

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	7
------------------	---

Часть I. 12 «нельзя»	11
-----------------------------------	-----------

Правило 1. Нельзя говорить «нельзя» слишком часто	13
Правило 2. Нельзя сюсюкать	15
Правило 3. Нельзя поддаваться манипуляциям	17
Правило 4. Нельзя обманывать	19
Правило 5. Нельзя менять стиль общения	21
Правило 6. Нельзя обижать	23
Правило 7. Нельзя рассказывать о ребенке в его присутствии другим людям	25
Правило 8. Нельзя ссориться и выяснять отношения при детях	27
Правило 9. Нельзя решать за ребенка	29
Правило 10. Нельзя требовать «процент» по вкладам в ребенка	31
Правило 11. Нельзя раскармливать ребенка	33
Правило 12. Нельзя всю жизнь считать его ребенком	35

Часть II. 12 «можно»	37
-----------------------------------	-----------

Правило 1. Можно получать от детей радость, да какую!	39
Правило 2. Можно не скрывать своих слабостей	41
Правило 3. Можно путешествовать	43
Правило 4. Можно взращивать амбиции	45
Правило 5. Можно играть	47
Правило 6. Можно беседовать о прошедшем дне. И вообще — беседовать	49
Правило 7. Можно доверять	51
Правило 8. Можно делиться своими проблемами	53
Правило 9. Можно помогать в серьезных делах	55

Правило 10. Можно определить обязанности по дому	57
Правило 11. Можно тратить деньги на детские «глупости»	59
Правило 12. Можно учитывать стиль и вкус ребенка	61
Часть III. 12 «надо»	63
Правило 1. Надо привыкнуть к мысли, что жизнь изменилась навсегда.....	65
Правило 2. Надо создавать возможности	67
Правило 3. Надо развивать потребности	69
Правило 4. Надо любить	71
Правило 5. Надо поддерживать.....	73
Правило 6. Надо принимать друзей	75
Правило 7. Надо дарить подарки	77
Правило 8. Надо выполнять свои обещания	79
Правило 9. Надо принимать ребенка таким, какой есть	81
Правило 10. Надо охранять свое право «на жизнь».....	83
Правило 11. Надо давать дедушкам и бабушкам свободно общаться с внуками.....	85
Правило 12. Надо учить ребенка быть самостоятельным и независимым	87
Заключение	89

ВСТУПЛЕНИЕ

Добрый день или вечер! (Как-то трудно представить, что подобные книги люди читают утром.) Рада, что вы держите в руках книжку, которую я вынашивала не то что девять месяцев, а больше десяти лет. Самая длительная беременность, как у китов, слонов или жирафов, не может сравниться с таким сроком. Эту книгу от меня требовали сначала подруги, а потом ученики. Подруг у меня десяток, а вот учеников — тысячи. Их просьбы поделиться опытом воспитания счастливых, дружных детей становились все настойчивее. Я не претендую на истину в последней инстанции, и поверьте, что существуют другие, не менее эффективные правила общения с детьми. Моя мама, например, всю жизнь приводила в качестве парадоксального педагогического опыта пример своей коллеги-учительницы, которая растила двоих сыновей в обстановке

жесткой требовательности и сплошных «нельзя». Однако у нее выросли прекрасные парни, достойные всяческих похвал: они дружны между собой, заботятся о родителях, имеют собственные чудесные семьи. Я считаю, если в семье выработан определенный стиль общения с детьми (зачастую мы копируем в этом своих родителей), это уже хорошо.

Почему я все же рискнула рассказать о тех «нельзя», «можно» и «надо», которые хорошо «поработали» в нашем случае? Исключительно потому, что многие современные молодые люди стремятся перейти от жестких правил своих родителей к новому свободно-демократическому стилю общения с детьми. Наш стиль общения с детьми именно таков, и он действительно оказался чрезвычайно успешным. Мы с мужем вырастили троих детей: двух дочерей и сына. Они уже взрослые — 43, 41 и 35 лет. Все трое сделали карьеру, имеют надежные семьи и растят своих детей, но главное достижение для меня как матери — то, что они очень близки между собой: любят вместе отдыхать, советуются друг с другом, да и с нами во всех сложных жизненных ситуациях. О чем еще мечтать?

Я постаралась изложить свои правила максимально коротко, но с примерами, чтобы было понятно, о чем идет речь. Жду ваших откликов на ОЗОНе и в личной почте.

Искренне ваша,
Нина Зверева

Часть I

12 «НЕЛЬЗЯ»

Правило 1. **Нельзя говорить «нельзя» слишком часто**

Хотелось бы и вовсе обойтись без этого слова, но не получится, потому что нельзя плевать едой, нельзя совать пальчик в розетку, нельзя включать телевизор и брать родительские вещи без спросу. Многие из этих «нельзя» объясняются заботой родителей о безопасности ребенка. Некоторые проистекают из договоренностей, без которых не обойтись в совместной жизни и которые предполагают определенные ограничения. Ведь демократия, как мы знаем, — это ограничение своей свободы в тот момент, когда она становится несвободой для другого человека.

Однажды в Ульяновске молодые художники представили макет демократии — простой и даже забавный. Они сделали коридоры, рассчитанные каждый на одного человека и разделенные веревками, к которым были подвешены большие острые камни. Стоило чуть нарушить границу, и человек в соседнем коридоре получал сильный удар, хотя ни в чем не был виноват.

О существовании коридоров и границ надо договариваться. В том числе с детьми,

даже самыми маленькими. Делать это можно и нужно уважительно, но твердо. И соблюдать договоренности с обеих сторон.

Любое слово, если повторять его слишком часто, теряет смысл. Я много раз с недоумением и тревогой наблюдала, как мамы и бабушки по поводу и без повода твердят детям и подросткам «нельзя». «Нельзя рисовать пальцем на стекле автобуса!» Почему?! «Нельзя снимать шапку» — даже если совсем не холодно! «Нельзя громко разговаривать и петь песни» — даже если люди вокруг не имеют ничего против. Уверена, что от такого количества «нельзя» что-то обрывается в маленьком человеке, ибо он полностью зависим от взрослых и не может сказать: «Я хочу и буду!» Зато, став подростком, отрывается по полной и бунтует против всех «нельзя», в том числе и вполне разумных и продиктованных заботой о его безопасности. Среди таких «нельзя» — алкоголь, наркотики, первый секс со случайным партнером. Переборщив с запретами, родители утрачивают важный рычаг воздействия на своих детей. Поэтому тысячу раз подумайте, прежде чем запрещать.

Правило 2. **Нельзя сюсюкать**

Едва появившийся на свет ребенок — уже личность. И то, что малыши такие маленькие, беспомощные и трогательные, — это просто особенность первого этапа их превращения во взрослых людей. Они все понимают и все чувствуют. И если относиться к ним с уважением и разговаривать нормальным голосом, то и они будут сами себя уважать, а родителей воспринимать как взрослых партнеров, с которыми они идут по жизни. Я понимаю, что есть рефлекс, которые трудно сдерживать, особенно женщинам: «Ой, какой хорошенький, ой, какие у нас ручки-ножки, иди же скорее к мамочке!», «Ой, а что это мы тут наделали? Ну-ка, мамочка сейчас все уберет, все сделает хорошо, чтобы мой ангелочек хорошо спал и хорошо кушал». Многие матери и бабушки думают, что разговаривать так — совершенно нормально и они запросто смогут перейти на другой язык общения, когда ребенок вырастет. Однако возникает вопрос: а когда настанет этот момент? Слишком часто приходится слышать резкие переходы от «хорошенького» к «уроду» и «дураку». Я не психолог и не претендую

на научное знание. Но как мать и бабушка уверена, что если с самого начала разговаривать с детьми нормальным языком, то не будет крайностей, которые травмируют психику ребенка. Получается так: пока он несмышлениш, он хороший и милый — почти кукла. Но как только начинает предъявлять себя как личность, сразу теряет симпатию взрослых. К тому же ласковый сюсюкающий голос может войти в привычку не только у взрослых, но и у детей. И они будут капризничать, требовать и ждать этого голоса, и сильно переживать из-за резкой перемены в отношении к ним со стороны любимых взрослых. Поэтому сдерживайте себя, если можете. Улыбайтесь, хвалите ребенка, если он долго спал, если хорошо покушал. Демонстрируйте свою любовь и уважение. Но не сюсюкайте!

Правило 3. **Нельзя поддаваться манипуляциям**

Дети — умелые манипуляторы. Методом проб и ошибок они находят вашу чувствительную струну и играют на ней, требуя внимания и добиваясь его знакомыми средствами — теми, которые уже однажды сработали. Самый легкий способ — это заплакать. Дети с рождения знают, что плач как нельзя лучше помогает завладеть вниманием родителей. Поэтому слезы появляются у них так же быстро, как высыхают. Умные родители должны отличать плач-манипуляцию от настоящего плача. Это не всегда просто. Однако, если ребенок вечером пускает слезу и говорит, что ему страшно и он хочет спать вместе с родителями, надо задать себе вопрос: действительно ли он боится? Если так — надо попытаться спокойно, в необидной для ребенка форме побороть его страх перед темнотой. Посидеть рядом, почитать книгу, включить ночник, внимательно выслушать подробности страшных снов, вместе обсудить их. Но если вы хотя бы раз позволите ребенку забраться в вашу постель, потому что ему «страшно», а вам не хочется возиться с этим,

то только усугубите проблему. Ведь ребенок будет стремиться всеми силами повторить свой «успех».

У меня в детстве была подруга, которая легко притворялась больной, и у нее даже повышалась температура. Ей хотелось, чтобы мама была рядом и заботилась о ней. В результате той пришлось уйти с работы. Девочка сразу выздоровела, а мать стала глубоко несчастным человеком, поскольку очень любила свою работу.

Конечно, настаивая на своем, важно быть уверенным в правильности принятого решения. Но если вы ошиблись, никогда не поздно все исправить. Я помню, как отец давал мне прописанное горькое лекарство, от которого меня тошнило, но он воспринимал мои жалобы как манипуляцию. Я пила лекарство, потом меня долго и мучительно рвало у него на глазах. Так продолжалось дня три. Потом отец все же поверил мне и сменил гнев на милость.

Как бы то ни было, всегда стоит помнить: реальные проблемы ребенка далеко не всегда тождественны тем, которые он демонстрирует, чтобы манипулировать взрослыми. Учитесь отличать одно от другого.

Правило 4. Нельзя обманывать

Начну с истории о пятилетнем мальчике Никите. Мы оказались с ним и его бабушкой в молочном магазине, куда как раз привезли мороженое (оно в те времена было в дефиците). Я купила десять пачек пломбира домой, а один вафельный стаканчик дала своей дочке Кате. Увидев это, бабушка Никиты побелела и шепотом попросила меня отнять у Кати мороженое и вернуть его в тот момент, когда мы выйдем из магазина. Но было уже поздно. Мальчик потрясенно смотрел на мою дочь, которая радостно ела пломбир из стаканчика. Бабушка схватила его за руку и поволокла прочь. Но мы успели услышать: «Они не положили его в кастрюльку! Ты же говорила — мороженое надо готовить как супчик! Ты же говорила!» И слезы...

Детей нельзя обманывать. Они все равно узнают, что мороженое — на то и мороженое, чтобы ощущать его приятный холодок. Но бабушка Никиты боялась за горло мальчика и объяснила ему, что мороженое надо растапливать в кастрюльке, а потом выпивать. Невинный обман ради здоровья

малыша. Однако такой обман может на-
прочь убить в ребенке веру в слова взрос-
лых.

Бывает, конечно, ложь во благо. Помню,
как я плакала над новеллой про больную де-
вушку, которая следила за последним зеле-
ным листком на дереве за окном. Эта де-
вушка решила, что, как только листок уле-
тит, она умрет. Но тот не улетел. И она стала
выздоровливать. Оказалось, что старый со-
сед-художник прикрепил к дереву лист из бу-
маги. Его обман подарил девушке жизнь.

Допустим, вы только что на глазах у ре-
бенка поругались, и он спрашивает: «Вы раз-
водитесь?» Если есть хоть малейший шанс
на спасение семьи, улыбнитесь и скажите:
«Нет, малыш, тебе показалось!» И далее —
любая ложь из возможных. Но если реше-
ние принято, лучше, чтобы ребенок узнал
об этом не от соседей и не от бабушки с де-
душкой, а именно от вас.

Ребенок понимает гораздо больше, чем
нам кажется. Любой обман, который он
обнаружит, на всю жизнь останется для
него аргументом против родителей. Другое
дело — будет ли он применять его в разго-
ворах с вами или нет. Но то, что никогда
не забудет, — это точно.

Правило 5. **Нельзя менять стиль общения**

В нашей семье сложился стиль общения, при котором, как сказал мой сын, все независимы и свободны, но при этом очень близки друг с другом. Все построено на доверии и самостоятельности... Конечно, мне сейчас самой это кажется удивительным, но в возрасте восьми лет моя старшая дочь ходила через три квартала на молочную кухню за питанием для новорожденного брата. Она была маленького роста, в молочной кухне ее не было видно из окошка, и люди поднимали ее на руки, чтобы она могла сделать свой заказ. Как мы отпускали ее одну? Ума не приложу. Конечно, в то время было спокойнее. Но все же машины остаются машинами...

Другая история еще необычнее. Когда дочерям было 13 и 11 лет, они целый месяц жили на даче вдвоем, а я приезжала к ним только на выходные. Они сами готовили еду, а еще умудрились сделать запасы грибов и ягод на целую зиму. Банки с вареньем и соленьями были предъявлены нам в конце лета как сюрприз. Конечно, я волновалась, тем более что никакой связи с деревней

не было, но все же решилась и отпустила их. Может быть, потому, что такой же стиль общения был принят в семье моих родителей. Мама много болела, жила по два месяца в санатории. Я очень рано научилась готовить обеды для папы и брата и следить за порядком в квартире.

Бывают другие семьи, где каждый шаг ребенка контролируют, проверяют у него уроки и родители решают, с кем можно дружить, а с кем нет. В таких семьях тоже вырастают ответственные и серьезные люди, которые знают, что такое долг, и очень привязаны к своим родителям. Вообще любой стиль общения хорош, если он поддержан всеми членами семьи и принят как единственно возможный. А вот чего точно нельзя — это переходить с одного стиля на другой. Очень важно, чтобы родители имели одинаковое представление о том, в какой атмосфере растить ребенка. Стабильность нужна не только обществу в целом, но и каждой семье в отдельности. Родители должны раз и навсегда договориться друг с другом о главных принципах общения с детьми и стараться никогда не отступать от них.

Правило 6. Нельзя обижать

Мы можем сказать ребенку что-то обидное и даже не обратить на это внимания, а он запомнит надолго, если не навсегда. Я бы запретила использовать в общении с детьми многие слова и словосочетания. Такие, как: «Ты никогда не станешь...», «Ты никогда не добьешься...» и вообще все подобные «никогда». Не менее обидно звучат и некоторые «всегда»: «Ты всегда опаздываешь, обманываешь, съедаешь ужин, даже не поглядев на других членов семьи, забываешь об уроках» и т.д. Такие обвинения звучат как приговор и не оставляют шансов на исправление, хотя давно известно, что лучше обсудить плохой поступок как ошибку очень хорошего ребенка, который, конечно же, больше никогда ее не совершит.

Грубые слова ранят ребенка. И в глубине души родители всегда знают, что обидно для него, а что нет. Поэтому надо стараться любой ценой избегать преднамеренных обид. Держите свои нервы в узде, не срывайтесь на детях!

Но бывают обиды случайные, которых никто не хотел. Например, однажды наши маленькие девочки полностью убрали квартиру

и вымыли полы, пока нас с мужем не было дома. Они очень старались и очень устали. А мы пришли тоже уставшие и... ничего не заметили. Дети так обиделись, что даже заплакали. Мы расстроились. Я начала восхищаться уборкой и корить себя за невнимание, а муж побежал за цветами, несмотря на то что обычно вспоминал о них исключительно перед 8 Марта. Однако обида маленьких хозяек так его потрясла, а чувство собственной вины было таким сильным, что он принес домой два больших букета и торжественно вручил их опешившим девочкам.

Чтобы обид не было, прислушивайтесь к своему родительскому инстинкту, ставьте себя на место ребенка. Детские обиды на родителей на всю жизнь остаются болезненными воспоминаниями. Вот почему лучше лишний раз подумать, прежде чем высказать замечание ребенку, и тысячу раз извиниться, если вы случайно обидели его.

Правило 7. **Нельзя рассказывать о ребенке в его присутствии другим людям**

Дети очень не любят, когда их прилюдно обсуждают или даже хвалят. Тем более когда критикуют и ругают. Родителям это сложно понять, так как для них нет ничего более важного и интересного, чем их собственный ребенок. Хочется обсудить с друзьями его успехи и проблемы, но стоит в присутствии подростка сказать чужому человеку: «У нас случилась первая любовь», — и вы можете утратить доверие своего ребенка навсегда.

Многие взрослые люди рассказывали мне, что до сих пор помнят, как родители мучили их, заставляя читать стихи на табуреточке, демонстрируя дневники с пяттерками или рассказывая друзьям о них что-нибудь вроде: «Представляете? Наша Лиза умудрилась за один год сменить десять разных кружков. У нее то вышивание, то легкая атлетика, но ничего не доводит до конца!» Такая фраза, сказанная в присутствии ребенка, имеет только один перевод со взрослого языка на детский: родители мной недовольны, и они обсуждают свое недовольство не со мной, а с чужими

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно
в интернет-магазине «Электронный универс»
(e-Univers.ru)