

Ольга Вакса

# Здорово, предки!



# Ольга Вакса

## Здорово, предки!

*Текст предоставлен правообладателем  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6147219](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6147219)  
Здорово, предки! / О.Вакса: Научная книга; Москва; 2013*

### Аннотация

Эту книгу мы написали специально для тебя. Она не похожа на учебник, на сборник рецептов или инструкций; это не энциклопедия и тем более не краткий курс по психологии. Скорее всего, ее можно назвать маленьким путеводителем, который должен помочь тебе в решении проблем. Одной из таких, и, пожалуй, самой трудной и запутанной, является вечная проблема, которая будет нас волновать, пока существует человечество: взаимоотношения родителей и детей. На эту тему уже написано немало книг. Некоторые из них ты, наверное, уже читал. Однако не на все вопросы ты смог найти ответы. Мы постараемся помочь тебе усвоить главные принципы ваших взаимоотношений. Но воплотить их в жизнь тебе предстоит самому. И начнем мы, пожалуй, с самого важного – с влияния родителей на твою жизнь.

# Содержание

Введение	4
Глава 1	6
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# **Ольга Вакса**

## **Здорово, предки!**

### **Введение**

Эту книгу мы написали специально для тебя. Она не похожа на учебник, на сборник рецептов или инструкций; это не энциклопедия и тем более не краткий курс по психологии. Скорее всего, ее можно назвать маленьким путеводителем, который должен помочь тебе в решении проблем. Одной из таких, и, пожалуй, самой трудной и запутанной, является вечная проблема, которая будет нас волновать, пока существует человечество: взаимоотношения родителей и детей.

На эту тему уже написано немало книг. Некоторые из них ты, наверное, уже читал. Однако не на все вопросы ты сможешь найти ответы.

В этой книге мы попытаемся тебе помочь немного приблизиться к решению некоторых проблем. Расскажем тебе о влиянии, которое оказывают на тебя родители, и в каких ситуациях к ним лучше всего обращаться за советом, а когда принимать решения самому, как можно провести выходные в обществе родителей и многое другое.

Но не стоит пугаться, мы ни в коем случае не собираемся

тебя перевоспитывать или переучивать. Поверь, что было бы лучше найти верный тон в общении с родителями, чем не иметь его вообще. Не нужно доводить свои отношения с родителями до такого состояния, когда только помощь постороннего поможет тебе преодолеть возникшие сложности.

Мы постараемся помочь тебе усвоить главные принципы ваших взаимоотношений. Но воплотить их в жизнь тебе предстоит самому. И начнем мы, пожалуй, с самого важного – с влияния родителей на твою жизнь.

# **Глава 1**

## **Родители как среда обитания**

С первых дней появления на свет ты уже сумел понять и почувствовать, что твоя жизнь зависит от людей, которые зовутся твоими родителями. Их не выбирают, и хорошие ли, плохие, но они есть. И мир, в котором они существуют, становится и твоей средой обитания на довольно большой промежуток времени.

Проведя ряд различных исследований, психологи доказали, что основное количество информации ты получаешь в дошкольном возрасте. И основную роль в твоём воспитании и формировании личности выполняет влияние родителей.

Постепенно, ещё на подсознательном уровне, ты начинаешь впитывать в себя некоторые черты их поведения. Что-то ты берёшь от мамы, что-то от – папы.

Родители влияют на тебя каждый день, даже когда тебя нет дома. Ты смотришь, как они одеваются, как разговаривают с людьми или о других людях, как радуются или печалятся, как обращаются с друзьями или соседями по лестничной клетке, как смеется мама или читает газету папа – все это имеет для тебя огромное значение.

Ты всегда чувствуешь даже малейшие изменения в их голосе. А если дома они бывают грубы или хвастливы или, того

хуже, их отношения между собой оставляют желать лучше-го, то в последующем это проявится и в твоём отношении к окружающим.

Присутствуя при их разговоре, ты запоминаешь их жесты, слова, советы, которые они дают друг другу в зависимости от ситуации и т. д. И когда спустя некоторое время ты ока-жешься в подобном положении, ты не будешь долго разду-мывать, так как ответ знаком тебе давно.

Наблюдая, как общаются между собой твои родители, на каком языке они разговаривают, как относятся к друзьям и соседям и что о них думают, ты делаешь собственные выво-ды. А так как родители являются для тебя примером, ты ста-раешься копировать их действия.

Иногда ты представляешь их на своем месте и пытаешься понять, какое решение было бы принято с их стороны. На-пример, в разговоре с посторонними ты бываешь груб, как твой отец, или, будучи незаслуженно обвиненным кем-то не в очень приятном поступке, ты спокойно, так же, как это делает мама, выясняешь все обстоятельства и доказываешь свою невиновность.

Ты растешь из года в год, меняешься внешне и внутренне, а вместе с тобой меняются и твои взаимоотношения с роди-телями.

В раннем детстве тебе была просто необходима опека с их стороны. Когда тебе исполнилось 3 года и ты вступил на новую ступень познания окружающего тебя мира, ты начал

"показывать" свой характер, в чем-то слушаясь, а в чем-то перечая взрослым. И тут ты впервые смог осознать их влияние на твою жизнь, которое чувствовалось в каждом слове, каждом взгляде, адресованным именно тебе. Как часто тебе довелось услышать такие слова, как "нельзя", "давай поиграем", "вымой руки", "не трогай", "прекрати", "смотри" и т. д. Они контролировали каждое твое движение, следили за каждым твоим шагом.

Их влияние ты испытал и тогда, когда встал вопрос, в какую школу стоит пойти, как там себя вести, с кем дружить, а с кем нет; какие оценки должен получать и сколько времени уделять учебе. Причем этот список, который у всех разный, можно продолжать до бесконечности.

Взрослея, ты постепенно замечаешь, что стал в чем-то походить на своих родителей, не только внешне, но и своими взглядами и поступками.

Даже когда ты закончишь школу и через несколько лет у тебя возникнет вопрос, какого мужа или жену тебе нужно выбрать, перед тобой появится образ твоих родителей. Ведь девушка ищет избранника, который по своему характеру и поступкам будет похож на папу, а юноша будет искать свой идеал женщины, схожей с маминым образом.

Привыкнув с детства полагаться на родителей, которые являются для тебя примером во всем, ты и в зрелом возрасте начинаешь копировать их поведение. Порой это происходит неосознанно, и ты этого не замечаешь. Но по своему содер-



жанию влияние родителей на тебя и твое поведение может сыграть не только положительную, но и отрицательную роль.

Не зря гласит народная молва, что, посмотрев на ребенка, можно сразу многое рассказать о его семье. А в школе бытует мнение, что "все идет из семьи".

Давай посмотрим, каким же может быть влияние семьи вообще:

**ЧВАНЛИВОЕ ВЛИЯНИЕ.** У каждого человека есть свои достоинства. Но почему-то некоторые люди считают, что они – самые заслуженные и стараются показать это на каждом шагу не только на работе, но и дома. Причем дома они еще больше надуваются, высокомерно относясь к окружающим.

Очень часто бывает, что пораженные таким видом, например, своего отца дети тоже начинают вести себя подобным образом. Они хвлятся на каждом шагу, повторяя "мой папа – начальник". Тебе, наверное, часто приходилось слышать такое от своих одноклассников. Согласись, со стороны это выглядит очень некрасиво.

**ВЛИЯНИЕ АВТОРИТЕТА.** Это наиболее страшное из всех существующих видов влияния. Чаще всего ты испытываешь его со стороны отца.

Если отец дома всегда рычит, сердится, его раздражает каждая мелочь, при всяком удобном и не очень удобном случае он спешит схватить ремень, на каждый вопрос отвечает

грубостью, то постепенно ты замечаешь, что боишься всех и всего. Ты стараешься меньше общаться с таким отцом, делиться с ним самым сокровенным или спрашивать совета.

Такое влияние проявляется позднее либо в детской жестокости, либо в возникновении безволия, забитости в твоём характере.

**ВЛИЯНИЕ ЛЮБВИ.** Это порождает в ребенке эгоистичность, лживость и неискренность. Многие родители убеждены в том, что, для того чтобы ребенок любил их, необходимо на каждом шагу показывать свою любовь к нему. Однако очень скоро дети замечают, что папу и маму можно как угодно обманывать, только нужно это делать с милым, невинным, нежным и любящим выражением лица.

С юных лет он уже начинает понимать, что под людей можно легко подстраиваться. А так как он не может любить так же сильно и других людей, то подлизывается к ним, с холодным и циничным расчетом.

Психологам хорошо известно, насколько слепа порой бывает такая любовь. Оказываясь в плену собственного тщеславия и закрывая глаза на очевидное, родители нередко, сами того не желая, делают своих детей несчастными и закомплексованными. Думаешь, не может быть? А вот посмотри сам.

**ОН ТАКОЙ УМНИЦА!** Саше скоро 12 лет. "Кто бы мог подумать, что у нас с ним возникнет столько проблем?" –

искренне недоумевают Сашина мама.

На самом деле подумать мог каждый, кто провел с Сашей хотя бы пару часов. "Никогда не забудет поделиться", – говорила с радостью мама, когда, отломив младшей сестренке дольку от большой плитки шоколада, Саша, торопясь, запикивал в рот оставшуюся часть.

"Смотри, какой целеустремленный!" Это когда, не обращая внимания на гостей, Саша кричал: "Пойдем читать книжку, пойдем сейчас же читать книжку, мам, пойдем читать книжку!"

"Характером – весь в папу", – говорила мама с гордостью, когда Саша делал вид, что не слышит ее замечаний.

Теперь мама жалуется на неспособность Саши наладить отношения со своими одноклассниками и на постоянно возникающие конфликты с учителями.

**НИКАКОГО ИЗ НЕЕ ТОЛКА.** Мы хотим привести тебе и другую форму слепой любви: когда родители, переоценивая твои способности и возможности, проявляют к тебе завышенные требования.

Они стараются доказать всем окружающим, что их ребенок очень талантлив. Но тем не менее из-за этого у тебя может возникнуть комплекс неполноценности.

6-летнюю Наташу привели на консультацию к детскому психологу с жалобой: нет желания идти в школу, заниматься и готовиться к ней. Когда Наташу спрашивали об успехах в

спорте (девочка занималось гимнастикой), она была весела, вела себя раскованно и с радостью делилась своими маленькими достижениями.

Как только ее попросили нарисовать деревце, она сразу вся сжалась, начала теревить в руках карандаш, не решаясь провести линию на бумаге. И при этом ребенок постоянно испуганно оглядывался на родителей, которые сидели тут же.

Мама начала от этого постепенно раздражаться, а папа произнес недовольно: "Я же говорил, что никакого толка из этого не выйдет. Только пустая трата времени".

Наташа не оправдала ожиданий своих родителей. А вместо того чтобы хоть немного помочь ей, они усложнили ситуацию своими резкими комментариями и нарочито громкими вздохами разочарования. Ощущая такое отношение к себе со стороны родителей, девочка стала чувствовать себя неуверенно, бояться сделать что-то не так.

Находясь под негативным влиянием взрослых, она теперь не хочет идти в школу, так как все учителя, тоже люди взрослые, и она заранее боится услышать упреки в свой адрес.

Твои родители готовы на все, лишь бы оградить тебя от опасностей, так как убеждены в твоей слабости, незащитности (а для родителей ребенок всегда остается ребенком, даже в 50 лет) и неподготовленности к жизни. Но ведь это совсем не так.

Основной "средой обитания" для тебя несомненно является семья. И влияние, оказанное ею на протяжении всего

времени, проявляется в твоих отношениях с окружающими, в характере совершаемых тобой поступков. Его она будет сохранять на протяжении всей твоей жизни. Просто по мере своего взросления ты будешь реже искать помощи и поддержки у родителей, но эта связь не разорвется до самой смерти.

Поступив в первый класс, ты понимаешь, что уже не только семья, но и школа стала "средой" твоего обитания. Находясь в новом коллективе, ты стараешься узнать его и по возможности "вписаться" в ритм его жизни. У тебя появляются новые друзья, на которых ты хочешь быть похожим. Но будь внимателен в своем выборе, истинные друзья познаются только в беде.

Говорят, что среда обитания очень влияет на человека и на его внутренний мир. Поэтому если ты привык с малых лет точно выполнять все требования родителей, не перечить им ни в чем, даже если ты не согласен полностью с их инициативами, то тебя можно назвать слабохарактерным человеком, и тебе придется очень тяжело "жить" 9 – 11 лет в классном коллективе. Ты легко поддаешься чужому влиянию, не думая порой своей головой (о таких говорят "живет чужим умом").

Если ты попал не в очень хороший и добрый коллектив, а тебе с детства внушали о безмерной любви и уважении к окружающим, то, чтобы не стать посмешищем или "белой вороной", тебе все время приходится подстраиваться. И

вскоре твои родители станут свидетелями того, как из доброго и послушного ребенка ты стал постепенно превращаться в человека с явно выраженным недружелюбием и агрессивным поведением.

Существует и такая категория твоих сверстников, которая привыкла, что все внимание семьи было всегда направлено только на нее. Такие ребята начинают диктовать свои "правила игры" и в школе. Пытаются командовать не только остальными учениками, но и учителями. Это тоже ярко выраженное влияние любви родителей к своему ребенку, которая проявляется в их уступчивости, мягкости и доброте.

Папа или мама пытаются предстать перед своим ребенком в образе ангела. Они разрешают ему буквально все, им ничего не жаль. Они ведь не жадные, они замечательные родители. Они опасаются всевозможных конфликтов и, предпочитая мир и покой в доме, пытаются их избегать любыми способами. Они готовы пожертвовать всем чем угодно, только бы все было благополучно.

Очень скоро у таких родителей возникают проблемы со своими детьми. Подрастая, дети начинают командовать ими, а когда наступает время идти в школу, то и там они не хотят изменять своим привычкам.

И если у вас сложился по-настоящему хороший коллектив, то все вместе вы в состоянии нейтрализовать деятельность таких детей.

К 10–12 годам ты уже созрел для того, чтобы попытаться

найти свое "я". Иногда тебе это очень сложно сделать, так как в семье у тебя не было достаточно общения. В этой ситуации тебе помогут только твои родители: еще не поздно начать чаще общаться с тобой, делиться своими мыслями и заботами, стараться понять твои проблемы, принять в них участие.

В твоей жизни бывает много случаев, когда ты не знаешь, как нужно поступить в возникшей ситуации. Может быть, она и не такая неразрешимая, но ты не в состоянии принять правильное решение без посторонней помощи. Тебе необходимы совет и поддержка. Все это ты можешь найти у своих родителей.

Ты спросишь нас: "В чем же можно всегда положиться на родителей и какой помощи от них ждать?" Оказывается, воздействовать на ситуацию можно по-разному.

Часто это помощь может быть оказана конкретным советом, иногда шуткой, иногда распоряжением, а иногда и приказом. Все зависит от того, насколько глубоко твои родители посвящены в эту проблему.

Случается, что эту помощь можно оказать особым способом. Например, родители могут принять участие вместе с тобой в какой-либо игре либо познакомиться с твоими друзьями. А если в вашей семье несколько детей, это самый счастливый случай, к оказанию такой помощи могут быть привлечены и старшие братишки и сестренки, у которых такие проблемы остались далеко позади, ведь они имеют определен-

ный опыт в подобных делах.

Родители могут дать хороший совет, приведя пример какой-то отвлеченной ситуации, где ты не фигурируешь. Но стоит тебе поделиться аналогичной проблемой, с которой ты столкнулся, как будет предложено совершенно другое, отличное от этого решение. Не удивляйся, ведь каждый отец и каждая мать в глубине души очень переживает за свое чадо и старается, чтобы именно его ребенок смог выйти победителем из такой ситуации, испытав при этом как можно меньше всякого рода потрясений. В этом проявляется некий скрытый родительский эгоизм — "В первую очередь думай о своем, а потом о чужих".

Бывает, поделившись с родителями своей проблемой, ты ждешь вразумительного ответа, а вместо этого родители буквально "заедают" тебя бесконечными поучениями и назидательными разговорами. Вместо того чтобы прояснить ситуацию, может быть, даже в шутливом тоне, они усаживают тебя рядом с собой и начинают скучную и нудную беседу. Они уверены, что благодаря таким поучениям ты сам найдешь правильное решение. Не стоит их за это осуждать.

Иногда ты не можешь честно сознаться в содеянном из-за боязни быть непонятым или наказанным своими родителями. В этой ситуации многое зависит от их восприятия. Одни могут сесть и спокойно выслушать, стараясь понять и помочь тебе советом. Другие же, наоборот, еще не вникнув в суть, будут кричать и топтать ногами, обвиняя тебя во всех



смертных грехах. Если не во всем ты можешь быть с ними откровенен, воспользуйся нашим советом.

Попробуй рассказать о случившемся, не намекая на то, что совет нужен именно тебе, от имени другого, например: "Мам, знаешь, Вовка из параллельного класса подрался с Колькой, да так, что его родителей вызывают в школу, а он боится им об этом сказать. Ты думаешь, ему рассказать честно или подождать, пока, может, забудется и утрясется само собой?" Посмотри, какой совет даст мама, так, возможно, и поступи. Поверь, она не успеет на тебя рассердиться, так как сама же и предложила такое решение.

В связи с этим спешим дать тебе один важный совет: ни в коем случае не перекладывай решение своих проблем на родителей. Если тебя обидели или ты подрался с кем-то в классе, не ябедничай на взрослым и не проси их прийти в школу и заступиться за тебя, а то ты потеряешь уважение со стороны окружающих, да и самому станет противно от сделанного. Постарайся спокойно поговорить с обидчиком, выявить все ваши разногласия и прийти к общему решению. Поверь, что завтра из врага он превратится в твоего друга.

Конечно же, тебе хочется получить от родителей помощь, которая не будет навязчивой, надоедливой, утомительной. В некоторых случаях они должны предоставить тебе право самому выбраться из затруднительного положения, дать возможность проявить свою самостоятельность, чтобы в дальнейшем ты привыкал преодолевать препятствия и разрешать

более сложные вопросы, не надеясь, что кто-то станет решать их за тебя. Ведь не могут же родители постоянно находиться возле тебя.

Было бы просто замечательно, чтобы, дав совет, они не вмешивались в дальнейший ход событий, а внимательно наблюдали: сделаешь так, как они тебе посоветовали, или, учтя все замечания и взвесив все, ты поступишь, как считаешь нужным.

За годы, прошедшие с тех пор, когда твои родители были в таком же возрасте, как и ты, жизнь сильно изменилась... И многое из того, что было правильно в прошлом, стало бессмысленно сейчас. Детство твоих родителей не было похоже на твое, да и таких проблем у них, возможно, не возникало.

Ты должен понимать, что не всегда родители – это истина в последней инстанции, однако это не говорит о том, что ты должен поступать наоборот. Хотя чрезмерная опека с их стороны также не приводит ни к чему хорошему.

В тех семьях, где некому или некогда надоедать своими советами или замечаниями, постоянно вмешиваться в жизнь ребенка и т. п., дети более самостоятельны, и это очень пригодится им в будущем.

Самое главное правило, которое должны помнить и знать твои родители, а также дедушки и бабушки, – это ни при каких обстоятельствах им не следует принимать решения за тебя и тем более навязывать их.

Если они имеют время и желание помочь, то пусть поста-

раются помочь пассивно, осуществляя только контроль, не требующий постоянного вмешательства. Так они проявят к тебе истинную любовь и заботу.

## ТЕСТ

### ЧТО ОНИ ДЛЯ ТЕБЯ

1. Представь, что твои родители уезжают без тебя в длительную командировку. Как ты думаешь, когда ты начнешь скучать по ним:

а) как только в квартире кончится чистая посуда и сломается телевизор – 0;

б) день-другой пожить в свое удовольствие было бы неплохо, но потом родителей и правда начинает не хватать – 1;

в) как только за ними закроется дверь – 2.

2. Как часто ты разговариваешь со своим папой:

а) только когда у него надо попросить денег на карманные расходы – 0;

б) только когда папа сам к тебе обратится – 1;

в) болтаем все время, потому что он самый лучший папаша на свете – 2.

3. Конечно, твоя мама не упустит случая подойти, обнять тебя, чмокнуть в макушку. Как ты на это реагируешь:

а) ты сидишь и терпишь, но про себя думаешь, что тебе

уже слишком много лет, чтобы родители так сюсюкались с тобой – 1;

б) ты ее, конечно, тоже любишь, но эти телячьи нежности уже надоели, и ты уворачиваешься, как можешь – 0;

в) объятия мамы рожают в тебе прилив нежности, и ты кидаешься ей на шею – 2.

4. Ты сидишь у телевизора и смотришь "Симпсонов". Родители, как всегда начинают разговор, о том, что раньше мультфильмы были хотя бы со смыслом, а эти кошмары вообще запретить надо и т. д. Как ты на это реагируешь: а) просто переключаешь на другую программу – 2;

а) не выдерживаешь и выкрикиваешь: "Дайте же посмотреть!" – 0;

б) злишься, но молчишь, думая про себя, что в следующий раз пойдешь смотреть телевизор к однокласснику – 1.

5. Ты ходишь с мамой по магазинам, выбирая себе супермодную майку-сеточку фиолетового цвета, которая недавно вошла в моду и, когда ты ее находишь, мама начинает причитать: "Да это же убожество какое-то, да за эту ерунду такие деньги!" Ты:

а) Краснеешь за такую отставшую от жизни маму, которая позорит тебя в глазах продавцов и покупателей. Поэтому стремительно выходишь из этого магазина, зарекшись навсегда ходить туда с мамой – 0;

б) Прислушиваешься к мнению мамы и задумываешься над тем, а нужна ли тебе эта майка – 2;

# 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.