



Екатерина Мурашова — практикующий петербургский психолог, автор множества книг, колумнист «Сноба». В этой книге она предлагает родителям проверить себя и свои родительские навыки в выдуманных — но будто взятых из жизни — сложных ситуациях. Внимание! На некоторые вопросы есть несколько правильных ответов.



Каждый день — одно и то же. Сначала не усадить за уроки. Потом невозможно выяснить, что задано, как будто он и не был в школе и не отсидел все четыре урока в своем втором «Б». Нужен постоянный контроль. Когда мать не выдерживает и начинает орать, Митя плачет или злится. Но ведь надо же делать уроки! Причем каждый день. И как, скажите на милость?

- Привязать к батарее — и не встанет, пока не сделает.
- Неотрывно сидеть с ним рядом, контролировать каждое движение.
- Создать четкий режим дня, выработать нечто вроде условного рефлекса, компенсирующего синдром дефицита внимания у ребенка.
- Заплатить репетитору или учительнице, пусть у них голова болит.
- Плюнуть на уроки, что они — самое важное, что ли?

ISBN 978-5-00167-055-1



9 785001 670551 >

**EAS**



ЕКАТЕРИНА МУРАШОВА

# ЭКЗАМЕН ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Вопросы и ответы

РАЗВОД РОДИТЕЛЕЙ

КАК ВОДИТЬ В САДИК

УЖАСЫ И ПОЛЬЗА ШКОЛЫ

ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ

ДЕТСКИЕ СТРАХИ

ТРАВЛЯ В ШКОЛЕ

ГРАНИЦЫ В СЕМЬЕ

ПОДРОСТКОВЫЕ ПРОБЛЕМЫ



В ПОМОЩЬ НАЧИНАЮЩИМ И ОПЫТНЫМ  
МАМАМ И ПАПАМ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 16 ЛЕТ





*Екатерина Мурашова*

**ЭКЗАМЕН  
ДЛЯ  
РОДИТЕЛЕЙ**

Издание второе, исправленное

Москва



Самокат

УДК 159.922.7

ББК 88.8

М91

Серия «Самокат для родителей»

Дизайн *Анны Хохловой*

Художник *Екатерина Рондель*

### **Мурашова, Екатерина.**

М91 Экзамен для родителей / Екатерина Мурашова. — 2-е изд., испр. — М. : Самокат, 2021. — 192 с. — (Самокат для родителей). — ISBN 978-5-00167-055-1.

Каждый день для родителей — испытание. Но только оглянувшись назад, мы можем по-настоящему оценить свои действия. А может быть, потренироваться заранее?

Переиздание книги детского психолога Екатерины Мурашовой предлагает игру-тренажер для взрослых. Она увлекает и захватывает, и в ней не страшно проиграть — ведь ошибки не навредят детям. А, напротив, позволят взрослым критически оценить свои педагогические навыки и, возможно, даже что-то исправить.

В то же время надо помнить о значительной доле условности. Эта книга призвана скорее настроить читателя на решение насущных педагогических и психологических задач, чем дать исчерпывающие инструкции.

© Мурашова Е.В., 2013

© Издание на русском языке, оформление.

ООО «Издательский дом «Самокат», 2021

ISBN 978-5-00167-055-1

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....7

**Инструкция:**  
как пользоваться книгой... 8

### Экзаменационные билеты

Возраст вашего ребенка  
2–5 лет.....12

Возраст вашего ребенка  
6–11 лет.....54

Возраст вашего ребенка  
12–16 лет.....94

**Правильные ответы  
и пояснения ..... 139**

**Подсчет баллов  
и оценка результатов ... 185**







# Введение

Экзамен. Возможно, у кого-то при этом слове резко повышается настроение. Но чаще — наоборот. В ожидании экзамена даже круглые отличники потихоньку трут талисманы и красными от недосыпа глазами отслеживают приметы. Даже самые всезнающие всезнайки в глубине души побаиваются: «А вдруг провалюсь?».

За много лет нас выдрессировали, что экзамен обязательно требует напряжения. И что не сдать его — катастрофа. Мы так стесняемся грозного экзаменатора, мы так боимся позора...

Зато как хорошо, когда над нами никто не стоит, сдвинув брови! «Экзамен для родителей» придуман не для того, чтобы, обнаружив свои ошибки, вы начали сокрушаться: «Я плохая мать!» или «Я плохой отец!». А, скорее, чтобы взглянуть со стороны — на себя, на детей, на ситуацию в семье. Спокойно себя проверить. Убедиться в своей опытности, порадоваться знаниям и умениям. И, возможно, увидеть свои слабые места, чтобы потом хорошенько над ними поработать.

Автор — опытный психолог-практик. Но вы вольны в чем-то с ней и не согласиться.

Здесь важен и полезен процесс анализа ситуаций и поиска решений. Подобные тренировки (вполне игровые и ни к чему не обязывающие) сами по себе улучшают наши «родительские показатели».

Эта книжка будет интересна не только начинающим, но и «взрослым» мама и папам. Потому как если уж мы родители — то навсегда, и времени «пересдать» у нас предостаточно... в ожидании внуков.



# Инструкция: как пользоваться книгой

## КАК ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ

Билеты в нашем экзамене поделены на три части, по пятнадцать вопросов-ситуаций в каждой.

В первой части семейные истории касаются детей от двух до пяти лет. Во второй — от шести до одиннадцати лет. И, наконец, в третьей части — ситуации, в которых участвуют подростки (от двенадцати до шестнадцати лет).

Далее даны варианты действий родителей.

Первые пять вопросов в каждой части — условно простые. Из предложенных ответов только один правильный, и его-то вам нужно выбрать. За правильный ответ на такой вопрос вы получаете 1 (один) балл.

Следующие пять вопросов — это ситуации средние по сложности. За их правильное разрешение вы получаете 3 (три) балла, но верных ответов здесь может быть и больше одного.

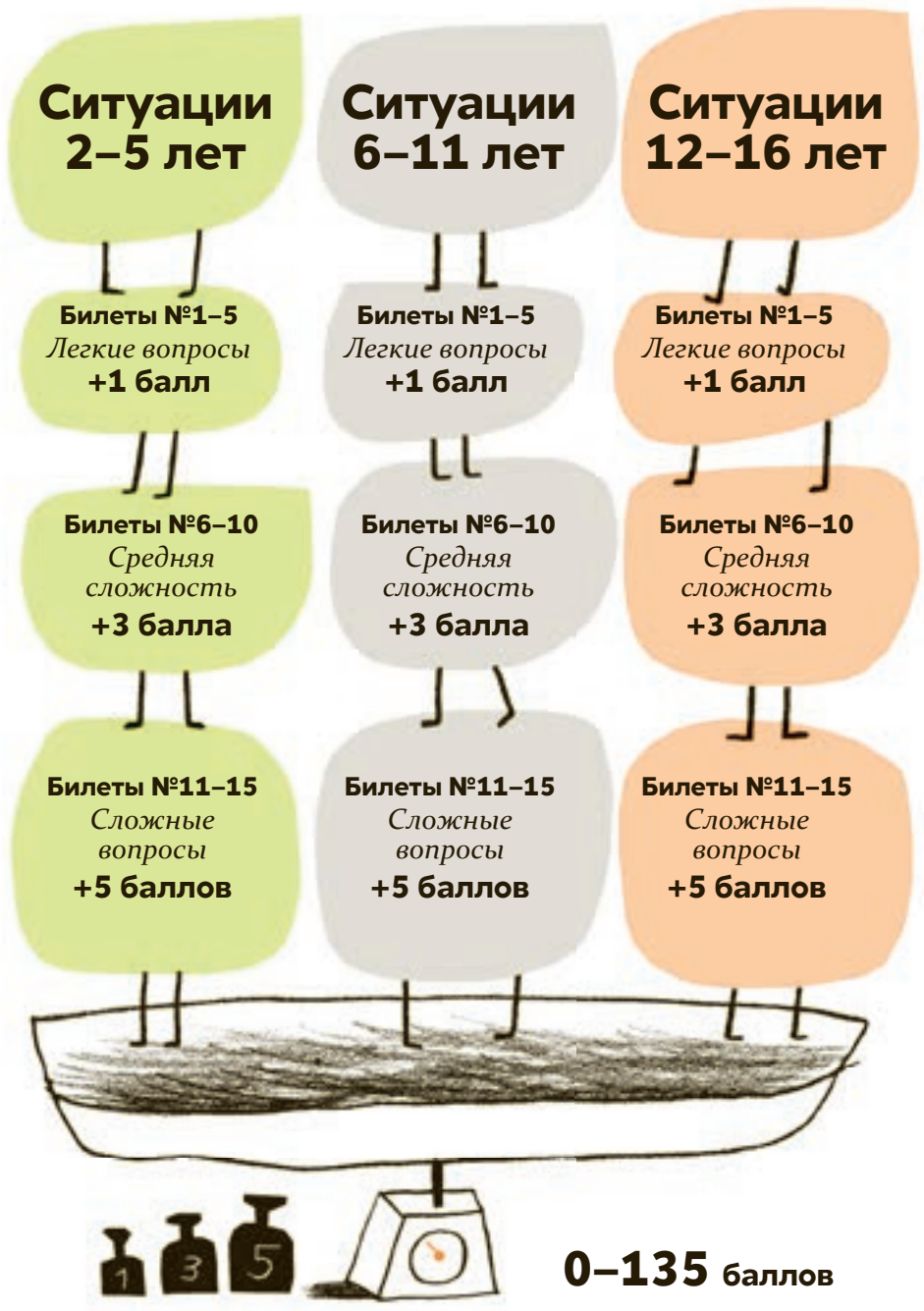
И, наконец, пять сложных вопросов-ситуаций. За каждую из них вы получаете целых 5 (пять) баллов, если ответите правильно. Но здесь все сложнее: может быть один или несколько правильных ответов, или (о, ужас!) все предложенные ответы — неправильные!

Таким образом, в каждом блоке можно набрать от 0 до 45 баллов.

За все ответы — от нуля до 135 баллов.

Правильные ответы и объяснения к каждому вопросу даны в конце книги.

Там же есть ссылки для читателей, заинтересовавшихся какой-то отдельной ситуацией — что еще можно почитать, чтобы расширить свои знания о ее предпосылках, развитии и путях выхода из нее.



## КАК ОТВЕЧАТЬ НА ВОПРОСЫ: УТОЧНЕНИЯ И ПОЯСНЕНИЯ

Отвечать надо на все вопросы независимо от того, сколько лет вашему ребенку сейчас — даже если он уже большой. Ведь взгляд назад, в детство, может дать неожиданный ключ к сегодняшним отношениям.

Не стоит выбирать из предложенных вариантов идеальный ответ. Лучше подумайте: как именно вы поступили бы в аналогичном случае.

Например, предлагается ситуация: ребенок орет у полки с игрушками в магазине. Вы читаете ответы и чувствуете, что правильный ответ — В: «Если вы уже отказали ребенку в покупке, твердо сказать «нет» и выйти из магазина». Но одновременно вы знаете, что лично вы скорее купите (уже покупали) требуемую игрушку — лишь бы он перестал орать и привлекать внимание окружающих (ответ Д). Так вот, обводить в этом случае надо, конечно, вариант Д. Ведь вы с помощью нашего экзамена изучаете именно себя, а не некоего, не существующего в природе, идеального родителя.

## О ПРАВИЛЬНЫХ ОТВЕТАХ

Истиной в последней инстанции никто, в том числе и автор, не владеет. Возможно даже, вы где-то не согласитесь с ней и останетесь при своем мнении.

Скорее, «правильные ответы» здесь — это некое обобщение, опирающееся отчасти на достижения психологической науки и на двадцать лет практики автора в качестве семейного психолога в детской поликлинике. Плюс, конечно, собственное «родительство» (у автора двое уже взрослых детей).

Это те варианты действий, которые, по мнению автора, скорее всего, привели бы к наилучшим результатам с наименьшими побочными эффектами в дальнейшем.

И все-таки надо помнить, что на свете не бывает одинаковых ситуаций, как бы они ни были похожи друг на друга. А значит, нет и универсальных решений.

Только вы как родитель лучше всех знаете своего ребенка. Только вам известна предыстория проблемы и множество сопутствующих деталей, как мелких, так и значительных. Поэтому

мы советуем не переносить сразу решения из этого задачника в контекст настоящей жизни. Лучше всего — подойти к ним творчески, учтя особенности вашей конкретной ситуации.

## ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ

Сначала нужно пройти тот тест, который соответствует текущему возрасту вашего ребенка. Если детей несколько — начинать с возраста младшего.

Родителям взрослых детей тоже полезно пройти тест: тогда многое становится понятным, а кое-что еще можно признать и изменить даже в отношениях со взрослым ребенком.

Мы рекомендовали бы пройти тест и взрослым детям, у которых остались сложные отношения с родителями. Родители ВСЕГДА хотят как лучше, почему же все так сложно? Если понять их мотивы, то легче будет их принять. И потом других родителей у вас никогда не будет...

## ВРЕМЯ ДЕЙСТВИЯ

Практика автора — около двадцати лет. Какие-то истории происходят прямо сейчас, а какие-то — лет десять или пятнадцать тому назад, поэтому некоторые детали молодым читателям могут показаться устаревшими. В этом нет ничего страшного: психологические проблемы воспитания и взаимоотношений в семье меняются далеко не так динамично, как модели гаджетов.

## МЕСТО ДЕЙСТВИЯ

Кроме специально оговоренных случаев, все действующие лица живут в Петербурге или городах и поселках Ленинградской области, так как именно в этом регионе живет и работает автор книжки. Если сказано, что герои идут по набережной или по мосту, то это петербургские набережные и мосты. Если сказано, что герои пошли в поход или выехали на шашлыки и любовались природой, то это природа Карельского перешейка. Данное уточнение приведено мною для той (весьма, кстати, многочисленной) категории читателей, которым обязательно нужно представлять себе то, о чем они читают.

# Возраст вашего ребенка 2–5 лет



A.H.E.M.  
MOTO



Э Я? А О С



3

Э Я

А О С

— Бабушка хорошая, а ты — плохая! — заявляет маме четырехлетняя Оля.

Маме, разумеется, обидно. Мало всего она терпит от свекрови, живя в ее доме, мало ей обращенного к мужу: «Вовочка, я котлеты приготовила именно так, как ты любишь... Твоя жена их всегда пережаривает...» А теперь еще и это! Уж от собственной-то любимой дочери она такого никак не ожидала!

— Почему ты так говоришь?

Все оказывается предельно просто.

— Бабушка всегда дает мне со своей косметикой играть и губы разрешает помадой намазать. Я такая красивая в ней делаюсь. И баночки в сумочке такие интересные. А ты мне даже одного маленького разика не разрешаешь посмотреть!

«Ну вот, приплыли, — думает мать невесело. — Ей-то проще всего быть хорошей: мама запретила, а я возьму и разрешу. И какая у свекрови вообще косметика — это же курам на смех! Ее не то что ребенку не жалко отдать, а и просто на помойку можно выбросить. А у меня-то косметика качественная, дорогая, хороших фирм. Вот так просто отдать, чтобы она испортила? И потом у ребенка должны быть границы: это можно, а это — нельзя. Я в журнале для родителей читала. Но какие же могут быть границы с такой свекровью? И что же дальше-то будет? А муж на все говорит: сама разбирайся. Как будто это не его мать... Но что же мне теперь делать?»





**БИЛЕТ №1  
ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ  
И РЕШЕНИЙ:**

**А**

**Немедленно пойти и выяснить отношения со свекровью — какого черта она портит ваше правильное воспитание!**

**Б**

**Принять все как есть, ведь свекровь не переделаешь. Поплакать укладкой.**

**В**

**Сказать ребенку о своих чувствах по поводу всей этой ситуации и согласиться: да, бабушкину косметику можно. А мою — нельзя!**

**Г**

**Отдать свою косметику на растерзание: чего жалеть вещи — отношения с ребенком важнее.**

**Д**

**Не конфликтовать, но вечером конкретно поговорить с мужем, пусть он повлияет на свою мать.**

**Е**

**Стукнуть хорошенько дочь по губам — пусть знает, что так разговаривать с матерью нельзя!**

После дождя разъяснилось, небо за окном заголубело. Луч солнца упал на витрину старого буфета и красиво преломился в стоящей на средней полке прабабушкиной хрустальной вазе. По стенкам буфета забегали разноцветные огоньки.

Двухлетняя Настенька вытянула пухлый пальчик:

— Вот! Там! Вот! Мама, мотри!

— Да-да, — закивала мать, которая занималась тут же рукоделием. — Солнышко. Вазочка хрустальная. От нее зайчики бегают. Очень красиво.

— Хотю зайчики! — подумав, сказала Настенька. — И вазу! Дать мне!

— Что ты, доченька, это нельзя, — тут же возразила мама. — Ваза тяжелая, старинная, и она совсем не игрушка.

— Дать! Мама, дать вазу! — строго сказала Настя и для убедительности притопнула ножкой.

Мать отложила шитье.

— Настя, пойми, это дорогая вещь, память твоей бабушке от ее мамы, а той — от ее мамы. Если я дам ее тебе, ты можешь ее разбить и бабушка расстроится...

— Хотю вазу! Дать! Зайчики! — на глазах Насти показались крупные слезы.

— Да там уже и зайчиков никаких нет, — начиная раздражаться, сказала мама. — Они спать пошли. Видишь? Нету никаких зайчиков!

— Они в вазе спят! — находчиво предположила Настя. — Дать!

— Настя, ну я же тебе сказала! Это — нельзя!

— Да-ать! Да-а-ать ва-а-азу! — протяжно заголосила Настя. Ее нос покраснел, а из глаз полились слезы.

— Ну чего у тебя ребенок опять орет? — в комнату заглянула бабушка.

— Хочет бабушкину вазу из буфета, — холодно объяснила мать.

— Да-ать! Баба, дать! — еще сильнее взвыла Настя и затрясла кулачками.

Мамин голос был едва слышен сквозь трубный рев дочери. Для убедительности Настя упала на пол и немного постучала ногами.



— Совсем ребенка избаловали, — вздохнула бабушка. — Вообще слова «нельзя» не понимает. Ну, иди ко мне, пойдем в кухню, птичек покормим!

— Нет птичек кормить! Зайчики! Зайчики! Да-а-ать!

— Какие зайчики? Что тут вообще происходит? — от компьютера в соседней комнате оторвался отец Насти.

Мама и бабушка объяснили ему ситуацию.

— Ну так и дайте ей, — пожал плечами мужчина. — Положи на тахту, чтоб не разбила. Долго она с ней играть будет? Пять минут. Потом на место уберешь.

— Игорь, это памятная в нашей семье вещь, мало ли что. И потом я уже ей запретила. Нельзя немедленно давать ребенку все, на что упадет его взгляд...

— Папа, ва-аза-а-а! — Настя, почувствовав поддержку, взвыла с новой силой.

— Да я сейчас тебе других зайчиков покажу, — нашелся отец. — Солнечных.

— Да-а-ать! Да-а-ать!

— Ты погляди, у тебя ребенок синееет уже от крика! — встревоженно указала пальцем бабушка. — Сделай уже что-нибудь!

— Что ты предлагаешь?

— А-а-а-а!

— Да не знаю я! Да дай ты ей эту чертову вазу! Настенька, золотце, иди ко мне, я тебя пожалею!

— Мама, ну нельзя же так...

— А мучить ребенка — можно?!

**БИЛЕТ №2  
ВАРИАНТЫ ОТВЕТОВ  
И РЕШЕНИЙ:**

**А**

**Немедленно дать вазу, пусть играет.  
Нельзя, чтобы ребенок орал до посинения.**

**Б**

**Вазу не давать, не ругать, ничего не объяснять,  
подтвердить запрет и дать ребенку возможность пережить  
фрустрацию потребности.**

**В**

**Выяснить по случаю внутрисемейную иерархию.  
Кто тут все-таки принимает решения? Мать? Тогда почему  
остальные вмешиваются? Поругаться всласть, под крики  
Насте «спустить пар».**

**Г**

**Еще раз как следует объяснить Насте, почему именно вазу  
«нельзя». Рассказать побольше о прабабушке, об истории  
семьи в контексте истории России.**

**Д**

**Пригрозить ребенку: если не замолчит, пойдет в угол  
и останется без сладкого. И так уже разбалована — дальше  
некуда.**

**Е**

**Воспользоваться папиным креативом. Всем взять  
по зеркальцу и, громко смеясь, пускать зайчики. Ребенок  
непременно отвлечется и забудет про вазу.**