

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 возвращать 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

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 напроць убить в ребенке веру в слова взрослых.

Бывает, конечно, ложь во благо. Помню, как я плакала над новеллой про больную девушку, которая следила за последним зеленым листком на дереве за окном. Эта девушка решила, что, как только листок улетит, она умрет. Но тот не улетел. И она стала выздоравливать. Оказалось, что старый сосед-художник прикрепил к дереву лист из бумаги. Его обман подарил девушке жизнь.

Допустим, вы только что на глазах у ребенка поругались, и он спрашивает: «Вы разводитесь?» Если есть хоть малейший шанс на спасение семьи, улыбнитесь и скажите: «Нет, малыш, тебе показалось!» И далее — любая ложь из возможных. Но если решение принято, лучше, чтобы ребенок узнал об этом не от соседей и не от бабушки с дедушкой, 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 разговорах 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 1. Можно получать от детей радость, да какую!

Я не знаю лучшей музыки на свете, чем детский смех. А эти теплые ручки, которые тянутся к вам и крепко обнимают за шею! Такая степень доверия, такой градус любви!

Еще дети бывают удивительно похожи на вас или ваших родных людей. Когда мы были совсем молоды, у нас трагически погиб друг. Его маленький сын вырос и стал говорить как отец и ходить как отец, хотя он даже не помнил его!

И все же самое главное и самое радостное в наших детях — это возможность растить нового человека. Наблюдать, как он взрослеет, как учится всему, в том числе думать, оценивать мир вокруг и находить в нем свое место.

А эти детские словечки! Неля говорила очень серьезно, длинными фразами. Уже в полтора года: «Смотри-ка, маленькая котенка!» Или: «Я постою около здесь». Катя всегда была лидером и предпочитала глаголы: «Пойдем! Поглядим! Я уже пошла!» А Петя задавал вопросы: «Куда идет дождик?» или «Почему у меня настроение такое хрупкое?».

Вместе с детьми можно испытать такие эмоции, о которых даже не подозревают поклонники движения child free.

Ребенок в первый раз на море — и вы будто впервые видите эту воду и этот закат.

Первый раз в первый класс — и вы снова вспоминаете свою школьную жизнь.

Любая ребячья радость — это радость вдвойне для родителей, любое детское горе — это сразу же главная ваша проблема, и как приятно быстро решить ее!

Дети — самые благодарные существа на свете. Они рады вашей улыбке и счастливы, если вы пришли почитать книгу на ночь или согласились поиграть с ними. А когда они вырастают, это лучшие друзья, это надежда и опора.

Беспокойство за них, а потом и за внуков никуда не уйдет, но придет и новое чувство, совершенно неожиданное и приятное, — когда вы почувствуете их беспокойство за вас, когда они начнут заботиться о вас не меньше, чем когда-то вы о них. Рассчитывать на это, конечно, нельзя. Но некоторым везет. Нам с мужем, в том числе. И это одна из причин, почему я взялась за эту книгу.

Правило 2. Можно не скрывать своих слабостей

Родители не могут быть идеальными. У всех есть свои слабости и недостатки. Стараетесь вы скрывать их или нет, дети все замечают. Мне кажется, дружба с детьми подразумевает близость и откровенность, и вы спокойно можете в их присутствии не только обсуждать свои успехи или проблемы, но и посмеяться над собственными недостатками. Важно лишь, чтобы слабости не преподносились как подвиги или неизбежное следствие какой-то особой жизни. Нет, слабости — они и есть слабости. И будет замечательно, если вы предложите ребенку поработать над исправлением недостатков (своих и его) совместно. От этого ваш авторитет только вырастет, а ваши поступки станут примером для ребенка.

Сколько раз мне приходилось видеть родителей, которые рассказывали исключительно о своих успехах и приводили в качестве образца для подражания свою скромную тяжелую жизнь. Тем не менее родители, которые умеют посмеяться над собой и не скрывают недостатков, всегда ближе детям и пользуются настоящим уважением.

Самоирония — удел сильных и привлекательных личностей.

Многие современные родители покупают в комнаты своих детей спортивные комплексы. Вы наверняка видели или покупали такие же. Веревочная лестница, кольца, канат и обязательно — шведская стенка. Так вот. В одной из семейных программ по телевидению выступал доктор-психотерапевт, который заявил, что дети не пользуются всем этим, если их родители не попробуют хотя бы раз сами повисеть на кольцах и забраться по канату. Я посмотрела эту программу и мужественно попыталась проделать те упражнения, с которыми легко справлялись дети. Сколько было визга и радости! Потом пришлось повторять эти попытки много раз, и каждый раз дети заново увлекались физкультурой. Быть сильнее и ловчее мамы с папой — это мощный стимул.

Правило 3. Можно путешествовать

Что такое путешествие? Это новые впечатления. Это другой взгляд на свою собственную жизнь. Это новые люди и новые навыки. Нас с братом совсем маленьких возили по разным городам и показывали, как любила говорить мама, диковины. Мы видели Красноярские столбы, мы пересекали на теплоходе полярный круг, и только нам с братом позволили в огромном естественном холодильнике под Дудинкой кататься верхом на огромных мороженных осетрах. Я помню эти картинки так ярко, как будто это было вчера.

Мне нравится наблюдать, как современные молодые пары берут с собой маленьких детей в разнообразные поездки по миру, стараясь показать не только Диснейленд, но и европейские города и музеи, субтропики и джунгли, горнолыжные склоны и морские круизы.

Если финансы не позволяют ехать далеко, то достаточно устроить вместе с детьми пеший или байдарочный поход по родному краю. Кстати, местный туризм становится все популярнее! Иногда мы стремимся в дальние края, хотя совсем близко от дома есть

и карстовые пещеры, и огромные чистые озера, и рыбные реки, и старинные замки или поместья. Я заметила, что во время поездок или походов отношения с детьми становятся ближе. Возникает масса подходящих моментов для разговоров по душам, для более внимательного взгляда на собственного ребенка. Так случилось, что многие поворотные разговоры с детьми происходили у меня именно во время путешествий. В незнакомом красивом месте, когда никто никуда не спешит и когда возникает тот самый момент для общения, который нельзя упустить, мы говорили о главном, о том, что невозможно было обсудить в суете будней.

Моя мама — педагог, и она всегда советовала выросшим ученикам, когда они жаловались на детей-подростков, немедленно брать любую горящую путевку — хоть в Питер, хоть в Египет, неважно — и отправляться в путешествие. «Там и разберетесь», — говорила мама и очень часто оказывалась права.

Правило 4. Можно возвращать амбиции

Вам когда-нибудь встречались люди, не верящие в себя? Они избегают ответственности и лидерства. Конечно, дело может быть в характере или лени, и все же, мне кажется, главная проблема тут в том, что когда-то кто-то взрослый совершил недопустимую ошибку, растоптав желание ребенка чего-то в этом мире добиться. Особенно этим грешит школа. Учителя любят говорить страшное слово «никогда»: «Ты никогда не сможешь...», «Ты никогда ничего в жизни не достигнешь!». Есть дети, которые не хотят бороться с обстоятельствами и просто начинают верить в поставленный обществом диагноз. В такой ситуации задача родителей — отыскивать в ребенке лучшие качества и поддерживать в нем желание проявить их.

Амбиции — это не обязательно лидерство. Это уверенность в себе, умение и желание брать на себя ответственность за принятые решения и доводить начатое до конца. Наконец, это готовность рисковать и работать больше других. «Ты можешь!» — девиз хороших родителей. Но надо еще

и постараться сделать так, чтобы ребенок поверил в себя и захотел быть успешным.

Надо уметь радоваться достижениям ребенка, даже если они почти не заметны со стороны. Но вы-то знаете, что ваш сын страдает оттого, что на уроках физкультуры всегда прибегает последним. А тут вдруг занял десятое место из 20. Разве это не успех? Еще какой!

Если ребенок долгое время находится в зоне неудач, его вера в себя страдает, поэтому очень важно создавать маленькому человеку ситуации успеха. Вы же наверняка знаете, в чем он силен, что ему нравится. Любит готовить? Отлично. Вот уже на столе тесто, и кусочек отдан ребенку, чтобы он сам сделал свой маленький пирог, который порадует всех во время обеда. Любит рисовать? Самодельные открытки к празднику станут сюрпризом для бабушки и дедушки. Хорошо бегает? Посоревнуйтесь с ним и не поддавайтесь, иначе победа будет ненастоящей.

В общем, ваша задача — помочь ребенку стать победителем. Но он должен сам очень постараться и поработать, чтобы удивить себя и других. Иначе это будет не успех, а его имитация.

Правило 5. Можно играть

Дети обожают играть. Стоит затеять с ними игру, и у них загораются глаза и прибавляется энергии. У малыша полный восторг вызовет «сорока-ворона кашу варила». Детям постарше подойдут мяч, прятки, бег наперегонки. В молодости у нас был друг Гена, прихода которого дети всегда ждали с нетерпением. Уже в прихожей он становился на четвереньки и изображал из себя то собаку, то дракона, то машину — кем он предстанет на этот раз, никто заранее не знал. И это было прекрасно. Ему самому явно нравилось играть с детьми, он чувствовал детей и сам становился с ними ребенком.

Не каждый взрослый имеет такой талант. Однако всегда можно найти игры, которые будут нравиться и вам, и вашим детям. У нас в семье это были игры в слова, шарады и другие интеллектуальные забавы. Как только начиналось состязание, наши девочки становились ярыми соперницами, поэтому муж перед любой игрой в шутку отговаривал их: «Вы же будете рыдать!» Они обещали и старались не плакать, но, когда игра заканчивалась, начинались горькие слезы.

А что поделывать? В любой игре есть победители и проигравшие.

Игрой можно отвлечь ребенка от грустных мыслей, она может стать стимулом для выполнения тех или иных поручений, кроме того, это замечательный способ передачи знаний. Лучший урок для детей всегда проходит в виде игры — соревнования между игроками, общей «угадайки», викторины или «клуба знатоков».

Больше всего на свете дети любят, когда родители втягивают в игру их друзей. Мы с охотой шли на это, сотни раз объясняя правила, потому что участие друзей давало нам возможность приобрести авторитет в глазах собственных детей. К тому же во время игры проявляются характер ребенка и его способности, а значит, это прекрасный способ узнать получше и своих детей, и тех ребят, с которыми они дружат.

Если дети разленились на даче и проводят слишком много времени за компьютером, организуйте олимпиаду по разным видам спорта. Но помните, что непременным условием хорошей игры является... ваше собственное азартное участие в ней.

Правило 6. **Можно беседовать
о прошедшем дне.
И вообще — беседовать**

Я знаю одну большую и дружную многодетную семью, в которой принято каждый вечер садиться в круг и рассказывать друг другу о прошедшем дне. Модератором беседы выступает отец, а традицию эту, от которой семья никогда не отступает, он перенял от своего отца.

Узнав об этом, я восхитилась, однако потом меня одолели сомнения: можно ли каждый вечер, публично, принуждать человека к откровенности? Я предпочитаю разговоры один на один и тогда, когда в этом есть необходимость. Как принято в американских фильмах — «Давай поговорим об этом». Эта формула работает, только если действительно есть о чем поговорить. Иначе, боюсь, на смену искренним монологам придут привычные отчеты. А ведь разговоры нужны! Порой долгие, со слезами, с подробностями, что называется, по кругу. Вряд ли проблему первой любви или серьезные трудности с учебой можно обсудить за общим столом.

В нашей семье было иначе. Мы много беседовали с детьми всеми вместе и каждым

Правило 1. **Надо привыкнуть к мысли, что жизнь изменилась навсегда**

Не каждый стремится стать отцом или матерью. Честно говоря, участников движения child free я уважаю за честность. Для тех, кто не знает: молодые люди сознательно не заводят детей, так как признают себя эгоистами, неспособными отказаться от своих привычек. Они хотят путешествовать, тратить деньги на себя, заниматься любимой работой, высыпаться. Любопытно, что многие из них в детстве были вынуждены ухаживать за младшими братьями и сестрами, жертвуя свободным временем и общением с друзьями, и это повлияло на их дальнейший выбор.

Как есть люди, не склонные быть папой или мамой, так есть те, кто не представляет себе жизни без детей. Мои родители даже не удивились, а только тяжело вздохнули, когда в 18 лет я вышла замуж и уже через месяц радостно сообщила, что стану мамой. Беззаботная жизнь сразу осталась в прошлом. Навсегда. Но я никогда об этом не жалела. Такой же была наша дочь Катя. Еще в советское время, когда шоколадные

конфеты были в дефиците, она спрятала два «Мишки косолапых» под подушку — для своих будущих детей. Стиркой в нашем доме занимался мой муж, и он не слишком обрадовался, когда обнаружил под подушкой странные пятна и растопленный несъедобный пластилин. Катя плакала от жалости к своим детям, которым не достанется конфет, а мы утешали ее и уверяли, что к тому времени, когда она вырастет, очереди исчезнут, а продукты появятся. Так и случилось.

Рождение ребенка — чрезвычайно ответственный шаг. Крохотное существо абсолютно во всем зависит от вас. Очень много ошибок совершается только потому, что новоиспеченные родители хотят жить как раньше и вдобавок к этому иметь радость и забаву в виде малыша. Это невозможно. Я знаю много примеров, когда люди, родив ребенка, не желают менять свои привычки и раздражаются, если им приходится это делать. Даже если пытаться решить проблему с помощью круглосуточной няни, рано или поздно ребенок все равно предъявит свои права. И главное, на что он имеет право, — быть смыслом жизни для своих родителей. Не больше и не меньше.

Правило 2. **Надо создавать возможности**

Мы не можем знать, кем станет наш малыш, что его по-настоящему заинтересует, к чему он проявит способности. Поэтому неперенное условие воспитания — это создание возможностей для развития ребенка. Возможностей самых разных, потому что мир велик, а человеческая деятельность разнообразна. Если не дать ребенку испробовать множество вариантов, как он сможет раскрыть свои таланты?

Музыка, танцы, спорт, литература... Походы по кружкам и бассейнам бывают изнурительны, но они необходимы! Вы не можете заранее знать, на что ребенок среагирует всем своим существом! При этом все другие попытки найти себя не пропадут даром, после них останутся сильные впечатления и полезные навыки.

Я люблю слушать мини-лекции Кена Робинсона на портале TED. Этот чудесный, веселый и глубокий человек рассказывает массу поучительных историй на тему способностей детей.

У него есть книга, она издана и у нас — «Призвание»*. Среди прочих Робинсон приводит такой пример. Одна девочка плохо училась в школе, вертелась на уроках, раздражала учителей. Ей грозил диагноз «гиперактивность», а вместе с ним — школа для детей с особенностями развития. Мама повела дочь к психологу. Он посмотрел, что вытворяет девочка во время его разговора с матерью, и предложил оставить ее в кабинете, включив там музыку. Далее доктор предложил матери через особое стекло понаблюдать за дочерью. Оставшись одна, та тут же вскочила и принялась танцевать. Психолог сказал: «Она — прирожденная танцовщица» — и посоветовал отдать девочку в балет. В результате она стала солисткой лучшей балетной труппы Великобритании, а затем и постановщиком мюзиклов, среди которых — знаменитые «Кошки».

Какой молодец доктор! И какая умница мама! Вовремя раскрыв призвание девочки, они помогли ей стать счастливой и успешной. В этом и заключается задача всех родителей — помочь ребенку найти себя. А для этого надо создавать возможности.

* Робинсон К., Ароника Л. Призвание. Как найти то, для чего вы созданы, и жить в своей стихии. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2010.

Правило 3. **Надо развивать потребности**

Печальное зрелище — молодые люди, которым ничего от жизни не надо. Кому-то хватает нескольких бутылок пива, кому-то бывает достаточно занырнуть на весь день в Интернет. На все предложения хоть как-то разнообразить жизнь эти люди пожимают плечами и отрицательно качают головой. Очень обидно, потому что подчас они просто не знают, что теряют. Им никто не показал другого мира. А ведь это обязанность родителей — развивать потребности.

Например, потребность читать хорошие книги. Современные мальчики и девочки с радостью забрасывают это занятие, как только заканчивается школа с ее уроками литературы. Но не все. Если в семье родители не только читают детям, но и обсуждают с ними прочитанное, если есть культура чтения и ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия от него, то книга остается с ребенком навсегда.

Потребность в хорошей музыке тоже трудно приобрести во взрослом возрасте, если не было семейной традиции посещать концерты. Но надо тысячу раз подумать

над выбором произведения и исполнителя, если вы отправляетесь на концерт с детьми. За редким исключением им невыносимо скучно на органных концертах Баха, но они могут полюбить Чайковского, Шопена, Листа. Можно, чтобы ребенок не устал, пойти только на первое отделение. В общем, любое культурное мероприятие с ребенком надо продумывать так, чтобы это было не наказанием, а радостью, потрясением.

Я помню, как мамина подруга тетя Зина водила меня в Третьяковскую галерею. Каждый раз она показывала мне только одного живописца. И каждый раз говорила: «Сегодня я покажу тебе своего самого любимого художника!» Я спрашивала: «Но в прошлый раз любимым художником был Серов, а сегодня Кустодиев — разве так бывает?» А она смеялась в ответ: «Бывает, потому что каждый настоящий художник для меня самый любимый».

Конечно, дети открывают что-то новое в жизни и без нашего участия. Но им будет легче, если воспитать в них эту потребность. Перед ними такой разнообразный и интересный мир. И именно родители должны побудить ребенка познавать его.

Правило 4. Надо любить

Казалось бы — это само собой разумеется. Ну как можно не любить своего ребенка?! Однако мне частенько доводилось видеть достаточно странные проявления этой любви. Например, женщина тратит много сил на то, чтобы ребенок был одет «не хуже других» и уж точно лучше, чем она сама была одета в детстве и юности. В результате пропадает на работе, берет сверхурочные, отказывается от отпусков, и все ради того, чтобы дочка ни в чем не нуждалась. Какие уж тут совместные занятия и чтение книг на ночь? Вроде и упрекнуть себя не в чем: любила, старалась как могла — и даже больше. Но дочка выросла сама по себе, она далека от матери, более того — затаила множество обид: мама не была рядом, когда она болела, мама не знакомилась с ее подругами, мама не пришла в школу на праздник, когда она выступала.

Любовь к детям — это, прежде всего, время, проведенное с ними, и при этом количество не так важно. Важнее — качество. Если вы с детьми, то будьте именно с ними! Внимательно выслушивайте их — даже длинный, скучный рассказ о школьных

событиях. А еще всегда, абсолютно всегда, будьте на стороне ребенка, даже если он совершил проступок. Мне доводилось слышать, как мои друзья, которых я люблю и уважаю, говорили своим детям: «Я не люблю тебя, ты плохой. Уйди!» Сердце мое сжималось, и мне становилось страшно. Ведь даже в самые сложные моменты моего взросления, когда я нарушала запреты, я слышала от мамы такие слова: «Ты знала, что этого нельзя делать. Ты поступила плохо, но я все равно тебя люблю, и мы с тобой должны обсудить, почему это произошло. Мы вместе должны решить, как сделать так, чтобы ты не плакала, а я не огорчалась».

Очень простой совет всем родителям: не путать понятия «плохой поступок» и «плохой ребенок». Самый лучший ребенок может поступить нехорошо. Никто в этом мире не идеален. Но любовь родителей — это ни с чем не сравнимая опора в жизни. Это тыл, который должен быть у каждого человека. Эта любовь абсолютна и неизменна, она дает силы и греет душу. Любите своих детей!

Правило 5. Надо поддерживать

Какие-то инициативы детей могут быть вам неприятны или как минимум неудобны. Например, спортивная секция, которая находится далеко от дома, и поэтому вам нужно организовывать доставку ребенка туда и обратно... Или увлечение марками и любым другим коллекционированием — оно грозит постоянными просьбами о деньгах, завистью к другим детям, у которых уже есть вожаденная марка или монета... Дети могут привести домой друга или подругу, которые с первой секунды начнут вас невероятно раздражать. Бывают друзья, сразу лезущие в ваш холодильник или начинающие скакать на вашей кровати. Воспитывать чужого ребенка — занятие бесперспективное. Но и выгонять из дома любимого друга сына или дочери нельзя. У вас нет другого выхода, кроме как поддерживать увлечения ребенка и его выбор, в том числе выбор друзей. Но вы можете высказать свое мнение по поводу коллекции, если видите, что это не настоящее увлечение, а, скорее, подражание кому-то. Кроме того, можно сразу ограничить свои материальные затраты определенной суммой, которую ребенок должен

точно знать и умеривать аппетиты. Также вы можете обозначить четкие границы, которые должны соблюдать его гости, и поставить условие: «Нарушение даже одного запрета приведет к тому, что больше вы здесь играть не будете».

Безусловно, ребенок нуждается в поддержке при принятии любого трудного решения (например, при переходе в другую школу или расставании с любимым мальчиком или девочкой). Может быть, кто-то из читателей не согласится с такой позицией, но для меня термин «поддерживать» означает словами и делами помогать ребенку жить так, как ему хочется. Выбор вашего ребенка может вас удивить, озадачить, огорчить, но это его жизнь, и он имеет право строить ее так, как считает нужным. Задача умных, любящих родителей — постараться принять этот выбор и любыми способами облегчить связанные с ним трудности.