

ВЫРОС И ЛЕЖИТ НА ДИВАНЕ

Как быть, если совершеннолетняя дочь или сын ничего не хочет? Не работает, не учится, живет с родителями... Размышляют священники.

Протоиерей Максим Первозванский, главный редактор журнала «Наследник».

Ситуация, когда человек лежит на диване и ничего не хочет, может быть и в двадцать, и в сорок, и в шестьдесят лет. Проблема, когда у человека нет мотивации что-либо делать.

Что является поводом, чтобы мы вообще что-либо делали, чтобы мы с дивана встали и куда-то пошли? Дисконформ. Допустим, сидеть нам некомфортно, и это может быть по разным причинам: хочется есть, каких-то впечатлений, что-то еще. Или, например, я голоден, я пошел добывать себе пищу, если мне скучно, я пошел развлекаться в кинотеатр, в футбол играть и так далее. То есть – в то состояние, в котором мне комфортно.

Если человек сидит на диване и никуда не идет, значит, ему просто на диване хорошо. Дальше мы должны сделать вывод: плохо это или нет. Если мы считаем, что это плохо, значит, надо сделать так, чтобы ему на диване было некомфортно.

Если речь о взрослом человеке, возраст которого около двадцати лет, то мы заставить его что-то делать не можем. Но он же должен, сидя на диване, что-то есть, что-то пить, одеваться, развлекаться. Родители ему этот минимум обеспечивают: «Как же так, мой ребенок будет голоден?! Как же он останется без телефона?».

По отношению к другим людям нам необходимо запастись смиренностью. Настоящим – с пониманием ограниченности своих возможностей. И осознанием свободы личности другого человека.

Первое что нужно осознать: другой человек – это не я, и у него могут быть другие интересы, совершенно другие запросы, требования к жизни. И это его право.

Второй шаг, который нужно сделать – это осознать, что я не обязан поддерживать тот образ жизни, который нравится другому человеку. Мы обычно начинаем выносить друг другу мозг разными нотациями. А это абсолютно бессмысленное занятие.

Как правило, значимость родителей в глазах 20-летнего человека, сидящего на диване, очень невелика. Если бы было иначе, этот человек с замиранием сердца ловил все, что ему скажут родители, учился, работал, и так далее.

Единственный способ выйти из пассивности точно таков же, как при выходе из любой другой зависимости. Нужно активно заниматься прокачиванием собственных ресурсов.

Самый простой способ, с которого всегда начинают – это тело. Человек должен первым делом идти в спортзал, даже если он в неплохой физической форме. Там, если он не болен, очень быстро восстанавливается связь дополнительных положительных впечатлений, эмоций, ощущений, достигнутого результата при не таких уж больших начальных усилиях. То есть, две недели походил в спортзал – и почувствовал, что у тебя мышцы появились, какой-то вкус к жизни.



В этом смысле может помочь армия – там и спорт, и дисциплина. В армии появляется вкус ко многим способам проживания жизни. Человек начинает получать удовольствие от другого, от работы, например, от утренней пробежки.

Понятно, что в каждом деле есть рутина. Тот же бег – рутина. Мы не обязательно в процессе бега получаем удовольствие, когда человек бежит, он потеет, может попасть под дождь, снегопад, и так далее. Но он знает – если пробежится, ему будет хорошо. Так и в работе, и в любом другом деле. Получение такого рода удовольствия связано с преодолением некоего потенциального барьера, с приложением усилий.

Человека, лежащего на диване, нужно перестать кормить, оставив минимальное – хлеб есть, макароны есть. Все остальное – сам. Наверное, невозможно заставить его делать все – если у него сейчас нет денег, как он будет, например, платить за квартиру? Но, как правило, у молодого человека есть потребность в одежде, в компьютере, в телефоне.

А вообще все нужно начинать раньше, со среднего школьного возраста. Хочешь себе какие-то красивые модные штучки? Заработай на них сам, мы подскажем способы, как это сделать.

А дальше человек научиться получать удовольствие от процесса работы. Или сам процесс работы может не доставлять удовольствия, но зато его доставляет понимание, что в процессе зарабатываются деньги, которые можно потратить по собственному желанию.

Священник Евгений Дорофеев, клирик Покровского храма села Кудиново

Бывает так, что ребенок уже совсем и не ребенок. «Дитю» лет 18, а у него стопроцентный «диванный синдром». Сидит восемнадцатилетнее чадо, уткнувшись в телевизор или компьютер, и не хочет даже шелохнуться по жизни. Ни работа, ни

учеба, ни армия его не интересуют. Мне неоднократно задавали вопрос: что с этим делать?

Сразу отвечаю поговоркой: «Беда, коль пироги начнет печи сапожник, а сапоги тачать пирожник». Это вопрос не к священнику, а, конечно же, к психологу.

Понятно, что чем взрослее человек, тем больше в нем должно быть стремления к самостоятельности во всех сферах жизни. Только самостоятельный человек становится личностью. И если при взрослении этого нет, значит, в той или иной степени, есть какая-то патология, какое-то несоответствие норме. Это, скорее, не духовная проблема, а проблема адаптации, проблема родом из детства.

Бояться психолога не стоит. Само посещение психолога будет говорить о том, что клиент – личность со здоровой психикой. Просто у здоровой личности появились проблемы, и их нужно решить.

Крайне важно быть чутким и внимательным родителем на протяжении всего периода взросления ребенка. Не радоваться тому, что ребенок часы напролет проводит время с игровой приставкой и при этом не докучает родителям, а показывать ему настоящий мир за окном и помогать адаптироваться к жизни.

Быть внимательным к его интересам и проблемам, полноценно присутствовать в его жизни. При этом нужно не решать проблемы за него, а учить его самого находить пути решения проблем, давать ему не готовую рыбу, а учить удочкой самому ловить ее.

Протоиерей Константин Островский, настоятель Успенского храма города Красногорска Московской области

Довольно распространенная в наше время проблема: ребенок вырос, окончил школу и – ничего не хочет. Ни учиться, ни жениться, ни работать. Сидит у компьютера и всё. Спрашивают: как быть? Может быть, армия поможет?

Может быть, поможет. Не стоит парня от неё «отмазывать». Вообще, не стоит устраивать для человека, который ни учиться, ни жениться, ни работать не хочет, слишком сладкую жизнь, это только усугубляет проблему.

Когда я служил в Хабаровске, в подвале моего дома жил кот Пушок. Очень трусливый и ленивый. Он не только крыс боялся, но и мышей. Я его кормил. Иногда этот Пушок выходил из подвала и бродил по дому, но вёл себя очень плохо. Наконец, мне надоело за ним убирать, и я его решительно выгнал из дома.

Некоторое время Пушок пытался опять водвориться в подвале, но я был непреклонен, и Пушок исчез.

Ещё через какое-то время сижу я, однажды, во дворе храма и вижу этого трусливого и ленивого Пушка, прыгающего через 2-метровый забор с крысой в зубах. Как бывает полезно для кота быть изгнанным из подвала!

Не менее важно бывает выпустить и человека из подвала благополучия, в котором он себя запер.

Как оторвать человека от компьютерных игр или извлечь из соцсетей, в которых он запутался, как поднять его с дивана, к которому он едва ли не прирос, – методов нет, но Богу всё возможно. Так хотя бы не будем мешать Ему нашей иногда буквально губительной добротой.

РАСПИСАНИЕ БОГОСЛУЖЕНИЙ В ГОРОДСКИХ ХРАМАХ КАШИРСКОГО БЛАГОЧИННИЯ с 3 по 9 сентября

Наименование храма	3 сентября. Воскресенье. Апостола Фаддея.	4 сентября. Понедельник. Мчч. Агафоника, и прочих с ним	5 сентября. Вторник. Отдание праздника Успения	6 сентября. Среда. Свт. Московского Петра	7 сентября. Четверг. Перенесение мощей ап. Варфоломея	8 сентября. Пятница. Владимирской иконы Пресвятой Богородицы	9 сентября. Суббота. Прп. Пимена Великого
Введенский храм. г. Кашира, ул. Энгельса, д. 1. Тел.: 8-49669-3-14-37 8-903-232-12-33	8-00 – часы, Литургия, молебен, панихида	9-00 – молебен с акафистом блж. Матроне Московской 10-00 – панихида	9-00 – молебен с канонотом отдания праздника Успения 10-00 – панихида 16-00 – утренняя	8-00 – часы, Литургия, панихида	9-00 – молебен с акафистом Свт. Николаю Чудотворцу 10-00 – панихида	9-00 – молебен с канонотом Владимирской иконы 16-00 – утренняя.	8-00 – часы, Литургия, панихида 16-00 – всенощное бдение
Вознесенский храм. г. Кашира, ул. Маркса, д. 23. Тел.: 8-49669-3-10-32	8-00 - часы, Литургия молебен	10-00 - панихида	10-00 - панихида	10-00 - панихида 16-45 – вечерняя, утренняя с акафистом Николаю Чудотворцу	8-00-часы, Литургия, 10-00-панихида	10-00 - панихида 16-45 - вечерняя, утренняя	8-00 – часы, Литургия 11-00 - панихида 16-45 – всенощное бдение
Никитский храм г. Кашира, ул. Свободы, д. 25. Тел.: 8 (968) 580-71-33	8-40 – часы, Литургия, 10-45 - водосвятный молебен, заупокойная лития	-	-	-	-	-	-
Храм Николы Ратного г. Кашира, ул. Советская, д. 41а. Тел.: 8-926-676-61-73	8-00 – часы, Литургия, 11-00 заупокойная лития	8-00 – часы, Литургия	10-00 - панихида	10-00 - панихида	10-00 – панихида	10-00 – панихида	17-00 - всенощное бдение
Никольский храм (при ЦРБ). Тел.: 8-916-011-10-32	-	-	-	-	-	-	9-00 – часы, Литургия
Успенский Собор г. Кашира, пл. Володарского, д. 3. Тел.: 8-49669-3-15-41	8-40 – часы, Литургия	10-00 – молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида	8-00 – утренняя, часы, Литургия	8-00 – утренняя, часы, Литургия 16-00 – всенощное бдение
Храм мчч. Флора и Лавра г. Кашира, Школьный переулок, д. 4. Тел.: 8-49669-3-14-75	8-30 – часы, Литургия, молебен, панихида	9-00- молебен, панихида. 16-00 вечерняя, утренняя	9-00 – часы, Литургия, панихида	9-00- молебен, панихида	9-00- молебен, панихида	9-00 – молебен, 10-00 - панихида 16-00 – вечерняя утренняя	9-00 – часы, Литургия, панихида 16-00 – всенощное бдение
Храм мцц. Веры, Надежды, Любви и Софии, г. Ожерелье, ул. Больничная, д. 1а Тел.: 8-49669-4-28-12	8-30 - часы, Литургия 11-00 - молебен, панихида	9-00 – панихида	9-00 – панихида	9-00 – панихида	9-00 – панихида	9-00 – панихида 17-00 – вечерняя, утренняя	8-30 - часы, Литургия панихида 17-00 - всенощное бдение
Храм Петра и Февронии, г. Кашира-2 Тел. 8-49669-3-23-63	8-00 - часы, Литургия, молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида	10-00 - молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида	10-00 – молебен, панихида 17-00 утренняя	8-00 – часы, Литургия, панихида 17-00 - всенощное бдение