

М.И. Заворотная

О.В. Покусаева

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ

для ленивых родителей



Москва
Издательство АСТ

УДК 159.922.7
ББК 88.8
3-13

Заворотняя, Маргарита.

3-13 Психологические советы для ленивых родителей / Заворотняя М., Покусаева О. — Москва : Издательство АСТ, 2017. — 400 с. — (Академия психологии для родителей).

ISBN 978-5-17-100523-8.

Идеальных родителей не существует — каждый понимает родительство по-своему.

Эта книга — о современных детях и их особенностях.

В ней вы найдете ответы на интересующие вас вопросы по воспитанию, развитию и психологическим особенностям ваших детей.

Узнаете о том, какие цели, мечты и ожидания есть у родителей, какие ошибки они совершают, как можно их исправить или избежать. Вы убедитесь, что не одиноки в своих вопросах и сомнениях, они типичны для многих мам и пап. Эта книга поможет родителям решить большое количество вопросов, не занимая при этом много времени, что так важно в нашем современном мире.

В книге собраны примеры реальных ситуаций, которые помогут найти ответы на ваши вопросы.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок рос счастливым, — эта книга для вас!

УДК 159.922.7
ББК 88.8

ISBN 978-5-17-100523-8.

© Заворотняя М., Покусаева О.
© ООО «Издательство АСТ»

Оглавление

Предисловие	6
Глава 1. Зачем рожают детей.	7
Глава 2. Когда просыпается материнский инстинкт.	15
Ловушка чувства вины	20
Глава 3. Все мы родом из детства.	23
Глава 4. Какая она бывает, родительская любовь.	33
Условная и безусловная родительская любовь	38
Уважение как часть любви	40
Глава 5. В сердце не было тебя	43
Родительский диктат	45
Глава 6. Новая жизнь родителей	51
Страхи матери после рождения первенца	54
Отцовская любовь	59
Глава 7. Атмосфера в доме	63
Теория Спока в реальности.	65
Глава 8. Возрастные особенности детей от 0 до 7 лет.	71
Глава 9. Значение режима в жизни ребенка	85
Особенности детского сна и питания.	87
Глава 10. Приучение ребенка к «туалетной науке»	93
Глава 11. Детские страхи	103
Наиболее типичные возрастные детские страхи.	104
Как ребенку избавиться от страха.	113

Глава 12. Телевизор и гаджеты:	
помощники или враги?	115
Мультфанатство	126
Глава 13. Книжки вредные и полезные	
для детской психики.	127
Значение любимой сказки	
в выборе жизненного пути	134
Глава 14. Воспитание девочек и мальчиков:	
сходства и различия.	135
Братья и сестры.	142
Глава 15. Детская ревность.	149
Волшебный способ от ревности	155
Глава 16. Он не такой, как другие.	157
Гиперактивность.	163
Глава 17. Воспитывайте, играя!	169
Как за пять минут в день превратить	
общение с ребенком	
во взаимное удовольствие	172
Глава 18. Как разговаривать с детьми про ЭТО . .	177
Детский онанизм.	180
Глава 19. Как вести себя, когда ребенок	
не слушается	183
Что такое санкции	191
Глава 20. Амбиции родителей.	197
Мечты родителей, мечты детей	203
Глава 21. Раннее развитие	211
Детский сад: за и против	216
Глава 22. Хитрости, которые должны знать	
все родители	223
Глава 23. Ребенок к школе готов?!	235
Психологическая готовность	
ребенка к школе	239
Глава 24. «Онажемасть!»	243
Фанатичные матери	247

Глава 25. Золотые правила для доброй семейной атмосферы	253
Глава 26. Границы воспитания	261
Внешний мир — новые границы	266
Глава 27. Открытые и закрытые семьи	273
Свобода и ограничения	278
Глава 28. Родители против	283
Он не хочет на занятия, что делать?	286
Глава 29. Ребенок — это не взрослый	293
Глава 30. Неперерезанная пуповина.	301
Когда ребенок становится взрослым	306
Глава 31. Паутина виртуальной реальности	315
Как распознать Интернет-зависимость.	321
Глава 32. Как их понимать	325
Неуверенность в себе у подростков	331
Глава 33. «Я бы в пекари пошел»	335
Как помочь подросткам сделать правильный выбор профессии	338
Глава 34. Школьные заморочки.	341
Психологическая подготовка к ОГЭ и ЕГЭ	346
Обучение за рубежом	353
Глава 35. Пока еще не поздно	357
Разговор с подростками о сексе	358
Глава 36. Должны ли дети уважать и любить родителей и почему?	365
Родительские страхи.	368
Социальные страхи	373
Глава 37. Если родители не могут жить вместе	377
Отчимы и мачехи	386
Послесловие. Нужна ли идеальность, если есть любовь	395
Об авторах	397

Предисловие

Идеальных родителей не существует — каждый понимает родительство по-своему. Крайне мало в обществе придается значения чувствам и переживаниям самих родителей. Из этой книги вы узнаете о том, какие цели, мечты и ожидания есть у родителей, какие ошибки они совершают; как можно их исправить или избежать. Вы убедитесь, что не одиноки в своих вопросах и сомнениях, они типичны для многих мам и пап.

Также из нашей книги вы узнаете о современных детях и их особенностях, которые живут в условиях быстро меняющегося мира. Эта книга для родителей с большим количеством вопросов и с катастрофической нехваткой времени, которым нужно здесь и сейчас понять, что происходит с их детьми и подростками. Мы постарались ответить на максимальное количество ваших вопросов и дать понятные рекомендации.

С любовью, ваши Авторы.



Глава 1

Зачем рожают детей



Желание иметь ребенка определяется разными мотивами. Наиболее гармоничный мотив для родительства — это потребность любить, ухаживать и заботиться о детях. Некоторые люди утверждают: «Это так естественно — хотеть родить и познать счастье материнства».

Но есть и другие мотивы рождения детей, к сожалению, не столь гармоничные.

Один из них — когда родители хотят реализовать себя посредством ребенка. Если этот мотив единственный, то акцент с нужд ребенка смещается на доказательство того, что у него замечательные родители.

ИСТОРИЯ ИЗ ЖИЗНИ

Можно привести в пример семью педагогов Никитиных. Интерес родителей сводился к разработке развивающих методик. Они учили других, как правильно воспитывать детей, приучать их к труду, закаливать и устанавливать режим дня, и достигли в этом больших успехов. Однако некоторые Никитины-младшие, например, дочь Анна, через призму времени смотрит: «В детстве известность семьи мешала — мешала быть самой собой, как-то сразу выставляла

напоказ перед другими, как бы давая право интересоваться всеми сторонами моей жизни без всякого стеснения, а это малопривно».

**Самореализация родителей
может портить жизнь их детей.**

Еще один мотив рождения ребенка — это **стремление избежать одиночества**. Как правило, им руководствуются одинокие женщины. У будущей мамы нет мужа или любимого, и она собирается родить, потому что ей нужен близкий человек — «родить для себя».

Если женщина рождает ребенка для себя, то она может начать считать сына или дочь частью самой себя. Возникает симбиоз матери и ребенка, который не позволяет им в дальнейшем жить самостоятельно. Как только ребенок пытается отдалиться от матери, она начинает тревожиться и напоминать ему: «Я посвятила тебе всю жизнь, значит и ты должен жить для меня».

Да и ребенок часто не стремится отделяться от матери: с самого раннего детства он воспитывается так, что мать для него — единственный близкий человек. Во взрослом возрасте такие люди с трудом создают свои семьи, потому что они не могут найти замену уникальным мамам, которые предвосхищали все их желания. Кто же еще будет так любить, как любила мать? Когда в детстве сильный эмоциональный отклик, то в дальнейшем сложно найти ему замену.

ИСТОРИЯ ИЗ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГА

Татьяна была «солнцем в окошке» для своей мамы, за нее решалось все: куда ей поступать в

институт, кем и где работать, мать покупала продукты и готовила для нее. Даже в 25 лет Татьяна не была самостоятельной. Случилось несчастье: ее мама погибла в аварии. Татьяна тяжело выходила из депрессии, потому что не была адаптирована к жизни, совершенно не представляла, как сможет жить одна. Долго и сложно, через страдания и значительные финансовые потери, но Татьяна справилась с ситуацией и стала самостоятельной.

В основе мотива «родить для себя» часто лежит эгоизм матери. Она так сильно привязывает к себе ребенка, что он в дальнейшем без нее не может обойтись.

Следующий мотив для рождения детей — **прагматический**. Люди рожают ребенка для того, чтобы он заботился о них в старости. Это история о пресловутом стакане воды, который некому будет подать. То есть люди рожают себе того, кто станет им в дальнейшем помощником, например, в работе по дому, по хозяйству и пр. Однако первое, что вспоминается в такой ситуации, — это знаменитый анекдот.

*Умиравший старик зовет жену и говорит ей:
— Вот, ты говорила, что надо рожать детей,
чтобы было кому подать стакан воды. А пить-
то и не хочется.*

В таких семьях ребенку постоянно внушают: «Ты должен помогать и заботиться о родителях. Мы тебя воспитали, поэтому ты не имеешь права бросать нас». Желания и интересы ребенка не принимаются во внимание, имеют значение только желания и нужды родителей.

Еще один мотив — это **соответствие ожиданиям социума**. Люди хотят соответствовать тому, что считается благополучным и правильным в культуре и социуме. Например, в обществе одним из признаков состоявшегося человека является наличие ребенка и супруга. Как известно, настоящий мужчина должен посадить дерево, построить дом и родить сына, а женщина считается «неполноценной», если у нее нет детей.

Иногда на появление ребенка влияет и **возраст родителей**. Например, женщина может сказать: «Мне уже тридцать три, пора рожать», ведь многие считают, что в первый раз нужно родить до тридцати пяти. И она рождает не потому, что хочет детей и что у нее есть в этом потребность, а потому что в социуме принято рожать в определенном возрасте. На выбор родительства может повлиять и окружение семьи: если все друзья имеют детей, то и молодая семья может «завести» ребенка, чтобы быть как все.

Еще есть такой мотив, как **материальная ценность ребенка**. В этом случае ребенок выступает в качестве инструмента для достижения определенных целей, например, получения наследства или материнского капитала. Разновидностью такой мотивации является **стремление удержать мужа**. Многие женщины считают, что, родив ребенка, они смогут сохранить отношения с его отцом. Однако это редко работает.

Но, несмотря на то, что этот мотив кажется не очень позитивным, судьба малыша может сложиться благополучно. Ведь все в этой жизни меняется, могут измениться и мотивы. Так, у родителей, решивших увеличить с помощью ребенка жилую площадь, часто

просыпается к нему настоящее чувство, и они его искренне любят.

Еще одним распространенным мотивом рождения детей является стремление **реализовать** через ребенка **собственную мечту**. Например, в семье из династии военных, актеров, врачей, поваров... Такой мотив может быть как у матери, так и у отца. Например, в семье уже есть две девочки, но отец настаивает на том, что нужно рожать, пока не будет мальчика, потому что есть дом, бизнес и желание передать все наследнику или продолжить династию.

Придется разочаровать родителей: иногда дети продолжают семейные традиции в профессии, однако спрогнозировать, кем захочет быть ребенок через двадцать лет, невозможно. Может такое случиться, что, насмотревшись на семейную династию и зная не только ее плюсы, но и минусы, ребенок категорически откажется ее продолжать, когда вырастет. Поэтому стоит пересмотреть отношение к ребенку, если вы видите в нем способ продолжения начатого вами дела.

ИСТОРИЯ ИЗ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГА

Карьера Ольги как балерины не удалась: она вечно была на вторых ролях. Когда родилась девочка, мама мечтала, что дочь станет известной балериной, и рано отдала ее в балетную студию. Через год педагоги сказали, что дочка Ольги по своим физическим данным не подходит для балета, но мать настаивала на продолжении занятий. Сначала девочка была слишком маленькой, чтобы сопротивляться матери. Но потом, видя, что у нее не получается, и она хуже всех в классе, взбунтовалась и категорически отказалась заниматься балетом.

Сейчас Ольге уже за семьдесят, и она не оставляет своей мечты реализовать свои балетные амбиции во внучке. «Уж она-то точно станет великой балетной звездой!» — мечтает Ольга.

Главное — не навязывать свои желания детям даже из самых лучших побуждений.

Часто родители проявляют определенный диктат в плане выбора занятий, пытаясь определить судьбу ребенка. Например, папа считает, что мальчик обязан заниматься боксом. Ребенок может быть талантлив в других сферах, хочет играть на рояле или скрипке, рисовать картины. Но папа считает, что мужик должен быть мужиком, и отдает его в бокс, где ломается психика такого ребенка. Папа не понимает, что такой спорт принесет сыну только вред.

Из-за навязанной родителями мечты было сломано немало детских судеб. Уже выросшие дети мучаются от мыслей, как сложилась бы их жизнь: «Я хотела быть художницей, но меня заставили стать врачом, потому что у нас династия врачей. Мама всегда мечтала, что я буду великим светилом хирургии. А я ненавижу эту работу!» Исполнение родительской мечты не приносит пользы ни людям, с которыми этот человек работает, ни ему самому, ни родителям в конечном итоге.

К сожалению, у многих родителей бытует установка: «Пусть он будет благодарен нам за то, что мы его родили!» Но позвольте, это вы захотели иметь ребенка, а ребенок просто появился на свет! Не стоит рожать только потому, что этого ждет от вас общество, возраст поджигает или вам одиноко.

Самым лучшим и гармоничным желанием иметь ребенка является понимание: «Мы хотим ребенка, мы его ждем и мечтаем отдать ему свою любовь, силы, время, ничего не требуя взамен». Рожденные из-за такого желания дети наиболее благополучны и счастливы.



Глава 2

Когда просыпается материнский инстинкт

