ВЫРАСТИТЬ СЫНА: РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РАЗВЕДЕННОЙ МАТЕРИ.

5 ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПОВ

« Можно ли вырастить сына настоящим мужчиной, если рядом нет отца?» При этом в глазах матери часто неуверенность, тревога и страх. Откуда они? Думаю, из идеи, что для правильного развития ребенка семья должна быть полной. Так ли это?

Если расположить варианты семьи по степени благоприятности для ребенка (от лучшего к худшему), то получится так:
1 – полная семья, в которой родители находятся в хороших отношениях и оба участвуют в воспитании ребенка (то есть просто физическое присутствие отца не считается).
2 – один родитель (в нашем обществе чаще это мама), который понимает свои функции и находится в адекватном состоянии. Как выразился психотерапевт Найджел Латта, «одна хорошая мама заменит сотню отстойных пап».
3 – «полная» семья, где родители конфликтуют, живут вместе только ради ребенка, один из родителей психологически отсутствует (алкоголизм, трудоголизм и т. д.). Последний вариант однозначно наиболее травматичный.

А знаете, что подавляющее большинство клиентов-мужчин воспитывались в полных, но дисгармоничных семьях. Так что вопрос не в том, «можно ли», а в том, «как именно воспитать сына без отца».

5 ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПОВ
1. ЗАБОТИТЬСЯ О СЕБЕ Да-да, начнем не с методов, а с базы – с состояния мамы. При воспитании ребенка в одиночку мама выполняет работу «за двоих», и заботиться о себе должна соответственно. Даже делающая все «правильно», но замученная мать не даст ребенку самого главного – образа адекватного взрослого рядом.

2. РАССТАВИТЬ ПРИОРИТЕТЫ – ОПРЕДЕЛИТЬСЯ, КОГО РАСТИМ Частый вопрос – как вырастить настоящего мужчину. Возможно, выскажу крамольную идею, но, если желать ребенку благополучия, то стоит сфокусироваться не на развитии мужественности, а на формировании правильных ценностей (ответственности, способности сопереживать, умении заботиться) и психологической устойчивости. Гендерный аспект важен, но не приоритетен (особенно при дефиците ресурсов).

3. ПОНИМАТЬ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИИ МАЛЬЧИКА Не буду погружаться в дебри гендерной психологии, отмечу только, что мальчикам особенно нужны структура и границы. Уверенность, что в мире существуют четкие правила. Для девочек это не настолько актуально. Кстати, о «проблемных детях, растущих без отцов». С точки зрения детских психотерапевтов, суть проблемы не в отсутствии отца, а в неправильном установлении границ. Это часто происходит на фоне того, что мама погружена в чувство вины по поводу развода и того, что ребенок растет без отца. Замкнутый круг, правда?

4. УЧИТЫВАТЬ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ И СВОИ ЗАДАЧИ НА КАЖДОМ ИЗ НИХ. Стив Биддалф в книге «Воспитывать мальчишек… как?» описывает стадии развития мальчиков, некоторые термины я позаимствовала из работ Найджела Латта.
СТАДИЯ «МАЛЫШИ» 0–6 ЛЕТ Мальчик сильнее всего связан с мамой, она является для него источником безопасности и любви, а окружающий мир менее интересен. Задачи мамы Создайте заботливое окружение, которое стабильно и предсказуемо (границы и правила). Начинайте учить его базовым принципам (доброте, ответственности – желательно на личном примере). Как можно чаще веселитесь вместе – делая то, что интересно мальчишкам (от бросания камней до поедания шоколада с мультфильмами – главное не польза, а эмоциональная близость!). СТАДИЯ «БОЛЬШИЕ МАЛЬЧИКИ» 7–12 ЛЕТ Растет интерес к окружающему миру, в первую очередь – ко всему мужскому. Хотя мама все еще остается важной, главное – узнавать и пробовать. Появляется потребность в мужской ролевой модели, но это необязательно должен быть отец ребенка, подойдет и кто-то из близких (дед, дядя, учитель) или даже герой фильма или книги. Задачи мамы Укрепляйте у сына уверенность в себе (желательно через поддержку самостоятельности). Развивайте ваши отношения (способность общаться и договариваться) – это очень понадобится в подростковом возрасте. Научите просчитывать последствия своих действий. Ребенку все чаще приходится принимать решения, и это уже не выбор майки (как в шесть лет), а, например, выбор, пробовать ли алкоголь и наркотики (что нередко случается в 10–11 лет).
СТАДИЯ «ПОДРОСТКИ» 13–18 ЛЕТ «Некогда счастливый, привлекательный малыш превратился в высокого, неуклюжего, дурно пахнущего и чрезвычайно мрачного типа, чей способ общения сводится к закатыванию глаз, пожиманию плечами и фразе “я не знаю”». Найджел Латта, «Сынология» Так происходит гормональная перестройка. Психологически на этом этапе важно участие наставника, который будет готовить к взрослой жизни. Родители в любом случае уходят на задний план. Задачи мамы Не пугайтесь (делать глупости – нормально для подростков). Давайте ему свободу, но не оставляйте в одиночестве, сочетайте личное пространство с границами и правилами – это непросто, но возможно. Будьте последовательны (требуйте соблюдения установленных правил, которые меняются по мере развития ребенка, но должны быть).

5. ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ НА ОСОБЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ ПРИ ВОСПИТАНИИ СЫНА ОДНОЙ МАМОЙ. Для решения этих проблем иногда требуется помощь специалиста. Какие это проблемы? Чувство вины за разрыв отношений с отцом ребенка (приводит либо к попустительству, либо к отдалению от ребенка); использование сына в войне с его отцом (как вы понимаете, из «пушечного мяса» вряд ли вырастет здоровый ребенок); ответы на вопросы «про папу» (общая рекомендации – воздержаться от негативного описания отца, кроме случаев, когда он действительно может быть опасен для ребенка); отпускание (происходит сложнее из-за повышенного уровня близости с ребенком, особенно у матерей, не создавших новых отношений с мужчиной); использование сына как партнера (речь не о сексуальных, а о психологических аспектах – мама полностью удовлетворяет с ребенком потребность в отношениях, «ей никто больше не нужен»). Кстати, встречается и в так называемых «полных» семьях, когда отношения с мужем утрачены; создание новых отношений.