

НИНА ЗВЕРЕВА

# СЕМЬЯ ЧТО НАДО

Книга  
о Любви



Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

# Оглавление

Введение	
Для кого и о чем эта книга?	11
I	
Основа основ: правила, ценности, традиции	15
Глава 1. Наши правила	19
Глава 2. Наши ценности	29
Глава 3. Наши традиции	40
II	
Жизнь молодой семьи	53
Глава 4. Отношения двоих	57
Глава 5. Влияние родителей	83
Глава 6. Деньги	106

### III

## Как дружить с детьми? 135

Глава 7. Дети от рождения до пяти лет	139
Глава 8. Дети от пяти до двенадцати лет	161
Глава 9. Дети от двенадцати и старше	186

### IV

## Конфликты 213

Глава 10. Усталость и депрессии	217
Глава 11. Ревность и измены	245
Глава 12. Ссоры детей	272

### V

## Дети выросли 301

Глава 13. Дети выбирают партнеров	305
Глава 14. Пустое гнездо	324
Глава 15. Взрослые дети	351

Заключение	378
Об авторе	379
Примечания	380
Приложение	
Житейские проблемы разных людей	381

## Введение

# Для кого и о чем эта книга?

Привет всем читателям! Меня зовут Нина Зверева, я учитель, бизнес-тренер, в прошлом — журналист, продюсер, создатель первой в России частной школы телевидения. У меня насыщенная интересная профессиональная жизнь, которая, к моей радости, продолжается.

Однако я давно заметила, что мои достижения в создании большой дружной семьи интересуют людей не меньше, чем мои профессиональные навыки.

Я вышла замуж в восемнадцать лет, в мае 2021 года мы с мужем будем отмечать золотую свадьбу. У нас трое взрослых детей и шесть внуков (точнее, пять внучек и внук). Все мы очень близки друг с другом, у нас практически не бывает ни ссор, ни обид. Проблемы возникают — как без них? Но мы решаем их все вместе, в атмосфере любви и доверия.

Наши дети давно выросли, и каждый сделал успешную карьеру. Старшая дочь — профессор математики и писатель, она живет и работает в Голландии. Вторая дочь возглавляет российский филиал крупной финансовой корпорации. Сын стал бизнес-тренером (специализация — эмоциональный интеллект, переговоры), сейчас работает в Америке.

Мой муж — доктор наук, профессор, настоящий энциклопедист. Он даже написал книгу для детей о том, как устроен наш мир<sup>1</sup>.

Мои родители живы, им уже за девяносто. Я уверена, что именно с них начался этап строительства того стиля семьи, который с воодушевлением восприняли мы с мужем, а потом наши дети и внуки. Я знаю, что именно наш стиль общения вызывает восторг и уважение окружающих.

Я долго думала, как это можно сформулировать, и, кажется, нашла слова.

Наша семья — это группа поддержки, где каждый может рассчитывать на участие, помощь, интерес любого из близких. При этом каждый свободен в выборе партнеров, профессии, увлечений.

Семья никогда не пыталась влиять и вмешиваться в ход событий, позволяя каждому своему члену жить своей жизнью. Но при этом все мы знаем, что в любой момент можем рассчитывать на помощь и полное понимание. Я уверена, что успехи членов семьи во многом обеспечены именно этим постоянным чувством надежного тыла. К тому же все мы умные и образованные люди, поэтому нам всегда легко получить качественную оценку любого шага, любой новой идеи. Мне кажется, что важный момент строительства семьи — это наличие правил, ценностей и традиций. В книге я попыталась прояснить, что это такое и почему это важно.

Как построить такую семью? В книге я проанализировала собственный опыт, хотя заранее понимаю, что любой опыт уникален по определению и скопировать его вряд ли удастся. Да и не надо этого делать.

Однако чужой удачный опыт — это всегда интересно. Неслучайно книги настоящих бизнес-лидеров и любых профессионалов в своей отрасли пользуются таким успехом.

Я знаю, что у каждого из вас есть свои вопросы, и в этой книге (я надеюсь) вы найдете ответы на некоторые из них.

Структура книги простая: в каждой главе коротко изложена теория (в форме моих размышлений), а потом я подробно разбираю десять типичных ситуаций, с которыми люди встречаются в жизни.

Моя работа журналиста и учителя позволила собрать огромный материал, поскольку люди каждый день делятся со мной своими проблемами, в том числе сугубо личными.

Я старалась быть искренней. Старалась максимально структурировать свой и чужой опыт и создать полезную книгу для молодых и взрослых родителей.

При работе над ней я столкнулась с серьезной проблемой. Писать про реальную семью без конкретных историй и примеров невозможно. Но мои дети и внуки вовсе не готовы стать героями документальной книги. Я всегда спрашиваю их согласие перед тем, как выложить их фотографии на своей странице в фейсбуке, или упомянуть кого-то из них в своих статьях и колонках.

Поэтому я решила называть их не по именам, а по никам. Моя старшая дочь будет Дочь Профессор, вторая — Дочь Лидер, сын будет упоминаться как Сын Психолог, а внуки фигурируют в книге по старшинству: Старшая Внучка, Вторая Внучка, Третья Внучка, затем Индийская Внучка, и малыши — Маленький Внук и Маленькая Внучка.

Муж согласился выступить под собственным именем.

Мои родители давно имеют семейные имена, их и оставим: Бап (сокращенно от бабушка, но гораздо веселее) и Деда Витя.

В книге всего пять разделов, примерно одинаковых по объему. Названия глав будут понятны каждому читателю.

Я знаю, что обычно в книгах нон-фикшн приводится много интересных цитат, социологии, аналитики. В моей же подобной информации будет не так много, как принято. Просто потому что это скорее искренний диалог с читателем. Здесь много подлинных историй и собственных размышлений. Такой формат мне самой больше нравится, и я очень рассчитываю на ваше понимание и принятие.

И еще, важно! Вовсе не с каждым моим утверждением нужно и можно соглашаться! Думайте сами, решайте сами...

Я очень надеюсь, что эта книга поможет вам стать счастливее. Потому что хорошая дружная семья — это и есть самое большое счастье на свете.



[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

I

Основа основ:  
правила, ценности,  
традиции



Убежденные романтики могут со мной поспорить, но семья — это система. Достаточно логичная и вполне упорядоченная.

И, как в любой системе, в ней действуют правила, ценности, традиции. В счастливой семье они позволяют сохранить то самое ощущение счастья. В несчастной — усиливают ежедневную душевную боль.

Меня восхищают мощные семейные традиции, которые есть во многих культурах.

В татарских и башкирских семьях нельзя сидеть в присутствии старших. Им же — лучший кусок и лучшее место за столом.

В еврейских семьях принято, чтобы отец много возился с ребенком, часто гораздо больше, чем мать. А по субботам все собираются большим семейным кланом и общаются.

Мой зять-индус недавно пережил смерть матери. Он ездил в Индию на проводы, где каждый час церемонии был известен заранее, потому что эта традиция складывалась веками и строго соблюдается современными людьми.

Однако кроме общекультурных каждая семья имеет собственные правила, ценности, традиции.

В первом разделе я решила познакомить вас поближе с нашей семьей.

[>>> Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)