

но поговорите по душам или просто пошутите, подумайте и посмейтесь, что-то сделаете вместе, поиграете или почитаете, не отвлекаясь больше ни на что.

Мамам, которые нервничают и раздражаются, порой срываясь на ребенка, поможет правило извинений. Корона с головы не упадет, если вы сумеете сказать своему ребенку «прости», если были несправедливы к нему или сторяча наказали его слишком жестко за незначительный поступок. Тем самым вы не роняете свой авторитет, как может показаться на первый взгляд, а своим примером учите признавать и исправлять ошибки: ценное качество, которое ребенку в жизни пригодится.

Мамам, которые вынуждены тянуть на себе весь груз рутины и сталкиваются с тем, что ребенок больше тянется не столько к отцу, сколько к связанному с ним развлечением, поможет правило равного распределения обязанностей:

- праздники возможны не только с папой, но и с мамой, и если один выходной ребенок отдыхает с отцом, второй — обязательно с матерью;
- учеба возможна не только с мамой, но и с папой: в те дни, когда ребенок у отца, домашними заданиями они занимаются тоже;
- есть еще один вариант, более принятый на Западе, чем у нас. Ребенок живет поочередно у каждого из родителей: две недели — с папой, две — с мамой (иногда практикуют график недели через неделю, но это слишком быстрая смена декораций для ребенка, иногда приемлемым считают более длинные периоды: месяц через месяц). Но этот вариант возможен лишь в случае, если оба родителя активно стремятся к общению с ребенком и имеют для этого не только намерения, но также жилплощадь и возможность возить ребенка именно в ту школу, где он учился до их развода, чтобы не перекраивать кардинально его жизнь. А главное, способ этот хорош только для тех пар, которым удалось договориться об единых методах воспитания и единых требованиях, иначе долго такая конструкция не про-

существует: родители начнут обвинять друг друга — и отношения запутаются и ухудшатся еще больше. Так что, если хотите следовать этому сценарию, — умейте прийти к компромиссу.

Изменение отношения к матери: в младшем возрасте — обвинение, стыд, агрессия или обида за маму и отторжение отца как «причины всех бед»; у подростков — разочарование и низвержение матери с пьедестала или защита и быстрое взросление

Опыт есть совокупность наших разочарований.
Нильс Бор

Подобно нам, взрослым, дети при распаде семьи порой начинают решать все ту же тупииковую проблему — «кто виноват?». В связи с этим отношение к маме может измениться с возрастом и в зависимости от степени близости ребенка к ней. Так, малыши-дошкольники, более привязанные к маме, но еще не способные критично относиться к отцу, винят в первую очередь себя. Более старшие дети (в особенности мальчики) склонны переживать за маму, защищать ее и винить в произошедшем папу: ведь это же он ушел. А вот подростки порой обвиняют именно мать — за то, что не смогла сохранить семью, что она «не такая», какой должна быть настоящая женщина.

Современные дети относятся к своим матерям без того питета, который был принят еще буквально лет 100 назад, когда мать в семье называли на «вы»; и даже без соблюдения той дистанции, которая была принята у нашего поколения и поколения наших родителей. Да и общество в последние десятилетия стало, скажем так, детоцентристским — взрослые стараются угождать ребенку, заботятся в первую очередь об его интересах, — и потому дети высказывают свое мнение беспрятственно, без страха (и это хорошо!), но порой и без особого уважения.