

УМНЫЙ ТРЕНИНГ, МЕНЯЮЩИЙ ЖИЗНЬ

САТЯ дас

НЕСКУЧНАЯ
детская
ПСИХОЛОГИЯ

КАК ОБЩАТЬСЯ
С РЕБЕНКОМ,
ЧТОБЫ ОН ВАС
И СЛУШАЛСЯ,
И СЛЫШАЛ

ПРАЙМ



Издательство

АСТ

Москва

УДК 159.922.7
ББК 88.8
С21

*Все права защищены. Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена в какой бы то ни было
форме без письменного разрешения владельцев
авторских прав.*

Сатья дас

С21 Нескучная детская психология. Как общаться с ребенком, чтобы он вас и слушался, и слышал / Сатья дас. — Москва : Издательство АСТ, 2020. — 240 с. — (Умный тренинг, меняющий жизнь).

ISBN 978-5-17-105803-6

Сатья — опытный семейный психолог и философ, автор и ведущий популярных семинаров «Нескучная семейная психология», расскажет вам о том, как на самом деле надо взаимодействовать, общаться и обращаться с детьми, как проявить в них то, что заложено. Ваши дети — замечательные, творческие и гармоничные личности! Нужно просто помочь им развить это начало!

Вы узнаете о семи с половиной детских характерах и пяти принципах воспитания, о секретных фразах, которые помогают детям вырасти счастливыми и реализоваться в жизни. А еще вы узнаете много о себе, посмотрите, как некоторые привычные для нас приемы воспитания выглядят со стороны ребенка, какие слова могут серьезно повлиять на его будущее и разрушить ваши отношения, и, возможно, найдете причины собственных комплексов и неудач.

Но не думайте, что вас ждут нудные правоучения. Стиль Сатьи — это просто о сложном, с юмором о наболевшем. Поэтому позитивный настрой вам и, конечно же, вашим детям гарантирован!



Издание для досуга

Сатья дас

НЕСКУЧНАЯ ДЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ.

Как общаться с ребенком, чтобы он вас и слушался, и слышал

Подписано в печать 14.10.2019. Формат 60×90/16. Печать офсетная.

Усл. печ. л. 15,00. Доп. тираж экз. Заказ № .

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93,
том 2–953000, книги, брошюры.

ООО «Издательство АСТ»

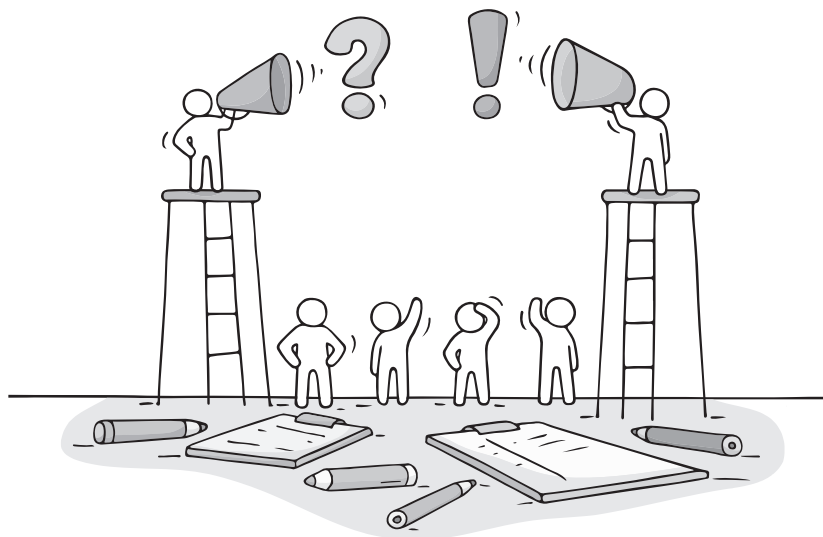
129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, комн. 705, пом. I, 7 этаж

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-105803-6

© Сатья дас (Яковлев С. А.), 2017
© ООО «Издательство АСТ», 2020



Содержание

| | |
|---|-----------|
| Вместо предисловия | 8 |
| ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. | |
| Как воспитать счастливого ребенка | 9 |
| Три этапа воспитания детей | 17 |
| 1-й этап. От рождения до пяти лет. «Царь» | 17 |
| 2-й этап. От пяти до четырнадцати лет. «Ученик» ... | 24 |
| 3-й этап. От четырнадцати лет до бесконечности. | |
| «Друг» | 34 |
| Пять принципов позитивного воспитания | 43 |
| 1-й принцип. Отличаться от других — нормально ... | 43 |
| 2-й принцип. Совершать ошибки — нормально | 51 |
| 3-й принцип. Проявлять негативные эмоции — | |
| нормально | 55 |

| | |
|--|------------|
| 4-й принцип. Хотеть большего — нормально | 68 |
| 5-й принцип. Выражать свое несогласие — нормально, но надо помнить, что родители — главные | 71 |
| Семь с половиной видов характеров у детей | 73 |
| 1-й вид. Академический | 73 |
| 2-й вид. Эмоциональный | 74 |
| 3-й вид. Физический (армейский) | 76 |
| 4-й вид. Творческий | 78 |
| 5-й вид. Художественный | 81 |
| 6-й вид. Мудрый | 81 |
| 7-й вид. Интуитивный | 82 |
| 7,5-й вид. Особый талант | 83 |
| Особенности общения с детьми разных типов | 86 |
| 1-й тип. Чувствительный | 86 |
| 2-й тип. Активный (армейский) | 94 |
| 3-й тип. Общительный (коммуникативный) | 100 |
| 4-й тип. Рецептивный | 105 |
| Десять заповедей адекватных родителей | 110 |
| 1-я заповедь. Ребенок не такой, как ты | 111 |
| 2-я заповедь. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал | 112 |
| 3-я заповедь. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб | 113 |
| 4-я заповедь. Нельзя относиться к проблемам детей свысока | 114 |
| 5-я заповедь. Не унижай! | 115 |
| 6-я заповедь. Мы не знаем, кого мы встречаем в ребенке | 115 |
| 7-я заповедь. Не нужно стараться сделать для ребенка все | 116 |
| 8-я заповедь. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью | 118 |

| | |
|--|-----|
| 9-я заповедь. Умей любить чужого ребенка | 119 |
| 10-я заповедь. Люби своего ребенка любым | 119 |

ЧАСТЬ ВТОРАЯ.

| | |
|--|------------|
| Как не надо воспитывать детей | 121 |
|--|------------|

| | |
|---|------------|
| Десять фраз неадекватных родителей | 122 |
|---|------------|

| | |
|--|-----|
| 1-я фраза. У тебя ничего не получится, я все сделаю сама | 123 |
| 2-я фраза. Возьми, только успокойся | 125 |
| 3-я фраза. Еще раз увижу — ты у меня получишь . . . | 126 |
| 4-я фраза. Я сказал: немедленно перестань! | 130 |
| 5-я фраза. Ты должен понимать, что... | 132 |
| 6-я фраза. Мальчики (девочки) так себя не ведут! . . . | 133 |
| 7-я фраза. Не расстраивайся из-за ерунды | 135 |
| 8-я фраза. Побереги мое здоровье! | 138 |
| 9-я фраза. Мы этого не купим, потому что нет денег/это дорого стоит | 139 |
| 10-я фраза. У всех дети как дети, а ты (неряха, растяпа, идиот, лентяй и так далее) | 140 |

| | |
|---|------------|
| Семь фраз, которые делают наших детей неудачниками | 141 |
|---|------------|

| | |
|--|-----|
| 1-я фраза. В твоём возрасте я уже умел(а) это делать! | 141 |
| 2-я фраза. Не бери это, потеряешь! | 143 |
| 3-я фраза. У тебя нет к этому способностей | 143 |
| 4-я фраза. Подрастешь — узнаешь | 145 |
| 5-я фраза. Ты меня с ума сведешь! | 146 |
| 6-я фраза. Ты что, глухой? | 147 |
| 7-я фраза. Как ты мне надоел (как ты меня достал) . . . | 149 |

| | |
|--|------------|
| Четыре проверенных способа осложнить взаимоотношения с детьми | 150 |
|--|------------|

| | |
|--|-----|
| 1-й способ. Риторические вопросы | 150 |
|--|-----|

| | |
|---|-----|
| 2-й способ. Чрезмерное разъяснение и оправдание просьбы | 155 |
| 3-й способ. Чтение морали | 157 |
| 4-й способ. Душеизлияние или попытка манипулировать эмоциями | 159 |

Девять способов быть неслышанными своими детьми

| | |
|--|-----|
| 1-й способ. Отсутствие зрительного и тактильного контакта | 164 |
| 2-й способ. Просьбы, состоящие из нескольких | 166 |
| 3-й способ. Косвенное указание | 167 |
| 4-й способ. Многословность | 169 |
| 5-й способ. Крик | 171 |
| 6-й способ. Ожидание немедленного эффекта в поведении ребенка | 172 |
| 7-й способ. Просьба-отрицание | 173 |
| 8-й способ. Постоянное одергивание | 174 |
| 9-й способ. Неумение слышать ребенка | 175 |

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ.

Вопросы по воспитанию детей

| | |
|---|-----|
| Когда пришло время заводить детей? | 180 |
| Почему женщина не может забеременеть? | 183 |
| Нужно ли мужчине участвовать в родах и можно ли рожать дома? | 184 |
| Как выбрать имя ребенку? | 186 |
| Надо ли водить ребенка в детский сад? | 188 |
| Почему полезно рассказывать и читать детям сказки? | 192 |
| Как вы относитесь к домашнему обучению? | 194 |
| Нужно ли учить ребенка чтению с ранних лет? | 196 |
| Что делать, если ребенок в школе сталкивается с неадекватными учителями? | 198 |
| Что делать, если ребенок не хочет ходить в школу? | 199 |

| | |
|---|-----|
| Какая разница в воспитании мальчиков и девочек? . . . | 203 |
| Как реагировать, если дети дерутся? Если у старшего сына агрессия по отношению к младшему? Надо ли учить сына уступать дочери как младшей? | 210 |
| Как окружение влияет на ребенка? | 213 |
| Есть ли опасность перехвалить мальчика за какие-то успехи и достижения? | 214 |
| Почему нельзя кричать на ребенка? | 215 |
| Можно ли бить детей? А если я сорвался, ударил ребенка и потом извинился? | 216 |
| В каком возрасте с детьми надо говорить о сексе? | 217 |
| Что делать, если девятилетняя девочка сказала, что она влюбилась? Как правильно реагировать на детские влюбленности? | 218 |
| Религия для ребенка: как выбрать? | 220 |
| Как говорить с ребенком о смерти? Как объяснить, почему люди умирают? | 221 |
| Как приобщить ребенка к домашнему труду? | 223 |
| Дети и деньги. Как приобщать детей к деньгам? | 228 |
| Что делать, если ребенок говорит — у всех одноклассников есть айфоны, а у меня нет, и значит, меня никто не любит? | 229 |
| Как относиться к чрезмерным играм ребенка с гаджетами? | 230 |
| Что можно и что нельзя ребенку смотреть по телевизору? | 232 |
| Что делать, если ребенок плохо ест? | 232 |
| Есть ли разница в воспитании ребенка мужчиной и женщиной? | 234 |
| Воспитание детей от предыдущего брака | 235 |
| Почему важно, чтобы семья была полная? | 237 |
| Воспитание мальчика в неполной семье | 238 |
| Что хотят от родителей уже выросшие дети? | 240 |

Вместо предисловия

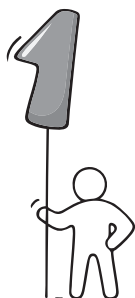
Чем отличается современное воспитание от того, что основано на древних принципах?

Современное воспитание строится на предположении, что ребенок — это белый лист, и мы на нем способны нарисовать все, что хотим, родители могут сформировать ребенка по своему замыслу.

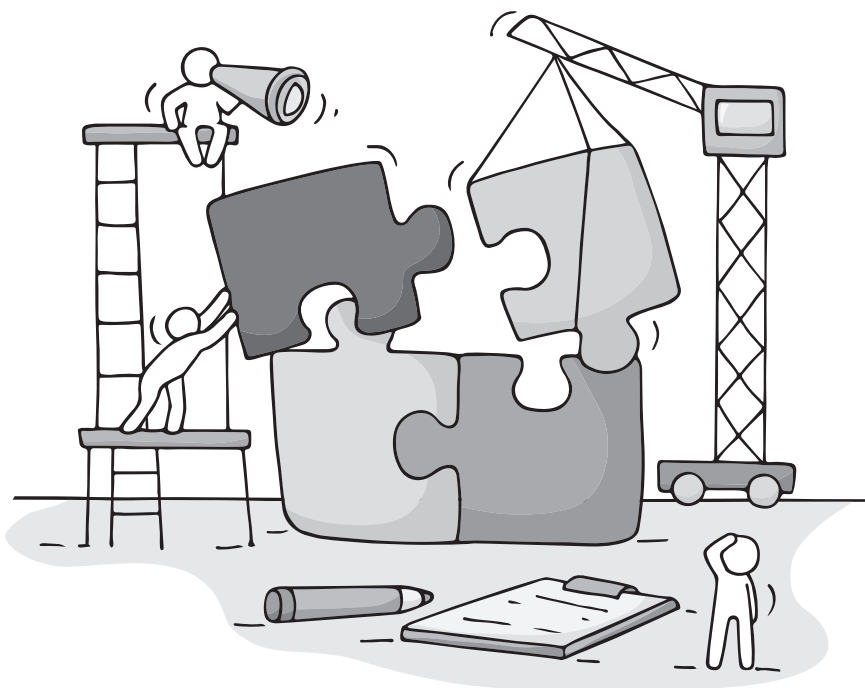
Древняя ведическая концепция говорит о том, что ребенок приходит в мир с уникальной судьбой, со своей собственной кармой и определенными качествами. И задача родителей — не пытаться сформировать его по принципу: «Что хочу, то и нарисую», а увидеть эти врожденные склонности ребенка, причем и положительные, и отрицательные, а затем помочь расцвести положительным качествам, а отрицательные попытаться как-то заблокировать, искоренить, не дать им развиваться.

В этой книге я хочу рассказать о том, что это можно сделать. Для чего? Потому что уверен: счастливое детство, счастливый ребенок, счастливые родители — это результат воспитания, основанного на ведических принципах. И каждая семья может стать счастливой, если будет им следовать.

Часть



Как воспитать счастливого ребенка



Обычно мы все — и мужчины и женщины — в определенном возрасте хотим детей. Но часто в процессе их воспитания возникают те или иные проблемы. Причем чем старше дети, тем их больше — как в пословице: «Маленькие дети — маленькие беды, большие дети — большие беды».

Мы-то думаем, что когда они станут старше, проблемы уйдут, но, оказывается, проблемы вырастают вместе с детьми. Давайте выясним, почему так происходит и что с этим можно сделать.

Существуют определенные правила построения отношений с детьми. Если их выполнять, то и вы, и дети получают от процесса воспитания только положительные эмоции. Что значит почувствовать счастье от процесса воспитания детей? Это значит, дети будут вас радовать. Вы будете на них смотреть с утра до вечера и думать: «Боже, какие у меня хорошие дети, какое счастье! Неужели они скоро вырастут? Сыну пятнадцать лет, еще три года, и он станет совсем самостоятельным, что же я буду тогда делать? Хоть бы внуки пошли побыстрее, потому что дети — это классно!»

Но в реальной жизни обычно все происходит не так. Родители орут: «Я тебя кормлю и пою, а ты, подлюка, глаза вылупил в свой компьютер, да еще и двойку получил». Такое, к сожалению, бывает очень часто.

Проблемы с детьми есть почти у каждого из нас, и часто они еще больше, чем в отношениях между мужем и женой. Почему проблемы в отношениях

с детьми сложнее, чем между супругами? Да потому, что с ребенком нельзя развестись. Вы вынуждены строить эти отношения всю жизнь.

Отношения между родителем и ребенком сложнее, чем между мужем и женой. С ребенком нельзя развестись. Вы вынуждены строить отношения с детьми всю жизнь!



В далекие времена не было такого понятия, как развод, поэтому отношения между мужем и женой складывались по таким же принципам, как и с детьми. Тогда не было возможности сказать: «Я не хочу с тобой жить, уходи», и поэтому муж и жена были вынуждены мириться в любом случае. Сейчас люди так не поступают, и, если супруг не устраивает, всегда можно подать на развод.

Но ребенку нельзя сказать: «Ну-ка, послушай, что скажу. Ты страшно достал меня. В свои четырнадцать лет ты стал просто невыносимым. Ты совсем не такой, каким я хотела тебя видеть в будущем. Поэтому пошел вон отсюда, я не хочу больше общаться с тобой. Вон из моей семьи!» А потом еще и мужу сказать: «Вася, смотри, я выгнала этого уроды!» А он отвечает: «Я сам давно уже хотел его выгнать, еще с тех пор, как ему девять лет исполнилось. Как хорошо, что ты это сделала,

дорогая!» Это просто невозможно, и мы пытаемся строить взаимоотношения с детьми, и нельзя опустить руки. Но по этой же причине ошибок в воспитании детей намного больше. Например, в отношениях с супругом можно сказать: «Да, мы были молодыми, глупыми, что-то неправильно сделали». С детьми так нельзя. Абсурдна фраза: «Да, мы были глупыми — я был глупым как отец, а он был глупым как сын».

В отношениях детей и родителей ответственность лежит полностью на родителях, потому что нельзя быть глупым ребенком. Невозможно ответственность между детьми и родителями поделить поровну, чтобы за одну половину отвечал 43-летний отец, а за вторую — 10-летний сын. И никогда строгий судья не скажет: «Ты, мальчик, виноват на 50% в том, что не смог с отцом построить отношения». Нет, родители отвечают за все на 100%, на каждом этапе воспитания детей.

К сожалению, наши принципы воспитания часто полностью построены на стереотипах, причем таких, которые с точки зрения психологии вообще не работают. И с точки зрения ведических наук они не работают. А мы усиленно пытаемся эти стереотипы пропихнуть детям.

Личный пример и воспитание

Ведическое воспитание можно выразить всего одним словом на санскрите — *ачар*. Это принцип

воспитания детей личным примером. Потому что на самом деле дети просто копируют то, что делают родители, даже не задумываясь над этим. Дети не воспитываются лекциями, нотациями и тому подобными способами.

Все мы помним какие-то истории из детства, когда родители нас долго отчитывали за неубранные постели и двойки в школе. И мы слушали их, испытывая ментальную тошноту, и в лучшем случае оставались равнодушными к их словам, а в худшем — делали все ровно наоборот. Но на самом деле мы просто копировали на тонком уровне поведение самих родителей.

Мама и папа являются очень сильным примером для ребенка. Даже если он думает: «Я не хочу быть похожим на своих родителей», на самом деле, вырастая, он становится их копией по привычкам и характеру. Именно поэтому девушкам рекомендую: «Хочешь узнать получше своего будущего мужа, знакомься с его родителями, смотри, как папа общается с мамой, и очень велика вероятность того, что в твоей жизни с ним будет так же».

То же самое рекомендую и парню: «Хочешь узнать лучше свою будущую жену, смотри на тещу. Скорей всего, твоя жена в дальнейшем станет именно такой».

Конечно, между детьми и родителями всегда будут какие-то отличия, но костяк, основа остаются примерно одинаковыми, переходят по наследству из поколения в поколение.

Можно ли изменить подобное положение? Можно, но это достаточно сложно, потому что нам очень трудно ломать стереотипы воспитания, сложившиеся в семье. Поэтому надо знать самое важное правило для родителей.



Для воспитания детей нужно в первую очередь воспитывать самого себя.

Воспитывая себя, тем самым ты воспитываешь детей.

А по отношению к детям вообще прекрасно работает принцип: чем меньше воспитания, тем лучше. Пусть вообще не будет никакого воспитания, чем мы будем использовать неправильные модели.

На самом деле детей не надо воспитывать, их просто необходимо любить. Это не значит, что они должны расти как трава в поле. В понятие «любовь» необходимо вкладывать некие знания, надо уметь любить правильно.

Я как-то общался с одной дамой, она говорит:

— Я очень люблю своего ребенка.

— И я своего люблю. А в чем выражается ваша любовь?

— Я все даю своему ребенку. У него самый лучший преподаватель по английскому языку, он ходит в самые лучшие кружки и секции.

— А сколько лет вашему ребенку?

— Два с половиной года.

— А зачем вашему ребенку в два с половиной года вот это все?

— Как это зачем? Он же должен быть готов к жизни.

Представьте, как этого несчастного ребенка перегрузили в два с половиной года. Даже правильные вещи могут быть не вовремя. Почему так происходит? Потому что мы просто не знаем, как правильно. И эта книга скорее даже не о воспитании, а о том, как правильно любить своих детей.

У каких родителей вырастают счастливые дети

Кто не хотел бы, чтобы их дети были адекватными и счастливыми? Но для того чтобы ваши дети были адекватными и счастливыми, вы сами должны быть адекватными и счастливыми.

Лучший способ сделать ребенка счастливым – стать счастливым самому.



Не может быть, чтобы у несчастных, депрессивных, предсуицидальных родителей выросли счастливые дети, которые живут в экстазе, постоянно