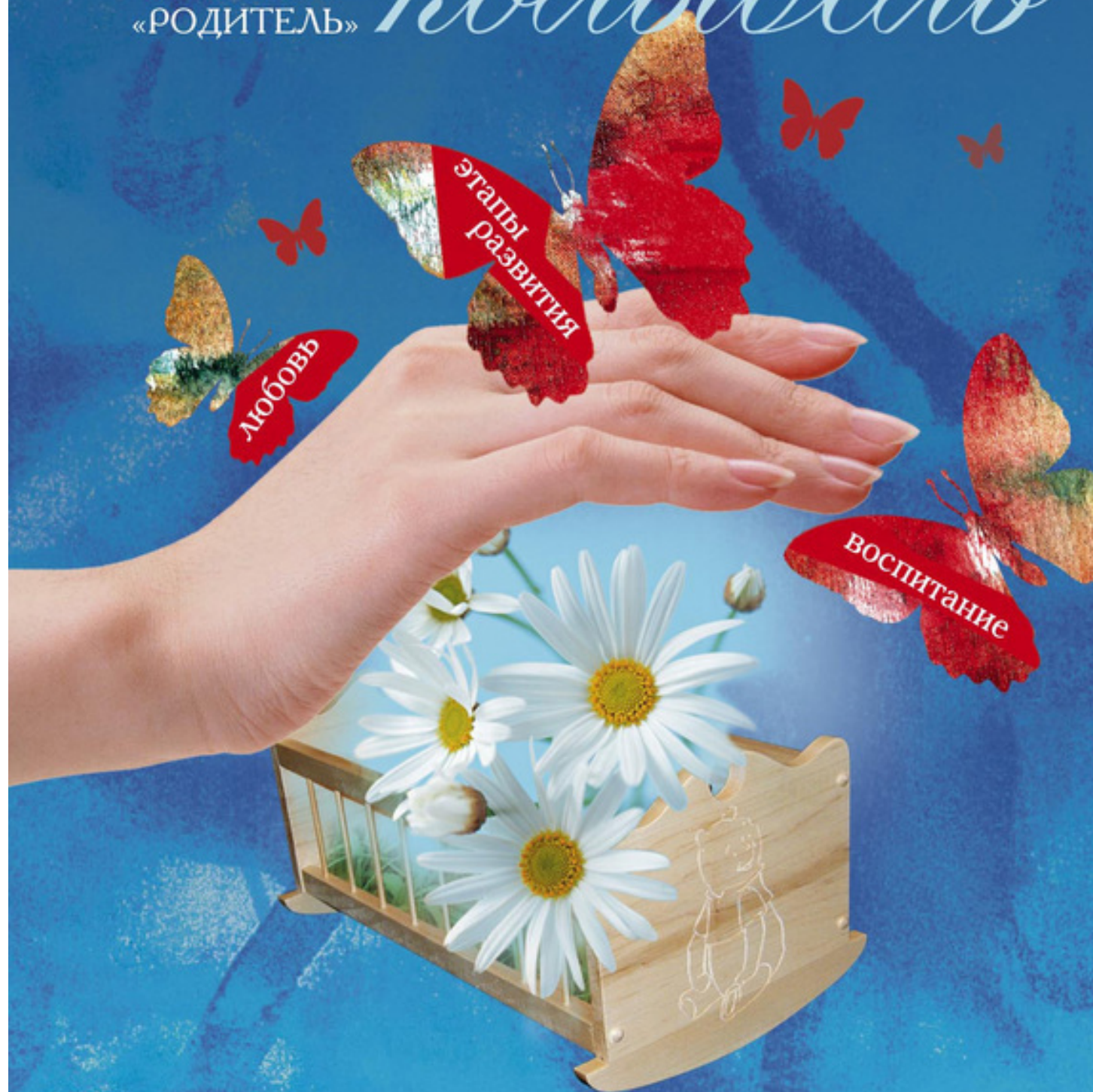


Галина

ШЕРЕМЕТЕВА

Качая колыбель

ИЛИ
ПРОФЕССИЯ
«РОДИТЕЛЬ»



Галина Шереметева

**Качая колыбель, или
Профессия «родитель»**

«Центрполиграф»

2012

Шереметева Г. Б.

Качая колыбель, или Профессия «родитель» / Г. Б. Шереметева —
«Центрполиграф», 2012

Воспитание детей нельзя назвать недавно возникшей проблемой. Родителем быть нелегко, кто бы стал опровергать это утверждение? Наши дети появляются на свет без сопроводительной инструкции, и никто нам не может сказать, какими особенностями, талантами и возможностями будет в дальнейшем обладать это маленькое создание, уместяющееся сначала на наших ладонях. Нам приходится справляться, опираясь только на собственные представления и родительский инстинкт. В результате бесконечных «педагогических» экспериментов многие вынесли из детства ощущение недолюбленности своими родителями и обиды на них. Есть ли выход из этой ситуации? Книги Галины Шереметевой помогают исправить ошибки прошлого и по-новому взглянуть на проблему отцов и детей.

© Шереметева Г. Б., 2012

© Центрполиграф, 2012

Содержание

Глава 1	7
Родительство	7
Мама и папа	8
Усталость	9
Первый этап истощения	9
Второй этап	10
Переходная стадия	10
Третий этап	10
Четвертый этап. Отчуждение	11
Последняя стадия	11
Послушные дети	13
Что остается родителям?	14
Эксперименты и методы	15
Реакции взрослых	18
Сигналы о помощи	19
О чем сообщает непослушный ребенок	23
Воспитание	24
Место в семье	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Галина Шереметева

Качая колыбель, или Профессия «родитель»

Каждый родитель хочет вырастить своего ребенка самым счастливым и успешным человеком. Но как это сделать?

Как среди огромного количества информации найти те советы и пути, которые помогут именно вашему ребенку?

Бесчисленное количество книг и журналов предлагают вам советы, Интернет пестрит рекомендациями и форумами, на которых родители обмениваются тем, что узнали и услышали. Однако нигде в мире нет больше точно такого же ребенка, как ваш.

Найти правильный подход к его воспитанию, создать условия для развития тех черт и качеств, которые помогут ему найти себя в жизни и при этом чувствовать себя нужным, счастливым и любимым, – непростая задача.

Я вырастила двоих детей и теперь бабушка трех внуков. Много лет я занимаюсь с детьми и родителями. Помогаю родителям подобрать ключик к своему ребенку, чтобы раскрыть его способности и таланты.

Мной уже написано несколько книг для семей с детьми. С написания последней книги о детях «В ожидании чуда» прошло время, и накопились темы для продолжения разговора на эту тему. Многие родители присылали мне письма и приходили со своими вопросами на семинары. В результате появилась эта книга, которая продолжает тему детей и отношения к ним.

В этой книге я хотела поделиться своими мыслями с теми, кто думает о будущем своего ребенка.

С любовью и уважением к той бесценной миссии, которую несут родители, воспитывающие детей, я посвящаю эту книгу им. Меняются время, условия и события, в которых они оказываются. Эти изменения заставляют брать на себя все новые нагрузки и обязанности. Однако в душе родителей всегда сохраняется спокойная уверенность и любовь к своим детям, о которых они продолжают заботиться. В их любящем сердце всегда найдутся нужные слова утешения и поддержки, способные согреть душу ребенка и помочь ему найти путь к свету и истине.

Эта книга станет хорошим помощником в их бесценном труде по воспитанию детей.

Дети – это будущее планеты. Окружая ребенка любовью, заботой и вниманием, развивая его душу, родители выполняют важную задачу. От них зависит будущее Земли и всего человечества.

* * *

Рука, качающая колыбель, управляет миром!

Ваши дети – это не ваши дети, они сыновья и дочери Жизни, заботящейся о самой себе. Они появляются через вас, но не из вас. И хотя они принадлежат вам, вы не хозяева им. Вы можете подарить им вашу любовь, но не ваши думы. Потому что у них есть собственные думы.

Вы можете дать дом их телам, но не их душам, ведь их Души живут в доме Завтра, который вам не посетит даже в ваших мечтах.

Вы можете стараться быть похожими на них, но не стремитесь сделать их похожими на себя. Потому что жизнь не идет назад и не дожидается Вчера.

Вы только луки, из которых посланы вперед живые стрелы, которые вы зовете своими детьми.

Лучник видит свою цель на пути в бесконечное, и это Он сгибает вас своей силой, чтобы Его стрелы могли лететь быстро и далеко.

Пусть ваше сгибание в руках этого Лучника будет вам в радость. Ведь Он любит не только свою стрелу, что летит, но и свой лук, хотя он и не подвижен.

Джебран Халиль Джебран.

Странник

Глава 1

Проблемы общие – дети свои

Родительство

Воспитание детей нельзя назвать недавно возникшей проблемой.

Родителем быть нелегко – кто бы стал опровергать это утверждение?

Наши дети появляются на свет без сопроводительной инструкции, и никто нам не может сказать, какими особенностями, талантами и возможностями будет в дальнейшем обладать это маленькое создание, умищающееся сначала на наших ладонях. Нам приходится справляться, опираясь только на собственные представления и родительский инстинкт.

Методы и рекомендации, предлагаемые нам врачами, педагогами и психологами, не всегда применимы к нашему ребенку. Приносящие успех в воспитании других детей, они могут не работать с нашим чадом и даже вредить ему. Многие родители не понимают этого, так как не сталкивались еще с последствиями, которые ожидают их в будущем.

Уже несколько поколений выросло в условиях, которые не очень способствовали развитию родительских чувств и навыков. Работа от звонка до звонка, миниатюрный отпуск и другие обстоятельства максимально сокращали время общения родителей со своими детьми. Многие выросли с ощущением недолюбленности своими родителями и обидами. За несколько десятилетий мало кто из взрослых работал для того, чтобы хорошо жить со своей семьей. Большинство работали, так как было НАДО, и время, которое можно было проводить с близкими и любимыми, вынуждены были отдавать кому-то. Общение между родителями и детьми часто сводилось к проверке школьных уроков. Ребенок рос в общественных организациях. Испытывал влияние посторонних людей, не всегда любивших его. В результате мы получили то общество, которым трудно гордиться. Одиночество, разрушенные семьи, брошенные дети, озлобленные на все люди. Рождаемость упала до уровня вымирания некоторых наций и народов.

Настало новое время. Теперь от нас с вами зависит, будет ли будущее.

Если да, то какое?

Немудрено, что современные родители, многого лишенные в своем детстве, теперь хотят больше видеть своих детей и участвовать в процессе их роста, развития и познания мира.

Мама и папа

Вы встретили друг друга в этой удивительной жизни. Любовь связала вас, и вы приняли решение идти вместе по жизни, крепко держа друг друга за руки. Двое, став супругами, начинают длинный путь через проблемы и препятствия, сохраняя и развивая свою любовь и взаимопонимание. Жизнь до этой встречи была только подготовкой к *Великому пути пары*. Только вместе мужчина и женщина составляют единое целое, которое позволяет достичь Божественного.

До вашей встречи и решения стать семьей каждый из вас имел свои духовные ценности, которые составляли Храм Души. Возможно, это был тайный Храм, и о нем вы не разговаривали почти ни с кем и не пускали посторонних к нему. Этот Храм был всегда окружен крепостной стеной, внутри которой могли быть только те люди, которые были объединены с вами общими целями и интересами. Им был дорог ваш Храм, и они не нарушали его целостности и не смеялись над ним. Все, что составляло вашу личность, жило в пространстве, огороженном этой высокой стеной. Вы сами могли выходить из этой крепости для общения в мир, на работу, за покупками и просто для того, чтобы пообщаться.

Не всем и не всегда удавалось сохранить свою крепость в целостности. Возможно, ваши знакомые и близкие регулярно старались вломиться через вашу крепостную стену в ваш Храм Души, критикуя, обвиняя, не удосуживаясь даже понять, что вам так дорого и составляет вашу истинную ценность. Часть людей учится отстаивать свое внутреннее пространство, другие – просто прячутся. Все это было предысторией вашей встречи.

Теперь вы вместе.

Продолжая сохранять Храм своей Души и те истинные ценности, что составляют личность каждого, муж и жена идут вместе по жизни, но каждый по своей дороге. Ваши пути отныне параллельны, но ни один из вас не захватил территорию другого. Уважая, высоко ценя путь и развитие друг друга, каждый из вас идет по своему Пути Души. В этом взаимном уважении и поддержке будет развиваться ваша совместная счастливая жизнь.

Вы объединились, чтобы дальше идти по жизни *рука в руке*, своими параллельными путями, вместе, помогая и поддерживая друг друга.

Прообраз этого можно увидеть в обряде на Ивана Купалу, когда пара прыгает через костер, держась за руки. Если, испугавшись огня или еще чего-то, они разомкнут свои руки, то их совместная жизнь не состоится.

Жизнь как прыжок через костер. Если даже в невзгодах и испытаниях вы крепко держите друг друга за руки, то сможете пройти этот путь достойно и многому научиться, став мудрее.

В этот союз, когда он сам находится еще только на этапе строительства семьи и семейных взаимоотношений, приходит ребенок. Теперь родители должны не только держать друг друга за руки, но и не выпускать некоторое время руку своего ребенка.

Усталость

Многие люди считают, что дети – это постоянный праздник и возможность получать бесконечные потоки ласки и любви. Несомненно, все это вы получаете, когда появляется ребенок. Однако вместе со всеми прекрасными чувствами с ребенком в вашу жизнь может войти усталость.

Часто бывает так, что родители не готовятся специально к своей миссии. Они еще молоды, и все им кажется легким. Учеба, работа, компании, бессонные ночи отнимают много сил, но молодость не умеет еще их экономить. Многие современные родители к рождению малыша уже находятся в состоянии хронической усталости.

Встреча, влюбленность и новые отношения первое время еще являются стимуляторами. Даже природа помогает, в первый год знакомства одаривая гормоном, стимулирующим влюбленность и желания. Рождение ребенка часто становится началом серьезной усталости, которая затем проходит несколько этапов развития.

Усталость – это враг, который постепенно вползает и занимает все больше места и времени, отгораживая вас друг от друга. Она даже может стать тем костром, который заставит вас разомкнуть плохо сжатые вместе руки.

С чего начинается усталость?

Еще во время беременности многие родители считают, что не стоит следить за своим отдыхом. Они стараются успеть доучиться, заработать достаточно денег или провести вечера и ночи в кругу друзей. Их организм требует отдыха. Даже в молодости, хотя еще сильны природные силы в организме, ему требуется нормальная еда и размеренный ход жизни. Мало кто об этом задумывается.

Появление малыша, у которого трудные задачи освоения новой для себя жизни вне материнского лона и адаптации к окружающему миру, сопровождается частым плачем, коротким сном и другими явлениями. Жить в таком ритме сложно новоиспеченным родителям. Постепенно накапливается усталость.

Папа продолжает ходить на работу, а бессонные ночи не очень хорошо отражаются на его физическом состоянии.

Маме тоже сложно. С беременностью и родами ее организм сильно ослаб. Теперь же заботы о малыше, кормление, недосыпы тоже не прибавляют ей здоровья. Разумеется, самоотдача и самопожертвование родителей, которые обеспечивают своего ребенка всем необходимым, не прекращаются.

Если родители не научились попеременно отдыхать и не получают помощь, усталость накапливается и начинается **истощение**.

Как все поэтапно происходит?

В истощении можно выделить несколько стадий.

Первый этап истощения

Первый этап можно назвать чрезмерным усердием. Родители хотят все дать своим детям, и иногда это много больше, чем нужно ему и самим родителям. На этом этапе родители изматывают себя заботами и тревогами за ребенка. Скорее всего, это похоже на марафон, который должен длиться больше десяти лет, но родители сразу быстро начали тратить свои силы. Любой спортсмен знает, что это неверная тактика.

Второй этап

Гонка и чрезмерное усердие очень незаметно переводят родителей на следующий этап – начинаются постоянные сомнения.

Они понимают, что что-то у них идет не так, но не осознают, насколько быстро они теряют свои границы.

Дети часто их раздражают, и родители ловят себя на том, что в разговоре с детьми они срываются на крик.

Регулярно они испытывают ощущение опустошенности и сильной усталости.

Весь комплекс психосоматических симптомов может то появляться, то исчезать, включая боль в спине и шее, расстройство желудка, язвы и колиты, повышенное кровяное давление, головные боли, поносы и запоры.

Несмотря на все симптомы, родители могут по-прежнему недоумевать:

– Почему я себя чувствую так плохо?

Некоторые родители проводят несколько лет в таком состоянии. Суета и никому не нужные дела и обязанности, которые не приносят никому пользы, могут отнимать слишком много сил. Маленькие дети видят свою маму вечно занятой уборкой и приготовлением пищи. Им не хватает материнской ласки и любви. Вырастая, они несут в своем сердце обиду. В современном мире таких людей много, так как они думают, что родители их не любили. Неужели чистка ковра важнее для вас тех искр любви и ласки, которые накапливают ваши дети в это время на всю свою жизнь?

Переходная стадия

Если вы не находите средств, облегчающих ваше положение, то состояние еще больше усугубляется.

Если родители будут продолжать отдавать, ничего не получая взамен, то скоро перейдут из второй фазы истощения в третью. Это переходный период, потому что в это время принимаются решения, которые определяют благополучие семьи в предстоящие годы.

К счастью, ребенок не всегда будет таким требовательным. Но впереди ждут годы учебы. К тому же возможно появление еще одного малыша.

Родители либо признают тот факт, что они скользят вниз, и будут готовы изменить ситуацию, или их жизнь превратится в хаос.

Третий этап

В течение этой фазы родители испытывают невыразимую усталость, самоосуждение, высокую степень возмущения и обиды.

В это время они начинают открыто обвинять своих детей в своем неудовлетворительном состоянии.

Раньше, думая о детях, они испытывали восторг от своей родительской роли потому, что у них было предвзятое, идеалистическое мнение о том, что такое дети. Они действительно не осознавали, что маленькие мальчики и девочки могут быть такими требовательными, сосредоточенными на себе, плаксивыми, ленивыми и непослушными.

Они думали, что все будет иначе! Собственно говоря, они полагали, что дети удовлетворят их нужду в любви и признательности. Но вместо этого они только и слышат:

– Дай, дай, дай!

Теперь родителей ежедневно посещают депрессия и слезы.

Четвертый этап. Отчуждение

Человеческий мозг не в состоянии в течение долгого времени выдержать такое напряжение и возбуждение. Он пытается защитить себя от дальнейшей боли.

Начинается следующий переходный период, который может привести либо к благотворным изменениям, либо к деструктивной самозащите.

Последнее происходит на четвертом этапе. Человек отдаляется от семьи и становится недоступным для детей.

Мать может не слушать их, даже если они будут дергать за одежду и просить обратить на них внимание.

Отец уходит в работу и старается меньше времени проводить дома. Это время серьезного испытания крепости сомкнутых родителями рук. Только взаимная поддержка и понимание помогают сохранить свои взаимоотношения, не потерять семью и сохранить тлеющий огонек любви.

Если родители ищут спасения каждый в своем убежище, то алкоголь, наркотики, транквилизаторы заполняют их дом.

В таком состоянии родителям трудно разобраться в причинах даже небольших происшествий, которые происходят с их детьми. Даже пролитое на ковер молоко или клей на одежде могут вызвать неожиданный приступ агрессии, насилия или жестокого наказания. Такому переутомленному родителю с сильным чувством вины в голову приходят мысли о том, чтобы «швырнуть ребенка об стену» или «нанести ему сильный удар».

Совершенно очевидно, что такой родитель находится всего в шаге от проявления насилия по отношению к своему ребенку.

Если маму, находящуюся на четвертой стадии переутомления, попросить объяснить, что она чувствует, она скажет примерно следующее:

– Я не могу справиться с ребенком в данный момент.

Люди, достигшие этой стадии, не только отдаляются от своих детей, но и изолируют себя от своих супругов и других членов семьи.

Если некоторые мужья и решают сделать какой-то шаг навстречу, то не всегда выбирают правильную тактику. Предлагая секс жене, находящейся в таком состоянии, они полностью лишают ее последних сил. Для нее важнее всего помощь и душевный разговор. Она должна рассказать, как ей тяжело и что она чувствует при этом. 30—40 минут такого разговора, и организм женщины сбалансируется, ей станет легче. Если мужчина хочет совершить ради нее подвиг, то 40 минут он должен быть скалой, о которую бьются эмоциональные волны супруги. К концу разговора она успокоится и найдет в нем опять сильную защиту и помощь.

Мужчина, достигший такой стадии, уходит в сон или ищет подходящую «пещеру», чтобы спрятаться от всех. Он очень нуждается в словах похвалы и поддержки за все, что он сделал для своей семьи и детей.

Если вам не удалось предотвратить развитие дальнейшего истощения организма, то начинается переход на пятую стадию. Достижение этой степени физического и эмоционального истощения чувствуют себя виноватыми до мозга костей, погрязая в ненависти к себе и разочаровании жизнью.

Последняя стадия

Эту стадию можно назвать **ХРОНИЧЕСКОЕ РАЗОЧАРОВАНИЕ**, так как она характеризуется отчаянием, смятением и апатией.

Человек, находящийся на пятой стадии, потерял смысл и цель своего существования.

Его самосознание размыто.

Недели проходят за неделями, и в жизни не происходит ничего сколько-нибудь примечательного. Сексуальные желания остыли, и брак находится под серьезной угрозой.

Мысли все чаще возвращаются к теме самоубийства, смерти или бегства.

Совершенно очевидно, что человек отчаянно нуждается в профессиональной консультации и радикальной перемене образа жизни. Если ничего в жизни не изменится, ни родители, ни дети не смогут полностью восстановить свою личность.

А главное, что всего этого можно было бы избежать!

Послушные дети

Хорошо это или плохо, когда дети послушные?

Для тех взрослых, кто хочет иметь больше времени для себя, меньше проблем и кто настроен против самостоятельных и талантливых личностей, послушные дети – это хорошо. Такие родители, чтобы сэкономить себе силы или оставить достаточно времени для выполнения работы по дому, заставляют детей подчиняться своим распоряжениям или просто своему настроению. Послушные дети не мешают, они делают только то, что им разрешают родители и другие взрослые. Они повинуются, исполняют, не капризничают, не отстаивают свою точку зрения, тихие, больше похожи на куклу, чем на живого человека. Для воспитателей и педагогов эти дети удобны и приятны. Привыкнув подчиняться родителям, они продолжают подавлять проявления своей личности и при помощи остальных взрослых. Они теряют собственный авторитет.

Говоря об авторитете, рассмотрим внимательнее, что происходит во время обучения.

Для того чтобы чему-то научиться, ребенок должен поверить, что то, чему его учит взрослый человек, на самом деле ему необходимо в этой жизни. Поверив, он раскрывается и впускает в себя все, что идет от взрослого. Человек, который учит, подобен айсбергу: 1/10 находится на поверхности – это то, чему учат на словах; 9/10 находится под водой – это то, чем он на самом деле является. Его отношение к жизни, проблемы, болезни и многое другое находится в этой части. Когда ребенок принимает в себя все части, полностью подчиняя себя авторитету взрослого, он принимает не только математику, физику или еще какой-то предмет. Чем больше ребенок теряет собственный авторитет в угоду авторитета взрослого, тем больше частей входит в него. В этом проблема отличников. Вы, очевидно, наблюдали, что отличники в школе и даже институте потом куда-то деваются. Редко когда они становятся в дальнейшем неординарными личностями. По наблюдениям многих людей, во взрослой жизни находят себя и могут реализоваться те, кто сохранил свой авторитет. Эти люди были, как правило, троечниками.

Так называемая *социализация*, а проще говоря, отрыв детей от родителей, стала очередной подменой понятий. Социально активным ребенок может стать и в своей семье. Посещение детского сада не всегда приводит к тому, что ребенок начинает вести себя социально активно. Для многих детей ранний отрыв от своей семьи и погружение в большой детский коллектив стали пожизненной травмой. С пяти лет дети любят играть с другими детьми, но не целый день. Для большинства два-три часа в день, проведенные среди сверстников, – это максимальное время. Дальше начинается перегрузка, усталость и острое ощущение нехватки личного пространства.

Раньше родители не могли сидеть с детьми дома и воспитывать их. Необходимо было с четырех месяцев нести ребенка в ясли. Многие матери страдали, бегали с работы в перерыв, чтобы покормить грудью своего малыша. За такие уходы можно было получить выговор по статье «нарушение трудового режима» и даже попасть под суд. Недокормленные матерью дети получали в наследство проблемы с пищеварением и плохой иммунитет. Это сказалось на их здоровье и продолжительности жизни. Психологически, рано лишенные родителей и дома, эти люди стремились создать свой собственный. Выросшие в государственной системе по установленным методам, они считали себя винтиками в большой машине.

Немного позже законы стали мягче, и мать получила возможность дольше сидеть с малышом дома. Однако появились другие проблемы. Теперь ребенок начинал посещать детский сад в 3—4 года. Это серьезный возраст, так как в этот период формируется отношение к своему Я. Для ребенка мир расширяется, и он приобретает все новые навыки и представления. Свобода и поддержка родителей дает ему возможность раскрывать таланты и способности. Все это успешно подменяется порядками, которые установлены в детском саду. Несомненно, режим

необходим, так как он дает ощущение защищенности и дома. Родительский дом подменяется детским садом. Многие дети не понимают, что они сделали плохого, за что их родители наказывают, уводя из дома. Недаром во многих семьях бытует угроза:

– Будешь плохо себя вести – отдам тете на улице или Бабе-яге.

Некоторые родители объясняют ребенку, что он уже большой и должен ходить в детский сад так же, как они ходят на работу. Представление о том, что нельзя быть свободным, нужно подчиняться общим законам и относиться к детскому саду как к своей первой работе, воспитало немало трудоголиков. Эти люди неосознанно стремятся объединиться со своими родителями и заслужить их любовь, поэтому проводят на работе все время и даже приносят ее домой.

Как складывается жизнь послушных детей дальше?

Послушные дети, удобные для родителей и учителей, становятся обычными средними людьми. Они прекрасные исполнители, подчиненные. Привыкнув во всем себе отказывать, они не требовательны и могут выполнять дорогостоящую работу за копейки. Привыкнув терпеть, они могут жить в стесненных условиях, лишены нормальных условий быта. Многие из них бросаются выполнять работу только за похвалу или надеясь наконец получить одобрение со стороны начальства. В личной жизни, как и в общественной, они делают то, что положено, не задумываясь зачем и почему.

Если вас устраивает такое будущее для вашего ребенка, то можете использовать старые методы *воспитания*.

Что остается родителям?

- Понять и принять, что с появлением ребенка приходят в дом некоторые сложности, которые с лихвой компенсируются радостью, любовью и открытиями, которые никогда бы не случились, если бы у вас не родился этот малыш.

- Непослушанием ребенок заявляет о себе, и если понять его, то разрушения и скандалы заменятся пониманием и взаимным творчеством. Вы будете творить Новый Мир и раскрывать таланты не только ребенка, но и свои собственные.

- Понять уникальность и специфические особенности каждого своего ребенка и подобрать к ним *ключики*.

- Принять то, что ребенок приходит со своим багажом опыта, талантов и возможностей. Не стоит все это богатство облачать в ваши желания и представления. Постарайтесь узнать и развить все то, с чем пришел этот человек в жизнь.

Эксперименты и методы

Только за последние десятилетия появлялось и исчезало так много различных методов, теорий и нововведений, касающихся воспитания ребенка и ухода за ним, что невольно может показаться, будто эта часть населения у нас наименее защищена. Экспериментируя с детьми, общество экспериментирует над своим будущим.

Программа школьного обучения меняется все чаще. Не секрет, что знаний у детей стало меньше. Глубиной знаний дети больше обязаны стараниям своих родителей, нежели учителям и школе.

Душа ребенка приходит в этот мир, имея свои задачи, таланты и способности. Получая физическое тело, она нуждается в помощи и обучении, для того чтобы ухаживать за телом, кормить и одевать его. Все это необходимые затраты времени, иначе душа не сможет жить в этом теле. Остальное время и силы она должна использовать для собственной реализации и развития. С самого начала ребенок нуждается в знаниях и опыте, которые помогут ему самостоятельно жить в этом мире и добывать «хлеб насущный». Вместо того чтобы давать ребенку то, что ему на самом деле необходимо, больше пятнадцать лет его учат подчиняться и запоминать то, что нужно будет использовать на экзаменах. Выйдя из системы обучения, он должен уметь жить и обеспечивать себя.

Невольно напрашиваются вопросы:

- Сколько выпускников умеют обеспечивать свою жизнь и каким образом?
- Кто и когда учит детей жить семьей, быть счастливым, уметь строить свои отношения с противоположным полом?
- Кто и когда учит детей создавать свой дом, вести хозяйство и пр.?

Многие умения, которые так необходимы для личной жизни и личного счастья, приходят из семьи. Если учесть, что в среднем ребенок бывает с родителями по три-четыре часа в день, не считая сна, а все остальное время он должен учиться тому, что пригодится ему только на экзамене, то какими умениями он будет обладать?

Родители приходят с работы уставшие и не всегда удовлетворенные рабочим днем. Им тоже необходимо время на восстановление сил. Что видит ребенок в семье?

Уже у нескольких поколений практически нет нормальных стереотипов семейной жизни. Людей учили работать, бояться осуждения окружающих, получать на работе травмы и *заслуженную* инвалидность, лишали времени на общение с детьми и близкими. Все мы в той или иной мере готовы быть Павками Корчагиными, героями, страдальцами. Про это мы много знаем, видели, изучали и писали сочинения в школе. Нас учили состязаться, спорить, сражаться. В результате во многих семьях отсутствует практика поддержания личных взаимоотношений, сохранения и развития любви. Многие просто не догадываются, что кроме готовки еды и уборки могут быть дома еще какие-то взаимоотношения с близкими. Прийти домой и упасть на диван перед телевизором – это немного не то, что ждут от вас ваши дети и родные люди.

Несколько поколений, выросших по книге доктора Бенджамина Спока, не получали любви и заботы родителей, когда это было им так необходимо. Миллионы родителей сидели за дверью и ждали, когда их ребенок, оставленный один в комнате, перестанет плакать и сам заснет. Кормили строго по часам и не давали больше, чем было положено в его рекомендациях.

К чему это привело?

Теперь эти выросшие дети не надеются на помощь окружающих и *воюют, выживая*, вместо того чтобы спокойно жить и наслаждаться жизнью. У многих нарушена пищеварительная система, и они не чувствуют, сколько на самом деле могут съесть.

Многое, что теперь портит вам жизнь и не дает возможности услышать и понять друг друга, – плоды многолетних воспитательных экспериментов.

В результате так много людей отчаявшихся и потерявших вкус жизни.

Что только не делали с детьми: было жесткое воспитание, когда ребенок должен был сразу реагировать на любой приказ учителя.

Мне довелось видеть заслуженную учительницу, которая давала детям задание и сама тихонечко шла в конец класса. Затем оттуда звучал ее громкий возглас, на который дети должны были резко поворачиваться. Это называлось *тренировать внимание*. Те, кто увлеченно работал над заданием или имел здоровую нервную систему, поворачивались не сразу. В результате они получали двойку за поведение и неприятную запись в дневнике.

Иногда *жесткое воспитание* применяли сами родители.

В одной семье отец требовал от дочери полного повиновения его приказам. Девочка никогда не спорила и всегда слушалась отца. Когда она выросла, в ее подсознании хорошо закрепился рефлекс подчинения мужчине. Ее стали использовать многие окружающие мужчины, в том числе в сексуальном плане. Девушке понадобилась помощь, так как она немела и не могла сказать «нет» мужчинам. Обратиться за помощью к отцу она боялась, так как получила бы только обвинения. Несколько сеансов, которые я провела с ней, помогли девушке не только повысить свою самооценку, но и научиться отказывать мужчинам.

Мне приходилось встречать семьи, где очаровательных детей постоянно дрессировали и заставляли соблюдать весьма строгие требования. Эти дети отлично учились в школе, были примерными и аккуратными, никогда не перечили родителям и учителям, занимались музыкой и спортом. Они вежливо и учтиво разговаривали, знали наизусть энциклопедию. В праздники родители их ставили на стулья или табуретки для того, чтобы дети декламировали стихи или пели песни, развлекая кушающих гостей. Они прекрасно справлялись со всеми обязанностями, которые накладывали на них родители, и оправдывали все ожидания. Учились музыке, потому что мама этого хотела для себя, поступили в институт, который им выбрал папа, решив, что ребенок должен продолжить его профессию. К сорока с небольшим эти выросшие дети обзаводились своими семьями, неплохой зарплатой и приличным жильем. Казалось бы, они должны быть счастливы, но... Некоторым родителям трудно понять, почему их дети недовольны своей судьбой и ощущают себя несчастными. Теперь у них есть все, о чем когда-то мечтали родители. Научившись отказываться от своей мечты и своей жизни, дети просто потеряли себя и не знают, есть ли ИХ место на земле.

Можно наблюдать и другой вариант развития событий у когда-то послушных детей. В подростковом возрасте эти дети стали разрушать и отрицать все то, с чем, казалось, были согласны раньше. Прошло время, и некоторые из них стали вести асоциальный образ жизни. Они не хотят зарабатывать на жизнь или просто не верят в то, что это нужно делать. Для того чтобы спрятаться или расслабиться, употребляют наркотики, алкоголь. Живя в состоянии «надо», они не знают, что на самом деле нужно им.

Устав от запретов и гор обязательств, современное поколение ищет свои пути в воспитании детей.

Завоспитанные когда-то своими родителями, современные родители решили дать своим детям полную свободу.

– Делай что хочешь, – говорят они малышу, – ты не услышишь от меня слов «*нельзя*» и «*нет*».

Ребенок носится, истошно кричит, хватается и ломает все вокруг. Нет места, куда бы он ни залез. У взрослых не остается пространства для жизни и работы.

Другие родители решили, что появление у них детей не повод менять привычный образ жизни. Поэтому могут всю ночь сидеть в прокуренном баре, где гремит музыка, а малыш в переносной сумке будет лежать тут же. Некоторые матери даже начали брать грудного ребенка

на работу, укладывая малыша между работающими компьютерами. Облучение и другие воздействия они не считают опасными для младенца.

Задумываются ли родители о том, что будет с их ребенком впоследствии?

Применимы ли эти методы к вашему ребенку?

Сегодня на свободном от цензуры пространстве можно найти огромное количество советов и рекомендаций по воспитанию ребенка. Но как найти правильный подход к его воспитанию, создать условия для развития тех черт и качеств, которые помогут ему найти себя в жизни и при этом чувствовать себя нужным, счастливым и любимым? Это непростая задача.

Я вырастила двоих детей. Занималась со многими детьми и родителями, помогая им подобрать ключик к своему ребенку, чтобы раскрыть его способности и таланты. Эта книга – результат накопленного мной опыта.

В ней я хотела поделиться своими мыслями с теми, кто думает о будущем своего ребенка.

Реакции взрослых

Многие родители не всегда знают, как реагировать на поступки и некоторые действия своих детей. Когда мы сталкиваемся с проблемами, мы реагируем тремя разными способами.

1. Мы делаем вид, что ничего не случилось.

2. Мы определяем врага и атакуем.

3. Мы реально смотрим на ситуацию, пытаемся докопаться до правды, делаем решительные шаги для принятия конструктивного решения.

Первый способ создает жертвы, второй – победителей, а третий – чутких и ответственных людей, стремящихся к развитию и обучению.

Чтобы начать контролировать свою реакцию и научиться отслеживать свои взаимоотношения с ребенком, необходимо терпение, сотрудничество и умение идти на компромисс.

Для того чтобы научиться быть любящим и мудрым родителем, понадобятся медитация и дипломатические способности, огромное внимание и желание понять, какое решение важнее и правильнее, а не какое решение больше отвечает личным интересам. Чтобы научиться этому, нужно время, чтобы начать.

Многие современные люди постоянно находятся в напряжении. Работа, обязанности, необходимость обеспечивать свою семью, развиваться, вести общепринятый темп жизни – все это приводит людей в напряжение. Определенное количество напряжения необходимо для существования, однако его избыток вызывает недостаток инициативы и снижает уровень развития.

Один из способов, снимающих напряжение, – прощение. Прощение снижает напряженность и способствует развитию терпения. Умение прощать – это прекрасное качество, которому можно научиться. Прощать стоит не только тех, кто причинил или продолжает причинять вам боль и неудобства в жизни, но следует научиться прощать и себя. Слишком большая требовательность к себе может вам помешать почувствовать своего ребенка и заставить вас быть слишком строгим и требовательным родителем. В таком состоянии можно пропустить момент, когда ваш ребенок будет особенно остро нуждаться в вас. Некоторые сигналы о помощи могут поступать даже через болезни.

Сигналы о помощи

Еще в детстве, пока шел процесс подавления – воспитания, устав от насилия, криков и не справляясь с условиями, в которых оказались, люди заболевают.

Появившийся насморк – это крик: *ПОМОГИТЕ!*

В это время нужна экстренная помощь родителей – разобраться и поддержать своего ребенка.

Не понимая этого крика, начинают лечить ребенка от простуды или ОРЗ. Мода меняется, фармакология создает все больше новых и дорогих препаратов, поэтому врачи начинают ставить новый диагноз, позволяющий выписывать другие рецепты.

В разные времена существовали различные методы лечения. В одно время было модно опускать ноги ребенка в ведро с разведенной в кипятке горчицей. В результате у целого поколения испорчены сосуды на ногах.

Увлечение антибиотиками тоже оказало сильное влияние. Мало кому рассказывали о том, что они убивают все бактерии, не только болезнетворные. Кишечник, оставшийся без флоры, и другие серьезные нарушения, возникшие из-за такого увлечения, привели к тому, что с детства организм не смог адаптироваться к окружающей среде и выработать достаточно иммунитета.

Было модно закалять ребенка. Некоторые родители, руководствуясь новым методом, клали грудного ребенка зимой при раскрытом окне, надевали минимум одежды. Можно было наблюдать тепло укутанных родителей и почти раздетого малыша, гуляющего рядом с ними. Для одного ребенка это было неплохо, и силы организма укрепились. Другие дети навсегда получили букет хронических заболеваний.

Даже хороший метод нельзя применять ко всем без разбора. Люди разные. У нас у всех разные организмы и предрасположенности. Это зависит от многих причин. Люди различаются не только по группам крови и цвету кожи, волос, глаз. У нас разные особенности, которые требуют различного подхода и разных методов.

Если говорить о закаливании, то нужно смотреть на предрасположенности. Об этом говорит толщина кожи. Она определяется по количеству складок на лбу, когда мы поднимаем брови. Чем больше складок и чем они тоньше, тем тоньше кожа. Если складки всего две и они очень толстые, то это обладатель толстой кожи. Для таких людей показано закаливание. Им вообще всего надо больше. Чем больше, тем лучше.

Обладатели тонкой кожи мерзлявы и не терпят резких перепадов. Для них хорошо *все в меру*. И уж эту меру для них никак не могут определять толстокожие люди.

В своей книге «Исцеление через Гармонию» я писала о типах людей, режиме для каждого из них, питании и здоровье. Здесь не буду повторяться.

Одна из глав этой книги рассказывает о различиях людей в зависимости от цвета их ауры. Для многих родителей это станет подсказкой и, возможно, поможет подобрать *ключик* к своему ребенку.

Нарушение здоровья ребенка рассказывает о тех проблемах, с которыми он не справляется. Прежде чем лечить его, постарайтесь создать благоприятные условия.

Ниже приведу распространенные болезни и причины, которые их вызывают.

Заболевание	Причина	Совет
Ангина	Запрет говорить что-то. Возможно, в семье взрослый навязывает свое	Научитесь слушать и слышать ребенка. Уважение к его личности — это лекарство

Заболевание	Причина	Совет
	мнение и не дает возможность ребенку высказаться	
Насморк	У ребенка не получается справиться с определенной нагрузкой. Нужна помощь	Поговорите с ребенком и совершите реальную помощь. Он что-то не может понять или не успевает. Возможно, боится кого-то и не решается у вас попросить помощи. Сделайте это — помогите. Вы — защитник своего ребенка
Болят живот	Переживания и реакция на агрессивное поведение кого-то	Объясните ему, что все дано для получения опыта. Постарайтесь найти, чему эта ситуация учит. Возможно, ребенок должен научиться высказывать свое мнение или просто уважать себя. Помогите ему с этим. Больше хвалите
Болят голова	Его кто-то унижает и считает глупым. У него есть явный талант, которому не дают проявиться	Предложите ребенку заняться тем, чем ему хочется. Ищите и перебирайте его желания. За первым слоем откроется его истинный дар, который он скрывает за неверием
Болят ноги	На ребенка наложены чужие планы, которые заставляют его быть не тем и делать не то, что он может и должен	Поиграйте с ним в игру: «Куда ты хочешь пойти?» Ходите с ним туда, куда он захочет. Идите за ним.

Заболевание	Причина	Совет
		Можете пофантазировать о том, куда он пошел. Он рассказывает, вы проявляете интерес
Тошнота	Нарушен необходимый ему режим. Он вынужден жить в чужом режиме. Завышенные требования к нему, не по возрасту	Понаблюдайте за ним. Подберите его режим дня. Найдите время, когда ему хочется есть, и кормите в это время
Болят глаза	На кого-то не хочет, боится смотреть	Защитите его, оградите от неприятного человека. Если это вы — измените свое отношение

О чем сообщает непослушный ребенок

Непослушный ребенок – это не всегда плохо. Он может сопротивляться вашим требованиям по нескольким причинам.

1. Ему необходимо ваше внимание, а других методов, кроме активного поведения, он не нашел. Он стремится привлечь к себе ваше внимание любым способом, даже разрушая и раздражая всех.

2. Несогласие с вашей позицией – это право ребенка на определение своего Я. Если он еще мал (до 4 лет), то его протест может быть вызван нарушением нужного ему режима дня или голодом. Возможно, вы не смогли найти для него нужный продукт, который даст необходимые вещества его организму. Общепринятое питание не всегда подходит малышам. Как только вы подберете для него нужные продукты и блюда, ребенок станет спокойнее и займется тем, что будет развивать свой организм.

3. Некоторые малыши имеют весьма подвижную нервную систему, которая говорит об уникальном даре. Такого ребенка необходимо кормить сразу после сна или прогулки. Упущенное время может привести к капризам, сверхактивному поведению и переутомлению. Такой ребенок трудно засыпает и долго не может расслабиться.

4. Протестное поведение малыша может быть вызвано тем, что он не чувствует себя защищенным. Взрослые идут за ним и не создают достаточно правил, которые позволяют малышу чувствовать себя защищенным родителями. В семье должен быть *вожак*, и если малышу приходится им быть, то он будет вас всех строить своими капризами и проказами.

Обо всем этом мы поговорим на страницах этой книги. Также будут даны рекомендации, что и когда можно сделать.

Воспитание

Самое хорошее воспитание – собственный пример.

Ребенок постоянно следит за родителями, так его устроила природа. Малышу необходимо освоить все навыки своего вида, чтобы быть принятым и равным. Его глазки постоянно впитывают движения, поведение, поступки родителей. Для него хорошо то, что чаще всего он может наблюдать у родителей. Поэтому, если вы вдруг видите в поведении ребенка нечто, что вас раздражает, или то, что в глазах окружающих выглядит предосудительно, внимательнее следите за собой.

Если ваш малыш принес что-то из детсада или школы и демонстрирует вам, будь то бранное слово или скверный поступок, переключите его внимание на то, что вам нравится, и то, за что вы бы непременно его похвалили.

Не стоит акцентировать внимание на плохом, так как обязательно закрепится именно то, что вы поддержите своими эмоциями. Любая ваша эмоциональная вспышка закрепляет в памяти ребенка поступок или плохое слово.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок что-то делал, делайте это сами с любовью и энтузиазмом.

Место в семье

Когда в доме появляется ребенок, ему необходимо чувствовать себя защищенным и окруженным заботой. Еще недавно в материнском теле он был согрет, защищен и получал все, что ему было необходимо. Теперь ему необходимо все это чувствовать здесь. Окруженный заботами и вниманием, защищенный от физических и эмоциональных невзгод, он может расти и развиваться.

Защищенность, которую могут дать на первом этапе родители, должна быть не только физическая, но и эмоциональная. В раннем возрасте ребенок воспринимает эмоции как физические ощущения. Поэтому следует поддерживать позитивное эмоциональное состояние. Особенно это касается матери, так как она проводит больше времени с малышом и их объединяет общая аура. Я уже об этом писала в своей книге «Путь от рождения к мудрости», поэтому не буду повторяться.

Остановлюсь здесь на другом пункте защищенности.

Очень важно, чтобы малыш почувствовал с самого начала, кто главный в доме. Ему необходимо расти, а для этого он должен ощущать себя включенным в общие правила этой семьи. Ощущения главенства взрослых дает ему защищенность, при которой он может довериться и расслабиться. Если такого главенства не чувствуется, то малыш пытается руководить всеми сам. Так часто бывает: появляется малыш в доме, и все начинает крутиться вокруг него. Его капризы становятся главнее тех дел и порядков, которые здесь существовали. Чувствуя, что все связано только с ним, малыш старается изобрести модель взаимоотношений всех взрослых с собой. Это требует много сил и энергии, поэтому малыш часто болеет. Встревоженные взрослые начинают уделять ему еще больше внимания, и ситуация теряет всякий контроль.

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.