

## **МЫСЛИ, МНЕНИЯ, ВОСПОМИНАНИЯ..**

Когда-то давно, когда мы были маленькими, частенько, всхлипывая, говорили своим любимым «несознательным» родителям-узурпаторам: «Вот когда я вырасту, у меня будут дети, я никогда-никогда...». И мы выросли, и у нас появились дети, и теперь уже они нам говорят: «Вот когда я вырасту, я никогда-никогда-никогда так не буду обращаться со своим ребенком»... И время от времени теперь мы чувствуем себя беспомощными, несостоятельными или не лучшими родителями. Практически на всех психотерапевтических приемах, трансформируя что-то в поведении деток, психотерапевт параллельно работает и с чувством вины, и со страхами самих родителей этого ребенка. В тот момент, когда родитель испытывает вину — ребенок подсознательно начинает им манипулировать. Как важно нам, родителям, запомнить навсегда-навсегда: **ВЫ - ЧУДЕСНЫЙ, ЛЮБИМЫЙ, ЛУЧШИЙ, САМЫЙ-САМЫЙ... РОДИТЕЛЬ - ЭТО ВЫ, МАМА-ПАПА** для своего **СОВЕРШЕННО УДИВИТЕЛЬНОГО И ЛЮБИМОГО РЕБЕНКА**. Он «пришел» именно к Вам и только с Вами он может приобрести необходимый опыт, и только с Вами его Душа сможет реализовать свой потенциал. Иначе бы Ваш ребенок родился у кого-то другого, не правда ли? ☺) А если Вы еще и успеваете улучшать что-то в семейной системе в целом и читаете эту книгу в частности — вы вообще **МОЛОДЕЦ!**

Книжка, которую вы держите в руках, помогает справиться с родительским «синдромом суженного сознания». ССС - эти три «С» звучат страшно, а означают всего-навсего нашу зашоренность. Когда мы снимаем определенные «шоры» (воспитательные, мировоззренческие, образовательные и т. п.), мы видим больше возможностей, больше граней, больше направлений для собственного движения вперед. Помните, как говорил Эйнштейн: «Безумие что-то делать по-старому и ждать новых результатов». Давид Расказов дает нам возможность посмотреть на развитие семейной системы (или просто на СЕМЬЮ) без шор. Начать что-то важное, именно для Вас, делать по-новому и открыть совершенно новые просторы для гармонии в ней. Из опыта многих сотен «соприкосновений» с семьями, детками, взрослыми - я могу точно сказать - не существует отдельно проблемы ребенка

и отдельно проблемы его взрослого родителя. Каждый из нас - часть семейной системы. И непосредственная работа с детьми или уже взрослыми детьми занимает только 30 % «психотерапевтического» времени. Остальное время - анализ семейных стереотипов, поиски новых путей ПАРТНЕРСТВА. Кстати, именно это слово на обложке привлекло мое внимание к первой книге Давида Рассказова - книге «Осторожно: дети!».

Не бывает плохих людей: родителей, детей, друзей, знакомых, коллег... Есть люди, которым плохо, и только. В этой книжке содержатся способы, как это «плохо» друг другу не делать и как жить так, чтобы наше детское «плохо», наш собственный психологический (блокирующий) опыт не переходил бы по наследству нашим детям. И еще, что очень радует, Вы для себя с радостью откроете на ее страницах разнообразные, подчас неожиданные формы-ХОРОШО!

Когда я читала материал книги «Осторожно: родители!» - у меня внутри звучала фраза одной из моих маленьких «клиенток», четырехлетней Марички. Она звучала так: «Когда я жила у мамы в животике, я умела все-все, даже летать, а потом я «выродилась» и все забыла. И теперь, с каждым днем, я забываю все больше и больше...». После этого приема я частенько думаю о том, когда же все-таки мы теряем нашу крылатость, вдохновенность, когда перестаем вдыхать полной грудью Жизнь (ведь в слове «вдохновение» есть слово ВДОХ). И... что же нам делать, чтобы сохранить или вернуть эту крылатость себе и нашим детям? По-моему, наша задача — ПОМОЧЬ НАШИМ ДЕТКАМ ПОМНИТЬ! И дать возможность ВСПОМНИТЬ САМОМУ СЕБЕ! Внимательный читатель, просто-напросто, возьмет не только знания, но и конкретные инструменты, готовые рецепты того, как это делать, - из этой книги.

Радости Вашим семьям и занимательного Вам путешествия в ПАРТНЕРСТВО вместе с Давидом Рассказовым.

*Светлана РОЙЗ,  
детский, семейный психолог,  
член Европейской профессиональной  
психотерапевтической лиги.*

*г. Киев*

## ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА

Уважаемый Читатель, эта книга, впрочем, как и первая моя книга «Осторожно: дети!», создавалась мной, в первую очередь, для не совсем обычных людей. В чем их необычность - в том, что судьба предоставила им возможность **ИСПЫТАТЬ СЧАСТЬЕ БЫТЬ РОДИТЕЛЕМ**. Трудно не согласиться с тем, что нас не так уж мало. И раз это именно так, то трудно не согласиться с тем, что подчас оказывается непросто преодолеть барьеры на пути к взаимопониманию, а ведь они неизбежно возникают в процессе общения ребенка и родителя. А подчас не менее трудным оказывается преодоление барьеров, возникающих между самими родителями. Идея, которой я счел возможным с Вами поделиться, заключается в том, что очень и очень многие **БАРЬЕРЫ МОЖНО НАУЧИТЬСЯ ВО ВСЕ НЕ СОЗДАВАТЬ**. Куда проще в тех случаях, что Вы способны предусмотреть, использовать меры профилактики, чем спустя небольшое время тратить все свои силы на поиск источника межличностного конфликта, устранение самого конфликта и его неминуемых последствий.

Я обращаюсь к родителям, у которых дети еще маленькие, и родителям, чьи дети уже скоро окончат школу: процесс воспитания, который сводится к стремлению родителя любой ценой навязать свое мнение, не приносит сладких плодов. Плоды, которые созреют в таком случае, - это плоды со вкусом горечи, обиды и разочарования. Я надеюсь, что мне удалось рассказать в этой книге просто и доступно, в чем состоит общий подход к гармоничному взаимодействию между родителем и ребенком. Однако в этой книге Вы вряд ли найдете «готовые рецепты счастья». На свете нет двух одинаковых людей. То, что идеально подходит одному человеку, далеко не всегда оказывается столь же сильно востребованным у другого. Хотя, правда, это то, что, обладая понятной информацией, как именно можно дружить с детьми, - Читателю, разделившему мои взгляды, будет много проще самостоятельно наладить со своими детьми свой совершенно уникальный и неповторимый контакт. Контакт, базирующийся на обоюдной любви, доверии и уважении. Контакт, предполагающий в значительной мере

творчество родителя-друга и в то же время — контакт, четко обозначающий границы приемлемого и недопустимого поведения как ребенка, так и его родителя. И именно на таком виде взаимоотношений, как на основательном фундаменте, строить жизнь своей семьи.

Закономерный вопрос: «А ЗАЧЕМ?». Все правильно! Начиная что-то строить, всегда имеет смысл четко представлять — ради чего Вы затрачиваете свои силы. Что будет в итоге. Я скажу так: является ли самым главным в Вашей жизни то, что Бог дал Вам возможность стать родителем - это Ваш сугубо личный вопрос. Как бы Вы на него не ответили — этот ответ останется с Вами. При этом для меня совершенно очевидно, что каждый из нас, идя по жизни, со временем осознает, что с рождением ребенка внутри семьи очень многое меняется. Нас ожидают не только радости, но и новые, подчас совершенно неожиданные трудности как в воспитании малыша, так и во взаимодействии с другими, взрослыми членами семьи. Но наша собственная жизнь при этом не заканчивается. Она продолжается в своей новой форме. Давать ребенку то, что востребовано им, сохранить (если надо, то построить заново) отношения с близкими людьми и при этом полноценно жить собственную жизнь — задача сложная, но вполне решаемая. Все зависит от того, с каким собственным отношением Вы выходите на сцену жизни в роли родителя. Увы, но не редкостью является то, что к своей родительской миссии мы относимся как к собственной старости. По остроумному комментарию Цицерона: «Достигнуть старости желают все. Тогда почему, достигнув ее, люди ее же и винят во всем?».

Быть родителем — это своего рода профессия. То, чего не хватало мне в самом начале освоения этой профессии, - мне удалось найти. Я нашел это не только в своих профессиональных знаниях (я врач), не только в книгах и многолетнем взаимодействии с практикующими психологами. Я нашел это в первую очередь в том, что внутри своей семьи - я стал папой и остаюсь им сейчас. Потому сегодня мне есть чем поделиться с Вами, уважаемый Читатель, будь Вы родитель состоявшийся или потенциальный. Как бы ни был сложен или даже рискован процесс воспитания, я уверен, что любые трудности преодолимы. Работая над этой книгой и книгой «Осторожно: дети!», я как раз и стремился оказаться полезным Вам в преодолении этих трудностей.

Почему в названии моих книг присутствует фраза «ПАРТНЕРСКАЯ ДИСЦИПЛИНА РЕБЕНКА»? Ответ прост: партнерская - это мой первый посыл Вам, уважаемый Читатель. Он заключается в том, что все, о чем

идет речь в книге, базируется на убедительном подтверждении родителем своему ребенку трех своих качеств - любви, доверия и уважения. Второй посыл - дисциплина. Это, в моей трактовке, никоим образом не диктатура родителей по соблюдению детьми некоего набора правил. Дисциплина - это конкретная, буквально осязаемая ребенком, помощь родителей в познании мира. Это совместное с ребенком определение границ допустимого и недопустимого поведения. Это помощь не только в узнавании того, что вообще существуют определенные границы поведения, но еще и помощь ребенку в принятии их и, разумеется, последующем соблюдении. Именно так, я полагаю, можно наименее болезненно для всех членов семьи формировать отношения гармонии и эффективного, искреннего, наполненного заботой семейного микроклимата. В формировании именно такого моего мировоззрения сыграла важнейшую роль так называемая гуманистическая теория психического развития человека. Наибольший вклад в нее внес Абрахам Маслоу (1908-1970). Говоря кратко, ее суть можно изложить всего несколькими тезисами:

- каждый человек уникален и неповторим;
- каждый человек стремится к самореализации;
- каждый человек обладает своим индивидуальным набором мотивирующих его факторов;
- каждый человек стремится удовлетворять свои потребности на нескольких уровнях:

1. *Биологические потребности (стремление выжить).*
2. *Личная безопасность и максимальная уверенность в своем хорошем будущем.*
3. *Удовлетворение потребности в любви и принадлежности к некой социальной группе (социальный статус).*
4. *Способность к самооценке и самоконтролю.*
5. *Самореализация.*

Благодаря именно такой трактовке сущности процессов, движущих личностью человека, я и пришел к тому, что дисциплина, предположительно вобравшая в себя именно ограничивающие, предписывающие правила поведения, может вполне носить дружественный, партнерский характер.

Еще один вопрос - почему я говорю «семейный микроклимат», «взаимоотношения в семье», «для всех членов семьи» и т. п.? Ответ для меня очевиден - наше общество изменилось. В прошлом остались времена,

когда коммунистическо-советская идеологическая машина выполняла посредством детских учреждений мощнейшую безальтернативную воспитательную деятельность. Детские учреждения сегодня, будь то детский сад или школа, - в первую очередь учреждения образовательные. И потому именно семья теперь является главной воспитательной средой ребенка. Именно с самыми близкими и дорогими ребенку людьми - с его родителями - он сегодня способен сам принять этот мир и быть взаимно принят этим миром.

Прежде чем Вы отправитесь в путешествие по страницам этой книги, скажу еще одно: несомненно, каждому автору хочется, чтобы его книга была прочитана от начала и до конца. И я в этом смысле не являюсь исключением. Да, эта книга «награждена» определенной структурой. При этом я сам, покупая книги или журналы, обычно сначала пролистываю их, начиная с последней страницы. Потом прочитываю или бегло просматриваю фрагменты, наиболее интересные для меня или случайно попавшие в поле зрения. И лишь после этого принимаюсь за полноценное чтение. Структура этой книги позволяет начать чтение с любой страницы. Вы в минимальной степени ощутите, что перерыв или непоследовательное чтение имели место быть, возвращаясь, когда у Вас будет для этого время и желание, к тем главам, которые Вам покажутся наиболее интересными. Истории, которые в качестве примеров Вы найдете в книге, взяты из реальной жизни. Да Вы и сами без труда это поймете, читая их. Изменены в них лишь имена участников событий, а суть происходящего сохранена мной абсолютно.

С Вашего позволения, с этого момента в книге я буду обращаться к Вам на Ты. Примите это мое пожелание с пониманием и лояльностью. Я заранее благодарю Тебя за это.