

#СЕМЕЙНЫЙ КОД



ДМИТРИЙ РОСОХА

НУМЕРОЛОГИЯ

СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Нонфикшн. Тайны знания

Дмитрий Росоха

Нумерология семейных отношений

«Издательство АСТ»

2022

УДК 159.92
ББК 88.5

Росоха Д.

Нумерология семейных отношений / Д. Росоха — «Издательство АСТ», 2022 — (Нонфикшн. Тайны знания)

ISBN 978-5-17-136416-8

Нумерология семейных отношений» – это совокупность простых и действенных методик психологии, нумерологии и педагогики, призванных помочь читателям разобраться в себе и своих отношениях с самыми близкими людьми: детьми и родителями. Эта книга не о нумерологии и даже не о воспитании как таковых. Ведь под воспитанием часто понимают некое осознанное воздействие со стороны взрослого (старшего) по отношению к ребенку (младшему). А понимание того, что такое нумерология, вообще у каждого свое и часто не имеющее ничего общего с действительностью.

На самом деле эта книга о том, как создать гармоничные, то есть полные внимания, уважения и взаимопонимания отношения с ребенком при помощи знаний нумерологии, психологии и педагогики. Задача этой книги не в том, чтобы рассказать вам, как сделать из ребенка успешного вундеркинда, который будет достоин своих родителей или даже превзойдет их. Нет, задача этой книги в том, чтобы научить вас понимать потребности вашего ребенка, его уникальные особенности, таланты и потенциал и помочь ему выбрать тот жизненный путь, который будет в радость и счастье именно ему самому. Эта книга не потребует от вас каких-либо специальных знаний и будет понятна всем. Дмитрий Росоха собрал в ней самые важные и полезные инструменты психологии, педагогики и нумерологии, которые помогут сделать жизнь вашего ребенка и ваши с ним отношения более счастливыми и гармоничными. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 159.92
ББК 88.5

ISBN 978-5-17-136416-8

© Росоха Д., 2022

© Издательство АСТ, 2022

Содержание

Введение	7
Почему я написал эту книгу?	7
Семейное счастье: почему же я выбрал именно эту тему для книги?	8
О чем и для кого написана эта книга?	9
Как читать эту книгу?	10
Глава 1. Род человека и основные законы семейной системы	11
Род и семейная система	12
Родовые программы	14
4 закона семейной системы	17
Глава 2. Что такое воспитание, функции родителей	21
2.1. Мифы о воспитании. Ошибки родителей	21
2.2. Функции родителя	24
1. Безопасность: физическая и эмоциональная	24
2. Любовь и принятие	24
3. Помощь ребенку в принятии и проживании чувств	25
4. Обучение границам	26
2.3. Хороший родитель	30
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Дмитрий Росоха

Нумерология семейных отношений

© Росоха Д., текст

© ООО «Издательство АСТ»

Введение

Почему я написал эту книгу?

В 2019 году вышла наша с Людмилой Росоха книга «Кармическая нумерология. Путь к себе». Людмила – моя мама, так же, как и я, психолог и нумеролог. Эта книга была посвящена основам Западной нумерологии и была призвана познакомить читателей с квадратом Пифагора и частично с Числом Жизненного Пути (ЧЖП), который я обычно называю нумерологическим психотипом.

Мы очень рады, что наша книга вызвала интерес и начинающих, и даже практикующих нумерологов. Вместе с отзывами и комментариями о книге мы стали получать множество вопросов на самые разные темы: здоровье и предназначение в нумерологии, поиск и совместимость с партнером, родовые программы, воспитание детей и многое другое.

Изначально мы планировали написать совместно цикл книг, посвященных наиболее распространенным вопросам. Но, хотя написание книги в соавторстве имеет свои несомненные плюсы, есть в нем и свои сложности. Так, несмотря на то, что мы с моей мамой являемся не просто коллегами, учителем и учеником, но и членами одной семьи, мы все-таки разные люди. Люди разного пола, возраста, принципов жизни, обладатели существенно разных матриц. Поэтому мы решили написать новые книги самостоятельно друг от друга на ту тему, которая наиболее близка и интересна каждому из нас. Я надеюсь, что для вас, наши дорогие читатели, это станет хорошей новостью, так как мы сможем порадовать вас сразу несколькими книгами на разные темы.

Семейное счастье: почему же я выбрал именно эту тему для книги?

Причин, на самом деле, несколько:

1. Еще на первом курсе вуза мне в руки попала книга по психологии, которая захватила меня с головой. Именно тогда я понял, насколько интересным для меня является исследование внутреннего мира человека, истоков появления его жизненных принципов, ценностей, проблем и способов их разрешения. С того самого момента, когда я открыл свою первую книгу по психологии, и по сей день я продолжаю ее изучение. Так, ранее я уже прошел обучающий курс на психолога-консультанта по специальности «Системная семейная психология», а сейчас продолжаю свое обучение на педагога-психолога по специальности «Дошкольное образование и детская психология».

2. Именно тему детско-родительских отношений я выбрал, потому что, как бы банально это ни звучало, я полностью согласен с идеей о том, что корни многих наших проблем уходят в детство. Я неоднократно убеждался в этом и на практических занятиях во время обучения, и в своей собственной практике индивидуальных и групповых психологических консультаций. Поэтому я верю, что правильное воспитание и развитие ребенка с самого детства может развить в нем много полезных качеств и черт личности и оградить от потенциальных проблем, с которыми ему придется разбираться в будущем самостоятельно или при помощи психолога.

3. В конечном счете самая главная причина выбора мной именно этой темы – это особенность моего характера. С самого детства меня волновала тема отношений и взаимопонимания с другими людьми. Причина такого интереса, с точки зрения нумерологии, для меня сейчас совершенно очевидна – это ключевая ценность в жизни почти всех представителей эмоциональных психотипов и психотипа 2 в частности. Если вы сейчас ни слова не поняли – не переживайте, все обязательно встанет на свои места по мере прочтения этой книги.

О чем и для кого написана эта книга?

Скажу сразу – эта книга не о нумерологии и даже не о воспитании как таковых. Ведь под воспитанием часто понимают некое осознанное воздействие со стороны взрослого (старшего) по отношению к ребенку (младшему). А понимание того, что такое нумерология, вообще у каждого свое, и оно часто не имеет ничего общего с действительностью.

На самом деле эта книга о том, как создать гармоничные, то есть полные внимания, уважения и взаимопонимания отношения с ребенком при помощи знаний нумерологии, психологии и педагогики. И здесь я подчеркну: задача этой книги не в том, чтобы рассказать вам, как сделать из ребенка успешного вундеркинда, который будет достоин своих родителей или даже превзойдет их. Нет, задача этой книги в том, чтобы помочь вам научиться понимать потребности вашего ребенка, его уникальные особенности, таланты и потенциал и помочь ему выбрать тот жизненный путь, который будет в радость именно ему самому.

Эта книга не потребует от вас каких-либо специальных знаний и будет понятна всем, вне зависимости от ваших знаний в психологии, педагогике или нумерологии. Я собрал в ней самые важные и полезные, на мой взгляд, инструменты этих трех сфер знаний, которые помогут сделать жизнь вашего ребенка и ваши с ним отношения более счастливыми и гармоничными.

В завершение вводной части хочу вас заверить в нескольких вещах:

1. Методы и знания, описанные в этой книге, будут полезны вне зависимости от возраста вашего ребенка. Разница будет лишь в количестве времени, сил и терпения, которые вам понадобятся вложить в их применение, в зависимости от возраста ребенка и уже сложившегося между вами уровня отношений и доверия.

2. Хотя эта книга посвящена в первую очередь воспитанию детей, она предназначена не только для родителей. Эти знания помогут лучше разобраться в отношениях не только с детьми, но и с собственными родителями, супругом и людьми вообще.

3. Научившись лучше узнавать других людей, вы получите инструмент познания и самих себя. Ведь механизмы выбора призвания, профессии, хобби, партнера и окружения схожи для всех людей.

Таким образом, главная тема этой книги – ответ на вопрос «Как правильно определять уникальные особенности личности человека?» и научиться принимать решения относительно любых аспектов его жизни.

Как читать эту книгу?

Эта книга состоит из двух основных блоков: психолого-педагогического и нумерологического.

Начну со второго, нумерологического. Его задача состоит в том, чтобы дать вам инструменты познания себя и близких с помощью анализа их даты рождения и ФИО. Во время чтения блока желательно сразу рассчитать соответствующие нумерологические показатели для себя и нескольких наиболее близких людей. Так описание цифр будет для вас наиболее наглядным. Это позволит лучше понять причины определенного поведения близких и мотивы собственных действий.

Описание цифр лучше читать по порядку, не пропуская описание каких-либо из них. Именно так, в сравнении со всеми показателями, вы сможете наиболее полно понять их суть и отличия друг от друга. Есть такие показатели, которые на первый взгляд могут показаться одинаковыми, но при более подробном рассмотрении становится очевидно, что они существенно разные.

И все же знание нумерологии само по себе редко способно изменить жизнь человека и его отношения с окружающими. Ведь это лишь один из многих инструментов познания человека, который еще нужно уметь правильно применять. Именно поэтому данная книга начинается с краткого знакомства с психологией и основ педагогики. Задача этого блока книги в том, чтобы помочь определить понятие «нормы» в семье, отношениях и воспитании. Конечно, в каждой семье эта «норма» будет по-своему уникальной, но понимание ее главных основ и законов даст вам хотя бы примерный ориентир для развития и применения новых знаний.

Глава 1. Род человека и основные законы семейной системы

Прежде всего я бы хотел остановиться на обозначении и объяснении таких понятий, как «род» и «семейная система».

Эти два понятия и связанные с ними правила помогут нам ответить на следующие вопросы:

1. Какие существуют законы семейных отношений?
2. Что такое воспитание?
3. Какие функции у родителей, и кто такой «хороший» родитель?
4. Понятие долга в детско-родительских отношениях: кто, кому и что должен?

Род и семейная система

В последние годы все более популярными становятся темы, связанные с родом человека: его родословная, опыт и традиции предков, различные так называемые родовые программы и их влияние на жизнь каждого представителя рода. При этом подобные упоминания делятся на две категории: позитивные и негативные.

В позитивном ключе род человека упоминается обычно в контексте обретения помощи и поддержки рода, его благословения, а также возрождения родовых традиций или информации о родословной его членов, например, в виде родового дерева – генограммы.

В негативном же ключе род человека обычно упоминают говоря о различных родовых программах, например, программы безбрачия, бездетности, болезней, нищеты и т. д. Вы также можете часто слышать такие фразы, как «Излечение рода», «Проработка или снятие негативных родовых программ».

Тема рода человека тесно связана с развитием каждого из его членов и в особенности детей.

Поэтому важно понять, что же из себя представляет род человека, какое влияние он оказывает на каждого из своих представителей и насколько важны его «позитивные» или «негативные» программы.

В первую очередь стоит дать определение самому понятию рода человека. Род – это совокупность людей, объединенных кровными связями в прошлом, настоящем и будущем. Иными словами, род человека – это все его кровные родственники вне зависимости от близости родства, личного знакомства и периода своей жизни.

Оказывает ли род человека влияние на каждого из своих членов? Совершенно точно – да, оказывает. Самым наглядным примером такого влияния является генетика человека, которая находит свое отражение, например, во врожденных физических особенностях и болезнях человека. Психические особенности человека также в немалой степени формируются под влиянием его родословной. Так, наличие каких-либо психических болезней у родителей существенно повышает шанс появления их у потомков.

Поэтому существует вполне реальная практическая польза от сбора сведений о своей родословной: понимание того, какие физиологические и психические особенности вы могли унаследовать от своих предков. Обладая такой информацией, вы можете заранее обратиться к соответствующим специалистам, предотвратив либо смягчив проявление негативных наследственных особенностей.

Но существуют ли «родовые программы», названные выше программами безбрачия, нищеты, и тому подобные? И если существуют, то как они работают и что с ними делать? К этим двум вопросам мы вернемся немного позже, после определения понятия «семейная система».

Понятие «семейная система» лежит в основе отдельного направления в психологии, которое так и называется: системная семейная психотерапия.

Главное отличие семейной системы от рода заключается в том, что она включает в себя не только кровных родственников человека, но и всех людей, которые оказали сильное пози-

тивное или негативное влияние на самого человека и его родственников. Самым наглядным примером людей, которые не являются родственниками человека, но входят в его семейную систему, являются приемные родители.

Кроме того, в этот список могут входить:

- Супруги и партнеры, с которыми существует физическая или сильная эмоциональная связь.
- Сводные братья и сестры.
- Дети супруга от другого партнера.
- Люди, которые помогли системе выжить (спасли жизнь от болезни, голода и т. д.).
- Люди, оказавшие сильное позитивное влияние (приемные родители, няня, покровитель и т. д.).
- Люди, оказавшие сильное негативное влияние (враги, убийцы, насильники и т. д.).

Иными словами, в семейную систему, помимо кровных родственников человека, входят все люди, которые оказали значительное влияние на психическое, физическое или материальное состояние хотя бы одного ее члена. Таким образом, количество людей, являющихся частью семейной системы, может быть значительно больше, чем членов рода. Следовательно, больше будет и количество факторов, оказывающих влияние на становление и судьбу человека.

Разница этих двух понятий очень важна, потому что обычно работа с родом предполагает повышенное внимание к роли родителей и других предков человека, однако полностью игнорирует влияние, например, няни, с которой человек мог провести большую часть своего детства. А ведь такая няня могла оказать серьезное влияние на становление личности человека. Наглядно такое влияние мы можем увидеть, с одной стороны, в стихах Пушкина, а с другой – в новостных сводках о нянях, совершающих физическое и психическое насилие над ребенком. Таким образом, стоит понимать, что поиски ответов через работу с родом или родовой системой могут дать вам существенно разные результаты.

Родовые программы

Теперь рассмотрим понятия «родовые» или «системные» программы: что это такое, как они формируются и как с ними можно работать.

Часто эти термины воспринимаются исключительно в негативном контексте и ассоциируются с такими «диагнозами», как безбрачие, бездетность, нищета и многие другие. Стоит сразу отметить, что все эти «программы» активно используются специалистами эзотерических направлений. Поэтому, если вы захотите самостоятельно поискать информацию на данную тему, я бы рекомендовал использовать для поиска психологический термин «установка», значение и особенности которого разберем чуть ниже.

Итак, что же обычно понимают под термином «программа».

Как правило, им описывают различные события (позитивные и негативные), которые повторяются в роду человека в двух и более поколениях. Например, несчастливые браки, разводы, болезни, вредные привычки и многое другое, проявляющееся у самого человека, а также его родителей и/или бабушек и дедушек, и т. д. Поскольку мы гораздо чаще обращаем внимание именно на повторяющиеся негативные события, чем позитивные, то и программы обычно связывают именно с негативными событиями и судьбами людей. Ведь вряд ли кто-то станет обращаться, например, к психологу, чтобы выяснить, почему уже несколько поколений его семьи живут счастливой и успешной жизнью. И, тем не менее, такая закономерность тоже является родовой программой. Поэтому не стоит воспринимать понятие программы исключительно в негативном ключе.

Стоит сразу отметить два момента:

1. Родовые программы действительно существуют.
2. Они не имеют никакого отношения к магии, проклятиям и другим сверхъестественным вещам.

Саму же механику появления и работы программ мы разберем немного ниже, после знакомства с близким, но все-таки отличающимся по смыслу психологическим понятием «установка».

Установка – это программа поведения, которая заложена у человека в подсознании. Сам человек не осознает этот факт или прослеживает тенденцию уже после совершения поступков.

В отличие от родовой программы, понятие установки, с одной стороны, является более емким, так как включает в себя не только те события, которые повторяются в течение нескольких поколений, но вообще все поступки и события в жизни человека, причину которых он сам осознать не может. С другой же стороны, понятие установки допускает, что у одинаковых событий и поступков разных людей могут быть и разные причины, даже если это члены одной семьи (рода или системы).

Итак, как же формируются и затем воздействуют на человека родовые программы и установки? Рассмотрим в качестве примера ситуацию, когда у человека несколько раз семейные отношения заканчивались разводом.

О проявлении в этой ситуации влияния родовой программы обычно говорят в том случае, если с аналогичной ситуацией сталкивался кто-то из предков человека и особенно в случае

неоднократного ее повторения в течение нескольких поколений. В таком случае могут говорить о наличии негативной родовой программы или даже родовом проклятье и необходимости проработки или излечения рода. Сразу отмечу, что я не сторонник подобного подхода и трактовок, так как вижу в нем излишнее стремление к магическому восприятию мира. Что же до «излечения» рода, то это просто не под силу человеку ни физически, ни психически. Ведь далеко не каждый человек способен изменить собственную жизнь, например, заняться спортом или бросить вредную привычку. Что же говорить о том, чтобы заставить измениться («излечиться») другого человека, особенно более взрослого? Банальное вроде бы использование мобильного телефона может вызвать у человека преклонного возраста проблемы и противодействие. Стоит ли говорить о том, чтобы изменить сознание человека и его отношение к жизни, например, к семейным ценностям?

Поэтому не стоит стремиться к «излечению» или «спасению» всего рода, если в вашей жизни есть какие-либо проблемы. Даже если точно такие же проблемы есть у ваших родителей или других членов рода или семейной системы. Безусловно, как мы уже обозначили ранее, каждый член семейной системы оказывает некоторое влияние на всех остальных. Однако все же будет ошибкой полагать, что один единственный человек способен привести всех членов системы к «излечению» либо наоборот. Помните, каждый человек в полной мере может быть ответственным только за себя и частично за младших членов системы (дети, внуки), пока они не достигли совершеннолетия. Подробнее об этом поговорим в следующей главе, посвященной основным законам семейной системы.

С точки зрения психологии, причины жизненных неудач могут быть разными, и они не обязательно строго связаны с подобными ситуациями в семейной системе. Разберем лишь один из возможных вариантов появления у человека установки, приводящей к разрыву семейных отношений. Допустим, что в нашем случае причина этой проблемы действительно кроется в неудачном опыте родителей человека. В таком случае человек с самого детства мог видеть негативный опыт родителей в виде непонимания, конфликтов и отсутствия взаимного уважения.

Не имея другого наглядного примера семейных отношений, он мог сделать подсознательный вывод о том, что все семейные отношения строятся на взаимных претензиях, и это в принципе является нормой. В таком случае не удивительно, что во взрослой жизни ему может быть сложно найти партнера, который согласится терпеть к себе неуважительное и потребительское отношение.

Возможен и другой вариант формирования у такого человека установки по отношению к семейным отношениям. Видя негативный опыт родителей, он решает для себя никогда не допускать подобного отношения в собственной семье и хочет создать ее на основании доверия и любви. Однако это здоровое в своей сути стремление превращается в очень болезненное восприятие всего, что хотя бы отдаленно напоминает ему опыт родителей. Он становится очень ранимым, обидчивым и разрывает отношения при первом же подозрении на неуважительное к себе отношение, даже если на деле это совсем не так.

Как видите, одна и та же ситуация может привести человека к самым разным выводам и стремлениям, которые к тому же он часто сам не осознает. Таким образом, его поведение в некоторых ситуациях становится рефлексивным, неподконтрольным самому человеку. И задумываться о происходящих разрывах и их причинах он начинает уже слишком поздно или даже никогда.

В подобных ситуациях самым важным является осознание человеком причин его поступков и принимаемых решений. Если корень проблем кроется, как в нашем примере, в негативном опыте родителей, это вовсе не означает, что обязательно нужно научить родителей правильному отношению друг к другу. Зачастую это будет просто невозможно. Самое главное после осознания человеком своих поступков и их причин – это поиск способов осознанного изменения своего отношения к актуальной проблеме и принятия решений. И наоборот, стремление сначала изменить семейную систему и старших ее членов в лучшем случае не принесет хороших результатов. А в худшем – создаст еще большее напряжение и новые конфликты.

Поэтому поиск источника какой-либо проблемы в «родовых программах или проклятиях» является, по сути, перекалыванием ответственности за свои поступки или даже бегством от признания реальных причин. Эти причины действительно могут уходить корнями в детство человека и опыт родителей. Однако для их разрешения необходимо не пытаться «спасти» весь род, а осознать и изменить форму своего собственного участия в проблемной ситуации. В этом как раз и помогут психология и нумерология.

4 закона семейной системы

Как и в любом обществе, в семейной системе есть свои законы. Конечно, они не прописаны на законодательном уровне, и часто люди их могут не осознавать.

Тем не менее, даже неосознанное следование этим законам обеспечивает системе как минимум выживание, а как максимум – развитие всей системы и отдельных ее представителей, определив для них хорошие взаимоотношения с людьми, психологическое здоровье, социальный успех, возможность создания новых семей и продолжения всего рода.

1. Закон принадлежности

Каждый член семейной системы имеет право на признание своей принадлежности к ней. То есть каким бы сложным или негативным ни было отношение к кому-то из членов системы, нельзя замалчивать или отрицать факт его существования.

Например, рассказы ребенку о папе – капитане дальнего плавания или секретном агенте в случае реального расставания и плохих отношений с ним; замалчивание или полное отрицание существования кого-то из членов системы («плохой» родственник, нерожденный или рано умерший ребенок). В таких случаях другой член семейной системы (часто ребенок) может неосознанно «встать на место» того, от кого отказались. В таком случае ребенок может внезапно начать проявлять манеру поведения, поступков и речи, например, отца, которого он мог ни разу не видеть.

По этой же причине в семье важно признавать наличие нерожденных или рано умерших детей. Причем это важно и для родителей, и для последующих детей. У родителей замалчивание таких детей может проявляться в виде чувства вины и стыда, из-за которых последующие дети могут получать меньше искреннего тепла и заботы, либо, наоборот, страдать от гиперопеки. Ребенок же, не знающий о таком брате/сестре, может ощущать беспокойство, напряжение или ревность, особенно если родители все еще остро переживают утрату.

Конечно, важно правильно выбрать время и способ рассказа ребенку об отце или брате/сестре, которых он не застал – далеко не всегда нужно рассказывать все в деталях. Не стоит заострять внимание ребенка на проблемах (измена, пагубные привычки и т. д.), лучше подчеркнуть то хорошее, что вы можете сказать об этом человеке. Главная задача такого рассказа в том, чтобы ребенок узнал о существовании другого члена системы и получил общее представление о нем.

Бывает и так, что у членов одной семейной системы (братьев/сестер, детей и родителей, супругов) со временем портятся отношения. И хотя, наверное, все мечтают о крепкой и дружной семье, в жизни отношения бывают разными. Члены семьи НЕ ОБЯЗАНЫ всю жизнь сохранять исключительно хорошие отношения и поддерживать видимость семейного счастья ради внешнего приличия или, например, детей. Если отношения уже испортились и их никак не получается исправить ни самостоятельно, ни при помощи специалиста, то не обязательно поддерживать их из последних сил. Для семейной системы и самого человека в таком случае важен факт признания другого члена системы. То есть родственники, супруги, родители и дети могут прекратить болезненное («токсичное») для них общение, но им необходимо признавать сам факт существования друг друга. Даже детям, от которых отказались родители, важно осознание факта их наличия, потому что он дает хотя бы малую часть той внутренней опоры, которую родители могут обеспечить детям.

2. Закон иерархии

Для простоты восприятия его лучше разделить на 2 части:

1. Старший член системы имеет приоритет перед младшим.

2. Новая семейная система имеет приоритет перед старой.

Первая часть этого закона может показаться похожей на принцип «старших нужно уважать», но на самом деле все не так банально. На деле его суть заключается в том, что старшие члены системы (семьи) являются более ценными, чем младшие, и поэтому наделяются приоритетом в правах, обязанностях и ресурсах системы.

Разберемся на примере от обратного:

Часто в семьях можно встретить такую ситуацию, когда после рождения ребенка все внимание и силы родителей оказываются направлены на него, а не друг на друга. Спустя какое-то время рождается второй ребенок, и теперь он начинает получать большую часть внимания и любви «в обход» старшего. Конечно, может показаться, что это нормально, ведь маленький ребенок требует к себе больше внимания, заботы и контроля родителей. НО! Ведь часто такая тенденция сохраняется, когда младшему исполняется 1 год, потом 2, 5, 10. Годы идут, а родители продолжают больше внимания уделять младшему, потом остатки сил старшему (или вообще ничего) и только в последнюю очередь – друг другу.

Что происходит в таком случае? Сначала родители забывают, что ребенок – это результат их любви друг к другу. Из отношений начинает пропадать романтика, интимная жизнь. Иногда такие пары даже начинают обращаться друг к другу «мама» и «папа». Такая ситуация редко проходит бесследно для отношений супругов и даже может приводить к разводу. Потом, с рождением второго ребенка, ему достается все внимание, которое раньше получал старший. Порой родители идут дальше и начинают заставлять старшего во всем уступать младшему: «Ну он же маленький – отдай игрушку», «Не реагируй на его поведение» и т. д. Что происходит в этом случае? Старший ребенок начинает ревновать младшего к родителям, винить его (и небезосновательно) в том, что теперь родители начали проявлять ему меньше любви и заботы, а порой еще и перекладывают на него заботу о младшем брате/сестре без какого-либо поощрения взамен. Справедливо? Конечно, нет.

Еще одним примером нарушения этого закона является ситуация, когда в семье нарушаются роли детей и родителей. Например, если несовершеннолетний ребенок по какой-то причине начинает брать на себя бразды правления над родителями: принимать за них решения, контролировать, разрешать проблемы и конфликты родителей либо ставить собственные интересы выше родителей, которые ему в этом потакают. В таком случае ребенок не получает образа и примера родителей как источника заботы, любви, безопасности и ответственности. Такие дети могут вырасти, на первый взгляд, очень самостоятельными и даже достичь реальных успехов. Вот только из-за такого опыта им будет сложно доверять людям (родственникам, друзьям, супругу), отпускать контроль над чем-либо и позволять себе расслабляться. Такие люди могут долго отрицать наличие у них проблем и отказываться от помощи близких либо специалистов (врача, психолога). В дальнейшем они могут требовать от своих детей еще большей самостоятельности, лишая их полноценного детства.

Как же правильно поступать в соответствии с этим законом?

После рождения ребенка, пока он совсем маленький и ничего не может делать сам, он, конечно, будет требовать максимум внимания – без этого никак. Хотя и в этом случае можно иногда, хотя бы на короткий срок, передавать заботу о нем близким, чтобы родители могли побыть друг с другом. А дальше, по мере его роста, учить, что у родителей есть свои интересы, дела и потребности, которые они не будут бросать по первой прихоти ребенка. С рождением второго ребенка, старший неизбежно будет получать меньше внимания от родителей. Но это компенсируется временем, которое родители регулярно должны проводить с ним отдельно от

младшего, чтобы он был уверен, что точно получит свою часть любви. При этом старший ребенок становится главнее младшего, то есть в первую очередь обеспечиваются его интересы и потребности, а затем – младшего. Конечно, это отдельная большая тема, и тут важен разумный подход, без крайностей.

Родителям нельзя перекладывать ответственность за свои проблемы на детей, вовлекать их в конфликт с супругом или заставлять делать выбор: «Кого ты больше любишь – маму или папу?» Спрашивать в каких-то ситуациях мнение ребенка можно, но решение все равно должно принадлежать родителю. Сюда же относятся и фразы типа «Мы ради тебя стольким пожертвовали» – даже если это правда, такое решение принимали родители, взрослые люди, а не маленький ребенок.

Кому-то эта часть закона семейной системы может показаться странной. Но она действительна, а логика ее проста: старшие лучше смогут позаботиться о младших, чем наоборот. Это в том числе и вопрос выживания – именно по этой причине в самолете всегда просят в случае внештатной ситуации надеть кислородную маску сначала на себя и только потом на ребенка. Ведь живой, физически и эмоционально здоровый взрослый сможет дать ребенку гораздо больше, чем наоборот.

Переходим ко второй части второго закона семейной системы – «Новая семейная система имеет приоритет перед старой».

Из первой части этого закона мы выяснили, что пока ребенок живет под опекой родителей, его приоритет в семейной системе ниже, чем у родителей. Однако в дальнейшем вступление ребенка в брак создает новую семейную систему, которая уже имеет приоритет перед родительской. То есть молодая семья со своими интересами и потребностями становится главнее семьи «старой». В жизни это позволяет молодой семье быстрее «встать на ноги» и в материальном, и эмоциональном смысле. И наоборот, если молодая семья ставит на первое место нужды родителей, то у нее может не остаться ресурсов и времени на укрепление и развитие собственных отношений, а впоследствии своих детей. Конечно, в этом правиле могут быть исключения, например, если родители по какой-то причине теряют возможность самостоятельно заботиться о себе. Однако бывает и так, что здоровые и дееспособные родители всячески «тянут одеяло» внимания детей на себя, не давая им заниматься собственной жизнью и отношениями. В таком случае новая система не может нормально развиваться.

Эту часть закона можно перефразировать так: ребенок не способен отдать долг родителям за подаренную ими жизнь, потому что она бесценна. Поэтому ребенок отдает долг в виде самой своей жизни (своего счастья), затем жизни и счастья своих детей.

3. Закон баланса между «брать и давать»

Если один член системы что-то дает другому члену системы (либо что-то отнимает), это должно быть адекватно уравновешено. Дисбаланс приводит к ослаблению или распаду взаимосвязей в этой части системы. Берт Хеллингер, основатель семейной системы, говорит о «положительном уравнивании», когда в ответ на пользу другой человек делает тоже пользу «и еще чуть-чуть», и взаимоотношения укрепляются и расширяются. В «отрицательном уравнивании» в ответ на ущерб «виновником» принимаются последствия этого ущерба, «но чуть меньше», и тогда для отношений сохраняется возможность восстановления через исчерпание последствий ущерба.

Важно: в этом законе есть ключевая оговорка – он применим только для людей, являющихся «равными» в семейной системе: супругов, детей одного возраста, родственников одного поколения. В таком случае совершенно естественно ожидать, что другой человек на добро

ответит добром. Однако этот закон не работает для людей, находящихся на разных уровнях семейной системы: родителей и детей, дедушек/бабушек и внуков.

Представьте, что родители перестанут помогать ребенку, пока он не оплатит им за рождение, бессонные ночи, деньги, вложенные в его воспитание, учебу и т. д. Маленький ребенок на это попросту не способен. Взрослый человек, пытающийся полностью вернуть «долг» родителям, может потратить на это многие годы вместо того, чтобы вложить их в карьеру, семью, собственных детей. Кроме того, забота о ребенке является прямой обязанностью родителей, а не одолжением ему, ведь решение о рождении принимают родители, а не ребенок.

«Разве ребенок не должен любить и уважать родителей?» – возможно, думаете вы. Нет – единственный долг ребенка по отношению к родителям заключается в признании их таковыми, а уважение и любовь ребенка нужно заслужить. Во-первых, потому что ни один человек не может любить и уважать кого-то, потому что так надо или принято. Во-вторых, потому что вы не можете требовать от человека того, о чем вы с ним не договаривались. То есть нельзя до рождения ребенка договориться о том, чем он вам будет обязан за свою жизнь. Люди, требующие что-либо от своих детей за сам факт их рождения, ведут себя не как родители, а как работодатели, не считающиеся с личностью собственного ребенка. Такое поведение и отношение к ребенку ставит крест на взаимном понимании, уважении и любви.

Стоит отметить, что из вышесказанного не следует, что ребенок должен расти в обстановке полной вседозволенности и без каких-либо обязательств перед родителями. Пока ребенок физически и/или материально зависит от родителей, они могут требовать от него соблюдения определенных норм и правил (поведения, послушания и т. д.). Эти требования диктуются не долгом ребенка перед родителями за жизнь, а комфортом совместной жизни членов семьи и необходимостью родителей выполнения их функций перед ребенком. Например, послушание ребенка, особенно в опасных для него ситуациях, распределение домашних обязанностей и т. д. Важным нюансом всех этих требований является то, что они обсуждаются с ребенком и предназначены для комфорта и безопасности его самого или всей семьи. По мере взросления ребенка эти требования и правила могут изменяться либо вообще отменяться.

4. Закон/порядок любви

Этот закон мы уже частично затронули в предыдущих. Звучит он так: «Энергия любви течет от предков к потомкам и никогда наоборот». Любовь в данном случае это не столько эмоция, сколько долг, забота, помощь и т. д. Это не значит, что ребенок не может любить родителей или помогать им. Он может делать это, если хочет и у него есть такая возможность. Однако в норме каждое новое поколение получает ресурсы от своих предков для собственной жизни, преумножения и передачи их своим детям. В таком случае происходит развитие семейной системы и преумножаются ее ресурсы. Если же родители будут требовать от детей «оплату долга» себе, то что дети смогут передать своим потомкам?

Итак, мы разобрались с понятиями рода, семейной системы и основными четырьмя законами ее функционирования. Теперь перейдем к вопросам о том, в чем заключаются функции родителя и как понять, что вы – хороший родитель.

Глава 2. Что такое воспитание, функции родителей

2.1. Мифы о воспитании. Ошибки родителей

Начать эту главу хотелось бы со знакомства с наиболее распространенными мифами о детях и их воспитании. Это поможет сразу отсеять представления и ожидания, часто порождающие ошибки в воспитании, конфликты с детьми или комплекс плохого родителя.

1. Ребенок – это прямое отражение своих родителей. Или у хороших родителей всегда счастливый, успешный и «хороший» ребенок.

Такое представление порождает сразу две проблемы. Первая заключается в отождествлении успехов и счастья ребенка с самооценкой родителя. То есть хороший ребенок = хороший родитель и наоборот.

Вторая проблема этого мифа, напрямую вытекающая из первой, – стремление самоутвердиться в качестве родителя за счет ребенка в виде показной гордости его успехами и неадекватное восприятие неудач.

Да, дети действительно во многом берут пример со своих родителей, особенно в раннем возрасте. Однако они все же являются не продолжением или копией родителей – это отдельные личности со своими уникальными особенностями, не зависящими от родителей. Мировоззрение ребенка формируется не только родителями, но и его врожденными особенностями (та же дата рождения в нумерологии), личным опытом в течение жизни, внешним окружением (школа, друзья, коллеги и т. д.).

Конечно, переживать за своего ребенка для родителя совершенно нормально, если вы желаете ему счастья. Но если эти переживания продиктованы чувством вины или стыда за себя как плохого родителя, если в плохом поведении ребенка вы видите позор для себя и семьи – эта серьезная проблема сугубо ваша, а не ребенка.

К проявлению этого мифа стоит отнести и страх перед слезами ребенка. Некоторые родители совершенно неадекватно реагируют на проявление «плохих» эмоций ребенка: проявляют агрессию, впадают в ступор или истерику.

Нужно понять, что хорошие родители – это не те, у кого ребенок улыбается 24 часа в сутки. Нет, хорошие родители – это те, кто может принять и поддержать ребенка в любом его состоянии и настроении. Иными словами, легко быть хорошим родителем, когда ребенок послушный и в хорошем настроении.

2. Душа ребенка сама выбирает тех родителей, которые нужны ей для развития и опыта.

Можно сказать, что этот миф является почти полной противоположностью предыдущего. В последнее время я все чаще слышу подобное утверждение от клиентов на консультациях и разных специалистов эзотерического толка.

Однако это утверждение является лишь теорией, проверить которую невозможно, по крайней мере, пока. До сих пор нет однозначного научного подтверждения существования души, ее перерождения и т. д. Но, что более важно, этот миф может быть опасен для семьи, так как часто используется не очень осознанными родителями для снятия с себя ответственности за свои поступки и воспитание детей. Неоднократно я сталкивался с подобной ситуацией, когда люди в ответ на указание их ошибок по отношению к ребенку объясняли, что их ребенок сам

выбрал таких «неидеальных» родителей, потому что его душе это зачем-то нужно. Надеюсь, не нужно объяснять, почему такое отношение к ребенку не способствует созданию хороших отношений с ним.

3. Лучшее – детям: ребенку нужно создать идеальные условия.

Этот миф нередко может переплетаться с первым. Он заключается в стремлении родителей дать своему ребенку все самое лучшее, о чем «в нашем детстве мы могли только мечтать». Казалось бы, чем может быть плохо подобное стремление родителей?

Проблема такого подхода кроется в том, что некоторые родители на самом деле таким образом проявляют заботу не о ребенке, а о самих себе, пытаясь компенсировать свои еще детские желания. Это родители, которые гордятся тем, что их ребенок получает все самое лучшее: одежду, игрушки, образование, репетиторов и прочее. А ребенок при этом может отчаянно просить совершенно о другом: эмоции и время родителей вместо их денег, другое, интересное ему образование и т. д. Поэтому первая проблема такого подхода заключается в том, что она усиливает непонимание между родителями и ребенком. В таком случае ребенок видит, что родителей интересуют не его потребности, а реализация их собственных. Это порождает отстраненность и недоверие ребенка, чувство одиночества, а у родителей – ощущение неблагодарности ребенка за их старания.

Вторая проблема такого подхода заключается в том, что, если ребенок получает все, стоит ему только захотеть или даже раньше, он со временем вообще перестает понимать, чего на самом деле хочет.

Возьмем самый простой пример – прием ребенком пищи. Есть родители, которые не ждут, пока ребенок проголодается, а насильно усаживают его есть. Если ребенок отказывается от еды, его начинают отвлекать различными сказками, игрушками, гаджетами, любым способом заставляя его съесть еду.

Таким образом, у ребенка нет возможности узнать, что такое чувство голода (холода, жары, сонливости и т. д.), – он делает не то, что хочет сам, а что ему говорят другие. Некоторые дети в ответ на такие попытки родителей устраивают истерики и бунты, а некоторые наоборот постепенно прекращают сопротивление и привыкают к отсутствию собственных желаний и подчинению чужим.

4. Ребенку нужно уделять много времени.

Это утверждение является мифом вовсе не потому, что на самом деле ребенку нужно уделять мало времени. Суть данного мифа состоит в том, что количество времени, проводимого с ребенком, не связано напрямую с его качеством и степенью удовлетворения потребностей ребенка.

На деле ребенок нуждается не в том, чтобы мама или папа были рядом с ним 24 часа в сутки, а в том, чтобы время с ними было насыщенным и качественным. Довольно распространенная ситуация, когда мама занимается домашним хозяйством и уходом за ребенком. Она встает ночью, когда ребенок просыпается, кормит его, гуляет, занимается различными делами, и так каждый день. А по вечерам с работы приходит папа, проводит с ребенком полчаса-час времени, и тот показывает такой восторг, которого мама может ни разу не увидеть за сутки, проведенные с ребенком. Почему так получается?

Во-первых, стоит признать, что мало какой родитель может уделять все свое свободное время ребенку и делать это каждый день. Ведь эмоциональные и физические ресурсы любого человека ограничены, и каждому родителю нужно время на отдых и занятие собственными

делами. Если мама будет посвящать все свое время ребенку, забыв про собственный отдых и интересы, то она может эмоционально «перегореть», и от этого всем станет только хуже.

Во-вторых, не стоит думать, что ребенок будет получать удовольствие от того времени с вами, в течение которого вы попутно занимаетесь чем-то еще: готовите, работаете либо контролируете его занятие уроками. В это время вы либо уделяете ребенку лишь часть своего внимания, либо делаете не то, чего ребенку хотелось бы в вашем обществе.

Поэтому стоит понять, что даже один час времени, который вы посвятите ребенку с полной самоотдачей и искренним интересом, может быть для него гораздо ценнее дней или даже лет, проводимых вами с ним на «автопилоте».

Конечно, перечень мифов о родителях, детях и их воспитании можно продолжать еще долго и даже посвятить их разбору отдельную книгу. Однако мы кратко разобрали одни из наиболее распространенных, чтобы вы могли посмотреть на них и оценить ваши отношения с ребенком со стороны.

2.2. Функции родителя

Теперь, когда мы разобрали наиболее распространенные мифы о воспитании и ошибки, с ними связанные, поговорим о функциях родителей и понятии «хороший родитель».

1. Безопасность: физическая и эмоциональная

С пониманием физической безопасности обычно проблем нет – это обеспечение жизни и здоровья ребенка. Сюда относится организация медицинской заботы о здоровье ребенка, питание, защита от внешней среды (розетки, посторонние люди) и т. д.

Естественно, физическая безопасность ребенка также включает отсутствие физического насилия со стороны родителей, даже в «воспитательных» целях.

Эмоциональная безопасность заключается в формировании у ребенка ощущения того, что он любим и желаем родителями. Наглядным индикатором эмоциональной безопасности ребенка является его тяга к родителям, открытость, искренность и доверие к ним. И напротив, даже при отсутствии реального насилия, ребенок может бояться родителей, сталкиваться с насилием эмоциональным (унижение, шантаж, игнорирование и т. д.).

Таким образом, эта функция родителя заключается в том, чтобы ребенок получал физический уход, адекватную защиту от внешней угрозы, а также чувствовал эмоциональную безопасность и поддержку родителей, тянулся к ним, а не избегал их. Если вы чувствуете, что вам друг с другом интересно, комфортно, вас не тяготит совместное времяпрепровождение с ребенком, значит, в эмоциональном плане у вас все в порядке. И наоборот, сколько бы хорошего вы ни делали для ребенка, если он всячески старается избегать вашего общества и ведет себя скрытно, эта функция вами не выполняется.

2. Любовь и принятие

На мой взгляд, с этой функцией связано больше всего мифов и заблуждений. Все вы не раз слышали фразы о том, что дети – это «цветы жизни», самое дорогое и лучшее в ней. Те же люди, кто говорит подобное, могут иметь весьма сомнительные отношения со своими собственными детьми. Обычно подобные красивые фразы рисуют образ детей-ангелочков – красивых, улыбающихся, послушных. А между тем, ребенок – это живой человек, со своим характером, мнением, интересами, всей гаммой эмоций и настроений. В понимании этого кроется суть данной функции – любить и принимать ребенка со всеми его особенностями, недостатками и в любом настроении. И дело вовсе не в сказочной «безусловной» любви.

Суть любви и принятия заключается в том, чтобы создать у ребенка уверенность, что он ценен для родителей и любим ими, вне зависимости от его поведения и настроения. Что это значит? Если ребенок совершает какой-то проступок, нарушает договоренность, то родители могут и в некоторых случаях даже должны его наказать. Однако наказание проводится для того, чтобы научить ребенка ответственности за свои поступки, а не с целью манипуляции родительской любовью.

Например, ребенок начал капризничать и разбил любимую вазу мамы, возможно, даже специально. Какую реакцию это часто вызывает? «А ну марш в свою комнату, подумай над своим поведением!», «У всех дети, как дети, а ты?», «Из какого места у тебя руки растут?»,

«Мы с папой непослушных детей не любим» и т. д. Таким образом некоторые родители проводят четкий знак равенства между «хорошее поведение/настроение = хороший ребенок, которого мы любим» и «плохое поведение/настроение = плохой ребенок = не любим». Еще хуже, когда хорошее поведение или поступки ребенка становятся нормой, и родители перестают их замечать и хвалить за них ребенка.

Как же быть, как выполнять эту функцию? Есть очень хорошая фраза: «Ребенка любят не потому, что он хороший. А он хороший, потому что его любят». Помните, что дети – это не сказочные ангелочки, а живые люди, которые могут переживать разные эмоции и вести себя по-разному. Если вам что-то в нем не нравится – не шантажируйте его своей любовью, не сравнивайте с другими детьми. Нужно объяснять, что и почему вам не нравится, как поступать правильно, договариваться, в том числе совместно с ребенком обсуждать меры наказания. И да, иногда это будет нужно повторять вновь и вновь – это один из важных компонентов обучения и развития детей. Но если ребенок убедится, что его любят, принимают и уважают в любом случае, он будет очень ценить такие отношения.

Кстати, очень важно обращать внимание не только на то, что вы говорите ребенку, но и что вы говорите о нем другим людям, особенно в его присутствии. Если вы позволяете себе нелестные комментарии в его адрес в присутствии других людей, то не стоит впоследствии рассчитывать на его уважение, доверие и послушание. Не думайте, что так вы замотивируете его стать лучше и «исправиться». Скорее, ребенок почувствует обиду, подумает, что его родители поставили на нем «крест», а значит, дальше можно не стараться.

Важно отметить, что эта функция не означает, что родители обязаны испытывать к ребенку исключительно позитивные эмоции, несмотря ни на что. Нет, как и на любого человека, на него можно злиться, обижаться (и т. д.), но все равно любить его, уважать и принимать как своего ребенка и отдельную личность.

3. Помощь ребенку в принятии и проживании чувств

Начну сразу с примера: маленький мальчик плачет – не важно где и почему. Что делают родители?

- *Вариант 1*

Запрещают плакать: «Что ты как девочка?!», «Не надо плакать!» и т. д.

- *Вариант 2*

Спешат переключить его внимание: «Смотри – самолет летит!», «А что это у нас вон там?», «Возьми игрушку...» и т. д.

Во-первых, часто такая реакция связана либо со страхом родителя перед тем, что плач ребенка – это сигнал его провала как родителя. Потому что у «хорошего» родителя дети не плачут. Либо родитель просто не знает, что в такой ситуации делать и пытается поскорее ее «замять».

Во-вторых, оба варианта реакции неверные, а первый вообще ужасен. Если ребенку запрещают проявлять хотя бы одно из чувств, это порождает целый ком проблем. Ребенок может воспринять в этом условие: «Будешь плакать – я тебя не буду любить». Это может породить у него комплексы, страх показывать свои эмоции, скрытность, недоверие к людям, в том числе близким. Это легкий способ потерять понимание и доверие ребенка. Второй вариант лишь немногим лучше, так как при нем ребенок не получает необходимого опыта, как справ-

ляться со своими переживаниями. И в дальнейшем он может стараться избегать любых сложных ситуациях, сопряженных с эмоциональными переживаниями.

Никогда нельзя запрещать ребенку показывать эмоции. Учить, как делать это правильно и безопасно для ребенка и окружающих, – да, но не запрещать. А отвлекать от эмоций, да, иногда можно. Например, на момент написания книги я работаю с детьми 2–3 лет в детском саду. Дети, впервые начав посещать садик, часто испытывают сильный стресс и могут устраивать истерики. В таком состоянии и таком раннем возрасте многие из них не способны к диалогу или анализу своего состояния. И их первое время, действительно, лучше постараться отвлечь на что-то и таким образом сберечь их нервы и психику. Но это исключение из правил.

Как же поступать правильно? Стоит оговориться, что бывают разные ситуации, разные виды и причины сильных эмоций у детей – это отдельная большая тема. В большинстве случаев есть 2 варианта поведения:

- Если ребенок способен на диалог, узнайте, почему он плачет. Можно самостоятельно выдвинуть предположение, например: «Ты плачешь, потому что не хочешь идти домой?» После того как причина выявлена, стоит выразить понимание чувств ребенка: «Я понимаю, что ты расстроен, это нормально. Мне тоже было/было бы грустно в такой ситуации». Вы можете попытаться найти компромисс: «Нам нужно сейчас идти домой, но что мы можем сделать, чтобы тебе было не так грустно?»

- Если ребенок не способен на диалог (в истерике), то часто хорошо работает простое искреннее объятие – оно дает ощущение, что ребенок не одинок. Бывает, правда, и так, что ребенку просто нужно время успокоиться самому. Это, скорее, исключение из правила, но все же бывает, если ничто другое не помогает.

У этой функции 2 задачи: показать, что переживать любые эмоции – это абсолютно нормально, и научить ребенка переживать эмоциональные моменты, а не избегать или прятать свои чувства. Если ребенок начинает стыдиться своих эмоций или начинает их скрывать, это создает сильное внутреннее напряжение, которое со временем может привести к нервному срыву, депрессии или психосоматическим болезням.

4. Обучение границам

Сейчас все чаще можно встретить рассуждения о воспитании детей по принципу полной свободы и отсутствия каких-либо ограничений. Конечно, ребенку нужна свобода действия, выбора, желания – только так он научится ставить и достигать цели, понимать свои желания и вообще что-либо хотеть. Но свобода и вседозволенность – это совершенно разные понятия.

Что такое границы, и как они формируются?

Границы любого человека – это одновременно и его личные свободы, и личная ответственность. Например, если у ребенка есть его личная комната, то только он решает, кто и что в ней будет делать, и только он несет ответственность за ее уборку и другие обязанности. Конечно, степень свободы и ответственности у детей разного возраста будет отличаться – годовалому ребенку сложно самому следить за порядком, но с 2–3 лет уже можно постепенно начинать. То есть личные границы – это и права, и обязанности.

Виды границ

Хотя видов границ существует довольно много, в отношении детей я бы выделил 3 основных:

- Физические границы:

- ◆ право на личное пространство (не нужно врываться в комнату ребенка без его разрешения);
- ◆ право контролировать физический контакт (не нужно трогать ребенка, если он этого не хочет, и тем более не нужно позволять тискать его посторонним людям);
- ◆ право на контроль физических потребностей (не стоит насильно кормить ребенка, если он сам не хочет есть, насильно заставлять спать, кутать в теплую одежду или сажать на горшок).

Думаю, стоит сразу ответить на частый вопрос: «А если ребенок сам не понимает своих потребностей и родитель знает лучше, когда и что нужно есть, одевать, ложиться спать?» Действительно, к вопросу детских границ родителям нужно подходить здраво, без крайностей. Если родители будут насильно удовлетворять физические потребности ребенка, то это может сформировать у него комплекс выученной беспомощности, когда сам он не будет понимать своих желаний и потребностей. Таким детям в дальнейшем может быть сложно заявлять и отстаивать свои права как в личных, так и деловых отношениях, они могут легко «садиться на шею». Они будут бояться самостоятельно принимать решения и брать за них ответственность. Если подумать, то вряд ли кто-то из родителей хочет, чтобы его ребенок стал таким, но это именно то, каким чрезмерная активность и опека родителя делают ребенка.

В то же время есть и другая крайность воспитания ребенка. Некоторые родители слишком увлекаются идеей, что их ребенок – точно такой же человек, как и они сами, и может самостоятельно принимать любые решения. Нужно понимать, что психика и организм маленького ребенка отличаются от взрослого человека, а сам ребенок сразу не умеет правильно ими распоряжаться.

Приведу пример из своего опыта работы в детском саду.

В садик ходил ребенок возрастом чуть больше 2 лет и был довольно проблемным: часто капризничал, совершенно не реагировал на воспитателей, из-за чего за ним буквально приходилось ходить по пятам, быстро уставал, но подолгу не мог заснуть и т. д. Сразу скажу, что дело тут вовсе не в возрасте – поведение других детей этого возраста было гораздо более взрослым и осознанным.

В чем же была причина такого поведения? А как раз в том, что родители обращались с малышом, как со взрослым: могли в 21–22 часа только выходить гулять, ложиться спать за полночь и спать почти до обеда. Когда они приходили в садик, родители не могли оставить ребенка, он тянулся к ним и начинал капризничать. В результате у малыша был напрочь сбит режим дня, из-за чего он все время был сонным и уставшим, капризничал, совершенно не понимал, когда нужно есть и спать. Из-за привычки к полной свободе и отсутствия каких-либо правил у него не было потребности как-то взаимодействовать с другими людьми, отстаивать свои интересы, сталкиваться с внешним сопротивлением, из-за чего также были проблемы с речью.

Как видите, крайности в отношении физических границ ребенка могут очень пагубно влиять на его развитие, физическое и ментальное состояние. Поэтому родителям необходимо не только давать ребенку свободу в проявлении и удовлетворении его желаний или нежеланий, но и приучать его к определенным правилам, распорядку дня и, что очень важно, пониманию границ других людей. Только делать это лучше не путем принуждения, а создания соответствующих условий. Например, если ребенок плохо засыпает – за час-два до сна займитесь активной деятельностью, чтобы он успел устать. Если он не хочет есть в обед – не надо кормить его силой, просто не давайте наедаться в перерыве между приемами пищи, и тогда к следующему он сам проголодается. Режим дня ребенку нужен не для того, чтобы он привыкал все делать по часам, а не по собственному желанию, – он нужен для правильного распределения периодов

нагрузки и отдыха на организм ребенка, что необходимо для его развития и здоровья. Однако мы уже слишком углубились в эту, без сомнения, важную и объемную тему, данная книга все же не об этом.

- Материальные границы – право самому распоряжаться своими материальными ценностями (игрушки, одежда и т. д.).

Давайте разберем на примерах 2 очень распространенные ошибки родителей:

1. По какой-то причине (беспорядок, плохое поведение ребенка) родитель решает самостоятельно распорядиться его игрушками (убрать на место, забрать, спрятать и т. д.).

2. Младшие брат/сестра хотят взять игрушку старшего ребенка, и родители принуждают его поделиться игрушкой: «Он/она же младше, отдай», «Ты что, жадина?»

В обоих случаях у ребенка формируется ощущение того, что у него нет ничего, что принадлежит ему, и в любой момент кто-то может забрать у него все, что захочет. Такой ребенок испытывает сильный стресс, необходимость постоянно переживать и контролировать свои вещи. Ребенку сложно адекватно защищать свои вещи – он либо вообще этого не делает, либо ведет себя излишне эмоционально при любой угрозе его вещам (истерика, агрессия). Ему сложно делиться или играть совместно с другими детьми, он не понимает материальных границ других людей.

Второй случай вообще является эмоциональным насилием над ребенком. Оно порождает чувство неполноценности, непонимания и нелюбви родителей, ревность и агрессию по отношению к младшим брату/сестре.

Как необходимо поступать?

Важно дать понять ребенку, что своими вещами распоряжается только он, и он же несет за них ответственность (играет, убирает, чинит). Если у ребенка возникают какие-либо проблемы, например, с уборкой, он может попросить о помощи других, например, родителей. Родители при этом могут ему отказать, а в случае согласия именно помогают, а не делают все за ребенка. Исключения, конечно, могут быть, но злоупотреблять ими не стоит. Также ребенок не обязан отдавать или делиться своими вещами с кем бы то ни было, если он сам не хочет. Если детей в семье несколько, у каждого должны быть свои вещи (желательно в равном количестве), на которые больше никто не претендует.

Нельзя брать вещи ребенка просто так, без его ведома и согласия, даже в качестве наказания. Подобное условие («... в таком случае я заберу у тебя...») ставится заранее и, если дело доходит до его применения, проговаривается еще раз. Ребенок почти наверняка эмоционально на это отреагирует, но все же будет понимать причину такого нарушения его материальной границы.

- Эмоциональные границы – это уважений эмоций и чувств ребенка, его состояния и настроения, чести и достоинства.

Примеры нарушения эмоциональных границ:

- ◆ навязывание своего мнения, критики или оценки;
- ◆ негативное сравнение с другими людьми («Посмотри на Васю – он молодец, не то что ты!»), особенно в присутствии посторонних;
- ◆ вываливание собственных эмоций без согласия ребенка, в том числе и позитивных, если ребенок не в настроении;

- ◆ игнорирование или обесценивание эмоций («Да какие у тебя могут быть проблемы/переживания?»);
- ◆ вторжение в личную информацию или переживания, распространение личной информации;
- ◆ эмоциональная манипуляция («Если бы любил меня, то...»).

Чем опасно нарушение эмоциональных границ?

Во-первых, потерей эмоционального контакта с ребенком и его доверия. После этого как-либо заниматься его воспитанием будет уже крайне проблематично. Во-вторых, это чревато развитием у ребенка различных психологических проблем и комплексов. У такого ребенка в дальнейшем могут быть проблемы с доверием, проявлением собственных и пониманием чужих эмоций. Серьезно повышается риск оказаться в зависимых или созависимых отношениях, в которых такой человек может отказаться от собственных интересов из-за страха потерять хоть какую-то видимость эмоционального контакта с партнером.

К отдельному виду эмоционального насилия можно отнести осознанное или неосознанное прекращение или минимизацию эмоционального контакта с ребенком. Это происходит, например, когда родители отстраняются от самостоятельного воспитания ребенка и перекладывают это на бабушек/дедушек или няню. В таком случае ребенок может вырасти, не имея эмоциональной связи с родителями, не видя в них опоры. Такие дети могут ощущать себя нелюбимыми и брошенными, из-за чего у них может проявиться нездоровый перфекционизм: «Мама обязательно полюбит меня, если я буду идеальным». Бывает и так, что родители сводят все общение с ребенком до функционального воспитания (обучение, материальное обеспечение), но не стремятся наладить эмоциональный контакт. В таком случае у ребенка могут возникнуть проблемы с пониманием и собственных, и чужих эмоций, переживаний и желаний.

Конечно, это не все типы границ, которые есть у человека и ребенка в частности. Однако именно с ними чаще всего возникают проблемы при воспитании. Также можно назвать временные, интеллектуальные и сексуальные границы, общая суть которых, полагаю, интуитивно понятна, и в этой книге разбирать их мы не будем.

2.3. Хороший родитель

Итак, кто же такой «хороший родитель»?

Начну с того, что в ответе на этот вопрос есть 2 крайности:

1. Стремление быть идеальным родителем и попытка во всем подражать некоему идеалу.

В таком случае родитель может настолько увлечься подражанием идеалу, что совершенно забудет про реальные потребности и ожидания собственного ребенка. Может получиться так, что все ваши попытки окажутся тщетными в отношении конкретно вашего ребенка.

И дальше придется принять решение: считать себя плохим родителем, либо «неправильным» своего ребенка, либо прекратить попытки подражания и прислушаться к реальным потребностям своего ребенка.

2. Убежденность в правильности своего взаимодействия с ребенком «по умолчанию».

Такие родители воспитывают ребенка так, как считают нужным или как воспитывали их, либо никак и убеждены в правильности своих действий. Они могут вообще не задумываться о том, правильно ли действуют и как это влияет на их ребенка: «Я-то как-то вырос, и с ним ничего не случится».

Последствия такого подхода могут быть самыми разными и порой даже хорошими, если действия родителей совпадут с потребностями конкретного ребенка. Но ведь они могут совпасть для первого ребенка и совсем не совпасть для второго либо для обоих.

Итак, как же быть хорошим родителем и не впадать в крайности?

На практике это, конечно, может быть непросто и требовать немало терпения, внимания и работы над собой. Особенно если вы с ребенком окажетесь очень разными – в понимании этой разницы помогут последующие нумерологические главы.

Но суть задачи проста: хороший родитель – это тот, кто понимает и правильно выполняет свои функции. Перечислю их еще раз кратко:

- Вы обеспечиваете потребности ребенка, необходимые для его жизни, здоровья и развития.
- Вам и ребенку эмоционально хорошо друг с другом и точно лучше, чем порознь.
- Вы принимаете своего ребенка в любом его настроении и поведении: послушный или капризный, улыбающийся или плачущий.
- Вы не боитесь, не стесняетесь любых чувств ребенка, не запрещаете их показывать, а, наоборот, знаете, как поддержать ребенка.
- Вы уважаете ребенка как личность, признаете его границы, учите тому же его в отношении окружающих.

Важно понять, что не всегда о себе как родителе можно судить по поведению, успехам и отношению к вам ребенка. Ведь существует масса примеров, когда послушные и любящие своих родителей дети со временем сильно менялись в худшую сторону и наоборот. Конечно, в самом начале этой главы мы уже говорили о том, что не все в жизни ребенка зависит от его родителей. Однако их влияние и возможности, безусловно, велики.

В заключение данной главы хотелось бы еще отметить 2 составляющие воспитания любого ребенка:

1. Функциональная – обучение ребенка знаниям и навыкам.
2. Эмоциональная – установление эмоционального контакта с ребенком, взаимной симпатии и эмоциональной привязанности.

Правильное и эффективное воспитание ребенка должно обязательно включать оба эти компонента. Эмоциональный обеспечивает, во-первых, психологическое здоровье ребенка и его правильное развитие в дальнейшем. Во-вторых, он создает симпатию и доверие в отношениях с ребенком, без которых родитель не сможет быть для него примером для подражания и авторитетом, а значит, не сможет заниматься его целенаправленным воспитанием. Забегая немного вперед, скажу, что обычно функциональный компонент легче дается родителям с психотипом материального или ментального типа (1, 4, 5, 8), а эмоциональный – родителям эмоционального и интуитивного типа (2, 3, 6, 7, 9). Подробно об этих типах, их особенностях и способах расчета вы узнаете в последующих главах.

Стоит также отметить один интересный парадокс, связанный с эмоциональной привязанностью ребенка. С одной стороны, без позитивной привязанности к родителю ребенок не будет воспринимать родителей всерьез, а также может испытывать целый ряд эмоциональных и психологических проблем. С другой стороны, сильная эмоциональная привязанность ребенка и родителя друг к другу также может оказывать негативное влияние на его воспитание и взросление.

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.