

АНДРЕЙ ОНИСТРАТ
ВАЛЕНТИНА ХАМАЙКО

СЕМЬЯ:

БИЗНЕС-ПРОЕКТ XXI ВЕКА



ХАРЬКОВ
МОНОЛИТ BIZZ
2021

[Ознакомиться более детально на сайте издательства «Монолит-Bizz»](#)

УДК 316.36
О-58

Онистрат А. А.

О-58 Семья: бизнес-проект XXI века / Андрей Онистрат, Валентина Хамайко. — Харьков: Монолит, 2021. — 320 с.

ISBN 978-617-577-225-6

Семья и бизнес похожи. Если сомневаетесь, то известный предприниматель Андрей Онистрат и телеведущая Валентина Хамайко, счастливые супруги и многодетные родители, убедят вас в этом. Например, вы узнаете, почему семья может девальвировать и оказаться в состоянии дефолта, а красота — перейти из личностных «активов» в «пассивы»; как поддерживать «бухгалтерский баланс» в отношениях и правильно в них «инвестировать», а также многое другое.

Оригинальная форма дружеской беседы авторов с читателем гарантирует эмоциональное погружение в текст и легкость его восприятия. Прочитав эту книгу, вы не только согласитесь, что семья — это бизнес-проект, но и станете в нем успешным «управляющим партнером»!

УДК 316.36

© Онистрат А. А., Хамайко В. В., 2019
© ООО «Издательство “Монолит”», 2021

 PAN

Все права защищены, в том числе право частичного или полного воспроизведения в любой форме.

Правовую поддержку издательства обеспечивает компания Web-protect.



ISBN 978-617-577-225-6

СОДЕРЖАНИЕ

От редакции **7**

Семья как бизнес-проект

Семья как бизнес-проект.
Принципы XXI века **13**

Как найти парня/девушку.
Лайфхаки для одиночек **23**

Как понять беременную жену? **41**

Правила жизни семьи с маленьким ребенком **53**

Сколько должна зарабатывать женщина? **69**

Эмоциональное выгорание.
Дайте маме отдохнуть! **83**

Здоровое отношение к здоровью

Как сформировать культуру питания у ребенка? **97**

Прививки детям: за или против?
История нашей семьи **113**

Правила здорового иммунитета.
Простые советы, которые помогут укрепить здоровье вашей семьи **125**

Дети в спорте. С чего начать, куда идти? **141**

Отцы и дети

Почему дети не уважают родителей и как это изменить 157

Как не потерять связь с ребенком?
Пять правил общения с детьми 167

Как из мальчика воспитать мужчину 183

Как воспитать из дочки настоящую женщину,
научить ее любить и ценить себя 195

Как социализировать ребенка и помочь ему
адаптироваться в любом коллективе 207

Семейный менеджмент

Детский садик и школа: когда отдавать и как выбрать 223

Домашние задания. Как правильно делать с детьми? 235

Семейный тайм-менеджмент.
Как найти время для детских кружков? 253

Что делать с детьми летом? 265

Как мотивировать ребенка на развитие.
Когда твой сын круче, чем Роналду 275

Дети и деньги. Лайфхаки формирования
финансовой культуры 289

Вместо послесловия.
Как пережить кризисы в отношениях? 303

Об авторах 315

ОТ РЕДАКЦИИ

Все счастливые семьи счастливы одинаково... Но чего стоит это счастье, как его выстроить и не потерять при этом себя? Собственными секретами делятся известные папа и мама — **Андрей Онистрат** (бизнесмен, спортсмен, Ironman, youtuber, коуч) и **Валентина Хамайко** (актриса, модель, телеведущая, а также дипломированный провизор). На двоих у них шестеро детей. Виктория (1993 г.р.) и Остап (2003 г.р.) — дети Андрея от предыдущих браков. Четверо общие для Андрея и Валентины: Соломия (2009 г.р.), Михаил (2011 г.р.), Мирослава (2013 г.р.), Андрюша-младший (2019 г.р.). И к каждому нужно подобрать ключик, нужно всех организовать, помочь при необходимости, поддержать, а главное — вырастить настоящими людьми.

Это уже не писательский дебют звездных авторов. В 2019 году вышла скандальная и откровенная книга Андрея **«Как я про\$рал банк»***, а Валентина издала великолепную **«Солодку неділю»**. Но объединились они впервые. В основу проекта положены видео, вышедшие на YouTube-канале «Бегущий банкир». И было бы несправедливо оставить массу такой полезной информации только в виртуальном пространстве. Она вполне заслуживает того, чтобы превратиться в настольную книгу любой современной семейной пары, и вот вы держите ее в руках!

Казалось бы, какая связь между семейными проблемами и экономикой? В прошлом топ-менеджер банка, Андрей проводит очень наглядные параллели, демонстрирующие, что законы рынка актуальны и в личных отношениях. Успешный предприниматель подходит к ним не столько с романтической, сколько с практической точки зрения, рассматривая семью как главный бизнес-проект в жизни любого человека. Здесь, как нигде, нужен

* Онистрат А. Как я про\$рал банк. — Днепр: Монолит, 2019.

эффективный менеджмент, иначе кризисов не избежать. Прочитав эту книгу, вы убедитесь, что такой подход вполне оправдывает себя.

Благодаря оригинальной структуре изложения (от лица Андрея и с комментариями Валентины) удалось сохранить особый шарм «живого» общения и эффект присутствия авторов. Перед вами «книга без маркеров», где нет необходимости делать пометки. В то же время за простотой формы вы увидите глубину содержания.

Андрей и Валентина честно рассказывают о правилах своей семьи, о возникающих проблемах и о том, как они вместе их решают. Оказывается, звездные родители задаются теми же вопросами, что и самые обыкновенные папы и мамы:

- Как совместить карьеру и семью?
- Должна ли женщина работать?
- Как организовать свободное время маме, когда в доме новорожденный?
- В каком возрасте отдавать ребенка в садик / кружок / спортивную секцию?
- Как выбрать школу?
- Как укрепить иммунитет ребенка?

И тому подобное.

Важность и сложность таких «обыденных» вопросов нельзя недооценивать. Каким бы успешным ни был ваш бизнес, каких бы высот вы ни достигли, истинное счастье возможно лишь тогда, когда есть с кем его разделить. Что уж говорить о трудных временах, когда все рухнет и почва буквально уходит из-под ног...

На этом Андрей сделал акцент и в своей первой книге:

” Семья — это не тот спектакль, на котором зрители с удовольствием вздремнут часок. В семье каждое мгновение — стометровка, которую нужно бежать так, будто бежишь на олимпийское золото. Если свои сто метров ты «тошнишь» со скоростью посредственного марафонца, ты обречен. А вместе с тобой и твоя семья. Но вот в чем секрет: стоит только начать выкладываться на полную, как тебя накрывает волна невообразимой энергии взамен, независимо от того, ожидал ты ее или нет. И это заряжает. К слову, это отличный тест любых отношений. Ведь нередко бывает так, что все усилия, брошенные на эти стометровки, оказываются напрасными. И тогда, наверное, не стоит тратить на них ни сил, ни времени. Но прежде чем прийти к неутешительному выводу, ответьте себе на вопрос: **«А в самом ли деле я бежал на полную или только отбивал номер, как на уроке физкультуры в седьмом классе?»**

Андрей и Валентина не дают универсальных рецептов, они делятся собственным опытом, который, мы надеемся, вы возьмете себе на вооружение и используете при необходимости.

Книга будет интересна вдумчивым папам и мамам.

Читайте и будьте счастливы!



СЕМЬЯ
КАК
БИЗНЕС-ПРОЕКТ

ПРИНЦИПЫ СЕМЬИ XXI ВЕКА



Валентина: Поговорим о самом важном проекте в нашей жизни — семье. У каждого человека должна быть какая-то «база», надежный «тыл», и мы все стремимся к этому. Это абсолютно нормально и естественно. Но какой должна быть современная семья?

Как показывает практика, то, чему нас когда-то учили касательно семьи, сейчас не работает. Из чего это следует? В Украине колоссальное количество разводов: в 2017 году зафиксировано около 33 тысяч, а в 2018-м — уже около 54 тысяч. Цифры просто ужасающие! Есть о чем задуматься. Так что в этой книге мы поговорим о том, какой должна быть семья XXI века.

- Как изменились давние стереотипы в современном мире?
- Что такое семья и в чем она схожа с бизнес-проектом?
- Почему важно понимать, что создание семьи — это долгий кропотливый труд и одновременно любимая работа?
- Насколько важно обоим родителям принимать участие в воспитании собственных детей?

Меняем стереотипы

В: Нас учили, что мальчик должен быть сильным и мужественным «рыцарем», а девочка — мягкой и нежной «вдохновительницей». Эти стереотипы давно отошли в прошлое. Это своеобразный пережиток: женщины давно показали, что они тоже могут быть сильными, и сейчас считается нормальным, если мужчина ищет компромисс, проявляет нежность и мягкость по отношению к детям и любимой. И это не проблема!

Давно пора пересмотреть стереотипы о сильных мужчинах и мягких женщинах, которые их вдохновляют.

Я пришла к выводу, что в семье мужчина и женщина должны быть равноправными партнерами.

Семья как бизнес-проект

А: Идея «семьи как проекта» была озвучена мною много-много лет назад. У меня проектный подход ко всему, в том числе и к семье, воспитанию детей и отношениям.

В бизнес-проекте «Семья» инвесторами являются два человека. Только от них двоих зависит, будет ли брак успешен. От мужа и жены зависит величина мультипликатора капитала проекта,

размер, количество и качество «инвестиций», которые они будут вкладывать в семью. От них двоих зависит, какими вырастут дети, какая модель семьи будет вложена в их головы. И это крайне важно!

Мне всегда интересно «ковыряться» в семье, потому что я не верю в «пакетного инвестора». Я верю в «управляющего партнера».

Если вы превратитесь в «пакетного инвестора», ваша семья девальвирует, и вы придете к дефолту.

Девальвация — уменьшение стоимости активов.

Дефолт — невозможность выполнить свои обязательства.

Задумайтесь! Что такое активы семьи? Это налаженный быт, душевный комфорт, секс. Вы это все получаете. А что вы даете взамен? Если вы приносите в семью только деньги, то вы просто покупаете ее.

Ваша семья станет успешным бизнес-проектом, если вы в ней не «пакетный инвестор», а **«управляющий партнер».**

В: Когда мы с Андреем только начали встречаться, он очень резко задал такой вопрос: «Я, конечно, понимаю, что у тебя был какой-то предыдущий опыт, но ты вообще понимаешь, что такое семья?» — «Да! — ответила я. — Это нежность, романтика...» На что он решительно возразил: «Нет! Семья — это проект!»

Я тогда не приняла эту мысль. Прошло время, и сейчас со всей ответственностью я заявляю, что Андрей был прав. Семья — это действительно проект. **Современная семья должна строиться на тех же принципах, по которым развивается бизнес.**

Вы ведь планируете свои бизнес-проекты? **Так и в семье у вас должна быть разработана стратегическая сессия.** Вы должны понимать, как развивается ваша семья, что и как у вас **должно быть**, составить какой-то стратегический план и выполнять его вместе со своим партнером, мужем или женой соответственно. И еще важный момент. В бизнесе вы посещаете какие-то деловые встречи, кофе-брейки, корпоративчики, выездные тусы, чтобы коллектив притерся, — то же самое должно быть и в семье.

Семья — это любимая работа

В: Классно, когда вам не приходится сталкиваться с тем, что вы постоянно пашете, тогда как ваш партнер ничего не делает. Через некоторое время вы смотрите на него и думаете: «На хрена мне вообще такой партнер?!» Во многих современных семьях именно это и происходит — сначала вроде бы все хорошо, а потом приходят мысли:

» Зачем я тащу этот чемодан без ручки?!
Я лучше пойду сам (или сама)!

Пребывая из года в год в роли мамы, женщина со временем выгорает. Она устает от этой роли.

А мужчина выгорает в роли «мужика», который должен постоянно работать.

Важно понимать, что семья — это не то место, куда вы приходите, чтобы расслабиться.

Семья — это тоже работа, причем ежедневная! Но семья должна быть **любимой работой**, где вы напряженно трудитесь, устаете, но чувствуете себя счастливыми. Так должно быть.

После непростого дня, ложась спать, обнимая жену (или мужа), детей, вы должны думать: «Спасибо тебе, мир, за то, что они у меня есть!» И целуя их, чувствовать, что счастливы. И вопреки чертовской усталости, все равно засыпать счастливым человеком. Так должно быть в семье.

Так же как в бизнес, в детей нужно вкладывать **и деньги, и время.**

Меня возмущает дикая фраза о том, что **«муж помогает жене воспитывать детей».**

То есть вы **вместе их хотели, планировали, ждали**, а потом жена воспитывает, **а муж помогает?!** Как такое может быть?

**Вы должны
воспитывать детей
вместе!**

Причем вариант, при котором муж уделяет детям пятнадцать минут после работы, а жена — все остальное время, — не вариант. Как и тот, когда воспитанием детей занимается няня или школа. Вы должны вкладывать в своего ребенка примерно одинаковое количество времени. Тогда вы получите «продукт», который вас удовлетворит.

Женщина должна быть равной мужчине

А: Женщина хочет быть равной мужчине в семье. Она стремится чувствовать уважение к себе и быть полноценным членом семьи и общества. И как бы там кому-то ни хотелось жить при патриархате, но сегодня мужчина не только зарабатывает деньги, а жизнь женщины не сводится исключительно к варке борщей и смене подгузников.

Муж и жена должны и спустя годы оставаться друг для друга интересными и вдохновляющими людьми.

В: Я надеюсь, что большинство наших читателей — не те «мужики», которые говорят: «Я зарабатываю, поэтому ты занимаешься хозяйством и детьми». Такое распределение функций в семье приводит к тому, что со временем вам становится неинтересно вместе. Хотя наши дети — самые лучшие, любимые и безумно интересные личности, они лишь гости в нашей жизни.

А вот муж и жена должны проводить вместе как можно больше времени!

Дети появились в семье, спасибо им за это. Вы им помогаете расти и взрослеть, но дальше это ваше «предприятие» уже идет своим путем. Ваш совместный «бизнес» вырос. А вы должны по-прежнему оставаться друг для друга интересными и вдохновляющими людьми.

А: То, о чем мы говорим здесь, — не панацея и не навязывание своих идей. Мы просто искренне и от души делимся собственным опытом.

Помните об этом!

Семья XXI века развивается по тем же законам, что и любой бизнес-проект. Мужчина и женщина должны быть равноправными «управляющими партнерами» инвестиционного проекта под названием «Семья». Успех этого проекта зависит только от двух людей. Вы обязательно должны вместе заниматься вопросами семьи и воспитания детей.

Семья — это нелегкий каждодневный труд.

Однако если выполнять эту работу с любовью, все участники **самого важного в вашей жизни проекта** будут счастливы.

