

# Оглавление

Предисловие .....	6
Любовь... ..	7
<b>Глава 1. Сила слова и его оттенки.....</b>	<b>9</b>
1.1. Кривые убеждения, которые мы «дарим» детям .....	9
1.2. Что такое «убить»? Это «Пиф-Паф».....	10
1.3. Балованных детей сдают в детдом .....	12
1.4. Любишь и бьешь? .....	14
1.5. Ты меня сделала бедненьким! .....	16
1.6. Мудрый дедушка .....	17
<b>Глава 2. Понимание своих чувств .....</b>	<b>19</b>
2.1. Что есть злость и для чего она нужна?.....	19
2.2. Обидеть нельзя, можно только обидеться? .....	22
2.3. Как выжить маленькой лодочке? .....	25
2.4. Волк: злой или скучный? .....	27
2.5. Мне тебя не хватало .....	28
2.6. Хотел, чтобы ты меня встретила .....	29
2.7. Пришелец Сашка.....	30
2.8. Я на тебя разозлился .....	30
2.9. Люблю тебя, когда ты – хороший! .....	31
<b>Глава 3. Ребенок и коллектив.....</b>	<b>34</b>
3.1. Хочу дружить! .....	34
3.2. Я не буду делать так, как вы хотите! .....	35
3.3. «Козёл отпущения» – роль, полученная в детстве.....	37
3.4. Мама, меня не любят дети!!! Как помочь ребенку-изгою?.....	39
3.5. Как помочь ребенку вырабатывать гибкость поведения?.....	42
3.6. Цепная реакция. Учим детей анализировать свое поведение .....	43
3.7. Давай договоримся.....	45
3.8. Спроси меня.....	50
3.9. Ну, и чё? Правила телефонного этикета для детей .....	50
<b>Глава 4. Трудности ребенка .....</b>	<b>53</b>
4.1. Зачем агрессивному ребенку бокс?.....	53
4.2. Памятка родителям и педагогам «Как отучить ребенка бить других детей?» .....	54
4.3. Неслыхуха и нехочуха .....	57
4.4. Воспитательница меня побила!!! .....	58

4.5. Я не буду тебя любить! .....	60
4.6. Мне всё равно, кто будет рядом .....	61
4.7. Вор должен сидеть в тюрьме!!! .....	63
4.8. Коррупция с пелёнок! .....	66
4.9. Не тронь меня, беременный паук (разлад в семье глазами ребёнка) .....	68
4.10. Когда ты и родители – предметы .....	69
4.11. Горюшко-горе. Ребенок в горе. Как бывает .....	71
4.12. Нужны ли ребенку стрессы? .....	73
4.13. Сломать истероида .....	75
4.14. Истории о детской душе .....	77
История первая «Я тебя слышу» .....	77
История вторая «Тени маленького человечка» .....	78
История третья «Так ли ему все равно?» .....	78
<b>Глава 5. Ребенок и самоуважение .....</b>	<b>79</b>
5.1. Ау, самоуважение зову! Как воспитать уважение к себе в детях? ...	79
5.2. Меня бить нельзя! .....	82
5.3. Хорошие, но не идеальные дети .....	83
<b>Глава 6. Ребенок и страхи .....</b>	<b>86</b>
6.1. Страх с последствиями .....	86
6.2. К врачам без уколов .....	87
6.3. Я – не трус. Но я боюсь! Как мы победили монстров в темноте! ...	88
6.4. Страх кошачьих глаз .....	90
6.5. Так страшно быть глупой! .....	91
6.6. Один дома .....	92
6.7. Маленький Сашка–Франкл .....	95
6.8. Давай, потушим пожар .....	97
6.9. Ну, ты у меня получишь, злая тётя-стоматолог .....	99
6.10. У страха глаза велики! .....	101
6.11. Ребенок и страхи. Всегда ли это работа со страхом? .....	105
<b>Глава 7. Половое развитие ребенка .....</b>	<b>108</b>
7.1. Дети из капусты .....	108
7.2. Мальчик под опекой .....	110
<b>Глава 8. Проблемы смерти .....</b>	<b>112</b>
8.1. Я буду молодеть и жить долго-предолго .....	112
<b>Глава 9. Рекомендации для родителей .....</b>	<b>114</b>
9.1. Одежда – это не подарок .....	114
9.2. Эффект кривых ножниц .....	116

---

9.3 Узнай что-то бóльшее .....	118
9.4. Путешествуем с детьми. Как хорошо отдохнуть, а не сойти с ума .....	119
9.5. С дошкольником в изоляции .....	121
9.6. Игра – какая-то игра .....	123
9.7. Большие и маленькие хитрости.....	124
9.8. Я – сильный мотив. И я побеждаю .....	128
9.9. Спокойной ночи, малыши. ....	129
<b>Глава 10. Проблемы родителей .....</b>	<b>132</b>
10.1. Как вы могли?! Кайтесь перед ребенком и слейтесь с ним!!!.....	132
10.2. Говорим – бабушка, подразумеваем – мама... Как сбивается семейная иерархия?.....	135
10.3. Треугольник Карпмана: бабушка, девочка и шарик! .....	138
10.4. Хочу быть идеальной мамой! .....	140
10.5. Злая мать и добрая тетя .....	141
10.6. Святые отцы и всемогущие матери .....	144
10.7. Качели совести .....	149
10.8. Пусть психолог займется моим ребенком .....	150
10.9. Истерзанные родители .....	152
10.10. Расскажите за меня о самом важном .....	154
<b>Глава 11. Система образования: детский сад и школа .....</b>	<b>156</b>
11.1. Аленка будет спать с мамой и с бутылочкой .....	156
11.2. Просто она – дура! .....	159
11.3. Как принять «трудного ребенка»?.....	161
11.4. Скоро в школу я пойду. Или не пойду? .....	163
11.5. Как протестировать первую учительницу? .....	166
11.6. Школьные квадраты стереотипов .....	167
<b>Глава 12. Методы психотерапии и детская душа .....</b>	<b>171</b>

# Предисловие

Мои заметки являются результатом профессионального и жизненного опыта. Я не пишу о том, чего не видела, не прочувствовала и не встречалась в профессиональной практике. Душа ребенка нуждается в любви, уважении, признании и границах. Ребенку не нужны идеальные, никогда не злящиеся и не наказывающие родители. Нужны любящие, понимающие и искренние. Тогда будущему взрослому удастся и в детстве, и во взрослой жизни устанавливать здоровые отношения и жить наполненной жизнью. Книга не является энциклопедией, как воспитывать ребенка. Это скорее разговор с родителями, рассуждения на конкретных примерах. Приглашение к обсуждению. Живой диалог для пробуждения нужных струнок души.

# Любовь...

*«Я такой красивый, потому что меня все любят. Любовь меня украшает», – говорит философски мой двоюродный внучок Сашка.*

И это что ни на есть истина: любовь близких, родных даёт нам опоры, уверенность, окрыляет, наполняет смыслом, позволяет ощутить сопричастность.

С любовью и поддержкой близких мы расцветаем, чувствуем уверенность и знаем, что за нас есть кому постоять.

Когда любишь близкого человека, то хочется не только получать тепло, но и дарить его.

Но дарить не потому, что боишься недовольства, потерять его любовь, быть плохим, а оттого, что твоя совесть подсказывает, что именно этот выбор будет верным, ты делаешь его осознанно, с позиции любви, здоровой жертвенности.

Свой долг перед близкими ты выполняешь с порывом души, растворяя действие в любви, а не скрипя сердцем.

Да, тебе может быть непросто, но ты знаешь: для чего делаешь именно то, что выбрал, а не другое.

Элли Франкл очень не любила ходить в горы: боялась высоты. А известный австрийский психотерапевт Виктор Франкл, ее муж, напротив, горы обожал (хотя, говорят, высоты тоже побаивался).

И Элли, преодолевая себя, шла вместе с ним, но совсем не от того, что боялась обидеть мужа, что он будет недоволен, выскажет, накажет молчанием...

Нет, думаю, что, если бы Элли отказалась, Франкл не стал бы настаивать. Понимая ее чувства.

Элли ходила вместе с мужем, потому что любила и хотела подарить ему счастливые часы, дни, проведенные в любимых местах Виктора.

Уважение друг к другу и забота друг о друге у них существовали всегда.

Они не заставляли принять свою веру, Виктор оставался иудеем, а Элли – католичкой. В их семье было принято праздновать как католические, так и иудейские праздники.

*Уважение, умение слышать, принимать другого и понимать, желание не только получать, но и давать – столпы, на которых строятся семья, близкие отношения.*

И это двусторонний процесс. В одностороннем движении человек, ничего не получая взамен, начинает истощаться. Чувствует потребительство, пропадает естественность отношений, появляются страхи, разыгрываются манипулятивные игры.

*Истощенный человек не может дарить. Нечем.*

В таком состоянии он склонен попадать в зависимости, манипуляции. Он перестает здраво мыслить, загораживается иллюзиями и защитами.

Человек вопрошает: «Любовь, зачем ты мучаешь меня?»

Хотя, на самом деле, как пел Влад Сташевский: «Любовь здесь больше не живёт».

Либо она залегла под обломками «игр, в которые играют люди».

И чтобы воскресить любовь или найти ее в другом месте необходимо поработать.

*Сашка вместе со своей родной тетей идёт в гости к моей маме.*

*– Знаешь, Саша, у бабушки Сони умер ее брат, дедушка Ваня. Она очень грустит, плачет.*

*– Дааа, – задумчиво говорит Сашка, – тогда я бабушке Соне дам поцеловать свою макушку, чтобы она так не грустила.*

*Сашка знает, что прабабушка любит целовать его макушку. И он хочет в сложное время утешить ее.*

# Глава 1

## Сила слова и его оттенки

### 1.1. Кривые убеждения, которые мы «дарим» детям

*«Я скучаю по маме», – трехлетний мальчик говорит это своей бабушке, которая смотрит его, пока мама работает.*

*«А что, ты скучаешь по маме?» – спрашивает бабушка мальчика. И тут же предполагает: «Тебе у нас плохо? Чего не хватает? Всё для тебя: мультики, конфеты, игрушки, заботимся о тебе».*

*Мальчик грустно вздыхает и разговор прекращает.*

А у меня возникает вопрос: **Что обязательно, если скучаешь по маме, то тебе не нравится быть с бабушкой?**

Отчего такая кривая убеждений?

Если мама хорошая, и я по ней скучаю, то значит, бабушка обязательно плохая, я с ней быть не хочу. И то, что малыш скучает, потому что раньше он с мамой часто был, а теперь она целыми днями на работе, ребенок ещё очень привязан к родителям, да и, вообще, скучать по родителям вполне нормально, на ум почему – то не приходит.

**Вот таким способом мы формируем ребенку кривые убеждения:**

- Если я люблю маму, то папу, бабушку и т.д. не люблю;
- Если я скучаю по маме, значит, обижаю бабушку, потому что тогда мне с ней плохо должно быть;

- Если я тебя люблю, то обязан всегда слушаться и ничего не говорить против, а когда вырасту – выполнять каждый каприз. Тогда легче тебя не любить, чтобы каприз не выполнять.
- Если никто не виноват, то значит, виноват я. А, если я не виноват, значит, надо найти виноватого.

Бабушка делает это не специально. Она действительно так себя чувствует.

Ей не по себе. Раз по маме скучают, значит что-то с ней не так. Она же тоже усвоила кривые убеждения когда-то в детстве.

А слова «Я скучаю по маме» означают всего лишь, что малыш соскучился по самому родному человеку. И можно сказать: «Да, я тебя понимаю. Мама работает, ты ее сейчас не видишь и ты по ней скучаешь. Все детки так скучают, когда родители работают. Но мамочка обязательно придет с работы за тобой. А пока ты у меня. Я тебя люблю».

Таким образом, мы показываем, что чувства малыша важны, имеют право на то, чтобы быть высказанными, понятыми и что рядом есть заботящиеся о нем люди. Тогда малышу будет не страшно говорить о своих чувствах, делиться своими опасениями и ему не придется лавировать между близкими людьми. А когда он вырастит, то его убеждения будут вполне здоровыми для того, чтобы построить здоровые отношения.

## 1.2. Что такое «убить»? Это «Пиф-Паф»

*Когда моему двоюродному внучку Сашке было 3 года 7 месяцев, между нами произошел следующий диалог:*

– Тётя Ксюша, я тебя убью!

– И тебе меня не жалко?

– Нет, не жалко.

– А ты знаешь, что такое «убить»?

– Знаю. Это «Пиф-Паф»! (показывает, как стреляет из ружья)



- А потом? Ты знаешь, что потом со мной будет?
- Нет, не знаю.
- Если меня убить, то потом меня на нашей Земле не станет. Придешь ты ко мне в гости, будешь звать: «Тетя Ксюша, тетя Ксюша», а меня уже не будет здесь.
- А где ты будешь?
- Когда человек умирает, то он улетает на небо. И там живет. А сюда уже вернуться не может.
- И Багира улетела на небо? (наша кошка)
- Да, и Багира болела, умерла и теперь улетела на небо. Там она не болеет уже, радуется.
- Я возьму дедушку Андрея и мы полетим на небо к Багире, проведем её.
- Нет, раньше времени на небо лететь нельзя. Вот когда ты станешь стареньким, тогда ты уедешь с Земли и полетишь на небо. А сейчас надо жить здесь. Наша Багира сидит сейчас на облачке, на нас смотрит и радуется. А потом мы станем старенькими и к ней прилетим, встретимся.

Некоторые родители пугаются каких-либо высказываний своих маленьких детей, не понимая, что дети не могут рассуждать так, как мы, взрослые. И если ребенок говорит: «Я тебя убью» – это не значит, что хочет действительно убить. Если он говорит: «Ты умрешь, тебя закопают, и червячки будут кушать» (слова моей дочки в 4 с половиной года) не означают, что ребенок до конца понимает, как это происходит и хочет, чтобы маму поели червячки. Разговаривайте с детьми, объясняйте значение слов, рассказывайте о жизни в понятной, не пугающей форме. А также подумайте: у самих не вырывается ли в злости на кого-то: «Убью тебя!».

Так, Саша мне поведал, что «Я тебя убью» папа говорит маме. Папа даже и вспомнить не смог. А я припомнила, что бывало, говорил, в плане: «Отстань от меня, не тревожь». Дети как рассуждают: раз папа так говорит, значит, это слово хорошее и

говорить его можно. Поэтому за своей речью родителям придется следить. Еще у вас может возникнуть вопрос: а стоит ли такие темы поднимать? Может, стоит замалчивать? Нет, говорить об этом нужно. Не навязчиво, конечно, а тогда когда ребенок спрашивает или возникают ситуации, в которых это важно обсуждать.

### **1.3. Балованных детей сдают в детдом**

*Сколько родителей у нас угрожают своим детям, что сдадут их в детский дом? Или в комнату полиции, вызовут полицию, она заберет в тюрьму, отдадут другим родителям?*

***К сожалению много, очень много. И часто это делается не из-за нелюбви, а из-за бессилия, незнания, как найти контакт с непослушным ребенком.***

Родители рассуждают со своей колокольни: подумаешь, какая ерунда. Только пригрозили, но не сдали же. А угроза поможет ребенку стать спокойнее и более хорошим.

Для ребенка же это большая травма отвержения. Его отвергают таким, какой он есть, во всем многообразии (хорошего – любим, чуть не такой, как нам надо – в детский дом). Ребенок начинает жить в напряжении, теряет непосредственный контакт с родителями, окружением, боится как-то не так себя повести и становится либо «забытым», либо, наоборот, «сходит с катушек» и еще больше у него появляется бунтарства и непослушания.

***Итак, подробно на примере.***

*Однажды много лет назад ко мне обратились одни родители по поводу того, что их шестилетняя дочь стала со слезами на глазах приходить в детский сад и уходить из него. По словам родителей, вроде ничего существенного не происходило, что так могло повлиять на ребенка.*

*Несколько первых занятий девочка общалась достаточно поверхностно, увертывалась от ответов.*

*И вот я её попросила нарисовать себя, приходящей в детский сад, маму и папу. Поговорить от имени каждого. Во*

время работы с рисунком выяснилось, что папа часто, со слов девочки, грозит сдать её в детский дом.

«Однажды папа привез меня к дверям детского дома. Там пришла женщина с мальчиком. Она его оставила, вышла и заплакала», – рассказывала мне взволнованно Лиза, округлив глаза.

Затем немного помолчала и добавила: «Всех балованных детей сдают в детский дом».

«Ты считаешь, что детские дома существуют, потому что дети плохие?», – спросила я.

«Да, когда дети балуются, их отвозят в детский дом. Они там живут. Родители не хотят плохих детей».

«На самом деле, детские дома существуют, потому что бывают плохие родители, которые ведут себя плохо: пьют много водки, не следят за своими детьми, не кормят их, не занимаются ими, бьют... Дети, у которых такие родители, не виноваты в этом. А за баловство детей туда не отдадут. Папа твой грозит, потому что не знает, как сделать так, чтобы ты слушалась его. Но отдавать тебя в детский дом не хочет совсем и не собирается. Он тебя любит».

«Правда-правда не отдадут?» – Лиза сощурилась и посмотрела на меня.

«Правда-правда», – твердо ответила я.

Затем была консультация родителей.

Истерики в детском саду прекратились.

### **Девочке Лизе было важно узнать:**

- что дети не виноваты в отвержении их родителями;
- что мама-папа не собирались отдавать её в детдом;
- что папа может ошибаться и не знать, что делать;
- что она нужна своим родителям и такая балованная.

**Родители, миленькие, родненькие. Я понимаю, что с детьми непросто. Они часто не слушаются, проверяют на**

**прочность родительский авторитет, им от их самостоятельности излишней может грозить опасность...**

**Но, пожалуйста, никогда не угрожайте их отдать в детский дом. Вы же не хотите, чтобы ваш ребенок получил травму отвержения?**

## 1.4. Любишь и бьешь?

За долгие годы работы с детьми я не перестаю удивляться их мудрости. Они учат меня смотреть на многие вещи в другом ракурсе, в том числе и во взрослой жизни.

*Вот и в один из четвергов мне посчастливилось наблюдать интересный случай.*

*Я проводила занятие по развитию психических процессов в младшей группе. Изучали понятие «посуда».*

*Андрюшка сидел между Викой и Машей. Вначале он начал подвигать Вику со стула, улыбаясь ей. С одной стороны, Андрей проявлял к ней симпатию, показывая: «Ты мне нравишься», с другой – причинял неудобство, фактически выживая с её места. У Вики было растерянное лицо.*

*Я, увидев это, сказала: «Андрюша, тебе Вика нравится?» Он кивнул, а Вика заулыбалась. Далее я продолжила: «Но ей неудобно так сидеть. Сядь, пожалуйста, на свой стул. Тебе же Вика нравится, тогда сделай, чтобы ей было удобно».*

*Андрей сел обратно на свой стул.*

*А в это время любимица мальчиков и девочек группы Маша проявила симпатию к Ване, который сидел от неё справа. Положила ему на плечо голову. И они с мальчиком «заговорили».*

*Андрюшка заметил, его лицо стало недовольным. И вот уже рука мальчишки разместилась на Машином колене, как бы показывая: я твой кавалер, а не Ваня!*

*Маша внимание Андрея приняла благосклонно и сидела довольная предовольная. Следующий момент я, проводя*

занятие, упустила. То ли Андрей следом ударил Машу, то ли она вспомнила, что он её бил раньше (а от Андрюшки, к сожалению, перепало в определенные годы многим). Но последовавшие слова девочки меня так изумили, что я чуть не упала со стула.

Маша, повернувшись к Андрею, с жаром и возмущением крикнула: **«Любишь и бьёшь? Как так можно: любить и бить?»**

Нет, вы только подумайте, как у девочки, которой ещё не исполнилось четыре года, в голове уже так четко сформировано понятие о том, что любящий человек не станет бить!

Я Машу поддержала: *«Правильно ты говоришь. Любящий человек не бьёт, а заботится, делает хорошие дела, хочет, чтобы любимому было хорошо».*

К сожалению, далеко не у всех детей есть такое четкое понимание, а затем, соответственно, этого понимания нет и у выросших взрослых.

Женщины, живущие с тиранами, долго не могут понять, что, когда любишь, то нет места насилию, оскорблению и обману.

*«Нет, нет, что вы, – говорит мне на сессии клиентка, – мой муж меня не бьет. Это, когда он на меня злится, то начинает, ругаясь, ПРОСТО выталкивать меня из комнаты. А у меня кожа тонкая. И появляются синяки на руках и царапины сильные».*

**ПРОСТО** вытолкнуть из комнаты..., **ПРОСТО** оскорбить..., **ПРОСТО** лишить права на что-то..., **ПРОСТО** выставить на улицу...

Эти женщины приходят, жалуются на отношения мужа и тут же сами преуменьшают его злодеяния, придают им другой смысл.

**Ведь они в детстве не усвоили, что КОГДА ЛЮБИШЬ – НЕ БЬЁШЬ!**

## 1.5. Ты меня сделала бедненьким!

После двух месяцев изоляции во время начала пандемии Сашка наконец-таки пришел к нам в гости.

Пришел и спрашивает: «Соскучились? Вам без меня пусто было? Не хватало? Я же два месяца не приходил».

Фразу: «Без тебя было пусто!» Сашка услышал от своих родных, когда на несколько дней ушел гостить к бабушке Лене. Вот и от нас он захотел тоже услышать, что мы по нему скучали. А, может, и не предполагал другого.

– Да, Саша, нам тебя не хватало, очень скучали по тебе. Виделись, когда дедушку Вову поздравляли на 9 мая и всё.

– А, да, тогда мы виделись, – говорит Сашка, – и всё.

– Как ёжик, которого я тебе передавала, вкусный был?

– Да, вкусный.

– Захожу я в кондитерскую «Мадам Бизе», – рассказываю Сашке историю, – а там на меня этот ежик смотрит, и говорит: «Возьми меня, купи Саше». Я и купила.

– А ты, тетя Ксюша, в сторону отошла бы, чтобы он на тебя не смотрел, – улыбается внучок.

– Нет, я не хотела в сторону отходить, хотела тебя порадовать.

– Да, ты меня порадовала ежиком.

Во время поглаживания по голове у Сашки вдруг нащупываю непонятную ранку. Выглядит она странно, пугаюсь, что это может быть клещ, которых я целых две штуки года два с половиной назад находила у него в голове. Вытаскивала их моя сестра. Пытаюсь вытаскивать, Сашка кричит: «Это не клещ, это я у бабушки Лены в ванной ударился».

Но мне ранка кажется странной. Сестра скидывает, как можно вытащить клеща шприцем. Я пробую, не получаются.

«Наверное не клещ», – думаю.

Сашка кричит: «Больно!»

Я перестаю: «Бедненький мой, не буду больше».

И тут внучок выдает гениальную фразу: «Ты меня сделала бедненьким!»

Какое понимание причинно-следственной связи!

Меня такой его вывод порадовал. Я не отношусь к сторонникам идеи, что поступки других людей в отношении меня нужно вешать в зону своей ответственности.

Так и Сашка четко сформулировал в предложении: «Ты меня сделала бедненьким» то, что не ОН упал, ударился, а я, думая, что у него в голове клещ, сделала ему больно. Попутно ещё и не поверив ему.

«Да, Сашуль, – говорю, – ты прав. Я тебе сделала больно. Боялась, что у тебя там клещ, переживала за тебя и перестаралась. Причинила тебе боль. Извини, я не хотела, чтобы тебе было больно. Хотела тебе помочь».

В общем, как у Черномырдина: «Хотели, как лучше, получилось, как всегда».

«Угу, – говорит Сашка, – больше не делай мне так».

Но уже видно, не сердится.

«Хорошо, не буду».

И мы пошли играть.

*А я подумала: как важно детей учить не только понимать свои чувства и регулировать их, но и доносить до детей и свои мысли, чувства.*

Чтобы у них потом не включались такие идеи, как: «Тетя Ксюша мне сделала больно, потому что я плохой», «Тетя Ксюша на меня обиделась, поэтому наказала, сделав больно»...

## 1.6. Мудрый дедушка

Когда Сашке пошел шестой год, то у него активно начало развиваться логическое мышление и он стал очень интересно рассуждать, устанавливать логические цепочки, причинно-следственные связи, делать выводы.

Как только Сашка понял, что жизнь конечна, его взволновали вопросы старости и молодости. Он подчеркивал, что мы уже старенькие, а он – молодой-премолодой и будет жить долго.

Особенно Сашка часто говорил, что старенький мой папа, который на тот момент был жив. И это правда. Папа прожил восемьдесят три года.

«Вова – ты старый!» – говорил ему Сашка.

«Не только старый, но ещё твой дедушка – мудрый», – дополнила видение племянника моя дочка Арина.

Сашка задумался, а потом выдал: *«Я понял. Вова, ты – мудрый дед!»*

Когда дедушки Вовы не стало, Саша очень опечалился и сказал: «Дедушка был очень добрым и хорошим. Я хочу, как он играть в шахматы и стать хозяином клуба». И начал ходить на занятия по шахматам к дедушкиному ученику.

Мудрость прадедушки Вовы заключалась в том, что он всегда находил для Сашки теплые слова.



# Глава 2

## Понимание своих чувств

### 2.1. Что есть злость и для чего она нужна?

#### *Задумываемся ли мы для чего нам злость?*

Вот мне 6–7-летние детки говорят: «Нет, нам злость совсем не нужна». А так ли это?

Ведь злость, агрессия – это не причина, а следствие. Следствие того, что что-то идет не так, как человек хочет: не реализуются желания, ожидания, нарушаются границы самого человека.

Злость дана человеку с целью защитной функции, чтобы дать отпор обидчику. И, когда она знает свои границы, то нужна и полезна. Но почему злость не всегда находится в рамках разумного?

Не хочется здесь растекаться по многим причинам. Остановлюсь на одной.

Всегда спрашиваю у детей на занятиях по злости: «Ребята, а на что вы злитесь?» и, обычно, всегда найдется один человек, который скажет: «Я никогда не злюсь». Такое непринятие злости свойственно детям, в которых воспитывают угодливое «Я» (об этом феномене хорошо написано в книге Рональда Лэйнга «Я и другие»). Не то, каким я являюсь, а то, каким меня хотят видеть другие, в первую очередь, родители. В семье такого ребенка «принято делать лицо», поделиться своими чувствами представляется опасностью (одна мама мне на консультации на полном серьезе говорила: «Хочу, чтобы вы убрали слезы моей дочери»). Мама будет злиться, но никогда не скажет причину своей злости (например, неприятности на работе), а обязательно сделает крайним ребенка. Никогда не признается

Конец ознакомительного фрагмента.  
Приобрести книгу можно  
в интернет-магазине  
«Электронный универс»  
[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)