеном, необходимым для приобретения навыков и умений, качеств характера, которые позволят достичь желаемого.

Понятное дело, что без приложения определенной доли усилий, терпения, научения, он не сможет достичь цели.

На практике это выглядит следующим образом: возникает желание достичь определенной цели. Если самооценка у ребенка нормальная или завышенная, то подросток начинает искать путь достижения.

Цель может быть материальная и духовная. Материальная связана с вещами, духовная – с признанием, уважением и любовью. Просчитать путь точно не получится. Следует определить, какие потребуются качества, умения, какие шаги нужно сделать в направлении к цели и их последовательность.

Моей дочери, к примеру, в свое время пять раз пришлось перечертить один и тот же чертеж

по начертательной геометрии для того, чтобы получить тройку. В итоге к пятому листу она подошла с пониманием того, что делает. Со знанием того, как ей удобнее делать. Пятый лист она сделала быстро и качественно.

Освоение нового навыка требует пройти путь от неумения к мастерству. Гораздо легче и проще пройти путь к цели, когда есть смысл, желание, уверенность в себе и вера в свои способности. В процессе деятельности и при умении преодолевать трудности формируется уважение к себе: мы всегда уважаем себя за дела и поступки, которые сами считаем достойными. Наши поступки – это проявление нашего характера и духовных ценностей.

Условно говоря, стоит сложная задача, мы приложили определенные усилия и решили эту задачу – и стали уважать себя на один грамм больше. Мы достойно вышли из конфликтной ситуации – и приобрели веру в себя.

Если подросток прилагает усилия в школе, на спортивных турнирах и получает награду за свой труд, то в социальном плане любые победы для него означают повышение значимости его как личности для общества.

Сила воли – качество многомерное. В его понятие входят желание, мотивация, усилия по преодолению страха и неудачи, терпение, целеустремленность в достижении результата, понимание цели, уважение к себе. Сила воли – это труд по формированию личности.

Воспитывать в ребенке волевые качества – это значит научить его психологической устойчивости, умению находить выход из сложной ситуации и умению держать жизненный удар.

Секрет 13. Как заставить сына помогать по дому

Если вы будете постоянно заставлять ребенка, то у него, во-первых, возникнет ненависть к домашним делам. Во-вторых, вы заложите в него привычку постоянно всему сопротивляться или всегда подчиняться.

Подросток будет сопротивляться требованиям выполнения домашних заданий в школе, родительских поручений, позже – требованию на работе исполнения задания в срок. Поэтому детей нужно не заставлять, с детьми нужно договариваться.

Если у ребенка возникает устойчивое сопротивление к выполнению той или иной работы, значит, наверняка у него есть убеждение, точнее, предубеждение. Оно может заключаться в том, что, допустим, эту работу мальчик не может делать. Не мужское это дело.

С другой стороны, возможно, для него это непосильный труд. Домашнюю работу, которую вы даете детям, нужно соизмерять с их возможностями. В каждой семье, где воспитывается ребенок, для него нужно установить распорядок дня. Он должен понимать, что у него есть время на школу, отведено также время на выполнение домашнего задания, на посещение секций, кружка или какой-то творческой студии.

У подростка должно быть специальное время для того, чтобы играть с младшими братьями и сестрами. Обязательно выделите ему личное время, а также время для домашних дел.

У дочери или сына должны быть точно определены обязанности. К примеру, он ежедневно выносит мусор. Установите время, удобное для этого. Он его выбрасывает по пути в школу, а возможно, он это будет делать, когда пойдет на улицу, после подготовки к школе.

Предположим, подростку поручено один раз в месяц мыть аквариум. Пускай родители несколько раз сами проделают эту процедуру. Затем подросток помое аквариум в присутствии родителей, и только потом это может стать его обязанностью.

Если вашему сыну или дочери поручено следить за домашним животным, которого ему купили, сразу договоритесь, что входит в круг его обязанностей. Он выносит лоток, убирает за животным, покупает ему корм. Когда ребенок понимает, какие у него обязанности и что входит в его ежедневный режим, он это делает достаточно легко и просто.

Если вдруг возникает какая-то непредвиденная ситуация, предположим, вы жарите котлеты, и вам не хватает масла для того, чтобы дожарить. А ребенок в это время делает какую-то домашнюю работу или уроки. В этой ситуации есть смысл подойти к нему и сказать, что вам нужна его помощь: «Помоги мне, пожалуйста. Выбирай, что для тебя сейчас удобней – посмотреть за котлетами или сходить в магазин и заодно подышать свежим воздухом. Для меня лучшей от тебя помощью, конечно, было бы, если бы ты сходил в магазин». В таких случаях дети, как правило, не отказывают.

Допустим, ребенок не хочет идти в магазин. Тогда такой поход можно сделать игрой. Выбираете орел или решку, подбрасываете монетку – и вот уже найден тот, кто пойдет в магазин.

Как вариант, если подбросили монетку, и монетка вдруг показала, что вам идти в магазин, тут можно, конечно, немного схитрить и попросить ребенка о джентльменском поступке: «Дорогой сын, будь джентльменом, помоги женщине, которая жарит котлеты, сходи в магазин».

Как правило, дети начинают смеяться и с удовольствием идут в магазин. О тех домашних работах, которые не предусмотрены его режимом дня, но в которых возникла необходимость, нужно обязательно договориться с ребенком. Вы говорите сыну или дочери, что нужно сделать, и спрашиваете: «Когда тебе удобно сделать?..» или «Когда ты это сможешь сделать?» Нужно сделать, например, в течение двух дней, и ребенок вам скажет, когда он это сделает. Коль вы договорились о сроке, проверяйте выполненную работу. Если она хорошо сделана – похвалите.

Плохо сделана – скажите, что до этого он делал во много раз лучше.

Плохо сделанная работа говорит о том, что у подростка не было желания делать, либо настроение плохое, возможно, у него возникла проблема. Спросите о причине, почему он сделал хуже, чем мог.

Работая с детьми, я часто слышу от них жалобы на родителей. Дети обижены на маму, реже на папу, именно из-за домашних дел. Разговаривала как-то с 25-летним парнем, который занимается бизнесом, но у которого все еще сохраняется обида на своего отца.

Ситуация произошла следующая. Он был подростком, учился в 9–10 классе. До этого проблем с уборкой за котом, который у них жил, не было. Лоток обычно убирался им, мама давала ему пакеты с мусором, которые он по пути в школу выбрасывал. Однажды вечером мама говорит: «Нужно вынести лоток». Он сказал, что уже 11 часов вечера, а у него не сделаны некоторые уроки, и он торопился доделать их, чтобы лечь спать вовремя. Мама стала настаивать на том, что вынести лоток необходимо сейчас. Сын сказал: «Я не пойду». Мама начала ругаться. Папа слушал все это, слушал, потом молча из лотка все выложил в целлофановый пакет, занес его сыну в комнату и швырнул. Естественно, все это разлетелось по комнате. Парень говорит, что не стал ничего убирать, так и лег спать.

Утром он собрал, вынес пакет, выбросил. Но с тех пор был обижен на отца за несправедливое отношение. Мы провели с ним небольшую методическую работу и в итоге с этой обидой он, кажется, распрощался. А носил он ее в себе почти десять лет. Все эти годы мама удивлялась, почему у сына с отцом не строятся доверительные отношения. А они между родителями и детьми строятся только на взаимном уважении и такте.

Секрет 14. Сын переживает из-за своего небольшого роста

Мне хотелось бы поговорить не только о проблеме роста, а о внешности в целом. О том, каким образом люди занижают самооценку. Нужно сказать, что у людей высокого роста, как и у невысоких людей, есть надуманные проблемы.

Вот я, например, обладательница высокого роста. И хочу сказать, что у меня в детстве проблем было не меньше, чем у моих низкорослых сверстников. Меня обзывали линейкой, циркулем, жирафом. Мне в детстве из-за этого нередко доводилось плакать. Тренер по гимнастике сказала, что с высоким ростом я вряд ли достигну успеха.

Я стала искать другую спортивную секцию и нашла легкую атлетику. Тренер сказал: «Для того, чтобы бегать дистанцию с препятствиями, нужны высокий рост и длинные ноги. У тебя есть все, что нужно для бега с барьерами, главное, чтобы тебе нравилось, и чтобы было желание побеждать».

У детей – обладателей более низкого роста другие проблемы. Их коротышками называют, метр с кепкой. Вот что мне хотелось бы сказать по этому поводу. Какого бы роста вы ни были, проблема не в росте, а в нашем отношении к нему. Нужно понять одну вещь: человек индивидуален и уникален, физическое тело ему дано самое оптимальное, самое подходящее для проявления себя в обществе. Гораздо важнее для подростка найти интересное занятие, и тогда внешность не будет вызывать проблем. Но индивидуальность, самостоятельность, ответственность, выявленный интерес к школьному предмету, занятию спортом, музыкой или рисованием тоже будут подвергаться нападкам. Независимо от того, какого вы роста, какая у вас внешность, окружение всегда найдет повод, чтобы поговорить о вас и вашем несовершенстве. Эту мысль нужно донести до ребенка.

Притча, которую я здесь приведу, наверное, всем знакома, и она очень точно символизирует то, как ведут себя люди по отношению друг к другу.

Идет дедушка с внуком и на поводке ведет ослика. Люди им вслед говорят: «Ну, надо же, какой бестолковый дед, хоть бы внука на ослика посадил. Не знает, что ли, что осел для этого предназначен?»

Дед послушал людей и посадил внука на ослика. Идут дальше. Идут и слышат вслед разговоры о том, какой невоспитанный внук: «Ну, надо же, дедушка пожилой идет, а внук на ослике едет. Да, безобразие, детей совсем разбаловали».

Дед послушал, послушал, и говорит внуку: «Ты веди ослика, а я буду ехать на нем».

Едут они дальше и слышат в спину разговоры от прохожих: «Нет, ну надо же такое придумать – дед взгромоздился на ослика, а бедный ребенок идет пешком!»

Тогда дедушка и внук вдвоем сели на ослика. Едут они, а вслед слышат, как рассуждают прохожие: «Бедный ослик, вдвоем взгромоздились на него». Суть притчи такова, что как бы вы ни выглядели, какого бы роста вы ни были, всегда найдется тот, кто найдет в вас какие-то изъяны и несовершенства. Так стоит ли придавать этому такое значение?

Нужно сказать, что рост и внешность никак не коррелируют с успехом. Они не коррелируют с состоянием радости, счастья. У меня очень много друзей невысокого роста, которые успешны в бизнесе, у которых прекрасные семьи, они вырастили замечательных сыновей и дочерей.

Я знаю высоких людей, которые не смогли создать семьи или пытались сделать это несколько раз. Внешность и рост – не условие успеха, счастья, процветания и выполнения своего предназначения или миссии.

Я бы сказала, что рост и внешность – это цветочный горшок, а уж какой цветок в нем вырастет, зависит от работы над собой, над раскрытием своих талантов.

Самое приятное и важное то, что лично вы можете растить этот цветок. Задача родителей – вырастить его, этот прекрасный цветок, который будет радовать мир, из своего ребенка.

Раскрыть в нем то, что дано им от природы в виде таланта, способностей, задатков к какому-то виду деятельности.

Хотелось бы также обратить ваше внимание на то, что есть много выдающихся людей невысокого роста. Ну а чтобы убедить вас окончательно в том, что рост не играет особой роли в достижении успеха, счастья и процветания, приведу пример аргентинского футболиста Диего Марадоны.

Вот что о нем пишут газеты: «Он невысокого роста, 1.65, и есть небольшое пузико. Марадона славился своей комичной внешностью, но он играл настолько круто, что никто не мог остановить реактивного толстяка. Он мог один обыграть пол-команды соперника».

Дэнни Де Вито, американский актер, имеет рост 150 сантиметров. Среди малорослых знаменитостей и Юрий Гагарин (157 см), и Николай Расторгуев (158 см), и Михаил Галустян (163 см) – все это наши современники, которым рост не помешал стать любимцами публики.

Напомню также, что рост Наполеона составлял 169 см, Иосифа Сталина – 162 см, Федора Достоевского и Сергея Есенина – 168 см, Дмитрий Медведев имеет рост 163 см.

Поэтому заикливаться на своем росте бессмысленно. Вот это вы и должны объяснить своим детям. И, что гораздо важнее, помочь им разобраться в том, какую роль они должны сыграть в этом мире, чтобы он стал лучше благодаря их деятельности. И как вырастить цветок души, тот, который предназначен им Богом.

Здесь можно рассмотреть такой еще момент. По росту подростка невозможно судить о том, какого роста он будет, когда вырастет. Мальчики начинают бурно расти в период с 13 до 18 лет. Такие виды спорта, как волейбол, баскетбол, а также занятия на турнике (если висеть на нем и делать упражнения), увеличивают интенсивность роста.

Известный маркетолог Игорь Манн на одном из тренингов рассказывал, что девушка, в которую он влюбился, была выше него. И ему пришлось почти год заниматься, подтягиваться на турнике. Через год, 1 сентября, когда они пришли в институт, он был одного роста со своей избранницей. Надо полагать, что занятия на турнике реально могут помочь решить проблему роста.

Секрет 15. Сын связался с плохой компанией. Как его заставить не дружить с этими парнями

Вы обращали внимание на то, что у людей из артистической среды друзья преимущественно из этой же среды? А спортсмены дружат большей частью со спортсменами. Можно сказать, что среда общения обусловлена интересами людей. По принципу поговорки: «Рыбак рыбака видит издалека».

Рассмотреть этот вопрос хочу, чтобы родители поняли, что утверждение «ребенок связался с плохой компанией» чаще всего – миф. Прежде чем говорить, что друзья плохие или хорошие, нужно задать себе несколько вопросов. Например, чем плохи друзья вашего сына? Они имеют вредные привычки? Они плохо учатся? Они прогуливают уроки? Вас не устраивает статус их родителей? Нужно понять, что именно в компании друзей ребенка вас не устраивает.

Еще вопрос, который вы должны себе задать: чего вы боитесь в связи с этой дружбой? Какое конкретно плохое влияние они могут оказать на вашего сына?

И, наконец, как уберечь ребенка от вредного влияния этой компании? Если вы обоснованно выявили причину, объясните это сыну или дочери.

Для того чтобы вы объективно могли сделать заключение по поводу того, насколько плоха или хороша эта компания, вы должны под предлогом, например, дня рождения собрать всех друзей. Накрыть стол, сесть и поговорить с ними. Поговорить о том, кто их родители? Какие у них планы на будущее? В какое учебное заведение собираются поступать? Как они учатся в школе?

Посмотреть, кто из них лидер. Что он собой представляет? В каких семьях живут эти ребята, полных или неполных? Как родители занимаются их воспитанием – набегам или систематически.

Когда вы проведете с ними беседу, у вас сложится определенное впечатление. После общения с подростками вы будете ясно понимать, какие у них планы на жизнь, каким они видят свое будущее. Вы сделаете выводы, стоит ли запрещать или поощрять дружбу своего ребенка. Поймете, опасна ли эта компания.

И для того, чтобы все держать под контролем, вам нужно каждый день спрашивать ребенка о его друзьях. Задавайте вопросы, проявляйте интерес к ним. Спросите, что произошло у Саши? Как дела у Вити? Здоровы ли родители Коли? Как у них дела в школе? Какие оценки они получили?

Что они делают? Какие отношения у них с родителями? И если вдруг ваш ребенок говорит о том, что где-то произошел конфликт, у кого-то из друзей неприятности, или, допустим, что-то у него в школе не получается, вы, как взрослый человек, всегда можете дать правильный совет, который поможет ребенку выйти из этой ситуации.

Но что, если вдруг ваши подозрения оправдались, и вы поняли, что действительно компания неблагоприятно влияет на вашего сына или дочь? Что нужно сделать? Тогда вы делаете следующий ход. Вы начинаете проводить больше времени со своим ребенком. Вы составляете список музеев, выставок, театральных постановок, спортивных мероприятий. Договариваетесь с сыном или дочерью о их посещении. Предупреждаете заранее: с этого момента у нас с тобой по выходным будет культурно-развлекательная программа.

Определяетесь с теми книгами, которые ребенок должен прочитать. Начинаете ходить на спортивные мероприятия, в кино и т. п. Если вы каждое воскресенье будете посвящать ребенку время, станете с ним обсуждать увиденное, то вскоре вы найдете то, что ему интересно.

Вы не можете оторвать подростка от друзей, не заменив их привычное времяпрепровождение чем-то более интересным. Соответственно, для этого нужно найти интересное для него занятие. А потом вы должны с сыном поговорить. Сказать ему, что его жизнь, безусловно, принадлежит ему, и он вправе ею распоряжаться как хочет. Он может по-прежнему общаться с друзьями, но лучше быть глупым среди умных, чем умным среди дураков, а эта дружба для него обязательно закончится скатыванием до их уровня.

Проводили один эксперимент: в комнате жили четыре студента-отличника, к которым заселили двоечника. Через некоторое время двоечник стал хорошистом.

Затем провели другой эксперимент: в комнату в общежитии, где жили четыре троечника, поселили отличника – и спустя некоторое время отличник скатился до троек.

Эти примеры говорят о том, что среда оказывает серьезное влияние на развитие детей и может способствовать деградации. В связи с данным обстоятельством хочу сказать, что опасения родителей по поводу влияния сомнительной компании совершенно обоснованны. Тем не менее, следует объективно подойти к ситуации. Вы вначале должны узнать, насколько вообще опасно это окружение для вашего ребенка. Возможно, страх за него дает предвзятое отношение к друзьям.

Не поговорив с друзьями, вы никогда не узнаете о том, хороши они или плохи. Повторяю, вы не сможете оторвать его от друзей, не заменив их общение более интересным занятием. Для этого вам придется усилить ваше взаимодействие, выявить желания подростка, способности и направить его энергию в сторону их развития.

Важно обратиться в вашем общении к его самостоятельности и ответственности. Он должен уметь отвечать за свои поступки. Пока он еще общается с этой компанией, договоритесь с ним о том, что прежде чем совершить какой-то важный поступок, он позвонит вам, и вы расскажете ему о его последствиях. После этого разговора он волен принять решение, хочет он совершать это или не хочет.

При любом раскладе придется договариваться. Пока вы не увидите его увлеченность новым делом или занятием, и он не займется им серьезно. У него, конечно же, сократится количество свободного времени, и времяпрепровождение с друзьями для него будет не столь важным.

Проведя эту несложную работу, вы выясните, безопасно ли окружение вашего ребенка, подходит ли компания для вашего сына. В любом случае так вы сможете вместе найти ему занятие и заставите задуматься об ответственности за свои поступки.

Объясните ему, что его права заканчиваются там, где начинаются права другого человека, он может делать все что угодно, но не мешать другим. Таким образом вы сделаете доброе дело для подростка, станете проводить вместе больше времени, узнаете, что его интересует и избавите от безделья.

Секрет 16. Как поднять самооценку ребенка

Что такое самооценка? Самооценка – это то, что я думаю о себе исходя из того, что обо мне говорят окружающие меня люди.

При сравнении ребенка-подростка с другими детьми у вашего сына или дочери формируется представление о себе: он не такой, как они.

У каждого человека свой психофизический набор данных. Вы ставите в пример мальчика или девочку для того, чтобы он стал таким же. Однако дети будут брать пример только с тех людей, которые для них являются авторитетами. Ими до определенного возраста являются родители. Любое сравнение для детей означает, что он плохой, он так не сможет, он недостойный.

Заниженная самооценка может быть внешней и внутренней. Внешняя самооценка проявляется в неудовлетворенности своей внешностью. Внутренняя определяется неудовлетворенностью своими качествами характера, страхами.

Как лечится самооценка? Если говорить о внешней самооценке, когда детям не нравится их внешность, то тут проблемы решаются довольно просто. Возьмем как пример лишний вес. Для того чтобы избавиться от лишнего веса, нужно разобраться с психологической проблемой. Определить, какая стрессовая ситуация вызывает чрезмерный аппетит, какие у ребенка страхи. Что реально может помочь? Начать посещать спортивную секцию или тренажерный зал, для того чтобы подтянуть и накачать мышцы, заменить жировую массу на мышечную. Спорт, танцы, йога, у-шу, цигун позволяют не только укрепить здоровье, но и фигуру делают красивой и привлекательной.

Другая подростковая заморочка – ребенок негативно воспринимает свои черты лица. Предположим, ему не нравится нос или разрез глаз, уши, руки, ноги, волосы – придумывают все что угодно. В этом случае нужно сказать ребенку: «Дорогой мой, вот сейчас твоя задача получить знания, воспитать характер, вырасти психически здоровым, грамотным человеком. В 18 лет, если твой нос так тебе и не понравится, ты уже будешь совершеннолетним и сможешь принять решение о пластической операции. Слава богу, у нас пластических хирургов достаточно.

Таким образом вы даете ребенку надежду на то, что он всегда может исправить то, что его не устраивает. В любом случае после такого разговора подросток перестает комплексовать. Он знает, что если это действительно изъян – бывает и такое, то дело поправимо. Возможно, у девочки чрезмерно крупный нос, и она по этому поводу переживает, здесь можно, конечно, в будущем прибегнуть к услугам пластического хирурга. Если это мальчик, то обычно они к 18 годам взрослеют и понимают, что для мужчины черты лица не так уж важны. Для мужчины существуют совершенно другие критерии красоты. Увеличить малый рост, как я уже говорила, помогут регулярные занятия на турнике. Но куда важнее качества личности и черты характера.

Теперь о внутренней самооценке. Ее во многом формируют страхи и фобии. Ребенок не всегда может сказать о своих страхах, но внутренне он знает о них. Страхи, фобии и недоразвитые качества личности не позволяют ребенку быть самим собой. Для того чтобы скрыть свои тревоги, он начинает примерять маски, которые деформируют его личность.

Чем тут можно помочь?

Предположим, у ребенка есть страх воды. На речке или в море он нахлебался воды, испугался и теперь испытывает панику перед любым водоемом. Чтобы этот страх прошел, нужно обязательно научиться плавать.

Если ребенок боится собак, то разумно будет найти кинолога, который расскажет, как защитить себя, как вести себя, чтобы собака не покусала.

Допустим, ваш ребенок боится темноты. Соответственно, он должен себя тренировать до тех пор, пока не научится видеть в темноте – не в прямом смысле, конечно, видеть, а чувствовать темноту.

Гораздо сложнее вопрос обстоит с отсутствием определенных качеств характера.

В этом случае лучше всего сесть и поговорить с ребенком. Сказать ему: «Дорогой мой, у тебя есть желание стать лучше, сильнее, умнее?» Если он говорит «да», вы составляете список тех качеств, которые ему нравятся в людях. А потом список тех, которые ему в людях не нравятся. Дети в 99,9 процентов случаев называют именно свои положительные и отрицательные качества. Теперь напротив каждого качества попросите его поставить балл от 1 до 10 – насколько у него самого развито то или иное качество. Допустим, решительность – 3, смелость – 3, изобретательность – 5, творчество – 5, объективность – 3.

Отрицательным качествам также нужно поставить оценку. Жадность – 8, зависть – 7, скрытность – 5, ненависть – 6. Эти оценки он ставит сам себе.

Следующий этап. Чтобы избавиться от отрицательного качества, нужно начать развивать противоположное, положительное качество характера. Предположим, ребенок некоммуникабелен, боится общаться с людьми. Можно начать с того, что ребенок будет маме и папе произносить тосты. У него будет задание – когда семья садится за стол, он говорит приветственные слова, и после его слов все приступают к трапезе.

Пока он учится говорить тосты за столом взрослых и рассказывать подготовленный урок, постепенно учится говорить, у него пропадет страх общения. Это один из примеров.

Теперь о том, как преодолевать отрицательные качества. Дети, как известно, врут. Врут они в двух случаях. Первый – это когда они хотят казаться лучше, чем есть, чтобы родители похвалили и обратили на них внимание.

Второй случай – это когда дети врут, делая что-то не очень хорошее, непристойное, за что могут быть наказаны. Нужно выяснить причину вранья. Спросить подростка: «Ты обманываешь, потому что хочешь казаться лучше, чем ты есть?» Мальчика или девочку нужно успокоить и сказать: «Послушай, я горжусь тобой, ты у меня замечательный сын, у тебя нет необходимости меня обманывать, преувеличивать свои заслуги. Я тебя люблю, потому что ты мой сын (или дочь), и знаю твои способности, таланты. А ты очень одаренный ребенок. Ты просто сейчас не можешь полностью реализовать свой талант. Еще только учишься всему, у тебя не все хорошо получается, да еще слегка ленишься. Но придет время, и если ты будешь учиться и заниматься тем, что тебе нравится, ты непременно станешь гением, выдающимся человеком».

Таким образом вы его избавляете от страха, что вдруг он не очень хороший сын или не очень хорошая дочь.

Договоритесь с подростком о том, чтобы он не обманывал, а говорил только правду. Ребенок станет преувеличивать все меньше и меньше, и постепенно начнет объективно оценивать свои поступки, поступки других. А ведь объективное отношение к ситуации, событию, поступкам – это и есть совесть.

Таким образом, для того чтобы ребенку поднять самооценку, вначале нужно выяснить, его комплексы касаются внешних или внутренних качеств. Затем выяснить, с какими событиями связана низкая самооценка. После этого не жалейте времени и усилий на то, чтобы помочь ребенку работать над фобиями или негативными качествами личности. Процесс поначалу сложный, но затем станет неотъемлемой частью развития личности.

Секрет 17. Что делать, если сверстники обижают подростка

Школа является контрольным этапом проверки качеств личности, силы характера, умения общаться со сверстниками и учителями для вступления во взрослую жизнь. Почему дети попадают в такие сложные ситуации, когда сверстники обижают их? Какие модели воспитания приводят к подобным ситуациям?

Одна из распространенных – это доминирующая и деспотичная модель воспитания родителей. Они предъявляют к ребенку завышенные требования, не учитывая его возраст, или необъективно наказывают. Требуют беспрекословного повиновения и послушания.

При таком отношении к ребенку ломается механизм личного «я». Мама все знает, мама все решит и скажет, что и как делать. Естественным образом у ребенка возникает модель поведения жертвы. Он готов все исполнять и слушаться.

Поведение жертвы выражается в том, что мальчик или девочка замыкаются в себе, сторонятся своих сверстников. Модель предусматривает отчужденность, некую «забитость». Ребенок-жертва считает, что другие дети лучше него, другим детям позволено по отношению к нему или к ней поступать как им заблагорассудится.

В психологии есть такое понятие: «жертва» находит «палача». Естественно, находятся дети с завышенной самооценкой, которые убеждены в том, что им все позволено. Они способны обижать маленьких, тех, кто слабее их, и вот такие дети начинают доминировать над ребенком, у которого модель поведения «жертвы». Вторая причина того, что ребенок становится жертвой сверстников – это его черты характера, сама его личность. Если темперамент – это природой заложенная реакция на происходящие события, то характер формируется в процессе воспитания. Могут быть приобретены такие негативные черты характера, как склонность зло шутить над одноклассниками, исказить информацию, услышанную от других детей, плести интриги, привирать, кляузничать.

Если ребенок жалуется, что его обижают сверстники, нужно поговорить с ним и выявить, что же все-таки является причиной. Для этого нужно узнать, при каких обстоятельствах к нему пристают, обижают его и бьют.

Выяснив это, вы поймете причину. Определите, в чем заключается проблема. У вашего ребенка модель поведения жертвы либо у него несносные черты характера?

Что в таких случаях делать, как избавить ребенка, подростка от такой тирании со стороны сверстников?

Можно попробовать следующее. Во-первых, изменить свое отношение к ребенку. Во-вторых, начать укреплять его физическое здоровье. Физическая сила будет давать ему внутреннюю уверенность в том, что он может за себя постоять.

Необязательно отдавать мальчика в секцию бокса, можно заниматься в любой секции – легкой атлетики, баскетбола, волейбола, тенниса: командные игры приносят подросткам огромную пользу. Там они учатся строить отношения в группе, работать с командой, общаться с людьми разного возраста и помогать другим. Командная игра всегда подразумевает сплоченность коллектива, культуру командного поведения.

Во-вторых, уделите время тому, чтобы разобраться с качествами личности вашего ребенка. Выпишите вместе с ним все положительные и отрицательные черты характера и объясните, что отрицательные качества будут создавать проблемы ему во взрослой жизни.

Что касается вас самих, то и вам следует пересмотреть свое поведение. Дети формируются

на подражании. Если вы деспотичны, то следует умерить пыл и дать больше свободы ребенку. Требования нужно предъявлять соизмеримо с возрастом, о чем я уже писала в предыдущих главах.

Напомню, что оценивать работу, сделанную подростком, не следует исходя из того, насколько бы хорошо ее сделали вы сами (практически все родители думают в таких случаях: «Я сделаю лучше»). Это естественно. Вы ее сделали 1001-й раз, а ребенок – всего лишь пятый). Позволяйте делать подростку так, как ему удобно и кажется правильно. Хвалите за малейшие успехи и корректно подсказывайте, как можно сделать лучше. Таким образом вы научите детей мыслить самостоятельно, от поощрений вырастит самооценка, и ребенок перестанет чувствовать себя жертвой. Изменив ситуацию, вы избавите ребенка от тирании со стороны сверстников.

Что еще важно помнить? Если эту ситуацию не исправить в подростковом возрасте, можно сказать с уверенностью, что ребенок никогда не сможет найти свое призвание, во всяком случае это будет даваться ему намного сложнее, чем другим. Не изжив комплекс жертвы, он, даже став взрослым, в душе останется незащищенным, обездоленным и не имеющим право на великие свершения.

Секрет 18. Можно ли обоим детей любить одинаково?

Давайте вначале поговорим о том, что такое любовь. За любовь мы принимаем несколько, самое малое – три ипостаси наших чувств. Первое – это предметная любовь, когда мы удовлетворяем пять естественных чувств: обоняние, осязание, вкус, цвет и тактильность (ощущения). Второе – любовь к родным и близким, друзьям.

Любовь к себе – когда человек принимает себя, позволяет быть самим собой. Он принимает мир таким, какой он есть, во всех его проявлениях. Принимает людей и часто понимает, что каждый из них – его учитель и его отражение. Как это ни странно, любовь к себе и принятие себя напрямую связано с любовью к детям.

Прежде всего хочу рассказать вам об одной закономерности. Дети учатся на подражании родителям, трансформируя их модели поведения через свое понимание. Так вот, в семьях с двумя детьми один ребенок отражает своим поведением черты характера, которые нравятся родителю. Другой ребенок отражает черты характера, которые бы родители хотели иметь, но не развили в себе. Поэтому и создается впечатление, что вы любите одного ребенка больше, чем другого. Если вы измените отношение к себе, полюбите себя, то ощущение нелюбви у вас исчезнет. Через некоторое время изменится и поведение ребенка.

Как известно, существуют четыре психотипа людей: холерики, меланхолики, сангвиники и флегматики, и для того чтобы ладить со всеми ними, необходим высокий уровень развития. Как правило, черты характера, которые вам нравятся, будут определять ваш круг общения, недовольство будут вызывать те люди, которые обладают другими качествами. Если к этому добавить, что каждый из детей принимает модель поведения одного из родителей – папы или родственника, или, может быть, бабушки, которую вы недолюбливаете, то легко предположить, что проявление одной из неприятных вам черт будут активизировать накопленные обиды на этого человека, вызывать гнев, раздражение, скрытое негативное отношение.

Когда вы распознаете в поведении дочери поведение мужа, свекрови, происходит перенос раздражения на ребенка. Неприятие кого-то из людей, чье поведение имитирует ваш ребенок, вызывает у вас злость: ребенок не похож на вас! Но такой перенос – совершенно недопустимая практика со стороны родителей. Ребенок страдает от вашей несправедливости. Ваш гнев вызывает в нем отрицательное отношение к самому себе, он думает: «Что во мне не так, если мама злится?»

Почему же мы злимся и обижаемся? Потому что мы не правы и не находим аргументов объяснить ребенку, почему так делать нельзя.

А ребенок просто другой, и нужно позволить ему быть другим. Не могут ваши дети на 100 процентов отражать только положительные черты характера. Нам и даются дети с определенным психотипом для того, чтобы, избавляясь от негативных черт характера, мы сами становились добрее. Если мы не можем ладить с определенными людьми, нам обязательно дается ребенок именно такого плана. Через него мы можем принять себя и избавиться от ненужных и ограничивающих убеждений.

Секрет 19. Можно ли в семье прожить без конфликтов, и как они отражаются на детях?

Ответ однозначный: без конфликтов в семье прожить невозможно. Не потому, что люди, создавшую семью, плохие. Только в силу того, что каждый из супругов воспитывался в разной среде, у каждого из них имеются свои убеждения, свое мировоззрение, свой взгляд на жизнь, свои определенные привычки.

Поначалу, когда создается семейная пара, их объединяет чувство любви, на привычках внимание не заостряется. Со временем, когда накапливаются обиды, а они непременно накапливаются, вступает в свои права представление о том, какой должна быть семья, имеющаяся у каждого из супругов.

Исходя из этого, естественно, супруги пытаются внедрить в собственную семью свои правила, требования и запросы. Происходит столкновение интересов. У жены есть установка на то, что мужчина должен поступать определенным образом, а он поступает совершенно по-другому. Происходит первое разочарование, которое вызывает раздражение, обиду. Почему он не поступает так, ведь совсем иначе должен поступать мужчина? Но у мужа есть свое представление о том, каково поведение мужчины. Он вырос в определенной среде, и среда сформировала в нем это понимание. Парадокс жизни заключается в том, вы выбираете человека, у которого есть масса раздражающих привычек. И опять мы возвращаемся к умению принимать людей такими, какие они есть. Чтобы принять раздражающее вас поведение супруга, нужно прежде всего любить его.

Не акцентировать внимание на том, что вас раздражает, а помочь развить его достоинства. Супруги пришли во взрослую жизнь с набором положительных и отрицательных установок. Отрицательные – это не плохие, а тормозящие карьерный рост, ограничивающие быт определенными правилами.

Если бы мы все как один были одинаковыми, похожими, как бы мы влюбились, женились, у кого бы мы учились? Только представьте, что женщины были бы одного типа, мужчины – одного типа. А индивидуальных личностей у нас не было бы...

Это закономерно и нормально, что люди разные, что у них разные взгляды на жизнь, разные привычки и разные представления о поведении. Когда мы это понимаем, тогда перестаем копить обиды, а начинаем задумываться над тем, почему не принимаем это поведение. Что сделать для того, чтобы принять его, или каким образом содействовать его изменению?

Откровенный разговор о том, что не нравится в привычке мужа или жены, позволит избежать ссор и найти компромиссное решение. Например, супруга принимает часть этой привычки, а мужчина в свою очередь трансформирует какую-то определенную часть своего поведения, которое было бы приемлемо в семье. Вполне возможно, что у кого-то из супругов есть вредные привычки, естественно, это усугубляет положение дел, и тогда в семье во много раз больше конфликтов. По мере того как родители проживают 13, 14, 15 лет, успевают произойти разные события. И хорошие, и те, которые вас огорчили, обидели. Накопилось достаточно претензий друг к другу. Чувство любви притупилось, зачастую вы можете позволить себе оскорбительные выходки, скандалы. И ваши враждебные отношения наносят непоправимый вред психике ваших детей.

В чем это выражается? Когда ребенок видит конфликтную ситуацию в доме, в нем восстает его природное чувство справедливости. Исходя из этого он выбирает примером для подражания одного из родителей. Либо подросток сострадает родителю, которого обижают, либо принимает

модель поведения того, кто обижает. Ко мне обращался отец, который был возмущен поведением своего сына. В 10 лет он мог матери ответить матом. Сестру мог избить и разговаривал с ней только матом.

Мужчина говорил, что наказывал сына, даже ремнем тому не раз доставалось, но отучить от такого поведения не удастся. Что делать? Когда я задала вопрос: «А вы как к жене относитесь?» Он сказал, что... он же мужчина, глава семьи, хорошо зарабатывает, семья с деньгами проблем не знает...

Я сказала: «Есть только одно решение этой проблемы – изменить отношение к жене. И сын постепенно изменится. Ребенок взял за основу своего поведения модель поведения в семье – отца». Конфликты родителей наносят колоссальный и недооцененный ущерб психике ребенка. Желательно решать конфликты без истерик и мордобоя. Не только для того, чтобы в семье дольше царила любовь между родителями, но и для того, чтобы привить адекватное поведение сына или дочери в своей будущей семье.

Семейная атмосфера должна готовить ребенка ко взрослой жизни. Задача родителей не сделать ребенка похожим на маму или на папу. У ребенка должен быть синтез хороших качеств папы и мамы. Хороших, а не плохих. Поведение родителей должно быть таким, чтобы у ребенка было желание перенять именно хорошие их привычки и качества.

Секрет 20. То и дело хочу ударить дочь, но пока сдерживаюсь

Избыток раздражения по отношению к дочери непременно закончится конфликтом. Хорошо, что мама пока сдерживается, но наступит минута, когда она ударит дочь. Что же произошло? Почему отношения дошли до такой точки, когда раздражение уже на грани срыва?

Казалось бы, вполне благополучная семья, родители прожили вместе 10–11 лет, и каждый со своими обидами. Муж и жена не утруждали себя разговорами о том, что им что-то не нравится, это было у них не принято. Они не предпринимали попыток делать по-другому, и каждый копил свои обиды.

Наступил период, когда, как говорится, терпению пришел конец, начался бракоразводный процесс. Родители делили имущество и бились за каждую вещь в доме. Я так поняла, что вопрос стоял вовсе не в том, кому какие ложки достанутся. Настоящая причина скандалов заключалась в том, что появился повод выговорить все, что накопилось за 10 лет. Супруги договорились до того, что когда вопрос встал о квартире и жена сказала о том, что нужно делить на троих, потому что есть еще дочь, муж ответил: «Я не знаю, где ты ее взяла». Конфликт перерос в грандиозный скандал, были подключены родственники с обеих сторон. Чуть было не дошло до установления отцовства по ДНК. Потом все успокоилось, родители признали, что оба погорячились.

Девочке тогда было 10 лет. После развода она стала замкнутой, училась, правда, хорошо, но очень часто огрызалась с матерью. К 14 годам, когда мама решила устроить свою личную жизнь, и у нее появился мужчина, стали происходить интересные вещи. Дочь стала высказывать матери претензии словами отца, и ее постоянные упреки были такими же, какие отец в свое время предъявлял матери при разводе. Прозвучала даже фраза о том, что ты, дескать, хочешь родить неизвестно от кого. Мать была в ярости. И не знала, что делать.

Она все время жаловалась, что находится на грани срыва и готова ударить дочь. На что я ей посоветовала для начала применить техники прощения. Они не очень сложные, делаются при желании достаточно быстро, и освобождение от обиды наступает довольно легко.

Первый метод – нужно приготовить несколько листов бумаги, ручку и начать писать все, что бы вы сказали, или то, что вы не высказали в свое время мужу. Свои обиды, рухнувшие мечты, гнев, которые у вас накопились. Вы начинаете писать – и можете писать очень долго, если обид и претензий накопилось много.

Вы должны писать до тех пор, пока не останется ни одной невысказанной мысли. Когда вы напишете и поймете, что все, сказать вам больше нечего, возьмите эти листочки и, не перечитывая, сожгите. Когда вы утром проснетесь, то почувствуете, что вам стало намного легче и, как иногда говорят, «камень с души упал».

Есть и второй метод избавления от негативного отношения к человеку. Поставьте стул, мысленно представьте человека, сидящего на нем, можете взять пояс или ремень, и начинайте говорить ему, как вы писали в первом случае. В выражениях можно себя не ограничивать, даже нужно не ограничивать.

Говорите в той форме, в которой вы бы хотели это сказать, со всей яростью и гневом, который чувствуете. Вначале это идет тяжело, чувствуешь себя идиотом, но постепенно все обиды поднимаются из ваших глубин. Вы, как говорят, заводите себя. Иногда появляется желание ударить, тогда нужно себя не сдерживать. Можно этот стул побить, воплотить в жизнь свое желание, которое у вас возникало при конфликтах.

Когда вы это сделаете, то, возможно, начнете плакать, а может быть, кричать, но это

нормальный процесс. После того как это сделаете, вы почувствуете, что обессилели, и через какое-то время придет легкость.

Я посоветовала этой женщине воспользоваться одной из методик. Вначале простить таким образом мужа, а потом простить дочь за дерзости, которые она говорит. Только после этого нужно начинать говорить с дочерью в реальности.

Во-первых, посоветовала я, нужно попросить у девочки прощения за те конфликты, которые возникали между вами в ее присутствии. Признаться, что не умеете разрешать их. Попросите прощения за развод с отцом.

«Понятно, что девочка сразу на контакт с вами не пойдет, – сказала я этой женщине, – потому что вы со своими обидами справились, а она-то нет. Вам нужно восстановить хорошие отношения с дочерью, поэтому посоветуйте ей сделать аналогичное упражнение, пусть она напишет все обиды и выскажет их вам и отцу на бумаге. Ей станет легче, и тогда она уже будет смотреть на ваши действия не через призму обид, а как бы другими глазами. Дочери нужно объяснить, что так бывает: люди женятся и через некоторое время понимают, что им неинтересно вместе. Они уже не могут жить вместе и, естественно, расходятся. То, что процесс развода прошел так грубо и буйно, с оскорблениями – это вина вас обоих. Нужно было проявить сдержанность, здравомыслие. Но вы не могли, потому что масса обид не давала вам трезво взглянуть на ситуацию.

И когда вы извинитесь и скажете о том, что понимаете свою вину, что вам очень жаль, что из-за вашего расставания у нее нет отца, скажите, что если у нее есть желание, она может с ним общаться».

Я посоветовала женщине найти в бывшем муже все самые хорошие качества характера, за которые она его когда-то полюбила, и сказать о них дочери. Сказать о том, что отец был хорошим, какие хорошие качества в нем были, что она похожа на него, что у нее такие-то таланты и способности, унаследованные от отца. Что у отца, допустим, хороший слух, или он спортсмен, у него хорошо развита воля или он прекрасно решает логические задачи... В общем обо всем, что было хорошего у мужа, необходимо сказать дочери.

Если действия дочери напомнили черту характера или проявление отцовского таланта, ей нужно об этом говорить. «Ты истинная дочь своего отца, потому что у тебя такие же способности, как у него».

Дети вообще по природе своей не понимают, как два человека, которых они любят, могут разойтись. Есть еще два важных момента, связанных с разводом: дети считают себя причиной развода, а с другой стороны, они считают, что их бросили. Не мама с папой разошлись, а именно их бросили.

У них начинает развиваться синдром «брошенного ребенка», они никому не верят, становятся замкнутыми, начинают грубить родителю, с которым живут. Подростки вымещают свою обиду на родителе, с которым они остались. И, разумеется, ему высказывают всю свою горечь и боль в виде дерзости.

Нужно проявить мудрость и вначале самой избавиться от обиды, а потом к этому же призвать своего ребенка.

Секрет 21. Я копалась в вещах дочери, нашла телефон – хочу найти пароль, чтобы посмотреть переписку...

Знакомые обратились ко мне с вопросом: «Что посоветовать родителям, которые приходят в абонентский отдел салона связи для того, чтобы подобрали пароль к телефону, и они могли посмотреть переписку детей?» Ответ может быть однозначным – создать доверительное отношение, чтобы не приходилось копаться в личных вещах вашего ребенка.

Об этом мне хотелось бы поговорить подробнее.

Родители часто бывают крайне встревожены и обеспокоены своими чадами, их волнует то, чем они занимаются, какой у них круг общения, что входит в сферу их интересов. Странная получается картина: родители интересуются и беспокоятся о своих детях, и вместе с тем между ними возникает колоссальное недоверие.

Когда дети начинают скрывать что-то от родителей, прятаться, утаивать – на это могут быть причины, о которых я уже писала выше. Одна из них – недоверие. Секрет был доверен матери, а она рассказала домочадцам, и ребенок подвергся насмешкам, каким-то издевкам, укорам, упрекам. В результате ребенок закрылся. Если ребенок доверил – это для него тайна. Когда она становится общедоступной информацией, дети глубоко переживают.

Вторая причина скрытности ребенка – родительский совет, который только усугубил его проблему. «Лучше я буду решать все сам». В чем опасность? Они озлобляются и создают в своем образе следующую картину мира: «Я вырасту, стану взрослым, пойду работать и без вас разберусь».

Третья причина – это вступление в сомнительное сообщество, пребывание в котором родители, безусловно, запретят.

Зачастую огромный поток информации не помогает, а мешает формированию нормальной картины мира. Наслушавшись «умников» из Интернета, «педагогов», которые говорят, что образование ни к чему, дети чувствуют, как «бальзам» льется им на душу от таких заявлений.

Несложно предвидеть, что когда они начнут искать работу или открывать свой бизнес, их ждет сюрприз. Они столкнутся с реальностью. И окажется, что на работу не берут без должного образования.

Молодой человек понимает, что не может устроиться на высокооплачиваемую работу. Он идет устраиваться на любую. И тут выясняется, что на предприятии существует дисциплина, определенные требования, режим работы, что он уже не может, как в школе, не выполнять задания. Все, что входит в его функционал, он должен выполнить – за этим ведется тотальный контроль.

Он узнает еще одну неприятную новость: тяжелая работа оплачивается намного меньше, чем та, которая дается образованием. Работу неквалифицированную может выполнить много людей, а квалифицированную – небольшое количество.

После того как молодой человек сделает эти открытия, он может поступить учиться для того, чтобы овладеть какой-то специальностью и уже в ней развиваться. Либо он вовсе перестанет искать работу и будет говорить, что его нигде не берут.

И вот, когда дети закрываются и родители не понимают, как они развиваются, что входит в круг их интересов, в это время подросток со своей ущербной картиной мира только и ждет, когда он станет взрослым и не будет нуждаться в опеке и родительских советах. Он уверен, что проживет без них.

Для того чтобы жизнь ребенка не сложилась в негативном ключе, нужно срочно

восстанавливать доверительные отношения. Вам нужно вспомнить все случаи, когда он доверил вам свои секреты, а вы сделали их общественным достоянием. Его, возможно, осмеяли или неудачно над ним пошутили.

Также вам нужно вспомнить случаи, когда ребенок к вам обращался с просьбой, а вы были заняты разговором с подругой по телефону, отмахнулись от него, сказав «потом». А потом даже не вспомнили, что он к вам обращался. Такие вещи заставляют детей замыкаться. У них начинает развиваться синдром отверженности, ненужности. Им кажется, что они бездолены и не нужны родителям.

Они начинают искать себе компанию для общения и, естественно, втягиваются в круг подростков с аналогичным восприятием себя и мира. Последствия бывают весьма печальными.

Важно следить за тем, какие мечты и желания возникают у детей с возрастом. Их следует поощрять, а не ставить детей перед фактом, что уже выбрали за него его жизнь.

Постарайтесь восстановить доверие своих детей, интересуйтесь их друзьями, занятиями. Научитесь правильно реагировать на их поступки. Это родительский миф, что дети перерастут и будут другими. Нет, не будут. Чтобы стать другими, потребуется время, специалист и желание самого ребенка.

Вспомните случаи, когда вы их незаслуженно наказывали или, наоборот, попустительствовали. Выберите время и поговорите о его обидах на вас. Извинитесь перед ребенком. Договоритесь, что больше подобного не будет происходить. Расскажите о своих сложностях на работе, о событиях, которые вас беспокоят. Спрашивайте подростка, что он думает по этому поводу?

Или, например, спросите, как сделать что-то в Интернете, попросите о помощи. Покажите, что вы нуждаетесь в его помощи. И через какое-то время ребенок начнет обращаться к вам. Создайте с ним круг общих интересов.

Ребенок будет видеть, что вы нуждаетесь в его помощи, будет приходить уже со своими вопросами к вам, станет рассказывать о своих секретах, тревогах, проблемах. Восстановив отношения, вы будете понимать, что с ребенком происходит, чем он занимается, что его интересует и как все это развивать.

Секрет 22. Как понять, что интересует моего сына

Почему у детей в подростковом возрасте появляется безразличие? Причиной может оказаться его неординарное мышление или подавление его мнения авторитетными, по его меркам, людьми. Когда ребенок высказался и получил негативную обратную связь. Услышал что-то насмешливое в свой адрес. Тогда у ребенка может наступить ступор.

То, что ему нравилось, никому, оказывается, не нужно, не интересно и не поощряемо. Такая ситуация произошла в свое время со мной. Я хотела поступить в медицинский институт, но влияние матери оказалось сильнее и сыграло свою роль в моей профессиональной жизни.

Я стала заниматься личностным развитием, психологией. Занималась с детьми, помогала им учиться. И только спустя годы, уже будучи зрелым человеком, сумела самостоятельно найти свой путь, то, что мне нравится.

В подростковом возрасте дети опираются на авторитетное мнение сверстников, родителей, кумиров. У них еще нет критического мышления, фильтра для информации, поэтому они проявляют интерес только к тому, что на данный момент модно, престижно. Для того чтобы помочь определиться сыну или дочери с занятием, которое отвечает его или ее природе, этому нужно уделять 15–30 минут ежедневно.

Вместе вспомнить все периоды жизни своего ребенка. В занятиях, которые его радовали, вы найдете, к чему у него больше лежала душа. Чтобы на чем-то заострить внимание, нужно вспомнить, какому из них он уделял длительное время (собирал кубики, играл с машинами и т. п.).

Когда вы вот так повспоминаете вместе и определите, что ему нравилось, можно вспомнить, какие ему нравились фильмы, книги, герои, картины, театральные постановки. Проведите анализ, что общего есть во всем этом, и вы поймете, что является основной линией его интересов. Затем в этой области начинайте искать.

После того как вы сформировали в голове интересы ребенка, поговорите с ним об этом и узнайте, интересно ли ему это занятие до сих пор. Или он вырос и уже не хочет этим заниматься, либо получил негативный отзыв.

Когда вы поговорили с ребенком и ничего не выяснили, из того, что вам удалось вспомнить, выберите то занятие, которое ему точно нравилось. Купите набор для резьбы по дереву, но не заставляйте ребенка заниматься этим (если вы будете заставлять, он даже не притронется). Здесь нужен метод, как у Тома Сойера, который красил забор: возьмите этот набор и начинайте сами осваивать резьбу по дереву. Это займет немного времени. Интерес к новому и любопытство сделают свое дело обязательно. Если дело действительно его, он быстро включится с вами в работу. Даже не имея подготовки, он скажет: «Ну, дай, это же не так делается». Возьмет и начнет делать на интуитивном уровне.

Если это дело – его, он поможет вам, а потом увлечется сам. Если же это не его, подарите кому-нибудь этот набор. Таким образом попробуйте увлечь подростка тем, что вам прояснилось при анализе его увлечений.

Нужно расширить его кругозор. Когда вы посещаете музей, гид начинает рассказывать о разных вещах. В душе ребенка отзовется то истинное, что ЕГО в этой жизни. Для осознания этого предназначения нужно посещать фильмы, выставки, картины, чтобы помочь ребенку понять для себя, будет он конструктором, артистом, художником или космонавтом.

Постепенно вы найдете ключ к его таланту. А потом уже нужно будет развивать эти способности.

Секрет 23. «Спалилась», что читала дневник дочери. Как теперь быть?

Сразу коснемся вопроса этики. С детства всем известно, что читать чужие письма, подглядывать, подслушивать – верх неприличия. Есть единственное оправдание этому – то, что не кто-то, а именно мама прочитала дневник.

Понятное дело, что для мамы очень важно понимать, чем занимается дочь, о чем думает, какие у нее интересы, проблемы, сложности. Для мамы чтение дневника – единственная возможность понять проблему ребенка и помочь ему. Из этих соображений я бы не судила строго маму за подобное действие. Чтобы не приходилось читать детские дневники, повторяю уже в который раз – нужно строить с детьми доверительные отношения.

Для этого не обязательно пользоваться какими-то суперметодиками. Единственное, что нужно делать, – так это уметь признавать свои ошибки. Если вы сделали что-то неправильно, то обязательно извинитесь перед дочерью.

Не бойтесь извиняться перед детьми. Так вы объясняете дочери, что вы о ней беспокоитесь. Не нужно строить из себя идеал, чтобы у детей не возникало чувства, что нужно быть идеальным. Идеальных людей нет. Все это знают.

Дети должны тоже понимать, что они индивидуальны и могут допустить какие-то ошибки. Почему дети от нас все скрывают? Очень часто – из-за нашей реакции на их поступки. Первое, что мы делаем, – начинаем кричать: «Я же тебе говорила!», «Я тебя предупреждала!» Какой в этом смысл теперь? Сделайте десять вдохов – и вместо крика просто сядьте и спокойно начинайте разбираться.

Почему это произошло. Не бойтесь потерять авторитет и научитесь правильно реагировать на поступки детей. Это даст им возможность с вами говорить.

Ведение дневника можно рассмотреть как способ списания негативной информации. Когда человек находится в расстроенном состоянии, он берет листок бумаги и начинает писать. Он обличает свой гнев в слова, и эти слова излагает на бумаге, не сдерживает себя в выражениях. Какие выражения идут, такие он и пишет. По мере того как человек пишет, у него начинают возникать проблески осознания, в чем он был неправ, что хорошего из этой ситуации он может извлечь. После того как он все это написал, он берет эту бумагу и рвет или сжигает. И это – лучший вариант. Почему?

Я бы посоветовала маме объяснить дочери, что такое дневник. В него человек записал – и оставил, а потом снова перечитывает эти истории. Все это – события прошлого, которые тащатся за ним хвостом. Человек, который живет прошлым, никогда не будет жить в настоящем и мечтать о будущем. Прошлое всегда будет тянуть его назад.

Поэтому я не сторонница дневников. Это плохой феншуй.

Как из этой ситуации выйти маме? Сказать дочери, что она в своем дневнике пишет сокровенные мысли, и мало ли кому дневник может попасть в руки. Также можно сказать дочери: «Я не читала его, но знаю, что у тебя есть дневник, и я в любой момент могу прочитать, потому что он на виду».

Предложите дочери методику сжигания листов. Дневник – это опасная штука: мало ли кто увидит его и станет читать ее мысли? Да и нет смысла записывать негатив и хранить его у себя на полке.

Секрет 24. Дочь хочет покончить с собой

Детский суицид – это очень серьезная, глубокая тема.

У детей тонкая и нежная психика. Вступая во взрослую жизнь, они еще не умеют сопротивляться трудным обстоятельствам. Однако чтобы научиться справляться с мнимыми и фактическими проблемами, которые то и дело возникают, нужно научить ребенка правильно реагировать на события.

Что может ребенка подтолкнуть к суициду? Всевозможные необоснованные и несправедливые обвинения родителей, учителей и одноклассников в школе. Глупые игры подростков с воровством телефона и подсовывание его новенькому. А когда проверяют вещи детей, неожиданно находится чужой телефон или деньги у него в сумке. Ребенок даже не мог подумать о том, чтобы взять чужое, но украденная вещь или деньги – вот они – лежат у него в сумке, и именно его обвиняют в воровстве. Ребенок в этой ситуации даже не может оправдываться, потому что у него наступает ступор от несправедливости.

Класс обвиняет его в том, чего он не делал, появляется прозвище «вор», коим ребенок не является. Очень часто дети такое пережить не могут. Не могут пережить сам факт несправедливости. И, что самое страшное для подростка, доказать он ничего не может.

Его слова в собственную защиту не воспринимаются как доказательства. В этом случае оправдываться бесполезно. Как-то раз я наблюдала за игрой «Мафия» и заметила интересную вещь: тот, кто врал, говорил очень много, и притом убедительно, таким хочется верить. Тот, кто говорил правду, обходился несколькими словами.

Когда детей, людей обвиняют несправедливо, у них наступает шок. Теряется дар речи, они не могут говорить, у них просто нет слов. Если ваш ребенок ничего не воровал, с ним нужно об этом поговорить.

Нужно сказать: «Даже если ты взял, я тебя не накажу, но мы с тобой договоримся, что это будет последний раз». Нужно убедить ребенка, что воровство – дело плохое. Наказание может быть очень серьезным, могут поставить на учет в милицию, в анкете будут это указывать, все будут знать о его проступке. Самое страшное, что если что-то пропадет, обвинять будут именно его.

Если в семье нехватка денег, нужно объяснить, что придет время, он всего, что хочет, достигнет сам и сможет купить все, что ему будет нужно. А сейчас главная его задача – развить память, изучить основные понятия по предметам, получить хорошее образование. Если ребенок подвергся подобной несправедливости, в свою защиту может сказать: «У тех, кто взял телефон и положил мне в сумку, обязательно отсохнут руки». Это реально работает. Это будет служить определенной защитой для ребенка.

Почему дети в подобных обстоятельствах готовы бездумно попроситься с жизнью? Часто встречающаяся ситуация: мальчик и девочка дружили в подростковом возрасте, у девочки была сильная любовь, а мальчик ее бросил. Или наоборот. Дети расценивают измену как предательство и винят в сложившейся ситуации себя. Это он или она настолько плохи, что нет смысла жить на этой земле.

Нужно объяснить ребенку, что мир не идеален, да, могут предать и подставить. Ситуации в подростковом возрасте служат проверкой на устойчивость психики. Есть два варианта преодоления сложных обстоятельств, возникающих в школе. Первое – не испугаться и доказать самому себе, что способен стать лучше, интереснее, сильнее, научиться уважать себя.

Второе – вы переведете его в другую школу.

Как убедить ребенка стать сильнее и научить его уважать себя? Найти десятки примеров

среди спортсменов, знаменитостей, от которых уходил близкий человек. Показать, что даже знаменитости не смогли избежать этого – они любили, женились и потом расстались, так что разлука – это не повод, чтобы наложить на себя руки. Смысл жизни заключается не только в том, чтобы полюбить мальчика или девочку. У человека есть другие миссии на этой земле. Когда вы приведете массу примеров о разводах, договоритесь, что если в течение года никто другой ему не понравится, тогда уже посмотрите, как быть.

Это способ лечения испытанием. Через какое-то время ребенок приходит в себя, и проблема уходит сама собой.

Дети часто травмируются нерадивыми учителями. Есть среди них такие, кто находит слабое место в поведении или личности ребенка и начинают постоянно приводить его как плохой пример. Или необоснованно занижают оценки. У ребенка возникает ответная реакция – он перестает учить предмет. Учитель теперь обоснованно ставит плохую оценку и провоцирует ученика на плохое поведение. Теперь учитель «с чистой душой» ставит ему «двойки» и обзывает бездарем.

В этом случае нужно сказать ребенку: «Мы не можем ее заставить любить тебя, но можем отстаивать твою позицию». Чтобы было стыдно ставить «двойки», ребенок должен изучать этот предмет не на «5», а на «7». Для того, чтобы всегда можно было ответить на вопрос.

Однажды моя дочь принесла тетрадь с отлично выполненным упражнением, в тетради было написано, что неправильно написан ответ, поэтому оценка не «5», а «4». При этом не было ни одной ошибки. На такие выпады учителя не стоит обращать внимание, нужно продолжать изучать математику или любой другой предмет. А учителю пусть будет стыдно за свое отношение к детям.

Если в школе какие-то проблемы, договоритесь с ним о том, чтобы сразу говорил вам об этом. Постепенно вы вместе решите их. В школе дети проходят важный предмет – социальную адаптацию. Дети играют в классе определенные роли, которые они усваивают дома. Есть хищники, а есть жертвы. Жертва выбирается в каждом классе. Научитесь быть своему ребенку разумным помощником и другом в этой непростой ситуации.

Если вы видите, что проблема стала очень серьезной, то обращайтесь к специалисту. Нужно найти ребенку интересное занятие, и тут не обойтись без спорта. Спорт помогает усваивать командный дух, со временем подростку будет проще адаптироваться в классе. В спортивных секциях более доброжелательная атмосфера. Тренер не будет провоцировать ребенка на то, чтобы он плохо себя вел, поскольку у него, тренера, задача – раскрыть потенциал подростка. И если он взял ребенка в секцию, то идет с ним до его побед. Тренер больше детей заинтересован в победе (шутка).

Секрет 25. У моей дочери депрессия. Как понять почему?

Для начала нужно выяснить, что такое депрессия, каковы ее признаки.

Депрессии бывают трех видов. Первая – эндогенная, она связана с проблемой выработки определенных ферментов организма. Не вырабатывается гормон радости, и это вызывает состояние прострации, человека ничто не радует.

Второй вид – реактивная депрессия. Это реакция организма на затянувшийся длительный стресс или на потерю близкого человека. В этих случаях человек может впасть в депрессию.

Еще есть депрессия, которая связана с недостатком солнечных лучей – сезонная депрессия. Все три вида вызывают у человека желание не жить. Человек может не совершить суицид, но движение энергии в организме остановлено.

Депрессию очень сложно квалифицировать как заболевание. На первый взгляд, мало ли что, может, просто у человека плохое настроение. Следует понимать: если плохое настроение длится дольше трех недель, месяца, то пора задать себе вопрос: что меня порадует прямо сейчас?

Если вы не можете найти, что вас порадует, нужно принимать меры по выходу из этого состояния. Депрессия существует уже давно. Это не болезнь нашего времени. Раньше она называлась меланхолией.

Признаки депрессии:

1. Усталость – человек постоянно сетует на то, что он устает. Не успел проснуться, а уже устал.

2. Апатия ко всему. Его ничто не интересует.

3. Бессонница. Всевозможные глупые мысли лезут в голову, возникает драматичная, печальная иллюзия реальности.

4. Отсутствие аппетита. Не ест даже те блюда, которые он очень любил. Либо, наоборот, может быть переизбыток аппетита. Поглощает то, что он никогда не ел.

5. Понижение самооценки. Даже если она всегда была на высоком уровне. Он может говорить, что он идиот и никчемный человек.

6. Возникает необъяснимая тревожность у человека. Ходит с чувством, как будто у него что-то должно случиться. И он об этом постоянно говорит. Абсолютно пропадает желание что-то делать. У человека начинает появляться интерес к потусторонней жизни, загробному миру.

7. Необоснованная агрессия. На ровном месте человек проявляет агрессивное поведение. На какое-то время уходит в себя.

8. Могут возникнуть проблемы с вредными привычками. В депрессионном состоянии человек всегда концентрирует свое внимание на плохих событиях. Если с ним говорить о чем-то хорошем, это не вызывает у него интереса. А о проблемах и трагедиях он может говорить постоянно.

9. Человек перестает реагировать на свой внешний вид, начинает пренебрегать гигиеной. Появляется запах, внешняя неухоженность.

10. Пропадает способность переживать, сострадать и чувствовать чужую боль. Человек становится равнодушным и безразличным ко всему.

Таковы признаки депрессии у взрослого человека.

Что с этим всем делать? Бывает плохое настроение, когда вы делаете важную работу, и она у вас не идет. Возникают финансовые трудности. Вы переживаете, нервничаете в процессе

ожидания нужного вам результата.

В нормальном состоянии вы стараетесь преодолеть трудности. Понимаете, что вам нужно завершить проблемный вопрос, собираетесь с силами и начинаете двигаться дальше. А вот при депрессии – чем дольше она длится, тем безразличнее ко всему становится человек.

Прежде всего, близким нужно понимать, что это тяжелая форма заболевания. И без специалиста здесь не обойтись. Можно попробовать сменить место пребывания, например, съездить на море, курорт, экскурсии, в другой город.

Если смена обстановки не помогает, нужно обратиться к врачу. Он обычно назначает антидепрессанты, рефлексотерапию, иглоукалывание. Китайцы говорят, что депрессия – это остановка энергии. Чтобы ее запустить, требуется массаж или иглотерапия.

А вот несколько причин детской депрессии:

1. Ребенка обвинили в том, чего он не делал. Любое обвинение в том, чего он не делал, может вызвать приступ депрессии.

2. Ребенка травят в школе, у него заниженная самооценка. Мальчик или девочка становятся объектом насмешек.

3. Ребенок пожаловался родителям, а родители не помогли ему справиться с проблемой. В таких случаях ребенку не хватает внутренних сил сопротивляться, и он впадает в депрессию.

Самому, без помощи родителей ему вряд ли удастся установить диагноз депрессии, а тем более выйти из нее.

Секрет 26. Дочь стала увлекаться символикой смерти. Что делать?

Что может быть причиной такого увлечения? Почему столь многих подростков сейчас интересуют эти вопросы? Если посмотреть на благополучного ребенка, то ребенок и смерть – вещи несовместимые. Дети, как правило, счастливы и радуются жизни, строят планы на будущее, хотят стать взрослыми, достичь результатов. И внезапно начинают интересоваться смертью.

Что может вызвать эти изменения? Первое – возможная депрессия на почве неразделенной любви, недоразумений в школе, травли учениками. Здесь, конечно, нужно поговорить с одноклассниками, с каждым учителем в классе, посмотреть, какие оценки у ребенка по всем предметам, поговорить с каждым его другом. Нужно не стесняться и говорить о том, что если они не посвятят вас в тайны вашего сына или дочери, то может случиться непоправимое. Если кто-то что-то знает, то просто обязан рассказать. Если вдруг что-то случится потом с девочкой или мальчиком, то друзьям придется жить с чувством вины. Тогда подростки пойдут на разговор. Они обязательно расскажут.

Итак, если причина в проблемах, связанных со школой, то нужно понять суть затруднений – касаются они отношений или слабой усвояемости школьных предметов. Если дело в учебе, то вам следует уделить больше времени совместным занятиям. В том случае, если трудности связаны с отношениями в классе, с учителем, обратитесь к психологу.

Второй причиной, повлиявшей на ребенка, может стать смена позитивного взгляда на мир на негативный. То есть интерес к смерти, потустороннему миру. Интерес к тому, что ждет душу после смерти и прочие вопросы, связанные со смертью. Возможно, подросток стал жертвой секты, вербовщиков или в игре, организованной «черными» психологами.

Секты создают люди, разочаровавшиеся в жизни. У них произошли какие-то сбои, и вместо того, чтобы решить эти проблемы, они занимают позицию «я обижен», «я миру не нужен, тогда я буду ему вредить, уродуя психику других людей». Это внутреннее состояние подобных «умельцев».

Они прикрываются красивыми лозунгами, и под этими лозунгами собирают молодежь, которая наименее психологически устойчива, и призывают считать себя избранными, якобы они делают славное дело, потому что в этом несовершенном мире им нет места, таким избранным и совершенным.

Наиболее страшное объединение – объединение осознанных «черных» психологов. Недавно прошла целая серия статей и телепередач по поводу детей, которые выбрасываются с высотных домов, при этом оставляя куртки, вещи на подоконнике; травятся лекарствами.

Почему и как дети попадают в эту игру? В Интернете по статусам, которые размещают дети, определяют психическую устойчивость и слабое место ребенка. Затем ему отправляется пост или ролик в соответствии с настроением статуса. На этот статус профессионалы повторно пишут письмо или какую-то заметку, которая «зацепит» ребенка.

Исходя из того, какая заметка «зацепила» и по какой он пошел ссылке, они предлагают сыграть в игру. Символом ее является кит. Нужно пройти несколько уровней, достаточно серьезных для умственной деятельности. Это решение логических задач.

Когда ребенок решает такие задачи, он переходит на другой уровень. На каждом уровне игра становится сложнее, и незаметно для детей происходит обесценивание жизни. Ребенок уходит из физической жизни и начинает жить виртуальной.

В игре его мозгу создают иллюзию другого мира. Его постоянно поддерживают, поощряют и внедряют мысль, что жизнь не имеет никакой ценности. Чем сложнее уровень игры, тем увлекательнее ее этапы. На прохождение этапов отведено определенное время. Если на каком-то этапе происходит сбой, они удаляют подростка из программы.

Если же сбоя у подростка не произошло, они ведут его к результату, финишу, суициду. Это нельзя назвать никак иначе, кроме как «психологический терроризм». Победа, полученная в игре, для ребенка является смертью.

Не все дети могут дойти до финиша. Если ребенок прошел 15 сложных уровней, у него огромный умственный потенциал, хорошо работает интуиция, логика, у него большой объем знаний. Следовательно, вычисляются наиболее умные и одаренные дети, их и подводят к суициду.

Дорогие родители, нужно обязательно следить за тем, чем занимаются ваши дети в Интернете. По возможности ограничивайте время пребывания в сети. Если вы не можете запретить подростку постоянно сидеть за компьютером, отключите его вообще и ходите вместе в интернет-клуб. Научитесь говорить своему ребенку «нет» для его же блага.

Даже если ваши дети благополучны, нужно следить за статусами на их страничках.

Первое, что нужно сделать, если ваш ребенок попался на эту страшную зацепку, – обратиться в соответствующие органы по работе с терроризмом, в прокуратуру, а ребенка вести к психотерапевту.

Секрет 27. Я ращу сына одна, и мне постоянно хочется быть с ним рядом

Это типичное отношение родителей к детям. Давайте разберемся, насколько это благоприятно влияет на развитие ребенка, его будущее. Проблемы у детей возникают в подростковом возрасте в связи с тем, что мы не совсем правильно подходим к процессу воспитания – в частности, мы постоянно находимся по отношению к нему в одной и той же роли.

Необходимо учитывать возраст детей и свою роль на данном возрастном этапе. Это позволит избежать множества проблем, намного проще пройдет подростковый возрастной этап.

Давайте посмотрим, как меняются роли родителей с того самого момента, когда юная девушка и молодой человек создали семью. Два разных человека жили в разных семьях, по-разному воспитывались, у них разный менталитет, разные привычки. Задача семейной пары – найти компромиссы по всем вопросам. Одному нравится это, другому – другое. Компромисс – то, что нравится обоим. Каждый из них по мере возможности уступает. Часто возникает вопрос: «Кто глава семьи?». Этот вопрос тоже решается компромиссно. У мужчины одна часть семейных обязанностей, у женщины – другая. Так распределяются семейные роли – кто какие домашние дела будет выполнять.

Теперь им предстоит решить, как семья будет развиваться, ведь все, что не развивается, то деградирует. Должен стоять вопрос развития каждого из супругов. Нужно решить это сообща – как мог бы развиваться муж, жена, кто из супругов делает карьеру, как они это делают? Сколько времени они могут уделять семье, дому, быту.

Если и женщина, и мужчина делают карьеру, нужно установить, как они будут вести домашнее хозяйство. Будут ли они прибегать к помощи гувернантки или домработницы? Или они сами все это будут делать? Это зависит от того, какой у семьи доход.

Наступает важное событие – женщина забеременела. С этого времени мужчина и женщина должны поменять свой статус – из девушки и юноши они превращаются в мужа и жену. А при рождении ребенка они меняют роль молодых супругов на роль родителей и няни.

В роли няни до трехлетнего возраста их ребенок находят папа и мама. Если нет папы, обе эти функции выполняет мама. Когда в семье два родителя, ребенок привыкает и к мужской, и к женской энергии. Если он чувствует, что мужская энергия агрессивна, то у него подсознательно формируется страх перед мужской энергией.

Итак, до трех лет родители должны быть ребенку няней. Детям в этом возрасте необходима опека и забота. Задача няни – выходить малыша, сделать так, чтобы у него правильно развивались организм, психика. Следить за его безопасностью.

В три года родители переходят в статус учителя и пребывают в нем до того, как ребенок пойдет в школу.

С одной стороны, родители заботятся о нем, с другой стороны, учат самостоятельности.

В период с 7 до 11 лет каждый из родителей должен стать учителем-наставником. Роль учителя и наставника выражается в обучении и развитии – они учат ребенка осознанной заботе о себе. Если эту заботу не формировать, будет как в сказке «Рассеянный с улицы Бассейной». Ребенок должен научиться многое делать сам – вдумчиво одеваться, вдумчиво складывать учебники, ручки, тетрадки.

В период с 11 до 16 лет родители меняют статус – теперь они в роли друга-наставника.

Вы становитесь ему другом. Отвечаете на взрослые вопросы, обсуждаете темы, как со

взрослеющим человеком. Ребенок выполняет уже взрослые поручения. Но помимо того, что вы понимаете ребенка как друга, вы, как наставник, корректируете его поведение и запросы, следите за формирующимся мировоззрением, отношением к себе и окружающим. Объективное отношение к поступкам вашего ребенка обеспечит вам беззаботное будущее.

Начиная с 17 лет вы становитесь просто авторитетным наставником. Вы разбираетесь во всех вопросах, понимаете, что такое личностное развитие, помогаете ребенку развиваться профессионально, как специалисту, как личности. Помогаете строить отношения с противоположным полом. Чтобы эти отношения приносили не слезы и огорчение, а радость и интерес к жизни.

Когда женщина говорит о том, что хочет постоянно быть с сыном, она нарушает весь процесс воспитания, становится рабом собственного ребенка. В результате у ребенка закладывается в голове убеждение, что все окружающие – никто, и ему обязаны, а он один является персоной. Однако чтобы стать личностью и персоне, нужно стать профессионалом, увлекательным собеседником, цельной натурой, уважать других. Молодой человек не будет объективно восприниматься обществом, если ему закладывается такая модель восприятия себя, что он один – личность. Когда у него начнется процесс социализации, возникнет масса проблем. Он должен понять, что у человека на протяжении всей жизни есть задачи, которые он должен научиться решать самостоятельно.

И в понимании этого вы должны ему помочь.

Секрет 28. Как не вовлечь ребенка в семейный конфликт

Вовлекать детей в семейные конфликты или избегать этого – зависит от воспитания самих родителей. Либо они учатся культуре разрешения конфликтов в семье, либо решают их так, как они привыкли.

Дело в том, что в доме от ребенка невозможно скрыть конфликтную ситуацию. Предположим, что мама разбивает в истерике тарелки. Или папа пришел пьяный, и мама начинает кричать. Когда мама начинает материться, грубо разговаривать, она пытается образумить пьяного человека. Но пьяный человек не может адекватно реагировать на возмущение и критику.

Такое поведение со стороны супруги вызывает у него агрессию и служит еще большим маслом для разжигания конфликта. Ругаться с пьяным супругом – бесполезное занятие. Крик только усилит ссору в данном случае. Лучше оставить эту ситуацию до утра и потом нормально поговорить, что такое поведение нервирует не только вас, но и детей. И нужно с этим что-то делать. Призовите его не оскорблениями, а просьбой обратиться к специалисту, чтобы избавиться от вредной привычки.

Обычно в конфликтной ситуации люди в гневе не следят за своей речью, очень часто из их уст вылетают оскорбительные слова. Проходит время, а эти слова и осадок от оскорблений остается надолго в душе. Обиды копятся из-за неумения сдерживать себя в гневе.

Когда этих обид накапливается чересчур много, в отношениях уже ничего хорошего не помнится. Например, вы говорите, что человек ни к чему не приспособлен, тем самым занижая его самооценку. Он потом с этим ходит и прекращает стараться, раз он, по вашему мнению, ничего не умеет.

Конфликт – это стресс для психики и тормоз для развития. Если конфликты происходят слишком часто, то супруги, устав, принимают решение разойтись. Наступает момент, когда появляется желание жить просто спокойно, вместо того чтобы каждый день ругаться. Если у вас привычная реакция на события импульсивная, вы сразу начинаете кричать.

Для спокойствия в доме желательно разобраться с самим собой, пройти тренинги, сходить к психологу. Событие, вызвавшее ваш гнев, уже произошло, здесь хоть кричи, хоть не кричи – ничего не изменить. Нужно принять ситуацию. Если вы очень эмоциональны, пойдите в ванную, поплачьте, а потом выходите с нормальным лицом и в спокойном, уравновешенном состоянии. Теперь попытайтесь разобраться в ситуации.

Когда вы начнете выяснять, то увидите, что она не настолько безнадежна, как вам показалось вначале. Методика решения проблемных ситуаций достаточно проста. Вы рассматриваете самый худший вариант развития ситуации. Потом обдумываете самый выгодный вариант решения проблемы.

Когда вы это сделаете, будете понимать, куда двигаться.

А еще нужно задать себе вопрос: «Для чего мне дана эта ситуация?». Конфликты даны людям для того, чтобы они научились культуре выяснения отношений, избавились от собственных заблуждений, научились терпению. Не вели себя, как маленький ребенок, не истерики закатывали, не кричали, не обзывали, а осознанно посмотрели на то, что произошло. Может быть, вы все видите в искаженном виде? Можно ли было этого избежать? Ситуация должна вас чему-то научить. Начните разбираться в ней с себя самой. Не надо считать только свою позицию правильной. Прежде чем что-то осуждать, нужно вникнуть в суть дела и

посмотреть, почему вы эту ситуацию не принимаете.

Оградить детей от конфликта в семье можно только одним способом – если вы будете его разрешать спокойно, цивилизованно и дипломатично. Если вы будете просто обсуждать ситуацию и пути выхода из нее. И нужно понимать, что ваша модель разрешения конфликта будет обязательно перенята детьми. Для того чтобы ребенок жил счастливо, нужно начать с себя. Дети будут подражать вам и вести себя аналогично.

Секрет 29. Мы развелись с мужем. Ребенок стал замкнут. Грубит. Почему он винит меня в разводе?

Развод для детей является серьезной психологической травмой. И не важно, кто виноват и кто прав в этой ситуации. В причиненных нам обидах мы всегда ищем виновных. Ребенок поступает аналогично. Развод для него является потрясением, поскольку разрушена определенная цепочка взаимоотношений.

Выпали определенные звенья, которые касались взаимоотношений с отцом, и возникшую пустоту ребенку нужно чем-то заполнить. Развод он не хочет принимать, а раз ребенок не принимает ситуацию, естественно, ищет виновного в лице мамы.

Ситуацию зачастую усугубляет то, что обиженная женщина при общении с ребенком начинает использовать те же выражения, ту же интонацию с которой она обращалась к мужу, когда была недовольна.

Мать видит в сыне проявления отцовских черт характера, начинает вымещать на нем свое плохое настроение. Это тоже может вызывать агрессию со стороны сына.

Проявите мудрость, не делайте этого.

Как помочь ребенку выйти из этой ситуации и построить хорошие, добрые отношения? Во-первых, нужно ему объяснить, что в разводе не может быть виновата только одна мама. Ответственность за любой разрыв отношений, любую конфликтную ситуацию лежит на обоих родителях. Винить в случившемся только маму несправедливо.

Нужно извиниться перед сыном, сказать, что для вас это тоже является страшным ударом. Что вы очень сожалеете о разводе. Но раз так сложилось, то необходимо искать новые пути, чтобы научиться жить уже с этой ситуацией. Объясните сыну, что вам так же тяжело, как и ему, и договоритесь, чтобы он не срывал зло на вас.

Скажите также, что вы осознали всю ценность семьи после развода, что до этого недооценивали значимость отца для него. Нужно объяснить мальчику, из-за чего произошел развод. Не надо выгораживать себя и винить отца, потому что детей очень трудно обмануть. У них, особенно в подростковом возрасте, обостренное чувство справедливости. Поэтому если вы честно скажете, в чем причина разлада, что вы осознали, он гораздо быстрее это примет и простит.

Возможно, прошла влюбленность, благодаря которой состоялся этот брак. Вы стали другими, поэтому неизбежным стало расставание. Но нужно обязательно пояснить ребенку, что развод не имеет никакого отношения к нему. Люди разводятся, потому что у них исчезли общие интересы.

Возможно, папа недостаточно заботился о семье и не уделял внимания маме, не занимался воспитанием сына. А может быть, кто-то из родителей встретил другого человека и не смог устоять против соблазна. Причин может быть множество. Но он, ребенок, тут ни при чем.

Также нужно объяснить, что, несмотря на развод, родители по-прежнему любят его. Любви к детям не может заменить никакой взрослый человек, потому что это совершенно другая любовь, ее нельзя путать с любовью к человеку противоположного пола. Что он остается для родителей всегда ребенком, любовь к нему никогда не исчезнет. Она врожденная и не требует доказательств. И любовь к отцу, и отцовская любовь к нему, независимо от того, живут они в одном доме или не живут, между ними есть и будет. Только видеться они теперь будут реже. Но отношения его с отцом с возрастом обязательно продолжатся в качестве дружбы.

Если развод случился, никогда в присутствии сына, общаясь с друзьями или

родственниками, не оскорбляйте своего супруга и не вспоминайте его всевозможные промахи, с вашей точки зрения. Когда вы выходили замуж, вам все нравилось, вы все любили. Вот и попробуйте вспомнить то, что вы в нем любили.

Когда вы говорите плохо об отце, это наносит оскорбление вашему сыну. Частично он все ваши негативные комментарии воспринимает по отношению к себе. Наоборот, говорите, что отец был замечательный, о том, что он хорошо относился к сыну, о том, что ценного он делал для вас обоих. Перечисляйте прекрасные черты характера его отца и называйте те, которые хотите видеть в сыне. Ребенок из любви к отцу будет стараться походить на него и станет воспроизводить именно такое поведение.

И, конечно, сами примите это положение вещей: да, произошел развод, но это не конец света. Задайте себе вопрос: что из этой ситуации я должна понять? Что в себе изменить? Что хорошего вам с сыном может дать это обстоятельство? Если это уже произошло, то подумайте, как все это можно использовать во благо сыну. Создайте такие условия, чтобы отец и сын могли общаться.

Мальчику нужен пример мужчины, чтобы он сформировался как мужчина. Не препятствуйте встречам, не делайте так, чтобы ребенок украдкой где-то искал встречи с отцом.

Секрет 30. Как сказать ребенку о разводе

Развод – сложный период в жизни семьи. Два влюбленных человека строят семью, и разрыв их отношений равносителен убийству чувств, что вызывает сложнейшие психологические стрессы, нередко приводящие к депрессии как родителей, так и детей.

Если родители разводятся цивилизованно, то обязательно нужно решить вопрос с детьми, чтобы травмировать их психику минимально. Идеально, когда родители между собой договариваются, проявляют мудрость, уважение и договариваются о том, как дальше отец будет способствовать воспитанию ребенка, если у него есть такое желание.

Если он планирует, что будет помогать матери растить ребенка, то нужно оговорить регулярность встреч, когда они будут видеться, сколько времени будут находиться вместе, какое участие будет принимать в воспитании, может ли ребенок ему звонить, когда у него сложилась трудная ситуация, и обращаться с вопросами. Если все вопросы между мужем и женой урегулированы, отец берет на себя ответственность за дальнейшее воспитание сына и будет принимать в этом посильное участие. Задача его будет заключаться в коррекции и формировании в сыне мужчины.

Если все именно так, то все складывается замечательно, и надо отдать должное родителям, которые сумели так мудро решить этот непростой вопрос. В таком случае папа с мамой зовут сына и за ужином или обедом говорят ему о том, что бывает в жизни так, что взрослые на каком-то этапе жизни перестают понимать друг друга. Они принимают решение разойтись. Объясняют сыну, что у них накопилась масса обид, вопросов, по которым невозможно найти взаимопонимание, и они не хотят жить в одном доме.

Однако этот развод никак не скажется на нем. Даже если папа не будет жить в доме, он обещает взять на себя ответственность за то, чтобы тоже в дальнейшем принимать участие в его воспитании, и ему всегда можно будет позвонить.

Другое дело, когда отец отказывается от воспитания, от любого контакта с бывшей семьей и с детьми. И здесь маме нужно проявить максимальную деликатность по отношению к сыну. Можно сказать так: «У нас столько разногласий с отцом, что необходимо время, чтобы мы хоть как-то отошли от этой злости и ненависти друг к другу. Поэтому тебе придется потерпеть какое-то время, пока отец не будет звонить, не будет с тобой общаться. Время пройдет, мы успокоимся, и ты, если захочешь, можешь ему позвонить. Возможно, мы к этому времени лучше поймем, почему у нас происходили конфликты. Он тебя не бросает, просто ему нужно время, чтобы побыть без нас.

Мы с отцом оба виноваты в этом конфликтах, которые привели к разводу. Ты к нему никакого отношения не имеешь, поэтому тебе надо запастись терпением и подождать, пока твой папа переживет развод.

А мы с тобой будем учиться жить пока без него. Попытаемся узнать, что тебе в этой жизни интересно, кем ты хочешь стать, чем будешь заниматься. Будем определяться с твоим обучением, с профессией. То есть, независимо от того, есть папа с нами или его нет, наша с тобой задача – найти твой талант, который станет смыслом твоей жизни. Я хочу и сделаю все, чтобы ты стал счастливым, благополучным, и богатым».

Секрет 31. Моя дочь постоянно «раскручивает» меня на шмотки

Подростки используют три модели раскрутки родителей на вещи, в зависимости от индивидуальной ситуации, сложившейся в семье: если родители не умеют сказать «нет», если они чувствуют свою вину перед детьми или тогда, когда у родителей заниженная самооценка.

В возрасте до 13 лет дети обычно говорят: «Мамочка, я буду хорошо учиться, буду ходить на физкультуру, буду помогать по дому, ухаживать за котом, поливать цветы». Мама покупает труд ребенка, вместо того чтобы ребенок выполнял свои обязанности, потому что он живет в этом доме. И домашние обязанности – один из этапов его подготовки ко взрослой жизни.

Мама покупает у ребенка то, что ребенок естественным образом должен научиться делать, просто потому, что он должен быть приучен к труду, пройти определенную социальную адаптацию.

С 14 лет дети могут заниматься шантажом: угрожают тем, что уйдут из дома, покончат с собой или не будут есть, и так далее.

Чем циничнее ребенок, тем жестче шантаж.

С 15–16 лет дети уже могут прибегать к угрозам: «Я ударю тебя», «Я украду деньги». Если вы видите, что ребенок давит на вас, требует модную вещицу, то нужно принимать меры. Нужно проконсультироваться у психолога, почитать специальные книги, а главное – избавиться от чувства вины перед ребенком.

Вы ни в чем не виноваты. Все, что вы можете, вы ему даете. Значимость личности ребенка воспитывается не тем, чтобы предоставить ему какие-то предметы, с помощью которых его окружение охарактеризует его как крутого. Подлинная значимость в глазах других заключается в том, что он воспитал в себе волю, обладает огромным объемом знаний, достиг результатов в какой-либо деятельности. В этом проявляется «крутость» ребенка.

Вам же, если возникла такая ситуация, нужно понимать, что ребенок не развивается, а деградирует. Отдавать себе отчет в том, что у вас заниженная самооценка, и дети это чувствуют. Необходимо читать книги по личностному развитию, пройти тренинги, повысить свой авторитет в глазах ребенка, научиться отказывать. Во всем должна быть мера. Договоритесь с ребенком, что вы дадите ему часть денег, а часть он должен заработать. Многие дети могут работать на компьютере, например, переводить тексты, монтировать видео и так далее. Пусть дети вам помогают в вашей профессиональной деятельности.

Если вы решили искать еще одну работу для того, чтобы покупать ребенку игрушки, которые он хочет, то я бы посоветовала пойти в сетевой маркетинг. Лидеры сетевых компаний занимаются личностным развитием со своими сотрудниками, ведь чтобы продавать, нужно иметь высокую самооценку. В сетевых компаниях работа по личностному развитию поставлена на высоком уровне. Они помогают избавиться от многих страхов, комплексов. Это приносит огромную пользу в развитии. Сетевой маркетинг хорош тем, что вы учитесь работать с людьми разных психотипов.

Когда вы систематически взаимодействуете с людьми, то лучше начинаете понимать собственных детей. Вы начинаете расти – и дети тянутся за вами. Постепенно вы сможете сделать так, чтобы не идти на поводу у ребенка, а разумно покупать ему вещи.

Секрет 32. Сын ворует у меня деньги. Что делать?

Есть довольно много семей, в которых дети выросли – и ни разу ничего не взяли без разрешения родителей. Но я также знаю много таких семей, в которых дети воруют. Давайте посмотрим, из чего складывается эта проблема.

Во-первых, это может быть в том случае, если в семье нормально относятся к воровству в принципе. Родители могут сами что-то принести с предприятия, на котором работают. Не обязательно говорить: «Я украл». Можно сказать: «Я принес с завода, с работы». Для некоторых людей брать чужое – это нормально, но тогда нечего удивляться тому, что ваш ребенок может брать вначале у вас, а потом и у других.

Склонность детей к воровству должна показать родителям, что им необходимо пересмотреть свое поведение, правильно ли они делают, что несут что-то домой с работы?

Задайте себе вопрос: «Хочу ли я, чтобы мой ребенок рос вором?». Если вам нравится, что ребенок ворует, то можно, конечно, продолжать в том же духе. Но если вам это не нравится, нужно менять стиль своей жизни, черты характера, сделать выводы о своих моральных качествах. Если вы начнете с себя, то это даст вам право прививать ребенку честность. Иногда бывает так, что в школе старшеклассники или одноклассники вымогают у детей деньги. Дети не знают закона противостояния наглецам, того, что если один раз они дали деньги, то у них будут вымогать постоянно. Ребенок боится сказать об этом родителям и находит для себя выход из положения – начинает воровать.

Это воровство, по сути, воровством назвать нельзя. Ребенок просто нашел выход из сложившейся ситуации. Он оказался между наковальней и молотом. Страх перед более сильными – и страх сказать родителям о том, что у него возникла такая проблема. Строгость родителей бывает иногда настолько чрезмерна, что дети даже боятся пожаловаться на свои трудности. Нужно немного ослабить давление на ребенка, чтобы он был свободнее, мог говорить обо всех своих проблемах. Если ребенок попал в такую ситуацию, не стыдите его и не ругайте, а примите меры по ее устранению.

Разумеется, нужно разобраться со школой, детьми. Эту проблему ему обязательно нужно научиться решать. Во-первых, это поможет воспитать в ребенке силу, волю и умение противостоять, научиться говорить «нет».

Дети – это зеркало нашей семьи. Что бы вы ни говорили о своих принципах, глядя на вашего ребенка, можно точно сказать, что происходит в семье, какие черты характера в подростке сформировались. Если подросток растет в любящей семье, он всегда открытый, жизнерадостный, легко идет на контакт.

Если у родителей жесткая методика воспитания, то дети всегда бывают угловатые, застенчивые, некоммуникабельные, слова из них не выдавишь. То, что думают, они боятся говорить. Такая модель воспитания усложняет подросткам процесс общения со сверстниками.

Одна моя знакомая была обыкновенным, среднестатистическим специалистом, когда родила первого ребенка – дочь. В семье все было нормально, девочка росла обычным ребенком. Потом женщина родила сына и, когда мальчику исполнилось два года, устроилась на высокооплачиваемую работу. Через некоторое время она кардинально изменилась. Приходила в компанию друзей и высокомерно заявляла, что они с мужем ребенку купили машину, велосипед. Постоянно подчеркивала, что они очень обеспеченные. Постепенно в компанию ее перестали приглашать.

Демонстрируя высокомерное отношение к прежним друзьям, она показывала себя дамой, которая достигла высоких результатов. Однако всегда нужно помнить, что гордыня – один из

самых наказуемых грехов. Естественно, эта модель поведения передалась сыну. Ему было уже 12–13 лет, и значимость его персоны заключалась в наличии дорогих вещей (телефон и прочее). Он подрастал, запросы становились выше. Мама начала задумываться и порой уже отказывала сыну. Но мальчик не привык к отказам. И начал воровать вещи, драгоценности. Она решила использовать такой метод воспитания, как разговор со своими братьями. Те избili сына, и полгода он не воровал. А потом принялся за старое. После того как братья еще раз с ним разобрались, он просто стал пить. Но мама не унималась. Чтобы сын бросил пить, она купила ему машину. Сын разбил ее, оставив семью без денег и без транспорта.

Для чего маме дана такая ситуация? Чтобы она поняла, что не только она, которая так хорошо зарабатывает, но и те, кто имеет меньше, – тоже люди. Нет оснований относиться к ним с пренебрежением. Причина воровства и потребительства сына кроется в том, что мать за короткий период так изменилась, что деньги стали для нее основой жизни.

Когда дети начинают воровать, нужно начинать с себя. Что я делаю не так?

Секрет 33. Сын постоянно грубит по пустякам

Грубость детей обусловлена несколькими причинами, многие из которых я уже упоминала.

Родители не стали для подростка друзьями и наставниками. Либо до сих пор нянчатся с ребенком. Либо отдают приказания командой: «Сделай то, сделай это». Ребенок, который считает себя уже взрослым, на это отвечает грубостью, хамством.

В доме родителей считается нормальным кричать, резко окрикивать ребенка, допускается нецензурная брань. Одним словом, ваш сын или дочь считают, что такое поведение вполне нормально. Поскольку это нормально для родителей, а он считает себя взрослым, то, соответственно, такая манера поведения вполне нормальна и для него.

Подросток, отвечает вам тем же отношением, какое испытывал в отношении себя. Возможно, в более раннем детстве, когда он обращался к вам с просьбой или с какой-то проблемой, вы отмахивались, не пытались разобраться в том, что ему нужно, а говорили: «Не мешай мне, отстань» или что-то в этом роде. Подросток усвоил эту модель поведения. Вы в свое время не считали, что по отношению к нему нужно быть отзывчивой, дружелюбной, вежливой. Вполне закономерно, что подросток считает, что именно так взрослые люди и должны общаться, и это нормально. Как отучить ребенка от грубости по отношению к вам?

Прежде всего для того, чтобы избежать множества еще и других проблем, нужно создать доброжелательные, дружеские отношения. Вы должны с ним разговаривать, как с добрым приятелем, вежливо и дружелюбно. Назревающий конфликт оборачивать в шутку.

Если вы просите ребенка что-то сделать, лучше просьбу превратить в игру – подбросить монету или вытащить обломанную спичку. Если не было заведомой договоренности с сыном о том, что придется выполнить определенную работу, то просьбу можно превратить в игру. Сказать: «Давай монету подбросим – кто пойдет в магазин, кто вынесет мусор, кто польет цветы».

Нужно обязательно поговорить о его бестактном поведении и сказать: «Такое поведение тебе, дорогой мой сын, не делает чести. Взрослый должен овладеть элементарными правилами вежливости и быть культурным человеком». Признайте свое собственное упущение: «Да, я просмотрела момент твоего взросления. Я все думала, вот сейчас начну больше уделять внимания воспитанию, вот сейчас начну этим заниматься. Вот видишь, пока я думала, ты у меня и повзрослел. Я не сделала этого в свое время. Но я хочу тебе сказать, что хамство и грубость не делают тебя взрослым, а наоборот, говорят о том, что ты эгоистичный ребенок. Тем более что подобное поведение не делает тебе чести, во-первых, как будущему мужчине, а во-вторых, просто как человеку».

После того как вы пообещали, что не будете вести себя грубо по отношению к нему, взамен потребуйте от него того же самого. И нужно строго придерживаться этой договоренности. Даже если произошло событие, которое выбило вас из колеи, постарайтесь научиться спокойно реагировать на ситуацию.

В крайнем случае уединитесь, проплачьте, а потом начинайте разбираться. Обязательно нужно с детьми уже подросткового возраста договариваться, как со взрослым человеком. Например, о том, кто и что в доме делает. Какие обязанности ребенок добровольно берет на себя. Тогда он это с большей вероятностью будет делать.

Можно приобрести календарь, распечатать в формате А4, повесить на стене и в нем писать обязанности на каждый день. Своего рода напоминалка – что и когда будет делаться, когда у него выходной от домашних обязанностей. Там же должны содержаться требования к тому, как именно должны быть выполнены ваши поручения.

Кроме того, пообещайте, что будете ему помогать и обязательно давать свободу проявлять творчество и инициативу.

Еще очень хорошо срабатывает такой метод. Вы говорите: «Я вообще-то сама этикет не изучала, все как-то руки не доходили, давай вот что с тобой сделаем – купим книгу по этикету. Ты каждую главу изучай, и потом рассказывай мне. Ты будешь моим учителем по этикету». Поверьте мне, это очень хорошо действует на детей. Он будет вам рассказывать и показывать, как сервировать стол, какие столовые принадлежности должны быть на обед, завтрак, ужин. Как пользоваться приборами. И вы вспомните, и ребенок научится хорошим манерам.

Секрет 34. Как нам с сыном пережить депрессию после развода

Мама, после того, как в семье произошел разрыв отношений, обычно переживает несколько стадий.

Вначале она не принимает новую ситуацию, не верит в то, что так могло случиться. Потом наступает весьма деструктивная стадия агрессии, озлобленности.

Женщина общается с подругами – и все время говорит о разводе, жалуется на бывшего мужа, переживает ситуацию расставания снова и снова. Она всем рассказывает, каким плохим был супруг, вспоминает, что плохого он сделал.

Еще хуже, когда женщина срывает обиду на детях. Иногда у нее может даже возникнуть неприязнь к ним, она злится, и весь гнев, который не могла выместить на мужчине, вымещает на детях.

Такая ситуация не дает им адаптироваться к случившемуся, ведь мама постоянно создает негативную обстановку. Далеко не всегда женщина готова сохранять в такой период здравомыслие: эмоции захлестывают!

Наконец между взрослыми завершена стадия переговоров, решения оставшихся неразрешенными вопросов. И тут на женщину обрушивается депрессия, безразличие, а зачастую и отсутствие желания жить.

Однако дети не дают ей возможности долго находиться в таком состоянии. Чувство ответственности, чувство материнства заставляют ее в большинстве случаев справиться со своим состоянием. Через некоторое время наступает период адаптации. Женщина учится жить в других условиях.

Наступает период смирения, привыкания к новым условиям и налаживания новых взаимоотношений с детьми, с окружением. Оставленной супруге есть ради кого жить. Если дети еще маленькие, ей требуется много сил, чтобы их растить. Теперь она одна несет ответственность за то, кем они станут. Женщина собирается с силами и начинает, как ей кажется, обычную жизнь.

Маме нужно как можно скорее успокоиться и правильно оценить, в какой степени крах ее личной жизни отразился на детях. Если взрослый человек переживает этот стресс очень серьезно и болезненно, то ребенок переживает его в несколько раз сильнее, потому что для него это шоковая ситуация. Для него развод означает, что его бросили, не маму бросили, не с мамой разошлись по каким-то причинам, а его. Мама занята собой, а у него начинает формироваться мысль: «Я никому не нужен». Развод для ребенка – это утрата опоры и потеря отношений с дорогим и близким человеком, уход его из жизни ребенка. По сути развод – это смерть отношениям.

Если в семье до этого были скандалы, ребенок понимает – вполне возможно, что родители разведутся. Но в том случае, когда не было скандалов, не было никаких особых видимых для него трений между родителями, и вдруг папа берет чемодан с вещами и уходит – для подростка это сильнейшая стрессовая ситуация – умирает кусочек его души. Его неокрепшая психика не может справиться и смириться с такой потерей. В некоторых случаях это является для ребенка таким потрясением, что для него вообще утрачивается смысл жизни. Потеря смысла ведет к депрессии.

Родители должны отдавать себе отчет в том, что дети переживают при разводе травматическую ситуацию. Пройдет время, сами они отойдут, успокоятся. Однако развод, да еще то, что вы, возможно, срываете на детях свое зло, во взрослом возрасте может проявиться как

ненависть к вам обоим. Будьте уверены, что то же самое произойдет, когда дети повзрослеют – они точно так же все свои неудачи и плохое настроение будут вымещать на вас. Свое зло, свою неудовлетворенность жизнью они перенесут на вас. Самый лучший вариант – это когда женщина не теряет здравого смысла. Раз уж вы разошлись и уже не изменить ваши отношения, то лучше заняться полезным делом. Может быть, съездить в отпуск – и самой отдохнуть, и дети побудут в другой атмосфере, отвлекутся и легче переживут ситуацию.

В доме, раз жизнь начинается новая, хорошо бы по возможности сделать ремонт, переставить мебель. Сделать так, чтобы квартира меньше напоминала о прошлой жизни. Изменения в квартире позволят вам и детям легче пережить эту травму. Понятное дело, что развод – это один из самых сложных моментов в жизни людей. Постарайтесь внести в последующий отрезок жизни как можно больше конструктивных перемен.

Дорогие мамы! Прежде чем разводиться, подумайте сто раз. Потому что, как бы вы ни были готовы к разводу, это всегда потрясение. И для детей – в несколько раз большее, чем для взрослого человека. Если в семье возникают конфликты, попробуйте изменить свое отношение к супругу, произвести у себя в душе чистку от обид, простить себя и своих домочадцев, изменить свое поведение. Возможно, отношения с мужем и в семье изменятся, и вы еще сможете жить вместе долго и счастливо.

Секрет 35. Мой ребенок меня не любит

Здесь нужно разделить два понятия: любовь ребенка и уважение. Любовь – безусловна, и это чувство к родителям у ребенка, как и у самих родителей, остается на всю жизнь, она заложена природой, Творцом.

Но безусловная любовь не может существовать отдельно от земной любви и уважения. Когда родители говорят: «Мой ребенок меня не любит», здесь речь идет о том, что ребенок мать не уважает.

Это легко проверить. Как он ведет себя, когда вы вдруг заболеваете?

Ребенок сразу меняется, он начинает помогать, что-то делать, оказывать знаки внимания для того, чтобы мама выздоровела. Поэтому лучше поговорим об уважении.

Из чего складывается уважение детей к нам? Из нашего отношения к ним.

Давайте подумаем, какие наши действия заставляют ребенка менять отношение к родителям. Почему оно резко меняется в подростковом возрасте? Сын, дочь начинают грубить, хамить. Все начинается с двойных стандартов, которыми родители руководствуются в своей жизни на глазах у детей. Типичная ситуация: предположим, у вас есть знакомая, у которой социальный статус повыше вашего и от которой вы в какой-то степени зависите. Или у вас отношения на равных, но вы с уважением относитесь к этому человеку. Если такая особа, находясь у вас в гостях, например, разобьет чашку или уронит торт на ковер, испачкает скатерть, спичку неудачно положит и что-то прожжет, вы никогда не будете кричать. Вы просто скажете: «Да ладно, уберу, ничего страшного». Но когда это происходит с вашими детьми, вы зачастую начинаете орать на них, обзывать, оскорблять. Ребенок понимает, что к нему мама относится гораздо строже, чем к какой-то тете. И возникает чувство неприязни к родителям за несправедливое отношение. Дети по отношению к себе видят нечестность, несправедливость. Значит, чашка, разбитая чужим человеком, – это ничего страшного. А та же чашка, разбитая им самим, – это уже трагедия. На это нужно обратить внимание, потому как такие вещи у детей оставляют глубокий след обиды.

Когда вы общаетесь с друзьями, то всегда выбираете выражения. Даже если у вас возник конфликт, вы, как минимум, не обзываете человека, ведь завтра с этим человеком вам снова придется общаться. Что касается детей, то – будем честны – с ними никто не церемонится. Мы наказываем детей чаще всего несоизмеримо с их поступком. Наказание всегда соизмеримо с нашим настроением. То есть когда у нас очень плохое настроение, ребенок будет наказан сильнее. Если у нас настроение получше – значит, будет наказан меньше. Если у нас хорошее настроение – то, возможно, он вообще не будет наказан. И это тоже несправедливо. Почему тогда вас возмущает то, что когда вы обращаетесь к подростку, он начинает вам хамить? Да у него просто плохое настроение, он с вами разговаривает исходя из своего сиюминутного настроения. Такое отношение закономерно и полностью соответствует вашей собственной модели поведения.

Есть один важный и довольно распространенный момент в воспитании подростков, такой, как сравнение своего сына или дочери с другими детьми. Когда ребенка сравнивают с другими детьми, с соседским мальчиком, с детьми родственников, чтобы вызвать у него стремление к подобному поведению, прилежанию в учебе. Говорят: «Вовочка хороший, он умеет вот это делать. Танечка вот это умеет делать». Что слышит мальчик или девочка в этом сравнении? «Я плохой». Ребенок в силу своих природных задатков и способностей не может походить ни на Вовочку, ни на Таню.

Это ваша проблема, что вы в собственном ребенке не раскрыли его талант и при этом

сравниваете его и ориентируете на подражание другим детям, чтобы он был для вас хорошим. Вы его уже с детства делаете зависимым от внешнего фактора: «Нужно обязательно смотреть на людей и подражать им». Но как подражать им, если он – другая личность, и у него есть свои способности и задатки? Со сравнениями вообще нужно быть очень аккуратными, чтобы вас потом не возмущало, что ваш ребенок ничего не делает, его ничто не интересует, он ничего не хочет, ему ничего не надо. Вы же очень основательно приложили руку к тому, чтобы он стал безликим! Вы же ему конкретно сказали: то, что делаешь ты, – плохо, а то, что делают соседские дети или дети родственников, – хорошо. На них он не может ориентироваться в силу своих природных особенностей. У него возникает протест. Он или вообще перестает ориентироваться на то, что происходит во внешнем мире и уходит в себя с убеждением: «Я не такой, как все», или начинает жить только внешним миром – как кому угодить, как к кому подстроиться и как быть похожим на кого-то.

То есть он с детства надевает чужую маску и вынужден в ней ходить.

Немаловажным вкладом в отчуждение детей являются упреки. Вы говорите ребенку: «Я тебя родила, я для тебя старалась, ночей не спала, не доедала, все тебе, тебе, тебе...» А ребенок отвечает: «А зачем ты это сделала?» Очень часто мама начинает плакать. Но если честно посмотреть на ситуацию, когда вы собирались родить ребенка, вы у него не спрашивали, хочет ли он у вас родиться или не хочет? Это было ваше решение, вы для себя решили, что хотите стать мамой; вы рожаете ребенка, берете на себя обязательства, ответственность за то, что вырастите этого ребенка, дадите ему образование, воспитаете его личностью. Разве правомерны претензии: «Я для тебя – все, а ты для меня – ничего»?

В детстве мы с детьми сюсюкаем, но когда они подрастают и начинают сталкиваться со своими, пусть детскими, проблемами, мы не хотим вникать в суть этих проблем. Особенно это касается учебы. Вместо того чтобы помочь своему ребенку, мы начинаем его оскорблять: «Ты идиот, полумок», «Дебил!», «Ты не понимаешь», «Тупой, как осел». Когда мы оскорбляем детей, поверьте мне, ситуация работает следующим образом: маленький ребенок беззащитен, и вы не задумываетесь над тем, какую психическую травму ему наносите. Но когда ребенок повзрослеет, станет подростком и почувствует себя взрослым, он будет вести себя аналогичным образом. Вы заложили ему такую модель поведения: когда ты чем-то недоволен или что-то сделали не по-твоему, нужно накричать, обозвать и оскорбить. Так что же вас удивляет в его поведении? Подросток поступает более благородно, чем вы: он-то разговаривает со взрослым родителем, взрослому родителю хамит и знает, что может получить в ответ какое-то наказание, а вы о последствиях своего поведения не думали, когда оскорбляли маленького беззащитного ребенка, говорили ему гадости. В своем воспитании вы зачастую ориентировались на свое настроение, а вовсе не на него.

Если вам кажется, что ребенок вас не любит, не уважает, и вы хотите изменить ситуацию, вам, во-первых, нужно по возможности вспомнить все случаи, когда вы были не в настроении и обидели ребенка. Или спросить об этом сына, дочь – какие наказания они считают несправедливыми? Нужно объяснить ребенку, чем вы руководствовались в той ситуации, и извиниться. Затем менять свое собственное поведение и терпеливо ждать, когда ребенок изменит отношение к вам.

Нужно отдавать себе отчет в том, что когда мы оскорбляем детей, упрекаем, сравниваем, то наносим им психологическую травму. Ребенок не может адекватно пройти социализацию в обществе, он все время чувствует себя некомфортно, потому что ему заложена мысль, что он не такой, как надо, что все вокруг лучше, чем он. В результате у ребенка затормаживается развитие.

Я помню, как однажды наказала дочь за то, что она сломала компьютер. Я просто сказала: «Я заберу компьютер, раз ты не можешь им пользоваться». Она сказала, что сделала это не

специально – и столько горечи было в ее словах!.. Я понимала, что это произошло случайно, но в тот момент у меня было плохое настроение, и наказание получилось чрезмерным. Когда я увидела вот такое ее подавленное состояние, то про себя подумала: «Я, наверное переборщила. В конце концов, вещи, конечно, стоят денег, но психика моего ребенка мне дороже, чем все эти предметы, на которые я смогу заработать, если уж будет такая необходимость». С тех пор я перестала ее наказывать, да и не было особых причин для этого. Если, случалось, она что-то разбила, порезала, уронила, сожгла, я всегда ей говорила: «Боже мой, какой одаренный ребенок! И что такой одаренный ребенок тут наделал?» Она всегда смущалась и говорила: «Мам, у меня случайно это получилось. Я постараюсь больше так не делать». А самое главное, оттого, что я на нее не накричала, не сказала обидных слов, она в следующий раз если что-то и делала, то изо всех сил старалась быть аккуратной.

Когда я ссорюсь с дочерью, когда чем-то недовольна, я с ней разговариваю подчеркнуто вежливо, на «вы». Если она в школе получала «двойку» или еще что-то там происходило, я всегда говорила: «Боже мой, гениальный ребенок! И за что вы, гениальный ребенок, у меня двойку получили?» Она начинала объяснять причину, потом честно признавалась: «Мам, я не выучила, я исправлюсь». Иногда говорила, что на уроке разговаривала, повернулась или подсказывала кому-нибудь, за что ей и поставили «двойку». В общем, всегда объясняла причину или сознавалась в своей лени. Она точно знала, что «двойку» нужно исправить.

Дорогие родители! Если вы видите проявление неуважения со стороны своих детей, вам нужно самим изменить отношение к детям. Когда вы измените свою манеру поведения, поверьте мне, ребенок изменится, и отношения ваши улучшатся.

Секрет 36. Боюсь, что я плохая мать. Как узнать, правда ли это?

Плохая или хорошая вы мать, узнаете об этом уже в подростковом возрасте. Чтобы перестать винить себя в том, что вы плохая мать, нужно понимать, что такое воспитание вообще. Воспитание заключается в том, чтобы вырастить ребенка физически, психически здоровым и социально благополучным. Научить свое чадо строить взаимоотношения со сверстниками, со взрослыми людьми, с одноклассниками, с учителями, а потом с коллегами по работе, с любимым человеком, вообще с окружающими людьми. Вот это и есть задача воспитания. Положительным его результатом можно считать то, что ваш ребенок вырастет таким, каким вы хотите его видеть. Чтобы чувствовать себя хорошей матерью, вы должны видеть, что ребенок ваш самостоятельный, ответственный, успешный, материально обеспеченный, не имеет проблем с социумом. Это и будет критериями хорошего воспитания.

Нужно понять, что на каждом этапе роль мамы определяется возрастом ребенка. На первом этапе, от рождения до трех лет, вы для него няня, которая заботится преимущественно о его физическом развитии, в этот период ребенок учится жить вне утробы матери, адаптируется и привыкает к внешнему миру, учится чувствовать себя комфортно. Помочь ему в этом – вот роль матери в первые годы жизни. На этом этапе уделяется большое внимание режиму дня, питанию, прогулкам, физическим нагрузкам.

Наблюдаете за тем, к чему тянется ребенок, что ему нравится, чем он дольше играет, каких цветов, какой формы игрушки он больше любит – круглые, квадратные, прямоугольные, что ему больше по душе.

О правильной адаптации ребенка говорит то, что он без капризов ложится спать, утром просыпается в хорошем настроении. В доме создана атмосфера взаимопонимания, любви, комфорта, между членами семьи нет конфликтов. Чем меньше негативных вещей в доме происходит в период с рождения до трех лет, тем больше вероятность того, что ребенок в будущем будет физически и психически здоровым.

В возрасте от 3 до 7 лет вы для него няня-учитель, то есть, с одной стороны, вы учите и помогаете, а с другой – многие вещи он уже должен делать самостоятельно. Дошкольник одевается и кушает самостоятельно. Сам берет кружку, из нее пьет чай, пользуется ложкой, салфеткой, сам укладывается спать, вещи свои складывает рядом на предназначенном для них месте.

Сам снимает обувь, переобувается в тапочки. Моет руки, если они у него испачканы, и без напоминания моет их перед тем, как сесть за стол. Покушав, встает и говорит: «Спасибо». Утром просыпается, говорит: «Доброе утро». Великий день начался для него. Естественно, нужно уже начинать играть в познавательные игры. Лучше, чтобы было меньше компьютерной и телевизионной зависимости. Современным родителям все время некогда, они заняты, и постоянно будут отсылать его смотреть мультфильмы. Чтобы избежать ранней зависимости, нужно выбрать определенное время – час или полтора – для мультфильмов.

Обязательно для нормально развитого ребенка играть с игрушками, учиться лепить, строить, рисовать. А для хорошей матери – наблюдать, что ребенку больше нравится. Дети в этом возрасте непоседы. Внимание девочке или мальчику удерживать сложно. Понаблюдайте, за каким занятием малыш проводит более получаса, сорока минут. Постарайтесь понять, что ему интересно. Расспросите его об этом. Посмотрите, что можно усложнить в этой игре, что можно добавить, чтобы ему было еще интереснее этим заниматься. Было бы очень неплохо, если бы вы

заполняли тетрадку-дневник, где писали дату и в какие игры он в этот день играл, сколько времени.

Анализируя свои записи за месяц, можно было бы понять, что наиболее интересно ребенку. И покупать игрушки в этом роде. Не стоит бездумно покупать сто машинок, которые потом будут валяться по дому, и все о них будут спотыкаться, а вечером их будут собирать всем домом. Либо ребенок вообще их не будет трогать. Какой смысл покупать такие игрушки?

Обязательно нужно ходить с детьми на детские аттракционы, бэби-клубы и опять наблюдать за ним – что ему по душе? Если ребенку больше нравится двигаться, значит, нужно попробовать учить его танцевать, включать для этого музыку дома или найти кружок, где дети танцуют, двигаются под руководством педагога. Если малышу нравится петь, значит, нужно найти место, где он сможет попеть. Или купить караоке. Период от 3 до 7 лет у ребенка познавательный. Он будет проявлять интерес именно к тому, что созвучно его внутренним способностям.

Далее, с 7 до 11 лет, начинается период расширения кругозора, познания. Дети с удовольствием ходят в школу, учатся. Классный руководитель у школьников начальных классов один. Дети приходят в школу без явных антисоциальных установок. Они пока еще примерно одного восприятия мира и достаточно комфортно уживаются в классе.

Различия начинают проявляться, когда дети переходят в 6, 7, 8 класс. Здесь они уже позиционируют себя как «Я личность». Вот к этому времени и начинают проявляться наши недочеты в воспитании, все наши запреты или, наоборот, вседозволенность. Подростковый возраст интересен тем, что все неблагоприятные для детей модели поведения становятся явными. Почему именно в подростковом возрасте авторитет родителей резко падает? Потому что мы самым элементарным образом обманываем детей. Когда мы ему дома говорим: «Ты самый замечательный, золотой, чудесный, умный, прекрасный ребенок», и это не подтверждается какими-либо его способностями, а он потом видит в классе более развитых детей, возникает недоверие к родителям.

Мы детям говорим, что они замечательные, умные, потому что любим. Оцениваем их относительно их самих. Не умел делать – научился. Мы гордимся тем, что многое умеет делать сам. В школе же дети себя сравнивают с другими детьми, слышат отзывы учителей.

К выполненным ими поручениям, делам, поступкам нужно подходить объективно. Когда ваш ребенок сделал неуклюже или неправильно, хвалите его, говорите: «Ты замечательный сын» или «ты замечательная дочь», но говорите при этом, что можно сделать лучше. И помогайте ему сделать лучше.

Если он сделал что-то действительно хорошо, то скажите: «Да ты молодец, ты прекрасно делаешь!» – и это соответствует действительности. Если же вы говорите, что он замечательный только потому, что он есть... я согласна, да, он замечательный потому, что он есть, но хочу напомнить, что дети воспринимают необъективную похвалу как обязанность окружающих относиться к ним так же, как мама. И тогда он привыкает к мысли, что весь мир должен его воспринимать и восхищаться им точно так же, как его мама. Когда ребенок подрастает, начинает взаимодействовать с другими детьми, оказывается, что все совершенно не так. Одноклассники, сокурсники его не воспринимают так, как мама. Для того, чтобы он что-то значил, он должен из себя представлять развитую личность, у него должно быть свое мнение, он должен адекватно реагировать на ситуации. Получается, единственное, что он знает, что он самый замечательный, и все должны им восхищаться.

Мир в лице детей ему говорит: «Нет, дорогой, это не так. Мы тобой будем восхищаться, если ты будешь интересен как личность». Таким образом, чтобы не закладывать заведомо травмирующие ситуации в жизнь вашего ребенка, помните, что уже в период с 7 до 11 лет он должен научиться себя воспринимать через какие-то действия, которые помогут ему уважать

самого себя.

Что происходит, когда родители говорят: «Ты самый замечательный, вот тебе это, ты самый прекрасный»? Они внутреннюю потребность в деятельности ребенка заглушают внешними атрибутами, которые якобы характеризует его благополучие.

Когда ребенок начинает понимать, что не внешнее благополучие, а что-то другое делает одноклассников значимыми в глазах других одноклассников, он начинает тихо ненавидеть себя. А раз он ненавидит себя, соответственно, он начинает ненавидеть родителей. Он не принимает тот мир, который ему говорит: «Ну, ты пока из себя ничего не представляешь, чтобы тебя любили и уважали».

Задача родителей, хороших родителей, найти способности, которые есть у ребенка. Поиск способностей можно начинать с момента рождения ребенка. С двух-трех лет он уже проявляет интерес к музыке, танцам, конструктору...

Если родители очень внимательны и следят за этим, то в определенный момент они будут понимать примерную направленность его интересов. Это не значит, что ребенок будет именно этим заниматься в жизни. Вполне возможно, что это занятие окажется дополнительным к основным его способностям, которые еще не раскрыты. Но благодаря тому, что вы будете знать прямой или косвенный интерес своего чада, вы сможете помочь ему раскрыть его задатки.

Поэтому говорить о том, плохая вы мама или хорошая, нет смысла. Важно, какой вклад вы внесли в развитие своего ребенка. Если вы приболели, или у вас плохое настроение и вы не пошли гулять, или вы не играли в этот вечер с ребенком, это не говорит о том, что вы плохая мать. Ребенок должен понимать, должен знать о том, что мама может болеть, поэтому нужно проявить к ней внимание, на этих вещах дети учатся уважению к родителям.

Чувство вины, которое возникает из-за того, что вы не пошли с ребенком гулять в режимное время, оставили его бабушке на несколько часов и не скучали, вообще никакого отношения не имеет к вопросу о том, плохая или хорошая вы мать. Главное – у вас есть основная цель, вы понимаете основы воспитания и целенаправленно готовите своего ребенка ко взрослой жизни. У мамы могут быть дела, которые нужно сделать для того, чтобы семья нормально существовала. Папа и мама работают, чтобы создать определенное благополучие в семье, чтобы можно было покупать игрушки, форму, книги, водить детей на секции. Они это должны знать, понимать и принимать как нормальное явление. В этих вопросах себя винить нет смысла. Поэтому, дорогие родители, главное – нужно понимать, чего вы хотите достичь в процессе воспитания.

Секрет 37. Дочь мало ест, а сын не ест мясо

Начнем с дочери. Рассмотрим, что может беспокоить в этой ситуации маму. Ребенок мало ест – для того, чтобы определить, плохо это или хорошо, имеют волнения мамы под собой почву или нет, нужно сдать анализ крови, посмотреть, какие у девочки параметры.

Если анализ показал, что все нормально, нет никаких отклонений, то следующий вопрос – соответствует ли масса тела девочки ее росту. От показателя веса отнимите 110 или 105 единиц, это и будет приблизительно нормальный вес девочки. Если этот параметр нормальный, тогда маме беспокоиться не о чем.

Третье, что нужно исследовать, это режим питания ребенка. Если девочка ест в течение дня примерно пять раз маленькими порциями, то это вполне нормальное питание и очень даже поощряемое диетологами. Если один ее прием пищи – примерно 350–400 граммов, то в день это два килограмма пищи. Если сам рацион сбалансирован, то есть в нем есть белок, овощи и фрукты, мед и орехи, то это вполне нормальный рацион питания.

Анализ крови покажет, достаточно ли витаминов, микроэлементов ребенок получает. Проверьте также потребление жидкости – соответствует ли оно необходимому количеству. Пить нужно по потребности, а не два-три литра, как порой говорят. Есть желание – нужно пить воду. Единственное условие – воду нужно пить мелкими глотками. Первые 40 миллилитров воды идут в почки, всю остальную воду потом приходится перерабатывать организму.

Таким образом, если параметры крови, веса, режим питания и сбалансированность рациона удовлетворительны, то беспокоиться о том, что ребенок ест недостаточно, нет оснований.

Второй вопрос – сын не ест мясо. Для отказа от мяса могут быть две причины.

Первая. Подросток узнал о буддизме, эта религия его заинтересовала, и он решил к ней приобщиться. Эта вера действительно предусматривает отказ от мяса, и, возможно, следуя канонам религии, он перестал его потреблять.

Другая причина – через отказ от чего-то дети позиционируют себя как исключительных. Один не ест мясо, другой не пьет чай, третий не ест хлеб. Смотрите, я такой особенный, не похожий на других. Но организм не может обходиться без белка. Новомодные призывы не есть мясо, а белок якобы можно заменить химическим продуктом, на мой взгляд, совершенно необоснованны. Я считаю, что натуральный продукт всегда был, есть и будет намного лучше любого химиката, который готовят светила-диетологи. Поэтому мясо есть мясо, и единственный разумный компромисс – говядину заменить куриным мясом или рыбой.

Есть другой момент в этом. Почему дети позиционируют свою исключительность? Я не ем мяса, я делаю на все тело татуировки, пирсинг, ирокезы, которые вызывают изумление. Причина в том, что детям не хватает внимания. У подростка не раскрыты способности, заложенные природой, поэтому он прибегает к выражению индивидуальности через тело. Окраска волос в неопишуемые цвета радуги, всевозможная вычурная одежда или, наоборот, драные джинсы позволяют привлечь к себе внимание. Нужно знать, что такое поведение может быть причиной для беспокойства родителей.

У моей дочери в восьмом классе была кумиром группа «Рамштайн». Мне пришлось прочитать о ней, и когда я ездила в отпуск, всегда привозила ей вещи с символикой этой группы. Да, ребенок два или три года очень был увлечен ею, но потом интерес пропал. То есть запрета с моей стороны не было, и я даже содействовала ей в этом. Покупала книги о группе, она в Интернете о ней читала и рассказывала мне.

Я покупала ей банданы, железки на руки, джинсы и футболки и символикой кумиров, понимая, что она не в секте, но ей нравится самовыражаться таким образом. Определенный

период она была фанатом этой группы. Потом повзрослела – и вкусы поменялись. Гораздо сложнее, если ребенок попадает в секту, и определенная группа людей требует неукоснительного повиновения. Там преклоняются тем или иным образом, и правила прививаются как культура, в том числе и пищевая. Самое страшное в секте то, что совершенно непонятна зачастую цель группы, ее направленность. Поэтому следует разобраться в причине, по которой ребенок перестал есть мясо. Нужно обязательно познакомиться с группой людей, к которым он как-то приобщился. Посмотреть, чем они занимаются, какие у них планы на будущее, что их интересует. Какие могут быть в дальнейшем перспективы развития группы. Когда ребенок не нашел себя как личность, он начинает выражаться через тело. Здесь тоже нужно выяснить, почему именно так он самовыражается. Нужно обязательно поговорить и объяснить, что это не лучший способ. Сказать, что пройдет время, и ему это будет не интересно. А не найдя себя, он постоянно будет искать, что сделать с телом, одеждой или прической.

Предложите: «Лучше давай искать, какие у тебя есть способности». Вспомните, что ребенок любил в детстве, и методом «тыка» находите то, что ему нравится на данный момент, помогите ему в этом развиваться.

Беспокойство родителей понятно, если отказ от мяса – требования секты. Нужно точно выяснить, зарегистрирована ли эта группа, как давно она существует, в каких делах замечена. Интересовались ли ею правоохранительные органы, или она действует в правовых рамках и за ее участниками числится только благотворительность. Естественно, если это группа, возглавляемая взрослым человеком, необходимо постоянно следить, расспрашивать, что там происходит.

Под предлогом помощи родителям нужно посетить их место сбора, познакомиться с подростками, пообщаться с ними для того, чтобы, если там вдруг что-то не так, успеть это заметить.

Поэтому, дорогие родители, прежде чем беспокоиться по поводу вегетарианства сына, нужно выяснить все подробности его выбора, тогда у вас будет меньше причин для тревожности и беспокойства.

Секрет 38. Правильно ли то, что в школе существует разделение детей на богатых и бедных?

Разделение детей по такому принципу в школе наносит колоссальный ущерб и деформацию психики детей. Так, я читала, что в одной самарской школе разделили детей на богатых и бедных. Есть дети из малоимущих семей, которые не оплачивают свои обеды в школе, их оплачивает государство. А есть дети, чьи обеды оплачивают их родители. Так вот что наши «мудрые» педагоги сделали – они посадили детей, у которых оплачиваемые обеды, за отдельный стол. Им готовят первое, второе, горячие блюда. Детям, которым оплачивает государство, подается только второе блюдо, и оно может быть холодным, преимущественно дают каши. На что рассчитывают люди, тем более педагоги, которые знают, что такое разделение детей заведомо формирует в детях людей второго сорта? Если эти люди не собираются жить в этом городе, в этой стране, то их действия вполне понятны. Но если они связывают свою жизнь с Россией, то такая политика удивительна. Завтра дети, которые сегодня унижены, оскорблены, отнесены к людям второго сорта, должны будут стать специалистами – строителями, врачами, учителями – и строить дома, учить их внуков, лечить их. Как себе представляют их менталитет директор школы или преподаватели, которые приняли такое решение? Захочет ли этот человек, которого вот так обделили с раннего возраста только потому, что у родителей нет денег, лечить, учить? Мы, люди, странные существа. Мы живем в одном обществе, и наши дети, даже если они материально обеспечены, не будут жить на другой планете. Они будут ходить в одни и те же магазины, театры, клубы, магазины. Создавая вот такие условия, учителя создают два мира, которые изначально социально враждебны друг к другу. Как можно жить в обществе, в котором дети заведомо настраиваются против богатства, против денег, против людей, которые обладают богатством?

Школа на то и дана, чтобы в ней дети проходили первую социализацию. Если они пройдут ее таким образом, то нет ничего удивительного в том, что они психологически не выдерживают таких экзекуций. Дети не могут противостоять взрослым, и это – одна из причин детских суицидов, наркомании и алкоголизма. Да, только потому, что их отнесли к людям второго сорта, и они не видят перспектив в будущем, может случиться такая беда. Другая часть детей озлобляется на общество и становятся в будущем бандитами.

И мы еще удивляемся тому, что дети плохо воспитаны! Нужно сказать, что участь наркоманов и алкоголиков не обязательно минует и детей богатых родителей. У них причина такого крена в другом. Когда родители говорят ребенку, что он весь из себя такой звездный, а учитель идет у них на поводу, ставит завышенные оценки, то тем самым оба они оказывают ребенку медвежью услугу.

Привыкнув к тому, что его превозносят, он заканчивает школу на «отлично», а по сути весь его багаж – это зависимость от денег родителей и тех людей, которым родители делают подарки. По сути, личность там не воспитывается. Нужно понимать, что в ребенке важно именно развивать личность, а не создавать иллюзию, что предметы роскоши делают тебя личностью. Вот это – самое большое заблуждение состоятельных родителей.

На мой взгляд, если мы не развиваем в детях адекватную самооценку, а создаем иллюзию значимости, благополучия за счет состояния родителей, это верный путь к обретению беспомощности, за которую впоследствии расплачиваются родители.

Понимая, что зависят от родительской благосклонности, их дети озлобляются на родителей, на педагогов, ведь окружение не может уважать его только за то, что папа или мама ему купили

телефон или какие-то дорогие вещи. Сам-то он что из себя представляет?

Ребенок должен понимать, что его личность важна, хоть с деньгами родителей, хоть без денег. Деньги заработали родители, он никакого отношения к ним не имеет. Я не говорю о том, что не надо покупать детям вещи или что надо их за это упрекать. Я лишь хочу напомнить о том, что рождение в семье с достатком не гарантирует развития личности.

Нужно развивать способности, таланты ребенка, формировать характер, воспитывать волю, независимо от того, есть в семье деньги или нет. Без усилий нет личности. Вот это родителям важно понять. Не деньги делают вашего ребенка значимым, успешным, а его собственные действия, способности, желание проявить себя в каком-то деле.

Только лично им преодоленные трудности, наработанные навыки в деле, которое ему нравится, помогут вырастить самостоятельную личность.

Секрет 39. Класс разделился на группы, дети подчиняются лидеру. Как избежать его дурного влияния

Хороший вопрос. В сущности, это вопрос о том, как научить ребенка иметь свое мнение в любой компании. Психологами установлено, что в малых группах коллективное бессознательное мышление равняется самому низкому нравственному показателю. Что это означает? Что дети-подростки действительно подвержены именно его влиянию.

Например, собирается группа, и кто-то предложил украсть. В классе несколько человек вступили в сговор. Один берет телефон у одноклассника, другой подсовывает его третьему ребенку, которого всем классом недолюбливают или относятся к нему безразлично. В результате обвинение падает на ни в чем не повинного одноклассника.

Как противостоять такому порядку вещей? Учить своего ребенка с самого детства общаться со сверстниками, иметь собственное мнение и уметь постоять за себя. Формировать в нем самоуважение. Для этого достаточно относиться к собственному ребенку с уважением, слушать его и учить выражать свои мысли, желания, взгляды. Когда родители с уважением относятся к ребенку, тогда ребенок другого отношения к себе не принимает. Если дочь или сын подходит к вам с вопросом, ответ на него займет у вас приблизительно пять минут. Это не много, уделите ему это время, ответьте на его вопрос. По вопросам вы будете понимать, что его беспокоит и тревожит, соответственно, сможете быстро среагировать и помочь ему. Если вам не хватает знаний, зайдите в Интернет, найдите ответ в Google – он вам предоставит массу статей, прочитав которые вы сможете дать ребенку полноценный ответ. Этим вы подчеркнете, что уважаете его и относитесь серьезно к его вопросам.

Если ребенок попал в сомнительную ситуацию и совершил поступок, с вашей точки зрения, плохой, даже если это произошло совершенно неожиданным для него образом, важно спокойно объяснить ему, что вы об этом думаете, разобрать последствия. Наказать его вы всегда успеете. Нужно выяснить, почему ребенок это сделал? Подвергся ли он влиянию извне или это его личная инициатива.

Для того чтобы понять, каких качеств вашему сыну или дочери не хватает, нужно понимать причину совершенного им поступка. Если он не смог отказать компании друзей, это один аспект проблемы. Если ребенок сам спровоцировал компанию на этот поступок, это другой аспект. Если он это сделал по принуждению – третий. Одним словом, попытайтесь выяснить достоверную подоплеку случившегося.

Не можете сами – сходите на консультацию к психологу.

При построении взаимоотношений со сверстниками подросток пытается уяснить, как же добиться того, чтобы в коллективе к нему относились уважительно. Как правило, дети с нормальной самооценкой не подвергаются классным «репрессиям». Если в доме, в семье диктаторское отношение к детям, то у них практически всегда имеется комплекс неполноценности. Что ему нужно для того, чтобы укрепить свой авторитет? Кроме невидимой поддержки родителей, достойного и уважительного отношения он должен обладать определенным объемом знаний. Чем больше у ребенка знаний, умений, тем он интереснее становится как собеседник. Дети ценят индивидуальность.

Для того чтобы он мог защититься и словом, и кулаками, если это нужно будет, обязательно надо научить ребенка самообороне. Это необходимость. Добро должно быть с кулаками.

Положение подростка непростое. Дома он не имеет возможности противостоять

деспотичным родителям и смиряется с подчиненным положением. Если ему не позволяют иметь свою точку зрения, высказывать ее, если родители к его желаниям не прислушиваются, то со временем воспитание в чрезмерной строгости даст свои плоды: ребенком эта модель поведения будет восприниматься как нормальная.

Тогда он будет искать группу, в которой есть лидер, и он ему будет подчиняться, даже не задумываясь над тем, насколько лидер честен, порядочен. Насколько поступки и дела, на которые «вдохновляет» лидер, адекватны и безопасны для него самого.

Уделите достаточно времени тому, чтобы разобраться, в чем проблема ребенка, только в этом случае можно говорить о том, какой нужен рецепт. При любом раскладе у человека есть точки опоры, которые позволяют ему уважать себя: знания, кругозор и нравственность, человечность.

Человечность определяется такими чертами характера, как честность, добросовестность, сострадание, храбрость, смелость, умение преодолевать свои страхи, развивать свои способности и таланты. Это не приходит из ниоткуда, всеми этими вещами нужно заниматься. Чувство собственного достоинства укрепляется также достижениями в спорте, посредством занятий в творческих кружках, решений логических задач, игры в шахматы и т. п.

Приобретение разнообразных навыков учит подростка не пасовать перед трудностями, преодолевать их, а опыт преодоления формирует внутреннюю силу, которая позволяет противостоять всему негативному, что предлагает зачастую группа.

Секрет 40. Учителя объясняют материал неинтересно, непонятно, и при этом обвиняют детей в бестолковости – как с этим быть?

Очень жаль, но такое наблюдение на данном этапе развития отечественного образования соответствует действительности. Школа переживает не лучшие времена. Профессия учителя далеко не на первом месте по престижности, она также далеко не самая высокооплачиваемая. Так что туда идут люди по разным причинам, и не всегда по призванию. Когда моя дочь училась в школе, мы столкнулись с тем, что на уроках одни учителя рассказывали ученикам про комсомольские стройки, другие – о своей семейной жизни, третьи учителя вообще ни о чем не рассказывали, а проверяли целый урок тетради. Дети сами должны были выучить тему и выполнить по ней домашнее задание. Так что сложностей с обучением у нас тоже хватало.

Понятно, что школы страдают от нехватки профессионалов. Если добавить к этому еще и перекосы в программе обучения, то можно сказать, что образование желает быть лучшим, а нам остается только надеяться на это. Как бы то ни было, нужно понимать, что ребенку образование необходимо. Образование – это прежде всего знания, которые помогут вашему сыну или дочери в жизни.

Я, как мать, заняла такую позицию: то, что дается в школе, дается для среднестатистического человека. «Тебя, – сказала я дочери, – никто не просит быть Марией Кюри, которая стала лауреатом Нобелевской премии в физике и химии. Твое дело знать химию на бытовом уровне. То есть ты должна знать химические элементы, какие из них опасные, какие нет. Ты должна понимать, что такой элемент, как серебро, обеззараживает воду. В походе, если нет нормальной воды, можно опустить серебряную цепочку, кольцо в воду и через пару минут выпить, не боясь кишечных заболеваний.

Тебя никто не заставляет открывать новые законы физики и, как Джордано Бруно, гореть на костре, настаивая на том, что Земля все равно вертится. Тебя никто не заставляет быть Софьей Ковалевской, получать парижские премии и всевозможные награды. Тебе достаточно считать, умножать, делить, понимать геометрию, развить пространственное мышление. Вот и все, что от тебя требуется.

Также тебе не нужно быть Лермонтовым или Пушкиным, тебя никто не заставит писать «Бородино» или «Мцыри». Тебе достаточно уметь выражать свои мысли, иметь набор слов для того, чтобы написать сочинение. Исходя из этого ты должна изучить эти предметы.

Если тебе что-то непонятно объяснили или ты не поняла – в рамках того, что я помню, подскажу. То, что не помню, посмотрим в энциклопедии. Будем изучать тему в учебниках прошлых лет, чтобы пришло понимание, а потом уже будешь решать так, как предусматривает нынешняя программа».

У дочери было сформировано понимание, что от нее не требуют многого. От нее не требуется, чтобы она в науку пошла. Школьная программа дает элементарные знания, и она в состоянии их освоить на «хорошо» и «отлично». Надо сказать, что ей обучение в школе очень даже помогло – оно дало ей возможность увеличить словарный запас, научиться излагать свои мысли, иметь свое мнение и делиться им со сверстниками и учителями.

Дочь читала дополнительно биографии и автобиографии математиков, химиков, физиков. Это помогло ей оценить, насколько далеко шагнули в свое время эти ученые, и насколько примитивна та сумма знаний, которая дается им в школе. Понимание примитивности программы ее стимулировало – обучение стало даваться намного легче.

Она прекрасно окончила школу, институт, второй институт, бизнес-академию по одной и той же дисциплине – финансам.

Что я хочу этим сказать – издержки, которые мешают детям получать полноценно изложенный материал, в школе, конечно, есть. Но при желании можно компенсировать это самообучением. Поэтому объясните ребенку: для того чтобы их не обзывали бестолочью, нужно усвоить тему урока, прочитать дополнительно о великих людях, которые занимались этой темой, их биографии. Узнавая по каждой теме чуть-чуть больше, чем дает учитель на уроке, ребенок сегодня способен блестяще окончить школу.

Секрет 41. Учителя оскорбляют детей

Оскорбление детей недопустимо. Ребенок находится в неравных условиях с учителем. Во-первых, учитель есть учитель, а во-вторых, он взрослый человек. Ребенок, по определению, не может себя защитить перед взрослым человеком. Если педагог имеет педагогическое образование, соответственно, он проходил детскую психологию. Его учили в вузе умению общаться с детьми всех психотипов. Если у педагога дети на уроке ведут себя развязно, учителю нужно задуматься над достижением профессионализма и повторить курс детской психологии. Возможно, это ему очень поможет.

Вероятно, такому учителю вообще не место в школе, коль у него садистский склад характера. В принципе, все легко объяснимо: учитель просто не любит детей, не любит предмет и у него диктаторская натура.

Естественно, нужно разобраться, каких детей он оскорбляет и почему. Если это дети, которые ведут себя агрессивно, вызывающе, то можно предположить, что у него срабатывает инстинкт самосохранения, тем более если это молодой преподаватель. Даже если подростки ведут себя не в соответствии с требованиями правил поведения на уроке, то правилам должен соответствовать сам педагог.

Он может удалить ученика с урока, вызвать родителей. Если он оскорбляет ученика за невыученный урок или за неумение объяснить тему, то это недостаток квалификации самого учителя, неумение объяснять темы своего предмета. Темы таких предметов, как физика, алгебра, геометрия можно излагать так, что заслушаешься, и предмет будет очень интересен. А можно рассказать так, что это будет для ребенка китайской грамотой. Поэтому многое зависит от того, насколько учитель хорошо знает свой предмет.

В любом случае, если ребенок вам пожаловался на то, что его оскорбили на уроке, необходимо быстро реагировать. Нужно сразу же идти в школу и разговаривать с учителем. Вы выслушали версию своего сына или дочери, почему его оскорбил учитель. Теперь ваш долг внимательно выслушать версию учителя. Что же произошло, почему он не сдержался? Когда вы выслушаете его, у вас сложится ясная картина, вы будете понимать, почему возник конфликт и почему реакция учителя была именно такой.

Ваше дело – не ругаться с ним, не кричать, а выяснить, почему происходят такие вещи. Почему учитель допускает такое поведение по отношению к детям вообще. Выслушайте учителя, сделайте свои выводы и договоритесь с ним. Если поведение вашего ребенка останется таким же, то учитель должен сделать запись в дневнике и позвонить вам.

Если дети с учителем не находят общего языка – бывает такое, что учителю ребенок просто не нравится по каким-то причинам – тогда ребенка нужно настроить следующим образом: «Ты ходишь в школу не для того, чтобы нравиться или не нравиться учителю. Твоя задача – получить знания, а для этого выгоднее сидеть на уроке спокойно, изучить и понять тему, чтобы дома меньше времени уходило на подготовку этого урока. Тебе нужно изучить этот предмет, независимо от того, какие сложились отношения с учителем». Учителю, естественно, сказать, что он не имеет права оскорблять детей, и если еще раз произойдет подобное, то вы будете жаловаться в горно, директору, в соответствующие инстанции, для того чтобы прекратить это безобразие.

Если вы поговорили с учителем и поняли, что у него просто диктаторский склад характера, то в таком случае нужно либо ребенка переводить в другой класс, в другую школу, либо жаловаться на учителя, для того чтобы его приструнили или отстранили от преподавания предмета.

Секрет 42. Дети себя ведут настолько по-хамски, что учителя не хотят идти в школу

В таком поведении школьников на 100 процентов виноваты родители. Исходя из поведения детей можно с уверенностью сказать, что у родителей с образованием, тактом и манерами у самих есть огромная проблема.

Если это дети из семей со скромным достатком, то родители, видимо, заняты на нескольких работах или просто... заняты собой, то есть, возможно, имеют вредные привычки, им не до детей. Воспитанием этих детей заниматься по сути некому, и те растут сами по себе, воспитываются на улице, которая закладывает свои нормы поведения. Это и объясняет, почему дети себя ведут развязно.

Второй вариант объяснения хамского поведения детей – в семье достаток выше среднего, но там царит отсутствие уважения к себе и к людям. Как в малообеспеченных семьях с низким социальным статусом дети бывают неуправляемы, так и в благополучных семьях встречается аналогичная проблема. В таких семьях цель – деньги, и все там меряется деньгами, родители заняты только зарабатыванием. Для детей – полная вседозволенность. Любимый ребенок может делать все что угодно. Вопросы воспитания, обучения тоже решаются с помощью денег, то есть нанимаются гувернантки, репетиторы, и, таким образом, ребенок растет практически без участия родителей, сам по себе. Если у него что-то серьезное происходит, то ему даже не к кому обратиться.

Поэтому своим вызывающим поведением дети показывают, что они «бесхозны», что ими заниматься некому. Хамское поведение означает: «Вы посмотрите, я в подростковом возрасте, я нуждаюсь в помощи, защите, любви, понимании, но мне этого не дают».

Пытаясь привлечь внимание к своей персоне, они своим развязным поведением хоть как-то пытаются достучаться до взрослых.

Ко мне на прием приводили подростков, и я уверяю вас, что по ребенку сразу можно определить, какие отношения в семье, что в семье происходит, кто доминирует, какова модель поведения родителей, как они себя ведут по отношению друг к другу. А детям негде больше взять модель поведения, кроме как в семье. Даже если она ему не нравится, она у него укореняется как основная, базовая.

Даже если внутренне подростки отвергают конфликтную, скандальную жизнь своих родителей, когда они вырастают, начинают проявлять именно такое поведение. Поведение, которое провоцирует конфликты и полно высокомерия по отношению к другим людям.

Есть еще одна модель поведения родителей (мам), которая может провоцировать хамство в школе, это позиция: все, что делает мой ребенок, – правильно, если же другие делают подобное по отношению к нему, то ситуация требует вмешательства и защиты их ребенка.

Учитель наказал подростка на уроке за хамское поведение – мама прибегает и, не разобравшись, начинает кричать на учителя. А ребенок в стороне стоит и улыбается: «Попробуйте с моей мамой поспорить». Такая мама как таран. Что бы ни сделал сын, дочь, она всегда считает, что ее ребенок этого сделать не может.

Но кого она растит? Мультфильм «Маугли» помните? У Шерхана друг был по имени Табаки, вот примерно такой тип отношений с ребенком мама и формирует. У нее виноваты все, кроме ее сына. Хотя тот зачастую способен на весьма неблагоприятные поступки.

Очень хотелось бы предостеречь родителей: сколько вы уделяете внимания своим детям в подростковом возрасте, столько же внимания вы будете получать от них в преклонном возрасте.

Возможно, это закончится тем, что вас за ненадобностью сдадут в дом престарелых, таких случаев становится все больше и больше. Для того чтобы чувствовать себя комфортно и в зрелом возрасте, когда вы уже отойдете от дел, не будете работать, нужно, пока не поздно, обратить внимание на то, что делают ваши дети. Как вы их воспитываете, сколько времени им уделяете, насколько между вами доверительные отношения (доверяют ли они вам свои тайны, проблемы). Каким образом вы помогаете детям взрослеть... Бегать и разбираться за взрослого подростка с учителями, одноклассниками и т. д. чревато последствиями. Есть у меня знакомая семья, мои друзья, где детям уже по 35 лет, а мама все бегает и разбирается вместо своего сына. Это нелепость – мужчина уже имеет двоих собственных детей!

Другим следствием такого воспитания является ситуация, когда сын в 40 лет живет с мамой. Если такая гиперопека – ваш случай, то поймите: вы уродуете жизнь ребенка. Он пришел сюда, в этот мир, не для того, чтобы так и не узнать жизнь такой, какая она есть.

Важно непредвзято разобраться в ситуации, если ваш ребенок допускает оскорбления в отношении учителей. Не бегать в школу и не ограждать его от наказания, а приучить самому отвечать за свое поведение, самостоятельно разрешать возникающие конфликты. Вы не должны заступаться просто потому, что это ваше чадо, иначе он или она никогда в жизни не возьмет на себя ответственность. Ребенку требуется уважительное, но и строгое отношение. Необходимо привить ему соответствующие манеры и нормы поведения. Ребенок должен пройти правильно социальную адаптацию, чтобы не бояться общества. Он должен научиться легко и просто с ним взаимодействовать, корректно решать конфликты на работе, в семье. Этому учат именно дома. Если в семье он научится вести себя прилично, то в школе у него не возникает проблем с неадекватным поведением. Послушайте, что скажет учитель, которого оскорбил ваш ребенок. Вы можете много неожиданного узнать о нем. Не исключено, что вскоре вы услышите нечто подобное в свой адрес.

Тактика, стратегия воспитания должны быть вами продуманы. Что вы хотите получить в результате? Каким вы видите будущее сына, дочери – в семейной жизни, в профессии, в обществе, среди людей? Какими будут ваши отношения, когда вы достигнете зрелого возраста и будете зависеть от него? Очень хорошо подумайте.

Секрет 43. В какую школу отдать учиться ребенка – в частную или государственную

Выбор школы – довольно серьезный вопрос. Выбор школы зависит от того, что вы кладете в основу, какова ваша цель.

Вы хотите ребенка обучить для дальнейшего построения карьеры? Или для вас важен именно престиж школы, именно это будет свидетельством того, что вы дали ребенку наилучшее образование?

Я в свое время тоже стояла перед подобным выбором. Что я выбрала? Я отвела ее в государственную школу. В обыкновенную, ту, которая была в нашем районе. Поговорила с директором, расспросила, какие у них программы, какие преподаются предметы. Кто преподает, каков состав учителей. Какой у них опыт. В какой класс будет определен мой ребенок. По каким принципам они разбивают детей по классам.

Я ознакомилась с программой обучения, ее уровнем – она меня устроила. Программа утверждена государством. Преподаватели, в том числе и учителя первого класса, имели довольно весомый стаж. У них уже были десятки выпусков, поэтому учителя были не только специалистами в своем деле, но и прекрасными педагогами.

Выпускники этой школы заканчивали серьезные вузы не только в Казахстане и России, но и за рубежом.

Потом я пошла в частную школу. Там была утверждена новая программа. О ней я мало что поняла, директор и сам мало что о ней знал. Зато в школе работали престижные учителя, все они обучались за границей. Самым большим плюсом было то, что в частной школе в классе было 15 детей, и учитель имел возможность заниматься с каждым индивидуально.

Я посмотрела на учителей – все они были довольно молодые, у некоторых даже не было своих детей. То есть у них не было в этом плане опыта. Поэтому я сделала выбор в пользу государственной школы. Очень многие мои друзья меня осуждали за это, ведь у меня были деньги, и я вполне могла платить за частное учебное заведение.

В итоге, как уже писала выше, дочь моя окончила школу хорошо, прекрасно сдала ЕГЭ, поступила в вуз. После магистратуры прошла курс МВИ, и в 25 лет смогла стать кандидатом экономических наук.

В процессе обучения детей мои знакомые жаловались как на частную школу, так и на государственную. Везде есть свои проблемы. Они различаются подходами к самому обучению и к вопросам социальной адаптации. Исходя из моих приоритетов мне все-таки была ближе государственная школа. Во-первых, потому что в школе много детей. Для меня важно было, чтобы дочь научилась жить в большом коллективе. Естественно, у нас было очень много разнообразных проблем. Тем не менее, к десятому классу она вполне могла ладить со сверстниками практически всех психотипов.

Любые конфликты в школе говорят о том, что подросток что-то не принимает или неправильно реагирует на определенные события. Возможно, ваш ребенок склонен позиционировать свою точку зрения как единственно правильную. Как показывает жизнь, эта черта очень осложнит впоследствии его общение с людьми. Необходимо помочь ему изменить или развить соответствующие качества характера, навыки общения.

Естественно, мне приходилось и заниматься с дочерью по некоторым предметам, и помогать в разрешении конфликтов, которые у нее возникали в общении с одноклассниками и учителями. Нужно понимать, что школа, частная или государственная, сама по себе не сделает

из вашего ребенка гения. Эта иллюзия должна развеяться, как дым, потому что никто, кроме вас, вашим ребенком заниматься не будет. Кому нужно его образование? Только вам и ему самому. Кто будет иметь с этим дело всю свою жизнь? Только вы. Что касается всех остальных людей – их роль в том, чтобы передать какой-то опыт, какие-то знания, для того чтобы это сформировалось у ребенка в определенную картину мира, в определенное понимание мироздания.

А вот какие черты характера и навыки понадобятся ему для реализации своей картины мира – об этом вашему ребенку никто не будет рассказывать. Никто не заинтересован в его судьбе так, как вы. Поэтому вопрос выбора школы – это вопрос ваших целей. У меня есть много друзей, чьи дети учились в частных школах. Но так и остались на таком вот уровне развития: родители похлопотали и устроили его на престижную работу. Ребенок сидит там и мается. Работа ему не нравится, но платят хорошо, должность престижная.

Есть и такие знакомые, которые из частных школ переводили детей в государственные. Знаю и таких, кто, наоборот, из государственных школ переводил в частные. Нужно понять простую вещь. Не так важно место, где учится ребенок, как то, как он к этому относится, как он воспринимает происходящее в школе, как может в этой среде себя проявлять как личность.

Поэтому выбор школы сам по себе не столь важен, гораздо важнее – чтобы вы следили за обучением, событиями в коллективе, контролировали, проверяли, интересовались всеми делами, которые происходят в школьной жизни вашего ребенка. И чем систематичнее вы это делаете, тем лучше будет результат.

Секрет 44. Я вообще не хочу отдавать ребенка в школу. Чем это чревато?

Весьма серьезное заявление. И оно не такое простое, как кажется на первый взгляд. Встает вопрос: «Почему вы не хотите отдавать своего ребенка в школу?»

Может быть два основных мотива. Возможно, вы считаете своего ребенка исключительной личностью, которая заслуживает того, чтобы ее обучали в домашних условиях. Для обучения будут наняты репетиторы, и ребенок получит прекрасное образование. Другой мотив – у вас самой в школе были проблемы, которые вы не научились решать, и теперь страх за своего ребенка, страх того, что он тоже там будет страдать и не научится решать свои проблемы, вас повергает в ужас. Вы решаете, что лучше вообще отказаться от школы.

Давайте порассуждаем, для чего на самом деле необходима школа. Школа – это первый этап развития систематической умственной деятельности и социализации ребенка.

Предположим, вы отказываетесь от нее. Ваш ребенок исключительно талантлив, или вы хотите в нем раскрыть талант. Нанимаете лучших репетиторов, которые будут заниматься вашим чадом. Он получит блестящее школьное образование, поступит в вуз.

Возможно, он и в вуз поступать не будет, вы всех учителей наймете, и они будут ему преподавать на дому. Или выберете обучение по Интернету – сейчас это практикуется. Дальше встанет вопрос о том, где этот прекрасный специалист будет работать? Похоже, он тогда и работать тоже должен из дома, потому что процесс социализации он не прошел. Вы хотите изолировать своего ребенка от общества, потому что общество плохое и за пределами дома могут обидеть ваше чадо?

Вы должны понять, какими бы знаниями молодой человек ни обладал, как бы блестяще он ни окончил вуз, устройство на работу – это процесс проверки его умения взаимодействовать с людьми. Открытие своего бизнеса – это тоже процесс взаимодействия, теперь уже предпринимателя со своими сотрудниками. А когда вы хотите, чтобы ребенок получил эти навыки? Дети гораздо легче и проще усваивают это именно в школьные годы.

Обучаясь дома, он только в 22–23 года начнет учиться строить отношения с другими людьми.

Нужно задать себе еще один вопрос. А вы спросили своего ребенка, хочет ли он всю жизнь сидеть дома, под вашей опекой? Если вы считаете своего ребенка исключительной личностью, я с вами абсолютно согласна. Все люди исключительны. Только в наше время по настоящему исключительны те люди, которые развили свои способности и научились взаимодействовать с другими людьми, которые приносят пользу обществу. Поэтому желание не отдавать ребенка в школу, на мой взгляд, несколько неадекватное. Вы не сможете его изолировать от общества, он все равно встанет перед проблемой того, как проявлять себя в нем.

Оградив ребенка от школы, вы обрекаете его на бессмысленное сидение в четырех стенах. Я знаю ребенка, которого обучали дома. Первые два класса он оканчивал с репетиторами. Во втором классе у него возникла проблема, он стал говорить: «Я, наверное, какой-то не такой, со мной какие-то проблемы, поэтому меня не отдадут в школу».

И мама вынуждена была отдать его в обыкновенную государственную школу. И только в десятом классе он был переведен в частную. Поэтому затея с тем, чтобы совсем не отдавать ребенка в школу, а обучать доступными способами, которые сейчас в большом количестве предоставляются, на мой взгляд, не совсем правильная.

Другой вопрос. Если маму, допустим, обижали в школе. У нее не сложились отношения с

одноклассниками и учителями. Для мамы отдать своего ребенка в школу равносильно тому, чтобы с самого начала пройти все то же – те же самые обиды, конфликты, страхи. Будучи взрослым человеком, она должна сделать выводы о своих школьных затруднениях, она сможет лучше, чем кто-либо, помочь ребенку преодолевать их.

Что здесь нужно сделать? В первую очередь обратиться к специалисту, психологу. Объяснить ему проблемы, которые возникали у вас в школе. Избавиться от собственных страхов, фобий. После этого вы сумеете научить сына более комфортно чувствовать себя в школе. Научите строить отношения с одноклассниками, с учителями.

У детей обязательно возникают трудности с усвоением одного-двух предметов. Они зависят зачастую не от того, что предмет трудный, а от учителя, от уровня преподавания.

Всегда встречается как минимум один преподаватель, который либо плохо рассказывает, либо недолюбливает вашего ребенка по каким-то причинам. Вот именно через такого рода затруднения ребенок и вырабатывает характер.

Если детей не заставлять, не кричать и не применять деструктивные методы запугивания, а просто объяснить, то он непременно освоит предмет. Изучение школьных дисциплин сводится к умению понимать суть темы и науки в целом. Процесс обучения – это не просто получение знаний. Это процесс, в котором ребенок учится контактировать, преодолевать трудности, строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками – так и формируются качества личности. Школа является первым осознанным этапом по раскрытию способностей и индивидуальности детей. Поэтому не отдавать их туда – это по меньшей мере неразумно.

Секрет 45. Учиться не надо. Ничего из школьной программы в жизни не пригодится

Тем, кто так думает, следует поинтересоваться, кем работают люди, которые не имеют образования.

Второй вопрос, который есть смысл прояснить, – почему богатые родители стараются своим детям дать наилучшее образование? Наверное, не просто так это у состоятельных родителей стоит во главе угла. Образование детям дают для того, чтобы они могли потом занимать соответствующее положение в обществе. Люди, которые не имеют образования, не управляют страной, предприятиями.

Возьмем историю нашей страны. Кто сто лет назад управлял страной? Монархи, получавшие лучшее образование как в стране, так за рубежом. Разве необразованные крестьяне могли управлять государством? Нет, они были заняты тяжелым физическим трудом.

С тех пор мы шагнули далеко вперед, и сейчас физические работы на любом предприятии стараются упростить, роботизировать. Без образования человек не сможет получить в будущем практически никакую работу: вся промышленность стремится все процессы автоматизировать, чтобы экономить и не задействовать дорогостоящий труд человека. Это один аспект.

А теперь другой. Почему люди говорят с гордостью: «Я окончил МГУ», или «Я закончил Оксфорд», или «Я учился за границей». Подчеркивая уровень своего образования, человек хочет подчеркнуть: «Я очень грамотен, имейте это в виду». И это ставится в заслугу соискателю при приеме на работу, при повышении в должности.

Можно ли, не окончив школу, поступить хоть в одно учебное заведение? В разговорах молодежи, в чатах в Интернете очень часто говорят, что учеба в школе – это бесполезное занятие, пустая трата времени. В жизни, дескать, понадобится совсем другое, какие-то практические, житейские навыки.

Можно ли согласиться с тем, что школа односторонне формирует ребенка? В какой-то степени да. Для гармоничного развития необходимо развитие интеллекта, тела и души. Следует не только концентрироваться на знаниях, но и на развитии свойств личности. Современная школа дает знания, развивает умственную деятельность. В ее стенах дети проходят первые университеты взаимодействия с другими людьми. А развитие личности упущено. Тем не менее, никто еще не сказал, что образование ему в жизни помешало. Я имею за плечами десять лет технического образования, семь лет – гуманитарного и не могу сказать, что все полученные мною знания не были востребованы в жизни. Все они обязательно находили применение самым неожиданным образом. Что такое образование вообще? Учеными доказано, что в определенные периоды времени активизируются конкретные участки мозга. Школьная программа была рассчитана таким образом, что когда идет природная активизация участка мозга растущего человека, допустим, отвечающего за логическое мышление, дети изучают физику, математику. Во время их изучения (плюс химия, астрономия) соответствующий участок мозга еще больше активизируется. Что именно происходит? Изучая любой предмет, ребенок в активном участке мозга создает нейронные связи, которые и дают понимание данного предмета. Активизируется один участок мозга, второй, третий. Затем происходит построение нейронных связей между этими участками.

Не случайно в основе открытий всегда лежит синтез двух наук, новое всегда возникает на границе двух систем знания. Космонавтика является плодом синтеза физики, химии, математики, астрономии и других наук. По сути в этой прогрессивнейшей отрасли нужно знать

все дисциплины, которые преподаются в школе.

При этом надо заметить, что школьная программа рассчитана на среднестатистического человека. Если ребенок не усвоил даже такой усредненный объем знаний, который дается в школе, и разные участки мозга остались даже минимально не развитыми, во взрослом возрасте их очень тяжело будет развить. Поэтому многие люди во взрослом возрасте уже не учатся, не развиваются дальше. Вероятно, не более 10 процентов людей после окончания школы и вуза продолжают обучаться.

По совести говоря, оценки в школе – понятие относительное, так как свою весомую роль играют не только знания, но и симпатии и антипатии учителя. Но если не обучать ребенка в школьном возрасте, он окажется лишенным возможности развить умственную деятельность, так и останется на примитивном уровне мышления. Что, само собой, не станет благоприятным фактором для его дальнейшего обучения, для получения профессии.

Еще один момент, связанный с обучением в школе. Если ребенок счастливо избежал среднего образования, каким образом он узнает, кем он должен быть в жизни? Если люди в массовом порядке перестанут учиться в школе, то, соответственно, у нас не будет ни врачей, ни учителей, ни агрономов, ни нефтяников... Как вы смотрите на то, что вас будет лечить человек, который вообще никогда не сталкивался с медициной? Как вы будете лечить хотя бы зубы?

В Средневековье лишь единицам разрешалось учиться. Только люди из очень богатых семей имели доступ к обучению, знаниям. Сейчас эти знания даются государством на уровне обязательных, и люди так неблагодарно относятся к этому!

Все возмущаются, что у нас недостаток специалистов, плохие врачи, плохие учителя. А откуда же им будет взяться, если изначально говорят, что образование – пустая трата времени? Я считаю, что среднее и среднее специальное образование должно быть с разумной, дающей практическое применение знаниям, программой.

С одной стороны, прогресс требует обновления программы, а с другой стороны – необходимо в детях развивать личность. Поэтому предметы изучаются по двум направлениям: понимание мира и развитие мыслительной деятельности, для того чтобы человек в дальнейшем мог усваивать информацию более сложного порядка.

Я убедила вас в том, что среднее образование необходимо?

Теперь разберемся, насколько нужен вуз. Некоторые горячие головы пытаются доказать, что школа – это еще ладно, пускай учится. Но образование в вузе – это уж точно потеря времени. Хорошо, возможно есть отрасли, где не нужно высшее образование. Проведите эксперимент – отправьте свое резюме на соискание должности. Первый вопрос, который вам зададут: «Какое у вас образование?». При этом подразумевается, что человек, который окончил вуз, умеет говорить, имеет понятие о той дисциплине, по которой он собирается работать. Хотя бы азы специальности, профессии. Знаком с терминологией.

Как вы себе представляете человека, который пошел работать экономистом, не изучив экономику? Абсурд.

Поэтому говорить о том, что школьное образование плохое, и знания, полученные там, в жизни не пригодятся, не может приниматься всерьез.

Если же вернуться к школе, то подчеркну еще раз: все школьные дисциплины активизируют мозговую деятельность, развивают мышление, память, речь, расширяют словарный запас. Среднее образование для того и предназначено, чтобы развить мозг и дать возможность ребенку усваивать более сложные профессиональные дисциплины. Без него вы никогда не узнаете, что ваш ребенок любит химию, математику, астрономию или другие системы знаний. Школа – первый этап развития современного человека, которая дает основы всего, с чем он в дальнейшем так или иначе будет иметь дело на протяжении жизни.

Секрет 46. Сын постоянно дерется в школе. Что с этим делать?

Ребенок дерется в школе – это следствие. Но раз есть следствие, соответственно, есть причина. Что может являться причиной школьных драк? Издевательства из-за физического изъяна или какой-то особенности – уши торчат, крупный нос, высокий или низкий рост, не выговаривает звук «р» или шепелявит, необычный цвет волос, форма губ...

Это также может быть следствием замкнутости ребенка – дети пристают к нему для того, чтобы он заговорил, а он, вместо того чтобы заговорить, начинает драться. Ясно одно: ребенок либо защищает себя, обладая силой, либо запугивает менее сильных детей, чтобы что-то у них забрать, или просто из мести за их благополучность.

Если ребенку привиты такие черты характера, как объективность, смелость, честность, то он защищается от нападок. Если он воспитан на принципах благородства: маленьких не обижать, с детьми слабее себя, девочками не драться, не демонстрировать свои физические преимущества, если ребенок, к примеру, занимается в секции единоборства тогда проблем с рукоприкладством не будет.

Драться мальчик может из-за того, что его оскорбляют, либо учительница на уроке обозвала, и прозвище к нему «приклеилось». Это его нервирует, и он вместо объяснения устраивает драку. Не исключено, что подросток обладает силой, но у него отсутствует понимание того, где ее можно и нужно применять.

Что нужно в этом случае сделать? Первое – это поговорить с сыном. Нужно узнать, почему он так себя ведет. Что за этим стоит? Также нужно побеседовать со всеми учителями. С теми, по чьим предметам у него хорошие оценки, и с теми, кто ставит ему «тройки», «двойки». Также нужно расспросить детей, с которыми он дрался. После этого картина будет ясна, вы поймете досконально, что же на самом деле произошло.

Теперь нужно подумать о том, что с этим делать.

Если проблема вашего сына связана с тем, что его обзывают из-за физического изъяна, индивидуальных свойств – предположим, ребенок рыжий, – то вам хорошо бы найти фотоснимки десятка выдающихся личностей, знаменитостей, у кого рыжий цвет волос. И скажите: «Дорогой мой, цвет волос выдает твои способности, твой талант. Поэтому незачем тратить время на драки, выяснение отношений и испорченное настроение. Давай-ка мы с тобой займемся тем, что будем искать твои способности. К чему у тебя есть врожденные задатки и чем бы ты занимался в этой жизни».

Дети очень легко на это соглашаются, и вы начинаете поиск. Я уже описала выше эту методику: вы вначале перебираете школьные предметы, выясняете, какой из них нравится сыну больше других, и чем нравится. Если школьные предметы не очень интересны, то начинаете рассматривать спорт, игру на музыкальных инструментах, театры, машины, технику.

У подростка появляются занятия гораздо более интересные, чем драки. Он начинает развиваться в интересном ему деле, перестает обращать внимание на оскорбления. Как только он перестанет бурно реагировать на дразнилки, сверстникам будет неинтересно приставать к нему. В связи с тем, что он начинает лучше заниматься, они увидят и его преимущества: он становится более начитанным, лучше разговаривает, больше других знает о предметах, хорошо отвечает у доски. Вскоре оскорбления сами собой исчезнут.

Другое дело, если ваш ребенок, допустим, терроризирует детей младше себя, бьет их, что-то у них отбирает. Если подросток делает это из мести, потому что другие дети – из более

благополучных, обеспеченных семей, но менее сильные. Этот вопрос, конечно, сложнее.

Что тут можно предпринять? Следует выяснить, откуда у него взялась эта манера поведения, кто так влияет на него. Модель поведения подростка формируется на подражании кумирам. Школьному психологу нужно выяснить, кто является кумиром драчуна, и предложить другого, который свою физическую силу использует во благо общества.

Уделите время, внимание и обязательно выясните, кто его герой. Дурное влияние друзей нужно постараться минимизировать. Разумеется, если ребенок не слушается, игнорирует родителей, что называется, отбился от рук, тогда нужно обращаться к психотерапевту.

Если у мальчика есть потребность драться, специалист должен определить причину и помочь решить проблему. Нельзя оставлять это без внимания, потому что такая модель поведения останется, когда подросток повзрослеет. Очень трудно ему будет в дальнейшем адекватно реагировать на иную точку зрения, на мнение других людей, на решение то и дело возникающих проблем.

Для него вопрос коммуникации будет являться очень сложным. Он может замкнуться, не научившись по-другому реагировать на ситуации, соответственно, это затруднит его продвижение и по карьерной лестнице, общение в семье и вообще с людьми.

Секрет 47. Сын наотрез отказался идти в школу

Почему дети отказываются идти в школу? Во-первых, у них могут не складываться взаимоотношения с учителями и одноклассниками, а может, есть проблемы со старшеклассниками. Причина может быть в том, что ребенок не имеет воли высказать свое мнение, не в силах постоять за себя, чувствует себя беззащитным. Когда у ребенка заниженная самооценка, он сторонится других детей, утрачивает активность, у него формируется убеждение: «Я хуже всех». У других детей создается впечатление, что он запуганный, «тюфяк». И тогда те, кто посильнее и понаглее, начинают самоутверждаться за счет него.

Возможно, у ребенка не складываются отношения с кем-то из учителей, он обижается на предвзятое отношение педагога по отношению к себе. Противостоять учителю он не может, что же ему остается? Он отказывается вообще идти в школу.

У меня был такой опыт с дочерью-восьмиклассницей. Она 3 сентября пришла и сказала, что больше в школу не пойдет. Училась она всегда хорошо, проблем с освоением школьных предметов не было. Я попыталась разобраться в причине такого заявления, и тут она говорит: «Я ответила на вопрос правильно, а она поставила мне «два»».

Она мне пересказала то, что ответила учительнице на заданный вопрос. Я переспросила: «Какой именно вопрос тебе задала учительница?» Она повторила – и я поняла, что дочь ответила все же не совсем правильно. Мы начали разбираться, и выяснилось, что она в принципе не понимает предмета. Она темы просто зазубривает. И если задать вопрос немного по-другому, она теряется и, конечно же, отвечает неправильно. Для меня самой это было открытием. Я стала объяснять дочке, как учить предмет, чтобы он давался легко. Рассказала, как научиться понимать предмет, а не заучивать правила и главы из учебника. Разобрались и договорились, что если впредь у нее будут возникать трудности с обучением, мы вместе будем разбираться.

Но очень часто учителя в своей педагогической практике применяют такой метод воспитания: видят, что ребенок начал стараться, выполняет уроки добросовестнее, вместо того чтобы поставить оценку выше, с учетом стараний, они делают вид, что изменений не происходит. Подросток сделал домашнее задание на «4», и ему ставят «4». А ребенок в эту «четверку» вложил гораздо больше усилий, чем делал это раньше. Тогда у него происходит разочарование. Если он столько трудился, преодолел такие препятствия, делая это домашнее задание, и его оценили все равно на «4», хотя он рассчитывал на «5», у него опускаются руки. И он больше не хочет прилагать усилий, потому что они не вознаграждаются. Он для себя решает, что «пятерка» ему все равно не светит у этой учительницы, так зачем стараться?

Я считаю, что этот воспитательный метод себя не оправдывает с большинством школьников. Мудрые учителя, видя, что ученик делал домашнее задание определенным образом, а потом замечая, что ситуация меняется к лучшему, обязательно чувствуют, что прилежание должно быть вознаграждено. В данной ситуации, я думаю, стоило поставить девочке «5».

Итак, что же делать, если ребенок не хочет идти в школу из-за несправедливости учителя? Я уже рассказывала об этом не раз на протяжении всей книги – нужно объяснить своему ребенку, что он ходит в школу не для того, чтобы понравиться учителю, а для того, чтобы получить знания. Подросток должен понимать, что, независимо от сложившихся взаимоотношений, должен изучить предмет, чтобы в дальнейшем уверенно применять эти знания на практике.

Если в школу ребенку идти не хочется из-за того, что у него нелады с одноклассниками, тут другая сложность. И такого рода проблемы тоже, к сожалению, очень часто вызывают сами учителя. Бывает, что ребенка оскорбляют за невыученный урок, а дети подхватывают. У нас, например, была учительница по математике, так она, когда выходили к доске и не отвечали на

«5», всегда говорила: «У тебя вместо головы тыква с волосами». Начиналось всеобщее оживление, дети гоготали и впредь встречали девочку так: «О-о-о-о, пришла тыква с волосами». Прозвище, ярлык могут быть очень оскорбительны, такая травля заставляет ребенка чувствовать себя изгоем. Он испытывает постоянный дискомфорт, ему это надоедает, он не знает, как с этим бороться, и в конце концов принимает решение: «Я не хочу ходить в эту школу».

Еще безнадежнее кажется ситуация, когда в школе старшеклассники у младших детей отбирают деньги и телефоны. Понятное дело, что это попахивает грабежом и разбоем, в этом случае нужно обращаться к директору, учителям и решать этот вопрос публично. Тут важно, чтобы у детей с родителями были добрые доверительные отношения, чтобы ребенок мог сразу рассказать о такой ситуации.

Дети очень часто боятся рассказывать родителям о том, что у них вымогают деньги, забирают вещи, потому что боятся прослыть трусами и стукачами. Надо признать и то, что некоторые родители неправильно защищают своих детей и только вредят им. Во всех перечисленных случаях имеет место заниженная самооценка ребенка и неверная реакция действия других людей. Чтобы помочь ребенку стать увереннее, будьте с ним внимательны, прислушивайтесь к тому, что он говорит, спрашивайте его мнение по любому поводу, тогда он потихоньку приучится выражать его, высказываться на равных.

Тем не менее, вы для детей являетесь наставником, и вы должны тактично корректировать его поведение. Хороший способ отвлечься от своей обиженности – начать ходить в какую-нибудь спортивную секцию. Когда ребенок начинает заниматься спортом, он увлекается, у него появляются спортивные достижения. И в доме к нему начинают с уважением относиться, не говоря о том, что личные достижения позволяют ему укрепить чувство собственного достоинства.

Спортивные победы, «закрытие» разряда за разрядом, очевидные и заслуженные успехи делают его и в классе более значимым. Достижения меняют характер. Преодолевая трудности, он воспитывает волю, обретает авторитет.

Если ваш ребенок не хочет идти в школу, ему нужна ваша поддержка. Обязательно обратите внимание на то, как вы с ним обращаетесь, как много у него ограничений, считаетесь ли вы с его мнением. Обычно это выражается в абсолютно безобидных вещах: «подожди, не до тебя», «сейчас я поговорю, подойдешь потом», «некогда мне с тобой заниматься», «некогда мне на твои глупые вопросы отвечать». Для ребенка это означает, что он всегда говорит никому не интересные глупости. При таком отношении ему трудно научиться считать себя важной персоной. Приниженность очень тяжела: он думает, что то, что он говорит, никому не нужно. И он со своими мыслями находится наедине.

Дорогие родители, если дети обращаются к вам, цените это, значит, у вас есть с ребенком связь, вы пользуетесь его доверием. Если вы утратите его, то клещами будете вытаскивать информацию о его проблемах. И он уже не захочет честно и открыто говорить о том, почему не хочет идти в школу. Он будет скрывать свои страхи, переживания, тревоги, замкнется для вас. Но, уверяю вас, обязательно найдется тот, кто ему поможет решить эти проблемы, и ваш авторитет для ребенка перестанет существовать.

Секрет 48. Можно ли бить ребенка за «двойки»?

У меня самой был такой печальный опыт, когда меня избили дома за «двойки». Хочу поделиться с вами этой историей.

У меня был старший брат, мы учились в одной школе. Я в первые два года учебы училась в физико-математическом классе, а потом наша семья переехала, я пошла в другую школу. Там был уже сложившийся детский коллектив, и меня класс не принял, как это обычно бывает с новенькими. У меня начались проблемы с одноклассниками. Соответственно, я перестала учиться. Брат решил мне помочь и вовлек меня в одну авантюру.

Мы с ним завели два дневника. В одном он ставил мне «пятерки» и расписывался за учителя, и я его показывала матери, а второй дневник я показывала в школе учителям, и в нем стояли одни «двойки». Мать у меня человек малограмотный, ей даже в голову прийти не могло, что я учусь плохо, потому что первые два класса я окончила на «отлично».

И вот ее вызывают после первой четверти, в конце ноября, и говорят: «Вы знаете, что ваш ребенок не осваивает программу? У вашего ребенка проблемы с восприятием материала. В общем-то, наверное, надо подумать о том, чтобы перевести ее в школу, где нагрузки поменьше». Мама говорит: «Как так?» Ей показывают мой дневник. Когда она увидела дневник с одними «двойками», то впала в столбняк.

Она пришла домой, взяла авоську, такую плетеную сетку, и ею меня выпорола. А учителям сказала: «Не волнуйтесь, теперь у нее восприятие материала будет на все сто!» Я в то время занималась гимнастикой, но не могла неделю ходить на тренировки, потому что у меня все ноги были в такую серенькую клеточку.

Правда, эта порка очень меня вылечила: я перестала обращать внимание на все эти интриги, которые в классе плели одноклассники, и усиленно занималась. Учусь до сих пор. Этот жесткий метод в той ситуации оказался действенным. Я получила не за «двойки», а за то, что мы с братом сделали два дневника, и я врала.

У нас дома было негласное правило: если ты набедокурил или получил «два», ты честно говоришь, и тогда тебе просто дают возможность исправить ситуацию, и все живут как жили. Если же ты соврал, то ты стопроцентно получаешь за вранье, за то, что ты набедокурил, за все сразу. Хорошее правило, я считаю, и очень эффективное.

Есть, конечно, и другой метод, менее жесткий. Это метод убеждения. Создается коллаж. Мама и ребенок выбирают картинки, которые ему нравятся, – машина, изображение профессий, дом, в котором ребенку хотелось бы жить. Все, что нравится подростку, собирается в единый коллаж. Ему говорят: «Образование нужно для того, чтобы ты стал профессионалом номер один в своем городе, в мире, в стране. Для того, чтобы стать профессионалом, чтобы у тебя была развита память, ты должен уметь хорошо говорить, иметь богатый словарный запас, уметь выражать свое мнение, логически мыслить, понимать, из чего состоит мир, знать элементарную химию и физику, географию, историю.

Ты также должен знать историю мира, как он развивался, и историю своей страны, как она развивалась относительно других стран.

Изучение школьных предметов поможет определить твои способности и выявить, что тебе нравится. Ты получишь знания, связанные с твоей будущей профессией. Профессия же позволит тебе выразиться через способности, навыки и таланты. Тогда ты сможешь получить все то, что ты выберешь для себя, в том числе и то, что есть в этом коллаже». Тогда у ребенка появится смысл обучения.

Есть еще более действенный метод, который позволяет создать ребенку такие условия, что

он начинает невольно сам интересоваться обучением и достигает приличных, очень приличных результатов в школе. Родители, которые этим методом пользовались, сказали: «Работает прекрасно!».

Итак, если ребенок получил «двойку», вы сначала выясняете причину, почему так получилось. Затем договариваетесь, что она будет в ближайшее время исправлена. Метод же заключается в следующем.

В течение месяца он должен говорить: «Я лучший ученик в школе, я гениальный ребенок, учеба дается мне легко». Утром он встает и говорит 10 раз: «Я гениальный ребенок, учеба мне дается легко, я – лучший ученик в школе». Вечером вы встречаете его, садитесь за ужин и он опять 10 раз говорит эту аффирмацию. Как мантру, каждый день, в день несколько раз. При встрече с вами, утром, когда вы встретились за завтраком; вечером, когда вы встретились; когда он подошел, что-то попросил у вас; за обедом. Родители говорят, что через месяц дети совершенно по-другому начинают мыслить, намного лучше учиться – успеваемость у них в разы увеличивается! Словом, метод работает просто потрясающе. Так что вместо того, чтобы пороть ребенка и наказывать, лучше заставить его говорить каждый день о том, что он гениальный ребенок, он лучше всех в школе, и учеба дается ему легко.

Секрет 49. Дочь не хочет поступать в институт – что делать?

Причин такого сопротивления может быть несколько. Возможны два сценария предшествующего развития событий.

Первый – это когда родители установили некоторый диапазон для поступления дочери в институт: желательно бы поступить именно в эти учебные заведения, исходя из их личных соображений. А девочка в эти вузы поступать не хочет.

Может быть и второй вариант. Возможно, в процессе обучения в школе не были раскрыты ее способности, учеба была неинтересной или давалась девочке очень тяжело. И мысль о том, что она будет так же тяжело и неинтересно учиться еще пять лет, для нее стала кошмаром. Поэтому она отказывается поступать. Есть легкая, быстродействующая методика избавления выпускника от усталости обучения, которую можно предложить ребенку.

У подростков она работает достаточно легко и просто. Суть ее заключается в следующем.

Предложите дочери вначале сделать десять глубоких вдохов, расслабиться, а затем попробовать пофантазировать. Кем она себя видит, если бы у нее сейчас был миллион рублей и ей не надо было бы зарабатывать деньги? Чем бы она занималась от души? Обычно подростки на этом этапе задумываются. Затем начинают себя представлять человеком, который путешествует. Одет, как ему хочется. Ездит на машине своей мечты. Потом неизбежно задает себе вопрос: «Кто я?» – возникающие при этом мысли выявляют его самооценку. Что он о себе думает.

Затем он отвечает на вопрос: «Какая сфера деятельности мне нравится: строительство? Медицина? Шоу-бизнес? Театр? Изобразительное искусство? Пение?». Самое главное условие – не нужно запрещать девушке мечтать. Иногда дети боятся сказать родителям о том, что хотели бы проявить себя в определенной области. Боятся либо насмешки, либо неодобрения родителей.

Если ваша дочь не хочет вообще никуда поступать, лучше пусть она поступает туда, где ей будет интересно учиться, даже если вам этот выбор не очень нравится, и таким образом она определит сферу, где могла бы проявить себя как личность, как специалист.

После того как установлена область интересов, определяется более конкретное занятие. «Что мне нравится делать?»

В строительстве, допустим, – что бы я хотела там делать?

Или, допустим, модельный бизнес – что бы я там делала? Где мне было бы наиболее комфортно – на подиуме? Шить модели в мастерской? Организовывать показы?

И когда девочка для себя проясняет, что ей по душе, что интересно, поддержите и помогите ей поступить именно туда, куда ей хочется и где ей будет хорошо. Где она будет чувствовать себя на своем месте.

Если сразу не получится выявить возможную сферу приложения интересов, пусть чаще размышляет об этом, сделает это своим правилом, и во что бы то ни стало найдет интересное для себя занятие. Повторяю, если вам не понравится выбор вашего ребенка, не отговаривайте. Он всегда сможет перевестись на другой факультет, если что-то пойдет не так. Будьте лояльны к своей дочери, дайте ей свободу выбора.

Смысл предложенного мною нехитрого упражнения заключается в снятии ограничений. У нее есть деньги, ее никто и ни в чем не ограничивает в ее занятиях. В конце концов, оно обязательно подскажет ей, чего на самом деле она хочет. Когда желание откликнется в душе, то учеба становится намного проще, легче и интереснее. Она будет познавать ту область деятельности, где сможет в дальнейшем проявить себя талантливым человеком.

Секрет 50. Сын хочет бросить институт. Как его отговорить?

В последние годы появилась странная тенденция среди молодежи, образованных людей пропагандировать идею, что высшее образование не нужно, в нем нет необходимости. Только вот утверждающие это не собираются лишать высшего образования своих детей. По возможности они стремятся дать им лучшее образование, в самых престижных вузах.

Поэтому, когда я слышу такие утверждения, мне хочется спросить: «Когда ваш сын или ваша дочь окончит школу, что, на этом их образование закончится? Что ваши дети будут делать после окончания школы?».

Девушки и юноши часто подобные разговоры принимают за чистую монету и легко идут на поводу у чужого мнения. Мы все разные, у всех разные способности, свои запросы и потребности. Кому-то, действительно, можно обойтись и без высшего образования. Если ему нравится деятельность, которая не требует образования. Например, должность разнорабочего не требует образования, и те, кто избегает обучения, смогут ее беспрепятственно осуществлять. Это тот случай, когда действительно можно дальше не учиться. Но я не знаю ни одной профессии, сопряженной с умственным трудом, в которой можно было бы обойтись без высшего образования.

Многие говорят, что если идти в бизнес, то высшее образование не нужно. Это неправда. Чем выше интеллект у человека, тем легче он оперирует информацией, налаживает взаимодействие с людьми и организациями, тем успешнее в бизнесе. Человека, имеющего высшее образование, можно легко определить по речи, манере говорить, по словарному запасу, умению выражать свои мысли и строить грамматически правильно предложения, правильно произносить слова.

Понятное дело, что в бизнесе нужны, помимо знаний, желание и умение продавать, определенные качества личности. Однако многие виды бизнеса лицензируемы. Как работать, к примеру, в строительном бизнесе без лицензии и без образования инженера? Ко всему прочему не все люди могут и должны быть бизнесменами. Бизнес – это деятельность, которая позволяет человеку выразиться через умение продавать. Но разве так уж многие умеют и хотят строить систему продаж?

Так вот, прежде чем бросать высшее учебное заведение, нынешнему студенту нужно определиться, через что он собирается в дальнейшем самовыражаться в этой жизни. Через тело, ум или через умение продавать. Если у него есть талант продавца, то, поверьте мне, пройдет какое-то время, и он уже не захочет просто продавать. Возникнет необходимость строить предприятие, которое потребует огромного количества знаний и навыков.

Для организации своего бизнеса ему потребуется изучить такие дисциплины, как элементарные основы финансов, экономики, оплата труда, статистика, психология, освоить умение вести переговоры, особенности изготовления продукта, который он будет продавать. Ему нужно будет создать систему бизнеса – как он им будет управлять, не имея знаний в сфере менеджмента и маркетинга?

Дочь моей подруги окончила юридический факультет. Шесть лет она работала специалистом на госпредприятии, а потом не захотела, организовала свое дело. И ей пришлось заново изучать общепит, основы экономики, оплату труда, основы отдела кадров, маркетинга, менеджмента. Ей пришлось изучать азы многих профессий, сопряженных с этой новой для нее деятельностью. Благодаря своему юридическому образованию она блестяще заключала

договоры. Эта часть ее работы не требовала особых усилий, потому что она училась этому в институте. Другое же потребовало специального освоения.

Современный человек по жизни постоянно должен овладевать разного рода знаниями, навыками, которые повышают его профессионализм. Получение специальности подразумевает, что студент вуза усвоит профессиональную терминологию, поймет специфику своей профессии и будет иметь базу теоретических знаний.

Только институт позволит вашему ребенку открыть дверь в любую профессию. Объясните это ему!

Нет ненужных знаний. Что бы ни говорили, рано или поздно в каком-то вопросе вы столкнетесь с ситуацией, в которой вам помогут знания, которые вы приобрели в высшем учебном заведении, даже если вы не будете работать по своей специальности. Наши знания помогают преодолевать трудности на пути к успеху. За рубежом, к примеру, практикуется, даже поощряется смена профессий. Человек имеет одну, через какое-то время он овладевает другой, затем его переводят совершенно в другую профессиональную область, где он начинает все с начала изучать. Такой метод практикуют в Японии для того, чтобы человек постоянно развивался. Владение несколькими смежными областями позволяет сотрудникам корпораций генерировать миллионные идеи для предприятия – этим определяется их ценность.

Когда человек в пределах одной отрасли пробует применить свои способности в разных профессиях, это помогает ему раскрыть своей основной талант. А когда он осваивает несколько отраслей, то обязательно находит истинное свое предназначение.

Поэтому, когда молодые люди говорят о том, что они бросят институт или вообще не хотят поступать, как мы до этого говорили, нужно выяснить, почему появилось желание бросить институт. Разонравилась профессия или появилось новое увлечение? Или молодой человек просто идет на поводу у определённого тренда, что высшее образование – это никому не нужная ноша и потеря времени?

Пять лет учебы – вовсе не потеря времени. Предположим, идея бизнеса вашего ребенка – если он с бизнесом связывает свое будущее – не сработала, он обанкротился, а семью кормить нужно. Его профессия всегда позволит ему зарабатывать себе на безбедную жизнь. Если вы в своей профессии преуспеете, то можете стать лучшим специалистом в городе, даже республике. Второй аспект – усталость. Отсутствие желания прикладывать усилия, чтобы окончить вуз. Так бывает, окончив одиннадцать классов, потом еще обучаясь два-три года, человек устает от усилий. На школьные трудности наслаиваются трудности обучения в институте. Но любая сложная ситуация у человека создается из-за его несовершенства, отсутствия усилий на предыдущих этапах жизни. Если в институте повторяются ситуации, аналогичные школьным, значит, в прошлом неправильно были выучены жизненные уроки, не сделаны нужные выводы. Так происходит тогда, когда запаздывает личностное развитие. Юноша физически повзрослел, а уровень мышления остается на подростковом уровне. Молодой человек не готов брать ответственность за свою самостоятельную жизнь, реагирует на сложные ситуации как подросток, обижается. Возможно, ему недостает самоуважения, занижена планка притязаний.

Объясните сыну или дочери, что научиться поступать по-взрослому довольно просто. Нужно просто сделать анализ повторяющихся ситуаций. У юноши есть определенная модель поведения в конкретной ситуации. Нужно пересмотреть решение повторяющейся проблемы с учетом уже повзрослевшего человека. Как бы он сейчас решал сложные, как казалось, школьные ситуации? Пускай он мысленно представит и подберет слова к их решению.

Затем нужно проверить, насколько правильно принятое решение: сегодняшнюю, аналогичную ситуацию нужно попытаться решать по вновь придуманной схеме. Каков результат? Если он молодого человека удовлетворяет, соответственно, задача решена правильно.

Третий аспект желания бросить институт. Возможно, учеба для юноши, девушки является символом детства. Работающий человек для них является взрослым человеком. У молодых людей существует такая иллюзия: в девятнадцать, двадцать лет они себя считают взрослыми, а учеба для них – еще детство. Чтобы быстрее повзрослеть, стать самостоятельными, они хотят бросить институт. Но когда человек бросает институт, вообще бросает какое-то важное для себя дело, не закончив, не доведя его до конца, у него формируется синдром неудачника. И в этой ситуации родители должны объяснить ему: они тоже очень хотят, чтобы сын стал взрослым. Поясните ему, что взрослый человек, прежде всего, тот, кто сам себя может обеспечить жильем, питанием, одеждой. Спросите сына, как он собирается это делать. Куда пойдет работать? Сколько будет зарабатывать? Каким видит себя в будущем? Где собирается жить? Как будет зарабатывать деньги на покупку жилья и машины? Как планирует содержать семью?

Отвечая на эти вопросы, он увидит, что взрослая жизнь требует определенных черт характера, профессии, специальности, умения вести бизнес, которые позволят ему решить материальные запросы.

Также обратите его внимание на то, что если у него не хватает сил завершить начатое дело, как же он собирается решать более сложные и ответственные проблемы? Объясните, что означает для мужчины окончание института. Оно важно с нескольких точек зрения. Во-первых, у него будет профессия, к которой он может приступить в любой момент жизни. Не получилось что-то в бизнесе – у него есть всегда профессия, в которую он может вернуться, найти в ней себя и стать блестящим специалистом.

Во-вторых, важно умение завершать дела. Он завершает большое дело, которое начал. Вот так же, как в свое время окончил школу, получил аттестат во взрослую жизнь. Взрослая жизнь начинается с деятельности, и окончание вуза, получение диплома станет такой вехой – теперь он стал взрослым. Благодаря своим умениям, знаниям он способен быть независимым от благосостояния родителей.

Учеба показывает, умеет ли он преодолевать трудности, способен ли собраться и приложить усилие для достижения цели. Обладает ли терпением для получения конечного результата. После завершения учебы в высшем учебном заведении придет вера в себя, понимание того, что, как бы трудно ему ни было, он способен достичь желаемого результата.

Есть прекрасная и очень эффективная методика Сергея Ковалева – шестишаговая система, которая позволяет устранить синдром усталости от обучения.

Нужно представить себе школу, вспомнить все неприятные ситуации. Высказать все, что тогда не смог высказать. В выражениях можно себя не ограничивать.

Вспомнить те негативные явления, события, которые остались в вашей памяти и в сердце. Второе – нужно поблагодарить людей, которые были участниками событий. Поблагодарить школу за то, что она дала возможность научиться читать, писать, говорить, решать задачи по математике. Научила дружить, понимать многие вещи. Поблагодарить школу – и мысленно низко поклониться ей. Затем нужно высказать обиды, которые у молодого человека были, вспомнить – и проговорить. Предоставить людям, на которых он был обижен, и тоже поблагодарить за то хорошее, чему его научили конфликты.

Еще раз поблагодарить, поклониться школе и отпустить ее с миром. И усталость от учебы пройдет. Уставшему студенту станет намного проще учиться в институте.

Заключение

Дорогие родители!

Подростковый период, с 12 до 18 лет, является для детей дорогой во взрослую жизнь.

Путь, который потребует от вас огромного терпения, участия в делах подростка, понимания трудностей, с которыми он имеет дело.

Родители очень часто сердятся и огорчаются из-за поведения своих отпрысков, испытывают стыд, гнев и бессилие, винят себя или испытывают разочарование в собственных детях.

Процесс воспитания и переход их во взрослую жизнь пройдет намного продуктивнее, если уделять больше внимания развитию подлинно человеческих качеств. Именно они позволяют детям чувствовать чужую боль, сострадать другим людям, ценить себя и с уважением относиться к родителям.

В цикле книг о подростковом возрасте в помощь родителям выйдет моя книга «Нравственное воспитание подростков». В ней есть множество советов на все случаи жизни. Надеюсь, что они помогут вам вырастить ребенка самостоятельным и ответственным человеком.

Книга «Советы подросткам» адресована взрослеющему человеку. Она станет для него руководством, которое поможет обрести смысл жизни, подскажет, как раскрыть свои природные способности и получать радость от обучения.

Валентина Резниченко

Об авторе

Валентина Резниченко – практикующий психолог с 15-летним стажем. Ее методики и советы уже помогли тысячам людей, а накопленный опыт удобно ложится в книги, которые может купить каждый, кто не может попасть на прием лично.

Окончила Московскую гуманитарную Академию. Прошла множество тренингов по личностному развитию и практики в Университете Единства в Индии. Валентина – успешная бизнес-леди, практикует хождение по углям и стеклу, купание в проруби, изучает астрологию и нумерологию. Сейчас учится в Омской гуманитарной Академии и институте инновационных технологий С.В. Ковалева.

Чтобы разрешить вопрос, насущный для каждой матери, – как воспитать и вырастить дочь достойным человеком, счастливым и преуспевающим, любимой женщиной, великолепной женой и мудрой матерью, Валентина Резниченко разработала авторские методики, применение которых сохранило десятки браков, помогло решить множество проблем воспитания детей с младенческого возраста.