

МАЯК  
RADIOMAYAK.RU

# ДИМА ЗИЦЕР

На педагогической  
Волне

ОТНОШЕНИЯ



МЕЖДУ МНОЮ И ТОБОЙ



**Дима Зицер**  
**Отношения. Между**  
**мною и тобой**  
Серия «Родителям о детях»

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63354036](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63354036)*

*Отношения. Между мною и тобой: Питер; Санкт-Петербург; 2021  
ISBN 978-5-4461-1455-9*

### **Аннотация**

Эта книга – часть общего проекта «На педагогической волне» известного педагога Димы Зицера, издательства «Питер» и радиостанции «Маяк». Несколько лет в своей радиопрограмме «Любить нельзя воспитывать» Дима Зицер отвечает на вопросы самых разных слушателей о школе, образовании, отношениях между детьми и взрослыми. Из этих бесед и родилась эта книга. В этом выпуске: как говорить о любви и о сексе? как на отношения с детьми влияет расставание родителей? что делать, если дети дерутся? можно ли избежать манипуляций в общении? и многое другое.

В формате PDF А4 сохранён издательский дизайн.

# Содержание

|  |    |
|--|----|
| Предисловие  | 5  |
| Благодарности                                      | 7  |
| Я не хочу к маме! очу быть с тобой, папа           | 8  |
| Дефицит общения, или почему я ревную мужа к дочери | 19 |
| Где мой папа?                                      | 25 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                  | 36 |

**Дима Зицер**  
**Отношения. Между**  
**мною и тобой**

© ООО Издательство «Питер», 2021

© Серия «Родителям о детях», 2021

© Дима Зицер, 2020

© М. Бодиновский, 2020

# Предисловие

Сразу скажу вам правду: я совсем не думал выпускать эту книгу. Я рассуждал примерно так: за последние годы, которые я вел свою педагогическую программу на радио, все уже много раз сказано-пересказано, отвечено-переотвечено – зачем же переносить на бумагу то, что уже было озвучено? Но все чаще слышал я сетования: так на многом хочется остановиться и подумать, поспорить, посомневаться. Перечитать и проверить мысленно еще разок. Да и, как оказалось, формат аудио годится вовсе не для всех. Иными словами, подтвердилась народная мудрость, что «кто-то любит ушами, а кто-то глазами»... В общем, меня убедили.

Результат перед вами. В этих книгах вы найдете собрание программ и подкастов, звучащих на радио «Маяк». Для простоты и удобства они объединены по темам. Таким образом появились сразу несколько тематических мини-томов.

Должен сказать, формат действительно оказался совершенно другим, ведь изложенный на бумаге материал предполагает совсем иной тип осмысления и внутреннего диалога. В написанном варианте сразу становится понятно, что в отношениях с близкими главное – это оттенки, что практически нет однотипных вопросов и проблем, что воистину Господь – в мелочах.

И еще одно: совершенно точно у этой книги намного боль-

ше одного автора. Она никогда бы не появилась, если бы не вы, дорогие мои читатели, слушатели, зрители. Думаю, не будет преувеличением сказать, что вы и есть мои СОАВТОРЫ.

Вам я и посвящаю это издание.

Любви вам!

# Благодарности

У меня зазвонил телефон... Скажете, вы где-то уже это слышали? Но три года назад случилось именно так. Незнакомая мне на тот момент программный директор радиостанции «Маяк» Наталия Шевченко, не дав опомниться, сходу огорошила: «Мы придумали новую программу. И эта программа... ваша». На мой вопрос, что мне придется делать, она ответила не задумываясь: «То же, что всегда – объяснять, помогать, искать решения, предлагать вопросы и находить ответы». И еще добавила: «Давайте попробуем сделать жизнь хоть чуточку лучше – и для детей, и для взрослых».

Вот так и получилось, что три года назад на «Маяке» родился первый проект в FM-диапазоне, посвященный практической педагогике, – «Любить нельзя воспитывать». И уже три года мы стараемся сделать жизнь хоть чуточку лучше...

Дорогой «Маяк», спасибо, что мы делаем это вместе!

*Дима Зицер*

# Я не хочу к маме! очу быть с тобой, папа

До нас дозвонилась Ольга из Рязани. Здравствуйте!

*Здравствуйте! Моей дочери тринадцать лет. Буквально недавно мы с мужем развелись, и она изъявила желание жить с отцом. Как мне реагировать на это? Я внутренне воспринимаю это как предательство. Для меня это очень острый вопрос, потому что воспитанием дочери всегда занималась я, а муж подключился только в последний год.*

А почему так получилось, как вам кажется? С чем это связано?

*Тут может быть много причин. Возможно, из-за подросткового периода, или я достала ее своей любовью, гиперответственностью и т. д. В последнее время я немножко отпустила ситуацию, перестала как-то ее контролировать. И подключился отец, такой весь милый и пушистый. Он постоянно проводит с ней время, так как сейчас мы еще проживаем на одной территории. Чтобы конфликты не разгорались, я как можно меньше времени провожу дома и, соответственно, с дочерью.*

Оля, извините, но в чем тогда суть вопроса, если вы живете вместе в любом случае?

*Мы планируем разъезжаться.*

Понял.

*Сначала она устами мужа сообщила, что хочет жить не со мной. Когда я у нее спросила лично, она сказала, что у них большие общих интересов, он ее лучше понимает. Я хочу выявить причину, понять свою ошибку как матери, потому что, наоборот, считаю, что всегда я проводила с ребенком время, всегда с ней делала уроки, мы вместе гуляли, ездили куда-то, на секции ее водила я и т. д.*

Скажите, пожалуйста, почему вы расстаетесь с мужем сейчас и сколько вы прожили вместе?

*Мы прожили почти четырнадцать лет. Расстаемся в связи с тем, что у нас непонимание во всем. Никаких предательств ни с одной из сторон не было. Просто мы не видим себя дальше в этих отношениях. Инициатором стала я. Наверное, это одна из причин того, что дочь меня не понимает. Я считаю, что развод пойдет всем во благо. Жить в негативе, постоянно ругаться и тихо ненавидеть друг друга невозможно. Я хочу понять, как мне действовать.*

Оля, поздравляю вас от всей души! Я не иронизирую сейчас. Мне кажется, когда люди осознают, что они не хотят быть вместе, самый умный поступок – разойтись, поскольку семья – это такое поле, где не все так просто.

*Да, я с вами солидарна.*

Человек в семье должен чувствовать себя хорошо, должен развиваться. Мы расстаемся, когда это прекращается. Так что я поздравляю вас совершенно искренне и надеюсь, что именно так вы это и осознаете.

*Спасибо.*

Вы сказали, что воспринимаете слова дочери как предательство. Вы оговорились или действительно так себя чувствуете?

*Да, я так воспринимаю.*

А почему? Что она предает?

*Ну, те годы, что я посвятила ей. Я понимаю, что не могу говорить, что ребенок мне должен. Я была с ней вместе по своей воле, для себя, но это столько лет, и она так просто от этого отказывается!*

Понимаю, что вам обидно. Вы были вместе, она очень близкий для вас человек и вдруг говорит: «Я буду жить с папой». Ужасно обидно. Но если мы с вами разберемся, то поймем, что развод – это освобождение для вас. Она подросла, ей тринадцать лет. Она пробует сейчас что-то новое, неожиданное для себя самой. Не исключено, что для вашего мужа здесь есть момент соперничества: «А вот я тебе покажу, с кем дочка будет жить!» Не исключено, что ему удалось навязать эту игру и вам – и в результате вы говорите: «Ну

вот, она уходит к нему, значит, я проиграла».

*Да, тут манипуляция.*

Как противостоять манипуляции? Не манипулировать в ответ и не поддаваться. Вы не обязаны в этом участвовать. Худшее, что сейчас можно делать, – это говорить о предательстве, потому что предательства нет никакого. Здесь есть проба пера с ее стороны. Она начинает не так, как вам бы хотелось, но что поделаешь.

Почему ваша дочка приняла такое решение – мы не отгадаем ни за что. И судя по всему, сейчас ситуация такова, что она вряд ли вам об этом расскажет. Может, она действительно неверно оценила ситуацию или ей кажется, что у нее будет больше свободы. Она чувствует, что взрослеет, и это становится важной для нее категорией. Может быть, подружки глупость сказали или она затаила на вас какую-то обиду. Это неважно. Главное, чтобы в вас она получила прибежище покоя. Несмотря ни на что, постарайтесь найти в себе силы поговорить с ней. Вы можете сказать ей правду – что вам немного обидно. Но так, чтобы это не было обратной манипуляцией, понимаете? Есть такая частая манипуляция: «Мне так обидно, что ты уходишь», цель которой – сделать так, чтобы она почувствовала свою вину и осталась с вами. Нет, пусть папа в это играет (если играет). Важно, чтобы она знала, что ваш дом – это очень важный дом в ее жизни, что вы всегда в любую секунду готовы ее принять как очень любимого и очень дорогого человека и что в этом доме она всегда

сможет найти себя. Скажите ей, что вы понимаете: она оказалась перед сложным выбором, и вы уважаете ее решение. В этот момент она пробует в жизни что-то новое, и это, возможно, вызывает у вас не обиду, а досаду. Тем не менее вы понимаете, как это происходит, особенно в тринадцать лет.

Важно, чтобы она не уходила от вас с обидой. Неважно, что она накрутила у себя в голове. Надо, чтобы она понимала, что перед ней пример взрослой женственности – «Моя мама взрослая женщина. Да, она не скрывает, что ей досадно, но она уважает меня. Мама во мне видит уже взрослого человека. Значит, когда я к ней вернусь, я не услышу: “Ты плохо себя вела” или “Твой папа – дурак”». Ваша дочь вступает в период, когда взрослая женщина рядом (желательно мама) становится очень важной. Ей столько надо будет вам рассказать! В случае, если она не будет наткаться на оценки и обиды.

А сейчас я выскажу парадоксальную точку зрения. В том, что ваша дочка приняла решение уйти, я вижу удивительные плюсы для вас. Это даст вам возможность посмотреть на жизнь иначе, о чем-то подумать, побыть с собой, прийти в себя. К сожалению, наше общество так устроено, что женщине после развода нужно больше сил. Ее меньше поддерживают в этом деле, ее все почему-то начинают ужасно жалеть. А что тут жалеть? На мой взгляд, надо поздравлять! Чтобы посмотреть на свою новую жизнь, нужны время, силы, ресурсы, и вы их обретете. Мое предсказание состоит в сле-

дующем: ваша дочь придет к вам дня через три после того, как они съедут, а то и раньше, потому что она вдруг выяснит, что в ее жизни есть очень важный человек, которого не хватает. С ним хочется просто так поболтать или чаю попить. И очень важно, чтобы она нашла дома того самого взрослого человека, который понимает, на каком свете он живет, который о чем-то сожалеет, чему-то радуется и т. д. Дайте ей то, чего папа дать не может. Только не соревнуйтесь с ним. У отца роль другая, понимаете?

Я точно знаю, что вы ей нужны. Главное – не обмануть ее ожиданий.

Последний важный момент, о котором я хочу вам сказать: ребенок оказывается в очень непростой ситуации, когда родители разводятся. Возможно, ваша дочь сейчас находится в смятении и принимает решения, до конца не отдавая себе отчета в них. Вам нужно сделать все, чтобы складывающаяся ситуация была ей понятна. Она должна от вас услышать, почему вы расстались. И не дай бог вы ей скажете, «потому что папа плохой». Это точно неверно. Вы расстались, потому что вы взрослые люди, вы поняли, что это нужно для того, чтобы дальше развиваться и быть сильными, счастливыми. Вам вдвоем оказалось не по пути, но она остается для вас с папой любимым ребенком.

*Поняла вас. Спасибо!*







\* \* \*

Нас ждет Максим из Москвы. Здравствуйте!

*Добрый вечер, Дима! У меня такая ситуация – мы с женой развелись, когда сыну было три года. Сейчас ему пять лет. Я забираю его только по выходным, по праздникам и во время отпуска. Когда отвожу его обратно к маме, он говорит мне: «Я не хочу к маме! Я*

*хочу быть с тобой, папа». Даже не знаю, что делать...*

Вы удивитесь, но в этой ситуации вариантов больше одного. И, как ни странно, может оказаться, что с мамой ему совсем не плохо. Возможно, дело в том, что он не до конца понимает, почему вы не вместе. Поэтому он по-детски очень хочет, чтобы вы сошлись, и на всякий случай говорит вам такую фразу, рассчитывая, что вы его еще больше полюбите, еще больше к нему привяжетесь. Не исключено, что такую же фразу он говорит и маме. Если мы предположим, что это так, то рецепт будет такой же, какой я уже озвучивал: нужно постараться сделать так, чтобы он понял, почему вы не вместе.

Если же речь идет о том, что ему плохо (мне кажется, это маловероятно) и с мамой у него происходит что-то, о чем мы с вами даже думать не хотим, то вам в любом случае придется подождать еще некоторое время (года полтора), до момента, когда он сможет об этом рассказать сознательно. Я не хочу этого предполагать, уверен, что это не ваш случай, но, допустим, ребенка в доме бьют. В тот момент, когда он будет готов об этом сказать, – он скажет. У вас с ним должны быть откровенные, открытые отношения для того, чтобы он рассказал вам правду. Но мы с вами должны сделать скидку и на то, что вы все-таки расстались с его мамой. Иногда бывает, что мы умышленно ищем, где он не прав или где она не права. Выдохните и отступите, вероятнее всего, речь идет о первом варианте, а не о втором.

*Спасибо!*

# Дефицит общения, или почему я ревную мужа к дочери

Кристина из Санкт-Петербурга. Здравствуйте!

*Добрый вечер! Я начала замечать, что испытываю конкуренцию с дочерью за внимание мужа. Иногда я ревную из-за того, что, по моему мнению, они уже долго общаются. Хочется ей сказать: «Ксюша, отойди, теперь я буду общаться». Сейчас ей одиннадцать лет. Если раньше она была такой маленькой принцессой, которую можно было обнять, поцеловать и успокоить, то теперь она выросла, у нас с ней бывают разногласия... Ловлю себя на том, что порой хочу, чтобы меня слушали больше. Например, мы с ней рассказываем вечером об одном и том же событии, которое произошло днем, и я становлюсь как ребенок: хочу рассказать первая, чтобы услышали именно мою версию. Или, допустим, она рисует по-детски, а я рисую профессионально. У меня есть небольшая студия, масло, холсты и т. д. Мне нравится этим заниматься уже много лет. И вот она начинает меня копировать: я пишу картину – она пытается сделать то же самое. Мне бы надо радоваться, но чувствую я совсем противоположное. Мне кажется, будто она хочет забрать у меня что-то или может стать лучше меня. Я понимаю, звучит очень глупо...*

Нет-нет, это не звучит глупо.

*Муж меня ругает, спрашивает, почему я не разрешаю ей рисовать. Я ему объясняю, что у нее нет таланта к этому. Предлагаю ей: «Давай ты все-таки будешь заниматься танцами. Ты танцуешь хорошо, тебя хвалят, давай на этом сосредоточимся». А она говорит: «Я тоже хочу, как ты, рисовать». Муж даже спросил: «Ты специально, что ли, не даешь ей рисовать? Зачем ты так?» А мне кажется, что я вроде объективно оценила, что у нее нет к этому способностей.*

Кристина, должен вам сказать, что это очень здорово, что вы такое про себя поняли. Чаще всего мы не замечаем в себе подобного. Теперь давайте разбираться. То, что вы описываете, называется любовью. Я имею в виду вашу любовь к мужу. Любовь, как известно, рождает ревность. Это прекрасно, что после стольких лет брака вы хотите для мужа быть самым главным человеком на свете. Однако пришло время вам делить отношения как инструмент. Что это значит? Это значит, что Ксюша достигла того возраста, когда стала совершенно самостоятельной личностью. Значит, вам нужно придумать приятные занятия отдельно с ней и отдельно с мужем. Не в смысле исключить общее времяпрепровождение, но у вас должны появиться свои личные отношения. Короче говоря, что-то, что вы с Ксюшей делаете вместе. Это необязательно должно быть рисование. Выберите то, от чего

обе получаете удовольствие. С мужем вам тоже нужно иметь какие-то свои увлечения. Полагаюсь на вашу интуицию, вы придумаете, что бы это могло быть. Первое, что мне приходит в голову, – это пойти вместе заниматься танцами.

*Ну мы куда-то ходим, конечно. В кино, например, или в театр.*

Нет, я не об этом. Совместное времяпрепровождение не означает, что вы вдвоем сидите и вас кто-то развлекает со сцены. Смотреть киношку, держась за руки, действительно здорово. Но я говорю о совместных занятиях или о чем-то, чему вы вместе можете учиться.

*Мы катаемся на лыжах.*

Ура! Замечательно.

*Но вот недавно муж хотел взять с нами Ксюшу, чтобы мы покатались втроем, и я представила эту картину, что кто-то будет рядом с папой ехать по лыжне...*

Ревнивица.

*...а кто-то будет сзади. Я говорю: «Давайте вы вдвоем съездите, а мы с тобой потом как-нибудь, когда у нас получится». Потому что я заподозрила, что у меня не получится...*

Сейчас я вас поругаю. Это был плохой ответ: «Давайте-ка вы отдельно, а мы отдельно». Потому что это действительно начинает походиться на отношение ревнующей жены.

*Я просто не хотела им испортить что-то, например настроение.*

Вы не испортили бы, поверьте мне, Кристина. Вы бы ка-  
тались и глубоко дышали, смотрели на деревья и на небо  
и радовались, что ваш любимый человек (я мужа сейчас  
имею в виду) получает такое удовольствие от общения с дру-  
гим любимым человеком. Это еще не открытое для вас удо-  
вольствие. Ведь что такое «любить»? Это радоваться, что он  
счастлив. В подобных ситуациях надо бы с мужем погово-  
рить не о том, что «давай пойдем без дочки», а о том, как  
вам важно быть с ним вдвоем в какое-то время, и дочка тут  
совершенно ни при чем. Вот попробуйте это отделить.

*Ага, я поняла.*

Если вдруг я прав и это дефицит парного общения, то  
можно об этом попросить. И тогда все само начнет налажи-  
ваться. Я не верю, что на самом деле вы страдаете от того,  
что вашему ребенку хорошо, быть такого не может.

*Я согласна с фразой «дефицит общения». Это  
вы хорошо сказали, потому что действительно  
получается, что я даже не могу с ним поговорить о  
личном, пока ребенок не уснет. А это совсем поздно,  
муж уже уставший. Иногда я весь день жду, чтобы  
что-то сказать.*

А вы придумайте для этого какие-то хитрости, чтобы по-  
быть вдвоем. Может, вы вечером будете выходить гулять с

собакой или просто говорить ему: «Дорогой, хочу с тобой пройтись. Мне это очень важно, я тебя очень об этом прошу». Разные штуки могут быть.

*Да, я понимаю.*

И последнее. Ваша дочка хочет рисовать, как и вы. Это же здорово, что она стремится быть похожей на маму, что вы для нее так важны и она идет по вашим стопам!

*Я об этом думала, но сначала испугалась, что нужно будет поделиться своим рисованием.*

Правильно, испугались, имеете на это право. В вашем лице я имею дело с человеком очень рефлексирующим, который занимается самопознанием и не боится смотреть правде в глаза. Вы способны сделать и следующий шаг. Тогда вы почувствуете кайф от того, что дочка восхищенными глазами смотрит на маму и идет по маминым стопам. Потому что «хочу быть как мама» – это такая круть! Так что в этом смысле у вас еще и совершенно удивительный ребенок, на которого вы с мужем с разных сторон влияете, а она на вас.

*Да, я поняла... Хочу сказать по поводу «хочу быть как мама». Она постоянно сравнивает мои заслуги и свои, то есть первая начинает: «А как ты училась по английскому? А вот когда тебе было десять, ты так делала?»*

Кристиночка, ну она же это делает, потому что рядом с ней такая хорошая «учительница»!

*Просто я к тому, что иногда не знаю, что ответить.*

*Если, например, я знаю, что по каким-то предметам училась лучше, то не хочется, чтобы она чувствовала себя неловко из-за этого. И в то же время не хочется врать: «Да нет, у меня тоже не получалось, как и у тебя». Что лучше отвечать в такие моменты?*

Мне кажется, лучше говорить, что это все неважно и что вы самые близкие друг другу люди вне зависимости от того, как каждая из вас училась и как каждая из вас вышивает крестиком. Вы друг друга любите по другой причине, потому что вы мама и дочь, и на многие вещи смотрите одинаково. «Почему тебе важно, как я училась? Да по-разному училась. Могу рассказать, если тебе интересно».

*Ну, на учебе мы не заикливаемся. Ей важно знать, например, в каком возрасте я села на шпигат или когда у меня стало получаться рисовать человека.*

«Не помню, неважно», – так и говорите.

*Поняла.*

«Мне это не кажется важным. Интересно даже, почему тебя это волнует, а меня нет». Пусть и она научится так же чудесно рефлексировать, как вы.

*Спасибо вам большое!*

# Где мой папа?

У нас на связи Надежда из Перми. Здравствуйте!

*Здравствуйте! Я мать-одиночка. Мы живем с дочкой вдвоем. Ей шесть с половиной лет. Она у меня периодически спрашивает: «Где мой папа?» И я все время ей объясняю, что его просто нет. Она его никогда в жизни не видела, мы не общаемся и не будем общаться. Я была замужем, она смотрит мои свадебные фотографии и видит, что у меня был муж. Муж умер. Дочка родилась через несколько лет после этого. Как мне ребенку объяснить, где ее папа?*

У вас действительно не было никаких отношений с ее биологическим отцом?

*Да. Никаких нет и не будет. Дочка говорит в садике, что ее папа умер на войне. И я понимаю, что она провела ассоциацию с моим бывшим мужем. Вот и считает его своим отцом. Но пройдет еще год-два, и она поймет, что отчество другое. И что...*

Надежда, нужно сказать ей правду. Я всегда рекомендую говорить правду. Для этого нужно найти слова, чтобы объяснить ей, как было дело. Скажите ей, что вы очень хотели, чтобы она у вас появилась. Вы искали такую возможность и в какой-то момент поняли, что для этого вам нужна встреча с мужчиной. Ее не интересуют физиологические подробности.

сти, поверьте мне. В какой-то момент, конечно, заинтересуют. Через год-два. Помогите ей понять, что значит «у тебя папы нет и никогда не было». У вас было искусственное или неискусственное оплодотворение?

*Неискусственное. А что ей говорить ребятам в садике и потом в школе? Просто она не сможет ответить на такие вопросы.*

Ой, да ладно? Сегодня все семьи устроены по-разному. Вот вы сказали: «Я мать-одиночка». Ну какая вы мать-одиночка? У вас чудесная семья, просто в ней два человека. Да, есть семьи, в которых мама, папа и ребенок, а есть семьи, где только мама и ребенок или папа и ребенок. Мне кажется, это такая ерунда. Не думайте вы о том, как и что она будет объяснять. Этот разговор не возникнет в первом классе. Это никого не интересует. Уверяю вас, она сможет объяснить это взрослыми словами и будет уверена в сказанном. Не волнуйтесь. Есть такой принцип в педагогике: всегда отвечайте на вопрос, который вам задают. Да, иногда ребенок нас о чем-то спрашивает, и мы от испуга начинаем нести пургу. Просто отвечайте на вопросы, которые она вам задает.

*А если она у меня спросит, а я ей отвечу: «Его просто нет»?*

Да нет, Надежда, биологический-то есть. Его нет в вашей жизни, вы так решили. Но он существует. Благодаря честному объяснению с вашей стороны она поймет, что мама –

взрослый человек и может ответить на любой вопрос и рассказать, почему она рассталась с мужчиной, с которым провела какое-то время. Поищите в интернете или в хорошем книжном магазине книжки для детей семи-восьми лет про то, как дети появляются на свет. Есть замечательные, чудесные книги, которые помогают родителям говорить с детьми на эту тему, они созданы для того, чтобы нам было легче. Посидите и посмотрите с ней картинки. После этого у нее, скорее всего, никаких вопросов не останется.







\* \* \*

К нам на СМС-портал пришло такое сообщение:

*«Здравствуйте! У моей подруги есть сын, ему пять лет. Она родила вне брака. Мальчик подрос и все время спрашивает про папу. Она вообще не хочет о нем говорить. Это неправильно. Что бы вы посоветовали?»*

Согласен с автором сообщения. Если человек задает вопрос, то нужно на него отвечать. Тем более если это любимый человек. И нужно говорить правду. Пять лет – это удивительный возраст... Ваша подруга должна объяснить сыну, как он появился на свет и что отношения складываются по-разному, что родила она его от человека, которого, возможно, любила. Очень важно сказать ему, что у него, как у всех людей на земле, есть как минимум биологические мама и папа. Семья – это не три человека. Она может состоять и из двух человек. С этой точки зрения самый ужасный термин – «неполная семья». Нет никакой неполной семьи! Любая семья полная.

\* \* \*

Теперь у нас на связи Елена из Санкт-Петербурга. Здравствуйте!

*Добрый день, Дима! Моей дочери пять с половиной лет. С супругом мы разведены уже четыре года. Бывший муж приезжает к дочке раз в две-три недели на три-четыре часа, между визитами ребенком не интересуется, не звонит, не общается, вопросов*

*никаких не задает. То есть, на мой взгляд, происходит такое формальное общение, для галочки. Дочь очень переживает, отца любит, спрашивает, почему папа не приезжает, просится к нему в гости. Папа в гости пока не приглашал. Я со своей стороны, естественно, тоже переживаю из-за этой ситуации, считаю бывшего супруга плохим отцом, как результат, обижаюсь на него, испытываю к нему неприязнь, злость. Вопрос: как помочь дочери и как помочь себе, чтобы это негативное мнение о супруге не передавать ребенку, тем самым делая ей еще хуже?*

А вы с ним об этом разговаривали?

*Конечно.*

Что он говорит?

*Четыре года назад, когда мы только разошлись, я говорила ему, что ребенку не хватает отца. Он считает, что все в порядке, он уделяет ребенку столько времени, сколько может, и вообще, он сам вырос без отца, поэтому ничего страшного в этом нет.*

Я разделю свой ответ на несколько подтем. Значит, вы говорите, что испытываете к нему неприязнь. Вам надо бы хорошо поработать над собой. Я имею в виду, например, психолога. Вы расстались четыре года назад, ну какие чувства? Это такая штука, которую надо закрыть, как говорят мои коллеги.

*Извините, я уточню: чувство неприязни я*

*испытываю не из-за наших с ним отношений, а из-за того, что я его считаю плохим отцом. То есть я чувствую к нему раздражение из-за его отношения к дочери.*

Лен, я вас понимаю, но в этом смысле, к сожалению или к счастью, он вам уже чужой человек. И он такой отец, каким считает нужным быть. Я тоже не в восторге от того, что вы рассказываете. Но в его словах есть своя правда. Ну что поделаешь? Так что вам надо сосредоточиться на взаимоотношениях с девочкой. При этом с ним надо поговорить на эту тему. Вы сказали, что беседовали с ним четыре года назад об этом, но это далековато по времени. Он должен знать, в чем тут штука. Если вы будете говорить человеку, особенно чужому: «Ты плохой отец», то ничего, кроме негативной реакции, это не вызовет. Надо попробовать переформулировать вашу мысль в конкретное пожелание. Например, может ли он звонить раз в два дня или раз в месяц проводить с ней два-четыре часа не у вас дома? Попросите его о чем-то конкретном. Не исключено, что он услышит, потому что сам говорит: «Я рос без отца, я не знаю, что это такое. Я не умею быть им». Не учите его, а просто попросите. Может, он скажет: «А мне ничего не стоит звонить каждый день и по пять минут разговаривать с дочкой». Ну и все. Еще раз: не воспитывайте его. Не в этом дело. Просто скажите: «Твоей дочери будет очень приятно». Вот на таком уровне.

Что касается вашей дочери, то говорите с ней откровенно-

но. «Мы с папой были вместе, потому что нам было хорошо. Но потом все изменилось, и четыре года назад мы расстались. Теперь у каждого из нас своя жизнь. Я вижу, что тебе его очень не хватает. Я обязательно с ним поговорю. Но это его жизнь, и он сам принимает в ней решения. Мы должны к этому относиться с уважением. К сожалению, мы не можем папу заставить звонить или приходить чаще. Приходи ко мне, когда тебе будет грустно. Мы с тобой об этом поговорим. Я на твоей стороне, я всегда тебя защищу». Не говорите ей, что папа плохой или что он капитан дальнего плавания и уплывает в далекий рейс. Говорите с ней детскими словами, но честно.

*Но как вызвать ее на этот разговор? Просто, мне кажется, это достаточно болезненная тема.*

А зачем вызывать? В этом нет никакого смысла. У нее свои переживания, не менее яркие, чем у нас с вами. Главное, чтобы она не постеснялась с вами пообщаться на эту тему, когда захочет. Почему она может постесняться? Потому что я слышу в ваших словах довольно много боли. Из-за этого она может вас просто пожалеть: «Да, маме трудно об этом говорить, поэтому я должна это пережить как хорошая дочь». Для нее эта ситуация очень тяжелая. Отношения с отцом – это ее отношения, у вас отношения с бывшим мужем строятся только через нее. Удачи, Елена!

*Спасибо большое, Дима!*

\* \* \*

С нами Инна из Московской области. Здравствуйте!

*Здравствуйте, Дима! Моей дочери девять лет. Мы с мужем развелись, когда ей было три с половиной года. Она проживает со мной. После того как мы разошлись, отец исчез из жизни ребенка, но она спрашивает: «Когда я увижусь папу? Я очень его люблю». Однако на контакт он со мной не идет ввиду того, что я подала на алименты. С нами живет бабушка, моя мама. Мы дарим любовь ребенку, пытаемся компенсировать отсутствие отца, но дочь все равно спрашивает о нем. Пришлось соврать, что отец уехал далеко на север. Но я прекрасно понимаю, что близится время, когда мне нужно будет сообщить о том, что у ее отца другая семья, в которой уже родился ребенок. Она видит, как детей забирают отцы из школы, и у нее рождается непонимание: «Почему мой папа не приходит?»*

А отец живет в том же городе, что и вы?

*Да.*

У вас есть какой-то канал связи?

*Ранее я переписывалась с ним по электронной почте, потому что на звонки он не отвечал. Я звонила ему без каких-либо запросов, просто хотела, чтобы он общался с дочерью, которая его очень любит и ждет.*

*Мы нехорошо расстались, и мне кажется, что он таким образом выражает свою обиду: «Я сделал тебе больно через ребенка». Но на мои сообщения он отвечал: «Это не мой ребенок, а твой. Разбирайся, живи сама».*

При всей сложности этого вопроса попробую ответить максимально просто. Во-первых, вам нужно собраться с силами и написать письмо, раз нет другого канала общения. Выделите себе много времени на это, чтобы точно сформулировать, что вы ему предлагаете. «Смотри, речь идет вообще не обо мне, не о моих отношениях, а о том, что наша дочка задает такой вопрос. Она бы очень хотела общаться с папой. Взвесь, пожалуйста...» Естественно, я не буду диктовать вам это письмо. Я понятия не имею, каким оно должно быть. Во-вторых, если ваша дочь видит, как папы забирают из школы своих детей, это совершенно не значит, что в этот момент она глубоко несчастна.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.