

A close-up photograph of two hands clasped together. The hand on the left is a child's, with a smooth, light-skinned arm extending from the top left. The hand on the right is an adult's, with a darker, weathered skin tone and a sleeve of a dark denim jacket visible. The hands are positioned in the center, with fingers interlaced. The background is a dark, textured surface, possibly a wall or a piece of fabric, with some light-colored speckles and a vertical crease on the right side.

Владимир Малянкин

**Как вырастить из  
мальчика мужчину,  
русский подход для  
мам**

# **Владимир Малянкин**

## **Как вырастить из мальчика мужчину, русский подход для мам**

*<https://litres.ru/73896403>*

*SelfPub; 2026*

### **Аннотация**

Вы держите в руках книгу, которая не обещает вам «легкого материнства». Она обещает другое — результат.

Ваш сын родился в России. Здесь, чтобы стать мужчиной, недостаточно просто вырасти. Мужчину нужно вырастить. И главная роль в этом — ваша.

Эта книга — пошаговое руководство длиной в восемнадцать лет. Год за годом, от первого крика до совершеннолетия, вы пройдёте путь, на котором ваш мальчик превратится в сильного, ответственного, живого мужчину. Не инфантила, ждущего, что мир прогнется под него. Не агрессора, который берет свое кулаками. Не «маменькиного сынка», не способного принять решение. А человека, который умеет защищать, созидать, любить и отвечать за свои поступки.

Автор говорит с читательницей прямо и без прикрас. Иногда его слова ранят. Иногда — заставляют спорить. Но всегда —

возвращают к главному: ваш сын вырастет таким, каким вы его воспитаете. Эта книга поможет не упустить ни одного важного шага.

# **Владимир Малянкин**

## **Как вырастить из мальчика мужчину, русский подход для мам**

**Инструкция для российских мам**

**Пошаговое руководство длиной в восемнадцать лет**

Эта книга — не истина в последней инстанции.

Автор не является дипломированным психологом, психиатром или педагогом. Всё, что здесь написано, — это сплав личного опыта, опыта сотен семей, с которыми автор работал и общался, а также изученной литературы по возрастной психологии, нейробиологии и педагогике. Но это не научная монография. Это книга-разговор. Книга-поддержка. Книга-карта.

Карта — не местность. Ваш сын уникален. Ваша семья уникальна. Ваши обстоятельства уникальны. Ни одна книга не может учесть всех нюансов вашей жизни. Поэтому:

**Доверяйте себе.** Если что-то в этой книге вызывает у вас острое внутреннее сопротивление — возможно, для вашей

ситуации это действительно не подходит. Прислушайтесь к своей интуиции. Вы знаете своего ребенка лучше, чем кто-либо.

**Не ставьте экспериментов на живом человеке.** Если у вашего сына серьезные поведенческие проблемы, признаки депрессии, зависимости, расстройств пищевого поведения, самоповреждающее поведение или мысли о суициде — эта книга не заменит профессиональной помощи. Обратитесь к профильным специалистам: детскому психиатру, клиническому психологу, психотерапевту. В этом нет стыда. Стыдно — потерять сына из страха «что люди скажут».

**Книга написана в российском контексте.** Реалии, законы, упоминаемые структуры (школа, военкомат, ЕГЭ) актуальны на момент написания. Но законы меняются. Проверьте информацию, касающуюся юридических вопросов, в официальных источниках.

**Автор не пропагандирует насилие, дискриминацию или нарушение закона.** Все упоминания драк, физического воздействия и конфликтов поданы в контексте самозащиты, спорта и обучения границам, а не как одобрение агрессии.

**Гендерные стереотипы.** В книге говорится о воспитании мальчиков с опорой на традиционные представления о мужественности. Автор осознает, что мир меняется, что модели маскулинности разнообразны, что не все мужчины хотят или должны соответствовать описанному образу.

Эта книга для тех матерей, которые выбрали для сына путь традиционного мужского воспитания. Если ваши ценности иные — это нормально, но эта книга может вам не подойти.

**Случайные совпадения.** Все истории и диалоги в книге — собирательные образы, а не описания конкретных людей. Любое совпадение с реальными лицами случайно.

**Ответственность.** Автор и издатель не несут ответственности за последствия применения или неприменения описанных в книге методов. Воспитание детей — это всегда риск, всегда путь вслепую, всегда зона личной ответственности родителя.

*Я написал эту книгу, потому что верю: российские матери способны вырастить поколение сильных, ответственных и живых мужчин. Я верю в вас. У вас получится.*

*Автор*

## **ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА**

Я пишу эту книгу, потому что устал смотреть на кладбища мужских судеб. Я вижу их повсюду: в офисе, где сорокалетний «мальчик» боится попросить повышения зарплаты; в суде, где жена разводится с инфантилом, который не способен принять ни одного решения; в больнице, куда привозят перепивших подростков, не знающих меры; в тюрьме, куда попадают парни, которых никто не научил останавливаться вовремя.

Я знаю, кто хоронит этих мужчин заживо. Не государство. Не школа. Не улица.

Матери.

Самые любящие, самые заботливые, самые жертвенные женщины на свете. Те, кто не спал ночами, кто отдавал последний кусок, кто молился за сына всем богам — именно они, сами того не зная, калечат мальчиков своей гиперопекой, своей тревогой, своей неспособностью отпустить.

Я знаю это, потому что сам был таким мальчиком. Я знаю это, потому что двадцать лет работаю с такими мужчинами и их родителями.

Эта книга — не обвинение. Это зеркало и карта.

Я покажу вам, где вы, сами того не желая, ломаете сыну хребет. Я дам вам инструменты, чтобы вырастить не «маленького сына» и не «отморозка», а Человека. Мужчину. Того, кого вы захотите видеть рядом с собой в старости — но не в роли сиделки, а в роли друга. Того, кого вы с гордостью отпустите в жизнь в восемнадцать лет, зная: он справится. Он выстоит. Он не предаст.

Книга построена как календарь. Мы пройдем от рождения до совершеннолетия. Каждый год — отдельная глава, отдельный вызов, отдельный навык, который вы должны передать сыну.

Я буду честен до жестокости. Я буду говорить то, что вам не понравится. Я буду приводить примеры, от которых захочется закричать и захлопнуть книгу.

Не захлопывайте. Дышите. Думайте. Меняйтесь.

Потому что ваш сын стоит того, чтобы вы прошли этот путь.

## **ТОМ ПЕРВЫЙ: ЗАКЛАДКА ФУНДАМЕНТА**

**0–3 года**

*Главная идея тома: Мир — безопасное место. Мать — источник безусловной любви. Без этого фундамента все дальнейшее строительство обречено на трещины.*

### **Глава 1. Год первый: Симбиоз**

*«Не приучай к рукам — вырастет маменькиным сыном».*

*Эту фразу российские матери слышат чаще, чем «я тебя люблю».*

*Это самая разрушительная ложь в истории воспитания.*

#### **1.1. Что на самом деле происходит в первый год**

Представьте себе инопланетянина, которого выбросило на чужую планету. Он не знает языка. Не понимает законов физики этого мира. Не может пошевелить конечностями. Единственное, что он чувствует — дискомфорт: голод, холод, мокроту, боль в животе от газов. Он кричит в пустоту, не зная, ответит ли кто-нибудь.

Это ваш сын в первые три месяца жизни.



Его мозг формируется не просто «согласно генетике». Он формируется в ответ на среду. Каждый раз, когда на его крик приходит теплый, пахнущий молоком человек, в мозгу замыкается нейронная цепь: «Я позвал — мир ответил. Я важен. Я существую».

Каждый раз, когда крик остается без ответа, замыкается другая цепь: «Я позвал — мир пуст. Меня нет. Я беспомощен».

Психологи называют это «базовым доверием к миру». Я называю это душевным стержнем. Мужчина, которому в детстве не дали выплакаться на руках у матери, потом всю жизнь пытается доказать свое право на существование. Через драки. Через деньги. Через статус. Через подчинение женщин. Но внутри — дыра размером с младенческий крик, на который никто не пришел.

## **1.2. «Приучать к рукам» или «приучать к одиночеству»?**

Разберем классический российский спор. Бабушка говорит: «Носишь его целыми днями — привыкнет, сядет на шею». Посадит на шею — во втором классе? В армии? В браке?

Бред.

Ребенок первого года жизни не манипулирует. У него нет для этого когнитивного аппарата. Он не думает: «Ага, мама взяла на ручки — теперь буду орать, чтобы она делала это всегда». Он чувствует дискомфорт и сигнализирует о нем.

Исследования детей в домах малютки показали страшную вещь: младенцы, которых кормили, пеленали, но не брали на руки, переставали плакать. Они «привыкали». Они становились удобными. А потом, в подростковом возрасте, именно из этой группы выходили самые жестокие, самые безэмоциональные, самые сломанные люди.

Тихий ребенок — не всегда хороший ребенок. Часто это сломанный ребенок.

### **1.3. Мать как контейнер**

В психиатрии есть понятие «контейнирование». Это способность матери (или другого значимого взрослого) выдерживать и перерабатывать эмоции ребенка, которые тот сам вынести не может.

Младенец орет. Он не знает, что с ним. Он — сплошной комок ужаса. Мать берет его на руки и спокойно, низким голосом говорит: «Ну что ты, маленький. Животик болит? Да, я знаю, это больно. Сейчас пройдет. Мама рядом».

Что происходит? Мать своим спокойствием «переваривает» ужас младенца. Она как радиатор: забирает избыточный жар и возвращает в систему охлажденную, обработанную энергию.

Мальчик, прошедший через контейнирование в младенчестве, к двум годам учится саморегуляции. Мальчик, которого оставляли «проораться», остается наедине со своим ужасом и привыкает глушить его: едой, игрой, потом — алкоголем, потом — агрессией.

## **1.4. Задание на год: «Я рядом»**

Возьмите себе за правило: в моменты крика вы НЕ решаете проблему молниеносно. Вы НЕ дергаетесь. Вы подходите спокойно, берете на руки и говорите примерно одно и то же: «Я здесь. Я с тобой. Мы справимся».

Смысл не в том, чтобы мгновенно заткнуть крик, а в том, чтобы создать опыт совместного переживания дискомфорта. Сын должен усвоить на клеточном уровне: когда мне плохо, кто-то большой и сильный приходит и остается рядом.

Это база всего. База мужества. Мужчина, который знает, что он не один в трудную минуту, может рисковать, может ошибаться, может вставать после падения. Мужчина, который усвоил, что в трудную минуту он один, будет избегать любого риска — или безрассудно лезть на рожон, бессознательно проверяя: «Ну а сейчас? А сейчас кто-нибудь заметит, что я падаю?»

## **1.5. Роль отца в первый год**

Отцы часто чувствуют себя лишними в этот период. Младенец висит на груди, мать — в своем коконе, отец — на периферии. Это нормально, но это нужно проговаривать.

Задача отца на этом этапе — контейнировать саму мать. Да, именно так. Мать выжата. Мать не спит. Мать тревожится. Если отец вместо поддержки требует внимания и «нормального борща», он становится третьим ребенком в семье, а не мужчиной.

Конкретное действие для отца: каждый день забирать ре-

бенка на 20–30 минут полностью. Не «помогать», не «подменять по требованию», а именно брать полную ответственность. Пусть мать выйдет из дома. Пусть полежит в ванной. Пусть просто посидит в тишине. Это ее топливо. Это инвестиция в психическое здоровье сына.

### **1.6. Разборка: колики, зубы, кризисы**

Младенчество — это не идиллия. Это война с коликами, зубами и регрессами сна. Мать срывается. Мать кричит. Мать потом рыдает от вины.

Давайте сразу договоримся: срывы неизбежны. Вы не робот. Вы живой человек, который не спал три месяца. Вопрос не в том, чтобы никогда не срываться, а в том, что делать после.

Алгоритм восстановления после срыва:

Отойти от ребенка, если чувствуете, что сейчас сорветесь. Положить в кроватку, даже если орет. Закрыть дверь. Выйти на балкон. Подышать.

Дать себе три минуты на ярость. Проговорить вслух: «Я злюсь. Я устала. Я хочу спать. Это нормально».

Вернуться к ребенку и сказать ему (да, младенцу): «Мама разозлилась. Мама устала. Ты ни при чем. Я справлюсь. Я с тобой».

Этот ритуал делает для сына две вещи: он видит, что злость бывает, она проходит, мама не разрушилась и не разрушила его. И он усваивает модель извинения — без унижения, с сохранением достоинства.

## 1.7. Итог первого года

Дайте сыну первый год абсолютного принятия. Не бойтесь «избаловать». Избалованность — это результат не избытка любви, а недостатка границ. Границы начнутся позже. Пока строится фундамент, бетон должен быть залит с избытком, а не впритык.

Ваша задача: к концу первого года сын должен на уровне тела знать — мир отвечает, мама приходит, я существую.

## Глава 2. Год второй: Отделение

*Он начинает ходить. Он начинает говорить «нет». Он отталкивает вашу руку.*

*Вы думаете: «Начинается кошмар».*

*На самом деле: начинается личность.*

## 2.1. Кризис второго года: что ломается и что строится

В год и восемь месяцев мой знакомый, суровый мужик, бывший спецназовец, позвонил мне в панике: «Он неуправляемый! Он падает на пол в магазине и орет! Я его чуть не ударил, сам испугался».

Я спросил: «А что именно ты запретил?» Выяснилось: сын хотел сам нести пакет с хлебом. Отец сказал «уронишь» и забрал.

В этом весь второй год. Ребенок открывает свою агентность — способность влиять на мир. «Я сам» — это не каприз, это базовая потребность. Если в первый год мы решали вопрос «существую ли я», то во второй решается вопрос «могу ли я».

Мальчик, которому не дали наноситься пакетов с хлебом (пусть даже хлеб будет раздавлен в лепешку), вырастает в мужчину, который не верит, что его действия что-то меняют. Зачем напрягаться, если мама (жена, начальник, судьба) все равно сделает по-своему?

## **2.2. «Нет» — первое оружие мужчины**

Маленький мальчик, который кричит «нет!», не бунтует против вас лично. Он тренирует мышцу отказа. Это важнейшая мышца в жизни мужчины.

Мужчина, не умеющий говорить «нет», соглашается на невыгодные условия. Терпит неуважение. Берет кредиты, которые ему не нужны. Ложится под начальника-самодура. Женится на женщине, которую не любит, потому что «она же старалась, неудобно отказать».

Научите сына говорить «нет» вам. Сейчас. Пока он на безопасной территории.

Как это выглядит на практике: вы предлагаете кашу. Он говорит «нет». Вы спрашиваете: «Ты не хочешь кашу? А что ты хочешь?» Если в холодильнике есть адекватная альтернатива — дайте ее. Если нет — объясните: «Каша — это то, что есть. Но я услышала, что ты не хочешь».

Вы не обязаны выполнять его «нет». Но вы обязаны его услышать и признать его право на отказ.

### **2.3. Задание на год: «Стена выбора»**

Обустройте дома место, где ребенок может делать ВСЁ, что хочет (в рамках безопасности). Это может быть угол с подушками, коробками, крупным конструктором. В этой зоне нет ваших правил. Хочешь — кидай подушки, хочешь — строй и рушь, хочешь — сиди и смотри в потолок.

Зачем это нужно мальчику? Ему нужен опыт: есть территория, где моя воля — закон. Это прообраз его будущей мастерской, кабинета, гаража — мужской пещеры, где он перезаряжается.

Одновременно введите понятие «нельзя» для опасных вещей: розетки, горячая плита, окно. «Нельзя» должно быть незыблемо. Не «сегодня нельзя, потому что мама устала», а всегда, при любой погоде.

Так формируется структура: свобода в рамках, а не хаос или тоталитарный запрет.

### **2.4. Первый страх: как матери реагировать**

В районе двух лет приходят страхи. Темнота. Чудовища под кроватью. Громкий пылесос. Мальчик начинает бояться — и это нормально.

Ненормально — говорить ему: «Ты же мужик, не бойся». Этим вы не воспитываете храбрость. Вы стыдите его за естественную эмоцию. Храбрость — это не отсутствие страха, а умение действовать, несмотря на страх. Научить этому мож-

но только одним способом: признать страх и остаться рядом.

Алгоритм работы со страхом:

Признать: «Ты боишься. Это темнота, она кажется страшной».

Нормализовать: «Я тоже боялась темноты, когда была маленькая. Все люди чего-то боятся».

Дать контроль: «Давай посмотрим, что там, под кроватью, вместе. Ты будешь светить фонариком, а я пойду с тобой».

Фонарик — важнейший артефакт этого возраста. Он дает власть над тьмой. Мальчик, который сам посветил под кровать и убедился, что там никого нет, получает опыт управления страхом, а не подавления его.

## **2.5. Разборка: истерика в людном месте**

Это случается с каждым родителем. Магазин, очередь, ребенок падает на грязный пол и орет. Вокруг бабки: «Какая мать, такой и ребенок». Хочется провалиться сквозь землю.

Что происходит с мальчиком: он перегружен. Магазин — это ад для сенсорной системы: яркий свет, шум, запахи, люди. Плюс фрустрация: «хочу ту игрушку, а не дают». Его мозг отключается, миндалевидное тело включает сирену, и он уже не слышит вас.

Что делать вам:

Замрите. Глубокий вдох. Вы — скала. Его шторм вас не сдвинет.

Телесный контакт. Если дается — обнимите, прижмите к себе. Если вырывается — просто сидите рядом, не давая



биться головой об пол.

Голос. Очень низкий, очень спокойный, почти монотонный: «Я знаю. Ты хочешь машинку. Очень хочешь. Я не могу купить ее сегодня. Я с тобой. Я подожду, пока ты успокоишься».

Никаких «прекрати сейчас же» и «люди смотрят». Люди — не ваша забота. Ваша забота — сын.

Когда буря стихла — сразу уходите из магазина в тихое место. И только ТАМ начинайте разговор, когда мозг включился.

Чего вы добились: он получил опыт, что его аффект не разрушил вас. Вы выдержали. Вы не бросили. Вы не ударили. Вы не купили игрушку, чтобы заткнуть. Вы были рядом. Это тот самый контейнер, о котором мы говорили в первой главе. Он работает и в два года.

## **Глава 3. Год третий: Я сам**

*В три года мальчик впервые встречается со стыдом.*

*И от того, как вы проведете его через эту встречу, зависит, станет ли стыд его тюремщиком или наставником.*

### **3.1. Стыд как инструмент: дозировка**

Русская культура воспитания построена на стыде. «Как тебе не стыдно!», «Что люди скажут!», «Ты же мальчик!» — все это про стыд. Мы используем его как универсальную ду-

бину для любой провинности.

Проблема в том, что стыд — это ядерное оружие. Он выжигает не поведение, а личность. Ребенок слышит не «ты плохо поступил», а «ты плохой». А раз я плохой, зачем стараться?

В три года мальчик начинает осознавать социальные нормы. Он может ходить без подгузника, но иногда «промахивается». Он может одеваться сам, но надевает ботинки не на ту ногу. Он хочет помочь, но разбивает чашку.

В каждом из этих моментов у вас есть выбор: пристыдить («Ну кто так делает!») или дать обратную связь по действию («Чашка разбилась, давай уберем вместе»).

Правило: стыдим поступок — никогда не стыдим человека.

### **3.2. Горшок и «мужское достоинство»**

Тема туалета — особая боль российских матерей. «Моему уже два с половиной, а он все в памперсе — это нормально? Его же в сад не возьмут, он же отсталый!»

Давайте спокойно: в три года не ходить на горшок — нормально. Физиологическая зрелость нервных путей, отвечающих за контроль сфинктеров, наступает у всех в разное время. Раннее приучение к горшку — это дрессировка матери, а не навык ребенка.

Хуже всего — пристыживать мальчика за «аварии». Во-первых, это закрепляет невроз на всю жизнь (запоры, страх туалета, проблемы с интимной сферой). Во-вторых, это пер-

вое столкновение с темой «мужского достоинства» в унизи-  
тельном контексте.

Алгоритм: случилась авария — молча убрали. Получи-  
лось сходить на горшок — спокойно порадовались. Никаких  
бурных оваций (потом будет ждать аплодисментов за каж-  
дый чих) и никаких наказаний (потом будет ассоциировать  
телесный низ с виной).

### **3.3. Агрессия: бить или не бить?**

К трем годам мальчик уже достаточно силен, чтобы уда-  
рить — и достаточно зол, чтобы хотеть этого. Он бьет маму.  
Он бьет детей на площадке. Он кидается машинками.

Первая реакция матери — ужас. «Мой ребенок — агрес-  
сор! Я вырастила монстра!»

Спокойно. Агрессия — это энергия. Не хорошая и не пло-  
хая. Как электричество: может осветить дом, может убить.  
Задача — не погасить ее (получим депрессивного, безволь-  
ного мужчину), а научить направлять.

Что делать, когда сын вас ударил:

Физически остановить руку — мягко, но твердо. Без от-  
ветной агрессии.

Голосом — низким, серьезным: «Меня бить нельзя. Я не  
дам себя бить».

Предложить альтернативу: «Ты злишься. Это нормально.  
Бить МЕНЯ — нельзя. Вот подушка — ее можно колотить.  
Давай вместе».

Вы не отнимаете право на гнев. Вы даете социально при-

емлемую форму. Это принципиально.

Еще один важный момент: если мальчик ударил другого ребенка на площадке, ваша задача — не орать через всю площадку «Вася, прекрати!», а подойти, опуститься на уровень глаз и проговорить: «Ты ударил Петю. Пете больно. Ты хотел эту лопатку? Давай скажем Пете: дай, пожалуйста. Если Петья не даст, мы подождем».

Он не монстр. Он просто еще не умеет словами. Научите.

### **3.4. Задание на год: «Книга злости»**

Заведите недорогой альбом для рисования и назовите его «Книга злости». Каждый раз, когда сын в ярости, предлагайте: «Давай нарисуем, как ты злишься. Вот черная туча. Вот красная молния. Вот как громко ТЫ-Ы-Ы!»

Пусть рвет бумагу на кусочки и наклеивает снова. Пусть рисует каракули с бешеной силой. Это легальный канал для агрессии. Постепенно он привыкнет — прежде чем ударить, можно выразить чувство на бумаге.

Для мужчины это критический навык: переводить аффект в символ, в слово, в образ, а не в кулак.

### **3.5. Речь и эмоции: как учить словами**

В три года у мальчиков часто наблюдается задержка речи по сравнению с девочками. Это нормально. Но вы можете помочь — и не карточками с логопедом, а названием эмоций.

«Ты сейчас злишься. Злость — это когда внутри горячо и хочется топнуть».

«Ты расстроился. Грусть — это когда уголки рта опускаются вниз, вот так».

«Ты испугался. У страха глаза велики, да?»

Называйте эмоции — его и свои. Комментируйте: «Мама сейчас устала. Мама сердится, потому что не выспалась. Это не из-за тебя, ты ни при чем».

Это занимает две минуты в день и не требует специальной подготовки. Но эффект — ошеломительный. Мальчик, который к пяти годам знает названия десяти эмоций и не боится их выражать словами, принципиально отличается от ровесников. Он не копит. Не взрывается. Он говорит: «Пап, я злюсь, давай поиграем в догонялки» вместо того, чтобы разнести детскую.

### **3.6. Итог первого тома**

К трем годам ваш сын должен:

Быть уверен на уровне тела, что мир в целом безопасен и мама — его тыл;

Уметь говорить «нет» и слышать «нет» в ответ без разрушения;

Знать, что его злость принимается, но имеет границы;

Начинать называть базовые эмоции словами.

Вы заложили фундамент. Теперь начинается надстройка.

В следующем томе мы войдем в эпоху правил. Четыре-семь лет — время, когда мальчик должен встретиться с

отцом (или его функциональной заменой), с дисциплиной и с первым серьезным вызовом внешнего мира.

## **ТОМ ВТОРОЙ: ЭПОХА ПРАВИЛ**

### **4–7 лет**

*Главная идея тома: Дисциплина — это форма любви. Отец входит в воспитание как проводник во внешний мир. Мальчик учится структуре, ответственности и базовым мужским кодам поведения.*

### **Глава 4. Год четвертый: Встреча с отцом**

*«Мой муж говорит, что ребенок еще маленький, и с ним не о чем общаться. Ждет, когда подрастет, чтобы брать на рыбалку. А пока я сама».*

*Это прямая дорога к катастрофе. Ждать некогда. Рыбалка начинается сейчас.*

#### **4.1. Почему мальчику нужен проводник**

В традиционных культурах — от спартанцев до индейцев — мальчиков в определенном возрасте забирали у матерей. Не потому, что матери плохие. А потому что мужской мир и женский устроены принципиально по-разному.

Женский мир строится на заботе, предсказуемости и эмоциональной близости. Мужской — на иерархии, конкурен-

ции, риске и общем деле.

Мать, оставшаяся единственным воспитателем сына после трех лет, невольно транслирует женскую модель: «будь удобным, будь аккуратным, не рискуй, не лезь». Это не потому что она глупая. Это потому что она отвечает за безопасность — так запрограммирован ее мозг. Но мальчику, чтобы стать мужчиной, нужно выйти за пределы безопасности. Ему нужен тот, кто скажет: «Лезь на это дерево. Я подстрахую».

В этот момент на арену должен выйти отец.

#### **4.2. Если отец есть, но он «не включен»**

Самая распространенная конфигурация российской семьи: отец физически присутствует, но эмоционально отсутствует. Он приходит с работы, ест, садится в телефон или телевизор. На попытки жены подключить его к воспитанию отвечает: «Я деньги зарабатываю, это твоя забота».

Что с этим делать матери:

Перестать быть «шлюзом». Шлюз — это когда мать фильтрует общение отца с сыном: «Скажи папе, что...», «Не говори папе, что...», «Папа, ты неправильно...». Пока мать стоит между, отец и сын не встретятся. Отойдите физически. Пусть говорят сами.

Создать «дефицит матери». Звучит страшно, но это работает. Если мать доступна 24/7, зачем сыну идти к отцу? Начните исчезать. «Я ухожу в магазин на два часа. Вы с папой сами». Не инструктируйте. Не оставляйте списков. Пусть они справятся.

Говорить о муже при сыне уважительно. Даже если он этого «не заслужил». Даже если вы в обиде. При сыне отец — авторитет. Без вариантов. Потому что мальчик, слышащий «твой отец опять забыл», усваивает: мужчина — никчемное, забывчивое, глупое существо. И однажды этот образ он примерит на себя.



# 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.