

Содержание

- 8 Введение
Отец сомневающийся
- 13 **Протоиерей Федор Конюхов**
Я хочу, чтобы у детей была цель
- 30 *От дурной дороги меня уберегла цель*
КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
О целеполагании
- 35 **Владимир Легойда**
В воспитании нет алгоритмов
- 58 *Семья — это жизнь. Работа — это служение*
КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
Работа и семья. Как мужчине
совместить их в своем сердце?
- 63 **Андрей Мерзликин**
Дети — это всегда испытание
- 78 *У меня есть ошибки, и я готов исправляться*
КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
О родительских ошибках

- 83 **Захар Прилепин**
 Мои дети — мой фан-клуб
- 108 *Погодите, какие дети?! Я же сам ребенок*
 КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
 О страхе не соответствовать ожиданиям
- 113 **Сергей Трофимов**
 До конца себя отцом не чувствую
- 130 *Муж должен быть мудрым,*
 а это значит, почаще слушать свою жену
 КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
 О распределении ролей в семье
- 135 **Даниил Спиваковский**
 Я — сумасшедший папа
- 146 *Мой дедушка — воплощение мужественности. Я так*
 же, как он, стараюсь относиться к жене, к дочке
 КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
 Где добирать мужество, если нет отца?
- 151 **Илья Любимов**
 Вот родился тот, кто меня похоронит
- 170 *Родился тот, кто меня похоронит*
 КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
 О старости и соперничестве с собственными
 детьми

- 175 **Николай Валуев**
У нас в семье матриархат
- 185 *Я вижу в детях продолжение нашего рода, но у каждого из них своя дорога*
КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
Стать частью целого
- 189 **Сергей Волков**
Полет в космос — работа всей семьи
- 206 *Я звоню из космоса домой каждый день. Раз в неделю общаюсь по скайпу*
КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА
Быть рядом издалека

ВВЕДЕНИЕ

Отец сомневающийся

Мы живем в такое время, когда культурные требования к мужчине активно расширяются. Раньше мужчины, грубо говоря, делились на пьющих и непьющих. Если ты — несильно пьющий, а следовательно, почти не колотишь своих домочадцев и более-менее регулярно приносишь домой деньги — то, в общем, ты как отец и муж, считай, вполне состоялся. Жена и родители хвастаются тобой перед соседями, и на работе ты на хорошем счету.

В наш век от мужчины ожидают большего: он должен быть и интересным собеседником, и развиваться как личность, и быть грамотным воспитателем. Так как для нас, мужчин, возможность уважать себя зиждется в ответе на вопрос «Получилось у меня или не получилось?», поводов усомниться в своей успешности, адекватности у нас теперь множество.

В сфере родительства это беспокойство усугубляется еще и тем, что основная масса литературы по воспитанию посвящена, скорее, прокачке «женских» навыков: активного слушания, сострадания, умения войти в положение ребенка.

Конечно, я немного утрирую, но, если слушать весь хор популярной психологической литературы,

получается, что хорошим отцом станет тот мужчина, который научится быть для ребенка еще одной хорошей, поддерживающей матерью.

А куда мужчине девать сердитость, требовательность, желание научить чему-то трудному, грубость, волевые качества, агрессию? С одной стороны, он должен быть «стеной»: надежным, нерушимым, крепким. Казалось бы, это как раз связано с умением игнорировать чувства, упорством и непримиримостью по отношению к врагам.

С другой стороны, «стена» должна быть очень великодушной, общительной, нежной, сострадающей. Так же как женщины страдают от двойной деятельности нагрузки (и на работу ходить, и о детях заботиться), мужчины страдают от двойной эмоциональной нагрузки (быть и твердым, и мягким).

Выход здесь, видимо, в том, чтобы быть живым, уметь адаптироваться, переключаться. Иногда больше доверять себе и идти наперекор женским и детским капризам, проявляя жесткость и «нечуткость». Иногда — проявлять великодушие и снимать броню: позволить супруге «выстрелить» все свои претензии к планете Земля в целом и к своему несовершенному мужу в частности, разрешить дочке разрисовать папе лицо губной помадой или простить сыну двойку по математике, заметив, как парень сам расстроен из-за случившегося.

Пытаясь соответствовать противоречивым требованиям, отцы, прямо скажем, иногда оказываются не на высоте, и тогда женщины начинают общаться с ними как с бестолковыми подростками.

Чтобы избежать унижения, мужчины эмоционально уstraняются из жизни семьи, прячутся на работе

и в гараже, а женщины чувствуют себя брошенными и, следовательно, еще больше сердятся, еще сильнее «кусаются».

Здесь мне кажется важным делать усилия с обеих сторон и стараться, несмотря на обидный текст, заметить боль, нужду каждого супруга. Только так можно преодолеть «презумпцию виновности» и стать эффективным и взаимонасыщающим тандемом.

Почему я решил принять участие в создании этой книги? Хотя среди моих клиентов немало мужчин, в целом можно сказать, что мужчины, в отличие от женщин, не очень склонны обсуждать с кем-то свои душевные переживания. Вот почему в своих комментариях я хотел коснуться тех вопросов, которыми нередко задаются отцы (в том числе и я сам).

Я надеюсь, что мои рассуждения подтвердят отцам, что они не одиноки, поддержат их в способности доверять своим принципам и интуиции.

А кто-то, может быть, сможет, наоборот, увидеть привычную ситуацию в непривычном свете и захочет попробовать что-то новое в своих отношениях с сыном или дочерью.

Понятно, что среди читателей этого мужского издания будет немало представительниц прекрасной половины человечества. Все, что касается семьи, отношений, воспитания, вызывает у них активный интерес. Тем более когда о таких вопросах добровольно рассуждают мужчины — в обычных условиях из некоторых мужей клещами не вытянешь, что они думают и что переживают. Я надеюсь, что чтение этой книги поможет женщинам отнестись к различиям между отцовством и материнством с меньшей тревогой,

а скорее, с интересом. А в чем-то, наоборот, убедиться, что в глубине души мужчины тоже люди: так же как и женщины чего-то боятся, на что-то обижаются, тоже хотят быть понятыми и признанными.

А еще участием в этой книге я бы хотел выразить благодарность моему собственному отцу. Во-первых, для него выход книги с моей (нашей) фамилией является событием. Во-вторых, знакомство папы с моими размышлениями, вероятно, даст нам повод для разговора о нем, обо мне, о наших отношениях. А может быть, эти комментарии натолкнут его на какие-то воспоминания, которые он позабыл, и я узнаю что-то новое о нашей семье и о его понимании отцовства.

Психолог Петр Дмитриевский



Протоиерей Федор Конюхов

Я хочу, чтобы у детей была цель

Предложение поговорить о роли отца в семье отец Федор встретил задорным смехом: «Ну что вы! Какая роль! Вы меня без ножа режете».

Известный путешественник нечасто бывает в Москве, и в его мастерской всегда очередь из желающих обсудить рабочие вопросы, получить благословение или просто познакомиться. Но он все-таки нашел время для интервью.

Мы сидим на втором этаже, где собраны иконы, книги, картины, предметы, привезенные из экспедиций, к которым в ходе рассказа отец Федор обращается как к живым свидетелям событий его жизни.

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА



Федор Конюхов — протоиерей.

Родился 12 декабря 1951 года на берегу Азовского моря, в селе Чкалово. Окончил Одесское мореходное училище, Бобруйское художественное училище, Ленинградское арктическое училище. Капитан дальнего плавания. Совершил четыре кругосветных путешествия, пятнадцать раз пересек Атлантику на парусных яхтах, один раз на весельной лодке «Уралаз». Первый человек в мировой истории, которому удалось достигнуть пяти полюсов нашей планеты: Северного географического (три раза), Южного географического, Полюса относительной недоступности в Северном Ледовитом океане, вершины Эвереста (полюс высоты), мыса Горн (полюс яхтсменов). Первый россиянин, которому удалось выполнить программу «7 Вершин мира» — подняться на высочайшую вершину каждого континента. В 1983 году принят в Союз художников СССР. Член Союза писателей РФ. Автор четырнадцати книг. В 2010 году рукоположен в сан священника.

Женат. Отец троих детей.