



Школа для родителей
Воспитательная служба ГБОУ СОШ № 318
Как воспитать в ребенке минимализм в век
глобального потребительства
Выпуск № 5

Быть минималистом в наш век сплошного потребительства – задача не из простых. Вокруг столько соблазнов, что удержаться очень сложно. Как сказал один из героев мультфильма «Лесная братва» енот Эр Джей: «Мы едим, чтобы жить, а они живут, чтобы есть». И глядя на некоторых людей, лишний раз убеждаешься в том, что пушистый друг был прав. Мы живем в постоянной погоне за благами. Нам хочется всего и побольше. Мы всегда смотрим на кого-то, у кого машины лучше, дома больше и забор выше. Довольствоваться малым становится практически невозможно, и мы вгоняем себя в долги и бесконечную работу. А дети смотрят на нас, делая себе заметки на будущее. В подростковом возрасте это желание обостряется ещё сильнее, так как не хочется быть хуже, чем остальные. Большой дом с белым забором и машиной – это образ, навязанный нам производителями. Но не все будут счастливы в этом доме. И чтоб потом не было мучительно больно за потерянное время, нужно учить детей осознанно подходить к выбору своего пути.

Джошуа Беккер, автор блога *Becoming Minimalist* и большого количества книг для подростков о жизни в стиле минимал, поделился своими советами о том, как правильно рассказать подросткам о жизни минималиста и отдать ключи от их жизни им в руки.

Смоделируйте простоту

Самый лучший пример – личный пример. Покажите им на собственном примере, что можно быть счастливым и без огромного количества красивых и модных вещей. В жизни существует столько удовольствий, которые можно получить бесплатно!

Поощряйте идеализм

Многие подростки – идеалисты в душе. Поощряйте их желание изменить мир и сделать что-то великое. Не позволяйте дому с белым забором и красивой машиной стать пределом их мечтаний. Они заслуживают гораздо большего. И мир заслуживает таких людей, которые смогут сделать его лучше.

Волонтерство

Предложите им заняться вместе с вами добрыми делами – поработать в кухне для бездомных или малоимущих, в детских и молодежных центрах и т.д.

Меньше телевизора

Согласна с этим пунктом на все 100%! Да, в интернете тоже встречается реклама, но её можно фильтровать и она не такая навязчивая. Мы отказались от ТВ около года назад и абсолютно об этом не жалеем. Польза от этого отказа хорошо видна на примере нашего пятилетнего сына. Он никогда не просит, чтобы ему купили что-то. Зато после того как он несколько дней гостит у бабушки, у которой есть телевизор, сразу начинает выпрашивать, чтоб ему купили, цитирую: “Шоколадные хлопья с зайчиком, но такие, которые в коробке и с игрушкой!” И дальше он может перечислять практически до бесконечности, просто всё зависит от количества увиденных им реклам.

Пусть ребенок сам платит за дорогие вещи или игрушки

Когда ты отдаешь деньги из своего кармана, которые предназначались для завтраков, ты тысячу раз подумаешь о том, насколько тебе хочется эту вещь. Когда вещь достается даром, она не ценится. Но стоит только заплатить за неё и отношение моментально меняется. Дети должны понимать взаимосвязь между трудом, получением за этот труд денег и расходами.

Начинать можно раньше, не обязательно ждать подросткового возраста. Я не имею в виду отправлять своего ребенка работать в 6 лет, ни в коем случае! Но он должен понимать, что нельзя получить одновременно всё. Одно время мы немного потеряли контроль, и Ваня получал что-то из Лего практически каждые выходные. Он привык к этому и начал воспринимать эти подарки как что-то само собой разумеющееся. Но покупать наборы конструктора каждые выходные – удовольствие не из дешёвых. И мы решили исправить ситуацию, пока не стало слишком поздно. В итоге ребенок бережно откладывает деньги на новый конструктор Лего, жертвуя булочками, которые он получал каждый день. Конечно, булочки – это не единственные сладости, я же не Фреккен Бок, но мы с ним договорились, что если он откажется от булочек – будет получать за них денежный эквивалент и складывать в копилку.

Научите ребенка видеть скрытый подтекст в рекламе

Как я уже говорила, полностью оградиться от рекламы не получается, но можно научить ребенка понимать подтекст. Что ему пытаются продать? А будет ли это работать так, как обещают в рекламе? Обычно ответ на второй вопрос – нет. Оно, конечно, работает, но с некоторым оговорками, и зубы будут такими же белыми, только если вы сходите к стоматологу; и фигура будет стройной, только если вместе с низкокалорийными завтраками от всем известной компании вы будете пахать в спортзале минимум 3 раза в

неделю; и кожа у подростков будет чистая не только потому, что они будут пользоваться умывалками, а потому, что они будут правильно питаться, а не есть всякую гадость.

Найдите союзника

В подростковом возрасте дети очень редко прислушиваются к советам своих родителей. Я не могу утверждать, что это стандартное поведение, не во всех семьях происходит именно так. Но всё-таки чаще всего ребенок больше прислушивается к советам кого-то другого, кто ближе ему по духу. И если ваши слова в одно ухо влетают, в другое вылетают, так и не зацепившись в голове, постарайтесь понять, на кого именно равняется ребенок, и найдите в нём союзника по воспитанию.

У меня есть лучшая подруга, с которой мы дружим практически с самого детства, и наши мамы тоже очень дружат. Когда мне было 13 лет, меня ужасно раздражало, когда мама начинала учить меня жизни. Но когда это делала тетя Лена (мама подружки), случалось чудо, и другие слова, но несущие тот же смысл, достигали своей цели. Тоже самое происходило и с подружкой – она прислушивалась к словам моей мамы и при этом могла игнорировать свою.

Распределить домашние обязанности

Родители всегда стараются сделать жизнь своих детей как можно лучше, чего бы им это не стоило. Ребенку всегда достается все самое лучшее, и он ограждается от трудностей повседневной жизни. Но оберегая их таким образом, взрослые часто делают ещё хуже, потому что у детей нет возможности подготовиться к реальной жизни со всеми её положительными и не очень сторонами. Поэтому желательно научить подростка ответственности. И чем раньше он это поймет и примет, тем лучше для него.

Путешествовать в менее развитые страны

И это, скажу я вам, подействует не только на вашего ребенка, но и на вас. После того, как я увидела детей на улицах Дахаба (небольшой город в Египте, центр виндсерфинга, кайтсерфинга и желающих погрузиться в Blue Hole) и то, как они играют и чем они играют, я поняла, что мы слишком носимся со своим ребенком и балуем его.

Для детей помладше это будет хорошим примером того, как игрушку можно сделать из палки и подручных материалов, и играть ей, оказывается, гораздо интереснее, чем с дорогой игрушкой. А подростки увидят, что люди в состоянии прожить и на гораздо меньшую сумму, чем та, к которой они привыкли.

Учите их тому, что основная ценность – это их личность, а не то, что этой личности принадлежит

Последнее и, на мой взгляд, самое важное – это дать понять подростку, что самое важное – это он, его суть, его личность, а не то, что у него есть. На красивые и дорогие безделушки слетается огромное количество “друзей”, которые в итоге куда-то пропадают, как только начинают понимать, что они не могут получить материальную выгоду из этой дружбы. Купить друзей можно, но лучше делать это своими личностными качествами, а не красивой ширмой из дорогой одежды, красивых игрушек и кругленькой суммой на карманный расходы.

Скажу честно, я сама долго боролась с шопоголиком у себя внутри, так как всё моё сознательное детство и часть юности мы с родителями простояли в огромных очередях за “непонятно чем, но берем, пока дают”. Но как только у меня появилась возможность покупать все, что я захочу, остановить меня было практически невозможно. Годами

зжатый голодный потребитель вырвался наружу. Последствия – квартира, заваленная ненужными вещами, и шкаф, который ломился от одежды, но надеть, как всегда, было нечего. Мне всё-таки удалось справиться с внутренними порывами покупать все, что понравилось.

Правда, с появлением ребенка наступил рецидив, воспоминания о моём детстве прорвались, и я решила, что вот мой ребенок уж точно не будет ни в чем нуждаться. Поэтому изначально он был завален подарками, и ему покупалось всё самое лучшее. Но со временем я увидела, как Ваня относится к вещам. Он считает, что никто не может приходить к нему без подарка, и дорогие покупки каждые выходные – это скорее приятная обыденность. Поэтому был срочно созван семейный совет, а бабушки просто поставлены перед фактом: баловать внука разрешается, но в разумных пределах, потому что бабушки всё-таки должны оставаться бабушками ;)



