



Рудольф Дрейкурс, Вики Золц

МАНИФЕСТ СЧАСТЛИВОГО ДЕТСТВА

рама
ПАБЛИШИНГ

с е р и я

АВТОРИТЕТНЫЕ ДЕТСКИЕ ПСИХОЛОГИ

Рудольф Дрейкурс, Вики Золц

МАНИФЕСТ СЧАСТЛИВОГО ДЕТСТВА

Основные идеи разумного воспитания

Второе издание

Екатеринбург
Рама Публишинг
2015

УДК 159.9
ББК 88.8
Д 73

Rudolf Dreikurs, Vicki Soltz
Children: The Challenge :
The Classic Work on Improving Parent-Child Relations

Перевод с английского
Л. В. Ткач

Дрейкурс, Р., Золц, В.

Д 73 Манифест счастливого детства : Основные идеи разумного воспитания / Рудольф Дрейкурс, Вики Золц; пер. с англ. Л. В. Ткач. — 2-е изд., испр. — Екатеринбург : Рама Паблишинг, 2015. — 296 с. (Серия «Авторитетные детские психологи»).

ISBN 978-5-91743-061-4

Классик детской психологии американский психолог Рудольф Дрейкурс тонко подметил, что самоотверженная любовь к ребенку и традиционные методы воспитания не приносят желаемого результата. Р. Дрейкурс выделил четыре цели нежелательного поведения ребенка: потребность во внимании родителей, борьба за власть в семье, месть и уклонение от обязанностей — и показал, как дети добиваются этих целей, на примере самых частых ситуаций из семейной практики. Эффективность авторского подхода необыкновенно высока, так как его методы просты и работают в любой семье: полной и неполной, с одним и несколькими детьми вне зависимости от их возраста.

Книга адресована родителям, которые хотят получать удовольствие и вдохновение от воспитания, желают счастья себе и своим детям. Издание будет прекрасным пособием для всех заинтересованных специалистов.

УДК 159.9
ББК 88.8

Для читателей старше 16 лет.

Изображение на обложке используется по лицензии
Shutterstock.com

ISBN 978-5-91743-061-4

© 1964, 1992 by Rudolf Dreikurs
© Eva Dreikurs Ferguson, 2010,
All rights reserved
© Ткач Л. В., перевод на рус. язык, 2004
© NataSnow/Shutterstock.com
© Оформление. ООО «Рама Паблишинг»,
2015

Оглавление

<i>Предисловие</i>	7
ГЛАВА 1. Наша современная дилемма	11
ГЛАВА 2. Стремитесь понять ребенка	19
ГЛАВА 3. Поддерживайте ребенка	42
ГЛАВА 4. Ошибочные цели ребенка	61
ГЛАВА 5. Заблуждения о порицании и вознаграждении	70
ГЛАВА 6. Польза естественных и логических последствий	78
ГЛАВА 7. Строгость без доминирования	87
ГЛАВА 8. Проявляйте к ребенку уважение	92
ГЛАВА 9. Побуждайте уважать порядок	97
ГЛАВА 10. Учите уважать права других	104
ГЛАВА 11. Избегайте критики и заблуждений	107
ГЛАВА 12. Поддерживайте заведенный распорядок	116
ГЛАВА 13. Время для воспитания	121
ГЛАВА 14. Необходимость сотрудничества	126
ГЛАВА 15. Внимания — в меру	137
ГЛАВА 16. Шаг в сторону от борьбы за власть	142
ГЛАВА 17. Старайтесь уйти от конфликта	151
ГЛАВА 18. Меньше слов, больше дела!	158
ГЛАВА 19. Не отмахивайтесь!	167
ГЛАВА 20. Имейте смелость сказать «нет»	170
ГЛАВА 21. Избегайте первого порыва, действуйте по-новому	176
ГЛАВА 22. Воздерживайтесь от чрезмерной опеки	182
ГЛАВА 23. Поощряйте независимость	187
ГЛАВА 24. Подальше от борьбы	194
ГЛАВА 25. Не впечатляйтесь детскими страхами	207

ГЛАВА 26. Не лезьте в чужие дела	215
ГЛАВА 27. Не поддавайтесь жалости	226
ГЛАВА 28. Просьбы должны быть правомерными	237
ГЛАВА 29. Будьте последовательны	241
ГЛАВА 30. Плывите в одной лодке	246
ГЛАВА 31. Учитесь слушать!	250
ГЛАВА 32. Следите за своим тоном	254
ГЛАВА 33. Волноваться не стоит	256
ГЛАВА 34. Понизьте вредные привычки в чине	262
ГЛАВА 35. Развлекайтесь вместе	268
ГЛАВА 36. Бросьте вызов телевидению	272
ГЛАВА 37. Используйте религию с умом	276
ГЛАВА 38. Говорите с ними, а не обращайтесь к ним . . .	280
ГЛАВА 39. Семейный совет	286
 <i>Основные принципы воспитания детей</i>	 291
<i>Тематический указатель примеров, рассмотренных в книге</i>	 293

Предисловие

«Манифест счастливого детства» — популярная американская книга, которая была продана более чем полумиллионным тиражом. Современные молодые родители крайне нуждаются в практическом руководстве по воспитанию детей. И сегодня это еще более очевидно, чем тогда, когда данная книга впервые появилась в печати. Переведенная на многие иностранные языки, книга стала распространяться по всему земному шару. Успех этих переводов свидетельствует о том, что дилемма воспитания детей интересует людей разных национальностей, и методы, описанные в данной работе, широко применяются среди различных слоев населения.

Хотя книга впервые была издана в 1964 году, данная классическая работа не менее актуальна и полезна и в наши дни. Рудольф Дрейкурс, последователь Альфреда Адлера, был первопроходцем в нелегком деле образования родителей и настойчивым пропагандистом демократических принципов воспитания детей. Данная книга помогает решить современную проблему воспитания детей, которая многих родителей заводит в глухой тупик. Многие родители приходят к выводу, что их самоотверженная любовь плюс традиционные методы воспитания не приносят желаемого

результата. Новые демократические навыки и методы воспитания становятся необходимы и обязательны. Методы, предложенные в данной книге, могут быть легко усвоены и применены. Знакомясь с ними, родители ясно осознают, какие конкретно изменения они могут привнести в свои семьи для гармоничных отношений.

Идеи, предложенные в данной книге, имеют значимость для всех категорий родителей, невзирая на их образовательный уровень. Читатели различных профессий и разного социального положения реагируют одинаково. «Эти методы и идеи так очевидны и имеют так много здравого смысла, почему же мне самому это в голову не приходило?» Ответ может быть частично найден в нашей культуре и в обществе. Наше окружение снабжает нас разнообразными посланиями. Именно сейчас как никогда мы нуждаемся в демократических принципах взаимодействия с другими, но в то же время в нас живут убеждения о конкуренции, неполноценности и превосходстве как о неизбежных спутниках жизнедеятельности. Хотя мы искренне ищем отношений, базирующихся на доверии и доброй воле, тем не менее широко распространено убеждение: сотрудничество — это исключение, а конфликт есть правило. Старшее поколение с горечью сетует, что подростки непокорны, дома идут бои, и родители уже не верят в мирные альтернативы. Мы смущены, не уверены в своих установках, а когда, колеблясь, все же требуем равноправия и большего уважения к себе, забываем об уважении к другим.

Эта книга помогает родителям и детям научиться уважать друг друга, наслаждаться общением друг с другом, а также сотрудничать и соучаствовать в жизни друг друга. Но самое главное — это способность выражать любовь друг другу в многочисленных жизненных проявлениях. Ведь ни родители, ни дети не тираны и не деспоты, и каждому необходимо лишь научиться ободрять и поощрять друг друга.

Мы видим глубокую обескураженность во многих семьях, но этого можно избежать. Методы, показанные в данной книге, приемлемы и для родителей-одиночек, и для приемных родителей, и для различных видов традиционных семей. Книга была написана во времена, когда большинство семей имели двоих родителей: отец — в роли кормильца

и мать — в роли домохозяйки. С тех пор появилось много различных семейных моделей. Методы, предложенные в данной книге, базируются на здоровых психологических принципах и эффективны для различных видов семей. Для одиноких родителей, как и для семейных пар, хороший результат ожидаем, когда родители понимают эти принципы и применяют предложенные методы.

Многие родители пробуют разные техники для воспитания счастливого ребенка: от исполнения любого каприза до запугивания и наказания. Эта книга приводит примеры полезных практических действий, разработанных Адлером, Дрейкурсом и их коллегами. Каждый воспитатель может стать более эффективным, следуя одним правилам и избегая других. Посредством легко воспринимаемого стиля, доступного описания простых путей воспитания родители могут научиться понимать своих детей и помочь им стать полноценными членами общества. Азы демократии закладываются дома. Гражданство и патриотизм прививаются в семьях. Когда взрослые понимают это и знают, что делать, дети учатся хорошему поведению, доверию и чувству ответственности. Взрослые хотят знать, что делать. Эта книга дает такие знания для обоюдной пользы родителей и детей.

Возможно, приведенные примеры и язык написания могут показаться устаревшими. В отличие от современного стиля не используются сексуальные темы, да и слово «негр» появляется на отдельных страницах, хотя в современном американском обществе уже не употребляется. Некоторые методы, приемлемые в те времена, сейчас таковыми не являются. Например, совет, что ребенок может сидеть справа в машине, когда отец или мать едет в магазин, сегодня не правомерен*. Или предложение, что родители могут оставлять ребенка дома одного на короткое время своего отсутствия, теперь неприемлемо**. Альтернативный совет для родителей, нуждающихся в отдыхе от постоянной «воспитательной борьбы», — приходящая нянечка. Ребенок должен

* В России дети до 12 лет могут сидеть в машине на переднем сиденье, если есть специальные детские кресла. — *Примеч. ред.*

** В России такого закона нет. — *Примеч. ред.*

понимать, что он не может тиранить родителей постоянно, но вместе с тем его безопасность должна быть обеспечена.

У каждого читателя сложится свое собственное мнение после прочтения книги. Культура, как и другие факторы, привносит свои специфические методы воспитания. Важно сознавать контекст, в котором книга писалась: что возможно для одного времени и места, не всегда подходяще для другого, с этим нужно считаться. Автор был первым, кто защищал позитивное суждение и здравый смысл воспитания.

Книга вдохновляет новыми идеями и принципами. Счастливая семейная жизнь стучится в тысячи домов. Родители и дети начинают понимать, что есть альтернатива дилемме «уступить или сражаться». Сотрудничество, взаимное уважение, равноправие в принятии решений — все это возможно, и в результате получаем не только счастливых родителей, но и счастливых детей.

*Эва Дрейкурс Фергюсон
Southern Illinois University
Edwardsville, Illinois*

1

глава

Наша современная дилемма

Миссис Прайс налила кофе своей соседке миссис Элбани и присела поговорить. Семилетний Марк ворвался в кухню, за ним спешил его брат Том, пяти лет. Марк влез на стол с завидным умением, открыл верхнюю дверцу шкафчика. Том последовал примеру брата и оказался на столе без особого труда. Миссис Прайс, мама мальчишек, закричала: «Спускайтесь немедленно!»

«Мы хотим немного пастилы», — крикнул в ответ Марк.

«Никакого сладкого. Скоро обед. Немедленно из кухни!»

Марк схватил кулек с пастилой и спрыгнул вниз, за ним Том. Мальчишки бросились прочь из кухни, им вдогонку миссис Прайс кричала: «А ну вернитесь, я сказала, вы не должны есть сладкое...»

Дверь захлопнулась. Миссис Прайс вздохнула и обратилась к соседке: «Ох уж эти дети! Я просто не знаю, что с ними делать. Они как дикие индейцы. Ни минуты отдыха».

Мы часто не знаем, что делать с нашими детьми. Порой они ведут себя навязчиво и несносно. В парках, в других местах отдыха, куда семьи выходят на прогулку, мы слышим пронзительные крики детей, требующих новых и новых развлечений. Обезумевшие родители сердито одергивают своих

чад: «Все, хватит!» — а затем сдаются под натиском детских воплей. Изведенные отцы роются в карманах и тратят на-много больше, чем они намеревались. Наконец, потерявшие терпение матери тянут сопротивляющихся детей домой, а те никак не могут понять, почему они должны уходить.

В кафе, ресторанах дети часто выставляют напоказ плачевные манеры: раздражительно требуют к себе внимания, неугомонно бегают вокруг, мешают другим посетителям. Многие отказываются есть, их приходится долго уговаривать.

В магазинах дети играют корзинами для продуктов, бегают по проходам, ноют и выпрашивают особых сладостей, кричат и раздражаются, когда им отказывают.

Во многих публичных местах мы видим злых, бушующих, визжащих детей, которых утешают утомленные, обиженные и отчаявшиеся родители.

Дома наши дети обнаруживают удручающее отсутствие сотрудничества; уборка дома и другие, приемлемые для них, дела по дому их не интересуют. Они грубы, невнимательны и совсем не воспитаны. Иногда они демонтируют абсолютное неуважение к своим родителям и другим взрослым. Они часто оскорбляют нас, и мы смиряемся с этим.

Наши дети ведут себя вызывающе, и мы беспомощны пред ними. Мы умоляем, наказываем, оправдываемся, льстим, подкупаем их в попытке подчинить и направить в нужное русло. Многие родители заявляют в отчаянии: «Детям все безразлично!» Такое непокорное, агрессивное поведение становится повсеместным, и это воспринимается как норма: «Дети есть дети!»

В школах многие дети отказываются учиться. Учителя просят родителей контролировать выполнение домашних заданий, и происходит это часто с борьбой и сражениями.

Потенциально преступное поведение зарождается в очень раннем возрасте. Официальные лица требуют, чтобы родители не позволяли детям шататься по ночам на улицах, но как это реально возможно осуществить, не знают. Исследования подростковых правонарушений занимают не один том бумаг, но указаний по возможным решениям данной проблемы не так уж много.

Большинство родителей чувствуют себя побежденными и загнанными в тупик. Они прилагают так много усилий в надежде вырастить счастливых, хорошо воспитанных детей, уверенных в своих правильных жизненных позициях. Вместо этого они видят своих детей неудовлетворенными, скучными, несчастными и агрессивными. Повсеместно с тревогой сообщается о возрастании детской преступности.

В попытке изменить данную ситуацию родители записываются на учебные курсы, посещают дискуссионные клубы, слушают лекции, читают массу книг, брошюр и газетных статей. Истинное значение столь обширной родительской программы самообразования понимают немногие. Вероятно, воспитательная способность родителей утеряна. Простые поколения не нуждались в инструкциях по воспитанию своих детей. Что же произошло? В прежние времена работали традиции воспитания детей, которые поддерживались всем обществом. Каждая семья следовала общей схеме. Лишь теперь появилась необходимость в обширной образовательной программе по воспитанию детей в помощь родителям. Почему?

Нам часто говорят, что сегодняшние трудности — это результат нашей взрослой незрелости, эмоциональной нестабильности, обыденности интересов и скудности жизненного опыта, ограниченности моральных и социальных ценностей, отсутствия веры. На наших глазах видоизменяются моральные принципы, но наши личные убеждения остаются неизменными. Свидетельство этому — возрастающий интерес к проблеме «социального зла». Так, для собственной безопасности каждое поколение находит внешние причины социального напряжения: Первая мировая война, Великая депрессия, Вторая мировая война, а сейчас — атомные и водородные бомбы.

Мы, взрослые, постоянно слышим обвинения в незрелости, особенно достается молодым родителям и их детям. «Зрелость» — это специфический термин, используемый в основном для определения «недетского» состояния. Таким образом, подразумевается существование неполноценности в статусе ребенка. В понятиях «хорошие манеры» и «социальное приспособление» мы предпочитаем видеть

поддельные наклейки реальным чувствам. Действительно, зрелость означает законченное взросление и развитие — полная реализация человеческого потенциала. Это счастливое состояние знакомо очень немногим личностям. Процесс взросления и развития занимает всю человеческую жизнь. Почему же мы требуем этого от юности и молодости?

Взрослые никогда не подавали детям хороших правил поведения. В прошлые времена ребенку просто не разрешалось делать того, что на их глазах делали взрослые. «Делай то, что я говорю, но не то, что я делаю!» Если коснуться религии, то священники и глубоко верующие родители имеют те же трудности с воспитанием своих детей, что и их менее набожные соседи. Воскресные школы часто превращаются в сумасшедший дом с неконтролируемыми детьми. Это что-то большее, чем непослушание. В глубине проблемы просвечивается факт — *мы не знаем, что делать с нашими детьми*, так как традиционные методы воспитания больше не работают, а новые нам не известны.

Всякая культура и цивилизация используют определенную модель воспитания детей. Сравнительные научные исследования первобытных обществ дают прекрасную возможность понять значение традиций. Каждое племя имело свою собственную традицию и воспитывало детей по различным моделям. Следовательно, племя развивало свои отличительные поведенческие схемы, характеры и индивидуальности. Каждая культура имела свой собственный образ действий, который помогал решать жизненные проблемы и ситуации. Примитивный человек — мужчина, женщина или ребенок — точно знал, что делать. Все поведение держалось на традиции (обычае).

Наша западная культура более запутанна, однако она также имела свои традиционные модели воспитания детей. Это были принципы типа «детей должно быть видно, но не слышно», которым следовали в каждом доме. Поведенческие стандарты были обязательны повсюду. Тем не менее наше растущее восприятие смысла демократии и прогресс в межличностном общении основательно поколебали эту самую западную культуру. Со времен королей и крепостных, освободительных революций, гражданских войн че-

ловечество последовательно шло к осознанию того, что человек рожден равноправным не только перед законом, но и перед своим собратом. Демократия есть не только политическая идея, но и дорога жизни.

Сейчас происходят крутые изменения, но лишь немногие сознают природу этих перемен. Во многом это происходит под воздействием демократических процессов, преобразующих нашу социальную сферу и делающих наши традиционные методы воспитания устаревшими. Мы больше не имеем четких правил, как имели в деспотическом обществе, из которого мы вышли. В обществе всеобщего равенства мы не можем господствовать над другим человеком. Равенство означает, что каждый решает за себя. В деспотическом обществе правитель имел наивысший социальный статус и неограниченно властвовал. Каждый отец семейства, независимо от его положения в обществе, господствовал над всеми членами семьи, включая и его жену. Сегодня это больше не является всеобщим правилом. Женщины провозгласили о своих равных правах с мужчинами. Муж потерял свою власть над женой, родители оба потеряли свою власть над детьми. Это стало началом главного общественного переворота, который всеми ощущался, но до конца не был понятен. Другие конструкции в нашем социальном сооружении были также поражены. Менеджмент и трудовые отношения движутся к взаимоуважению. Десегрегация негров — настоятельная социальная проблема, побуждаемая широко распространяющимися ростками демократии. Такие мажорные изменения в нашей общественной структуре воспринимаются быстрее, чем менее уловимые перемены, фактически уже давно установившиеся, например, что женщины и дети требуют своей доли равенства.

Взрослые обычно глубоко обеспокоены заявлением, что их дети так же социально равноправны, как и они. Родители пренебрежительно отрицают такую возможность: «Не будьте смешными. Я лучше знаю, на что мой ребенок имеет право. Он не может быть равноправен со мной!» Нет. Конечно же, нет. Ни в опыте, ни в знаниях, ни в умениях. Но эти вещи совсем не означают социального равенства далее среди взрослого населения. Равенство не означает

единообразия. Равенство означает то, что люди, несмотря на все их индивидуальные различия и характеристики, имеют равные претензии на достоинство и уважение. Наше убеждение, что мы — управители над нашими детьми, является пережитком культурного наследия: люди не равны по их рождению, деньгам, полу, цвету кожи, возрасту и жизненному опыту. Ни индивидуальные способности или умения, ни отличительные характеристики не могут гарантировать превосходства или права доминировать.

Есть и другой фактор, играющий роль в нашем представлении о доминировании над нашими детьми. Мы можем иметь затаенное сомнение в собственной значимости, глубоком несоответствии нашего идеального и реального представления о себе. Отсюда ребенок, из-за его беспомощности, наделяет объект воспитания теми восхитительными чертами, которые дают нам возможность чувствовать себя величественными! Но это лишь иллюзия. Фактически наши дети очень часто оказываются более способными и одаренными, чем мы, и могут перехитрить нас во многом. Концепция равенства растет внутри нашей культуры, хотя мы не осознаем этого и не совсем готовы принять это.

Дети чрезвычайно чувствительны к социальному климату. Они способны быстро впитать идею и требовать равных прав со всеми. Они ощущают свое равноправие и больше не терпят деспотических отношений «повелитель—слуга». Родители где-то смутно понимают, что их дети стали другими, и уменьшают давление воспитательных форм типа «делай—как—я—говорю». В то же время они испытывают нужду в новых методах, основанных на демократических принципах, по которым они смогли бы направлять и воспитывать своих детей для демократического образа жизни. Таким образом, мы стоим перед лицом современной дилеммы.

Перемена в нашей социальной атмосфере от деспотических отношений «высший—низший», «господство—подчинение» к демократическим отношениям равенства уже признаны нашими педагогами. Они искренне хотят быть демократичными. Тем не менее широко распространено беспокойство по поводу внедрения принципов демократии. В результате мы часто ошибаемся в использовании сво-

боды. Для очень многих демократия означает свободу делать все, что угодно. Наши дети дошли до сути такого восприятия, когда они пренебрегают ограничениями и применяют свое право делать то, что им нравится. Это вольность, но не свобода. Если каждый член семьи будет делать то, что ему захочется, вскоре дом превратится в крепость тиранов с разгулом анархии. Когда каждый делает то, что ему хочется, результат — постоянные трения. Трения нарушают межличностные отношения, а это, в свою очередь, усиливает конфликт. В атмосфере постоянного конфликта, стресса и напряжения рождаются гнев, нервозность, раздражительность и все негативные аспекты совместного проживания. Свобода — составная демократии, но скрытый смысл этого в том, что мы не можем иметь свободу сами, если мы не уважаем свободу других. Это нелегко осознать. Никто не может наслаждаться свободой, если его сосед не имеет этого же. Для свободы необходим порядок. Порядок начинается с определенных ограничений и обязательств.

Свобода также подразумевает ответственность. Я свободен водить автомобиль, но если я буду разъезжать, не обращая внимания на дорожные знаки, моя свобода быстро закончится. Свобода управлять автомобилем подразумевает, что я принимаю ограничения (правила дорожного движения), которые гарантируют безопасность каждому. Мы можем быть свободными лишь при соблюдении порядка. Этот порядок не навязывается деспотическим режимом для его пользы, а поддерживается каждым для пользы всех.

Популярная практика воспитания детей без ограничений дает неограниченную свободу детям-тиранам над родителями-рабами. Дети наслаждаются полной свободой, пока их родители принимают на себя всю ответственность! Это едва ли демократия. Родители несут катастрофические последствия избытка свободы, предложенной своим детям: покрывают их, принимают всю тяжесть наказания за них, терпят их оскорбления, выносят их многократные требования и посредством всего этого теряют свое влияние на них. Дети, без направляющих ограничений, теряют ощущение порядка. Они более заинтересованы в налаживании своего собственного жизненного пути, чем в изучении

необходимых принципов и ограничений для жизни в обществе. Как результат, чахлая недоразвитая способность к успешному сотрудничеству с другими для общественного блага. Это ведет к ощущению беспорядка и усиливает неудачную адаптацию таких детей. Хорошо выстроенные ограничения дают чувство безопасности и уверенности в рациональном функционировании общественного устройства. Без этого ребенок не чувствует себя комфортно в мире. Его постоянные усилия «найти себя» имеют разрушительный курс, и мы часто видим демонстративное поведение наших несчастливых и агрессивных детей. Свобода подразумевает порядок. Без порядка не может быть свободы.

В помощь нашим детям мы должны отвернуться от устарелого деспотического метода требовать подчинение и принять новый порядок, основанный на принципах свободы и ответственности. Мы не должны больше принуждать наших детей к согласию, мы должны их поощрять к добровольному исполнению своей роли в поддержании порядка. Нам нужны новые принципы воспитания, которые заменят устаревшие традиции.

В последующих главах мы рассмотрим принципы, которые на протяжении многих лет совершенствовали вместе с родителями и детьми. Наши Детские образовательные центры стали лабораториями человеческих отношений, где мы могли подвергать испытанию действенность наших методов.

Вам будет необходимо, во-первых, выяснить фундаментальные потребности каждого из членов вашей семьи для существования на равных. Во-вторых, принять основные принципы воспитания и сделать их вашей новой семейной традицией. На это уйдет определенное время и немало усилий с вашей стороны. Но без этого вы не будете эффективны в воспитании своего потомства и вряд ли имеете шанс на счастливую семейную жизнь.

2

глава

Стремитесь понять ребенка

Шестилетний Боби что-то рисовал цветными карандашами. Его мама сидела за столом рядом с ним, планируя меню на воскресный вечер. Вдруг Боби стал постукивать ногой по полу. «Боби, прекрати», — сердито сказала мама. Боби перестал, слегка пожав плечами. Но вскоре он начал снова стучать. «Боби, я сказала, прекрати этот шум», — мама сделала выговор сыну. Боби опять перестал, но через минуту стук возобновился. Мама положила на стол ручку, поднялась и шлепнула Боби. «Я сказала, прекрати это! Почему ты раздражаешь меня? Почему ты не можешь тихо сидеть и не мешать мне?» — кричала она.

Боби не знает, почему он продолжает стучать. Он не может ответить на этот вопрос. И это становится причиной конфликта, причиняющего страдание и матери, и ребенку.

Для того чтобы помочь детям действовать так, как нужно вам, необходимо знать те психологические механизмы, которые работают в данной ситуации.

Как мы знаем, любое человеческое поведение имеет цель и стимул движения к этой цели. Иногда мы понимаем, что является целью поступка, но чаще всего нет. Каждый хоть раз в жизни спрашивал себя: «Что могло меня заставить

сделать это?» Наше недоумение оправдано. Мы действовали по причине, спрятанной от нашего сознательного восприятия. Это же происходит и с нашими детьми. Если мы хотим помочь ребенку изменить свое поведение, мы должны понять, что заставляет его поступать именно так. Если мы не знаем, что стоит за поведением ребенка, мы практически не имеем шанса изменить его. Мы действительно можем побуждать ребенка вести себя по-другому лишь в случае изменения его стимула. Иногда мы можем раскрыть этот стимул, исследуя результаты поведения ребенка. В вышеприведенном примере мама стала раздражаться. Боби хотел досадить ей, конечно же, бессознательно. Он имеет какую-то скрытую причину для этого. То, что мама закричала и шлепнула его, Боби расценивает как свою победу, так как он завладел всем маминым вниманием. Почему же он должен остановиться? Посмотрите на великолепные результаты! Он может заставить маму заниматься только им. Вот ключ к разгадке поведения Боби и скрытого мотива этого поведения. Боби не понимает, почему он чувствует именно так, но он действует согласно этому мотиву сотни раз в день. Когда его мама реагирует указанным образом, закричав на него по его требованию, она подкрепляет скрытый мотив Боби. Если бы его постукивание не получило бы должного результата (мама перестала раздражаться), то какой смысл делать это? Он вскоре бы перестал стучать и сам. И если бы его мама хоть раз обратила внимание на то, что Боби творит с помощью цветных карандашей, улыбнулась, похвалила и обняла его, то Боби и не подумал бы привлечь внимание своей мамы, провоцируя ее. Если мама Боби будет и впредь раздражаться и наказывать сына, то тем самым она подкрепляет скрытый побудительный мотив деструктивного поведения своего сына. Нога Боби выражает его чувства: «Посмотри на меня! Скажи что-нибудь мне, вместо того, чтобы засунуть свой нос в скучные записи!» Если мама сможет увидеть это, она сразу же поймет поведение сына. Он ищет всякую возможность заполучить ее внимание. С этими знаниями она имеет шанс уладить ситуацию. Будет серьезной ошибкой продолжать порочный круг, в этом случае ничего, кроме постоянного раздражения, маму Боби не ждет.

Потребность в принадлежности

Ребенок, с самого первого момента осознания себя, имеет сильнейшую мотивацию присоединиться к семье, желание принадлежать. Его чувство безопасности или отсутствие такового напрямую зависит от чувства принадлежности к группе. Это его основная потребность. Все, что ребенок делает, нацелено на поиск своего места в семье. С самого младенчества он очень занят, исследуя методы присоединения к своей семейной группе. Благодаря своей наблюдательности и своим успехам он делает заключение, еще не оформленное в словах, но уже вполне определенное: «Ага, вот как я могу быть значимым и незаменимым в моей семье!» Он находит свой метод утверждения, и это становится его непосредственной целью и формирует его поведение. Желание принадлежать является основным мотивом, и именно это заставляет ребенка изобретать подходящие методы непосредственного осуществления поставленной цели. Следовательно, мы можем констатировать, что поведение ребенка *целенаправленное*. Ребенок часто не осознает мотива своего поведения. Когда у Боби спросили, почему он стучал ногой, он честно ответил, что сам не знал почему. Одно из возможных разъяснений поведения Боби приведет нас к пониманию того, как Боби пытается утвердиться в семье. Конечно же, он этого не осознает, а лишь действует по внутренней мотивации. Он учится при этом на своих ошибках, повторяет то поведение, которое дает ему ощущение значимости, и отказывается от того, что заставляет его чувствовать себя покинутым. И здесь мы имеем все основания для управления нашими детьми. Хотя есть много ловушек, в которые мы можем попасть, если не будем стремиться понять своего ребенка и если не запомним его главной мотивации — принадлежать семье.

Прежде чем обсуждать различные методы и ошибочные цели, которые могут иметь дети для приобретения важного чувства принадлежности, мы должны понять каждого ребенка, оценить его наблюдения, его окружающую среду и его позицию в семье.

Детские наблюдения

Все дети искусственные наблюдатели, но при этом делают много ошибок в оценке того, что они видят. Они часто делают неверные заключения и выбирают ошибочные пути для приобретения своего значимого места в семье.

Трехлетняя Бет была счастливым, веселым ребенком, быстро прогрессировала в своем развитии. Она приносила много радости своим родителям. Бет начала ходить в 10 месяцев, и проблем с туалетом не стало, когда ей исполнилось 18 месяцев. В два года она уже прилично говорила, хорошо выговаривая все буквы и используя сложные предложения. Она получала большое удовольствие от похвал родителей и была зависима от постоянного одобрения своих действий и умений. Внезапно она стала вести себя странно: хныкала и ныла, если она чего-то хотела, и перестала проситься на горшок. За два месяца до этого мнимого регрессивного поведения у Бет появился братик. Первые три недели Бет очень интересовалась новорожденным. Она внимательно смотрела, как мама купала, одевала и кормила малыша. Всякий раз, когда Бет предлагала свою помощь, мама ласково, но настойчиво отказывала ей. Постепенно Бет теряла интерес и больше не заходила в детскую. Вскоре она стала вести себя беспокоящим образом.

Бет наблюдала, как ее новорожденный брат постепенно завладел всем вниманием родителей. Она внезапно осознала, что совсем беспомощный малыш забирает у нее маму. Ее мама занималась только братом, на Бет ее внимания уже не хватало. Наблюдения девочки верны. Ее мама посвящает много времени беспомощному младенцу. Но Бет сделала ошибку, оценив ситуацию как потерю своего места в семье, тем самым она посчитала, что, имитируя свое беспомощное поведение, она восстановит свою утерянную значимую позицию. Бет решила вести себя как младенец и ошибочно признала преимущества

этого возраста. Мы обсудим решение данной проблемы немного ниже.

Пятилетний Джери и его мама постоянно конфликтовали. Джери спорил с ней по всякому поводу. Он не реагировал на ее замечания, просьбы и требования. У него случались неистовые вспышки гнева, тогда он бил посуду, ломал игрушки и мебель. Он искусно избегал любых обязанностей по дому. Мама принуждала и наказывала его. Она была требовательна к себе и окружающим, и такое поведение сына ставило ее в тупик. Джери очень быстро осознал, что мама имеет главенствующее положение в семье. Его отец для сохранения спокойствия и мира в семье исполнял любые поручения жены. Он старался не раздражать жену, но вместе с тем часто нарывался на приступы ее гнева. Он не любил споры и вступался за Джери.

Джери наблюдал за своей матерью и восхищался ее властью. Он сделал вывод, что главенствующее положение в семье имеет тот, у кого есть власть. Джери понял, что должен иметь подобную позицию. Он имитировал поведение своей матери, используя гнев как средство достижения власти. Его мать действительно потеряла всякий контроль над ним. Он ощущал это, но она нет. Она предполагала, что, наказывая сына, она берет верх над ним. Она явно ошибалась по этому поводу, так как последующее возмутительное поведение ее сына было возмездием и очередным раундом в силовом соревновании между ними. И Джери был первым в этой борьбе. Его методы приобретения значимости через проявление силы были всегда так успешны, зачем же их менять? Можем ли мы считать Джери счастливым ребенком? Учится ли Джери взаимодействию в группе с повелительными «давать» и «брать»? Будет ли способен Джери решить все жизненные ситуации с позиции силы? Может ли он быть лучшим во всех случаях? Какими будут его отношения с противоположным полом, а со временем и с его женой? Как он видит позицию мужчины?

Среда обитания ребенка

Ребенок наблюдает за всем, что происходит вокруг него. Он делает собственные заключения из всего того, что видит. Он ищет указательные линии для своей модели поведения. Еще в раннем детстве он должен приспособиться и научиться владеть своим внутренним миром и окружающей средой обитания. *Генетическая наследственность* создает его внутреннюю среду. Ребенок проводит первый год своей жизни, экспериментируя со своим телом. Он учится двигать ручками и ножками для изменения позиции тела и возможности схватить то, что в поле зрения. Он учится руководить своим телом по своему желанию. Он учится видеть и осознавать то, что он увидел. Он учится слышать, чувствовать, нюхать, испытывать вкусы и переваривать пищу. Со временем он начинает учиться использовать свой интеллект и решать стоящие перед ним задачи. Благодаря всему этому он достигает умения владеть своим внутренним состоянием. Он осознает свои способности и недостатки. Если ребенок сталкивается с трудностями или оказывается лицом к лицу с помехами, он или отступает, или преодолевает их. Иногда ребенок вырабатывает особое умение, и такой процесс называется «сверхкомпенсация».

Эдит родилась без правой руки, хотя ее сестра-близнец Элайн родилась нормальной. Не замечая такой серьезной помехи, Эдит научилась все делать одной рукой, не уступая Элайн ни в чем. Она ползала, ухватившись за пятку сестры, и забавно кувыркалась. Эдит сама одевалась, застегивала пуговицы, завязывала шнурки, приводила в порядок свои волосы и принимала ванну — все только левой рукой. Она делала уборку в доме и могла даже шить. Сейчас она замужем и прекрасная домохозяйка. Случаи, когда она нуждается в помощи, очень редки.

В пять лет Ален заболел полиомиелитом. У него сильно ослабли мышцы правой ноги. Мама Алена помогала ему и поощряла его во всех занятиях, особенно в занятиях спортом. Плавание было полезно и необходимо, и Ален с удовольствием посещал

бассейн. Со временем, когда ему исполнилось шестнадцать, он полностью преодолел свой недуг и, к тому же, стал чемпионом своей школьной команды по плаванию.

Маргарет, младшенькая в семье из четырех детей, родилась с тяжелой болезнью глаз, но она не была совсем слепой. В свои четыре года она была совсем беспомощной: ее одевали, кормили, выводили гулять за руку, каждый в семье прислуживал ей, развлекал и веселил. Оказавшись в невыгодном положении из-за болезни глаз, Маргарет уступила и позволила другим делать все за нее.

Тут читатель может возразить, что мы не правы. Мы ничего не сказали о влиянии окружающих на этих детей. Да, но сделали это намеренно. Мы лишь проиллюстрировали, как каждый ребенок принял свое собственное решение по поводу дефекта. Естественно, каждый из этих детей имел намного больше внимания со стороны окружающих, чем даже было необходимо. Ранняя установка Эдит не уступать своей сестре ни в чем восхитила ее мать, и она с радостью поощряла ее. Готовность Алена помочь самому себе избавиться от недуга помогла его матери поощрять сына на занятия плаванием. Отказ Маргарет от борьбы с болезнью и установка на беспомощность вызвали жалость и прислуживание со стороны ее окружающих. Первоначальные решения каждого ребенка были различными, поэтому их жизненные истории будут протекать тоже по-разному.

В одно и то же время ребенок учится справляться со своим внутренним состоянием и устанавливать контакт со своей внешней средой обитания. Первая улыбка ребенка есть его первый шаг к социальному контакту. Он реагирует на поощрения окружающих его людей и с удовольствием принимает их ответные улыбки. Первое действенное межличностное отношение установлено. Он осознает радость улыбки. Соприкосновение с внешним окружающим миром расширяется прямо пропорционально эволюции его внутреннего мира. Здесь действует то же правило: ребенок или уступает, или преодолевает встречающиеся на его пути препятствия.

Существуют три внешних фактора, действующих на развитие личности ребенка. Первый — *семейная атмосфера*. Для ребенка семья — это общество в миниатюре. Родители устанавливают определенную атмосферу, через которую ребенок познает экономическое, расовое, религиозное и социальное влияние в его среде обитания. Он впитывает семейные ценности, мораль, обычаи и пытается приспособиться к моделям и стандартам, установленным его родителями. Его концепция о материальных преимуществах отражает экономическую ориентацию семьи. Он проявляет свое отношение к различным расам и народностям точно в соответствии с взглядами его родителей. Если толерантность является семейной моделью, дети могут сделать ее своей ценностью и придерживаться всю жизнь. Если родители смотрят на людей сверху вниз, оценивают их, дети, возможно, могут принять это за образец и искать превосходства по расово-социальному признаку. Всеми признано раннее приучение ребенка к религиозности, однако его дальнейшее отношение к церкви может сильно измениться. Дети быстро оценивают, как родители относятся друг к другу. Отношения между родителями задают модель отношений внутри семьи. Если родители любят и уважают друг друга, то и дети смогут развить дружелюбные и уважительные отношения между собой, а также и к своим родителям. Сотрудничество станет семейным стандартом. Если родители состязаются друг с другом за господство в семье, такая же модель поведения обычно развивается и среди детей. В семье с доминирующим и строгим отцом, при мягкой и снисходительной матери, «мужской идеал» может стать основной семейной моделью, особенно для мальчиков. Хотя сегодня, при высокой степени равенства между полами, девочки также могут последовать «мужской» линии поведения. Родительские взаимоотношения задают сценарий, по которому дети могут разыгрывать свои собственные индивидуальные роли. При доминирующей роли матери в семье дети могут пытаться приобрести подобную же позицию, имитируя ее. Острая конкуренция между родителями может сделать конкуренцию семейным стандартом. Какую бы общую черту ни имели дети из одной семьи,

надо всегда понимать, что это продукт семейной атмосферы, установленной их родителями. Однако дети из одной семьи могут быть совершенно разными, и обычно так оно и есть. Почему?

Позиция ребенка в семье

Второй внешний фактор — *семейная констелляция*. Этот термин описывает характерные отношения между членами одной семьи. Здесь уместно провести сравнение с небесными звездами, создающими одно яркое созвездие, например, созвездие Большой Медведицы. Каждая семья имеет собственную, отличную от других, констелляцию. Определенные межличностные взаимоотношения формируют различные семейные характеры. Позиция личности в констелляции — роль, которую она играет, будет иметь влияние, до известной степени, на всю семью и на каждого члена этой семьи.

Семья начинается с Матери, Отца и Ребенка. Роль матери отличается от роли жены. Роль отца отличается от роли мужа. Реальное присутствие ребенка открывает новые стороны в отношениях между мужем и женой. Ребенок становится их собственностью, хотя со стороны ребенка его позиция выглядит несколько по-другому. Он фокусирует на себе все родительское внимание. Мать и отец единственного ребенка в семье часто забывают о должном внимании друг к другу, особенно это заметно с материнской стороны из-за ее материнского предназначения. Среди этих трех определенных моделей на уровне «давать» и «брать» образуется модель взаимодействия. Возможны даже модели, когда один из родителей оказывается на стороне ребенка против другого родителя. Такие альянсы обычно провоцируются самим ребенком, и им же навязывается его поведение.

Когда в семье рождается второй ребенок, позиции каждого из первоначальной троицы меняются. «Царский Ребенок» внезапно свергнут с престола. Он начинает борьбу с узурпатором из-за изменения своей позиции по отношению к матери и отцу, фокусирующим все свое внимание на новорожденном. Новые модели работают во всех

межличностных отношениях как результат изменения в констелляции. Сейчас новорожденный занимает первую позицию, а первенец понимает необходимость установления своей новой позиции — старшего ребенка. Тем временем новорожденный осознает свою позицию «младенца» семьи, но это совсем другая позиция младенца из-за присутствия старшего брата или сестры.

Когда появляется третий ребенок, опять происходят изменения позиций каждого в семейной констелляции. Родители становятся родителями уже трех детей. Старший прежде потерял престол, теперь и второй ребенок свергнут в свою очередь. Он находит себя в середине — между первенцем и новорожденным. С каждым последующим рождением семейная констелляция приобретает новую конфигурацию с новыми взаимодействиями и состояниями. Вот почему мы часто замечаем, что дети из одной семьи могут быть совсем разными, несмотря на одни методы воспитания. Мы, вероятнее всего, найдем больше сходства между старшими детьми двух различных семей, чем между первым и вторым ребенком из одной семьи.

Так как констелляция изменяется, каждый ребенок должен найти свое место в семье и собственное направление развития. И обычно, как газон у соседа, позиция собрата выглядит лучше. Второй ребенок в семье представляет угрозу для первого. Пытаясь приспособиться к этой ситуации, первенец может или сдать свои позиции, или пытаться сохранить по крайней мере, большинство из них. Для второго ребенка это так же важно, как и для первого. Второго ребенка обычно не радуют успехи первого, и он постарается быть лучшим или совсем уступит. Последовательность рождения в семье всецело зависит от того, как каждый ребенок интерпретирует свое место и какое заключение он выносит из этого.

Каждая семья будет иметь единственную в своем роде констелляцию, согласно этим интерпретациям. Они же будут влиять на сознание ребенка всю его жизнь. Поскольку большинство семей приветствуют дух конкуренции, соревнование между первым и вторым ребенком обычно очень интенсивно, тем самым поощряется выбор противополож-

ных направлений развития для каждого ребенка. Это особенно заметно, когда родители одного ребенка ставят в пример другому, ошибочно полагая тем самым поощрить каждого на бóльшие достижения. К сожалению, родители достигают обратного: один из детей уступает место более успешному собрату, а сам, менее успешный, придерживается противоположной линии поведения. Как бы там ни было, один ребенок достигает цели, другой считает пространство завоеванным и ищет абсолютно другие подходы.

Позвольте нам проиллюстрировать кульминационные моменты развития семейной констелляции.

Мистер и миссис А. активны, динамичны, эрудированны, оба имеют высшее образование и высокие жизненные стандарты. Когда у них родилась дочь Сара, они были просто счастливы и, естественно, ожидали от нее «великих свершений». Каждый этап ее развития принимался с восхищением и поощрением. Сара начала ходить в девять с половиной месяцев, проблема с туалетом была решена к двенадцати месяцам, и миссис А. была несказанно горда за свою дочь. Оба родителя трепетали и восторгались своим великолепным ребенком. Сара ощущала одобрение родителей и старалась постоянно радовать их. Когда ей исполнилось четырнадцать месяцев, родился ее братик Пол. С самого рождения он был болезненным ребенком в отличие от Сары. Он плохо набирал вес, и зубы у него пошли значительно позже, чем у Сары. Мистер А. хотел видеть сына крепким, здоровым и «мужественным». Он очень беспокоился и дрожал над Полом. Тем временем Сара изучала ситуацию. Пока Пол подрастал, она замечала, что может делать все лучше его. И все же младший брат представлял угрозу. Как ей удержать свою позицию «номер один» в семье? Естественно, Сара не думала именно так, она резюмировала ситуацию и реагировала на уровне бессознательного восприятия. Она чувствовала, что отец разочарован таким болезненным сыном, и извлекала выгоду из этого, усиливая свои достижения. Но всякие успехи Пола тревожили Сару. Она опять должна показать новое умение, тем самым сохраняя и укрепляя свою первую позицию. Со временем Сара все более и более удовлетворяла родительские ожидания и была впереди Пола. У нее развилось

ошибочное убеждение, что она всегда должна быть первой и лучшей. Сара так же открыла пути, как она может мешать и препятствовать Полу. Она занижала все, что он делал.

Тем временем осознание Полом его внутреннего и внешнего миров возросло. Он начал понимать, что родительские стандарты слишком высоки для него и он не дотягивает до них. Он также видел, что его сестра умнее и ловчее его. Он испробовал много вещей, которые показали его неуспешность. Пол пал духом и сдался. Он постепенно развил ошибочное убеждение, что шансов у него мало. Когда мать или отец говорили ему: «Сара в твоём возрасте уже могла делать это! Почему ты не можешь?», волна отчаяния подступала к горлу, и он ощущал что-то вроде ненависти к Саре. Вместо желания оспаривать позицию сестры, добиваться большего, он принимал эти комментарии как лишнее доказательство своего убеждения: у него нет шансов.

С точки зрения развития межличностных отношений в данной семье мы видим, что Пол не представлял большую угрозу для Сары. Она решила эту проблему, удвоив свои усилия к достижениям. Внешняя реакция на рождение у Пола была иная, чем у Сары; и хотя Пол имел тех же родителей с теми же жизненными стандартами, он также имел и старшую сестру, которая уже жила с ними. Поставленный в невыгодное положение своим слабым здоровьем, Пол оценил ситуацию как непреодолимую и пал духом. Затем он пришел к заключению, что шансов достичь многого не имеет. Как мог он найти свое место? Да, его родители проявили массу заботы к недостатку его способностей, они были очень заняты им: торопили, принуждали, увещевали. Его ответ родительскому нетерпению — неудавшиеся попытки и слезы. Мать и отец жалели его, тем самым Пол получал массу внимания.

Когда Саре было три года и три месяца, родилась Кэти. Сара осознала тот факт, что в семье появилась другая девочка, и с ней предстоит состязание. Сара уже много знала о жизни, и она, совершенно сознательно, увидела, как беспомощен этот младенец. Сара активно помогала маме с беспомощным созданием. Но как только Кэти подросла и стала развивать свои умения, Сара забеспокоилась. Сейчас семейная конstellация изменилась. Сара имела брата и сестру, любое достижение со

стороны кого-либо из двоих ставило под угрозу ее позицию. Когда младшие получали одобрения со стороны родителей, Сара негодовала. Родители упрекали ее за эту необоснованную ревность. Сара стала искусно лицемерить.

Для Пола Кэти была еще одной умной девочкой, которая добавила еще больше беспомощности к его позиции. Его главная отличительная особенность как представителя другого пола мало помогала. Пол был сейчас средним ребенком, но, к сожалению, он не был ни умной девочкой, ни мужественным мальчиком. Он легко обижался, расстраивался и плакал. Все упрекали его, что он такой слабак. Он падал духом все больше и делал совсем вялые попытки чего-либо достичь в этой жизни. Он больше играл с Кэти, чем с Сарой, но раболепствовал перед старшей сестрой и позволял ей быть «боссом».

Кэти была милой и очаровательной девочкой и стала центром внимания с младенчества. Вся семья обслуживала ее. С ростом осознания внешней среды обитания Кэти поняла родительские стандарты достижений и оценила главенствующую позицию Сары и малорезультативную позицию Пола. Но самое главное, она увидела, что ее сестра становится сердитой и капризной, если родители обращают внимание на других детей, а брат обижается и плачет по всякому поводу; к тому же Сара и Пол много бранятся.

Когда Кэти исполнилось два года, она осознала, что может быть счастливым, довольным, «хорошим ребенком» семьи. Итак, она нашла свое место.

Когда Саре уже было шесть с половиной лет, и она с важностью собиралась идти в школу и стать главной помощницей мамы, родилась Джейн. Для Сары это уже не было серьезной угрозой, так как она имела довольно сильную позицию в семье. И самым заветным желанием Сары было иметь в семье лишь этого одного ребенка. Мама часто просила Сару помочь ей с новорожденной, и Сара с радостью делала все необходимое. Но когда пришло время научить младшую сестру завязывать шнурки, Сара сделала это с неохотой, насмехаясь и показывая Джейн, как она глупа. Пол игнорировал Джейн. Еще одна девчонка! Одно и то же. Пол казался полусонным, и мама упрекала его за это. Кэти играла сама, показывая большую изобретательность. Она была спокойной девочкой и редко спорила с кем-либо.

Она особенно не выделялась и никого не беспокоила. Джейн оставалась младенцем, требуя массу внимания от каждого члена семьи.

Итак, когда Джейн исполнилось три, данная семейная констелляция включала: энергичных родителей с высокими жизненными стандартами достижений; Сару, девяти с половиной лет, умную, активную девочку, прекрасную ученицу, имеющую убеждение в своей значимости при условии, если она будет занимать первые позиции в жизни и превосходить всех; Пола, восьми с половиной лет, слабого, медлительного, неуверенного мальчика, убежденного в своей роли «плачущего ребенка» и вызывающего чувство жалости у других; Кэти, шести лет, в середине (не старшая и не младшая дочь), счастливую, довольную, «хорошую» девочку, приятную и угодную всем, беззаботную по поводу достижений; и Джейн, трех лет, милого, но глупого «ребенка». Каждый из них имел свое место, роль и ощущение, как он может пройти свой жизненный путь.

Не нужно и говорить, что другие семьи с четырьмя детьми будут развиваться по своим моделям. Наша иллюстрация показывает лишь одну такую семью. Первый ребенок может сдать свои позиции, а второй преуспеть. Например, первый ребенок может быть девочкой, вполне обыкновенной, а второй ребенок будет очень милым и успешным и затмит свою старшую сестру. Как развивается семейная констелляция, зависит от интерпретации каждым ребенком жизненной ситуации и его шансов выхода из нее. Рассмотренная выше семья могла иметь совсем другую констелляцию. Если бы Сара нашла, что родительские стандарты достижений слишком высоки, а появившийся брат представляет слишком большую угрозу для нее, она могла бы ограничить свое поле достижений или отступить. Затем Пол мог бы осознать, что путь к достижениям свободен, и он был бы первым учеником в школе в качестве компенсации недостатка здоровья. Кэти могла бы решить стать полным озорства «сорванцом», «маленьким бесенком» в семье. Это могло бы привести Джейн к «хорошей» роли в семье.

Каждый член семьи в семейной констелляции ведет себя в соответствии с занимаемой позицией. В то же время

его позиция имеет неуловимое влияние на поведение всех. Поступки детей представляют взаимные проблемы по их решениям для каждого члена семьи. Эти решения зависят от интерпретации каждым ребенком своих собственных позиций и значения для него позиций других детей. Если интерпретация ошибочна, а так часто бывает, легко можно увидеть дефектное направление развития ребенка. Если родители замечают эти ошибочные установки (к сожалению, большинство родителей мало что понимают в поведении своего ребенка), то они могут направить его в более верное русло. Методика, по которой они смогут сделать это, дается в этой книге.

Георгий, десяти лет, и Дэвид, восьми, получили задание от своей матери подстричь газон перед домом. Только после этого им разрешено идти на речку купаться. Дэвид старательно подстригал газон и закончил свою часть работы намного быстрее своего брата. «Мама, я очень старался и выполнил всю свою работу. Георгий же играет на улице и даже не сделал и половины». — «Да, дорогой, ты всегда на высоте», — ответила ему мама. «Пожалуйста, найди Георгия и скажи ему, что я хочу его видеть». Дэвид побежал искать брата. «Георгий, мама зовет тебя домой, и ты ответишь ей, почему не выполнил свою работу. Я уже давно все сделал...». Георгий, не дослушав брата, ударил его. Разгорелась драка. Когда мальчики вернулись домой, Дэвид бросился к матери весь в слезах и стал жаловаться на брата, который задал ему трепку ни за что. Мама устало выговаривала старшему сыну: «Ах, Георгий, почему всегда с тобой проблемы. Почему ты не сделал свою работу? Зачем ты обидел своего младшего брата? Вы должны любить друг друга, а не устраивать драки».

Такие неприятные отношения в семье начались сразу же после рождения Дэвида. Двухлетний Георгий резко изменил поведение и перестал слушаться. Он стал вызывающим, вредным и приносил одни беспокойства. Мама должна была постоянно контролировать его. Дэвид же был исключительно счастливым ребенком. Он быстро отзывался на малейшие проявления любви и привязанности. Снова и снова мама

убеждалась, как же он хорош. Она смутно догадывалась, что Георгий завидует брату, но она не могла понять почему, так как одинаково много внимания уделяла обоим. Однако Георгий видел, как его младший брат Дэвид узурпировал его место в семье. Для мамы младший сын занял исключительную позицию, а Георгий, вместо того чтобы развивать свои способности и поразить маму, стал вести себя плохо, стараясь хоть этим привлечь ее внимание. В свою очередь Дэвид бессознательно старается заставить Георгия вести себя плохо, провоцируя его на ссоры и драки, тем самым показывая старшего брата в плохом свете и укрепляя свою позицию «хорошего» ребенка. Георгий охотно готов сражаться с Дэвидом, чтобы свергнуть его с престола. Оба брата своим поведением держат родителей в постоянном напряжении. Каждый действует согласно своей позиции, стараясь удержать равновесие. Естественно, все это происходит бессознательно, и дети не понимают своих ошибочных толкований позиций и ролей, укрепляющих вражду между ними.

В семье из трех детей второй ребенок, совсем недавно имевший отличное положение, будучи младенцем, свергнут с престола, и сейчас оказывается в середине. Его позиция чрезвычайно сложна. Первый и третий часто вступают в альянс против их общего врага, и второй оказывается между двумя жерновами. Средний ребенок внезапно осознает, что он не имеет ни преимуществ, как старший в семье, ни привилегий, как младший. У него есть все основания чувствовать себя обиженным и оскорбленным. Он приходит к убеждению, что жизнь несправедлива к нему. Это дает ему повод быть вызывающим, чтобы тем самым подкрепить свой ошибочный вывод. Если ему не помочь в изменении этой ошибочной установки, то, вероятнее всего, он пронесет через всю свою жизнь убеждение в несправедливости людей и в том, что он не имеет шанса в жизни. Конечно же, средний ребенок может быть и самым счастливым среди двух других, так как позиция среднего прививает ему особый интерес к справедливости. В семье, где мать с высокими жизненными стандартами, ее дочь, если она средний ребенок между двумя мальчиками, может подражать матери и быть столь же совершенной. Она может

развить и использовать свою женственность, отличительную особенность от братьев, и в семье, и в жизни. Но если в семье культивируется идеал мужественности, то средняя девочка могла бы конкурировать со своими братьями и стать «сорванцом», даже затмевая кого-либо из них. Равно, когда в семье с одними девочками родители разочарованы, потому что они не имеют сына, одна из дочерей может постараться найти благосклонность родителей через мальчишеское поведение. Средний мальчик среди девочек может показать нам обратную картину. Если он сможет затмить сестер, будучи «реальным» мальчиком, он имеет определенные преимущества даже в середине. Хотя если мать в семье доминирующая фигура и средний мальчик чувствует ее презрение к бездейственному отцу, он может оказаться в чрезвычайно сложной ситуации. Он может уступить свои позиции и прийти к заключению о том, что мужчины вообще не имеют большого значения. С другой стороны, он может образовать альянс со своей матерью против отца и стать мужественным или заключить союз с отцом против всесильной матери и победить ее. Его развитие будет зависеть от тех интерпретаций и бессознательных решений, которые он сделает в данной ситуации.

В семье из четырех детей второй и четвертый часто формируют альянс. Мы можем распознать это, если оба ребенка имеют одинаковые интересы, поведение и персональные характеристики. Соревнование между детьми происходит из-за основных различий в их интересах и качествах. Нет общих правил, по которым будут заключаться те или иные союзы среди детей или возникать соревнования. Хотя это очень важно для общей картины семьи. Какая-либо общая черта, присущая всем детям одной семьи, выражает общую семейную атмосферу; индивидуальные же различия есть результат их позиций (ролей) в семейной конstellации.

Единственный мальчик среди девочек, не воспринимающих его позицию, может найти свой пол или преимуществом, или недостатком, в зависимости от семейных ценностей по отношению к мужской роли и его собственной оценки своей способности осознать эти ценности. То же самое можно сказать о единственной девочке среди

мальчиков. Слабый, болезненный ребенок среди крепких и здоровых детей может признать роль инвалида выгодной, если семья жалеет его. Но если крепкое здоровье является одним из стандартов семьи, а слабость презирается, то ребенок обнаруживает перед собой серьезное препятствие. У него есть выбор: отступить и жить оскорбленным, жалея себя; или преодолеть болезнь и сравняться с другими детьми, возможно, даже превзойти их в активности. В любом случае тот или иной выбор будет представлять трудности. Если, например, благоприятный семейный климат и его старания помогут ему занять место среди здоровых детей, то при малейшей уступке он будет презираем. Он может искать свой статус через особый вид стараний и стать спортсменом.

Если ребенок рожден после смерти первого ребенка, он имеет двойственную позицию. По счету он второй ребенок, имеющий перед собой первенца-призрака, но на позиции первого ребенка. К тому же он окружен родителями, которые после горькой утраты будут более чем осторожными и заботливыми. Он может поддерживать эту душную атмосферу или пытаться бунтовать и стремиться к независимости.

Младенец в семье имеет исключительную позицию. Он вскоре поймет, что благодаря своей беспомощности имеет много слуг. Если родители не увидят этого, то он сможет легко утвердиться в таком привилегированном положении и заставит всех членов семьи прислуживать ему. Несложная роль «беспомощной маленькой деточки», которая умеет только получать и ничего не делать, достаточно опасна.

Единственный в семье ребенок сталкивается с чрезвычайно тяжелой ситуацией. Он один во взрослом мире — карлик, окруженный великанами. Он не имеет ни брата, ни сестры, с которыми бы смог установить отношения своего возрастного уровня. Его целью может стать доставить удовольствие взрослым и манипулировать ими. Он может проявлять преждевременное развитие, высказывая недетские точки зрения, и всегда на цыпочках, стараясь сравняться со взрослыми; или застрять на стадии вечного ребенка, всегда подчиненного другим. Его отношения с детьми часто напряженные и неуверенные. Он плохо понимает их, а они

обзывают его «маменькиным сыночком». Ему трудно развить чувство принадлежности к детям, если он не имеет большого опыта общения с ними.

Нет «идеального» размера семьи. Не имеет значения, как много детей в семье, специфические проблемы есть всегда. Они различны из-за различной констелляции и интерпретации каждым членом семьи своего места. Размер семьи не имеет особого значения, есть постоянный поток влияний и давлений друг на друга. Один единственный фактор не сможет повлиять на развитие ребенка. В семье влияет все. Каждый активен в отстаивании своей собственной позиции, как показано в случае с Георгием и Дэвидом. Георгий видел ситуацию так: его младший брат Дэвид узурпировал все пространство материнской любви и внимания. Стать «хорошим» было бесполезно, так как эту роль уже играл Дэвид, значит, его плохое поведение поможет ему выделиться и привлечь хоть таким образом материнское внимание! Георгий предпочел быть лучше наказанным, чем проигнорированным. Так он ошибочно видел свою позицию в семье. Это может показаться парадоксальным, но Георгий действительно желает быть «плохим», так как это служит цели утверждения его места в семье: «Я плохой, и они ничего не могут поделать со мной. В этом моя сила». Естественно, Георгий не думает именно так, но это то, во что он верит. Георгий выбрал плохое поведение для того, чтобы привлечь внимание матери. Он очень несчастлив. Столкнувшись с препятствием, которое он посчитал для себя непреодолимым, Георгий пал духом и нашел решение в деструктивном поведении. К сожалению, Георгий не увидел другого пути для удержания своей первой позиции после рождения Дэвида. Он не осознал того, что имел явные преимущества в роли старшего брата перед беспомощным младенцем. Мама постоянно реагировала на плохое поведение Георгия, тем самым поощряя это. Когда отец бранил его, то обычно повторял: «Почему ты не можешь быть таким, как твой брат?» Георгий имел еще одно доказательство, что он привлекает особое внимание родителей, будучи «плохим», в противовес своему «хорошему» брату. Дэвид вырос и становился еще «лучше», тем самым оказывая еще большее

давление на Георгия, что побуждало его к большему непослушанию. Дэвид держал свою первую позицию, будучи «хорошим», провоцируя Георгия быть «плохим». Родители мальчиков подливали масло в огонь, постоянно ругая «плохого» сына и превознося «хорошего», это не могло не настраивать детей друг против друга. Как мы видим, сложившиеся отношения были сложными и запутанными.

Таким образом, из вышесказанного мы делаем вывод, что существует бесконечное разнообразие ответов, почему ребенок выбирает тот или иной аспект из своей внешней среды обитания. Родителям очень сложно понять, что происходит с их ребенком. Теперь же, имея информацию о существовании семейной констелляции, родителям будет намного проще разобраться в таинственном поведении детей. Сочувствующее наблюдение за ребенком приносит нам удивительное понимание его состояния.

Реакция ребенка

Много сказано и написано о «формировании детского характера», как если бы ребенок был куском глины, а мы придаем ему форму социально приемлемого человеческого создания. Это чрезвычайно ошибочное заблуждение. Быстрее, чем мы сможем осознать, дети формируют и отливают себя сами, а заодно и нас, своих родителей, и свое окружение. Ребенок — активное и динамичное существо. Он заинтересован в установлении отношений с каждым в своем окружении. Всякое установленное отношение уникально и всецело зависит от усилий обоих партнеров. Эти отношения развиваются через взаимодействия: взрослый и взрослый, ребенок и ребенок, взрослый и ребенок. Составные части этого межличностного общения могут быть изменены их участниками, что ведет к изменению всех отношений. Дети устанавливают контакты, используя творческий потенциал и изобретательность, чтобы найти свое место. Ребенок будет пробовать то или иное, и если что-либо приблизит его к намеченной цели, он сохраняет это как метод поиска

своей тождественности. Ребенок может открыть, что те же самые техники не действуют на других людей. В таком случае он имеет два пути. Либо он отступает и отказывается от сотрудничества; либо использует новую технику и развивает новые отношения.

Девятилетний Кейт был единственным ребенком в семье. Дома это был приятный и послушный мальчик. Кейт помогал своей маме и очень редко огорчал своих родителей. Он был тихим, вежливым, исполнительным мальчиком, содержал свою комнату в полном порядке и всегда складывал свои игрушки. Однако в школе у него были проблемы. Его учительница жаловалась, что Кейт на уроках «летает в облаках». Он никогда не нарушал порядок в классе, но на уроках он мечтал и ничего не делал. Учительница постоянно тормозила его. Друзей в школе у него не было. Кейт не играл с одноклассниками, да он и сам отказывался от этих игр.

Дома Кейт имел исключительную особенность быть единственным ребенком во взрослом мире, где он нашел свое место, угождая окружающим его взрослым. В школе, окруженный детьми, мальчик игнорировал их и держал дистанцию, дети дразнили его за это. Его первые попытки угодить учительнице своей работой в классе провалились. Кейт был очень разочарован. Учительница не считала его исключительным и не выделяла среди других детей. Он не умел играть с детьми и сотрудничать с ними. Он не мог произвести впечатление на своих одноклассников своими способностями и хорошими манерами. Он стал избегать любых попыток установления новых отношений и постепенно ушел в мечтания.

Дети могут устанавливать различные отношения с матерью и отцом.

Пятилетняя Марго и семилетний Джими своим постоянным озорством сводили мать с ума. Что одному не могло даже прийти в голову, другой уже делал это. Всякий раз, когда они хотели что-нибудь, они начинали скулить, а потом кричать

и свирепствовать, если не получали желаемого. Хотя при отце они вели себя прекрасно. Один лишь его взгляд, и они выполняли все поручения. Отец с трудом верил рассказам матери о жутком поведении их детей.

Дети знали, что мама все равно уступит их требованиям и лишь побранит за плохое поведение. Другое дело отец. Он был в меру серьезен и строг, и с ним дети знали свои лимиты поведения. С мамой же никаких ограничений.

Какая бы трудная ситуация не возникала с тем или иным персонажем семьи, она может быть решена совместными усилиями, и воцарится долгожданная семейная гармония. Не существует идеальных отношений, более того, мы постоянно работаем над улучшением наших межличностных отношений. Если родители понимают, какое давление оказывают дети на среднего ребенка, они имеют ключ к разгадке его поведения, а также помогут ему отыскать свое место в семье через взаимовыгодное сотрудничество. Знание о том, что первый ребенок растерян после рождения второго ребенка и переживает о потере своей привилегированной позиции, позволит родителям еще более поощрять и ободрять своего первенца, укрепляя его уверенность в собственной значимости. Когда родители знают, что младший ребенок семьи может воспользоваться своей беспомощностью и развить великие способности по обслуживанию себя всеми членами семьи, они помогут ему осознать, что он не так уж слаб и сможет достигнуть многого сам, а не находить удовольствие в том, что делают за него другие.

Интерпретация ребенком своей позиции в семейной констелляции и его последующая реакция имеют массу вариантов, как безграничное человеческое творчество. Понимающие и любящие родители смогут изучить ситуацию и спросить самих себя: «О чем сию минуту думает мой ребенок и как он воспринимает эту ситуацию?» Мы, взрослые, часто склонны подавить ребенка своим авторитетом и не заметить его *личной логики*, которая точно объясняет поведение ребенка.

Третий внешний фактор, оказывающий влияние на ребенка, — *преобладающие методы воспитания*. Так как мы

приступаем к обсуждению эффективных методов воспитания, важность рассмотренных выше факторов будет нам более понятна по ходу книги.

На данный момент мы должны остановиться и оглянуться назад, спросив себя: всегда ли мы хорошо выглядим в глазах наших детей? Как ребенок справляется со своим внутренним миром? Какие компенсации и даже сверхкомпенсации он выстраивает? Какие выводы он делает из своих наблюдений? Каково его место в семейной констелляции, и что это означает для него? На все эти вопросы мы найдем ответы при дальнейшем обсуждении методов воспитания.

3

глава

Поддерживайте ребенка

Одобрение и поощрение ребенка более важны, чем любые другие аспекты воспитания. Недостаток этого может считаться основной причиной плохого поведения детей. *Проблемный ребенок — это мало поощряемый ребенок.* Каждый ребенок нуждается в постоянном одобрении и поощрении, как растущее деревце в поливке. Он не может расти, развиваться и приобретать чувство принадлежности без моральной поддержки окружающих. К сожалению, используемые сегодня техники воспитания представляют собой серию обескураживающих опытов над ребенком. Для малыша взрослые кажутся очень большими, необычайно умными и сказочно одаренными. И только врожденная смелость позволяет ребенку не сдаться, а развивать свои способности. Какая замечательная вещь эта детская храбрость! Представьте себя на минуточку в окружении великанов, для которых нет ничего невозможного, могли бы вы также хорошо справляться со своими обязанностями, как ваши дети? Дети реагируют на различные затруднения громадным желанием приобрести новые умения и преодолеть глубокое чувство собственной незначительности. Они очень хотят стать интегрированной частью своей семьи. Однако на пути приобретения признанной по-

зиции их часто ждут глубокие разочарования. И, к сожалению, традиционные методы воспитания содействуют именно этому.

Пени, четырех лет, внимательно наблюдала, как мама разбирала сумку с продуктами. Когда она стала выкладывать яйца в холодильник, Пени протянула руку за яйцом, чтобы помочь маме. «Не надо, Пени!» — закричала мама. «Ты разобьешь его. Я лучше это сделаю сама. Ты еще маленькая».

Сама того не подозревая, мама Пени выплеснула на девочку порцию неодобрения и обескураженности. Она убеждена, что дочь еще слишком мала. Повлияло ли это на самооценку девочки, как вы думаете? Кстати, знаете ли вы, что далее двухлетний ребенок может прекрасно справляться с такой работой? Мы наблюдали, как такой малыш с полным благоговением брал по одному яйцу и аккуратно ставил в ячейку холодильника. И как он был горд после успешно завершенной работы! И как счастлива была его мама за новое достижение сына!

Трехлетний Пол одевался на прогулку. «Подойди сюда! Давай я тебе помогу, ты такой медлительный».

Мать Пола продемонстрировала сыну свои способности делать все быстро и хорошо, тем самым заставив его почувствовать свою беспомощность.

Расстроенный, он уступил и позволил маме одеть его.

В тысячах случаев своими действиями и даже тоном голоса мы показываем ребенку, как он глуп, неумел и вообще неполноценен. И ощущая все это, ребенок все-таки ищет свое место и хочет многого достичь!

Вместо того, чтобы позволить нашим детям пробовать свое умение сотни раз в различных ситуациях, мы ставим их постоянно перед лицом наших предубеждений и сомнений в их способностях. Затем оправдываем их и устанавливаем правила поведения для различных возрастных уровней, на которые дети могут положиться и использовать в жизненных ситуациях. Когда двухлетний ребенок хочет

помочь убрать со стола посуду, мы быстро выхватываем у него из рук тарелку, вскрикивая: «Нет, дорогой, ты разобьешь!» Спасая тарелку, мы разбиваем уверенность ребенка в свои собственные силы. (Не думали ли вы, что пластмассовая посуда придумана для маленьких усердных ручек, всюду снующих?). Нами пресекаются всякие детские попытки испытать себя. Мы зависаем над ними — большие, умные, способные и умелые. Ребенок надел ботинок не на ту ногу: «Ты неправильно надел ботинок!» При первой попытке есть самому ребенок запачкался сам и испачкал все вокруг себя. «Что ты наделал!» — кричим мы и выхватываем у него ложку. Мы постоянно показываем ему, какой он неумелый и какие совершенные мы сами. Более того, мы раздражаемся, когда ребенок, после того как у него забрали ложку, не хочет открывать рот! Мало-помалу мы отбиваем у нашего ребенка всякое желание быть полезным своей семье.

Мы должны осознать, что в основном наши действия направлены на торможение детей. Прежде всего, мы относимся к ним, как к слабым и подчиненным, а это не создает ауру уверенности. Мы не верим, что ребенок уже готов к действию. Мы полагаем, что когда он повзрослеет, то будет способен на многое, а сейчас он еще слишком мал.

Когда ребенок делает ошибку или терпит неудачу в достижении поставленной цели, мы должны избегать неодобрительных слов и действий, типа: «Это слишком сложно и рано для тебя», «Ты не сможешь решить это сейчас». Мы должны *отделить действие от деятеля*. Мы должны осознать, что каждая «неудача» означает лишь нехватку умения и опыта и ни в коем случае не связана с личностными характеристиками человека. Храбрость означает возможность делать ошибки и сносить неудачи без чувства самоуничтожения. «Смелость быть несовершенным» одинаково необходима и детям, и взрослым. Не понимая этого, мы обречены на чувство неуверенности в себе.

Избегая неодобрения, унижения и сверхзащиты своего ребенка, мы тем самым выполняем половину работы для того, чтобы он не потерялся в этой жизни. Любое наше действие, лишаящее ребенка веры в себя, направлено на развитие чувства неуверенности. Другая половина нашей ра-

боты заключается в умении одобрить и поощрить ребенка, тем самым мы поддерживаем смелое и уверенное развитие его личности. Этому же способствует прилежная учеба и развитие мышления. Мы должны постоянно оценивать результаты нашей воспитательной программы и спрашивать себя: «Как тот или иной метод поможет моему ребенку развиться в достойную личность?»

Поведение ребенка показывает его самооценку. Ребенок, сомневающийся в своих собственных способностях и значимости, будет демонстрировать это через свои недостатки. Он больше не ищет полезную позицию соучастия и сотрудничества. Его обескураженность выражается беспомощностью и провокационным поведением. Убежденный в том, что он не умеет сотрудничать и тем самым бесполезен, он делает вывод, что, по крайней мере, своим плохим поведением привлечет внимание к себе. Быть отшлепанным для него лучше, чем быть игнорированным. Более того, считаться «плохим мальчиком» становится для него чем-то особенным. Такой ребенок убежден, что он не сможет занять достойное место в семье через конструктивное поведение.

Поощрение необходимо рассматривать как непрерывный процесс, направленный на привитие ребенку чувств самоуважения и самозначимости.

Барбара сердилась и бушевала, когда ее оставляли одну. Ее маму поражали такие сильные вспышки гнева семимесячной крохи. Девочка изгибалась дугой, брыкалась, пронзительно кричала и багровела. С самого рождения Барбара была под присмотром родных. Мама не спускала ее с рук. Если же она была занята, то старшие дети присматривали за малышкой. Засыпала Барбара на руках у мамы, и только тогда ее укладывали в кроватку. Когда же она просыпалась, то мама уже была рядом. Барбара приветствовала ее милой улыбкой. Мама была уверена, что Барбара счастливый ребенок.

В столь раннем возрасте Барбара уже демонстрирует неуверенность. Она чувствует себя хорошо лишь тогда, когда окружена вниманием и заботой, и теряется, когда остается

одна. Она способна соучаствовать, если только становится центром внимания.

Кто-то может задать вопрос: «Но как младенец вообще может в чем-либо участвовать?»

Первое требование для каждого человеческого существа стать самодостаточным. Ребенок учится заботиться о себе, и этот процесс начинается с самого его рождения. Барбара должна научиться развлекать себя сама и быть независимой от постоянного внимания окружающих. Мама самозабвенно любила Барбару и хотела видеть ее счастливым ребенком. Она окружила девочку чрезмерным вниманием и заботой. Барбара быстро осознала, что ее капризы приносят результаты. Мама делала все, чтобы предупредить плач дочурки. Материнские усилия поощряли Барбару чувствовать себя счастливым ребенком, и именно в этом Барбара осознала свое существование самодостаточным. Вспышки гнева прекратятся, когда мама позволит Барбаре плакать. Не развлекать всем семейством Барбару, а позволить ей оставаться одной с игрушками. Это могло бы стать ее поощрением. Каждый день было бы целесообразно выделить час-другой, когда Барбара будет предоставлена сама себе. Возможно, лучшее время для этого — полдень, когда старшие дети в школе, а мама занята домашними делами. Конечно же, не легко игнорировать плачущего ребенка. Мама Барбары усилит свою волю, если осознает, что любовь к ребенку означает развитие его лучших качеств. Для «хорошей» матери вовсе не обязательно исполнять все требования ребенка. Ребенок, чувствующий себя прекрасно, лишь когда он в центре внимания, на самом деле несчастлив. Подлинное счастье не зависит от внимания других, а возникает как результат самодостаточности. Младенец в семье особенно нуждается в этих знаниях, чтобы занять свою достойную позицию в семье.

Бэти, трех лет, хотела помочь маме накрыть стол к обеду. Она взяла бутылку с молоком, собираясь разлить молоко по стаканам. Мама забрала бутылку и сказала очень нежно: «Нет, дорогая, ты еще слишком мала. Я сама. Ты можешь разложить салфетки». Бэти гневно посмотрела на маму, повернулась и вышла из комнаты.

Смелые от природы, дети экспериментируют со многими вещами и усердно копируют взрослых. Предположим, Бэти пролила молоко. Готовы ли вы согласиться, что потеря молока менее важна, чем потеря уверенности? Бэти смело вызвалась помочь маме. Мама должна была поддержать и поощрить усилие девочки, тем самым показав свою веру в дочь. Даже если бы Бэти пролила молоко, мама немедленно должна ободрить ее. Мама признает смелость дочери, вытирает пролитое молоко и спокойно говорит: «Давай еще раз. Бэти, ты сможешь сделать это!»

Стэн, пяти лет, тихо играл в песочнице рядом со своим домом. Он сосредоточенно пересыпал песок с одной ладошки в другую. Его мама сидела рядом на скамейке. Стэн обратился к ней: «Могу ли я немного покататься?» — «Если ты хочешь, пожалуйста», — ответила она. «Дай мне свою руку, и я помогу тебе вылезти из песочницы». Мальчик с помощью мамы вылез из песочницы. «Мы должны быть осторожными и держаться от качелей на расстоянии, чтобы они не ударили нас», — объясняла мама сыну по пути к качелям. «Могу ли я сам покачаться?» — спросил Стэн. «Ты можешь упасть. Я сама тебя покачаю. Сперва хорошенько тебя привяжем», — ответила мама. Стэн тихо сидел, крепко держась за перила, пока его мама раскачивала. Вскоре он устал кататься и соскользнул с сидения. «Будь осторожен, дорогой», — забеспокоилась мама, взяв его за руку. «Ты же не хочешь, чтобы тебя ударили другие качели?» Когда они проходили мимо брусьев, Стэн остановился и засмотрелся, как другие дети весело вращались и кувыркались. «Могу ли я тоже сделать это, мама?» — «Нет, Стэн. Это очень опасно. Пойдем лучше на горку. Будь очень осторожен, поднимаясь вверх. Ты же не хочешь упасть? А я буду ждать тебя внизу». Стэн медленно и осторожно поднимался по ступенькам. Затем он мало-помалу стал спускаться вниз, крепко держась за края горки. Слабая улыбка появилась на его губах. «Подожди, не спеши. Пусть другие дети отойдут, а то они могут ударить тебя. А вот теперь можешь спускаться». После еще двух-трех раз Стэн сказал маме, что устал и хочет домой. Он взял маму за руку, и они медленно пошли домой. За все время утренней прогулки Стэн ни разу не крикнул, не

засмеялся и не прыгнул. Вряд ли можно сказать, что он хорошо провел время.

Мама Стэна отбивает всякое желание у сына пробовать что-либо новое. Ее страх, что Стэн может пораниться, мешает мальчику и сковывает его. Он не может быть таким же активным ребенком, как его сверстники. Без предварительного материнского разрешения он не может сделать ни единого движения. Когда же все-таки ему что-то позволено, он делает это без особого вдохновения и воодушевления, и никакой радости это уже не приносит. Его апатия и сосредоточенность являются сигналами упадка духа. Жизнь состоит из ударов и шишек. И дети должны научиться принимать их на своем жизненном пути. *Разбитое колено быстро заживет, но разбитое чувство уверенности в себе может остаться на всю жизнь.* Мать Стэна должна понять, что ее усилия защитить сына от боли на самом деле показывают ему, как он беспомощен, и тем самым увеличивают его страх перед опасностью. Пятилетний мальчик вполне способен позаботиться о себе сам на детской площадке под присмотром родителей. И он определенно может сам покататься на качелях и покувыркаться на детских брусках. Мальчик приобретает уверенность в своих способностях избежать опасности перед раскачивающимися качелями и удержать себя на брусках. И почему ребенок не должен ощутить приятного трепета и свиста, несясь вниз с горки?

Дома дети нуждаются в спортивной комнате, где они могут заниматься и пробовать свои способности справиться с опасными ситуациями. Но также наши дети не должны стать слишком легкомысленными, они могут оставаться и в стороне, если ситуация опасна.

Восьмилетняя Сюзан и десятилетняя Эдит вернулись из школы. Сюзан быстро побежала к себе в комнату, а Эдит подбежала к маме: «Смотри, мама, я получила одни пятерки». Мама посмотрела дневник Эдит и похвалила дочь за хорошие отметки. «А где Сюзан? — спросила мама. — Я хочу видеть ее дневник». Эдит пожала плечами: «У нее нет хороших отметок, как у меня. Она же глупая». В это время Сюзан вышла из своей комнаты,

собираясь пойти погулять. Мама окликнула ее: «Где твой дневник, Сюзан?» «В моей комнате», — тихо ответила девочка. «Что ты получила?» Сюзан молчала. «Я полагаю, ты опять принесла плохие отметки, не так ли? Принеси немедленно свой дневник, я хочу посмотреть». В дневнике Сюзан было пара троек и одна четверка. «Мне стыдно за тебя, Сюзан, — мама взорвалась. — Никаких оправданий я не нахожу для тебя. Эдит приносит одни пятерки. Почему ты не берешь пример со своей сестры? Ты ленива и невнимательна. Ты позор для нашей семьи. Немедленно возвращайся в свою комнату и учи уроки!»

Плохие отметки Сюзан имеют свое обоснование. Сюзан, второй ребенок в семье, не чувствует себя способной достичь установленных высоких семейных стандартов, с которыми так легко справляется ее «разумная» старшая сестра. К тому же и мама усиливала чувство неуверенности у Сюзан. Во-первых, даже еще не видя дневника своей младшей дочери, мама не ожидает ничего хорошего от Сюзан. Материнское недоверие позволило Сюзан сдаться и считать себя неудачницей. Во-вторых, мама говорит, как ей стыдно за свою нерадивую дочь. Сюзан видит себя недостойной родительской любви. В-третьих, мама хвалит за хорошие отметки Эдит, и это дает основание для Сюзан думать о своей неполноценности. Мама постоянно ставит в пример старшую сестру. Такое сравнение вносит дисгармонию в отношения между девочками. Эдит на два года старше Сюзан, к тому же она во всем впереди нее. Сюзан смирилась с этим и даже не пытается догнать Эдит. Мама осуждает младшую дочь, называет ее ленивой и усиливает ее чувство неполноценности. Обескураженность девочки усиливается, когда мама клеймит ее «позором семьи». Сюзан знает, что Эдит считает ее глупой. Эдит хочет сохранить свое место умной дочери и уменьшить шансы своей сестры. Кульминацией данной ситуации является наказание Сюзан и запрет на прогулку.

Бытует мнение, что родители должны поощрять соревнование между детьми, таким образом стимулируя их к большим достижениям. В действительности же это лишь подчеркивает беспомощность ситуации для отстающего ребенка, а также создает опасность для успешного ребенка,

так как не во всех жизненных ситуациях он сможет быть впереди. Такой ребенок очень честолюбив и устанавливает невозможные цели для себя. Если он не сможет достичь их, то со временем также посчитает себя неудачником.

Мама девочек должна прекратить ставить старшую дочь на позицию образца для младшей. Такие сравнения пагубны. Сюзан может быть только сама собой, а не копией своей старшей сестры. Мама не доверяет Сюзан и не скрывает этого, и девочка демонстрирует ожидаемое. Только восстановленное чувство уверенности поможет девочке проявить свои способности. Для начала мама должна забыть о критике и попытаться увидеть и поддержать любое достижение Сюзан, сколь незначительно оно бы ни было.

Давайте повторим ту же самую ситуацию, но сделаем акцент на поддержке растерянного ребенка.

Сюзан и Эдит вернулись из школы. Сюзан быстро скрылась в своей комнате, а Эдит радостно подбежала к маме с дневником: «Смотри, мама, у меня одни пятерки!» Мама просмотрела дневник, подписала и сказала: «Хорошо. Вижу, учеба доставляет тебе удовольствие. Я очень рада». (Как вы можете заметить, мама сделала акцент на учебе, не на отметках. Она смягчила обильную похвалу и просто признала хорошую учебу дочери). Понимая, что Сюзан не хочет показывать свой дневник, мама дождалась момента, когда они были только вдвоем. «Ты разрешишь мне подписать твой дневник?» Сюзан с неохотой принесла дневник. Мама просмотрела его, подписала и сказала: «Я рада, что ты любишь чтение (единственная четверка). Это интересно, не так ли?» Она обняла Сюзан и спросила: «Не можешь ли ты мне помочь накрыть на стол?» Когда они вместе сервировали стол, Сюзан была несколько взволнованной. «У Эдит одни пятерки, а у меня лишь одна четверка и все тройки». — «Это не так важно, чтобы ты имела такие же отметки, как Эдит. Ты тоже можешь заинтересоваться другими предметами, а не только чтением. И ты увидишь, какая же ты способная ученица на самом деле!»

Конечно же, сразу нелегко представить себе поведение Сюзан после такой резкой смены настроения ее мамы. Во-

первых, Сюзан подумает, что мама притворяется, и не будет ей верить. Мама должна разорвать скрытое соглашение, существующее до теперешнего момента, по которому только одна Эдит способна получать хорошие отметки. Сюзан поверит в свои силы, и теперь всякое усилие с ее стороны не будет восприниматься бесполезным. Даже в теперешнем, неуверенном положении Сюзан все-таки получила положительную отметку по чтению. Это говорит о том, что она окончательно не сдалась. Когда мама замечает это и оценивает усилия младшей дочери, тем самым она дает Сюзан шанс переоценить свою позицию в семье и уменьшить напряжение от давящего соревнования между сестрами. Таким образом, мама воодушевляет младшую дочь на последующие усилия. Теперь Сюзан видит, что ее четверка по чтению имеет поощрение. Она осознает: «Если я заслуживаю одобрения (вместо осуждения), возможно, я способна на большие достижения (получить пятерку)». Поощрение ребенка зажигает робкое мерцание надежды в свои способности и поможет Сюзан добиваться большего.

Десятилетний Георгий был непоседлив и дома, и в школе. Он сразу начинал несколько проектов, но никогда ничего не заканчивал. Его успеваемость в школе была средней. В семье Георгий был первым ребенком, у него были еще два брата, восьми и трех лет. Георгий любил играть с младшим, но постоянно дрался со средним братом Джимом. Джим хорошо учился в школе и всегда завершал начатое, хотя его интересы не были столь разносторонними, как у Георгия. Однажды Георгий почти заканчивал мастерить подставки для книг. Мама знала, что мальчик никогда не завершает начатого, она решила подбодрить сына: «Как красиво! Ты делаешь прекрасные подставки». К ее крайнему удивлению, Георгий залился слезами, швырнул подставки на пол и закричал: «Они не прекрасные, они ужасные». И убежал из комнаты.

Мать Георгия от чистого сердца пыталась поддержать сына. Она искренне похвалила его, однако реакция Георгия была неожиданной: он не только не приободрился от ее похвалы, но, наоборот, расстроился. Почему? Заслуженная

похвала приятна, не так ли? Кстати, мы увидели хороший пример того, что нет заготовленных правил поощрения детей. Все зависит от детской реакции. Георгий очень честолюбив. Он установил для себя недостижимые цели. Похвала мамы разозлила его, он не поверил ей и не закончил свою работу. Он воспринял похвалу как насмешку. Георгий старался сделать подставки для книг без малейшего изъяна. Но для этого ему не хватило ни усилий, ни умений, которые приходят лишь с опытом. Он желает достичь совершенства, на меньшее он не согласен. Когда мама похвалила его, он понял, что его работа далека от ожидаемого идеала: «Даже она не видит, какой я неудачник». Вот причина его гнева.

Георгий очень нуждается в поддержке. Он видит себя абсолютным неудачником. Начиная один проект за другим, он создает видимость активности и деятельности. Не доведя ничего до конца, он защищается от неизбежного признания своего несовершенства. К тому же и успешный средний брат понижает его самооценку. Огромное честолюбие Георгия вызывает такую реакцию. Если он не может быть «впереди» брата, он никто. Это убеждение явно ошибочно. Задача становится еще более трудной, когда Георгий видит возможности быть первым. Но осознает, что он лишь неудачник. Никакие похвалы не дают Георгию реальной поддержки. Бесполезно для матери убеждать Георгия не быть совершенным, это лишь усугубит ситуацию, что никто его не понимает. Он чувствует, что должен быть лучшим. *Он отождествляет то, что он делает, с тем, каков он есть.* Даже если он сможет достичь какой-либо цели, он будет считать это просто случайностью. Любое действие, направленное на поддержание его честолюбия, будет усиливать его самооценку неудачника. Необходимо переключить внимание Георгия от достижения совершенства к благотворному сотрудничеству. Ему необходима существенная помощь в переоценке себя и своего места в семье. Возможно, идея совершенства пришла к Георгию от родителей: или отец, или мать, а может быть, и оба, имеют завышенные стандарты достижений. Хотя на словах родители советуют Георгию не стремиться к совершенству, их поступки демонстрируют иное. Эта семья нуждается в открытой дискуссии со всеми детьми

о том, какой ребенок считается «достаточно хорошим». Вместо похвалы было бы более эффективно сказать Георгию: «Я рада увидеть, как ты увлечен работой над книжными подставками».

Мэг, пяти лет, старательно заправляла свою постель. Она с трудом, как могла, застелила большое тяжелое покрывало. Мама вошла в спальню, увидела плохо убранную кровать и сказала: «Я сама сделаю, дорогая. Это покрывало слишком тяжелое для тебя».

Тем самым мама дала понять Мэг, что она еще неумела и слишком мала. Более того, мама продемонстрировала свое собственное превосходство над дочерью, искусно застелив постель на глазах униженной Мэг. Материнское совершенство стерло с лица девочки всякое удовольствие от выполненной нелегкой работы. Вскоре Мэг почувствует: «Зачем напрягаться? Все равно мама сделает это намного лучше».

Мама могла бы выразить восторг, увидев старания дочери самой застелить свою постель: «Как здорово! Ты уже сама справляешься с покрывалом» или «Посмотрите на нашу взрослую девочку! Она уже сама застилает свою постель». Тогда Мэг почувствовала бы огромное удовольствие от нового достижения и желание совершенствовать его. Совсем не важно, как много складок было на плохо убранном покрывале. Мама должна была устоять от соблазна и не демонстрировать дочери свое искусное умение заправки постели. Она могла бы перестелить постель позже, когда Мэг не видела бы этого. Совсем не обязательно было указывать Мэг на складки, их было бы все меньше и меньше с каждым последующим разом. Мама могла бы поддержать Мэг, шутливо сказав: «А ну-ка, покажи мне, как ты застилаешь постель! Могу ли я тебе помочь?»

Когда придет время смены постельного белья, мама может предложить дочери помочь ей в этом, всячески поощряя Мэг. Это можно сделать в виде увлекательной игры: «Сейчас мы с тобой спрячем кусочек простыни под матрац. А теперь мы расстелем простыню на всю кровать. Здравствуйте, мистер Спинка Кровати!» и так далее. Таким образом,

обучение станет приятной игрой с мамой, без внушений и критики.

Мама взяла четырехлетнего сына Дэвида в гости к своей соседке. Ее полуторогодовалая дочь Пэти играла в спальне со своими игрушками. «Иди и поиграй вместе с Пэти, Дэвид, — предложила мама, — будь хорошим мальчиком и не обижай ее». Дэвид пожал плечами и пошел в спальню. Обе мамы пили кофе в гостиной. Прошло совсем немного времени, как раздался крик девочки. Мамы ворвались в спальню. Дэвид с самодовольной улыбкой держал сломанную куклу. Пэти громко плакала, и на ее лбу просматривалось небольшое красное пятно. Мама девочки подбежала, взяла ее на руки, прижала к себе и поцеловала. Мама мальчика закричала: «Какой же ты противный мальчишка! Ты что ударил ее? Зачем ты сломал куклу? Как ты можешь быть таким грубым? Сейчас я тебе покажу!» Она схватила его и хорошенько отшлепала. Дэвид залился слезами. «Я совсем не знаю, что делать с ним, — мама пожаловалась подруге. — Он всегда груб с маленькими детьми». Дэвид сердито смотрел на свою маму, которая старалась развеселить Пэти. Но девочка отвернулась от нее и крепко прижалась к своей маме. «Давай допьем наш кофе, — предложила соседка: — Пэти уже в порядке. Она будет у меня на руках». Мама Дэвида грозно повернулась к сыну: «Ты, гадкий мальчишка! стыдно обижать маленьких! Садись в это кресло, и чтобы я тебя не слышала! А не то я опять тебя отшлепаю!»

Есть о чем поговорить, но мы будем придерживаться темы этой главы. Первое, что способствовало плохому поведению Дэвида, было указание матери быть хорошим, тем самым, она уже подразумевала, что он будет плохим. Всякий раз, когда мы говорим ребенку «будь хорошим», мы думаем, что он хочет быть плохим, а значит, мы не доверяем ему. Более того, мама Дэвида даже намекнула, как себя вести, приказав ему не обижать Пети. Тем самым, она не отделяет поведение Дэвида от него самого. Она видит его как непослушного и грубого мальчишку. Таким образом, самооценка Дэвида формируется из негативных ожиданий мамы, недостатка веры в него и недоброжелательных маминых слов.

Дэвид ведет себя недружелюбно, так как он не уверен, сможет ли получить внимание матери по-другому. Он сомневается в своей значимости. Задира — это обескураженный и неуверенный ребенок, демонстрирующий свою силу как результат ошибочного восприятия своей позиции. Дэвид не противный и не глупый, он просто растерявшийся ребенок. Мы обязаны отделять детский проступок от ребенка, тогда мы способны признать плохое поведение ребенка как его ошибочную позицию. Мама Дэвида, не осознавая, еще более оскорбляет сына, стараясь развеселить Пэти, тем самым демонстрируя заботу о чужом ребенке.

Возможный выход из данной ситуации — избегать всех оскорбительных замечаний. Оскорбления ничему «не учат». Если бы мама доверяла своему сыну, то могла бы сказать: «Иди к Пэти в спальню и поиграй с ней, если хочешь». Все, что необходимо ребенку, — это вера в него. С самого начала мама могла бы спросить Дэвида, хочет ли он играть с девочкой или остаться в гостиной. Как только разгорелся скандал, мама могла бы тихо войти в комнату, взять Дэвида за руку и спросить его: «Почему ты так сердит сегодня? Что случилось? Если ты не хочешь играть, то мы можем пойти домой». В этом случае мама жертвует своим визитом к подруге, но это смогло бы показать Дэвиду его значимость в маминых глазах. Другой вариант, мама могла бы попросить родственников присмотреть за Дэвидом, и у него было бы время обдумать свое поведение. Если бы мама Дэвида сдержалась от оскорблений и наказаний, она смогла бы действительно помочь своему сыну. Она должна принять своего сына, несмотря на его недружелюбное поведение, и поддержать его, но не его плохой поступок. Когда мама предоставляет Дэвиду право выбора, она перекладывает ответственность за его поведение на него самого, и он же должен отвечать за последствия. Когда она предлагает сыну уйти, мама полностью доверяет сыну и верит, что он пересмотрит свое поведение и почувствует себя лучше. Есть и другие пути выхода из данной ситуации, но о них мы поговорим в другой главе.

Обе матери действуют неконструктивно и по отношению к Пэти, показывая свою огромную озабоченность ее состоянием. Небольшая шишка на голове вряд ли принесла

ребенку столько же беспокойства, сколько реакция ее мамы, создавшей вокруг этого большую суету. Эта ситуация учит Пэти, что она не может терпеть незначительную боль, а нуждается в немедленном утешении. Зависимость от матери усиливается, а самодостаточность ребенка снижается. Пэти легко может превратиться в охотно страдающего ребенка, требующего защиты окружающих. Взрослая жизнь часто наполнена болью и дискомфортом. Это неотъемлемая часть жизни. Если мы не научим наших детей терпеть боль, сносить шишки, ссадины и беспокойства, то в будущем их ждут серьезные проблемы. *Мы не можем защитить наших детей от жизни.* Следовательно, очень важно подготовить их к ней. Чувство недоверия возможностям ребенка является одной из наиболее разрушающих точек зрения взрослых. Мы так легко демонстрируем это на каждом шагу! Поэтому сами нуждаемся в твердой вере, что наш ребенок способен справиться со всеми неприятностями.

Спокойная реакция мамы на ушиб помогла бы Пэти научиться переносить боль. Конечно же, это совсем не означает, что мы не должны реагировать на страдания и боль детей. Это было бы бессердечно! Лучше спокойно сказать ребенку: «Не плачь, твоя шишка быстро заживет», чем пугать его своей реакцией. Мама могла бы успокоить Пэти: «Ты в полном порядке, дорогая. Это всего лишь небольшая шишка». Девочка еще пару минут будет не в настроении. Дальнейшие старания развлечь ее могут привести к тому, что Пэти сможет использовать свои будущие страдания для полного привлечения материнского внимания. Успокоив Пэти, мама может быстро переключить ее внимание на игрушки и оставить одну со своей проблемой. Перед нами только один обиженный ребенок, который должен преодолеть боль и дискомфорт. И если мама даст шанс и поверит ей, то девочка быстро придет в себя, почувствует уверенность и способность преодолеть дискомфорт.

Рэчел старательно вышивала. Гордо и радостно она развернула полотенце, восхищаясь своей работой. Девочка подошла к маме узнать, как вывязать стежок «маргаритка». «Это же так просто, Рэчел! Но, дорогая, посмотри на свою работу. Что это

за стежки? Здесь же все перепутано. Ты же умеешь их делать лучше. Почему бы тебе их не исправить? Только тогда это будет действительно красиво!» Рэчел больше не сияла, она спокойно топталась на месте. «Я больше не хочу вышивать, — ответила она, — я лучше пойду погуляю».

Вся радость и гордость девочки в одно мгновение улетучились от уничтожающих комментариев мамы. «Ты умеешь делать это лучше» — не поощрение. Это подразумевает, что выполненная работа недостаточно хороша и не соответствует материнскому стандарту. То, что для Рэчел выглядело прекрасно, мама назвала «перепутано». Итак, девочка снова столкнулась с разочарованием. Советовать Рэчел все переделать было бесполезно. Девочка потеряла всякий интерес к вышиванию и убежала во двор. Мама могла бы легко увидеть, как действуют ее слова, если бы она внимательно смотрела на дочь.

В данной ситуации было бы полезно показать Рэчел, как делать стежок «маргаритка» и поддержать интерес дочери к вышиванию. «Это так красиво, дорогая. И какие чудные стежки ты сделала», — заметив несколько действительно удавшихся стежков. «Когда ты закончишь, мы повесим твоё полотенце в ванной комнате». Таким образом, мама разделяет с Рэчел её энтузиазм к новому достижению и принимает её работу как имеющую большую ценность. Указывая на прекрасно выполненные стежки, мама поощряет Рэчел продолжать работать. Мы можем полагаться только на силу, а не на слабость. Хорошие стежки — это сила. Внимание Рэчел необходимо было бы сконцентрировать на её прекрасной работе. Иногда со стороны родителей нужна большая смелость, чтобы позволить *ребенку* продвигаться вперед в его новом достижении.

Питеру, семи лет, пообещали купить модель самолета, которую он выбрал в торговом центре. «Я не могу пойти с тобой в магазин прямо сейчас, — сказала его мама, — мы пойдем завтра». — «Мама, я могу съездить туда на велосипеде», — предложил мальчик. «Ты никогда не ездил в город на велосипеде, Питер. И ты же знаешь, какое опасное движение

в городе», — ответила мама. «Я смогу, мама. Ты же видела, как много детей ездят там на велосипедах». Мама подумала минутку. Она вспомнила велосипедные дорожки у магазина. Потом она представила дорожное происшествие. Затем она успокоила себя тем, что Питер каждый день ездит на велосипеде в школу и что он хороший велосипедист. «Хорошо, сын. Купи модель и сразу же обратно домой». Радостный Питер выбежал из дома. Его маму мучили сомнения: «Он еще так мал. Но он должен все пробовать». Через час Питер вбежал с пакетом: «Смотри, мама! Я купил!» — «Я так рада за тебя, Питер!» — засияла мама. «Ты уже сам можешь ходить в магазин. Разве это не замечательно?!»

Маме Питера было не легко, но все же она дала сыну шанс почувствовать себя самостоятельным. Она победила свои страхи и проявила веру в способности сына справиться с поездкой в магазин. Мальчик оправдал ее доверие. Мама признала достижение Питера. К тому же она предоставляет ему возможность делать покупки и в будущем.

Семилетний Марк постоянно неправильно застегивал свою кофту. Пуговицы не соответствовали своим петлям. Мама не делала сыну замечаний. Однажды она сказала: «Марк, у меня идея. Почему бы тебе ни начать застегивать с пуговицы, которую ты можешь видеть?» Обрадованный новым подходом, Марк последовал маминому совету и засиял, когда все до одной пуговицы были застегнуты правильно: «Я сделал это!» Мама улыбнулась.

Мама нашла поощрительный подход к сыну без малейшего упрека. Она просто предложила ему попробовать новый способ застегивки. И Марк сразу же увидел результат. Маме не нужно было даже указывать на это. Теплая материнская улыбка сказала ему, что она разделяет с ним его новое достижение.

Все эти иллюстрации убеждают нас в значимости поддержки ребенка и показывают некоторые ловушки, в которые мы неизменно попадаем. Поддержать своего ребенка столь важно, что мы будем говорить об этом опять и опять.

Естественно, мы не можем ожидать мгновенного потрясающего эффекта от одного поощрительного действия. Это длительный и совсем нелегкий процесс пробуждения изменений в ошибочной личностной позиции отчаявшегося ребенка.

Похвалой как средством поддержки нужно пользоваться достаточно предусмотрительно. Мы можем вызвать совсем неожиданную реакцию ребенка, как это было в случае с Георгием. Если ребенок воспринимает похвалу как награду, то у него может развиться серьезная зависимость к этому. Не похвалив его хотя бы один раз за что-нибудь, мы можем заставить такого ребенка почувствовать себя неудачником. Он делает все в надежде получить награду, а не удовольствие от сотрудничества. Похвала в таком случае подкрепляет ошибочную детскую концепцию, что без награды он не имеет ценности. Для таких детей лучше использовать простые комплименты, типа «я ценю, что ты сделал», «смотри, ты уже умеешь делать это».

Нашу родительскую любовь необходимо неуклонно направлять на поддержание независимости ребенка. Мы должны начать это с самого рождения нашего малыша и пронести через все его детство. Наш семейный манифест должен включать глубокую веру, полное доверие и безграничную уверенность в нашем ребенке на каждом этапе его развития. Это поможет нам в проблемных воспитательных ситуациях. Наши дети должны быть храбрыми и смелыми. Так давайте поможем им в этом!

Завершая эту главу, мы хотели бы поддержать родителей. Чтение данной книги помогает вам открывать все новые и новые смысловые техники, а также видеть свои ошибки, типичные для большинства родителей. Если вы не осознаете их, к сожалению, вы не добьетесь прогресса в отношениях со своими детьми. Как вы смогли заметить, давая большой иллюстративный материал воспитательных ошибок, мы не пытаемся критиковать или осуждать родителей. Они — жертвы обстоятельств, которые не подпадают под их контроль. Мы предлагаем помощь и показываем возможные пути выхода из каждой конфликтной ситуации. Мы, определенно, хотим внушить смущенным родителям чувство

уверенности во всяких обескураживающих ситуациях воспитательного процесса.

Родители так же нуждаются в настойчивости и смелости, как и наши дети. Когда вы падаете духом и говорите себе: «я здесь был не прав», знайте, это симптом вашей собственной неуверенности. Вспомните новые методы, полученные из данной книги, это принесет вам удачу и поможет в критической ситуации. Не корите себя, если иногда будете вести себя с ребенком по старинке. Вам нужно чуть больше времени и смелости для принятия нового, а главное, сказать себе «я тоже несовершенен». Настраивайте себя на позитивное мышление и пробуйте снова и снова. Рассуждая много о совершенных ошибках, вы тем самым подрываете свою храбрость.

Помните, ничего не строится на слабости, только на силе. Смиренно признавайте свои ошибки, но без чувства потери своей значимости. Это придаст вам больше уверенности. Более того, знайте, что мы работаем не над совершенством, а над усовершенствованием наших отношений. Отмечайте все ваши достижения, пусть даже самые незначительные. Это уменьшит ваше напряжение и усилит веру в собственные способности. Необходимо определенное время для принятия и использования новых принципов, разработанных в данной книге. Вы не сможете использовать все сразу. Начните постепенно, шаг за шагом, входить в новое воспитательное поле. Каждое ваше достижение станет источником неиссякаемой поддержки вашего ребенка.

4

глава

Ошибочные цели ребенка

Мама писала письмо в гостиной. Джойс, трех лет, играла со своими игрушками здесь же. Неожиданно девочка подбежала к маме и прижалась к ней. Мама обняла дочурку: «Ты не хочешь покатать в колясочке свою любимую куклу?» — «Я хочу, чтобы ты поиграла со мной!» — «Только не сейчас, дорогая. Джойс, я должна закончить письмо». Девочка неохотно вернулась к игрушкам. Через пару минут Джойс спросила: «Мама, ты уже можешь играть со мной?» — «Еще нет, милая», — ответила мама, не отрываясь от письма. Через пару минут: «Мама, я хочу в туалет». — «Хорошо, иди». — «Но я не умею снимать колготки». — «Нет, умеешь», — мама посмотрела на дочь: «Ты уже большая девочка». Джойс сделала несколько вялых попыток. «Хорошо, иди сюда. Я помогу тебе на этот раз». Девочка пошла в туалет, а мама вернулась к своему занятию. Вскоре Джойс вернулась и опять попросила помочь ей с колготками. Мама снова помогла ей. Несколько минут было тихо, затем девочка опять обратилась к маме: «Уже можешь поиграть со мной?» — «Совсем скоро, дорогая». Джойс подошла к маме, обняла ее и тихо сказала: «Я люблю тебя, мама». — «Я тоже люблю тебя», — мама нежно прижала дочурку к себе. Джойс вернулась к игрушкам. Мама закончила письмо и стала играть вместе с дочерью.

Кажется, мы видим терпеливую и любящую маму, у которой хорошие отношения со своим ребенком. Зачем нам рассматривать данный случай? Давайте тщательно проанализируем все *моменты* этой истории. Что делает Джойс? Она мило и очаровательно *требует постоянного внимания*. Ее поведение говорит: «Если ты не замечаешь меня, я ничего не значу. Я ощущаю свою позицию только тогда, когда ты занята мной». Дети отчаянно хотят быть заметными. Если ребенок утверждается в семье, он считает необходимым постоянно подтверждать свою позицию. В зависимости от ситуации ребенок старается ощутить свою полезность. Но если ребенок не уверен в своей позиции, он не уверен и в своей значимости. Вместо того чтобы сотрудничать вместе со всеми, он безнадежно пытается самореализоваться, используя других. Все его внимание занято лишь этим, и не так важно, какое поведение он выбирает для результата: хорошее или плохое. Он *должен* найти свое место. Такой ребенок может преследовать несколько «ошибочных целей», по крайней мере, мы знаем четыре из них. Полезно разобраться в этих ошибочных целях, если мы хотим направить социальную интеграцию своего ребенка в конструктивное русло.

Желание чрезмерного внимания — первая ошибочная цель как средство своей значимости для неуверенных детей. Зараженный ошибочным предположением, что он значим, только находясь в центре внимания, ребенок развивает великое умение привлечения внимания. Он находит все пути, которые помогают ему удерживать окружающих вокруг себя. Ребенок может быть очаровательным и милым, скромным и застенчивым. При этом его цель, скорее, привлечь внимание, чем участвовать в чем-либо.

В нашем примере, кажется, Джойс хочет быть занятой. Она просит маму поиграть с ней. Как мы определяем, что на самом деле у нее другая цель? Очень просто. *Участие подразумевает сотрудничество в той или иной ситуации*. Самодостаточный ребенок не станет беспокоить маму, занятую своими делами. Джойс имеет совсем другую цель. Она ощущает отвлеченность мамы как угрозу: «Мама забыла обо мне». Джойс верит, что ее статус зависит только от внимания мамы.

Если очаровательные средства привлечения внимания перестают оправдывать себя, ребенок может сманеврировать к навязчивому и беспокойному поведению. Он будет хныкать, бездельничать, приставать, пачкать стены фломастером, проливать молоко или пробовать что-то другое из тысячи приспособлений для привлечения внимания. Когда его родители прыгают вокруг него, он спокоен, они знают, он здесь! Такой ребенок имеет ошибочную самоконцепцию. Всякий раз, когда мы поддаемся его требованиям чрезмерного внимания, мы укрепляем его ошибочную установку и *увеличиваем* его заблуждение о неверных методах, способных удовлетворить его чувство принадлежности, которое он так жаждет.

Естественно, дети нуждаются в нашем внимании. Им необходима наша помощь, поддержка, сочувствие и любовь. Но если, анализируя ситуацию, мы понимаем, что стали марионетками в детской игре приобретения постоянного и чрезмерного внимания, то стоит признать, что для ребенка это ошибочный путь поиска своей позиции.

На первый взгляд, может показаться сложным отличить надлежащее внимание от чрезмерного. Секрет заключается в способности оценить ситуацию в целом. Участие и сотрудничество требуют от каждого члена семьи ставить в центр внимания проблему, а не собственный эгоизм. Родители могут некоторое время спокойно понаблюдать за действиями ребенка. Если эти действия окажутся далекими от требования ситуации, как это проиллюстрировано выше, ребенок, похоже, требует чрезмерного внимания. Мы часто замечаем, что дети бессознательно копируют нас. Не удивительно, что мы бессознательно даем «естественный» отклик на замысел ребенка. Понимание этого выводит нас на сознательный уровень, и мы можем переориентировать ребенка или предложить ему новое руководство к действию.

Пеги, пяти лет, с интересом смотрела телевизионную программу. Мама трижды напоминала ей о том, что уже поздно и пора спать. Но Пеги всякий раз хныкала и просила маму позволить ей досмотреть эту программу. Это была действительно интересная передача, и мама уступала. Телевизионная программа

закончилась. Мама снова сказала Пеги, что пора идти спать, но девочка, игнорируя ее, стала переключать каналы, нашла что-то интересное и продолжила смотреть телевизор. Мама вновь обратилась к дочери: «Пеги, тебе уже давно пора в кровать. Будь хорошей девочкой и немедленно иди спать!» — «Не хочу!» — ответила Пеги. Мама грозно посмотрела на дочь: «Я сказала тебе идти спать! Живо в кровать!» «Но, мама, я хочу посмотреть эту передачу...». «Ты явно хочешь, чтобы я отшлепала тебя!» — прервала ее мама. Она выключила телевизор. Пеги пронзительно закричала: «Я буду смотреть!» Девочка бросилась к телевизору, пытаясь снова включить его. Мама поймала Пеги за руку, шлепнула ее и потащила в спальню. «Ты меня утомила, юная леди. Сейчас ты будешь в кровати. Давай, раздевайся...» Визжащая Пеги упала лицом на подушку. Мама вышла из комнаты, неплотно прикрыв дверь. Минут через двадцать она вернулась и увидела все еще одетую, смотрящую в потолок Пеги. Взбешенная мама хорошенько отшлепала дочь, раздела и положила в постель.

Конечно же, Пеги знала, что уже поздно и пора спать. Но, неоднократно выпрашивая разрешение продолжать смотреть телевизор, она смогла пошатнуть авторитет мамы. Уступая дочери, мама стала играть по ее правилам. Поведение девочки как бы говорит: «Я могу заставить тебя делать то, что я хочу». Она и получила то, что хотела, выпросив у мамы трижды разрешение остаться и продолжать смотреть передачу. Пеги чувствовала себя победительницей.

Борьба за власть является второй ошибочной целью ребенка. Обычно это происходит, когда уставшие родители уступают требованиям ребенка. Затем ребенок становится все более решительным в использовании своей власти над ними. Он торжествует, отказываясь делать то, что требуют от него. Такой ребенок ошибочно полагает, что если он уступит, то тем самым подчинится более могущественной силе и потеряет чувство собственной значимости. Страх быть подавленным искажает действительность многих детей и толкает их порой к ужасающим попыткам показать свою силу.

Мама, настаивая, чтобы Пеги, после окончания телевизионной программы, легла спать, вовлечена с этого

момента в состязание за власть. Данная история явно демонстрирует нам, как каждая из участниц пытается показать другой, кто есть босс. Всякий раз, когда мама расстраивалась, шлепала и дергала Пеги, она проигрывала дочери. Оскорбления и слезы наказания — неплохая цена за победу над расстроенной и потерявшей терпение мамой. Запомните, родители, мы терпим полное поражение, когда ребенок утомляет нас и выводит из себя. Наше поведение говорит: «У меня ничего не осталось против тебя, кроме превосходящей физической силы и размеров». Дети осознают и используют это. Разве вы сами не помните себя в детстве в слезах и воплях, но в душе торжествующих, видя доведенных до белого каления родителей?!

Мы делаем серьезную ошибку, пытаюсь победить опьяненного властью ребенка. Пустая трата времени! В последующих битвах, которые грозят стать хроническими, ребенок более умело воспользуется своей силой и так докажет нам, чего он стоит. Вскоре он станет задирой и тираном.

Проблема состязания за власть особенно актуальна в сегодняшнем обществе из-за изменений в концепции равенства. Мы предметно поговорим об этом в 16 главе. Сейчас же мы только констатируем, что состязание за власть между родителями и ребенком существует, и возникает оно с попытки демонстрации друг другу своей силы.

Одной из важных отличительных особенностей между требованием внимания и состязанием за власть есть поведение ребенка после получения ожидаемого. Если ребенок просто хочет, чтобы на него обратили внимание, то после выговора за плохое поведение он может успокоиться, по крайней мере, на какой-то момент. Но если он демонстрирует свою власть, то всякие попытки остановить его лишь усиливают его деструктивное поведение. Мы ясно видим это различие из историй Пеги и Джойс.

Мама занималась обедом, папа что-то мастерил. Дети, Рой, пяти лет, и Алэн, трех, играли в спальне. Вдруг раздался крик Алэна. Вбежавшие родители увидели в углу съежившегося сына, визжащего от боли. Рой, старший брат, стоял рядом. На ладони младшего отпечатался след от сигареты.

Третья ошибочная цель возникает при усилении борьбы за власть. Родители и ребенок напряженно сражаются за доминирование, а в случае неудачи стороны готовы к реваншу. Победенный ребенок жаждет возмездия, оно необходимо ему для возвращения утерянного чувства значимости и важности. Сегодня мы его убедили, что он не имеет никакой власти, а значит, не может быть любим. Ребенок ощущает себя значимым, если он может причинить боль другим, в принципе, то, что дают почувствовать и ему. Итак, его третья ошибочная цель — *реванш, или возмездие*. Рой отчаянно сражается за свое место в семье, используя стиль поведения плохо воспитанного мальчика, и вполне успешно убеждает в этом окружающих. Такие дети особенно нуждаются в нашей поддержке, к сожалению, они менее всего ее получают. Необходимо понять и принять ребенка *таким, каков он есть*, помочь ему раскрыться заново. Если родители накажут Роя, то лишь очередной раз покажут ему, какой он плохой. Это станет побудительным мотивом к будущему возмездию, а значит, к взаимному нанесению ударов.

Четвертая цель, используемая обескураженным ребенком, попытка показать свою *полную несостоятельность*.

Джон, восьми лет, имел большие проблемы с учебой. На родительском собрании учительница сказала маме, что Джон очень плохо читает, отстает по многим предметам. Ни его старания, ни ее помощь, к сожалению, ему не помогают. «Что делает Джон по дому? Какие его обязанности?» — спросила учительница у мамы. «Знаете, я перестала просить его что-либо сделать по дому», — ответила мама Джона. «Он не хочет ничего делать. Если он что-либо и делает, то так неловко, что мне приходится все переделывать. Я больше не прошу его ни о чем».

Упавший духом ребенок сдался совсем. Он чувствует, что не имеет шанса преуспеть в чем-либо и быть полезным. Он становится беспомощным и пользуется своей беспомощностью, преувеличивая любой реальный или воображаемый недостаток и избегая любого задания. Ребенок, которого называют глупым, на самом деле часто обескураженный

ребенок, использующий глупость как проверенный способ избежания любого усилия. Эти дети информируют нас: «Если я что-либо сделаю, вы увидите, как я неловок. Поэтому оставьте меня в покое». И мы отказываемся от их помощи совсем. Всякий раз, когда мама говорит себе: «Все, я сдаюсь! Больше нет смысла просить его», она должна вполне осознавать, что ребенок добился своего. Ребенок подает сигналы: «Сдайся, мама! Это не поможет. Я бесполезен и безнадежен. Просто оставь меня в покое». Конечно же, это ошибочная установка ребенка, к сожалению, подкреплённая серией попыток, когда он не смог преодолеть те или иные препятствия. Итак, ребенок запутался. Но ни один ребенок никогда не безнадежен!

Мы разобрались с четырьмя возможными ошибочными целями ребенка, объясняющие его плохое поведение. Теперь мы готовы действовать. *То, что нас беспокоит в ребенке, может быть его ошибочной целью.* Психологические знания — это руководство к действию, а не поток слов, направленный против ребенка. Ребенок не осознает своей ошибочной цели. Кто-то должен раскрыть его потаенные желания. Не всегда это доступно родителям, чаще всего с таким ребенком работают профессиональные психологи. Как только мы понимаем ход мыслей нашего ребенка, мы сразу же видим цель его поведения. Что раньше казалось совершенно бессмысленным, сейчас имеет свое объяснение. Мы можем действовать. Если мы предвидим желания нашего ребенка, то мы никак неотреагируем на его особое поведение, направленное на достижение этих желаний. Следовательно, такое поведение ребенка становится непригодным. Потерпев неудачу, ребенок может пересмотреть направления своих действий и выбрать другой курс.

Когда мы видим, что ребенок требует чрезмерного внимания, мы можем не поддаваться на это. Каков смысл требования внимания, если мамы нет рядом? Осознав себя одной из сторон состязания за власть, мы можем удалиться с поля боя. И нет смысла воевать. Если ребенок причиняет нам боль, нам необходимо понять его глубокое отчаяние и не наказывать его. Тем самым мы сможем остановить действия «бесполезного», упавшего духом ребенка и дать ему шанс

поверить в себя. Какая выгода от беспомощности, если мама все равно не верит, что я не могу сделать это?

В следующих главах мы покажем эти четыре ошибочные цели в действии и опишем возможные методы нейтрализации. Важно отметить, что эти цели очевидны лишь в детском возрасте. С первых лет детское внимание фокусируется на развитие отношений с родителями и другими значимыми лицами. Ребенок осознает себя во взрослом мире. Именно в это время четыре ошибочные цели детского поведения вполне ясны для понимающего наблюдателя. Со временем, годам к одиннадцати или около того, отношения ребенка со своими сверстниками становятся более важными. Он демонстрирует широкий спектр различных поведенческих моделей, чтобы найти свое место в подростковой группе. По этой причине беспокоящее поведение, всегда связанное с ошибочными усилиями поиска, не может быть полностью объяснено одной из этих четырех целей. Деструктивное поведение подростков и молодежи часто подпадает под эти четыре ошибочные цели, но очевидны и другие подходы: чрезмерное внимание к своему взрослению, материальным и другим успехам и т. д.

Еще одна важная мысль для родителей — мы можем только стимулировать ребенка к изменению своего поведения. Не всегда это будет удачно, даже если с нашей стороны все будет безукоризненно. Не ожидайте мгновенного и постоянного успеха. Ребенок сам решает, что он будет делать. Его домашнее окружение, а особенно круг его сверстников производят очень сильное впечатление на него. Наши усилия изменить ребенка будут тщетны, если мы не будем относиться к нему как к человеку, который должен сделать свой собственный выбор. Мы не можем взять ответственность за него, это его жизнь. Кстати, сейчас мы говорим о смысловом значении понятия равенства.

Жизнь состоит только из настоящего момента, и если мы используем данный момент конструктивно, то продвигаемся на более высокую ступень развития. В противном случае, когда мы не реагируем на потребности данной ситуации или не знаем, как справиться с ней, то наш личностный прогресс под большим вопросом.

Естественно, мы не всегда сразу можем решить наши проблемы. Сегодняшний момент лишь один из серии событий, которые приносят решения, дают отсрочку или препятствуют им. Также и с нашими детьми: каждый момент содействует их воспитанию, улучшению взаимоотношений или, наоборот, развивает ущербные точки зрения и убогие восприятия участия и сотрудничества.

Многие проблемы с нашими детьми могут быть решены постепенно, шаг за шагом. В нашей книге мы показываем, какой образ действий в данной конфликтной ситуации может быть полезным, а какой принесет лишь вред. Для большинства родителей, попавших в ту или иную ситуацию, будет полезно знать, что делать, а что нет, на конкретном примере. В прошлом такие знания, общие для всех, составляли так называемую традицию воспитания детей, которая передавалась из поколения в поколение. Наша сегодняшняя задача — изменить старые методы воспитания, не эффективные для демократического общества, и посредством этого прийти к новой традиции воспитания детей.

Во многих случаях детские ошибочные идеи и цели, являющиеся основанием его плохого поведения, так глубоко зарыты, что бывает трудно адекватно отреагировать на провокационные акты ребенка. Необходима глубокая реконструкция детской персональной модели представлений. Наша проницательность поможет нам отследить динамику поведения ребенка. Если ребенок нуждается в квалифицированной помощи, то родители могут найти ее в психологических консультационных группах и центрах. Родителям необходимы и теоретические знания по детской психологии. Мы предлагаем определенные техники на каждый день в помощь изведенной маме, которая первая должна осознать свое громадное влияние на ребенка и знать, что делать с ним. Большинство родителей действительно учатся понимать своих детей, чтобы помочь им воспринять мир во всем его многообразии. Они ориентируют детей на принятие определенных социальных ценностей, необходимых для их гармоничной интеграции и полной самореализации.

5

Глава

Заблуждения о порицании и вознаграждении

Маму удивила тишина в доме. Где же ее двухлетний сын? Она нашла Алекса в туалетной комнате, он сосредоточенно набивал унитаз туалетной бумагой. Это было уже не в первый раз, и Алекса уже неоднократно наказывали. Мама сердито закричала: «Сколько раз тебя надо наказать, чтобы ты не делал больше этого?» Она схватила ребенка, сняла с него штанишки и отшлепала. Этим же вечером туалет был снова забит бумагой.

Алекс продолжает забивать унитаз бумагой, не обращая внимания на наказания. В чем причина такого постоянства? Может быть, он слишком мал, чтобы осознать это? Далеко не так. Он вполне осознает, что делает. Конечно же, он не знает, почему он это делает! Но его поведение может помочь нам. Мама говорит сыну: «Нет, ты не можешь!» Его действия говорят: «Я покажу вам, что могу. И совсем не важно, что именно!»

Если наказание направлено на то, чтобы отучить Алекса забивать унитаз бумагой, то даже серия повторяющихся шлепков не производят на мальчика впечатления и не дают желаемого результата. Что не так?

В первой главе мы обсуждали изменения в нашем социальном климате, связанные с осознанием демократии как

стиля жизни. Так как демократические отношения подразумевают равноправные отношения, родители не могут больше принимать на себя роль «господина». Господство — это доминирование: один человек довлеет над другим. В демократической среде таких отношений быть не может. Доминирование означает принуждение, власть. Все это должно быть заменено эгалитарными техниками воздействия.

Порицания и вознаграждения свойственны деспотической социальной системе. Здесь насаждаемая власть имеет привилегию по своему усмотрению награждать или наказывать. Поэтому деспотическая социальная система базируется на властном учреждении господствующей силы, и ее приговоры принимаются как неотъемлемая часть жизненного кодекса. Растущие дети приспособляются к данной системе и ожидают того времени, когда они тоже станут привилегированными взрослыми.

Сегодня мы живем в другом обществе. Дети имеют равный с нами социальный статус, и мы больше не можем наслаждаться своей главенствующей позицией над ними. *Наша власть улетучилась, и дети знают это.* И теперь не имеет значение, соглашаемся мы с этим или нет. Дети больше не признают нас как превосходящую высшую инстанцию.

Мы должны осознать, что всякие попытки навязывать нашу волю детям бесполезны. И никакое наказание не заставит ребенка быть постоянно покорным. Сегодняшние дети готовы принять любые порицания, лишь бы отстоять свои «права». Родители, смущенные и сбитые с толку, ошибочно надеются на результативность наказания, и не могут понять, что их воспитательные методы давно устарели. В лучшем случае они добьются лишь временных изменений. Если же ребенка постоянно следует наказывать, то, очевидно, это мало принесет ему пользы. Постоянные наказания лишь помогают развить у ребенка великую силу сопротивления и неповиновения. Маленький Алекс яркий пример этому.

Многим родителям нелегко осознать сегодняшнюю концепцию равенства. Несмотря на факты, мы еще не имеем традиционного понимания, что же подразумевает это

равенство. Мы все еще относимся к людям с оценивающей позиции, хотя это уже вчерашний день.

Все утро шестилетняя Сюзан была не в духе. Сперва она отказалась от завтрака. Мама отругала ее. Затем Сюзан подралась с четырехлетней сестренкой. Мама наказала ее, закрыв в комнате на полчаса. Сюзан вытащила из горшков все комнатные цветы. Мама накричала на нее и пригрозила отшлепать. Во дворе Сюзан привязала соседского кота к бельевой веревке, чуть не задушив его. Мама забрала дочь домой и усадила на кухне, чтобы девочка была под ее присмотром. Когда же Сюзан разбила стакан с молоком, мама потащила ее в комнату и хорошенько отшлепала. «Ты будешь сидеть здесь!» — приказала мама. Час спустя она заглянула в подозрительно тихую комнату, думая, что Сюзан спит. Но к своему ужасу она увидела занавеси, порезанные на ленты так высоко, как девочка могла достать. Ошеломленная мама закричала: «Сюзан! Что мне с тобой сделать?»

Такое поведение Сюзан скрывает ее неуверенность и отчаяние: «По крайней мере, вы уделяете мне внимание, пусть хоть такой плохой». Когда мама переходит от одного наказания к другому, Сюзан демонстрирует своим поведением следующее: «Если ты имеешь право причинять мне боль, то я имею такое же право делать больно и тебе!» Налицо прогрессия возмездия и мести. Мама придумывает для дочери все новые и новые наказания, Сюзан платит ей тем же, изощряясь в плохом поведении. Таков результат порицания. К сожалению, дети намного гибче и упорнее нас, взрослых. В отличие от родителей они могут долго замышлять, вычислять и воплощать задуманное. У родителей же рвется терпение, трясутся руки, и, наконец, они страдальчески кричат: «Я не знаю, что делать!»

Наказание как доминирующую идею «повинуйся мне» необходимо заменить чувством взаимного уважения и сотрудничества. Ребенок больше не на низшей позиции, он лишь менее опытен и умел, чем мы. Конечно, дети нуждаются в нашем руководстве. Хороший лидер вдохновляет и направляет своих последователей к конструктивному дей-

ствию в данной ситуации. Такими лидерами для ребенка должны стать его родители, но лишь при условии, что они будут уважать его как равного себе. Мы чудовищно оскорбляем детское достоинство, избивая ребенка. Да и у родителей не так много остается самоуважения, когда они бьют своего ребенка; особенно, если потом они тяжело раскаиваются.

Родители могут использовать более эффективные методы побуждения ребенка к порядку. Мы можем создать атмосферу взаимного уважения и внимания и научить ребенка быть самодостаточным и счастливым с окружающими его людьми. Нам необходимо устранить воспитательные ситуации, связанные с унижением и оскорблением детей. По большому счету, это отсутствие уважения и к себе самим. Мы можем осуществить все это без демонстрации силы, поскольку наше доминирование лишь подстрекает детей к бунту и мятежу, что разрушает цель воспитания.

Тем не менее даже при использовании новых методов воспитания детей мы порой не можем удержаться и жестоко наказываем ребенка. Тогда мы, по крайней мере, должны честно признаться в собственной беспомощности и не успокаивать себя фразой «Это для их же пользы». Однако признаем и тот факт, что ребенок действительно провоцирует наказание. Такое поведение ребенка направлено на подкрепление его ошибочной цели, что он «плохой». Или он увлекает нас в состязание за власть, а возможно, он хочет отплатить нам за предыдущие «несправедливости». Когда мы наказываем его, это как раз то, что он хотел от нас, и мы в его ловушке. Проблема заключается в том, что мы не можем быть педагогами каждую секунду, мы просто люди, и далеко не совершенны. В этом случае лучше признать свою слабость, улыбнуться и продолжать идти в направлении более конструктивного использования своих усилий. Мы должны иметь смелость признать свое несовершенство. Наказывая ребенка, мы ощущаем себя победителями на короткое время и, возможно, даже без особого угрызения совести. Чувство вины — это особая роскошь, которую мы изредка позволяем себе. При этом наш внутренний голос говорит: «Да, я ударил его. Думаю, это было необходимо. И если я чувствую вину,

значит, я не такой уж плохой родитель». На самом же деле мы должны откровенно признаться себе: «Я его ударил. Но он сам напросился. Я знаю, это не лучший воспитательный метод, но после этого мне стало легче. Сейчас я могу успокоиться, собраться и идти вперед». Такое признание придает нам больше отваги, и мы верим, что *можем* справиться с ребенком.

В магазине мама дала Билу, восьми лет, пятьдесят центов и попросила сходить в хлебный отдел за батоном, пока она будет здесь покупать сосиски. Когда они встретились на улице, мама спросила о сдаче. «Зачем тебе сдача?» — сердито спросил Бил. «Как зачем?! Это деньги, Бил!» С явной неохотой мальчик высыпал мелочь в мамину ладонь. «Я сделал тебе одолжение, не так ли?» — Бил огрызнулся. Мама удивленно посмотрела на сына. «Да, ты оказал мне услугу». Так они шли к машине, и мальчик всем своим видом демонстрировал возмущение.

Система вознаграждения ребенка за хорошее поведение так же вредна, как и система порицания. То же отсутствие уважения. Мы «награждаем» свою неполноценность за услуги или положительные поступки. При взаимном уважении и полном равноправии работа делается, потому что это необходимо сделать, и удовлетворение приходит от гармоничных совместных усилий всех членов семьи. Но Бил не имеет никакого понятия об этом. Его внимание сосредоточено только на нем самом. Он негодует, когда его ожидания не оправдываются. Отсюда и конфликт. Врожденный социальный интерес Била душится его ограниченной точкой зрения. Бил считает себя нужным и значимым, если он что-то получает для подкрепления этого.

Двое студентов в антракте обсуждают исполнителей. «Мэри играет лучше, чем Дэби», — говорит один. «Не думаю, чтобы она была намного лучше, — возражает другой, — ты знаешь, ее мама платит ей за то, чтобы она занималась музыкой». «Ты шутишь!» — удивляется первый студент. «Вовсе нет. Мне Мэри сама рассказывала, как она целое лето занималась музыкой по пять часов в день. Мама уплатила ей приличные деньги». —

«Вот так причина заниматься музыкой! Не удивительно, что ее исполнение невыразительно. Она же играет совсем без удовольствия. Когда я занимался музыкой, то мои родители просили меня хоть на часок остановиться, чтобы передохнуть». — «Сочиняй, сочиняй! Я тоже так умею».

А вот еще один пример детской изобретательности.

Во дворе намело столько снега, что не пройти. Отец обратился к сыновьям, Майку, десяти лет, и Стюарту, восьми лет, с просьбой расчистить дорожки. «Сколько ты платишь за это?» — поинтересовался Майк. «Ну... — заколебался отец. — Как ты сам думаешь?» — «Пять долларов», — выпалил Майк. «Эта цена включает и проезжую часть?» — отец подозрительно посмотрел на сына. Майк важно посмотрел на отца: «Я полагаю, да». «О'кей, в таком случае я согласен», — сдался отец. «Ура!!!» — пронзительно крича, мальчишки выскочили на улицу.

Нужно ли платить детям за работу по долгу? Ведь они здесь живут, едят, обеспечены чистой одеждой и постелью, находятся на полном материальном обеспечении. Если дети равноправны, а это они хорошо усвоили, то равноправие подразумевает обязательное участие в совместном труде всех членов общества.

Система вознаграждений формирует совершенно превратное представление: без вознаграждения Майк и Стюарт ничего делать не собираются. Такие обстоятельства мешают им развить полноценное чувство ответственности. Главное — это их выгода от выполненного действия. К сожалению, нет абсолютной награды для всех.

Дети должны участвовать во всех аспектах жизнедеятельности своей семьи. Они имеют право на расходование своих карманных денег, выделенных нами из их материального содержания. Они могут тратить их, как им вздумается. Но это не имеет никакого отношения к их повседневным обязанностям по дому. Дети выполняют поденную работу, поскольку они содействуют благополучию своей семьи. Они получают карманные деньги, потому что они приносят прибыль в семейное благосостояние.

Мама решила оставить двух маленьких девочек в машине, чтобы без помех сделать покупки. Как только она собралась выйти из машины, они стали плакать. «Будете себя хорошо вести, и я принесу вам игрушку», — успокоила их мама. «Какую?» — поинтересовалась одна из дочерей. «Не знаю, какую-нибудь», — ответила мама, поспешно уходя.

Мама пытается выиграть, предлагая материальное вознаграждение. Детям не нужна *взятка*, чтобы быть хорошими. Они на самом деле хотят быть хорошими. Поведение ребенка зависит от его желания быть полезным, нужным и от его умения сотрудничать. Подкупая ребенка, чтобы он достойно себя вел, мы показываем ему свое недоверие, и это не придает ему особой уверенности.

Вознаграждение не дает ребенку чувства принадлежности. Это лишь знак родительского одобрения на данный момент, а что потом? Одобряют ли его родители? Или необходима другая награда? Учитывая количество жизненных ситуаций, ребенок вскоре останется без награды! Если мы в очередной раз не отметим его, ребенок интерпретирует это как потерю своих достижений. Родители перед лицом серьезной проблемы: ребенок отказывается от сотрудничества, пока вы не ответите на его вопрос: «А что мне за это будет?» Если он не посчитает награду достаточной, то в чем тогда смысл сотрудничества? Зачем он будет напрягаться делать то, что он должен, если он не приобретает ничего особенного взамен? Таким образом, потребительские отношения затягивают, аппетиты растут чудовищными темпами. Фальшивая ценность установлена, ребенок полагает, что весь мир принадлежит ему. Если что-то не по его, он «всем покажет».

Так может чувствовать себя и шестнадцатилетний юноша, для которого правила совместного сотрудничества, по аллегории с правилами дорожного движения, отсутствуют в его системе ценностей. Он предпочитает вести свою машину наперекор всем правилам. Почему он должен обращать внимание на какие-то дорожные знаки? А где награда? Намного веселее испытывать нервную дрожь на поворотах и делать все, что хочется. Нервная дрожь неповиновения стоит этого! В любом случае родители все уладят.

Таков типичный результат вознаграждения и наказания. «Они не наградили меня, я накажу их! Если они накажут меня, я отвечу им! Я им покажу!»

Ощущения сопричастности приносит большое удовлетворение. Увы, наши дети лишены этого чувства в сегодняшней системе материального вознаграждения. Наши ошибочные усилия, направленные на получение от них сотрудничества через награду, в действительности лишают наших детей основной радости жизни.

6

глава

Польза естественных и логических последствий

Так как порицание и вознаграждение малоэффективны, как же нам реагировать на плохое поведение детей? Попробуйте ответить на вопрос: что случится, если вы забудете что-либо на горячей плите? Следуя логике, это «что-нибудь» подгорит. Естественное следствие нашей забывчивости. Давайте позволим ребенку испытать последствия его действий. Тем самым мы обеспечим ему вполне реальную учебную ситуацию.

Десятилетний Альфред часто забывал взять в школу бутерброд. Как только мама обнаруживала это, она сама приносила его сыну. Всякий раз она ругала Альфреда за забывчивость и упрекала его в потерянном времени на эти ее походы в школу. Сын реагировал на все упреки с явным раздражением — и продолжал забывать свой бутерброд.

Что будет, если мама не принесет бутерброд сыну? Естественно, ребенок останется голодным. Мама могла бы сказать Альфреду, что больше не считает себя ответственной за его обед. Затем, когда сын в очередной раз забывает свой бутерброд, она это просто игнорирует. Это не ее проблема. Конечно же, Альфред будет злиться, постольку он считает,

что мама должна собрать его в школу. Но мама спокойно отвечает: «Извини, Альфред, ты сам забыл его». Хотя, если мама добавит: «Может быть, это послужит тебе хорошим уроком», она немедленно превращает «следствие» в наказание. Очень важно, как мы используем слова, они должны давать ребенку силу решить свою проблему. И он совсем не должен делать то, что мы решили за него.

Идея лишить ребенка обеда, то есть позволить ему поголодать, может показаться ужасной для многих родителей. Действительно, мало приятного быть голодным. Но, впрочем, один забытый бутерброд не станет для Альфреда причиной серьезного заболевания, а послужит хорошим стимулом больше никогда не забывать свой обед. К тому же, это устранил трения между мамой и сыном, что более опасно, чем голод. Мы не имеем права брать на себя ответственность за своих детей, в таком случае, мы несем все вытекающие отсюда последствия. Мы должны оставить это ребенку.

Элис, четырех лет, очень худенькая и болезненная. Ее родители считают, что ее здоровье улучшится, если она станет хорошо кушать. Элис сидит за обеденным столом, с удовольствием жуя сосиску. И как только родители перестают обращать на нее внимание, беседуя между собой, девочка постепенно теряет интерес к еде. Апатично Элис ковыряет вилкой в тарелке. «Доченька, дорогая, кушай!» — побуждает ее отец. Он смотрит на нее нежно, с любовью. Элис мило улыбается, быстро кладет кусочек сосиски в рот и держит его. Отец повернулся к жене. Элис один или два раза пожевала. «Ну, же, милая, жуй хорошо, — мама прервала мужа. — Ты же хочешь быть большой и здоровой девочкой, не так ли?» Элис зажевала более энергично. «Вот это моя девочка!» — восхитился папа. Но как только родители вновь завели беседу, Элис прекращает есть. Весь прием пищи превращается в постоянное уговаривание Элис.

Причина плохого аппетита девочки — заставить родителей заниматься лишь ею. Это легко понять, проанализировав поведение родителей. Естественно, еда необходима для поддержания жизни. Когда ребенок имеет проблемы с питанием, не мешает проследить поведение родителей.

Поесть — это дело ребенка. Родители должны заниматься своими делами и оставить ребенка в покое.

Простейший путь научить Элис хорошо есть — «позволить» ей есть. Если она отказывается, родители, сохраняя спокойствие, воздерживаются от каких-либо высказываний и забирают тарелку. Когда мы не едим, мы не голодны. В следующий прием пищи, *и только тогда*, Элис опять зовут кушать. Если она все еще бездельничает за столом, сохраняем молчание и дружелюбие. «Если ты не ешь, значит, ты не голодна», — мама убирает со стола тарелки. Никаких угроз и подкупов. Через какое-то время Элис может пожаловаться на голод и попросить молока с печеньем. Мама отвечает: «Я понимаю, что ты хочешь кушать. Извини, но ужин будет только в шесть. Очень плохо, что тебе придется так долго ждать». Не обращая внимания на голодного ребенка, мама должна позволить Элис прочувствовать естественное последствие отказа от еды. Наказывая ребенка, мы сами причиняем страдание ребенку. Дискомфорт от голода не связан с родителями, это результат отказа от еды в предназначенное для этого время.

Странно, родители не чувствуют никаких угрызений совести, отшлепав ребенка, причинив ему при этом боль, но идея голода шокирует их, хотя ребенок сам наказал себя. Конечно, родители чувствуют себя глубоко обязанными хорошо накормить ребенка и обвиняют себя, когда ребенок ходит голодный. Хотя такая забота о еде, а также беспокойство по поводу худобы и слабого здоровья часто бывают лишь маской. Родители искренне верят в свое чувство ответственности, но на самом деле они маскируют намерение доминировать: «Я хочу заставить ребенка поесть». Желание контроля возбуждает многих родителей. Как раз с таким авторитетным контролем и сражается Элис. Когда родители поймут это, то нет смысла отказываться от еды, и девочка будет есть. Конечно же, родители должны запастись терпением.

Логические последствия, используемые в качестве угрозы, прекращают свои действия и превращаются в обыкновенное наказание. Дети быстро распознают различия. Они воспринимают логические последствия и сражаются с наказанием.

Родители Элис решили применить метод логических последствий. Девочка бездельничает за столом. Родители стараются этого не замечать. Они тихо беседуют. Их проблема сидит у них перед носом, копаясь в своей тарелке. Они почти завершили свой ланч. Папа дружелюбно обращается к Элис: «Доченька, давай заканчивай свой ланч. Если ты не съешь, то, сама знаешь, будешь голодной и ничего не получишь до самого обеда. Правда, ты не хочешь быть голодной?» — «Я больше не хочу», — отвечает Элис. «Хорошо, будешь голодной. И помни, ничего до самого обеда».

Увы, но это не метод логических последствий. Это порицание. Элис «угрожают» голодом. Родители все еще озабочены, как Элис ест, и показывают это. Они все-таки хотят «заставить» дочь поесть. Элис умна. Она понимает, что родители будут переживать, если она останется голодной. И она отказывается от ланча. Элис будет «страдать» от голода, наказывая своих родителей.

Существует лишь один выход из данной ситуации — быть действительно безразличными к ее питанию. Это только ее проблема. И она должна решить ее сама. Элис вправе есть или не есть, быть сытой или голодной — это ее выбор. Позвольте ей прочувствовать последствия этого выбора.

Родители часто неверно трактуют понятие «логические последствия», видя в нем новый метод, как произвести впечатление на своих детей. Дети распознают в этом замаскированное наказание. Секрет заключен в правильном использовании данного метода. Со стороны родителей необходим сознательный уход из ситуации, что даст ей возможность логически завершиться в освобожденном пространстве. Существует два направления. Естественное последствие отказа от пищи — дискомфорт голода. Естественное последствие приема пищи — комфорт удовлетворения.

Каждый день у мамы возникали большие трудности при сборе дочери Каролин, шести лет, в школу во вторую смену. Однажды она услышала про метод логических последствий. Мама мечтала, чтобы Каролин успевала делать все вовремя. Ей было нелегко перестать контролировать дочь. И все-таки мама

решилась. Она показала Каролин, где должны быть стрелки часов, чтобы вовремя успеть в школу, и они сели обедать. Девочка не обращала никакого внимания на часы. Мама поела, убрала свою тарелку и вышла из кухни. Она удобно расположилась в кресле с книгой. Совсем не важно, что ее глаза просто скользили по странице, однако всем своим видом она показывала полную занятость. Наконец, Каролин вышла из дома на полчаса позже отведенного времени. Девочка вернулась из школы, и мама с удивлением отметила, что все спокойно, ничего не происходит. На следующий день повторилось то же самое. На третий день мама попросила содействия школьного учителя дочери. На этот раз Каролин опоздала на сорок пять минут. Девочка вернулась из школы вся в слезах. «Дорогая, ты же опоздала. Возможно, завтра ты не будешь так медленно собираться», — спокойно отреагировала мама. Со следующего дня Каролин, как ястреб, следила за временем и больше в школу не опаздывала. Мама была совершенно счастлива.

Та же техника может быть применена и к детям, опаздывающим по утрам в школу. У них могут быть собственные будильники. Мама ставит детей в известность, что больше не считает себя ответственной собирать их в школу. В самом деле, не она же в школу ходит! Мама прекращает ходить за ними по пятам и подгонять, чтобы те не опоздали. Она позволяет им бездельничать, забывать книги и домашние задания.

Мы всегда можем включить свое воображение и представить то или иное логическое последствие какой-либо ситуации. Необходимо спрашивать себя: «Что случится, если я не вмешаюсь?» Невыполненное домашнее задание возмутит школьного учителя. Испорченные игрушки просто выбрасываются без всякой замены. Брошенная на пол одежда не подымается. И так далее. В некоторых случаях, возможно, стоит незаметно организовать последствия самим.

Кэти, трех лет, не любит играть во дворе, а выбегает на улицу. Мама должна постоянно следить за девочкой. Ни крики, ни шлепки не дают положительных результатов.

Какое логическое последствие возможно в данной ситуации? Если мы позволим ребенку играть на улице, он неизбежно попадет под машину — таков естественный результат игры на проезжей части. Таким образом, мы должны сами устроить последствие, способное восстановить порядок. Кэти хочет погулять. Мама спрашивает малышку, где она собирается играть. Если девочка не уверена, мама забирает ее домой. «Поскольку ты не решила играть только во дворе, на улицу ты не пойдешь, — спокойно говорит мама. — Когда ты будешь уверена, скажи мне». Кэти оставляют играть в ее комнате. Но это не должно выглядеть как наказание. Когда мама говорит девочке: «Так как ты не думаешь играть во дворе...», этим она подчеркивает право Кэти иметь собственные мысли. Мама не может заставить дочь почувствовать, что она хочет остаться во дворе. Но мама может установить ограничения и последствия. Как только Кэти захочет играть во дворе, она может идти гулять. Если она опять убегает со двора, ее приводят домой, и больше никаких прогулок на сегодня. Главное, чтобы данный процесс не превратился в состязание за власть. Целесообразно подержать Кэти дома пару дней без прогулок. Но у ребенка всегда должен быть шанс на новую попытку. Дети ощущают веру родителей в свои способности, и это помогает им учиться преодолевать трудные ситуации. Кэти будет протестовать и бунтовать. Мама должна оставаться спокойной. Сейчас не время реагировать на мятеж, она решает совсем другую проблему, не все сразу.

Бэти, трех лет, не хотела чистить зубы. Каждый день мама должна была принуждать ее. Это расстраивало их обеих. Затем мама придумала вот что. Она сказала дочери, что если она не хочет, то может не чистить зубы. Но, так как все сладости разрушают нечищенные зубы, то она их получать не будет. С этого момента мама больше не заводила разговор об этом. Целую неделю Бэти не чистила зубы, но и не получала сладостей. Другие дети ели конфеты и пирожные. Однажды днем Бэти объявила, что хочет почистить зубы и получить немного конфет. «Не сейчас, дорогая. Зубы чистят по утрам». Девочка восприняла это спокойно. На следующее утро Бэти чистила зубы по своей собственной воле.

Многие неприятные для нас вещи дети делают по единому умыслу — заставить нас заниматься ими. Именно в таких случаях логические последствия работают прекрасно.

Гай, четырех лет, постоянно имел проблемы с обувью. Это очень раздражало его маму: «Господи, Гай! Когда же ты научишься правильно обуваться! Иди сюда». И мама переобувала сына.

Гай знает, что обулся неверно. Ответ мамы входит в план действий сына. Используя процесс обувания, мальчик привлекает маму в свою игру. Слова мамы: «Когда же ты научишься...» подразумевают, что Гай глупый. Но это далеко не так. Если кто и глупый, то только не ребенок. Мама может уберечь себя и сына от этой конфликтной ситуации очень просто. Она не должна больше обращать внимание на то, как Гай обувается. Обувь на его ногах, а не на ее. Если она будет мешать, Гай прочувствует дискомфорт, который неизбежно последует от неправильно надетой обуви. Мама может отметить только верно обутого сына и спокойно выразить свое удовольствие: «Ты сейчас знаешь, как это делается». Этого достаточно. Достижение Гая признано, и он уверенно идет дальше.

Алэн, десяти лет, забыл свой футбольный мяч на улице. Когда же он вернулся, то мяча уже не было. Он прибежал весь в слезах. Отец возмутился: «Это уже третий мяч, который ты теряешь за это лето. Ты думаешь, деньги растут на деревьях?» После долгой проповеди отец получил обещание сына больше мячей не терять. «Ну, хорошо. Завтра я куплю тебе новый мяч. Но запомни, это уж точно последний!» Кстати, он говорил те же слова после пропажи второго мяча. Просто отец не может устоять при виде плачущего сына!

Много раз родители имеют золотую возможность не мешать проявиться «во всей красе» следствию плохого поведения ребенка. Но из-за своей жалости или желания «защитить» ребенка они вмешиваются и наказывают его по своему усмотрению.

Отец мог бы сказать: «Мне страшно жаль, что ты потерял свой мяч, Алэн». — «Ну, купи мне другой», — просит сын. «У тебя есть деньги для этого?» — «Нет, но ты бы мог дать мне». — «Ты же регулярно получаешь свои карманные деньги». — «Но этого не хватит!» — «Извини, но это все, что я могу сделать для тебя», — отец спокойно заканчивает разговор.

Логические последствия способствуют переориентации наших мыслей. Мы должны осознавать, что больше не живем в деспотичном обществе и не «господствуем» над детьми. При демократии мы только «направляем» их. Мы не можем больше навязывать свою волю нашим детям. Сейчас мы должны «поощрять» хорошее поведение, а не добиваться его силой. Конечно же, эти новые техники еще не стали нашей второй натурой, мы лишь на пути к истинному прогрессу в воспитании детей. Мы нуждаемся в изменении наших привычек и стереотипов. Нам помогут наше новое мышление и регулярно тренируемое воображение. Мы не должны вмешиваться в естественную логику текущих событий. Это приводит к «естественным последствиям». Например, если ребенок встает утром не вовремя, он, конечно же, опоздает в школу и получит нагоняй от учителя. Возможно, в другой ситуации нам нужно будет выстроить «логические последствия» плохого поведения ребенка. Естественные последствия представляют собой давление реальности без каких-либо особых действий со стороны родителей. Они всегда эффективны. Логические последствия не могут использоваться при состязании за власть, в таком случае они превращаются в карательные акты возмездия. Таким образом, естественные последствия всегда полезнее, так как логические могут привести к обратным результатам.

Нет никакой логической связи в том, что мама запрещает Боби смотреть его любимую телевизионную передачу потому, что он не вынес мусор. Не имеет особого значения, как мама скажет это сыну. Боби услышит: «Ты не выбросил мусор, поэтому я наказываю тебя. Ты не будешь смотреть свою любимую передачу». Логика этой ситуации такова, мама не желает готовить на кухне, где не вынесен мусор. Но, если Боби вовремя не справился со своим домашним

заданием, чтобы успеть поиграть в футбол, вполне логично его не пустить на футбольное поле, пока он все-таки не завершит работу.

Точное и последовательное применение логических последствий часто очень эффективно и приводит к поразительным результатам. Прекращаются конфликты, и в семье воцаряется долгожданная гармония. Дети быстро осознают справедливость логических последствий и обычно принимают их охотно, без особого негодования. Чем меньше родители говорят о «последствиях», тем меньше это воспринимается как наказание. Не всегда, конечно, есть возможность следствия, и мы должны подождать другой случай. Иногда проблема решается в процессе беседы с детьми. Очень важно обращать внимание на их предложения.

Если все-таки родители вовлечены ребенком в состязание за власть, то логические последствия, используемые как порицание, утрачивают свою эффективность. Важно постоянно быть начеку и не попасть в эту ловушку. Мы должны напоминать себе: «Я не имею права наказывать ребенка, равноправного со мной, но я имею обязательство направлять его. Я не имею права навязывать ему свою волю, но я и не обязан поддаваться его чрезмерным требованиям».

Строгость без доминирования

Трудно временами понять разницу между строгостью и доминированием. Дети нуждаются в строгости. Ребенку необходимы ограничения, без которых невозможно его нормальное развитие. Если нет ограничений, ребенок продолжает расширять пределы вседозволенности, и не известно, как далеко он может зайти. Это влечет за собой грубое нарушение норм поведения и, следовательно, жесткие наказания. В результате имеем конфликтную ситуацию и напряженные отношения в семье.

Как только мама завела машину и тронулась с места, двое очаровательных пятилетних близняшек, Джуди и Джери, стали весело прыгать на заднем сиденье. Они не умолкали и очень шумно резвились. Мама несколько раз просила их угомониться. Девочки на минуту замолкали, а затем опять начинали шумную игру. Вдруг Джери сильно толкнула Джуди, и та упала маме на голову. «Это уже предел всему!» — закричала мама и остановила машину. Девочки замерли, со страхом глядя на маму. Она сильно отшлепала каждую. Дочери были поражены, так как мама редко применяла насилие.

Мягкость мамы позволяет девочкам чувствовать, что «все можно». Когда мы эпизодически применяем насилие

для установления порядка, ребенок учится обращать на нас внимание, только когда мы выходим из себя.

Машина неуместна для шумной игры. Установить порядок в данной ситуации для мамы не так уж и сложно. Она может быть строгой без доминирования. Как это сделать? Секрет заключается в умении быть непреклонным. Доминирование означает, что мы пытаемся навязать ребенку свою волю. Мы говорим ему, что он должен делать. Навязывая свою волю близнецам, мама вызовет лишь бунт. Твердость и непреклонность должны присутствовать в *наших собственных действиях*. Мама всегда может решить, как ей поступить в данный момент, и выполнить это. Она просто останавливает машину и ждет, пока дети успокоятся. Необходимо придерживаться правила: машина в движении, если дети спокойны. Мама может сказать: «Я не поеду, пока вы не успокоитесь». Затем она спокойно сидит и ждет, пока дети прекратят шуметь. Никаких других объяснений не нужно. Мама твердо выдерживает свою линию поведения.

Твердость без доминирования нуждается в тренировке, и главное здесь — взаимоуважение. Мы должны уважать право ребенка самому решить, что он будет делать. Всеобщее уважение приобретается посредством нашего отказа подчиняться непокорному ребенку.

Эрик, семи лет, средний ребенок в семье, был очень привередлив в еде. Как только отец стал всем раздавать по внушительной порции тушеной говядины (традиционное семейное блюдо), Эрик демонстративно отодвинулся от стола и заявил с явным раздражением: «Я не люблю эту ерунду». — «Эрик, ты же даже не попробовал!» — стала оправдываться мама. «Ты же сама знаешь, что я не люблю тушеного мяса, — заныл мальчик. — Я не могу это есть». — «Ну, хорошо. Я приготовлю тебе стэйк». Пока мама готовила, Эрик раскачивался на стуле, играя со своим ножом. Семья закончила обед, и все встали из-за стола. Когда мама закончила, они обедали вдвоем и разговаривали о школе.

Эрик получил не только особую пищу, но и все мамино внимание. Мальчик имеет право отказаться от тушеной

говядины, и мама должна уважать это право. Но, стараясь быть «хорошей мамой», она превращается в рабыню. Родители должны твердо стоять на своих позициях и позволить сыну позаботиться о себе самому. Давайте посмотрим, что в этом случае может произойти.

Эрик заявил, что есть тушеную говядину не будет. «Хорошо, ты можешь и не есть это мясо», — отвечает отец. Он продолжает раскладывать порции, пропуская Эрика. «Ну, вы собираетесь мне что-нибудь дать?» — возмущается мальчик, «У нас сегодня только это блюдо», — говорит мама. «Если ты не хочешь, можешь идти в комнату». — «Но я не люблю эту тушенку», — кричит Эрик. «Ничего не могу поделать», — вот ответ мамы. На этом родители прекращают словесную перепалку с сыном. Они игнорируют любые его дальнейшие комментарии о еде, голоде и др. Вся семья спокойно обедает. Эрик в гневе удаляется. Позже он возвращается за молоком и печеньем. «Извини, но у нас не ресторан. Жди ужина», — мама отказала сыну до следующего приема пищи. Она не обращает внимания на все его протесты и крики. Родители остались непреклонными. Вскоре Эрик присоединился к семейной трапезе и ел все, что подавали.

Вполне разумно уважать нужды и желания ребенка. Но мы должны чувствовать различия между его действительными потребностями и капризами. Анализ ситуации в целом может стать для нас путеводной нитью.

Кэти, трех с половиной лет, заболела и провела в постели несколько дней. Даже ночью родители заботились о ней. Выздоровев, девочка продолжает звать маму по ночам. После нескольких тревожных ночей мама решила прекратить это. Родители договорились не обращать внимания на ночные призывы дочери. Вечером мама поцеловала Кэти, пожелала ей спокойной ночи и сказала: «Папа и я идем спать. Ты больше не зови нас ночью, мы будем крепко спать». Когда Кэти проснулась и закричала, родители не ответили. Девочка немного покрутилась в кроватке и уснула. Остаток ночи она проспала спокойно.

Мама поставила дочь в известность, что она собирается делать, и позволила Кэти принять свое собственное решение. Когда девочка подвергла испытанию ее решение, мама осталась непреклонной.

Сали с мамой возвращались после прогулки. Вдруг девочка решила зайти в гости к подружке. Мама ответила: «Нет, мы идем домой». Сали хныкала и умоляла. Мама продолжала идти. Девочка остановилась и затопала ногами по тротуару. Мама медленно шла, не оглядываясь. Неожиданно Сали подпрыгнула и побежала догонять маму. Они спокойно дошли до своего дома.

Мама всем своим видом показала, что решила идти домой. Она не давила дочь аргументами и не поддавалась на ее требования. Когда ребенок осознал, что мама действительно намерена идти домой, она приняла мамино решение и присоединилась к ней.

Строгость — это наш отказ удовлетворять чрезмерные требования ребенка и не потворствовать в каждой его прихоти. Если мы принимаем решение следовать нормам порядка, то должны придерживаться этого. Ребенок вскоре присоединится к нам.

Поддержание порядка требует определенной строгости и твердости, особенно с маленькими детьми. Если мама говорит «нет», то она должна проконтролировать, чтобы это ограничение выполнялось. Крики, угрозы и наказания не принесут положительных результатов надолго. Такие враждебные действия могут лишь временно приостановить нежелательное поведение ребенка и переместить конфликт в другую плоскость, но ничем хорошим это не закончится. Дети могут принять ограничения только посредством непреклонной настойчивости. Если ребенок не желает правильно одеваться в школу, мама задерживает его уход. Когда ребенок слишком шумит и не хочет успокоиться, его можно попросить выйти из комнаты. Такие акты давления должны всегда давать ребенку шанс выбрать, что он хочет сделать. «Ты можешь остаться, если не будешь шуметь». Если ребенок не утихает, мама предоставляет ему другой выбор: уйти самому или быть выведенным. Просьба выйти из комнаты

может показаться диктаторской. Но при нормальных отношениях в семье ребенок, вероятнее всего, послушается и избавит родителей от длинных проповедей и объяснений, почему он должен уйти.

Спокойная настойчивость особенно эффективна с маленькими детьми. Иногда достаточно одного строгого взгляда мамы, и проблема решена. Дети чувствуют, когда родители действительно серьезны в своих намерениях. Так, одна мама на собрании родителей поделилась: «Всякий раз, когда я сама не уверена в том, что говорю дочери, Барбара пропускает это мимо ушей. Но когда я точно знаю, что хочу от нее, она далее не пытается противоречить. Просто исполняет это».

8

глава

Проявляйте к ребенку уважение

Основой демократического образа жизни является взаимное уважение. Нет уважения, нет равенства. Мы должны постоянно проявлять уважение к нашим детям и их правам.

Родители безумно любят своего Грегори, двухмесячного малыша. И в любое время, когда бы ни пришли их друзья, они готовы разбудить ребенка, чтобы показать восхищенным зрителям.

Грегори имеет право на сон. Родители, игнорируя это, демонстрируют полнейшее неуважение к малышу.

Грегори часто плачет и плохо спит. Кормят его нерегулярно. График кормления ребенка отсутствует.

Рост и здоровье Грегори зависят от регулярного сна и питания. При установленном графике кормления налаживается модель пищеварения. Это способствует полному перевариванию пищи, и данная модель работает всю жизнь. С первых минут жизни для ребенка очень важна нормальная работа желудка. Ребенок знакомится с порядком через

установленный график кормления. Младенец и его желудок имеют право на регулярность и аккуратность. Ребенок может даже сам регулировать часы кормления.

Педиатры расходятся в своих советах по детскому питанию. Мама, строго придерживающаяся графика кормления, вскоре может заметить, что малыш чувствует регулярный временной интервал приема пищи и реагирует на него. Если же мама потворствует ребенку, кормит его при малейшем его требовании, сбиваясь с графика, она поощряет его чрезмерные притязания. Тем самым она демонстрирует недостаток уважения к малышу и порядку.

Питер, девяти лет, единственный ребенок в семье. Он очень старается во всем угодить своим родителям, имеющим высокие жизненные стандарты. Для Питера была разработана целая программа достижений, и ожидалось только превосходные результаты. Любая отметка ниже «4+» становилась бедствием. Питер возглавляет команду скаутов, побеждает в спортивных состязаниях, превосходно играет на пианино. У него обширная коллекция минералов, и он знает название каждого камня. Он искусно мастерит модели самолетов, читает наизусть отрывки из Библии. У него безупречные манеры и аккуратный внешний вид. Все считают Питера блестящим и удивительным ребенком. Но у мальчика есть одна вредная привычка, с которой родители никак не могут справиться: он грызет ногти. Питеру часто снятся кошмары, и он нервно подергивает плечами.

Родители Питера, даже не догадываясь об этом, крайне жестоки в своих «великих ожиданиях» от сына. Поскольку мальчиком движет сильное желание угодить, он легко подчиняется всем требованиям родителей. Он пытается оправдать все их ожидания, напрягаясь в учебе и других достижениях. Но налицо сигналы внутреннего бунта. Мальчик ошибочно полагает, что его значимая позиция в семье сохраняется лишь тогда, когда он угождает родителям. Он боится потерять эту позицию, открыто восстав против родительских требований. Питер может протестовать только во сне. Это достаточно опасная ситуация.

Родители проявляют глубокое неуважение к Питеру как человеку. Они используют сына лишь как средство повышения своего собственного престижа. Мальчик не имеет чувства самоуважения, так как вся его жизнь направлена на обслуживание родительского желания — видеть сына великим человеком.

Только доверяя ребенку и его способностям, мы можем проявлять уважение к нему. Но разве это означает, что мы имеем право тешить свое самолюбие?

Полуторагодовалая Пэм пытается взобраться в кресло. Она не удержалась и упала. Девочка ударилась подбородком и прокусила нижнюю губу. Мама оставалась спокойной, когда увидела стекающую струйку крови. Она спокойно обратилась к дочери: «Попытайся снова. Ты можешь это сделать». Пэм облизнула кровоточащую губку и вернулась к процессу обучения.

Жестоко? Вовсе нет. Если бы мама забеспокоилась ушибом, испуганная малышка потеряла бы свою храбрость. Поскольку мама не была потрясена кровью, Пэм может позволить себе еще одну попытку, наверняка более удачную. Чрезвычайно полезный урок!

Джеф, девяти лет, обменял редкий экземпляр геодезии из своей коллекции минералов на менее ценный камень, но для него более интересный. Когда об этом узнал отец, он был просто взбешен. Во-первых, партнеру по обмену было уже четырнадцать лет, и он мог знать о реальной ценности камней. Во-вторых, Джеф не посоветовался с ним. Отец «уладил дело», поссорив мальчиков и заставив сына чувствовать себя униженным и неполноценным.

Решение обмена принадлежит сыну, и оно должно быть принято с уважением. Ситуацию можно уладить, не унижая мальчика и не разрушая его чувство самоуважения. Когда Джеф показал отцу обмененный камень, отец мог бы проявить обычный интерес. На следующий день он мог бы объяснить сыну реальную ценность камней из его коллек-

ции, не упоминая о сделке. Джеф бы понял сам, что попал впросак. «Уладив дело», отец показал сыну, что тот очень виноват. Не имея раньше такого опыта, как Джеф мог предполагать такое? Отец слишком многого ожидал от сына. Мальчику необходимо показать, что, приняв решение, он должен твердо держаться своего. Таким образом, данная конфликтная ситуация превращается в обучающую, и дружба сохраняется.

Во время загородной прогулки в парк развлечений Роберт, одиннадцати лет, утомил маму просьбами еще раз прокатиться на машинках. Рута, девяти лет, и Бети, семи с половиной, хотели идти к озеру. Мама с детьми направилась к озеру. Роберт, отстав, продолжал просить. Мама сердито отказала. Всякий раз, когда Роберт нервничал и волновался, он имел проблемы с речью. И в этот раз его с трудом можно было понять. Мама повернулась к сыну, стала имитировать его заикание и смеяться над ним. Рута и Бети взорвались от смеха. Роберт плотно сжал губы, глотая слезы, и поплелся сзади.

Унижение ребенка свидетельствует о неуважении к нему; и, определенно, не помогает воспитательному процессу. Роберт уже имеет проблемы, об этом свидетельствует его заикание в состоянии стресса. Насмешка лишь усиливает его ошибочную личностную концепцию беспомощности и безнадежности. Отказываясь принять ошибочную самооценку сына, тем самым мама проявляет к нему уважение. Спокойная фраза «сейчас мы идем к озеру» решит проблему просьб.

Семейные ссоры в парках обычное зрелище. Хотя их так легко можно избежать. Прежде, до прогулки, принимается семейное решение, как много денег каждый может потратить. Все должны понимать, что есть определенное количество денег на развлечения. На каких качелях дети будут кататься, в целях безопасности прогулки тоже обсуждается до отъезда. Если бы родители проявили настойчивость и непреклонность, поход в парк был бы намного веселей. Позволив детям самим решать, на каких каруселях кататься и в какой очередности, мы учим их экономить деньги

и время. В противном случае постоянные родительские напоминания и предостережения превращают ситуацию в конфликтную, с пререканиями и разочарованиями для всех.

Уважение к ребенку означает, что мы видим в нем человека, способного наравне с нами принимать решения. Естественно, это не означает, что он может делать то же самое, что и взрослый человек. Каждый в семье играет свою роль, и каждый имеет право на уважение этой роли со стороны других.

9

глава

Побуждайте уважать порядок

Если ребенок принимает нашу настойчивость и твердость, а мы проявляем уважение к нему, то нет особого труда привить ребенку уважение к порядку.

Ребенок не поймет, что такое порядок, пока не столкнется с беспорядком. Он остерегается острого ножа, когда порежется; огня — после ожога; велосипеда — после падения; летящего мяча — после удара. Это запечатлевается в его памяти как безусловный порядок вещей. И если он не смог удержаться на велосипеде, то он знает, что для того, чтобы не упасть, должен успеть соскочить с него. И летящий мяч уже не страшен, если вовремя увернуться от траектории его полета. Ребенок учится понимать физические законы окружающего мира и использовать их. Никакие разговоры не смогут научить ребенка держаться в седле велосипеда, пока он сам не попробует. Мы можем лишь добавить дополнительные колеса, но искусству равновесия он учится сам. Итак, ребенок должен учиться порядку не на словах, а на деле. Мы страхуем ребенка добавочными колесами лишь до того момента, когда он научится держаться в седле. Затем страховка убирается. Мы не должны упускать те ситуации, которые помогают нам воспитать уважение к порядку у наших детей.

Грейс, девяти лет, рисует за столом в гостиной. Венди, семи лет, на полу вырезает бумажные куклы. Вокруг валяются остатки бумаги. «Девочки, когда закончите, все уберите», — сказала мама, проходя через гостиную. «Мы уберем», — ответила Венди с легким раздражением. Когда мама опять была в гостиной, девочки уже смотрели телевизионную передачу. Она увидела беспорядок на столе и кучу бумажного мусора на полу. «Девочки, все уберите!» — напомнила мама. «Да, мама», — последовал автоматический ответ с каплей досады в голосе. Вскоре мама опять заглянула в гостиную, девочки немного перекусили, а стаканы оставили на телевизоре. Крошки были повсюду. «Так вы уберете за собой? Посмотрите на этот свинюшник, что вы устроили!» — «Хорошо, мама, — недовольно отозвалась Грейс. — Мы уберем». Через полчаса Грейс читала книгу, лежа на диване, а Венди играла во дворе. В гостиной был полный кавардак. Мама была страшно возмущена. Она позвала девочек и с криком набросилась на них: «Немедленно все убрать! У нас будут гости к обеду. Я хочу, чтобы гостиная выглядела прилично. Вы же сами помогали мне с уборкой утром. Почему же теперь вы не можете убрать после себя? И никаких развлечений, пока не приведете гостиную в полный порядок!» Грейс и Венди угрюмо занялись уборкой. Мама напряженно наблюдала, продолжая вычитывать дочерей.

Конечно, Грейс и Венди знают, что после себя они должны убрать. Но у них нет никакого уважения ни к словам мамы, ни к ситуации вообще. То, что мама постоянно напоминает дочерям в их возрасте убирать после себя, говорит о том, что многие годы объяснений и проповедей не принесли желаемых результатов. Девочки семи и девяти лет все еще пренебрегают порядком. Они, обиженные бесконечными напоминаниями, успокаивают маму обещаниями, которые не собираются выполнять.

Одна из основных претензий родителей к своим детям — это недостаточное уважение к порядку. Возможно, этим дети проявляют особую форму мятежа против взрослых. Все родители требуют ставить вещи на свои места, а большинство детей противится этому. Чем больше мама проявляет заботу

о порядке в доме, тем более она уязвима к сопротивлению детей по этому поводу.

Дети должны воспринимать порядок как часть персональной свободы. Беспорядок говорит о личной несвободе каждого в семье. Это проблема взаимного уважения. Мама своей «насильственной концепцией порядка» отрицает уважение к дочерям. Убирать за детьми, бегать за ними, стать их обслуживающим персоналом, выполнять работу за них — все это демонстрирует неуважение родителей самих к себе. Вместо этого мы должны воспитать у детей уважение к порядку. Как это сделать? Вернемся к нашей ситуации. Мама может установить, что она будет делать. Если она находит разбросанные девочками игрушки, она может поднять их и положить на другое место, неизвестное для дочерей. И где теперь игрушки, будет знать только мама, потому что она их собрала. Поскольку девочки не расставляли свои вещи по местам, они не будут знать, где они сейчас. Мама остается непреклонной, но дружелюбной. Это не наказание. Логично, если мы что-то не положили на свое место, то мы и не знаем, где оно лежит сейчас. Бумажные куклы исчезли. Нет карандашей и бумаги. Оставили стаканы и крошки — больше никакой еды в гостиной! Мама спокойно, без затаенной вражды и обычного потока слов, убирает гостиную. Ее действия не должны быть ни в коем случае похожи на наказание или возмездие. Существует лишь одно место в доме, где девочки могут вести себя так, как им хочется, это их комната. Маму может совсем не заботить полный беспорядок там, более того, она позволяет дочерям испытать последствия этого. Вместо того чтобы чувствовать себя растерянной, так как она не может «сделать» девочек аккуратными, мама отказывает им в своем сотрудничестве при смене постельного белья или уборке, пока в комнате беспорядок. Девочкам беспорядок вскоре надоест, особенно когда носок утерян, блузку невозможно найти и т. д. В таком случае мама может предложить свою помощь в уборке комнаты раз в неделю, или девочки захотят ее помощи сами. Когда они вместе убирают комнату, мама должна воздержаться от любого замечания по поводу беспорядка, любого комментария типа: «Посмотрите, как здесь ужасно!

Как вы можете спокойно смотреть на это» и т. д. Уместны лишь приятные разговоры на любые темы, кроме беспорядка. Со временем, когда девочки поймут, что маму совсем не беспокоит беспорядок и она отказывается участвовать в увлекательной игре «кто победит?», они могут решить, что все-таки порядок более удобен им самим. Если в результате нерадивого отношения к порядку исчезают их вещи, то дети становятся более заботливыми по поводу расстановки их по своим местам.

Трехлетняя Джин оставила свой велосипед на проезжей части улицы. Мама сказала дочери занести его во двор. Девочка проигнорировала слова мамы и продолжала играть в песочнице. Мама прикрикнула на дочь, отшлепала и пошла с ней за велосипедом. «Я говорила тебе ставить велосипед на место, когда ты больше не катаешься. И я требую это выполнять!» — мама в одной руке тащила велосипед, в другой — дочь.

Маме, используя силу, не удастся приучить дочь к порядку. Это вызывает лишь враждебность и протест. Спокойная настойчивость принесет больший эффект. Мама может сама принести велосипед и поставить его там, где трехлетнему ребенку будет нужна помощь, чтобы взять его снова. Когда Джин захочет покататься, мама скажет: «Извини, Джин, ты в последний раз не принесла велосипед с улицы, и сейчас кататься не будешь. Может быть позже, сегодня после обеда». Последние мамины слова внушают Джин смелость новой попытки и возможность поставить велосипед на место самой или с помощью мамы.

Чарльз, одиннадцати лет, часто опаздывал к обеду. Он так увлекался игрой со сверстниками, что мама всякий раз прощала его. Она подогревала ему обед заново и ждала, пока он закончит, чтобы убрать кухню.

Чарльз добился своего! Мама добровольно исполняет роль преданного слуги. Мальчик принимает дополнительный сервис как само собой разумеющееся. У него нет никакого уважения к порядку, поскольку никто и не требует

этого. Он понял, что хорошие отношения с друзьями и активная игра есть те ценности, которые его мама ставит выше всего. Почему он должен уважать час обеда? Все равно он передвигается по желанию Чарльза, как ему удобно.

Естественно, здоровая активность Чарльза и его отношения с друзьями важны. Но это ничуть не пострадает, если мальчик научится уважать порядок. Мама может уведомить сына, когда будет накрыт обед, и больше никакого дополнительного обслуживания. Мальчик имеет выбор: быть дома вовремя и пообедать или продолжать играть с друзьями, но остаться голодным. Маму это больше не должно волновать.

Мама имела большую проблему научить четырехлетнюю дочь Деби класть свои вещи по местам. Помимо Деби в семье был годовалый сын Кэвин. Квартира была совсем небольшой. Мама решила обратиться за помощью в детский центр. Получив новую информацию, она поделилась ею с мужем. Они решили испробовать это на практике. На следующее утро Деби, как обычно, оставила пижаму на полу и разбросала по комнате игрушки. Днем мама спросила дочь: «Ты хочешь собрать свои игрушки?» — «Нет». — «Хорошо. Тебя устраивает такой беспорядок?» — «Да, это весело!» — воскликнула Деби. «Могу ли я тоже ничего не убирать сегодня?» — спросила мама. «Конечно», — пожала плечами девочка. Целый день мама не притрагивалась к разбросанным вещам. Она мило общалась с дочерью и играла с дочерью как обычно. Мама предложила Деби просмотреть ее одежду и увидеть, что нуждается в починке. Девочка с радостью согласилась. После этого мама оставила всю одежду на кровати в детской. Одежда Кэвина, его игрушки и бутылочки были также брошены, где попало. Когда пришел домой отец, в доме был полный кавардак. Он бросил свое пальто на детскую коляску, галстук повесил на лампу, туфли швырнул в разные стороны и сел играть с детьми. Папа вел себя спокойно, как будто ничего необычного не происходит. Пока готовился ужин, мама кормила Кэвина. Обеденный стол был забросан рисунками Деби, карандашами и красками. Места для еды не было. Мама села в кресло и стала читать журнал. «Как ужин?» — спросил папа. «Все готово», — ответила мама. «Ну и когда мы будем есть?» — «Мы не можем», — сказала мама,

листая журнал. «Почему?» — «На столе нет места для тарелок». Папа сел читать газету. «Я голодна, мама», — сказала Деби. «Я тоже», — спокойно ответила мама. Деби молча изучала ситуацию, потом пошла на кухню, посмотрела на стол и вернулась в гостиную. Девочка минуту постояла и опять вернулась на кухню. Родители продолжали читать, уверенные в том, что Деби убирает обеденный стол. Вскоре девочка вернулась и спокойно сказала: «Мама, уже есть место для ужина». Мама немедленно накрыла на стол. Ужин прошел очень весело. Когда пришло время спать, Деби не смогла найти свою пижаму. «Прости, дорогая, но я не знаю, где твоя пижама», — сказала мама. «И как я буду спать, если на моей кровати все эти вещи», — возмутился ребенок. «Да, будет неудобно», — согласилась мама. «Мне это совсем не нравится!» — захныкала Деби. «Что мы должны сделать?» — спросила мама. «Я считаю, лучше все это убрать», — ответила девочка.

Этот опыт закончился успешно по трем причинам. Во-первых, мама все время была спокойной и сохранила атмосферу доброжелательности. Во-вторых, она воздержалась от каких-либо наставлений и проповедей. Она не упоминала о беспорядке и старалась вообще не замечать его. Темы разговора с дочерью были совсем другие. В-третьих, и самое главное, мама осознала воспитательный процесс данного эксперимента и легко справилась с ним. Она не пыталась *заставить* Деби собрать разбросанные вещи и игрушки или навести порядок в комнате.

Применять описанную выше экспериментальную ситуацию стоит очень редко. Ее ценность заключается в реальности жизненной ситуации столкновения с беспорядком в конкретной семье. Это воздействие будет утеряно, если эксперимент вскоре будет повторен.

Другой способ борьбы с разбросанными повсюду игрушками — выделить большую картонную коробку для их хранения. Мама собирает все, что встречается у нее на пути, и сбрасывает в эту коробку. Выуживать нужные вещи будет очень проблематично для ребенка.

Маму не должно беспокоить, что происходит в комнатах детей. Там они хозяева. Если детские в полном беспоряд-

ке, мама может туда и не заходить. Когда нужно перестелить белье или отдать выстиранную одежду, мама оставляет все это на стуле возле комнаты, куда она не хочет входить из-за беспорядка. К тому же, где она сможет положить чистую одежду в грязной комнате?

Наша фантазия подскажет, как избежать насильственного установления порядка. Важно дать детям почувствовать последствия беспорядка, которые смогут побудить их самим разобраться в ситуации и принять порядок добровольно.

В большинстве случаев полное неуважение к порядку свидетельствует о межличностных проблемах в семье. Очень сложно исправить данную ситуацию каким-то одним методом, например, логическими последствиями. Родители нуждаются в последовательном исправительном процессе, восстанавливающем гармоничные взаимоотношения.

10

глава

Учите уважать права других

Кэвин, шести лет, мальчик с хорошими музыкальными способностями, любил слушать свои пластинки на собственном проигрывателе. Однажды его мама крайне расстроилась, обнаружив, что Кэвин прослушивает на большой скорости ее любимые диски. Он уже поцарапал несколько ее пластинок. Мама объяснила сыну ценность каждого диска и то, как много значат они для нее. Пока она все это говорила, мальчик беспокойно ерзал. Наконец она добилась от сына обещания никогда больше не брать ее пластинки без разрешения. Но она всегда готова прослушать их вместе с сыном по его просьбе. Однако уже на следующий день Кэвин нарушил данное обещание.

Кэвин не имеет права трогать мамины пластинки. Мама должна проявить строгость по этому поводу. Все объяснения, как и вырванное обещание, абсолютно бесполезны. Все, что должна сказать мама: «Кэвин, это мои пластинки. Только я могу слушать их». Когда мальчик пытается прослушать их, мама может спросить сына, желает ли он сам выйти из комнаты или его вывести. Такой подход дает возможность ребенку принять самому решение. Мама настойчива в своем требовании, но позволяет сыну уйти самому. Мама в данной ситуации не диктует свои требования, а на-

оборот, уважает право сына самому принять решение. Она не против того, чтобы Кэвин слушал свои собственные диски. Мама лишь требует от сына уважения ее собственных прав.

Элен, четырех лет, была очень агрессивным ребенком. Когда что-то было не по ее, она могла ударить или даже укусить маму. Поведение дочери очень расстраивало ее маму. Она пыталась стыдить дочь, показывала, как глубоко обижена ее поведением. Но девочку это совсем не трогало.

Бедная мама! Она думает, что дети владеют всеми правами! В ситуации между равными каждый использует одинаковые права. Если Элен имеет право драться и даже кусаться, то у и мамы есть такое же право. Мама обязана продемонстрировать это дочери. Главное, как это сделать? Когда Элен начнет задираться, мама может спокойно сказать: «Я вижу, ты хочешь поиграть в игру „шлепки“». Затем она на самом деле шлепает Элен. Ребенок, возможно, придет в ярость и ударит в ответ. Так как игра позволяет, мама опять шлепает дочь, но сильнее. Игра продолжается, пока Элен не остановится. На нашем опыте лишь несколько детей захотели поиграть в эту игру во второй раз! Вскоре, по забывчивости, импульсивно, ребенок может ударить вас вновь, вы снова предлагаете поиграть в «шлепки». Он поспешно отступает.

Родителям странно даже предположить, что ребенок верит в свои особые привилегии. Это восхитительно работает во многих ситуациях. Не говоря ни слова, мама шестилетнего ребенка, сосущего большой палец правой руки, начинает сосать свой. Ребенок страшно обижается! Он считает, что он имеет право на это, но мама нет. Мы наблюдали, как дети бросали дурные привычки, как только их мамы делали точно также.

Пени, семи лет, и Пэт, пяти, начинали безобразничать всякий раз, когда по вечерам к их родителям приходили друзья на бридж. Дети отказывались идти спать и убегали во двор в одних пижамах. Заканчивалось все тем, что отец наказывал обеих и забрасывал дочерей в кровати.

Родители имеют право на вечер с друзьями без вмешательства детей. До прихода гостей детям можно сказать: «Сегодня вечером мы хотим встретиться с нашими друзьями. Вы можете поприветствовать гостей, потом сразу же удалиться из гостиной и нам не мешать. Или мы отведем вас к соседям. Решайте». Родители должны принять решение детей с уважением. Если дети, оставшись дома, снова ведут себя плохо, на следующий раз их уводят к соседям без обсуждения. Вскоре им опять дают выбор. Ранее мы показали, как родители научили Кэти уважать их право на сон.

11

глава

Избегайте критики и заблуждений

Чарльз, восьми лет, закончил писать письмо бабушке. Мама попросила показать ей письмо. Мальчик сделал это неохотно. «Боже мой, Чарльз! Посмотри на свой ужасный почерк. И почему ты не можешь писать ровно? Здесь ты сделал три ошибки. Надо все исправить и переписать письмо. Ты не можешь послать такое письмо бабушке». Мама исправила ошибки, и Чарльз сел переписывать письмо. Но он портил один лист за другим и делал все больше и больше ошибок. Наконец мальчик заплакал и бросил ручку. «У меня не получается переписать это письмо!» — крикнул Чарльз. «Пока достаточно на сегодня», — ответила мама. — «Можешь поиграть, а через полчаса опять вернешься к письму».

Акцентирование на ошибках, как мы видим, катастрофично. Чарльз с радостью писал бабушке письмо, и она была бы счастлива получить его даже со всеми этими ошибками и помарками. Сейчас же мальчик очень расстроен и больше не хочет заниматься письмом. Мама заметила лишь ошибки, тем самым испортив сыну настроение. Мальчик уже боится делать ошибки, а поэтому делает их еще больше. Сейчас он в отчаянии. Действительно это для него бедствие. Когда мы обращаем внимание только на ошибки, мы

лишаем наших детей уверенности в себе. *Ничего невозможно построить на слабости — только на силе.*

Насколько бы выиграл Чарльз, если бы мама отметила его заботливость к бабушке! Он получил бы позитивную реакцию и волну удовольствия. После этого мальчик был бы рад постараться еще больше. Также мама могла бы обратить внимание на те буквы и слова, которые Чарльз написал верно. «Я вижу, ты очень красиво написал букву „Ж“. Это хорошо. Ты уже научился». Сын почувствует себя более уверенно, и будет стараться писать еще лучше, так как мама верит в его способности и показывает это. Для мамы желательно обойти ошибки стороной. На данный момент желание сына пообщаться с бабушкой более важно, чем орфография. Мама слишком много хочет от Чарльза.

Мы быстро замечаем плохое поведение ребенка и немедленно набрасываемся на него за это. Преобладающая модель воспитания для многих из нас базируется на принципе, что дети должны быть «совершенными», с хорошими манерами и без всяких недостатков. Однако мы должны перестать так думать, а постараться осознать, что мы делаем. Заострение на ошибках ведет в никуда. Если же мы обращаем внимание на хорошее поведение наших детей, выражая нашу уверенность в их способности и поощряя их, всякие ошибки и проступки исправятся сами собой.

Многие родители живут в постоянном страхе, что их дети вырастут недостойными людьми, с вредными привычками и наклонностями. Мы внимательно наблюдаем за нашими детьми и пытаемся предотвратить ошибки. Мы их постоянно корректируем и предостерегаем. Такой подход демонстрирует недоверие к детям, а также унижает и обескураживает их. Замечая только то, что плохо, и показывая это ребенку, мы не понимаем, как сложно ребенку вновь найти силы поверить в себя.

Постоянные придирки и исправления дают ребенку ощущение, что он всегда неправ, и прививают страх перед очередной ошибкой. Это может привести к нежеланию что-либо делать вообще, поскольку все равно он сделает это плохо. Страх может быть так силен, что ребенок теряет способность действовать. Ребенок ошибочно считает, если он

не совершенен, то и не значим. Однако стремление к идеалу редко ведет к совершенству, чаще всего к отчаянию.

Мы все делаем ошибки. Часто мы даже не знаем, что наши действия ошибочны, пока не получим результатов. Иногда мы даже *должны* сделать ошибку, чтобы осознать ошибочность наших суждений! *Мы должны иметь смелость быть несовершенными* — и позволить нашим детям быть несовершенными. Только в этом случае мы можем действовать, прогрессировать и развиваться. Наши дети становятся смелее и охотнее учатся, если мы не замечаем их ошибок и акцентируем их внимание только на положительных результатах. Что необходимо предпринять родителям уже после сделанной ошибки для дальнейшего развития и стимулирования храбрости у ребенка? То, что мы делаем для этого, очень важно.

Маргарет, десяти лет, заплакала, как только увидела, что ее печенье подгорело. Она следовала инструкции на коробке, и все-таки что-то было не так. Почуввав запах горелого, мама пришла на кухню. «Что случилось, дорогая?» — «Мое печенье сгорело», — зарыдала Маргарет. «Да, я вижу это. Давай посмотрим, почему. Я знаю, ты совсем в этом не виновата. Не плачь, пожалуйста. Я понимаю, ты расстроена, но давай лучше подумаем, почему так получилось». Увидев положительную реакцию мамы, девочка перестала плакать. Они с мамой тщательно проверили инструкцию и вскоре обнаружили, что Маргарет неправильно рассчитала время на автоматическом таймере. «О, теперь я понимаю свою ошибку», — обрадовалась девочка. «Отлично», — сказала мама. «Давай мы здесь все уберем, и ты еще раз попробуешь испечь печенье».

Мама превратила очевидный провал девочки в полезную учебную ситуацию. Она не позволила себе никаких выговоров об испорченных продуктах и никакой критики в адрес дочери. Она по-деловому предложила разобраться в сложившейся ситуации и показала, что ошибка не так уж страшна, если знаешь, как ее исправить. Мама спокойно посочувствовала дочери и переключила ее внимание на поиск причины ошибки. И сразу же поощрила дочь сделать

еще одну попытку. Растерянность девочки улетучилась благодаря маминой поддержке и сочувствию.

Ребенок часто делает ошибку по неопытности или ошибочному суждению. Он и так расстроен полученным результатом, а тут еще мы сверху браним и осуждаем его.

Отец Симона подошел к своему верстаку за отверткой. То, что он увидел, взбесило его. Модель самолета, которую мастерил сын, лежала на верстаке рядом с отвертками, плоскогубцами, молотком и гаечными ключами. И все это было покрыто слоем алюминиевой краски. Распылитель лежал под верстаком. Разъяренный отец позвал своего десятилетнего сына. «Это что такое? Что ты натворил?» — закричал он, как только увидел Симона. «Почему ты не учишься делать все правильно? Как можно было покрасить все инструменты? Зачем они тебе все были нужны? Отвечай немедленно!» — орал отец. Мальчик испуганно смотрел на него, еле сдерживая слезы. «Папа, я только хотел покрасить мой самолет. Я не думал, что краска распыляется так быстро. Потом я не знал, что делать». — «Почему ты сам не рассказал мне, что случилось? Ты что же думал, я ничего не узнаю?» — «Я испугался, что ты рассердишься», — пробормотал Симон. «Ты прав. Я очень зол! Ты же знаешь, что поступил неправильно. Вот почему ты скрылся с места преступления. И теперь, молодой человек, я собираюсь вас наказать».

Отца Симона можно понять. Но слой краски на инструментах вряд ли нарушил их функциональную пригодность. В приступе гнева отец не услышал страдания в голосе сына и не увидел, в каком он отчаянии. Такая отцовская реакция убедила мальчика в его несостоятельности и усилила страх, а ведь Симон готов был помочь ему. Побои не вернут верстак в прежнее состояние и не научат сына, как правильно использовать распылитель. Как же правильно выйти из данной ситуации?

Во-первых, отец в порыве гнева все-таки должен был понять, что Симон не собирался красить весь верстак с инструментами. Один разумный взгляд, и можно было бы оценить ситуацию. Затем отец смог бы использовать ее в сугубо воспитательных целях. Тот факт, что мальчик сам взялся за

покраску самолета, говорит о его смелости. Давайте посмотрим, что могло бы произойти дальше:

Отец позвал сына и, сдерживаясь, спросил: «Я вижу, ты попал в трудную ситуацию. Можешь мне объяснить, что произошло?» Симон, пряча глаза, ответил: «Ну, я хотел покрасить мой самолет. Я не думал, что краска будет распыляться так быстро». — «Теперь ты знаешь, что распылитель очень отличается от простой щетки, не так ли?» — «Да, конечно», — с облегчением ответил мальчик, ощущая доброжелательность отца. «У тебя есть какие-либо идеи, как работать с распылителем в следующий раз?» — «Да», — обрадовался Симон. «Полагаю, мне сначала нужно было все вокруг, кроме самолета, покрыть бумагами, а уж потом красить». «А что ты думаешь, если твой самолет положить в большую картонную коробку и покрасить его распылителем сверху?» — посоветовал отец. «Здорово!» — воскликнул сын. «А что будем делать с инструментами и верстаком?» — спросил отец. «Ну, я не знаю». — «Что было бы, если бы они висели на своих местах на стене?» — «Они были бы в порядке», — согласился Симон с небольшим усилием, понимая папин намек класть вещи по своим местам. «У тебя есть какая-то идея, что сейчас делать с инструментами?» — «Я считаю, их надо почистить скипидаром». — «Скипидар не берет сухую краску, Симон». — «Тогда я не знаю». — «Пускай рукоятки останутся окрашенными, а металл ты поможешь почистить с помощью наждачной бумаги». — «О'кей, я готов попробовать».

Симон охотно согласился исправить повреждения. Отец и сын остались друзьями, гармония не нарушена, и ошибка мальчика послужила ему хорошим уроком.

Мама Джейн наливала в соусницу соус для спагетти. «Могу ли я помочь?» — спросила Джейн. «Дорогая, я даже не знаю. Ты такая неловкая. Ну, хорошо. Попробуй. Посмотрим, сможешь ли ты отнести это на стол, не разлив соус. Будь очень внимательной!» Мама вручила девочке наполненную соусницу. Джейн очень медленно направилась к столу, не отрывая взгляда с содержимого посуды, чтобы ни капли не пролить. Ее нога зацепилась за ножку стула, соусница наклонилась, и красная

жидкость полилась на скатерть, платье и ковер. «Джейн! Ты такая неуклюжая! Что же это такое? Разве я тебя не предупреждала? Почему ты такая невнимательная и ничего не можешь сделать аккуратно?»

Джейн так сильно старалась не быть «неуклюжей», что пролила соус, не заметив стул. Девочка в точности сделала то, от чего предостерегала ее мама и чего она сама очень боялась. Если бы мама проявила полную уверенность, что дочь может отнести соусницу, девочка была бы способна управлять собой и быть более точной. Сейчас же она думает о себе как о неуклюжей, что вновь подтвердилось. Снова неудача, и Джейн теряет доверие к самой себе.

Совершенно естественно, что дети делают много ошибок и часто поступают неправильно. Если мы будем относиться к ребенку лишь критически, то неосознанно рискуем превратить случайное отклонение от желательного поведения в серьезный, и часто постоянный дефект. Например, заикание детей. Мы постоянно чувствуем себя ответственными за предотвращение или корректировку любого нежелательного поведения ребенка. Поскольку мы ощущаем, что нужно что-то сделать, мы склонны реагировать на любое «плохое поведение» сразу же. К сожалению, это часто приводит лишь к тому, что ребенок использует раздражающее нас поведение в своих целях, например, для получения особого внимания или победы в состязании за власть. Поэтому критика не «учит» детей. Она лишь стимулирует их сохранять нежелательное поведение и недостатки.

Для эффективного руководства нашими детьми мы должны быть очень сообразительными и мгновенно понимать ситуацию. Что это? Ошибка? А может быть, отчаяние и нехватка знаний? Или здесь есть определенная цель? Рассмотренные истории Маргарет и Симона показывают нехватку опыта. Чарльз и Джейн в отчаянии. Первые двое детей нуждаются в спокойном инструктировании без критики, двум другим необходимо открытое поощрение их способностей.

Как мы уже знаем, «акт злодеяния» может быть и результатом ошибочной цели ребенка. Если это так, то мы воспринимаем ошибку как дефект.

Мама, гуляя в парке с дочерью Шейлой, пяти лет, встретила свою подругу. Ребенок прильнул к матери, когда незнакомка хотела поздороваться с ней. «Шейла, ну что же ты! Не надо быть такой стеснительной», — попросила мама. Она повернулась к подруге: «Я даже не знаю, что делать. Она такая застенчивая. У нас в семье никто этим не страдал». Вскоре девочка успокоилась, и мамина подруга попыталась поговорить с ней. Шейла, насупившись, молча стояла и враждебно смотрела на незнакомку. Наконец подруга сдалась и оставила девочку в покое. Она вернулась к разговору с мамой. Вскоре Шейла стала дергать маму за платье, пытаясь залезть ей на колени. Когда ей это удалось, она подставила маме щеку для поцелуя.

За стеснительностью стоят определенные цели Шейлы, поэтому совершенно бесполезно говорить ей об этом. Особое внимание к дефекту лишь усиливает его. В своей семье Шейла играет роль застенчивой девочки. Это ее отличительная особенность. Если мы посмотрим на данную ситуацию более пристально, то увидим, что стеснительность приносит Шейле хороший результат — она становится центром всеобщей заботы. Окружающие очень хотят помочь ей не чувствовать себя такой стеснительной, и девочка становится центром внимания. (Иногда создается впечатление, что пугливые дети тайно насмеются над нашими ужимками их успокоить!) Застенчивость подкупает. Зачем же Шейле что-либо менять в своем поведении?

Если бы Шейла не получала от окружающих интересующую ее реакцию, то нет никакого смысла продолжать играть роль застенчивой девочки. Мама может просто представить дочь и, если девочка не собирается отвечать, продолжать разговор с подругой. Стеснительность девочки приуменьшается и игнорируется. Если подруга вдруг скажет: «О, она такая стеснительная!», мама спокойно отмечает: «Вовсе нет. Просто сейчас Шейла не хочет отвечать. Немного позже».

Если мы хотим, чтобы ребенок преодолел свой дефект, мы должны понять его скрытую цель и, *без всякого упоминания*, действовать вразрез этой цели. Основная наша задача состоит в том, чтобы не обращать внимания на дефектное поведение ребенка и не вести себя импульсивно.

У Изабеллы, шести с половиной лет, был брат Фрэд, восьми лет, беззаботный и смелый мальчишка. Изабелла любила поплакать по поводу и без. Родители и брат называли ее «плаксой». Они раздражались от ее бесконечного плача, а Фрэд дразнил и презирал сестру. Однажды семья собралась в бассейн. Дети выпрыгнули из машины и побежали вперед. Изабелла упала и разбила коленку. Она безутешно зарыдала. «Опять плачет!» Фрэд остановился и презрительно скривился. «Совсем небольшой ушиб, — успокаивал девочку отец, осмотрев рану. — Перестань плакать и пошли плавать». — «Мне очень больно!» — рыдала Изабелла, обнимая колено. «Немедленно перестань плакать», — строго сказал папа. — «Это не такая страшная рана, чтобы так убиваться. Когда ты будешь в бассейне, ты совсем об этом забудешь». — «Не будь такой плаксой! — добавила мама, поморщившись. — Пошли поплаваем». Изабелла продолжала плакать и отказывалась идти дальше. К ней подбежала любимая тетя Эдит, и девочка заплакала еще сильнее. Тетя склонилась над племянницей и предложила свою помощь. Но рыдания продолжались. Наконец отец повысил голос: «Эдит, ты можешь оставаться здесь с Изабеллой и сочувствовать ей, сколько тебе захочется. Ей только этого и надо. Она просто плакса. Так, давайте пойдем плавать и позволим Изабелле сидеть и плакать». Все ушли, девочка осталась одна. Через десять минут Изабелла присоединилась к группе купающихся, сначала она была скованна, но вскоре весело плескалась со всеми.

Плачущий ребенок обычно вызывает у нас сочувствие. Нас глубоко трогают страдания ребенка. Изабелла давно осознала пользу такой ситуации. Проблема в том, что она переигрывает, и семья уже отвергает данное поведение. И все-таки, ее плач еще дает определенные результаты. Все замечают ее, реагируют, пытаются успокоить, ругаются и суетятся вокруг нее. Изабелла продолжает удерживать в семье позицию «бедного оскорбленного ребенка». Это подкрепляется всякий раз, когда ее называют «плаксой». Семья, наконец, поняла игру девочки и оставила ее одну плакать, но все же до этого они удовлетворили цель плачущего ребенка. Изабелла получила все, что хотела.

Если родители действительно хотят помочь дочери осознать ее ошибочную цель и больше не быть «плаксой», то, прежде всего, они должны понять цель детского плача — привлечение чрезмерного внимания. Затем они не должны больше упоминать о плаче и называть Изабеллу «плаксой». И, наконец, игнорировать ее плач. Что бы ни случилось, мама или папа реагирует на ситуацию спокойно и оценивает степень повреждения. В данном случае можно было бы сказать: «Очень жаль, что ты поранилась. Но не переживай, тебе через минуту будет лучше. Можешь прийти к нам в бассейн, когда будешь себя хорошо чувствовать». После этого все уходит. Как только Изабелла увидит, что ее плач больше не приносит желанных результатов, она изменит свое поведение. Родители должны вести себя так всякий раз, когда девочка вновь начинает плакать. Она имеет право на свои слезы, но вместе с тем, она также имеет право присоединиться к своей семье. Такой метод воспитания уменьшает дефектное поведение. Родители должны отмечать и поощрять ростки нового желательного поведения ребенка.

Мы всегда должны отделять действие от деятеля. Сегодня это особенно важно, поскольку мы имеем в запасе такое количество дефектных кличек для наших детей — «плакса», «болтун», «лгунья», «сорвиголова» и т. д. Мы должны отмечать и признавать в наших детях, прежде всего, хорошие качества. И мы должны понимать, что плохое поведение детей говорит о том, что они не чувствуют себя счастливыми, имеют ошибочные цели или желают особого внимания.

Когда мы приклеиваем ярлык на ребенка, то, хотим мы этого или нет, видим его таким, как назвали. И так он себя и ведет. Ребенок отождествляет себя с кличкой. Это укрепляет его дефектное представление о самом себе и лишает прогрессивного развития. Если мы понимаем, что это не ребенок так плох, а только то, что он делает, то ребенок также может осознать это и реагировать будет по-другому. Он ощущает нашу веру в него, и это дает ему силы преодолеть трудности дефектного поведения. Сейчас эти трудности уже не кажутся ему такими огромными, так как мы их сознательно приуменьшили.

12

Глава

Поддерживайте заведенный распорядок

«Где Пени?» — спросил отец. «Я разрешила ей поспать сегодня чуть дольше, дорогой». — «Почему?» — «Она легла вчера поздно. Она ждала тебя и не хотела ложиться спать». — «Но ведь я говорил, что буду очень поздно». — «Да, но Пени не понимает этого. И я ей позволила лечь позже». — «А как же школа?» — «О, ничего страшного. Это еще не совсем школа, а лишь подготовительная группа. Я напишу записку, что она с утра плохо себя чувствовала». — «Ну, знаешь, Мэг, я не знаю. Мне кажется, девочка должна следовать установленным правилам». — «У нее еще все впереди. Она такая еще маленькая!» — воскликнула мама.

Отец прав. Пени должна следовать установленным правилам. Распорядок для ребенка то же самое, что стены для дома. Это его жизненные территории и границы. Ни один ребенок не чувствует себя комфортно, если он не знает, как себя вести в той или иной ситуации. Установленный в доме распорядок дает ребенку чувство защищенности. И еще он обеспечивает порядок, необходимый для ощущения свободы. Предоставив Пени «свободу» не ложиться спать вовремя, мама нарушает право дочери на нормальный сон, что приводит к последующему нарушению распорядка.

Это нарушает жизненные ориентиры Пени, поскольку нивелируется ее право на школьный опыт. В данном случае это уже не свобода, а вольность. У девочки нет шанса принять собственное свободное решение, так как мама лишает ее этого, написав для школьного учителя фальшивое объяснение прогула. Пени, как все дети, хочет минимальных ограничений и пределов дозволенного. Она старается зайти как можно дальше. И когда один раз ребенку это позволяют, но запрещают в другой, он сбит с толку и требует ранее дозволенного. Отсюда и возникает возмутительная форма поведения. Родители ничего не понимают и наказывают ребенка. Обязанность родителей — установить распорядок, благодаря которому семья сможет жить нормально. Необходимо поддерживать заведенный распорядок самим и научить этому детей. Дети, даже самые маленькие, не могут быть вне семейного распорядка. Придерживаясь установленного распорядка, родители, тем самым, помогают детям принять его как само собой разумеющееся.

Если вы собираетесь совершить автомобильное путешествие из Лондона в Эдинбург, то, конечно же, вы не будете вести машину по случайным дорогам, встречающимся у вас на пути. Вы будете следовать точному маршруту, обращая внимания на дорожные знаки. Эта аналогия очень уместна для воспитания наших детей. Цель нашего образовательного путешествия — воспитать здоровую, самодостаточную, социально интегрированную личность. И достичь этого возможно, лишь следуя определенными дорогами. Мы всегда имеем выбор, какой распорядок установить в своей семье (какую дорогу выбрать на Эдинбург). Распорядок необходим. Он не должен быть слишком суровым, в нем необходимо оставить пространство для внесения гибких изменений. Могут возникнуть непредвиденные причины его нарушения для того, чтобы приспособиться к неожиданным жизненным потребностям. Однако, всякие изменения должны быть скорее исключением, чем правилом. И эти изменения не должны устраивать только родителей или детей.

Летом Джими и Лайн делали все, что хотели. Они поздно ложились спать, просыпались и ели, когда желали. Дети избегали

всякой работы по дому, убегая на целый день с друзьями. В середине июля мама стала мечтать: «Скорее бы уже началась школа. И все пойдет своим чередом».

Практика, давать детям полную свободу во время школьных каникул, распространена повсеместно. Конечно же, расписание и распорядок будут изменены, и все же это не должно привести к полной анархии. Политика невмешательства позволяет ребенку думать, что школа — или работа — неприятный процесс и желательно быть свободным от таких требований. Это ошибочная концепция. Учеба в школе — это главная обязанность ребенка, такая же, как для отца — работа, а для матери — домашнее хозяйство. Каждый нуждается в своем личном распорядке, в противном случае привычный жизненный ритм нарушается. Естественно, каникулы необходимы. Отдых вносит временные изменения в обычный распорядок дня, меняя его темп и активность. Но это вовсе не значит, что заведенный порядок полностью рушится. Изменения могут касаться лишь некоторых моментов, например, вечером дети и родители могут дольше обычного поиграть перед сном, тем самым подъем по утрам регулируется потребностями полноценного сна для всей семьи. В соответствии с этим перемещаются и часы приема пищи. Изменение заведенного распорядка в период летних каникул воспринимаем всеми совершенно естественно. И все же мы должны поддерживать систему порядка, иначе сотрудничество и взаимопонимание будут невозможны.

Давайте вернемся к истории Джойс. Девочка требует постоянного внимания. Если бы мама в своем дневном распорядке отвела определенное время для игры с дочерью, то это помогло бы ей противостоять требованиям ребенка. Джойс знает о своем часе игры с мамой, поэтому девочка будет готова принять требования порядка и не отвлекать маму своими постоянными просьбами.

Детям необходимо наше внимание. Ежедневный час игры с детьми является наилучшим методом установления семейной гармонии. Это время принадлежит только ребенку. Он точно знает, что может рассчитывать на него. Мама

и ребенок знают о том, что каждый день в определенное время их ждет час увлекательной игры. Какие теплые отношения царят в семье! (К сожалению, некоторые дети не желают играть со своими родителями, так как не считают их своими друзьями).

Вспомним ситуацию с Пеги. Мы видим противостояние, избежать которого очень просто, если строго придерживаться заведенного распорядка. Время ложиться спать — это время ложиться спать. Если дети испытали строгость установленного распорядка, очень сомнительно, что они попытаются нарушить его вновь. Естественно, если родители втянуты в состязание за власть, то ребенок воспринимает распорядок как нападение. Только непроизвольное, само собой разумеющееся исполнение установленных правил, со спокойной настойчивостью и без словесных баталий, может убедить ребенка принять родительскую систему порядка. Конечно же, в одних случаях соблюдение распорядка для всех членов семьи не вызовет особых трудностей, например, часы приема пищи. Однако различные обязанности каждого члена семьи требуют различного распорядка, это принимается всей семьей. Но в случаях, где все имеют равные права, никаких преимуществ ни для кого не должно быть. Без сомнения, годовалый ребенок ложиться спать раньше, чем его девятилетний брат, а последний раньше, чем их родители.

Ситуация с Чарльзом решается без особого труда, если бы мама установила определенный обеденный час, и все члены семьи соблюдали бы его. Как правило, час приема пищи устраивает всех членов семьи. Каждая семья имеет свою модель распорядка, учитывающую интересы всех. Обычно распорядок в доме, по которому живет семья, устанавливает мама, и она же следит за его исполнением. Если порядок нарушается, то мама, всякий раз, вынуждена спокойно, но настойчиво поддерживать его. Если же родители допускают постоянные нарушения, то это может привести к серьезному срыву заведенного распорядка.

Мама обычно устанавливает и жизненные стандарты для своей семьи: как застилать кровати по утрам, уборка гостиной в конце каждого дня, приличный вид за столом,

воскресный обед в гостиной, празднование юбилеев и т. д. Из всего этого складывается заведенный в доме распорядок, становящийся частью культурных ценностей, которые мы передаем своим детям.

Однажды в Родительской дискуссионной группе обсуждалась достаточно распространенная проблема — плачевные манеры детей за столом. Это вылилось в целую дискуссию. Предположили, что, возможно, одним из факторов данной проблемы является небрежное поведение на кухне. Восемь из восемнадцати матерей решили накрывать обеденный стол более официально в гостиной и на следующем заседании рассказать о полученных результатах. Те, у кого гостиной не было, решили накрывать торжественный обед на кухне. Через неделю все мамы были поражены положительными изменениями в манерах их детей. Каждая осознала, что проделанная ею дополнительная работа была вознаграждена значительным улучшением домашней атмосферы в целом.

В наших силах установить такие модели поведения, которые были бы приемлемы для счастливой семьи. Еженедельные моменты приятного совместного времяпрепровождения объединяют нас и делают нашу семейную жизнь гармоничной.

13

глава

Время для воспитания

Детей необходимо готовить к взрослой жизни. Ребенок может получать необходимую ему информацию через наблюдение, но он не может рассчитывать только на это. Нам нужно научить его одеваться, завязывать шнурки, есть, умываться, принимать ванну, переходить дорогу и многое другое. По мере взросления ребенка задачи усложняются. Всему этому невозможно научить с помощью случайных замечаний, наставлений или принуждения сделать то или иное под угрозой наказания. В ежедневном распорядке должно быть обязательно выделено время на обучение.

Венди, четырех лет, до сих пор не умела застегивать пуговицы, путала переднюю и заднюю стороны изделия, а шнурки доводили ее до слез. Каждое утро мама сердилась и возмущалась, но, в конце концов, сама одевала девочку и выпускала поиграть во двор.

Венди пользуется своей беспомощностью для того, чтобы мама обслуживала ее. Девочка нуждается в специальном обучении, как одеваться самой. Если мы не займемся обучением, то потратим намного больше времени, корректируя поведение необученного ребенка. Постоянные замечания

и придирки унижают ребенка и отбивают у него всякую охоту к научению. И, как следствие, возникает конфликт: ребенок вообще не хочет учиться. Кроме того, так называемые «коррекции» часто дают осечку, потому что дети рассматривают их как способ получения особого внимания и даже провоцируют их снова и снова.

Ребенок интересуется многими вещами и пытается многое сделать. Современные родители признают важность таких попыток ребенка и поощряют его. Однако для этого необходимо специально установленное время. В утренней спешке едва ли найдется подходящее время для того, чтобы учить ребенка завязывать шнурки. Наоборот, несвоевременность ситуации лишает маму терпения и заставляет ребенка бунтовать. Дневное время для игры чаще всего идеально подходит для обучения новому навыку, это может превратиться в увлекательную игру. Всевозможные вспомогательные средства в помощь маме приобретаются в детских магазинах или на рынке. Кстати, мама многое может придумать и сама, например, большие пуговицы и застежка прикрепляются к доске, вот и готов тренажер нового навыка. Картонная коробка из-под туфель, с прорезанными сверху отверстиями, превращается в тренажер для шнуровки и расшнуровки. Если еще и дети участвуют в создании таких «тренажеров», то их интерес к данному навыку возрастает. Всегда увлекательно наблюдать за мамой, мастерицей что-то интересное, а уж как здорово присоединиться к ней! Мама помогает проявиться детской изобретательности и стимулирует ребенка к творческому процессу.

Манеры за столом могут быть отработаны с помощью кукольного обеда; знакомство и приветствие с гостями — с помощью кукольной вечеринки. Поведению в поезде, автобусе и в другом общественном транспорте должна быть посвящена специальная прогулка. Ролевые игры позволяют превосходно справиться со всеми воспитательными моментами, поскольку дети — прирожденные актеры.

Обучению новому навыку необходимо отдавать должное внимание и время, предоставляя ребенку возможность укреплять и совершенствовать приобретенное умение. Невозможно изучать все сразу, целесообразно делать это последова-

тельно и по отдельности. Терпение, доверие и уверенность в способности ребенка помогают ему приобрести новый навык. Очень важны подбадривающие фразы: «Попробуй снова. У тебя обязательно получится. Ты сможешь сделать это!» Приятная доброжелательная атмосфера и признание самых незначительных достижений ребенка превращают обучающий процесс в радостное событие для всех членов семьи.

Благоразумно подготовить ребенка к возможным неприятностям на его жизненном пути.

Гвену и Боби должны удалить гланды на следующей неделе. Мама решила, что будет полезно детей к этому подготовить. Она придумала игру. «Давайте представим, что куклы собираются в больницу. Им будут удалять гланды», — предложила мама. «Что нам нужно будет взять с собой?» — «Чемодан, — ответил Боби и принес игрушечный чемоданчик. — Что мы в него положим?» Дети стали с увлечением паковать вещи кукол. Потом они их одели и посадили в машину. Боби, в роли отца, вел машину. В приемном покое прошла соответствующая беседа, и куклы поступили в больницу. Затем мама сыграла роль врача. Она старательно объясняла куклам, что такое носилки, используя для этого детские колясочки. Мама взяла ситечко для чая и покрыла его белым платком, затем она продемонстрировала применение наркоза на одной из кукол и объяснила, что будет происходить. «Сначала ты почувствуешь странный запах. Не бойся, сделай пару глубоких вдохов и посчитай до пяти. Через секунду ты уснешь». Здесь мама ловко избежала всех неприятностей, связанных с хирургической операцией. «Сейчас Бети (имя куклы) крепко спит. Доктор удаляет ей гланды и кладет на носилки». Мама сняла «маску» с лица куклы, завернула куклу в одеяло и положила в коляску. «Бети увозят в ее комнату. Когда она проснется, то сможет есть мороженое». — «Бети было больно, когда ей удалили гланды?» — спросил Гвен. «Она ничего не почувствовала, мистер Гвен, — мама продолжала играть роль доктора. — Видите, она крепко спит». — «Ей будет больно, когда она проснется?» — «Ее горло будет немного болеть, но я знаю, это продлится недолго. Особых беспокойств у Бети не будет». Затем мама спросила, кто хочет сыграть роль доктора для следующей куклы. Боби согласился и повторил всю игру с самого начала.

На следующий день дети опять играли в «гланды прочь», но пациентами были уже они сами. Мама обеспечила их подручным материалом — большое сито в качестве маски для наркоза.

Когда Гвен и Боби в назначенный день приехали в больницу для удаления гланд, они были совершенно спокойны и уверены в себе. Во время игры мама честно объяснила, что кукла после операции чувствует боль в горле, тем самым показывая сыновьям, что она верит в их способность справиться с этой болью. Также мама сделала упор на очень важном моменте, что боль не будет длиться долго.

Вспомним ситуацию с Барбарой. Девочку следует научить чувствовать себя самодостаточной. Сначала мама должна правильно выйти из сложившейся ситуации. Во многих случаях родителям следует просто отступить и позволить детям справиться с трудностями самим.

Джейн, двух с половиной лет, пронзительно закричала, когда колесо кукольной коляски зацепилось за кресло. «Что случилось, Джейн?» — прибежала мама. Девочка топала ногами и громко плакала. Коляска застряла основательно. «Что ты еще можешь сделать, кроме того, чтобы топать и кричать?» — спокойно спросила мама, Джейн гневно дернула коляску еще раз. Никакого результата. «А попробуй-ка отъехать назад». Джейн попыталась, и коляска освободилась! Девочка радостно засмеялась. «Ты сама освободила свою коляску. Молодец!» — улыбнулась мама.

Мама потратила немного своего времени на данную воспитательную процедуру, которая еще не раз повторится в будущем с различными вариациями. Девочка сама попробовала несколько путей выхода из проблемной ситуации. Мама сдержалась от того, чтобы самой освободить коляску. Вместо этого она использовала данный момент, чтобы научить дочь быть самостоятельной.

Мама посадила десятимесячного Брюса в песочницу и села рядом, наблюдая за сыном. Малыш набрал горсть песка, посмотрел на маму, улыбнулся и положил в рот. «Брюс, нет!» — мама с криком подбежала к сыну. Брюс стал быстро уползать

от мамы. Она схватила его, выбросила песок изо рта и вернула сына в песочницу. В течение часа такое повторялось еще не один раз.

Брюс открыл для себя увлекательную игру, которая держит маму в постоянном напряжении. Она должна не сводить глаз с Брюса все время, пока он гуляет на улице. О чтении или каком-либо другом занятии не может быть и речи.

Маме необходимо научить сына не класть все, что попало, в рот. Все дети делают это. Так они исследуют окружающий их мир. А что это такое? Каково это на вкус? Но иногда детей следует ограничивать в этом. Мама может забирать Брюса из песочницы всякий раз, когда он берет песок в рот. Если мальчик использует песок не по назначению, ему не позволяют играть в песочнице. Брюс будет протестовать, кричать и плакать. Мама не обращает на это никакого внимания, занимаясь чем-то своим, например, чтением журнала. Она уважает право сына выражать свое недовольство. Когда же Брюс успокоится, и не раньше, мама снова позволяет мальчику поиграть в песочнице. Как только песок оказывается во рту Брюса, она спокойно возвращает его в коляску. Малыш вскоре поймет: если песок во рту, то буду сидеть в коляске. Никаких слов не нужно. Брюс вряд ли поймет их, но он прекрасно осознает действия мамы.

По мере увеличения семьи воспитанием младших детей могут заняться старшие. Это обязательно должно быть под родительским контролем, так как старший ребенок может использовать ситуацию для установления своего превосходства над малышом. У каждого ребенка должен быть свой период обучения, ведущий к новым умениям и достижениям.

Неуместно предпринимать воспитательные методы при гостях или на улице. Там ребенок действует в привычной для него манере. Если родители хотят, чтобы ребенок хорошо себя вел на людях, то заняться его воспитанием следует дома. Если поведение вашего ребенка в той или иной ситуации выходит за рамки приличий, существует только один практический совет — увести его тихо.

14

Глава

Необходимость сотрудничества

Когда восьмимесячную Лизу переодевали, она вертелась, извиваясь и брыкаясь. Выведенная из себя мама наградила дочку маленьким шлепком. Лиза, глубоко оскорбленная, заливалась слезами.

Удивительно, но восьмимесячная Лиза, еще не умеющая говорить, уже нашла способ, как расстроить свою маму. Мы редко воспринимаем младенцев умными и думающими созданиями. Мы часто ведем себя с детьми как с маленькими идиотами, тем самым воспитывая из них далеко не умных взрослых. Но любая мама, внимательно наблюдающая за своим младенцем, будет восхищена его умом.

Девятимесячный Питер был нормальным ребенком у глухонемых родителей. Однажды, ползая под столом, он сильно ударился головой. Питер сел, повернулся к маме и стал плакать. Лицо мальчика скривилось, рот был широко раскрыт, слезы лились рекой, но ребенок не издавал ни единого звука! Мама секунду наблюдала за малышом, затем бросилась к Питеру, подняла его и стала успокаивать. Ребенок всегда дает оценку ситуации. Питер осознал, что его родители не слышат, поэтому

он и не беспокоил их своими криками. Дети глухонемых родителей выражают свой гнев, топая ногами, так как их родители чувствуют и реагируют на вибрацию.

Вернемся к Лизе. Мама должна научить дочь самой принимать участие в переодевании. Она может убедить Лизу сотрудничать. Во-первых, осознав цель ребенка, мама будет знать, что делать, а не нервничать и выходить из себя. Во-вторых, мама может сменить дневной график и добавить больше времени на купание ребенка в целях обучения Лизы. Всякий раз, когда ребенок мешает процессу одевания, мама спокойно берет ее на руки и дружелюбно разговаривает с ней: «Моя драгоценная девочка будет скоро сама одеваться. Она уже такая большая. Какая она у меня красавица и умница и т. д.». Не имеет значения, понимает ли Лиза все слова мамы, она осознает их значение. Очень легко показать ребенку свое восхищение — просто ему улыбнитесь! Лиза сразу поймет мамину улыбку и улыбнется в ответ. Ведь мы так часто выражаем свое раздражение хмурым взглядом и насупленными бровями. Ребенок чувствует это и отвечает еще большим гневом. Если у мамы нет к ребенку ни капли злости, а только любящая строгость, девочка без труда поймет это. Таким образом, Лиза будет обучаться сотрудничеству.

В новой свободной социально-демократической среде мы часто нуждаемся в переосмыслении слов, которые мы используем. В частности, слово «сотрудничество». В авторитарные времена сотрудничество означало делать то, что приказано. Подчиненный был обязан «сотрудничать» со своим начальником. Демократия обозначила новое значение данного слова: мы должны вместе работать, исходя из потребностей ситуации. Так как мы имеем полное равенство и полную свободу в демократическом обществе, мы также несем и полную ответственность. Не имея больше власти господствующего статуса, мы нуждаемся в методах стимулирования сотрудничества. Мы больше не можем требовать от детей: «Делай, как я сказал!» или «Делай так, как я хочу!» Сегодня мы можем рассчитывать только на добровольное сотрудничество с нами.

День начинался с уборки постелей, и помимо этого мама ежедневно поручала каждому из четырех детей отдельное задание. Сегодня Стюарт должен был убрать ванную комнату, Женестьева помыть посуду, Роберта вытереть пыль в гостиной, а Рони вынести мусор. И всегда было одно и то же: мама сначала напоминала, что нужно было сделать, потом несколько раз повторяла, затем сердилась и ругалась и часто наказывала детей. «Вы бы лучше все-таки помогли мне по дому, а не то у всех четверых будут серьезные проблемы», — постоянно твердила мама.

Вполне очевидно, что мама имеет ввиду: «Делайте работу, которую я вам поручила, а не то...» Она авторитарно решила, чем должен заниматься каждый ребенок и пытается «заставить» их выполнять свои поручения. Все четверо детей протестуют против такого унижающего их метода воспитания, поэтому и не спешат выполнять мамины приказания. Позиция мамы очевидна — она есть «босс». Дети же ведут себя с позиции «попытайся заставить нас!». Это явное соревнование за превосходство, но далеко не сотрудничество. Мама старается навязать детям свою волю вместо того, чтобы привлечь их к реальному сотрудничеству по уборке дома. Как можно изменить ситуацию? Мама планирует время на семейную дискуссию по поводу домашних работ. Она составляет список всех поручений, которые необходимо выполнить. Сначала мама сообщает о том, что будет выполнять сама, а затем обращается ко всем членам семьи с оставшимися поручениями. Отец и дети могут выбрать те обязанности, которые они сами желают взять на себя. Таким образом, мама демонстрирует свое уважение к детям. Она позволяет им сделать свой выбор и принять решение. Если кто-либо из детей ничего не желает делать или пренебрегает выбранной обязанностью, желательно на это не реагировать. Через неделю мама опять устраивает семейное собрание. «На прошлой неделе Стюарт вызвался содержать прихожую в порядке. Он не выполнил этого. Как мы поступим по этому поводу?» Слово «мы» возлагает ответственность на всю семью и снимает с мамы доминирующую роль, оставляя за ней лишь инициативную позицию. Все

предложения внимательно обсуждаются, и принимается групповое семейное решение. Групповое давление воспринимается позитивно, а требования взрослых часто у детей вызывают мятеж. Такой метод обсуждения проблемы обычно принимает форму Семейного Совета, о котором мы еще поговорим. Сейчас же мы хотим довести, что сегодняшняя семья функционирует как группа. Именно группа побуждает каждого своего индивидуума сотрудничать друг с другом для пользы всех. Внимание каждого члена семейной группы фокусируется на нуждах семьи в целом. Сотрудничество означает, что каждый движется вместе со всеми в направлении общего благополучия.

Сотрудничество в семье из четырех человек может быть сравнимо с четырехколесной каретой. Каждый член семьи — это колесо, а семейная жизнь — карета. Все четыре колеса должны вращаться вместе, тем самым, обеспечивая карете плавное движение. Если у кареты спустит одно из колес, то последствия малоприятны, она будет продвигаться толчками, а возможно, даже свернет с намеченного пути следования. Если карета потеряет одно из колес, то она вообще будет не в состоянии передвигаться, пока не починит это колесо. Для кареты важны все колеса, и от каждого в отдельности зависит ее способность продвижения вперед. Направление ее движения также зависит от отлаженной работы всех четырех колес. В противном случае, при отказе хотя бы одного колеса, карета вообще не сможет двигаться. Размер семьи не имеет значения. Семейный каркас может поддерживаться любым количеством колес.

Когда мы говорим о воспитании у детей уважения к сотрудничеству, мы думаем о нашем собственном умении сотрудничать. Мы не имеем в виду, что один человек должен уступать другому, а предполагаем гармоничное совместное продвижение к поставленной цели. Когда гармония семейной жизни нарушается, то причину следует искать в нарушении процесса сотрудничества. Одно из колес увязло. Вполне возможно, что это колесо — вы!

Каждый в семье должен научиться думать о благополучии всей семейной группы. «Чего данная ситуация требует?» Мы не можем больше думать: «Я хочу, чтобы это было

сделано!» Навязывание нашей воли подрывает уважение к человеку. Однако мы сами тоже не должны поддаваться чрезмерным требованиям других лишь для сохранения мира в семье. Это разрушает наше самоуважение. Для того чтобы помочь нашим детям сотрудничать по-настоящему, мы должны всегда помнить реальное значение данного понятия, подразумевающего принятие общих фундаментальных правил семейного общежития.

Одна из наших родительских ошибок в том, что мы сами для себя решаем, в каком же возрасте ребенок должен помогать нам по дому. Когда только начавшая ходить кроха пытается помочь нам накрыть на стол, мы гоним ее: «Нет, ты еще так мала!» Потом, когда ей уже шесть, мы *требуем*, чтобы она помогала нам. Если ей запретили тогда, почему же она должна помогать сейчас? Мы сотни раз пресекаем всякие попытки наших детей сотрудничать с нами и быть полезными. Когда же ребенку *позволяется*, при малейшем желании с его стороны, помочь, он радостно сотрудничает с нами и гордится своими новыми достижениями.

Том, семи лет, неделю болел гриппом. Дона, пяти лет, и Лорейн, четырех, играли в детской. В субботу утром все приступили к уборке дома. Это был первый день после болезни Тома. Когда очередь подошла к уборке комнаты для игр, мальчик сказал: «Не понимаю, почему я должен убирать здесь? Ведь я целую неделю болел и не играл в этой комнате». — «Да, ты не сорил здесь, — сказала мама. — Но я совершенно уверена, что Дона и Лорейн позволят тебе помочь им». Том минуту подумал и стал помогать девочкам складывать разбросанные игрушки и вытирать пыль, пока мама пылесосила. Затем Том обратил внимание, что книжная полка не совсем хорошо держится и может упасть. «Давайте починим ее», — предложил он. Трое детей вместе с мамой увлеченно работали. Когда они закончили, Дона воскликнула: «Ух, ты! Как у нас хорошо все получилось!» — «Да», — согласился Том. «И мы сами сделали это!» — с гордостью добавил мальчик.

Мы вполне можем понять сопротивление мальчика. Однако в семье царят гармоничные отношения. Мама быстро

поняла, как привлечь Тома к сотрудничеству. Она признала точку зрения сына и искусно сфокусировала его внимание на ту помощь, которую он смог бы оказать своим младшим сестрам. Более того, Том открыл в себе позицию лидера, предложив исправить книжную полку. Мама и дети весело провели время и к тому же сделали полезное дело.

Иногда для того, чтобы привлечь ребенка к сотрудничеству, необходимо помочь ему восстановить свою позицию в семье. Вернемся к проблеме с Бет. Девочка не принимает свою новую роль в семье. Ей необходимо помочь. Мама девочки обратилась за профессиональным советом. Ей объяснили, что Бет ошибочно считает, что только беспомощный младенец имеет значимость. Маме также помогли увидеть ошибку, когда она отвергала помощь девочки по уходу за малышом. Предложенная программа действий помогла вернуть Бет утраченное чувство значимости в своей семье. Первый шаг в корректировке ситуации — привлечь девочку к заботе о младенце. Мама попросила Бет принести бутылочку с молоком. Девочка сердито хлопнула дверью и убежала из дома. Вскоре она вернулась в мокрых трусиках. Теперь мама понимала причину такого поведения дочери, поэтому она не сердилась и не кричала. Она взяла Бет на руки и спросила, хочет ли она снова стать маленьким беспомощным младенцем. Девочка залилась слезами и прижалась к маме. Глубоко сочувствуя, мама успокоила Бет. Затем она посоветовала девочке вернуться в свою младенческую кроватку, в которую она сейчас с трудом помещалась. Мама предложила одеть ей ползунки и кормить ее из бутылочки, все в точности, как она делала для ее братика-младенца. Бет была рада, когда на следующее утро мама первой пришла к ней и поменяла пеленки. Девочка с удовольствием пила молоко из бутылочки. Мама давала ей только ту пищу, которой кормила и братишку. День тянулся медленно, и Бет попросила в кроватку свои игрушки. Мама дала ей игрушки для младенца. Когда Бет попросила цветные карандаши, мама ответила: «Младенец не умеет рисовать. Ты моя совсем еще крошечная дочурка!» И всякий раз, когда Бет просила что-либо не соответствующее младенческому возрасту, мама давала те же пояснения в доброжелательном и

спокойном тоне. На следующий день Бет заявила, что она уже большая и совсем не хочет быть младенцем. «Хорошо. Ты готова помочь мне с твоим маленьким братиком, который ничего не может делать сам?» Бет немедленно согласилась. Мама продолжала поощрять новые ощущения дочери в роли большой девочки, и младенческое поведение исчезло. Мама действительно дала почувствовать Бет ошибочность ее поведения, вряд ли бы ей это удалось объяснить словами. Мама позволила дочери осознать преимущества своего возраста: быть большой и умелой. Мама переориентировала Бет и помогла ей утвердиться в новой семейной позиции большой девочки, способной прийти на помощь.

Эди, пяти лет, поехал с мамой на вокзал встретить папу. Был холодный зимний день. Эди опустил ветровое стекло. Мама остановила машину и сказала: «Мы поедем, если ты закроешь окно». Мальчик не реагировал. Мама спокойно ждала. Через минуту Эди заговорил: «Я подниму стекло, когда ты поедешь». Мама молча сидела и продолжала ждать. «Хорошо, я закрою окно, когда ты заведешь машину», — мальчик стал торговаться с мамой. Она не реагировала. Мама твердо стояла на своем решении. Наконец Эди поднял стекло. Мама завела машину, улыбнулась сыну и спросила: «Не правда ли, снег восхитительно переливается на солнце? Посмотри, сверкает, как настоящие бриллианты!»

Мама удержалась от приказа: «Немедленно закрой окно!» Тем самым она не была вовлечена в состязание за власть. Она сразу же сказала сыну, в спокойном тоне, без раздражения, что собирается делать в данной ситуации. Эди предпринимает несколько попыток повлиять на маму и заставить ее изменить свое решение хотя бы частично. Она осталась непреклонной. Наконец Эди согласился с требованиями ситуации и закрыл окно. Мама доброжелательно улыбнулась и направила внимание сына на отвлеченный предмет разговора. Достаточно быстрое сотрудничество со стороны сына говорит о том, что мальчик с уважением относится к строгой материнской позиции.

Пэт, девяти лет, со своей подружкой мастерила ожерелья из макарон. Мама Пэт вошла в комнату с десятимесячным Ричардом на руках. «Пэт, посмотри за братиком, — потребовала мама. — Я должна поехать за отцом». «Ну, мама, Ричард будет нам мешать! Почему я всегда должна за ним смотреть?» — захныкала Пэт. «Все, хватит! Делай, что я сказала!» — приказала мама, хлопнув дверью. Девочка со злостью посмотрела на малыша, который уже полз к заинтересовавшим его предметам на столе. Пэт потянула его назад и вручила Ричарду большого плюшевого медведя. Мальчик отбросил его в сторону и быстро пополз к блюду с макаронными ожерельями. Когда мама вернулась, то увидела горько плачущего Ричарда и орущую Пэт. «Почему на тебя невозможно оставить брата даже на пятнадцать минут?» — закричала мама.

Тон маминого голоса и последующие команды немедленно спровоцировали сопротивление и негодование девочки. Если бы мама на минуту остановилась и оценила обстановку, она не стала бы так себя вести с дочерью на глазах у ее подруги.

Наш тон голоса и способ подачи информации являются важными факторами в деле привлечения ребенка к сотрудничеству. Часто ребенок сопротивляется нашим просьбам, потому что мы неправильно выбрали время, как это было с Пэт, либо сама просьба кажется ему неприятна. Тогда мы повышаем голос и пытаемся настойчиво преодолеть сопротивление. На самом же деле мы лишь усиливаем его. Только вежливое обращение с ребенком может помочь нам вызвать ребенка на сотрудничество. И мы можем совсем по-другому выразить свои требования, обязательно приняв во внимание точку зрения ребенка. «Извини, что отрываю тебя», или «Я понимаю, ты не хочешь, но мне нужна твоя помощь», или «Я бы очень высоко оценила, если бы ты ...». Такие фразы направлены на сохранение гармонии, снижение сопротивления и возникновение сотрудничества.

Джанет, десяти лет, жила за городом, где не было общественного транспорта. Ее лучшая подруга Пэт жила в городе. Девочки хотели видеть друг друга каждый день. Вскоре это превратилось

в изнурительную процедуру для обеих мам возить дочерей друг к дружке. Между ними часто возникали конфликты, кто кого повезет, что огорчало девочек. Ситуация стала напряженной.

Необходимо сотрудничество. Вечером, когда мама и Джанет что-то вместе готовили на кухне и обе были в прекрасном настроении, мама решила обсудить данную проблему. Она объяснила дочери свою позицию: Джанет имеет право видаться со своей лучшей подругой, но для этого мама вынуждена возить девочек друг к другу, что не всегда ей удобно делать. «Можешь что-либо предложить по этому поводу?» — спросила мама у дочери. «Хорошо. Я полагаю, мы могли бы сократить наши визиты», — ответила девочка. «Как ты думаешь, сколько раз в неделю будет справедливо привозить тебя к Пэт?» — продолжала мама. Девочка минуту подумала: «Я думаю, два раза в неделю. Мама Пэт тоже будет привозить ее два раза ко мне. Этого будет достаточно». «Отлично», — согласилась мама. «Я буду возить тебя к Пэт два раза в неделю». — «В какие дни, мама?» — «Так.... — мама задумалась на секунду. — Я обычно свободна во вторник вечером и в субботу днем. Как ты думаешь?» — «Мне это подходит. Теперь я совсем спокойна и счастлива. Спасибо, мама».

Проблема решена на кооперативной основе. Ни Джанет, ни ее мама не навязывают своего решения, они с уважением относятся к правам друг друга. Конечно же, теперь мама имеет определенные обязательства, и изменить их она может только предварительно посоветовавшись с дочерью.

У Фреда, одиннадцати лет, недавно умер отец. Мальчик с мамой жил в пригороде. По субботам они приезжали в город, так как Фред брал уроки музыки. Мальчик захотел перенести свои уроки на среду, потому что каждую субботу проходил футбольный матч его школьной команды. Мама восприняла заявление сына с обидой, поскольку по средам она встречалась со своими друзьями. В свою очередь Фред обиделся на маму. Оказавшись в тупике, мама попросила нашего совета.

Фред представил свою точку зрения. Нет причины сражаться с ним или принуждать его к покорности. Это только

усилит его оскорбленные чувства и ухудшит отношения с мамой. Мы предложили Фреду посодействовать и, так как мама просила нашего совета, рекомендовать ей принять точку зрения сына. Мальчик засомневался, он не верил, что мама так легко сдастся. Просто удивительно, но все дети думают, что родители очень упрямы, в то время как мы уверены в обратном. Мы уверили Фреда, что мама примет наш совет. Внезапно мальчик выразил нежелание. Он уже не хотел нашей помощи. «Почему ты отказываешься? Ты же хочешь принимать участие в субботних футбольных матчах? И это для тебя важнее, чем мамины встречи по средам, не правда ли?» Мальчик задумался. Наконец он заговорил: «Нет, я так не думаю. После смерти папы эти встречи с друзьями очень важны для мамы. Было бы несправедливо лишить ее этого». — «Хорошо, что же мы будем делать?» — «Я полагаю, лучше все оставить, как есть», — спокойно ответил Фред. Почему Фред капитулировал? Так как мы приняли и оценили его точку зрения, мальчику больше не пришлось защищать свою позицию, и он смог свободно проанализировать сложившуюся ситуацию.

Каждому человеку неприятно, когда ему что-то навязывают. Мы не можем рассчитывать на сотрудничество, пытаясь кому-то навязать свою волю. На самом деле мы всегда можем сотрудничать с окружающими нас людьми, но часто не видим этого. Иногда родителям просто следует пересмотреть свои взгляды.

Дэвид и Георгий на самом деле сотрудничают друг с другом. Когда «хороший» Дэвид провоцирует Георгия быть «плохим», то Георгий сотрудничает своим реагированием! Дэвид был бы сбит с толку, если бы его «плохой» брат стал вести себя как «хороший мальчик». Позиция Дэвида была бы под угрозой. Оба мальчика заставляют свою маму принять их кооперативную игру, хвалить одного и ругать другого. Сбой в одном из взаимодействий изменит всю картину. Говорить Георгию, что он тоже может быть хорошим, бесполезно. Мальчик просто не поверит маме. Если даже Георгий и постарается быть «хорошим», то его брат

Дэвид удвоит свои усилия показать его «плохим». Однако, понимающая мама может разорвать порочный круг, изменив свою реакцию на поведение ее мальчиков. Во-первых, зная, что Георгий видит себя как «самый плохой в семье», она может отказаться принимать такую самооценку сына. Мама больше не делает замечаний по поводу «хорошего» и «плохого» поведения. Во-вторых, всякий раз, когда Дэвид демонстрирует, как он хорош, она принимает это спокойно и говорит: «Отлично. Я рада, что тебе понравилось то, что ты сделал». В-третьих, когда Георгий ведет себя плохо, мама обнимает его и говорит: «Я понимаю тебя». Но это все так непросто, скажете вы. Конечно. Но кто сказал, что родителями быть легко?

15

глава

Внимания — в меру

Семья отдыхала в летнем коттедже. Отец ловил рыбу, мама хозяйничала на кухне. Двухлетняя Хилда подошла к стеклянной двери кухни. «Мама!» — «Да?» — «Мама!» Мама подошла к дочери: «Что случилось?» — «Пойдем гулять!» — «Немного позже». Мама вернулась на кухню, а девочка осталась стоять за дверью. «Мама!» — «Что?» — «Пойдем гулять!» Когда Хилда в третий раз позвала маму, та ответила: «Ну, хорошо, Хилда! Мы сходим на короткую прогулку, потому что я должна закончить обед». Она взяла девочку за руку, и они пошли гулять.

Хилда стоит за дверью. Она заставляет маму подойти к ней и ответить на ее вопрос. Мама уступает требованиям дочери. Ребенок, требующий постоянного внимания, несчастлив. Он соизмеряет свою значимость через то внимание, которое получает от окружающих. Он ищет постоянного подтверждения своей позиции в семье. И никакие впечатления не смогут рассеять его сомнения. Внимание мамы завоевано, но через минуту ребенок снова спрашивает себя. «Помнит ли мама обо мне? Значим ли я для нее?» Этот круг сомнений не имеет границ. Что за жалкая ситуация! Как мама может помочь ребенку?

Если Хилда ждет исполнения каждого своего каприза, то поведение мамы должно нести ограничительные моменты. Предположим, мама отказывается реагировать на чрезмерные требования дочери. Не получив привычного внимания, Хилда сперва бунтует, а затем исследует другие пути приобретения чувства принадлежности. Ей необходимо помочь найти конструктивные методы, иначе ее поиск может закончиться деструктивным поведением. Мама признает данное поведение дочери. Более того, мы видим неуважение матери самой к себе, позволившей дочери поработить себя. К тому же мама не демонстрирует особого уважения и к Хилде, так как сомневается в способностях своего ребенка обойтись без нее.

Мама может не подходить к Хилде, когда та зовет ее. Девочке следует ответить, что сейчас не время для прогулки. Когда Хилда вновь обращается к маме с той же просьбой, то можно просто не реагировать. Ребенок будет настойчиво звать маму, но так как мама очень занята, девочка должна сама подойти к ней. Мама имеет право иметь свои дела, и она обязана воспитать в ребенке уважение к этому. Хилда не имеет права требовать прогулки в любой момент, когда ей этого захочется. Для пользы Хилды маме не следует поддаваться на ее капризы. Девочка должна принять установленный порядок и не нарушать его. Для прогулки есть время, и только тогда она с мамой пойдет гулять. Когда Хилда зовет маму погулять, мама вправе сказать: «Еще не время». Не имеет значения, как будет себя вести девочка, мама остается твердой и непреклонной.

К маме зашла подруга на чашечку кофе. Трехлетняя Мэри сразу же подбежала к маме с жалобой на соседскую девочку. «Я полагаю, она не совсем в хорошем настроении сегодня», — ответила мама. «Почему?» — спросила Мэри. Мама попыталась ответить. Но она еще не успела закончить, как у дочери наготове было следующее «почему». Наконец, мама устала и попросила Мэри идти играть во двор. Девочка убежала, но вскоре она вернулась вновь с еще большим количеством «почему». В таком духе прошел весь визит подруги. В конце концов, мама призналась: «Мэри хочет заполучить все внимание, поэтому так себя и ведет».

Мама правильно оценила поведение дочери! Мэри хочет, чтобы все внимание было сосредоточено только на ней. Для девочки намного важнее занимать маму вопросами и мешать ей общаться с подругой, чем играть со сверстниками. Мама не осознает, что дочь ведет себя плохо. Она принимает ее поведение. Мама видит, что Мэри делает что-то не так, но не понимает, почему. Как только она осознает, что Мэри отвлекает ее лишь для того, чтобы не чувствовать себя покинутой, мама сможет помочь дочери изменить свое поведение. Мэри сможет нормально взрослеть и быть самодостаточной.

Трудно заниматься воспитанием ребенка, когда у вас гости. Однако при первом же вмешательстве мама может сказать: «Ко мне пришла подруга. И чтобы ты нам не мешала разговаривать, я тебе предлагаю погулять во дворе с ребятами. Или ты предпочитаешь оставаться в своей комнате?» Это дает Мэри право выбора и возможность сотрудничать.

Всегда подозрительно, если ребенок неустанно задает вопрос «почему?». Как часто ребенку действительно необходимо получить информацию? Мы совсем недооцениваем наших детей. Ребенок бесчисленное количество раз беспокоит нас своими вопросами, хотя он прекрасно знает ответы на большинство «почему». Чтобы держать родителей в напряжении, он выдумывает все новые и новые вопросы. Что написано на его лице? Интерес? Обдумывание? Внимательно присмотритесь. Часто это ничего не значащие для ребенка вопросы. Ребенок спрашивает «почему» только для того, чтобы привлечь внимание родителей. Он знает, что родители хотят его многому научить, и искусно использует это для получения внимания, но не знаний! Мы можем легко заметить разницу, если на минуту остановимся и проанализируем. Если вопросы задаются в нелогичной последовательности, повторяются, а наши ответы до конца не выслушиваются, мы в ловушке! Целесообразно понимающе улыбнуться и сказать: «Мне нравится играть с тобой в „почемучку“. Но сейчас я занята». Возможно, улыбки будет вполне достаточно. Дети не любят быть в проигрыше. Не удивляйтесь, когда ребенок демонстрирует полную

невинность, негодование или удваивает свои усилия по возвращению внимания. В этом случае разумно оставить ребенка одного.

Пятилетний Джон — третий ребенок в семье из четырех детей. Он «хороший». Однако мальчик имеет одну плохую привычку, сильно раздражающую его маму. Всякий раз, когда мама разговаривает по телефону, Джон находит любые причины, чтобы помешать ей. Мальчик должен срочно что-то показать, спросить, погулять, поесть, посмотреть, достать и т. д. Мама прерывала разговор и отвечала сыну. Она часто раздражалась и кричала на Джона: «Оставь меня в покое! Я должна поговорить по телефону». После этого мальчик обычно начинал дразнить свою младшую сестренку и доводить ее до слез.

Джон на позиции среднего ребенка в семье. Он ощущает себя в той или иной мере покинутым. Но мальчик нашел замечательный способ показать свою значимость. Бесполезно отрывать маму, когда она занята его младшей сестрой, но когда мама общается по телефону, он может переключить ее внимание на себя и тем самым забрать ее у другого взрослого человека! Джон очень честолюбивый мальчик, он хочет быть постоянно в центре внимания. Он хорошо себя ведет лишь для того, чтобы получить материнское одобрение. Маме необходимо отучить Джона от поиска чрезмерного внимания. Во-первых, она должна понять, что ее «хороший мальчик» на самом-то деле очень неуверен в себе. Мама сама должна проявлять интерес к сыну, но не только тогда, когда он сам требует этого. Если она ведет телефонную беседу, то не следует отрываться, а на поведение сына можно не обращать внимания, даже если она не слышит ни единого слова. Ее подруга, случайно вовлеченная в такую игру, должна помочь маме выдержать натиск сына и не сдаться. Конечно же, мама должна запастись массой терпения и решительности, особенно когда Джон начинает обижать свою сестру. Не беспокойтесь, малышка сможет справиться и сама! Мальчику необходимо понять, что его самодостаточность не должна зависеть лишь от внимания и одобрения со стороны. Для этого потребуются определенные усилия.

Отказывая ребенку в чрезмерном внимании, мы должны особо поддержать его, когда он сотрудничает с нами. Ребенок сможет переориентировать свое поведение. Когда Хилда с увлечением играет, мама может это отметить: «Как ты замечательно играешь! Ты можешь сама себя занять, молодчина!» Когда Мэри веселится со своими сверстниками, мама обращает на это внимание: «Я так рада, что тебе интересно с твоими друзьями, и ты хорошо проводишь время!» Когда Джон ведет себя хорошо без всяких на то целей, мама замечает это: «Как хорошо, что ты у нас есть!»

Дети нуждаются в нашем внимании, но мы должны четко различать, какое это внимание: надлежащее или чрезмерное. Если мы видим, что ребенок забирает все наше время, и начинаем чувствовать раздражение и досаду, можно быть совершенно уверенным, что мы столкнулись с чрезмерными детскими требованиями. Изучайте каждую ситуацию. Что необходимо ребенку? Может ли он справиться сам без нашего вмешательства? Как наше внимание отразится на ребенке? Сможем ли мы укрепить его уверенность в себе или только вызовем ощущение беспомощности, слабости и бесполезности? Мы должны научить наших детей получать удовлетворение от жизни через сотрудничество. Мы должны перестать вестись на чрезмерные требования ребенка и помочь ему увидеть ошибочность концепции потребителя.

16

глава

Шаг в сторону от борьбы за власть

«Почисти собачью коробку для еды!» — мама строго потребовала от Сали. «Почему я?» — возмутилась девочка. «Я тебе сказала, немедленно почистить посуду!» — «Я не понимаю, почему». — «Потому что я сказала тебе сделать это!» Сали пожала плечами. Прошло пару часов, и мама заметила, что коробка все еще была грязной, с множеством муравьев, ползающих внутри. Она позвала дочь. «Мне помнится, я говорила тебе почистить коробку. Какая такая причина помешала тебе сделать это? Теперь посмотри сюда! Все покрыто муравьями. Давай собирай их сейчас же!» — «О'кей», — Сали кивнула. Мама ушла в дом, а девочка больше и не посмотрела на грязную коробку. Немного позже мама опять увидела, что девочка и не собиралась чистить посуду. Теперь она отшлепала дочь, которая выдержала все с каменным лицом и без слез. «Если ты не сделаешь то, что я тебе сказала, прямо сейчас, то сразу же пойдешь спать и никаких телевизионных передач!» — пригрозила мама. «Хорошо, я сделаю», — Сали согнулась над коробкой. Но как только мама ушла, девочка занялась своими делами. Поздно вечером собачья посуда для еды все еще оставалась грязной.

Мама и дочь ведут борьбу за власть. Мама пытается заставить дочь сделать то, что хочет она. Сали показывает, кто тут главный на самом деле!

Сегодня такая борьба особенно очевидна, и данная статистика тревожно прогрессирует. Отчаявшиеся родители приводят своих агрессивных детей в консультационные центры. И количество их растет. В чем дело? Почему дети сегодня делают то, что нам бы и в голову не пришло сделать в детстве? Как может такое быть? Данная проблема возникла с главным социальным изменением в нашем обществе. Дети ощущают демократическую атмосферу теперешнего времени и не принимают наши властные попытки доминировать над ними. Более того, они активно этому сопротивляются и показывают нам свою силу. Расширяется порочный круг, в котором родители пытаются утвердить себя, а дети сопротивляются и объявляют войну. Они совершенно не желают, чтобы их принуждали и подавляли. Все попытки покорить детей бесполезны. Они очень искусны в силовом противостоянии. Их не могут остановить ни социальные приличия, ни опасные последствия плохого поведения. Дом становится полем боя. Здесь нет гармонии и сотрудничества, лишь гнев и ярость.

Мама заставляла двенадцатилетнюю дочь мыть термос и коробку для ланча после того, как она приходила из школы. Несколько дней все шло хорошо. Затем Пэти перестала заботиться об этом. Мама очень рассердилась, обнаружив грязную коробку с остатками пищи и прокисшее молоко в термосе. Она отругала дочь. Пэти обещала больше так не поступать. Через несколько дней девочка опять забыла о своем обещании. В этот раз мама решила применить метод логических последствий. Она проигнорировала данную ситуацию и постаралась скрыть свой гнев. Она подумала: «Я ей покажу!» На следующее утро она упаковала ланч в бумажный пакет и оставила на столе деньги на молоко. Грязная коробка с заплесневевшими остатками пищи и прокисшее молоко в термосе лежали здесь же. «Я абсолютно не собираюсь все это мыть», — со злостью думала мама. Пэти прекрасно понимала, что происходит. Тем не менее она продолжала носить свой ланч в бумажном пакете. День ото дня мама становилась все более и более злой. Наконец, она сорвалась и накричала на дочь. Пэти молча стояла, опустив глаза, и совсем не собиралась мыть коробку для ланча. В отчаянии мама

пихнула дочь на кухню и стояла над ней, пока Пэти не помыла всю посуду. «Теперь, я надеюсь, ты не будешь забывать делать это!» — кричала мама. «Да, мама», — ответила девочка. Однако на следующий день она опять оставила коробку и термос грязными. В полном отчаянии мама сдалась. «Теперь ты будешь носить свой ланч только в бумажном пакете!» — пригрозила она. «Хорошо. Почти все дети носят свои ланчи в бумажных пакетах», — ответила Пэти.

Тот день, когда Пэти пренебрегла своими обязанностями и оставила термос и коробку грязными, стал кульминацией в борьбе за власть. Мама все еще пытается заставить дочь помыть посуду. Она использовала логические последствия как наказание. «Я ей покажу!» звучит как месть. Пэти чувствует материнский гнев, хотя мама и скрывает его. На самом деле мама не понимает метода логических последствий. Если она собрала ланч, положила его в бумажный пакет и оставила деньги на молоко, то девочка не ощутит никаких реальных последствий. Мама продолжает прислуживать дочери, несмотря на отказ девочки сотрудничать. Действуя логически, мама как обычно может приготовить ланч, но так как нет чистой коробки и термоса, оставить все на столе. Пэти сама решает, что делать дальше. Пэти показывает маме, что ее невозможно заставить мыть коробку и термос. Она скорее могла бы согласиться на что-либо другое, чем выполнить данное требование. Как мама могла бы сейчас поступить без демонстрации силы? Маме должно быть *действительно* безразлично, моет Пэти свою коробку или нет. Это касается только девочки. Если она не хочет ее мыть, значит, будет без нее. Мама решает, что именно она будет делать. Заплесневевшие остатки пищи и прокисшее молоко определенно не могут оставаться на кухне. Оставляя все это на кухне, мама демонстрирует свой внутренний протест. Заставлять Пэти мыть посуду — значит продолжать вести безрезультатную силовую борьбу. Это очевидно, так как на следующий день, несмотря на обещание, девочка опять оставила грязную коробку. Мама сердится, потому что дочь ею пренебрегает. Она почувствовала угрозу своему родительскому авторитету и захотела показать дочери, что она не собирается сдавать

свои позиции. Было бы лучше, если бы мама поняла, что она должна изменить тактику поведения и не принуждать Пэти к повиновению! Девочке не нужна коробка, так как дети в ее классе в основном используют бумажные пакеты. Почему Пэти не сказала об этом раньше? Потому что девочка использовала ситуацию, чтобы вовлечь маму в противостояние за власть. И она победила. Мама сдалась. Спокойная и мягкая беседа помогла бы маме понять точку зрения дочери по поводу ситуации с ланчем, и они обе избежали бы долгой и изнурительной борьбы. «Я вижу, ты сегодня не помыла свою коробку. Если я правильно тебя поняла, она тебе больше не нужна? Что ты думаешь по поводу бумажного пакета для ланча и денег на молоко?» Такой разговор немедленно поставил бы точку в силовой борьбе.

Всякий раз, когда мы ребенку приказываем что-нибудь сделать или пытаемся его что-либо заставить, мы тем самым начинаем силовую борьбу. Конечно же, мы имеем право влиять на наших детей и направлять их в конструктивное поведенческое русло, но для этого нам необходимо знать эффективные воспитательные подходы. Мы должны отказаться от устаревших позиций и бесполезных методов. Нам необходимы новые конструктивные воспитательные позиции.

Пятилетний Джими доводил свою маму до бешенства. Они вели борьбу по всякому поводу. И даже наказание не улучшало ситуацию, это помогало лишь на непродолжительный момент или совсем не помогало. Мама старалась приучить сына к личной гигиене. Утром, после завтрака, мама послала мальчика в ванную комнату привести себя в порядок и сходить в туалет. Но Джими вскоре вернулся и сказал, что сейчас не хочет. Мама разрешила ему поиграть во дворе, а сама занялась домашней работой. Днем, когда она складывала вещи в стенной шкаф, то почувствовала какой-то странный запах. Ее поиски увенчались успехом, Джими сходил по большому в отцовскую шляпу! Мама выскочила из дома, схватила сына и затащила в дом. Она показала ему шляпу и сильно отхлестала его ремнем. Мальчик немедленно описал штаны. Мама решила, что он был слишком напуган наказанием. Однако Джими весь день мочился в штаны, а ночью описал постель.

Мама Джими была слишком озабочена гигиеническими моментами с самого рождения сына. Она предписывала ребенку: «Ты пойдешь в туалет, когда я тебе скажу». Поведение мальчика говорит: «Я пойду в туалет, когда захочу, и сделаю это, где захочу!» И Джими стал использовать это как один из методов, чтобы победить всесильную маму. Жизнь матери и ребенка превратилась в постоянное силовое противостояние. Мама сможет изменить межличностные отношения с сыном, когда поймет, в чем проблема и как она может поступить в данном случае.

Многие родители сами создают для себя подобные трудности. Они слишком беспокоятся о воспитании правил личной гигиены у своего ребенка. Разница между нормальным и чрезмерным интересом заключается в нашей позиции. Если мы «настаиваем», чтобы ребенок правильно ходил в туалет, мы невольно вызываем детское сопротивление. Если же мы лишь предупреждаем и поощряем ребенка к самостоятельности в этом деле, то вызываем со стороны ребенка сотрудничество. Когда ребенок использует эти моменты для привлечения к себе чрезмерного внимания или пытается таким образом противостоять в силовой борьбе с родителями, то пришло время ретироваться и показать полное безразличие. Во всех таких случаях прослеживается борьба за власть. Мы можем попытаться решить проблему в более благоприятных условиях, где для сохранения порядка не нужна силовая борьба. Мама может не спешить менять запачканную постель. Если ребенок хочет вернуться в младенческий возраст, мама одевает его в подштанники и позволяет ходить мокрым. «Это твоя проблема. И решить ее ты сможешь сам, если будешь готов», — говорит мама своим поведением. Не получив желаемого внимания и нужной реакции мамы, ребенок может отказаться от такого поведения.

Возможно, сейчас многие читатели недоумевают. Ведь существуют такие жизненные моменты, когда физическое принуждение просто необходимо. Дело в том, что когда мы сохраняем твердость и строгость в нашем поведении с ребенком, физическое насилие для поддержания порядка уже не является необходимым.

Питер, пяти с половиной лет, не пошел в детский садик из-за сильной простуды. Через пару дней потеплело, ярко светило солнце, и начал таять снег. Питер захотел погулять. «Нет, ты еще кашляешь», — сказала мама. Мальчик сердито надулся. Вскоре мама услышала, как хлопнула входная дверь. Питер, в пальто и сапогах, вышел из дому. Мама выбежала за ним, взяла сына за руку и предложила вернуться в дом. Мальчик отказался. Мама подняла его и понесла домой. «Извини, Питер, ты не можешь сегодня играть на улице. Ты еще не совсем здоров», — сказала мама. Мальчик плакал и бушевал. Мама насильно его раздела. Питер бросился к двери. Мама твердо и спокойно держала ручку двери. Она ничего не говорила и не пыталась прекратить гневную вспышку сына. Мальчик стал яростно кашлять. Мама молчала и продолжала блокировать выход. Питер закричал: «Я тебя ненавижу!» Он бросился в свою комнату и упал на кровать. Мама вернулась к своей работе, не мешая Питеру успокоиться самому.

Для неопытного наблюдателя данный случай может выглядеть как силовая борьба. Питер хотел погулять, а мама применила силу и помешала ему. Однако мама не была втянута в борьбу. Она имела намерение поддержать порядок, необходимый в данной ситуации. Каковы же различия? В позиции матери. Она обязана быть строгой и сохранять порядок. Мама сделала и то, и другое — без гнева, раздражения и доминирования. В этом случае порядок подразумевал выполнение рекомендаций врача. Состязание между Питером и мамой не было борьбой за власть, поскольку мама не имела своих личных целей в этом. Вот что является важным ключом к разгадке. Во-первых, всякий раз, когда мы сомневаемся в том, что происходит между нами и ребенком, необходимо задать себе вопрос: «А нет ли здесь моей личной заинтересованности?» Многие родители заблуждаются в том, что все делают только ради ребенка. Вы в этом уверены? Не задет ли наш престиж родителя? Что в результате мы приобретаем? Приятно ли нам полное подчинение ребенка? Хотим ли мы видеть ребенка только послушным? Насколько нам важно считаться «хорошими родителями»? А как насчет «успешных

родителей»? Не ищем ли мы подтверждение своей состоятельности в роли родителя?

Другой показатель силовой борьбы — те результаты, что мы имеем. Продолжает ли ребенок делать те же самые вещи, несмотря на наше «воспитание»? Выказывает ли он неповиновение? Не обижены ли мы? А как насчет злости?

Третий показатель — тон нашего голоса. Это совершенно нас выдает. Как мы звучим? Властно? Агрессивно? Настойчиво? Требовательно? Строгость обычно выражается спокойным тоном. В борьбе за власть в основном звучат злые слова и оскорбления.

Питер бушевал, потому что ему помешали сделать то, что он хотел. Мама проигнорировала его слова «я тебя ненавижу», она понимала, что это лишь кратковременная эмоция. У мамы не было личной заинтересованности в поддержании порядка. Питер остался на поле боя в одиночестве. Если бы мама повелась на явно провокационное поведение сына, то глубоко бы увязла в последующих реакциях сына.

Мама припарковала машину возле офиса доктора. Колин, двух лет, выходить из машины отказался. Мама его попросила. Он отказался вновь. «Колин, сейчас время нашей записи. Пошли немедленно, будь хорошим мальчиком!» Он упал на сидение и не выходил. Мама повернулась к подруге: «Ну, что мне делать?»

Мама просто может вытащить сына из машины! Спокойно и строго, как фактическое поддержание порядка в требуемой ситуации. Мама не должна быть злой. Нет никаких поводов для силового состязания, если она остается спокойной и строгой.

Для полного осознания силовой борьбы и принятия техник работы с ней, прежде всего, мы должны пересмотреть наши родительские позиции. Мы должны серьезно принять нашу новую роль лидера и полностью отказаться от властных проявлений. У нас нет власти над нашими детьми. Они уже это осознают, тогда как мы — не всегда. Мы больше не можем требовать или навязывать что-либо. Мы должны учиться лидировать и стимулировать.

Сейчас мы укажем новые позиции, которые содействуют гармонии и духу кооперации в наших семьях. Слева мы перечислим позиции авторитарного общества, справа — те же позиции, но в духе демократии. Как только позиции справа станут нашей второй натурой, у нас вообще не будет проблем с борьбой за власть. При концентрации нашего внимания на потребностях ситуации, а не на том, «как заставить его повиноваться мне», перед нами открываются пути стимулирования ребенка к адекватному реагированию. Всякий раз, когда мы хотим заставить ребенка сделать что-нибудь, он немедленно реагирует неповиновением и бунтом. Возможна и пассивная линия поведения, как мы видим в случае Сали, когда девочка всячески избегает выполнять приказание мамы вымыть посуду. Или это принимает активную форму мести, как поступил Джими, употребив отцовскую шляпу как туалетный горшок.

Автократическое общество

Властная фигура
Сила
Давление
Требование
Наказание
Награда
Наложение (запретов),
обложение (обязательствами)
Доминирование
Детей должно быть видно,
но не слышно
Делай это, потому что я так
сказал(а)
Ориентация на престиж
Персональная причастность

Демократическое общество

Знающий лидер
Влияние
Стимулирование
Поддержание сотрудничества
Логические последствия
Поощрение
Самоопределение
Руководство
Уважайте ребенка!
Мы делаем это, потому что
мы должны
Ориентация на ситуацию
Объективная отчужденность

Мы страдаем, когда дети нами пренебрегают. И все же у нас есть шанс изменить такое положение вещей. Если мы

постараемся понять потребности ребенка в конкретной ситуации, наше чувство собственного достоинства не будет ущемлено.

Мы уже много знаем о силовой борьбе. Самое важное — твердо знать, что я сам буду делать в данной ситуации, а не как я собираюсь заставить ребенка сделать что-либо. Затем родитель, как лидер, анализирует требования ситуации, а не свои личные предпочтения, и работает над этим. Понимание, поощрение, логические последствия, взаимоуважение, уважение к порядку, заведенный распорядок и сотрудничество — все эти средства исключают необходимость силовой борьбы. К сожалению, когда борьба за власть уже началась, использование логических последствий малоэффективно. Родители применяют их в качестве оружия и наказания.

Главное для каждого родителя — увидеть свою личную позицию в силовой борьбе. Конечно же, это нелегко сделать. Мы должны быть постоянно начеку, иначе мы будем вовлечены в борьбу, даже не осознавая этого.

Необходимо часто напоминать самому себе: «Я действительно не могу заставлять моих детей делать что-либо. Я также не могу принуждать их. Я могу использовать все методы, данные в этой книге, но я не могу насильно принудить его сотрудничать со мной. Сотрудничество не возникает из-под палки, оно должно быть выиграно. Ребенка необходимо стимулировать к приличному поведению, но не требовать одного. Мне помогут в этом моя изобретательность, такт, чувство юмора и огромное желание». Пользы от такого напоминания намного больше, чем от грубого применения силы. Развитие наших умений открывает творческий потенциал, имеющийся в каждом. Обладая полезной информацией, мы способны реагировать на любые отклонения в поведении ребенка. Важно, чтобы мы всегда помнили: попытки принуждения бесполезны!

Старайтесь уйти от конфликта

В любой конфликт между родителями и детьми вовлечены обе стороны. И обе стороны охвачены тревогой и волнением. Но если одна из конфликтующих сторон ретируется, то у другой продолжать борьбу не будет никакого смысла. Покинув поле боя, мы оставляем ребенка одного. Он больше не имеет противника или зрителя, побеждать некого, никто его не давит. Парусник лишают ветра.

Каждый вечер в 20.00 начиналось сражение. Гари, четырех лет, был очень успешен в этом. «Гари, время ложиться спать», — спокойно говорит мама. «Нет, я еще не хочу». — «Но уже восемь часов вечера». — «Одну минуточку, я закончу раскрашивать эту картинку», — просит мальчик. «Нет, ты пойдешь спать прямо сейчас, — строго говорит мама, — дорисуешь завтра». Она пытается все убрать со стола, Гари плачет и зажимает в ладошке карандаши. Разгневанная мама кричит: «Хорошо, заканчивай эту картинку». Мальчик, улыбаясь, усердно водит карандашом. Мама замерла в ожидании. Мальчик стал рисовать все медленнее и медленнее. «Давай быстрее!» — мама теряет терпение. «Я хочу, чтобы было очень красиво. Ты же сама говоришь, чтобы я был аккуратным», — ответил с достоинством Гари. Мама присела на кровать и еще несколько

минут ждала окончания рисунка. Затем она пригрозила забрать карандаши. Мальчик опять запротестовал. Мама настаивала. Гари неохотно позволил ей забрать карандаши. И все же мальчик не торопился ложиться спать. Он бездельничает в ванной комнате, копошится в постели, срочно хочет чего-нибудь попить. Наконец, мама оставляет его в детской и возвращается в гостиную. Вскоре мальчик опять встает и идет в туалет, потом он просит еще один поцелуй на ночь. В девять он все еще не спит. Выведенная из себя мама наказывает сына. Гари заливается слезами. Отец заходит в спальню к сыну и обращается к жене: «Я не понимаю, почему у тебя каждый вечер одни и те же проблемы с ним. Гари, тихо! Немедленно в постель и спать». В доме воцаряется мир.

Цель мальчика — это власть. Он задает правила игры и вовлекает маму в состязание. Поведение мамы укрепляет веру мальчика в его силу, так как сначала мама требует от сына идти спать, а потом поддается на его провокации. Гари должен идти спать, но мама не знает, как побудить сына к этому.

Существует несколько путей решения данной проблемы. Один из них — уйти от конфликтной ситуации. Возможно, родителям Гари поможет такая схема поведения. Давайте посмотрим, что из этого могло бы получиться.

Днем, во время игры, мама говорит Гари: «Ты знаешь, что в восемь часов вечера ты идешь спать. Я тебе скажу, когда нужно будет принять ванну. Потом папа и я пожелаем тебе спокойной ночи. После этого нас больше не будет интересовать, что ты будешь делать». В 19:30 мама готовит сыну ванну и зовет его. «Я еще хочу немного поиграть», — пренебрежительно отвечает мальчик. «Ванна готова, дорогой», — говорит мама и возвращается в гостиную. В восемь вечера родители идут в комнату сына. Гари все еще играет. «Доброй ночи, мой дорогой мальчик», — отец берет сына на руки и целует. «Спокойной ночи. Пусть тебе приснятся приятные сны», — мама целует Гари. Родители возвращаются в гостиную и смотрят телевизор. «Но я еще не мылся», — кричит мальчик. Родители ведут себя так, как если бы Гари уже спал. Мальчик карабкается маме

на колени. «Я хочу принять ванну», — хнычет он. «Дорогой, я принесу немного поп корна», — мама поднялась, и мальчик соскользнул с ее колен. Гари делал все возможное и невозможное для привлечения внимания родителей. Он кричал, топал, прыгал, кувыркался, дергал родителей, но ничего не помогало. Наконец, он ушел к себе. Вскоре, уже в пижаме, он пришел с просьбой поправить ему постель. Мама не отрывалась от телевизора и не реагировала на сына. Около 10.00 Гари сам залез в кровать с не расправленной постелью и уснул.

Родители остались непреклонными. Они пожелали сыну спокойной ночи и сняли с себя всякую ответственность за дальнейшее. Они оставили Гари одного на поле боя. Он отчаянно старался вовлечь их в сражение по укладыванию его спать. Он даже играл на их жалости, начиная хныкать и плакать. Но родители сохранили твердость. Для Гари начался новый воспитательный процесс, который существенно изменит его отношение к родителям и порядку. На следующий день Гари уже будет вовремя принимать ванну, и это будет еще полчаса времени, проведенных вместе с мамой. В 20.00 родители укладывают сына в постель и желают ему приятной ночи. Если мальчик вскоре идет в туалет или просит что-то попить или еще один поцелуй на ночь, родители опять не замечают Гари, потому что для них он уже спит. Мальчик все-таки вернется в постель. Изменения, которые родители будут придерживаться несколько дней, помогут мальчику принять восемь часов как время ложиться спать.

Избежать силовой борьбы из-за укладывания ребенка в постель можно и по-другому, сохраняя при этом строгость и мягкость. Без слов взять ребенка за руку в нужное время, раздеть, выкупать и уложить спать, не реагируя на его возмущения и крики. Можно даже удалиться в свою спальню и закрыть дверь.

Сара, трех с половиной лет, забежала на кухню, где мама готовила обед. «Я хочу пить, мама», — захныкала она. «Прекрати ныть, Сара. Ты ничего не получишь, пока не попросишь нормальным голосом». — «Но я хочу пить», — еще сильнее

заскулила девочка. «Я не переношу твое нытье. Прекрати немедленно!» Сара заплакала и повисла на маме. «Ты собираешься вежливо говорить?» — «Пожалуйста, могу я попить чего-нибудь?» — пропищала Сара. «О, боже! Пей!» — мама налила дочери стакан сока.

Считается, что все дети проходят стадию нытья. Нам советуют быть терпеливыми и ждать, когда они повзрослеют. Однако нет никакой реальной необходимости выносить детское нытье. Сара показала нам свою власть получить все, что она хочет, несмотря на мамины протесты. Мама говорит: «Прекрати немедленно». Сара продолжает, мама сдастся. Хотя можно было поступить по-другому. Не отказывать ноющему ребенку, а просто уйти — и без слов! Мы становимся легкой мишенью, когда уступаем нытью. Мама должна найти время на воспитательный процесс. Она выключает газ и уходит в ванную комнату. Мы называем это «техникой ванной комнаты». Это единственное место в доме, где мы можем быть совершенно одни. Совершенно уединенное пристанище. Желательно иметь там пару интересных журналов и радио для шумового эффекта. Как только Сара начинает скулить, мама исчезает в ванной комнате. Говорить при этом ничего не надо. Сара все поймет сама и, возможно, перестанет ныть.

Мама услышала шум на кухне и поспешила туда. Она увидела своего трехлетнего сына, пытающего достать шоколадные конфеты с верхней полки. «Сейчас не время есть конфеты, Лари. Скоро обед». Она сняла сына с табурета. «Я хочу конфету сейчас», — заныл Лари. «Нет. Я уже накрываю на стол». — «Конфету!» — скулил мальчик. «Лари, пожалуйста, веди себя прилично». Ребенок захныкал, упал на пол и стал брыкаться. «Ты хочешь, чтобы я тебя отшлепала? — прикрикнула на сына мама. — Прекрати немедленно этот шантаж». — «Я тебя ненавижу!» — крикнул мальчик. «Лари, что ты говоришь?» Ребенок продолжал бушевать. «Лари, прекрати. Ну, хорошо. Я дам тебе одну конфету. Сейчас же прекрати нытье!» Сын, постепенно утихая, взял у мамы обещанную конфету.

Мама пыталась держаться, но Лари вынудил ее сдаться. Он выиграл сражение и укрепил веру в собственные силы. Мама могла бы не реагировать на гневную вспышку сына и оставить поле боя. Было бы желательно убрать шоколадные конфеты и удалиться в ванную комнату при первом же вопле. И пусть Лари проявляет свой гнев в одиночестве. Какой смысл продолжать «спектакль», когда зрителей нет?

Ален, пяти лет, был вместе с мамой в гостях у маминой подруги. На него произвело большое впечатление поведение Чарли, сына хозяйки дома, который с помощью своего гнева добивался всего, чего хотел. Вскоре они вернулись домой. Мама приготовила обед. Во время обеда Ален встал из-за стола и пошел в туалет. Это было нарушение заведенного порядка. Если кто-либо покидает стол во время обеда, он уже не имеет права вернуться. Пока мальчика не было, мама торопливо рассказала о сегодняшнем визите к подруге. Папа все понял. Мама убрала со стола тарелку сына. Мальчик вернулся. Когда он увидел, что его тарелка исчезла, он упал на пол в дикой истерике, имитируя поведение Чарли. Родители продолжали обед и не обращали на сына никакого внимания, как будто его здесь нет вообще. Они даже могли слышать его бормотание: «Что происходит? Почему они не обращают на меня внимание?» Мама с трудом сдерживала смех.

Элисон, десяти месяцев, ползала по полу. Мама гладила белье. Закончив гладить, она подняла дочурку и посадила в манеж. Ребенку это не понравилось, и девочка заплакала. Мама попыталась отвлечь ее внимание, но Элисон упала на спину и билась в истерике. Мама удалилась в ванную комнату. Десять минут спустя она вернулась и увидела Элисон, весело играющую с мячом.

Даже десятимесячный ребенок демонстрирует свой характер. Мама прививает Элисон уважение к порядку. Она принимает решение дочери проявить свой гнев и покидает поле сражения, тем самым лишая ребенка желаемого внимания.

Уход от конфликтной ситуации — важный шаг. Это совсем не означает, что мы бросаем ребенка. Наша любовь, внимание, забота остаются. Выход из конфликтной ситуации действительно помогает сохранить хорошие отношения.

Когда ребенок провоцирует нас, а в основном так и происходит, мы чувствуем себя далеко недружелюбно. Враждебность не способствует приятным отношениям. Когда мы примем уход от конфликта за правило, то сразу же увидим, как наши дети прореагируют на это. Поскольку у них сильная потребность ощущать себя частью семьи (потребность в принадлежности), то пустое поле боя их будет смущать. Им не хватает времени на изменение своего поведения для того, чтобы избежать бесполезного проявления нездорового темперамента. Устанавливая новую практику решения конфликтных ситуаций, мы помогаем детям осознать ограничения, принятые в доме. Если установленные лимиты превышаются, а мы уходим от конфликта, то дети очень быстро отказываются от плохого поведения и готовы сотрудничать. Наша цель — воспитание у детей чувства сотрудничества, и у нас есть прекрасное средство для этого.

Конечно же, сразу трудно увидеть, как данная поведенческая модель действует. На первый взгляд, это выглядит так, как будто мы ребенку позволяем получить то, что он хочет. Однако если мы поймем мотив поведения ребенка, то увидим, что ребенок чаще всего в конфликтных ситуациях хочет привлечь наше внимание или вовлечь в состязание за власть. Позволив себе увлечься силовой борьбой, мы играем по детскому сценарию и, более того, укрепляем ошибочную цель ребенка. Поэтому наши воспитательные методы должны быть направлены на базисную причину, а не на конфликтную ситуацию. Бесполезно «корректировать» словами плохое поведение ребенка. Если мы действительно хотим изменить его поведение, то, прежде всего, должны разобраться с его ошибочными установками. Ребенок видит, что все его попытки контролировать родителей ни к чему не приводят, он остается один на поле боя. Он вскоре выберет новое поведенческое направление, открывающее для него со временем перспективы сотрудничества. Он учится

принимать последствия той или иной ситуации для своего личностного роста. Таким образом, ребенок развивает уважение и к себе, и к своим родителям, что является основой социального порядка.

Как только данный воспитательный метод устанавливается в доме, дети становятся вполне управляемыми и в общественных местах. В таких случаях вполне эффективен психологический уход от конфликтной ситуации. Дети очень чувствительны. Для них не составляет особого труда понять наше настроение и увидеть, что мы не собираемся конфликтовать. На примере Сали мы видели эффект такого взаимоотношения. Мама спокойно шла вперед, не обращая никакого внимания на гнев дочери. Сали поняла, что не может спровоцировать маму на конфликт, сдалась и присоединилась к ней. Мама немедленно приняла ее без единого упрека, и остаток прогулки был приятным для обеих.

Мы сталкиваемся с суровым испытанием, когда наши дети плохо себя ведут на публике. Из-за них мы ощущаем стыд и унижение и, конечно же, это нас не устраивает. Но ведь дети ведут себя на людях точно так же, как и дома. Если они непослушны дома, то вряд ли они будут выказывать хорошие манеры в других местах. Мы получаем по заслугам. Дети еще хуже себя ведут на публике, так как при этом понимают нашу особую уязвимость. В таких случаях мы можем прекрасно использовать психологический метод «ухода в ванную комнату». Если нас в первую очередь волнует требование конкретной ситуации, а не собственный престиж, то решить проблему мы готовы.

18

глава

Меньше слов, больше дела!

«Сколько раз я должна повторять вам, что нужно мыть руки перед едой? Сейчас же из-за стола! И не возвращайтесь, пока не помоеете руки!» Заскрипели три стула, и дети покинули кухню. В это время мама продолжала кормить годовалого малыша.

«Сколько раз я должна повторять это?» — самая употребляемая родительская фраза, выражающая наше разочарование детьми. И служит она лишь для того, чтобы показать наше возмущение. Никакой воспитательной пользы данная фраза не несет. Тот факт, что мы постоянно повторяем «сколько раз», говорит лишь о том, что эти слова не служат цели воспитания. Дети учатся очень быстро и легко понимают, когда мы не одобряем их поведение. Ребенок вполне осознает, какое именно поведение выходит за рамки установленного порядка.

Итак, почему трое детей постоянно садятся за обеденный стол с грязными руками? Какова их скрытая цель? Что они в результате получают? Как себя ведет их мама? Ее явно это раздражает. Годовалый малыш занимает все ее внимание, и вдруг она замечает грязные руки. Трое других детей оказались в поле ее зрения. Они пренебрегли порядком и

получили внимание мамы. Мама даже не подозревает, что играет точно по правилам. Было бы глупо мыть руки просто так, без маминого напоминания! Ведь это прекрасный способ привлечь ее внимание. Если мама действительно хочет изменить поведение детей, то она должна действовать. Слова здесь бесполезны. Не имея уважения к детям, трудно понять их действия. Но мама может решить, что она сама будет делать. «Я не буду кормить детей с невымытыми руками». Мама забирает тарелки. На следующий раз, если дети вновь не помыли руки, она даже не обязана говорить, почему их не обслуживают. Ситуация меняется. Дети не могут привлечь к себе внимание мамы проверенным старым способом. Зачем тогда не мыть руки?

Мама увидела, как Брайн, восьми лет, старший ребенок в семье, нацелил свой пистолет на соседское окно. «Брайн, иди сюда. Я хочу с тобой поговорить». Мальчик опустил пистолет и медленно пошел к маме. Она завела его в дом. Они сели на диван. «Ты знаешь, милый, что этот пистолет достаточно опасен. Мы с папой говорили тебе об этом, когда дали пистолет. Более того, папа построил тебе специальную мишень для стрельбы. Там ты можешь использовать свой пистолет без всякого вреда. Так?» Брайн посмотрел на маму широко раскрытыми невинными глазами. Он всем своим видом показывал неподдельный интерес к данной беседе, но хранил молчание. «Ты ведь знаешь, что пуля из такого пистолета может запросто разбить окно». Мальчик удивился. «Понимаешь, дорогой, дробинки очень опасны. Попадешь в стекло, и оно разобьется. Ведь ты же не хотел это сделать, не так ли?» Брайн опустил глаза. «Ты же понимаешь, если ты разобьешь окно, то мы должны уплатить. Ты же не хочешь, чтобы это случилось?» Брайн бросил быстрый взгляд на маму и опять промолчал. «Не хочешь пострелять в мишень?» Мальчик поднял голову, переступил с ноги на ногу и сказал: «Я думаю пойти погулять». — «Хорошо. Но пистолет оставь дома. О'кей?» — «О'кей», — пожал плечами мальчик. Несколькими днями позже мама увидела, как Брайн стреляет по бутылкам и консервным банкам. Она опять позвала его на беседу. Мама вновь предостерегла сына об опасности рикошета. Мальчик внимательно слушал.

По окончании разговора он оставил пистолет дома и пошел гулять во двор.

Мама, применяя метод «рассуждения с ребенком», не предполагала, что должна была «подавить» Брайна. Она ничего не делает, только беседует. Многие родители нагромождают кучу бесполезных слов на ребенка, имеющего определенную цель такого поведения. Не понимая этого, родители со своими разговорами просто скучны, и ребенок быстро развивает невосприимчивость к сказанному. Он становится «глухим». В конце концов, использование только слов в качестве воспитательного метода неизбежно вызовет в ребенке лишь «глухоту». И родители, и учителя часто сталкиваются с проблемой: дети не слышат, что им говорят. Зачем же применять такой бесполезный воспитательный метод и тратить на это свои душевные силы?!

Слова необходимы для процесса общения. В конфликтной ситуации ребенок часто не желает нас слушать, и наши слова превращаются в оружие. Бесполезно что-либо говорить ребенку во время конфликта, сейчас он абсолютно «глух». Все сказанное будет им использовано в качестве амуниции для его собственной вербальной реакции. Разгорается словесная борьба. Даже если ребенок ничего не отвечает нам, он сопротивляется и выражает это своими действиями. Умышленное пренебрежение и веселое озорство являются наиболее распространенными формами детской реакции.

Брайн притворялся, что он внимательно слушает маму. Он понимал, что именно этого она ожидает от него. На самом же деле он ничего не слышал и, конечно же, не собирался следовать маминым инструкциям. Не так сложно для мальчика притвориться внимательно слушающим, в конце концов, мама позволяет ему делать то, что он хочет. Если бы мама присмотрелась к выражению лица сына более пристально, то увидела бы, что он притворяется и смеется над ней.

Если разъяснения не действуют, а наказание не приемлемо, что же предпринять в таком случае? Мама может просто действовать: забрать пистолет у сына. «Извини, но ты не собираешься выполнять полученные инструкции. Ты

сможешь получить пистолет обратно, когда будешь точно уверен в исполнении правил». Это должно быть сделано раз или два, после этого пистолет возвращается. И ничего не нужно больше говорить.

Данная история имеет трагическое завершение. Брайн продолжал играть с пистолетом, как того сам хотел. Он выстрелил в бутылку, слишком близко расположенную к нему. Рикошетом мальчику выбило глаз.

«Джанет, подтяни пижаму. Ты можешь запутаться и упасть. И уже давно пора спать». Мама вернулась к своим гостям и стала объяснять: «Вчера купила пижаму на распродаже. Думала, будет на вырост, но вы же знаете, как дети любят обновки. Дочь сразу же надела ее. На следующий год эта пижама будет ей в самый раз». Все гости смотрели на девочку, которая все еще стояла на лестнице и счастливо улыбалась. Она с озорством поднимала попеременно ноги, запутавшиеся в длинных штанинах. Джанет опять посмотрела на всех и весело рассмеялась. Мама вновь обратилась к дочери: «Джанет, подкачай штанины, пока еще не свалилась. Быстро иди наверх!» Девочка медленно поднялась еще на одну ступеньку, волоча штанины. Затем она повернулась и бросила быстрый взгляд на гостей. Мама уже не смотрела на нее, и ребенок несколько минут прислушивался к разговорам взрослых. Потом она села, вытянула ноги и стала ими размахивать. Мама, заметив, что гости с улыбкой смотрят на лестницу, повернулась. «Джанет! Ты хочешь упасть? Подтяни штанины и быстро поднимайся! Карл, прошу тебя, отведи ее в спальню». Девочка быстро поднялась по лестнице, и длинные брюки ей совсем не помешали сделать это. Джанет была уже наверху, когда отец только подошел к лестнице.

Как часто мы предостерегаем детей о возможных опасностях! Если бы наши дети слушали нас, то они не смогли бы вообще двигаться! Мама Джанет слишком много говорит. Она использует слова в качестве угрозы и возбудителя страха. Девочка точно знает, как контролировать свои движения в длинных штанинах. Поэтому она беспечно озорничает на лестнице. Джанет держит под контролем и свои ноги в длинной пижаме, и маму, проявляющую так много

заботы о ней. Девочка знает, что давно уже должна быть в постели, но она прекрасно использует данный момент для привлечения маминого внимания. Для Джанет это лишнее доказательство своего умения занимать маму только своей особой. Чем неординарнее ситуация, тем важнее победа. И мама поддается правилам игры Джанет.

Во многих случаях единственно правильная родительская реакция на действия ребенка — стиснуть зубы. Конечно же, для этого необходимо определенное усилие над собой. Ведь так хочется хоть как-то отреагировать! Вы вскоре сделаете открытие, что лишь ваше молчание часто может снять напряженность конфликтной ситуации и восстановить семейную гармонию. Хотя некоторые мамы умеют кричать, даже не открывая рта!

Мама вообще ничего не должна говорить Джанет о пижаме. Она должна действовать; дать ребенку выбор идти в постель самой или быть унесенной.

Пятилетний Тери громко плакал в воскресной школе. Мама просила его перестать: «Если ты будешь продолжать, то я сейчас же уйду и оставлю тебя». Мальчик заплакал еще громче. «Ну, все, я ухожу», — мама направилась к двери. Тери вскрикнул и побежал за ней. Мама вернулась: «Тери, ты должен остаться здесь и перестать плакать». Учительница вошла в класс: «Миссис, вы можете спокойно уходить. С Тери все будет в порядке». — «Я боюсь, он побежит за мной. Мы имеем с этим проблемы». — «Я уверена, что Тери у нас понравится. Тери, мы тебя ждем. Присоединяйся к нам, когда успокоишься. Помни, мы твои друзья». Мама ушла. Мальчик уже не плакал, но все еще стоял в углу комнаты. Учительница повернулась к классу. Вскоре Тери увлеченно работал вместе со всеми.

Мама чувствует себя совершенно беспомощной с плачущим ребенком и пытается призвать сына к покорности с помощью слов. Слов все больше и больше, потом уже угрозы, которые она не намерена осуществлять. Она хочет заставить мальчика прекратить плакать и все более и более попадает в зависимость от поведения ребенка. Детский плач часто превращается в «силу воды».

Георгий, пяти лет, стал кувыркаться на турникете при входе в супермаркет. «Георгий, быстро слезай! Ты можешь удариться», — кричит мама сыну. Мальчик проигнорировал замечание и повис на коленях. «Перестань немедленно! Слезай, пока еще не упал», — мама дергает сына. Георгий подтянулся и сел на перила, мешая другим посетителям заходить в магазин. Мама опять обратилась к сыну: «Георгий, слезь, чтобы люди могли пройти». Мальчик спустился, но потом вновь вскарабкался на турникет. «Георгий, иди сюда!» — и мама пошла вперед по проходу. Мальчик так и крутился на перилах, пока мама сделала покупки и вышла из магазина.

Родители часто понимают, что слова сами по себе производят небольшой эффект. Если ребенок так и не реагирует на замечания, мы обычно отступаем и делаем стратегическую ошибку, оставляя агрессивного и наглого ребенка победителем. В таком случае, к сожалению, ничего не было предпринято к развитию у ребенка чувства сотрудничества. Мама смутно осознает это и в следующий раз удваивает усилия по «воспитанию» ребенка, стараясь убедить его. Увы, с теми же плачевными результатами.

Мы должны научиться заменять слова действием. Нашим девизом должно стать: «Во время конфликта говорить бесполезно, нужно действовать!»

Георгий глух к маминым словам. Продолжать что-либо говорить бесполезно, необходимо действовать. Вместо этого мама пытается привлечь сына к сотрудничеству через нотации по поводу его безопасности. Мальчик все сам прекрасно понимает. Он хорошо контролирует свое тело и не допустит малейшей опасности для себя. Ведь совсем незначительное количество детей ранятся, прыгая через перила и вращаясь на турникетах в магазинах.

Когда мама Георгия увидела, что ее слова не производят должного впечатления на сына, она отступила. Мальчик чувствует себя победителем. Более того, мама, закончив покупки, возвращается за сыном и уводит его из магазина. Конечно же, Георгий доволен своей мамой, получая от нее все, что он хочет. Да и магазин — не место для воспитания ребенка. Плохое поведение детей в магазинах стало таким

обычным делом, что принимается за норму. Ведь магазин не детская площадка для игр. Детям необходимо дать понять это и научить вести себя подобающим образом. До того, как идти за покупками, мама может сказать: «Георгий, магазин не площадка для игр. Если ты готов это принять, то можешь пойти со мной и помочь мне с покупками». Когда мальчик начинает прыгать по турникету, мама берет его за руку и уводит из магазина. «Извини, но ты еще не понимаешь, как себя вести в магазине. Ты можешь подождать меня в машине». Своим твердым поведением мама показывает сыну, что она совсем не шутит. В следующий раз мама предоставляет Георгию выбор: идти с ней в магазин, если он готов вести себя хорошо или ждать ее в машине. Она не должна использовать свои слова в качестве угрозы: «Если ты не будешь себя хорошо вести, то останешься в машине. Ты же не хочешь, чтобы так и случилось, не так ли? Поэтому ты будешь себя хорошо вести, правда?» Он не будет.

Использование метода естественных последствий или уход от конфликта, если это позволяет ситуация, помогут нам не усиливать взаимную враждебность.

Четырехлетний Джони бегал по только что высаженным семенам. «Джони, быстро с грядок!» — закричала мама. Ребенок продолжал резвиться так, как будто он ничего не слышал. «Джони, не топчи грядки! Ведь ничего не вырастет». Мальчик не обращал никакого внимания, бегая взад и вперед по грядкам. Еще пару раз мама кричала на сына. Джони продолжал бегать, пока не запыхался. Он со смехом подбежал к кустам и сел в тени. Мама бросила взгляд на сына и занялась домашней работой. Несколькими днями позже Джони забежал в соседский сад и стал резвиться на огороде. Теперь он вполне обдуманно топтал грядки. Соседка взяла его за руку и повела к калитке. «Молодой человек, тебя сюда никто не приглашал. Уходи немедленно!» — строго сказала она. Все это слышала мама Джони, искавшая сына. «Он что-то натворил?» — спросила она у соседки. «Конечно же», — ответила сердитая леди. «Он еще слишком мал, чтобы понимать, как себя надо вести в саду. И я больше не хочу его видеть у себя ни сейчас, ни в будущем». — «Хорошо, извините», — обиделась мама. Но со-

седка продолжала: «Думаю, у вас большие проблемы с воспитанием сына. Ему лучше больше не показываться мне на глаза!» Мальчик заплакал. «Мой бедный мальчик», — мама взяла Джони на руки и стала успокаивать. Она медленно шла к своему дому с плачущим ребенком на руках и утешала его: «Не слушай эту злую старую тетку».

Джони ошибочно считает, что он имеет значимость, если ведет себя, так как ему вздумается. Он уже маленький деспот. Мальчик делает то, что ему хочется, и никто не может остановить его. По крайней мере, с помощью слов! Он перестал бегать по грядкам в мамином саду лишь только тогда, когда все вытоптал и достаточно побеспокоил этим маму. Постоянные материнские замечания пролетают мимо его ушей. Поскольку мама ничего не предпринимает, а лишь кричит, то Джони продолжает делать все, что пожелает.

Соседка, напротив, действует. Она насильно увела его из своего сада. Конечно же, она вылила свою злость и на Джони, и на его маму, комментируя поведение и манеры мальчика. Мама немедленно отразила атаку, выразив Джони сочувствие по поводу слов «злой тетки». Хотя это было ничем не оправданно. Если ее сын ведет себя таким образом, что провоцирует гнев и враждебность, то ему необходимо прочувствовать последствия своего поведения, а не заслонять от этого болезненным сочувствием. Чувствуя свою вину за сына, мама, тем не менее, поощряет его и дальше играть роль деспота. Теперь Джони знает, что ему позволено не только дома делать все, что он хочет, но и вне дома — мама защитит его от любого неприятного последствия такого поведения. Теперь он может вести себя так везде!

В обществе деспотическое поведение Джони не найдет поддержки нигде. Тирания не одобряется обществом. На самом деле Джони ищет свое место. Он живет один во взрослом мире и так любим своими родителями! Но, потворствуя каждому капризу ребенка, родители превращаются в его жалких слуг. Такими действиями родители подрывают естественную склонность ребенка быть полезным и усиливают его ошибочное

предположение, что он имеет значимость, если ведет себя как маленький тиран.

Только после осознания ошибочности проявления слепой любви к ребенку, родители способны изменить деструктивное поведение Джони. Они должны немедленно действовать, а не наставлять. Для мальчика было бы намного полезнее, если бы мама, спокойно выслушав соседку, взяла его за руку и увела в дом. «Извини, но ты не умеешь вести себя в саду. Ты сможешь пойти погулять, когда осознаешь свое ошибочное поведение». Мама может больше не давать никаких разъяснений. Ребенок очень хорошо понимает, что бегать по грядкам нельзя. Так как Джони уже играет роль маленького тирана, он встретит данное обращение горячим протестом. Когда он вновь начинает топтать грядки, мама уводит его в дом, информируя: «Ты сможешь выйти из дома, когда будешь готов вести себя хорошо». Джони должен всегда иметь шанс еще раз попытаться вести себя достойно. В противном случае его опять уводят в дом. Мама должна оставаться спокойной и невозмутимой, так как Джони будет провоцировать ее на силовое состязание. Вскоре мамина строгость будет оценена и, в конце концов, ее действия вызовут уважение. Джони необходимо научить уважать окружающих. Только действия, не слова, помогут в этом!

19

глава

Не отмахивайтесь!

Мама везет двухлетнюю Кони в коляске для прогулок. Девочка опустила одну ногу и носком ботинка скребет по тротуару. «Нет, Кони! Так нельзя делать», — говорит ей мама. Ребенок убрал ногу на подножку коляски, но через несколько минут все повторилось снова. Мама вновь обращается к малышке: «Нет, нет, Кони!» На пятый раз, в гневе, мама отшлепала дочь. «Я говорила тебе, прекрати это!» — кричит мама. До конца прогулки Кони вела себя смирно.

«Поторапливайся! Ты опоздаешь!» — кричит мама сыну семи лет, накрывая стол к завтраку. «Поспеш! Давай быстрее!» — минутой позже мама вновь обращается к сыну. Прошло не много времени, и мама снова зовет сына. Наконец, она заходит к нему в комнату и повышает голос: «Чтобы через секунду тебя здесь не было!» Гари засуетился и пошел завтракать.

«Перестань сопеть, Скот», — отец обращается к сыну. Мальчик, восьми лет, простыл, и его мучает насморк. Семья у телевизора, и Скот увлеченно смотрит вместе со всеми фильм. Вскоре он вновь засопел. Отец, слегка раздосадованный, вновь попросил его прекратить. Хлюпанье носом то затихало, то опять усиливалось. Отец строго обратился к сыну: «Ты что, не можешь

взять платок и почистить нос?» Скот обиженно сделал то, что ему сказали.

Во всех перечисленных случаях ребенок своим поведением вызывает родительское раздражение. Выведенные из себя родители пытаются установить порядок с помощью «нет», «прекрати это», «нельзя», «поторапливайся», «не мешай» и т. д. Это очень похоже на то, как мы отмахиваемся от надоедливой мухи. В каждом из данных примеров мать или отец, в конце концов, раздражаются, кричат и даже наказывают ребенка. Эффективным методом воспитания данный подход назвать сложно. Скорее, это дает основания ребенку обращать на нас внимание, лишь когда мы выведены из себя и яростно кричим! Поскольку это совсем не то, что мы в действительности хотим от нашего ребенка, то нам надлежит замечать, как мы себя ведем. Наша реакция «отмахнуться от надоевшей мухи» есть ответ на детское требование внимания. Все наши предостережения малозначимы для ребенка, да и нам от них проку никакого нет. Мы должны еще что-то сделать, а не только назидать по поводу нарушения правил поведения. Если мы хотим, чтобы ребенок прекратил нарушать установленный порядок в доме и подчинился ему, мы должны проконтролировать от начала и до конца, пока наши требования не возымеют силу.

Все-таки имеет смысл потратить время на воспитание ребенка. Всякий раз, когда Кони волочит ногу по тротуару, мама может остановиться и просто ждать. Не нужно никаких слов. Кони вскоре поймет и будет держать ногу на подножке коляски, если захочет ехать дальше. Спокойная настойчивость мамы станет более эффективным воспитательным методом, чем ее бесконечные «нет, нет, нет» и шлепок в финале.

В других примерах более разумно воспользоваться методом логических последствий. Мама Гари могла бы объяснить сыну, что больше не будет обращать внимание, вовремя он завтракает или нет. Она позволила бы ему самому контролировать время, прекратив всякие напоминания и одергивания. Вскоре Гари смог бы серьезно убедиться, что на нем лежит ответственность выбора, завтракать вовремя

или идти в школу голодным. Бесполезно пытаться изменить поведение Гари, придираясь и тормоша его, он просто становится «глухим» к маминым увещеваниям.

Скот болен, у него насморк. Своим сопением он заставляет обратить на себя внимание. Кроме того, кому охота в середине увлекательного фильма бежать за платком? Однако отец сознает, что сопение сына может перерасти в неприятную привычку, и он не хочет этого. Итак, отец «гоняет мух», а Скот продолжает сопеть. Отец может на время оторваться от телевизора и заняться сыном. Несложно получить внимание мальчика коротким: «Скот». Затем будет достаточно лишь посмотреть на него. Мальчик пойдет за платком. Отец устанавливает свое влияние на сына через спокойную настойчивость.

Слова не единственное средство коммуникации. Часто они наименее эффективны. Если мы хотим воздействовать на изменение поведения нашего ребенка, нам необходимо следить и за своим собственным. Достигаем ли мы желаемого результата или просто с раздражением отмахиваемся?

20

глава

Имейте смелость сказать «нет»

«Мама, купи мне новый бассейн», — потребовал Стив. «С какой это стати?» — удивилась мама. «Мне больше этот не нравится. Давай пойдем купим новый». — «Стив, я очень устала. Мы сможем и завтра это сделать». — «Сейчас!» — мальчик затопал ногами. «Стив, ну ты же знаешь, как много мы с тобой сегодня ходили. Сначала на плавание, потом твой урок верховой езды, потом опять плавание. Не может твой новый бассейн подождать до завтра?» — попросила мама. «А я хочу пойти прямо сейчас и купить новый бассейн!» Мама все еще пыталась оправдываться, как она устала. Стив заплакал, стал пронзительно кричать, ругаться и пихать ее. Наконец, мама сдалась, поехала в магазин и купила сыну новый большой бассейн.

Мама Стива в разводе и имеет глубокое чувство вины из-за этого. Она всячески пытается скрасить отсутствие папы, стараясь дать сыну массу других преимуществ. Стив понял это и использует для получения всего, что пожелает. Если бы мама сказала «нет» совершенно безрассудным требованиям сына, то она бы расстроила его. Мама считает, что мальчик и так страдает без папы, и старается больше сына не огорчать.

Почему бы маме не проявлять заботу, выполняя каждую прихоть сына, что она и готова с радостью делать до самой

смерти? Стиву не нужно учиться справляться с беспокойством, так как его мама будет всегда рядом и предотвратит неприятность. Таким образом, она играет роль жалкой прислуги, принимающей оскорбления и неуважение от своего хозяина. Она позволяет сыну нарушать порядок, вести себя тираном, который требует и получает, а также развивать умение использовать свой гнев для контроля.

«Мама, пожалуйста,пусти меня вечером в кино с Линдой!» — просит Карла, разговаривая по телефону с подругой. «Ее мама нас заберет после окончания сеанса». — «Нет, Карла. Ты же знаешь, что вечером в кино я тебе ходить не разрешаю». — «Но, мама, это очень хороший фильм, и он идет только один раз». — «Что ты еще знаешь об этом фильме?» — «Это интересная история о собаке, ты мне читала. Помнишь, я тебе еще показывала рекламу этого фильма? Ну, пожалуйста, только один раз! Обещаю, я не буду завтра уставшей». Мама задумалась: «Я не могу отказывать ей в том, что так ее интересует. Она так любит истории о животных. И это действительно хороший фильм. Я думаю, это не будет вредно для нее. Кроме того, если я ей не разрешу, то она будет так ныть, что вечер будет полностью испорчен». — «Хорошо. Но немедленно домой, как только фильм закончится». Карла радостно сообщила подруге: «Мама сказала, что я могу пойти!»

Карла прекрасно манипулирует своей мамой. Она умна и логична в своей просьбе и играет на материнском желании угодить любимой дочери. Если бы мама отказала, то Карла наказала бы ее своим невыносимым поведением. Девочка получает то, что хочет. Мама позволяет ей не уважать установленный порядок в доме и нарушать его. Когда мама не может сказать «нет», она демонстрирует недостаток уважения, прежде всего, к себе самой, к Карле и ее самочувствию, а также к установленному в доме распорядку. Если бы мама проанализировала ситуацию правильно, то была бы крайне удивлена, как много «только один раз» просьб ею уже выполнено. Каждая такая просьба сама по себе может звучать вполне благоразумно, но регулярность «побед» дочери должна заставить маму пересмотреть свою позицию.

Подразумеваемая угроза в просьбе делает ее диктаторским требованием. Обязательное угождение ребенку по поводу и без является ошибкой, так как делает нас рабами своих детей и развивает в них эгоизм. Карла видит свой жизненный путь как бизнес-сделку для удовлетворения своих желаний. Ее внимание фиксируется только на себе самой и ее желаниях и далеко не на нуждах ситуации. Стремление девочки к сотрудничеству подорвано. Если она не имеет того, чего желает, то делает каждого несчастным. Карла избалованный ребенок. Она не знает, как справиться с раздражением, как благосклонно принять «нет» и сделать из этого правильный вывод. Печальнее всего, что Карлу ждут ужасные разочарования в жизни. Рано или поздно она окажется перед лицом ситуации, когда никто не будет заинтересован угождать ей.

Родительская близорукость не позволяет нам увидеть плачевные результаты нашей уступчивости на каждый детский каприз. Угождение ребенку приносит в дом лишь временную гармонию. Благоразумнее проявлять к ребенку заботу, а не угождение. Детям крайне необходимо знать, как самим справляться с неприятностями. Во взрослой жизни их немало. Полнейший вздор предполагать, что ребенок будет готов к этому сам, когда повзрослеет. Что есть такого магического во взрослении, если еще в раннем возрасте не снабдить ребенка нужными умениями? Необходим разумный баланс между угождением и потаканием. Если очередная просьба Карлы нарушает установленный в доме распорядок, то мама должна иметь смелость сказать «нет». Тем самым она поможет дочери приобрести крайне необходимое для нее умение пережить неприятность.

Четырехлетний Пол сопровождал маму, держа в руках водяной пистолет. Она заметила, как мальчик пустил струю воды в продавца. «Пол! Как тебе не стыдно! Ты же знаешь, что так нельзя. Опустить пистолет». Ребенок спрятал пистолет в кобуру и обиделся. Через пару минут он пустил струю воды в лицо покупательницы. Мама в ярости выхватила пистолет и извинилась перед женщиной. Пол стал орать и топтать ногами. Люди в магазине с удивлением уставились на мальчика. Мама быстро отдала пистолет Полу. «Все хорошо. Пошли домой».

Маме не хватает смелости сказать «нет». Ей неприятно видеть, как люди обращают внимание на ее визжащего ребенка. Тем самым она показывает Полу, что он прав в своих возмутительных требованиях. Мальчик в свою очередь прекрасно манипулирует мамой. Она готова полностью подчиняться своему тирану.

Большинство детей будет яростно выражать свое негодование, если им откажут в желаемом. Тем не менее мама обязана поддерживать порядок: она не должна позволять Полу обливаться людьми. Поскольку он ведет себя непозволительным образом, мама может забрать у него пистолет. «Когда ты будешь полностью уверен, что сможешь спрятать пистолет в кобуру, а достанешь его только дома, то опять получишь его». Мама должна уважать право ребенка выразить свое негодование, но также у нее есть собственное право сказать «нет» и проявить строгость. Когда люди обращают внимание на капризного ребенка, это неприятно, но воспитательный момент более важен. Мы должны понимать требования данной ситуации и не обращать внимание на «а что люди скажут?» Мама должна сделать выбор между ее страдающим тщеславием и материнской обязанностью.

Вили, трех лет, стоит в магазине у полки с игрушками и скулит. «Что ты хочешь, Вили?» — спрашивает мама. «Это!» — мальчик показывает на свисток. «Нет, малыш. От него слишком много шума. Я лучше куплю тебе машинку». Ребенок начинает плакать: «Я не хочу машинку, я хочу свисток». Мама проигнорировала сына и продолжает делать покупки для дома. Вили цепляется за мамину ногу и пищит: «Я хочу свисток, я хочу свисток, я хочу свисток!» — «Боже мой! Хорошо, сейчас куплю», — сдалась мама. Когда продавец вручила маме пакет с игрушкой, мальчик сразу же протянул руку. «Нет, нет, Вили! Я тебе его дам, когда мы придем домой. Здесь шуметь нельзя». Мальчик бурно негодует: «Сейчас, сейчас, сейчас».

«Ладно, держи пакет, но игрушку не вытаскивай!» Вили сразу же рвет обертку. Мама безнадежно смотрит на все это. Мальчик начинает громко свистеть. «Хорошо, Вили. Ты уже знаешь, как он звучит. Теперь здесь не свисти, а вот придем домой, тогда

сколько угодно. А не то я отберу у тебя свисток!» Ребенок продолжает свистеть. Мама выхватывает игрушку. Вили пищит. Она отдает ему свисток. Мальчик опять громко свистит. Мама в гневе: «Ты что, не можешь подождать, когда мы выйдем из магазина?» Вили не обратил на маму никакого внимания. Мама вытащила сына из магазина: «Ты меня очень разозлил. Почему ты не мог дождаться, пока мы выйдем на улицу?»

Мама не имеет смелости твердо сказать «нет» и выдерживать гнев сына. Вили любой ценой старается получить желаемое и настаивает на своем. Мальчик держит маму под каблуком.

Абсолютно нет никакой причины, принуждающей нас к покупке той или иной игрушки, которую ребенок увидел и просит. И совсем не нужно покупать ему что-либо всякий раз, когда вы в магазине. Это балует ребенка и заставляет его думать, что у него есть право требовать от вас очередную игрушку или сладость. «Если мама не купит мне это, значит, она меня не любит». Ребенок не так заинтересован в игрушке, как в постоянном подтверждении, что его любят. Сама по себе игрушка имеет незначительную ценность, и чаще всего вскоре она будет забыта. Самым важным становится держать маму в подчинении.

Игрушки должны выполнять определенную цель или удовлетворять насущную потребность. Их преподносят на те дни, когда подарки ожидаемы. Например скакалки весной, водные игрушки летом, напольные игрушки зимой и т. д. Покупки нужно делать целенаправленно. Ребенок учится понимать функцию денег и покупок, когда он вместе с нами ходит по магазинам. И если нет никаких ограничений в том, что он требует, то ребенок считает, что запас денег не лимитирован, и материальная ценность вещей в его представлении очень искажается.

Мама Вили смогла бы показать намного больше любви к сыну и его благополучию, если бы внимательнее отнеслась к исполнению его требований и отказу от незапланированных покупок. Она не может сохранить порядок, так как боится детского отпора. Поэтому она не может сказать «нет» и проявить строгость.

«Нам нужно купить пачку печенья к чаю. Какое ты выбираешь?» — спрашивает мама у шестилетней Лауры. Девочка внимательно просмотрела целый ряд упаковок с печеньем, выбрала одну и положила маме в корзину. Мама одобрила выбор дочери. Лаура побежала к конфетной стойке, взяла несколько пакетиков и принесла маме. «Нет, Лаура. Не сегодня. У нас дома еще есть конфеты». — «Но я хочу именно такие и сейчас». — «Ты получишь их в следующий раз, когда мы пойдем за покупками», — спокойно сказала мама, улыбнувшись дочери. «Давай-ка, помоги мне с апельсинами. Подержи пакет». Лаура вернула конфеты на место и прибежала помогать маме.

Мама демонстрирует совершенно благоразумное желание угодить дочери. Она предложила ей выбрать печенье самой. Ребенок разделяет ответственность за сделанные покупки. Однако когда Лаура захотела получить конфеты, которые не были запланированы для сегодняшней покупки, мама дружелюбно сказала «нет». Она пообещала дочери обязательно купить эти конфеты в следующий раз и предложила сотрудничество, попросив помочь ей с апельсинами. Лаура учится правильно делать покупки.

Совершенно естественно, что мы хотим побаловать наших детей. Часто нам не стоит особого труда удовлетворить просьбу ребенка. Но мы должны четко видеть те случаи, когда просьба ребенка нарушает заведенный порядок или мы просто боимся последующего детского возмущения на наш отказ. Мы должны внимательно относиться к тому, что требует ребенок. И всякий раз, когда детское желание или просьба угрожает порядку, мы должны иметь смелость сказать «нет» и не сдаваться.

21

глава

Избегайте первого порыва, действуйте по-новому

Всякий раз, когда Дона, трехнедельный младенец, начинала плакать, мама бросалась к ней. Она брала ее на руки, пробовала, не мокрая ли дочурка, и носила по комнате, пока ребенок не засыпал. Затем мама осторожно клала ее обратно в кроватку.

Установился ритуал: как только мама слышит плач Доны, она прибегает и берет дочь на руки. Значит, если Дона хочет, чтобы мама взяла ее на руки, ей стоит лишь заплакать. Успешный метод, не правда ли? Даже в столь нежном возрасте ребенок может нами манипулировать. Брать Дону на руки всякий раз, когда она плачет, значит поощрять ее в чрезмерном требовании внимания. Маленькие дети удивительно приятные и милые. Так восхитительно прижимать их к себе, и мы с радостью реагируем на их первый зов. Но, не будет ли целесообразнее действовать более разумно в интересах нашего ребенка и не поощрять его ошибочных методов установления своей значимой позиции? Заведенный распорядок в доме с отведенными часами для сна и игр поможет младенцу принять порядок как неотъемлемую часть жизни.

Поэтому желательно контролировать наши первые родительские порывы. Полезно остановиться и на секунду задуматься, что данная ситуация требует от нас?

Бевин, восьми лет, Мэри, шести, Сара, трех, и их отец лепили во дворе снеговика. Вскоре Бевин потерял всякий интерес к этому и начал свою собственную игру, катаясь по ледяным дорожкам. В тот момент, когда отец пытался установить снеговика голову, мальчик наехал на него и выбил снежный шар из его рук. «Ух, ты! Папа, извини. Я не хотел!» — «Ну, смотри!» — сердито ответил отец. Не прошло и минуты, как Бевин сбил с ног Мэри. Она упала прямо на снеговика и разрушила его. Девочка зарыдала. «Бевин, иди в дом. Мы не хотим тебя здесь видеть», — закричал отец.

Отец, действуя импульсивно, сделал именно то, что от него Бевин и хотел. Мальчик, дважды свергнутый с трона, тем более девочками, считает, что он не имеет значимой позиции в семье. Вот причина «потери интереса» в совместной деятельности. Своим поведением мальчик бессознательно доказывает самому себе достоверность такого предположения. Он видит себя отвергнутым и постоянно ищет подтверждения этому. Конечно же, он ведет себя не лучшим образом. И совсем не удивительно, что отец и сестры не хотят его больше видеть рядом с собой.

Бевин нуждается в ком-то, кто поймет и поможет ему. Если бы отец знал о сомнениях Бевина по поводу его места в жизни, он бы избежал первого импульсивного порыва послать мальчика прочь. В конце концов, Бевин этого и ожидал, и отец попался в его ловушку. Конечно же, очень сложно не попасться на детскую провокацию.

Данная ситуация развивалась бы совсем по-другому, если бы отец действовал неожиданно. Поскольку Бевин хочет кататься, отец мог бы предложить девочкам временно прекратить лепить снеговика и присоединиться к брату. Он мог бы проигнорировать крики Мэри и спокойно обратиться к сыну: «Бевин, давай руководи нами. Мы утрамбуем площадку для скольжения побольше, и будем все вместе кататься». Бевин в хорошем расположении духа, он согласится на сотрудничество без особого труда. Такой подход не даст мальчику опять почувствовать себя отвергнутым. Более того, отец предлагает ему роль лидера в веселой семейной игре. Деструктивное поведение мальчика,

таким образом, направлено в конструктивное русло полезной активности.

«Как давно болит у тебя горло, Роберт?» — спросила медсестра у четырехлетнего мальчика. Мама сразу же ответила за сына: «Вчера утром он пожаловался на боль в горле. У него часто болит горло, так же как и у его сестры, Беки, восьми лет». Медсестра опять обратилась к Роберту: «У тебя была температура?» И снова мама ответила за него: «Нет, у него не было температуры». — «Ты завтракал?» — «Он выпил немного молока». — «Твоя мама всегда за тебя отвечает?» Мама засмеялась: «Не всегда. Вообще-то я стараюсь этого не делать. А вот его сестра делает это всегда. И это выводит меня из себя».

Роберт умело заставляет других отвечать за себя. Ему и не дают шанса говорить самому. Лишенный чувства уверенности с младенчества, он понял, что может находиться за кем-то, немой и безответственный, даже не проявляя особых эмоций. Он позволил способным и красноречивым женщинам взять все на себя. Роберт вправе обидеться на это, но если внимательно посмотреть на данную ситуацию, то можно заметить, что мальчик позволяет обслуживать себя. В действительности мама и сестра являются его слугами. Если мама хочет, чтобы мальчик вырослел, она должна замолчать. Первый импульс ответить за сына погружает ее и Роберта в проблемы. Мама также должна игнорировать ответы дочери за мальчика. Беки считает, что она умнее брата, но в действительности она втянута в его игру.

«Что тебе приготовить на завтрак, Роберт?» Мальчик давно мог бы ответить, но он предпочитает, чтобы кто-нибудь это сделает за него. Беки с уверенностью заявила: «Он хочет немного кукурузных хлопьев с молоком». Роберт прекрасно может ответить и сам, что он хочет на завтрак. И никаких хлопьев, пока мальчик не изложит свои предпочтения.

Всякий раз, когда мы импульсивно реагируем на поведение ребенка, мы можем быть совершенно уверены, что делаем ожидаемое от нас. Если ребенок хнычет и что-то просит, когда мы звоним по телефону, мы реагируем на его

желание переключить наше внимание. Если нас спровоцировали на скандал по поводу грязных следов на только что вымытом полу, то ребенок вовлек нас в силовую борьбу. Если мы застегиваем его пальто, потому что он сам имеет проблемы с этим, мы тем самым вновь подтвердили ошибочную концепцию ребенка о его беспомощности. Более того, нас заставили обслуживать «слабого» ребенка.

Чарльз, шести лет, вернулся из школы и обнаружил пудинг, остывающий на подоконнике. Он запустил в кастрюлю пальцы и облизал их. Мама застала его как раз за этим процессом. «Чарльз, теперь ты не получишь ни кусочка пудинга за обедом». За столом она первому положила кусок пудинга отцу, затем всем остальным, но Чарльза пропустила. Отец с удивлением спросил, почему. Мама стала объяснять. Чарльз сидел с печальным видом, опустив голову. Наконец, отец сказал: «Ты точно не собираешься ему положить немного пудинга?» — «Я же сказала, что нет. Он не может получить его из-за нарушения порядка». — «Не будь такой строгой. Он ведь только хотел попробовать его». И под нажимом отца мама уступила.

Отец жалеет Чарльза, печально склонившего голову и выглядящего таким расстроенным. Он вступает в альянс с сыном против строгой мамы, что совсем неблагоприятно. Какой умный Чарльз! Он с помощью отца заставил маму почувствовать себя виноватой за то, что наказала его. Что за чудесное возмездие! Действуя по первому порыву, отец поддержал Чарльза, глубоко опечаленного отказом. Отцу необходимо избегать импульсивных действий. Конфликт возник между мамой и Чарльзом. Отец не имеет к этому никакого отношения (см. главу 26, с. 215).

«Мартин, вернись немедленно и собери свою одежду. Сколько раз я должна говорить тебе о соблюдении порядка в своей комнате? Положи грязную одежду в корзину и обувь в стенной шкаф. Повесь свой жакет на вешалку. Боже мой! Тебе ведь уже девять лет, а ты все еще не знаешь, что такое порядок! Я не могу понять, почему ты такой неаккуратный. Что весь этот хлам делает на твоём столе?» И так далее, и так далее.

Мамины словесные усилия призвать Мартина к порядку абсолютно бесполезны. Мальчик неаккуратен, потому что в опрятности заинтересована лишь его мама, но не он сам. Тем самым он вовлек маму в силовое состязание, где он явный победитель. Мама делает то, что хочет сын, она раздражается и конфликтует. Мартин может, в конце концов, заняться уборкой с явной демонстрацией чувства обиды, что бесит его маму. А завтра все повторится сначала. Есть несколько неожиданных реакций, которые мы рекомендуем для мамы в данном случае. Мартин, конечно же, не ожидает, что мама готова выйти из борьбы. В подходящий момент мама могла бы сказать: «Мартин, меня твоя комната не интересует. Ты можешь там устраивать все, что пожелаешь. В конце концов, это не мое дело». Не целесообразно заводить этот разговор утром, когда Мартин спешит в школу и не настроен слушать. Маме должно быть действительно все равно, что творится в комнате сына. Это только его проблема, и он должен сам ее решить. Если Мартин положил грязную одежду в корзину для стирки, значит, она будет постирана. Необходимо применить метод логических последствий. Нет никакой нужды что-либо говорить. В день уборки дома мама может обратиться к Мартину с вопросом, нуждается ли он в помощи для уборки собственной комнаты или нет. И твердо придерживаться совместного решения. Ни в коем случае мама не должна замечать беспорядка в комнате сына и тем более комментировать. Более того, она не должна раздражаться по этому поводу. Конечно же, это нелегко, но очень существенно для того, чтобы выйти из состязания за власть и направить действия Мартина в конструктивное русло. Если она продолжает указывать мальчику, как содержать комнату в чистоте, и заставляет его выполнять свои наставления, то она лишь усиливает силовое состязание, где ее сын явно побеждает. Мама же терпит неудачу в самом главном, она не нашла верного способа привлечь сына к сотрудничеству.

С младенчества дети исследуют различные пути и средства достижения своих значимых позиций в семье. Как только тот или иной метод срабатывает, они используют его, не обращая внимания на постоянные наказания и нравоче-

ния. И даже негативная родительская реакция не уменьшает чувства приятного осознания своей важности. Поскольку такое поведение приносит ребенку желаемые результаты, он будет придерживаться его вновь и вновь, провоцируя родителей на чрезмерное внимание или борьбу за власть.

В большинстве случаев ребенок не может объяснить, почему он плохо себя ведет. Ни родители, ни ребенок не знают, что это часть его плана по утверждению своей значимой позиции в семье. Если поведение ребенка нарушает порядок и подрывает сотрудничество, значит, он использует ошибочные методы достижения своей основной цели. А наши импульсивные реакции на такое поведение лишь усиливают ошибочные предположения ребенка. Он становится еще более убежденным, что его никто не понимает и что у него нет другого пути поведения.

Внимательно проследив за своей реакцией, мы увидим, как легко поддаемся на провокации ребенка. Если же мы действуем по-новому, то он вскоре найдет свои прежние усилия бесполезными и сможет изменить свою тактику, сделав ее более полезной и конструктивной. Здесь особенно важно, чтобы мы поддержали и приободрили ребенка найти свой значимый статус, используя конструктивное поведение.

22

глава

Воздерживайтесь от чрезмерной опеки

«Джони! Джони!» — мама стоит у двери и зовет семилетнего сына, который играет в соседнем дворе. Не дождавшись ответа, она идет его искать. «Джони, тебе не кажется, что нужно надеть свитер? Становится прохладно», — беспокоится мама. «Нет, мама. Мне тепло». — «Ну, я думаю, тебе все-таки лучше надеть его. Я сейчас принесу свитер». Мама вернулась домой, взяла свитер и проконтролировала, чтобы Джони надел его.

У сверхзаботливой мамы большие полномочия. Она сама решает, когда Джони тепло, а когда ему холодно. Джони смиряется с этим, так как такое положение дел заставляет маму постоянно заниматься им. Она предлагает заботу, которая вовсе и не нужна. Поскольку мама сама решила, что мальчику свитер необходим, он ощущает свою значимость, ничего не делая при этом. Ведь мама возвращается домой, ищет свитер и опять приходит к сыну. Она совсем не заинтересована во взаимодействии, думая, что всецело держит ситуацию в своих руках.

«Мама! Мы можем пойти в магазин за лимонадом?» — «Нет, Джими, я не разрешаю вам одним идти в магазин». — «Ну, мама, это ведь только два квартала отсюда. Пожалуйста!» —

умолял семилетний сын. «Пожалуйста, мама,пусти нас. Сегодня очень жарко, и все хотят пить», — добавил Мэт, пяти с половиной лет. «Я не могу отпустить вас, вы еще слишком малы для этого. Кроме того, вы можете купить что-то не то. И где вы собираетесь делать лимонадную стойку?» — «Прямо здесь. Мы могли бы продать много лимонада». — «Нет, я так не думаю», — мама закрыла тему разговора. Мальчишки вышли из дома, и Джими с усмешкой сказал брату: «Она просто боится!» Мэт одобрительно кивнул.

Мама «напугана». Она боится, что что-то может случиться с ее сыновьями, если она позволит им удалиться с ее поля зрения. Она пытается защитить их от неприятностей, реальных и мнимых. Но она многое преувеличивает. Мама видит повсюду только скрытую опасность для ее детей. Она чрезмерно заботлива.

Мы не в силах защитить наших детей от жизни. Мы даже не должны хотеть этого. Мы обязаны подготовить наших детей быть смелыми и готовыми ко всему. Желание мамы уберечь своих мальчиков от возможной опасности может иметь обратный результат. Это может сделать их беспомощными и зависимыми от родителей. Здесь же скрывается и определенно ошибочная позиция мамы.

Под предлогом заботы о благополучии мы делаем наших детей беспомощными и зависимыми. Ведь так просто быть большими и сильными защитниками в глазах ребенка, а также и в своих собственных. Это дает нам господствующую позицию и делает наших детей покорными. Однако, сегодняшние дети не принимают таких усилий. Они бунтуют.

Второй причиной нашей чрезмерной заботы являются наши собственные сомнения в разрешении наших личных проблем, поэтому мы сомневаемся в том, что такие маленькие дети способны сами позаботиться о себе.

Как мы видим, Джими и Мэт приняли позицию мамы с явным презрением и неуважением. Они смеются над ее пугливостью.

Ребенок устанавливает определенный способ действий со своими сверхзаботливыми родителями. И это соответствует его целям. Наиболее опасная реакция — беспомощность,

четвертая ошибочная цель. Совершенно неуверенный в своих силах ребенок может окончательно сдаться и ожидать поддержки во всем.

Шестилетний Джон болен диабетом. Его родители узнали об этом лишь два месяца назад. Мальчику приписали ежедневную дозу инсулина в таблетках. Мама называла их «витаминами». Джону ничего не сказали о его состоянии здоровья. Мама оправдывала себя тем, что не хотела сделать ребенка «не таким, как все». Разговоры с докторами происходили без присутствия Джона. Мама ежедневно напоминала сыну, что он должен быть на строгой диете, и только таким образом «витамины» смогут помочь ему.

Действия мамы понятны. По возможности, мы всегда стараемся относиться к больному ребенку как к вполне нормальному. Однако утаивание и ложь вряд ли помогут. Мама чрезмерно заботлива. Она хочет полностью контролировать данную ситуацию и нести полную ответственность за пищевой рацион сына. В конце концов, Джон должен узнать о своем состоянии здоровья, потому что он сам должен с этим справиться. Если бы у Джона была корь, мама сказала бы об этом сыну и ухаживала бы за ним. Каждый может заболеть корью, и это не так опасно, как диабет, который может стать проблемой на всю жизнь. В шесть лет Джон уже вполне способен понять, что он нуждается в ежедневных медикаментах, помогающих его организму нормально функционировать. Правильно выстроенная позиция в самом начале поможет мальчику развить здоровое отношение к себе и своей проблеме. «В твоём теле есть железа, которая работает неправильно. Мы должны помочь ей лекарством „инсулин“. Инсулин будет помогать только в том случае, если ты сможешь контролировать свой пищевой рацион». Джон должен точно представлять себе проблему, с которой он вполне может справиться и жить нормальной жизнью. Это его дело. Конечно, он нуждается в помощи и поддержке, но лучшая поддержка — это признание того, что он сам сможет справиться со своей проблемой. По мере взросления Джон будет больше узнавать о функциях своего организма. Сдача анали-

зов тоже вполне объяснима. «Это для того, чтобы мы могли видеть, как помочь твоей железе». Мама не должна чувствовать себя подавленной болезнью сына, только так она сможет эмоционально поддержать его. Если мама защищает сына от его проблемы, тем самым она отказывает мальчику в его законном праве научиться справляться с этим самому.

Никому не дано сделать невозможное. Мы не в силах все привести в порядок. Сложно контролировать жизненные шаги наших детей, также как и свои собственные. Отчаянная попытка добиться этого помогает нам понять, что не все вокруг прекрасно. Наши дети смотрят на нас и учатся бороться с неизбежными трудностями. Мы же пытаемся защитить их от всех невзгод и дискомфорта. Ощувив это однажды, ребенок считает, что мы должны продолжать делать это всегда. Неизбежные в этом случае разочарования ведут к гневу и негодованию не только против родителей, но и против жизни в целом. Нам часто не позволяют организовать жизнь согласно нашим представлениям. Избалованный ребенок часто негодует, потому что жизнь не податлива к его желаниям. Какой тщетный и бесполезный подход! К сожалению, ребенок не всегда избавляется от своей «избалованной исключительности» по мере взросления. Это может стать его фундаментальной точкой зрения на всю жизнь. Когда мы балуем и лелеем наших детей, пытаемся защитить их от жизни, то мы несем ответственность за беспомощную ярость детей против возмутительного мира.

Избежать такой плачевной ошибки нам поможет осознание того, что мы не всемогущи и не всеведущи. На нас лишь лежит обязанность инструктировать наших детей в методах, подходах и средствах, которые помогут им справиться со всеми жизненными неурядицами. Формула такова: вначале анализ ситуации. Затем мы ищем ответ на вопрос: «Что я могу сделать по этому поводу?» Даже совсем маленького ребенка можно научить анализировать неприятную ситуацию, используя простые вопросы. У детей очень активный мозг. Давайте научим их применять его!

«Мама! Георгий порвал мою книгу!» — кричит Брюс в страшной ярости по поводу действий своего младшего брата.

Брюс изложил свою проблему и показал свою реакцию на это. Он хочет, чтобы мама решила эту проблему и сделала что-нибудь. Для него предпочтительно, конечно же, наказать Георгия.

«Милый, мне очень жаль, что твою книгу порвали. Уже ничего не поделаешь. Но что ты собираешься предпринять, чтобы Георгий не порвал твою другую книгу?» — «Я не знаю», — кричит в гневе Брюс. «Ты должен что-то сделать, чтобы остановить его». Мама не обращает внимание на гримасу сына. «Подумай о том, что ты можешь предпринять, Брюс. И мы поговорим об этом позже». — «Я хочу сделать что-то сейчас!» Мама оставляет орущего сына и уходит в ванную комнату. Когда Брюс успокаивается, мама возвращается к предмету разговора. Брюс, еще не забыв «несправедливость», вначале реагирует враждебно, но мама не замечает этого. «Мы не можем заставить Георгия прекратить рвать книги, ты же понимаешь это, Брюс. Твой брат еще младенец. Что же мы сможем сделать?» Продолжая задавать умелые вопросы, мама дает возможность Брюсу увидеть, что он мог бы хранить свои книги подальше от малыша.

Чувство собственного превосходства заставляет нас думать, что наши дети еще слишком малы для решения своих проблем. Мы должны признать ошибочность такого впечатления и заменить его доверием и уважением к детским способностям. С нашей стороны необходимо лишь уверенное руководство. Конечно же, мы не бросаем ребенка на волю судьбы. Мы позволяем ему исследовать воздействия жизни сразу же и в полной мере. Пусть использует свои мозги! Вместо того чтобы быть позади ребенка, мы превращаемся в сито, которое фильтрует жизненный опыт в малых дозах, позволительных для ребенка. Мы постоянно настороже и не позволяем себе отступить, чтобы ребенок смог осознать свою силу. Ведь мы всегда можем вмешаться, когда проблема становится слишком тяжелой для него. Мы можем начать процесс ободрения ребенка со дня его рождения. Мало-помалу, с заботой и чутким руководством, мы вручаем нашему малышу жизнь и ее проблемы, успехи и поражения.

23

глава

Поощряйте независимость

Никогда не делать за ребенка того, что он вполне может сделать сам. Это правило так важно, что мы повторяем его вновь и вновь.

Пятилетняя Мэри была маминой любимицей. Девочка была очень красива. Мама сама ежедневно ее купала, одевала, обувала, расчесывала и укладывала волосы. Мэри была красивой куклой, очаровательной и восхитительной. От нее невозможно было отвести глаз. Но девочка не умела застегивать пуговицы, надевать носки, различать зад и перед одежды и не знала, где правая и левая туфля. Однажды мама, посетив детский консультационный центр, услышала, что родители не должны делать за ребенка того, что он и сам может сделать. Мама Мэри очень рассердилась: «Но я сама хочу все для нее сделать. Мне так нравится заботиться о ней. Она — все для меня!»

Если бы мама Мэри смогла понять, что же она на самом деле делает для своего ребенка, она была бы шокирована. В действительности ее любовь к дочери есть себялюбие. Она видит себя как бесконечно любящую мать, которая всю свою жизнь посвящает служению дочери. Девочка же видит себя слабой, беспомощной, зависимой и бесполезной. Мэри

чувствует себя самодостаточной лишь в том случае, когда все для нее сделано, и когда мама прислуживает ей. Девочка совсем не умеет сотрудничать и все, что она может предложить, — это пассивно демонстрируемое очарование. На следующий год Мэри должна идти в школу. Мама не сможет быть с ней рядом и делать все за нее и там. Девочка может быть сбита с толку, ее неуверенность и незащищенность усилятся. Возможен даже кризис школьных лет, так как Мэри совершенно зависимый ребенок.

Всякий раз, когда мы делаем за ребенка то, что он прекрасно может сделать сам, мы демонстрируем ему свою силу, способности, опыт и важность. Мы постоянно показываем наше предполагаемое превосходство и его полагаемую неполноценность. Потом мы удивляемся, почему ребенок чувствует себя неспособным и неумелым! Делая за ребенка то, что он может сделать сам, мы чрезвычайно обескураживаем его, так как это мешает ему открыть в себе собственные силы и экспериментировать. Тем самым мы не доверяем своему ребенку и лишаем его возможности чувствовать себя смелым, защищенным и соизмерять свои силы — всего того, на чем базируется его потребность в самореализации, умение решать проблемы. Другими словами, мы лишаем ребенка того, что ему необходимо для полноценной жизни. Не понимая этого, мы демонстрируем огромное неуважение к ребенку как к человеку!

Мама, четырехлетняя Джин и трехлетняя Венди одевались, чтобы пойти поиграть в снежки. Это всегда было прекрасным развлечением для девочек. Мама любила шумные игры и с удовольствием принимала в них участие. Джин быстро и без проблем оделась. Венди бездельничала, рассматривала свою куртку и не предпринимала никаких попыток одеться. «Ну, давай, Венди, надевай куртку», — попросила мама, застегивая свои сапоги. Венди беспомощно стояла и сосала палец. «Ради бога, Венди! Ну что мне с тобой делать. Ты же все умеешь, я тебя учила». — «Я не могу, — захныкала девочка. — Ты одень меня». — «Ну, хорошо. Иди сюда», — согласилась мама с явным раздражением. Джин наблюдала данную сцену с очень довольным видом.

Венди поняла, что быть беспомощной и неумелой выгодно, так как это приносит ей дополнительное внимание мамы. Способности старшей сестры усиливают неуверенность младшей. Джин довольна, что Венди такая неумелая, это поддерживает ее главенствующую позицию. Мама подкрепляет схемы поведения обеих девочек. Она уступает Венди и делает за нее то, что девочка вполне могла бы сделать сама. Венди не имеет шанса развивать свою независимость, пока мама будет такой нетерпеливой и делать все за нее. Венди нуждается в огромной поддержке быть более уверенной, ей необходима новая идея осознания себя самой и своей новой позиции в семье. В чем она совсем не нуждается, так это в прислуживании, которое она постоянно получает. Конечно, необходимо терпение и время для того, чтобы подбадривать Венди. Поскольку мама уже учила дочь, как надевать куртку, то Венди умеет это и сама. Сейчас мама должна отойти в сторону и позволить Венди сделать это самой. Было бы разумно дать девочке больше времени на одевание, позволить ей начать одеваться раньше всех. Затем терпеливо ее поощрять, без всякой спешки. «Ты можешь, Венди. Ты уже большая девочка». Когда Венди заявляет, что она не в состоянии одеться, мама отказывается принимать низкую самооценку дочери и уходит со словами поддержки: «Уверена, ты сможешь. Постарайся. Когда ты будешь готова, присоединишься к нам». Возможно, Венди будет обыгрывать ситуацию. Она может стоять и жалобно плакать. Значит, она хочет идти играть со всеми. Мама не должна поддаться первому импульсу и пожалеть дочь, а потом одеть ее самой и взять с собой на улицу. Если же Венди увидит, что никто не реагирует на ее страдания, а она пропускает интересную игру в снежки, то может передумать и одеться.

Трехлетняя Бет играла рядом, пока мама утюжила белье. «Мама, я хочу, чтобы ты перестала». — «У меня остались две последние рубашки, дорогая, и я буду свободна». — «Но я хочу в туалет», — запищала Бет. «Ты можешь и сама пойти», — спокойно ответила мама. «Нет, я не могу. Мама, я хочу, чтобы ты пошла со мной». — «Извини, но я занята». — «Но я не могу сама».

Мама улыбнулась и больше ничего не сказала. Девочка бросилась на пол и закатила истерику. Мама не обращала никакого внимания, через минуту Бет сама пошла в туалет.

Мама знала, как себя вести, предварительно получив консультацию в Детском психологическом центре. Бет, будучи единственным ребенком в семье, хочет заставить маму полностью угождать ей. Мама вышла из затруднительного положения и не поддавалась на чрезмерные требования дочери. Тем самым она позволила ей учиться независимости. Последняя ситуация показала Бет, что больше она не сможет получить желаемое, используя вспышку гнева. Вот почему девочка так быстро успокоилась. Когда мама не поддавалась требованиям Бет, девочка попыталась надавить на маму своей беспомощностью и таки заставить ее выполнить то, что она хотела. Мама спокойно и доброжелательно отказалась делать за Бет то, что та сама может сделать. Она также отказалась от словесной баталии. У Бет есть шанс реагировать на это возрастающей независимостью и чувством самодостаточности.

Мама и Кит, трех с половиной лет, вошли в лифт многоэтажного дома. Мальчик быстро нажал кнопку лифта. Еще один пассажир сухо засмеялся: «Ну, теперь мы будем останавливаться на всех этажах!» — «Нет, он нажал лишь одну верную кнопку», — мама защитила сына. «Да?» — удивился мужчина. «Да, он уже знает». Кит засиял.

Хотя Кит еще очень мал и пока не может сам ездить в лифте, мама все же учит малыша независимому поведению, позволяя ему делать то, что он уже в состоянии понять. Кит очень горд тем, что уже знает, как попасть на правильный этаж. Он уже понимает, что многое может делать сам. И какой трепет испытывает ребенок, заставляя такой большой лифт повиноваться ему!

С раннего детства дети демонстрируют нам, что они многое могут делать для себя сами. Малыш хватается ложку, пытаясь накормить себя сам. Слишком часто мы пресекаем эти ранние попытки из-за боязни беспорядка и тем

самым содействуем неуверенности ребенка и его ошибочному отношению к себе. Какая жалость! Намного легче умыть ребенка, чем восстановить его потерянную уверенность. Как только ребенок пытается что-то делать сам, мы должны поощрять его и позволить ему идти вперед. Ведь так много возможностей для ребенка помочь другим и себе самому. Конечно же, ребенок нуждается в контроле, подбадривании и тренировке. Мы должны поддерживать его. Но мы не имеем права делать все за него и лишиться возможности сотрудничать с нами, к чему он так страстно стремится.

Беззащитность ребенка очень трогательна. Первая импульсивная реакция — прийти на помощь, когда мы видим его тщетные попытки справиться с чем-либо. Но мы должны подавить этот импульс. Не понимая того, что происходит, мы продолжаем помогать нашим детям и после того, когда в этом уже нет никакой надобности. С нами когда-то в детстве поступали точно так же. Детям нравится, когда за них все делают. Существует определенный момент власти, когда ты способен заставить кого-то прислуживать себе. Но если дети имеют шанс проявить свои способности, это приносит им огромное удовольствие быть полезными. По мере взросления у ребенка все чаще проявляется закономерная черта пытаться все делать самому. Однако она может быть задушена страхами, защитой и прислуживанием со стороны родителей. В таком случае ребенок становится неуверенным и быстро открывает для себя позитивную ценность своей слабости. Он полагает, что не способен многое делать сам, видит себя не самодостаточным человеком, имеет низкую самооценку своих способностей. Постепенно ребенок находит удовольствие в получении обслуживания со стороны, и процесс занижения самооценки и самоуверенности продолжается. Беспокоящиеся родители могут предотвратить такое развитие, следуя советам данной главы. Звучит это достаточно просто, хотя на практике все значительно сложнее. Мы привыкли все делать сами, потому что у нас всегда так мало времени. Мы можем даже не осознавать, что ребенок стал принимать это как должное. Или как это часто бывает, мы недооцениваем способности ребенка и преуменьшаем

их, раздувая его беспомощность. Мы должны быть чувствительными к сложно уловимому различию между ожиданием от ребенка слишком многого, которое есть форма навязывания наших требований, и доверием к способностям ребенка, которое есть форма уважения.

Для успешного проекта бойскаутов Джоан было необходимо получить консультацию у профессионала. «Мама, пожалуйста, позвони ему вместо меня», — попросила девочка. «Почему я должна звонить, дорогая?» — «Ну, я не знаю, что говорить», — ответила Джоан. «Хорошо, что ты от меня хочешь?» — «Я хочу, чтобы ты спросила о самочувствии моей лошади». — «Ну, так скажи ему это сама». — «Но я не знаю, как», — расстроилась Джоан. «Я думаю, ты сможешь справиться с этим и сама». — «Мама, пожалуйста, позвони ему вместо меня», — захныкала девочка. «Но мне совсем ничего не нужно знать о здоровье твоей лошади, Джоан. Это ведь не мой проект. Ты можешь сделать это сама. Только попробуй». Джоан в унынии вышла из комнаты. Мама ничего не предпринимала. На следующем собрании руководитель скаутов спросил у Джоан о том, как прошло консультирование. Она со стыдом призналась, что еще не звонила. «Почему бы тебе не позвонить ветеринару. Это все, что необходимо сделать для завершения твоего проекта». Вечером Джоан опять стала просить маму позвонить вместо нее. Мама вновь отказалась. «Но я не знаю телефонного номера», — искала предлог девочка. Мама с милой улыбкой дала дочери телефонную книгу. «Пробуй. Ты сможешь сделать это». Джоан долго искала номер, потом столько же смотрела на телефон. Когда она набралась смелости и стала набирать номер, мама вышла из комнаты. Через несколько минут вбежала сияющая Джоан. «Мама, он был так любезен. Он мне так много рассказал. И сейчас я могу закончить мой проект!» Мама улыбалась: «Я так рада, что ты все сделала сама!» И она обняла дочь.

Мама понимала, что необычность ситуации пугает Джоан, девочка еще никогда не звонила незнакомому человеку. Ее первый импульс был помочь дочери, но она быстро осознала, что дочери необходимо взрослеть. Мама дала возможность Джоан решить свою проблему самой. Она знала,

что желание закончить проект и выиграть награду поможет Джоан пройти через это. Она также была уверена, что дочь способна позвонить сама, и удержалась от прессинга. Отступив, мама дала Джоан возможность развития. Она отказалась делать за нее то, что девочка может сделать сама. Телефонный звонок стал для Джоан очередной ступенькой возрастающей независимости. Мама активно поощряла дочь и была вполне удовлетворена ее поступком.

Данная ситуация нуждалась в полной материнской деликатности. Мы должны быть терпеливы, не задавать слишком много вопросов. Мы должны быть способны увидеть возможности ребенка. Мама придала Джоан храбрости, будучи твердо уверенной, что дочь сможет позвонить сама! Когда девочка наконец-то начала набирать номер, мама вышла из комнаты, чтобы не мешать и не смущать ее своими замечаниями. Девочка смогла вести разговор, как сама того желала.

Вряд ли найдутся родители, желающие сознательно покалечить самодостаточность своего ребенка. Поэтому мы должны осознать опасность чрезмерной защиты и по возможности постоянно стимулировать независимость ребенка.

Каждая мать помнит приятную дрожь, охватившую ее, когда она увидела первые робкие шаги своего ребенка. На многих домашних видеокассетах запечатлено это волнующее событие. Но родители могут ощущать такие же приятные моменты бесчисленное количество раз, если не будут мешать естественным фазам развития ребенка. Процесс, приведший к первым шагам ребенка, должен быть повторяем по мере взросления ребенка и в других аспектах.

Мама отступает от малыша, но всегда готова подхватить его, если он будет падать. Таким образом, она подбадривает его. Она освобождает ему пространство для независимого движения. Ребенок старается. Когда он сам делает первые робкие шаги и подходит к маме, его глаза сверкают от счастья. Мама в восторге от его успеха. И так же во всех других случаях — мы должны отступить, дать ребенку простор, отказаться от вмешательства и не забывать подбадривать его.

24

глава

Подальше от борьбы

В семье никто из родителей не может оставаться равнодушным при виде бесконечных сражений между детьми. Родители любят своих детей и не могут видеть, как дети дерутся друг с другом. Основная воспитательная энергия в таких случаях идет на прекращение битвы и попытку «научить» детей жить вместе. Кто-то в процессе взросления «перерастает» воинственный синдром и начинает со временем ценить друг друга. Другие продолжают враждовать, будучи уже взрослыми людьми. Никакое количество наставлений и проповедей не помогут снять трения. Напряжение висит в воздухе. Многие родители испробовали все существующие методы для прекращения военных действий — и все безрезультатно! Детские сражения в семье так обычны, что, в конце концов, принимаются как «нормальная» форма поведения. В действительности же это далеко не нормально. Дети не должны сражаться. Дома, где дети не воют, существуют! Если идут бои, значит, что-то в целом не в порядке со взаимоотношениями в семье. На самом деле никто не чувствует себя хорошо на поле битвы. Поэтому, если дети продолжают сражаться, значит, возможно, они получают удовлетворение не столько от самого сражения, сколько от его результатов. Такая оценка дает основание

рассматривать воинствующее поведение как целенаправленное. В данном контексте нас вряд ли устроят обычные «рассуждения», что причиной такого поведения является агрессивность, драйв, плохая наследственность и т. д. С нашей точки зрения, мы должны понять поведение ребенка в пределах тех ситуаций, где оно проявляется, и увидеть цели, которым оно служит.

Люси, восемь лет, и Тед, пяти, смотрели телевизор. Мама готовила обед. Тед толкнул Люси. Девочка отодвинулась. Он положил свою ногу на ее колени. Она отпихнула его. Тед навалился на сестру всем телом. «Отстань», — сказала спокойно Люси, поморщившись. Она все еще была увлечена телевизионной программой. Тед стал чертить пальцем узоры на блузке сестры. Она убрала его руку. «Отстань, я сказала!» Мальчик захихикал. Он стал дергать сестру за ухо. Люси схватила его за руку и укусила. «Ай!» — закричал Тед и заплакал. Прибежала мама. «Что здесь происходит?» — грозно спросила она. Она бросила взгляд на рыдающего Теда. Мама подошла к сыну, взяла его на руки и прижала к себе. Он показал ей укушенную руку. Следы зубов четко отпечатались на его ладони. «Люси!» — вскрикнула мама. «Ну, он дразнил меня!» — оправдывалась девочка. «Мне безразлично, что он делал. Ты не имеешь права причинять боль своему брату».

Какова цель данного сражения? И каковы его результаты? Тед, младший в семье ребенок, хочет особого материнского внимания. Он ведет себя именно так, чтобы создать нужную ситуацию для получения желаемого. Люси чувствует себя обиженной, а вмешательство мамы оскорбляет ее еще больше, потому что Тед получил ее защиту. Мальчик провоцирует Люси, после чего она страдает, вначале от брата, затем от мамы, которая принимает сторону сына. Мама могла бы сперва разобраться в ситуации и увидеть, что именно Тед мешал Люси смотреть телевизор. Что должна сделать мама? Во-первых, отказаться от импульсивного желания бежать на крик. Для этого необходимо определенное усилие со стороны любой матери. Необходимо остановиться и задуматься. Крик привлек ее внимание, значит, что-то произошло

нехорошее. Однако, пока это только звук. Затем доносится плач. «О'кей. Дом не рушится, телевизор не взрывается, один лишь плач. Понятно, произошла ссора, и Тед пострадал. Ничего, дети разберутся сами. Я не должна вмешиваться». Не так-то легко сделать это для матери, не имеющей опыта держать себя вдалеке от детских баталий. Конечно же, она повинуется первому импульсу — броситься посмотреть, что же там случилось. Теперь мама должна научиться держать себя в руках и спокойно отнестись к отметине от зубов. Понимая, что дети выясняют отношения и именно это вызывает крики и плач, она может уйти на кухню, ничего не говоря. Тед, понимая, что защиты нет, а быть укушенным вторично малоприятно, перестанет провоцировать сестру. Такая позиция мамы даст возможность Теду и Люси более ответственно воспринимать друг друга. Мы не имеем «силы власти» организовать отношения между нашими детьми. Мы лишь можем своим поведением влиять на их взаимоотношения. Если мы сознательно устраняем результаты сражения, удовлетворяющие наших детей, то тем самым стимулируем их увидеть для себя новый образец отношений. Для того, чтобы так и получилось, мама, прежде всего, должна научиться понимать цель детского поведения.

«Ради Бога, прекратите эту бойню! Вы сводите меня с ума!» — орет мама из кухни. «Гейл не дает мне посмотреть мою любимую передачу!» — кричит Кейт в ответ. «У меня тоже есть право смотреть свою любимую передачу!» — возмущается Гейл. Мама, вздыхая, идет в комнату утихомиривать детей.

Дети пререкаются по поводу телевизионных программ. Маме это надоело. «Вы сводите меня с ума», — заявляет она. В это может быть и тяжело поверить, но цель сражения детей — вывести ее из себя. Самое эффективное средство для получения маминого внимания. Перепалка раздражает ее, она нервничает, прекращает свои дела и идет «улаживать ситуацию», превращаясь в арбитра. На самом же деле она предоставляет детям особое внимание и сервис.

Мама должна перестать нервничать, осознав, что она совсем не обязана вмешиваться в детские разборки. Мы ча-

сто раздражаемся, поскольку чрезмерно ответственно относимся к нашим детям и их благополучию. Поэтому мы и не можем оставить их со своими проблемами. Диспут о телевизионных передачах идет между Гейлом и Кейт. Мама не имеет к этому никакого отношения. Как только мама поймет этот простой принцип взаимоотношений, она больше не будет «сходить с ума». Она просто продолжит заниматься своими делами и позволит детям самим решить свою проблему. Ведь Гейл и Кейт рассчитывают, что мама должна прибежать на их крики. Мама отвечает: «Извините, это ваша проблема, но я уверена: вы сможете решить ее сами!» Она несет ответственность за детей, когда это действительно необходимо, и отказывается быть вовлеченной в то, что ее не касается. Мама также лишает детей ожидаемых результатов от «полезной» перебранки. Какова бы ни была причина детской ссоры, вмешиваясь, родители делают ситуацию только хуже, пытаясь разнять детей или решить их проблемы. Всякий раз, когда родители вмешиваются, они лишают детей прекрасной возможности научиться самим выходить из конфликтной ситуации. Всем полезны ситуации, когда есть конфликт интересов, это позволяет развивать умения вести себя достойным образом. Мы должны научиться уступать и принимать жизнь такой, какая она есть.

Всякий раз, когда мама решает, кто может смотреть программу, она ставит себя в доминирующую позицию, и дети ничему не учатся: ни сотрудничеству, ни соглашению, ни компромиссу. Чем дольше мы делаем все за своих детей, тем дольше они не могут научиться управляться с этим сами. Это применительно и к ссорам, и к развитию независимости. Ребенок, за которого улаживают все проблемы, может никогда не узнать, как решать сложные жизненные ситуации, и будет конфликтовать всякий раз, когда он сердит и не видит собственный путь развития.

Экстремально тяжело для родителей понять, почему детские сражения их не касаются. Они считают своим долгом «учить» детей не конфликтовать. И они правы. Мы не должны учить наших детей сражаться. Ничего хорошего в этом нет. К сожалению, родительское вмешательство и арбитраж не приносят желаемых результатов. На первое время это

может остановить детей, но не надолго, более того, это не учит их, как улаживать конфликты конструктивными способами. Если наше вмешательство желанно, почему же наши дети должны перестать сражаться? Когда после драки остаются лишь синяки, ссадины или даже окровавленный нос (который быстро заживет), то ребенок будет склонен решать свои проблемы другим образом. Если ущерб от сражения не приносит желаемых результатов, ребенок может осознать это и в дальнейшем избегать конфликтных ситуаций. В таком случае каждый ребенок может даже развить чувство ответственности за своего брата или сестру. Естественно, мама может оказать помощь в остановке крови из разбитого носа, но без причитаний и комментариев, кто прав, кто виноват. «Мне очень жаль, что ты пострадал в вашей драке», — этого вполне достаточно.

Мама в одной из наших учебных групп сделала следующее заявление:

«Мы с мужем стали игнорировать драки между нашими двумя детьми. Обычно один ребенок прибегал с жалобами на другого, и мы ввязывались в столкновение и наказывали виноватого. Это было нелегкое испытание, заканчивающееся воплями и шлепками. После этого я всегда чувствовала себя расстроенной и нервной. Теперь я говорю детям: „Я думаю, вы сможете решить свои проблемы сами“. И соблюдаю абсолютное спокойствие, не обращая внимания, как они это комментируют. Вскоре мне стало очень просто игнорировать все, что происходило между ними. А дети перестали обращаться за моей помощью. Однажды я услышала, как младший сын сказал старшему: „А я скажу маме, что ты сделал“. Старший же ответил: „Никакой пользы от этого не будет. Она просто скажет, что мы можем уладить это сами“. Вот все, что я услышала. Не могу передать вам того облегчения, которое я чувствую сейчас, когда закончились выяснения, кто виноват, кто прав в отношениях детей. Я уже и не помню, когда последний раз нервничала и расстраивалась. Я просто поняла, что большинство сражений было лишь для того, чтобы привлечь мое внимание. А также я поняла, что младший ребенок может без проблем позаботиться о себе сам. И сейчас я твердо уверена в том, что родители

должны оставаться в стороне от детских драк и ссор. И это не только ради благополучия детей, но и ради нашего собственного, потому что на девяносто процентов снимается напряжение, связанное с воспитанием детей».

Мама сидела в кресле на террасе и разговаривала с соседкой. Маргарита, четырех лет, увидела, что ее младший брат Боби подымается по ступенькам, побежала следом за ним. Малыш был уже у самой двери. Маргарита вбежала в дом и осторожно закрыла дверь перед самым носом Боби. Мальчик пронзительно закричал. Мама бросилась к двери, открыла ее, схватила дочь и хорошенько отшлепала ее. «Как ты обращаешься со своим братом? Ты же могла прищемить ему пальцы. Теперь ты будешь сидеть дома, пока не научишься себя хорошо вести». Мама взяла Боби на руки, вернулась на террасу и посадила малыша на колени. Вскоре Боби спустился с маминых рук и вернулся к своим играм. Из дома доносились приглушенные рыдания. Наконец мама встала и пошла к Маргарите. «Ты уже готова быть хорошей девочкой?» Рыдания усилились. Мама взяла дочь на руки. Девочка положила голову на мамино плечо. Мама вышла на улицу и усадила Маргариту себе на колени. «Ну, все. Ну, все. Ты опять моя славная девочка. Я знаю, ты больше не будешь себя так плохо вести».

Сражения между детьми не обязательно происходят только на вербальном уровне. Боби получил массу мамино-го внимания. Умная Маргарита скрывает свое недовольство тем, что она уже свергнута со своего королевского пьедестала единственного ребенка в семье. Это всякий раз подтверждается, когда мама «защищает» Боби. Отношение Маргариты к брату от случая к случаю прорывается. Девочка страстно желает внимания мамы как подтверждения ее любви к ней. Она осознала, что после наказания приходит любовь. Если бы мама была более внимательна, она смогла бы заметить, что Маргарита прикрывает дверь осторожно, не задев пальцы Боби. Это не месть, а желание получить внимание. Если бы Маргарита хотела причинить боль своему брату, она бы действительно прищемила ему пальцы. Намерение

девочки — вначале спровоцировать маму и быть наказанной, а затем получить ее любовь, когда девочка вновь будет «хорошей». И такая схема прекрасно работает!

Чаще всего, когда ссоры направлены на оскорбление младшего ребенка, родители могут быть уверены, что старшие дети лишь создают видимость опасности, нежели действительно причиняют вред. Одна мама представила в консультационный центр следующий отчет.

Она проходила мимо детской и увидела, как Дэвид, четырех лет, занес грузовик прямо над головой Линды, одиннадцати месяцев. Казалось, он собирается ее ударить. Линда стала пищать. Зная все предостережения по поводу детских сражений, полученных в центре, мама собрала все свое мужество и прошла мимо. Однако она не могла удержаться и заглянула в комнату. То, что она увидела, абсолютно потрясло ее. Дэвид смотрел на дверь и в то же самое время осторожно опускал и поднимал грузовик над головой младенца, едва прикасаясь к ней.

Мама получила точное подтверждение тому, что она слышала в консультационном центре. Дэвид и Линда имеют неосознанное соглашение для привлечения внимания мамы. Даже в одиннадцать месяцев Линда уже знает, что, если она закричит, мама обязательно прибежит, и что-то произойдет. И Дэвид знает, что, если он заставит Линду плакать, мама будет тут как тут. Дети работали, как отлаженная команда, чтобы заставить маму побегать!

Если ребенок угрожает другому опасным предметом, как правило, мама может подойти и отнять его. Самое главное — сделать это спокойно, без криков, раздражения и всего того, чем дети прекрасно пользуются.

За обеденным столом родители не могли спокойно поесть, так как их дети постоянно ссорились между собой. Семья состояла из Розы и Билли, четырех и шести лет, детей от первого брака матери, а также Карла и Мэрилин, пяти и семи лет, детей от первой жены отца. Роза раскачивала ногой под столом и ударила Карла. «Папа, Роза меня ударила», — пожаловался Карл.

Мама вмешалась: «Роза, сиди спокойно и следи за собой». Роза стала есть. «Папа, Билли не хочет передать мне соль», — жалуется Мэрилин. «Билли, передай немедленно соль», — приказывает мама. Билли передал соль. «Мама, Карл толкнул меня локтем», — кричит Билли. В этот раз уже папа набросился на сына: «Придержи свои локти, Карл». Мальчик убрал локти со стола. «Мама, Мэрилин взяла мою салфетку», — запищала Роза. «Отдай Розе салфетку, Мэрилин», — приказал отец. Дети по очереди досаждают друг другу, и жертва немедленно требует справедливости. Наконец, отец взорвался. «Дети, когда же вы прекратите эти постоянные перепалки? Разве мы не можем хотя бы раз поесть спокойно? Меня уже от всего этого тошнит. Я устал. Сейчас каждый, кто нарушит спокойствие, будет строго наказан». Обед закончился в тишине, но все были напряженны и расстроены.

Детские пререкания заставляли родителей постоянно напрягаться. Очевидно, что делается это не без тайного умысла. Можно заметить, что обиженный ребенок жалуется своему родному родителю, а родитель возмутителя спокойствия пытается откорректировать ситуацию. Каждый ребенок досаждает ребенку сводного родителя, так как это самый верный путь спровоцировать нужную реакцию. Родители склонны считать детей «небезопасными» и чувствуют себя вынужденными поддерживать мир за столом. Поэтому каждый ребенок пытается спровоцировать ребенка сводного родителя и тем самым получить особое внимание своего родного родителя. И, как мы видим, это превосходно работает.

В одних семьях родители защищают сводных детей, в других — своих собственных. И в каждом случае дети будут провоцировать того, кто отреагирует наиболее эффективно.

То, что дети успокоились после отцовской угрозы быть наказанными, говорит о цели детских пререканий — получение внимания. Иначе такая угроза вызвала бы еще большее волнение за столом. Дети получили максимум желаемого на данный момент и были готовы успокоиться. Каждый ребенок согласился с этим после того, как получил особое внимание со стороны родителей.

Мы видим, как детская перебранка была нацелена на получение внимания. Родители смогут помочь себе и детям только в том случае, если перестанут обращать внимание на поведение детей за столом и позволят им самим решить свои проблемы. Так как детские ссоры нарушают спокойствие, родители могут отказаться есть вместе с ними, пока они не будут вести себя пристойно. Как только возникают разногласия, всех четверых детей, всю группу, родители просят покинуть стол. В таком случае дети смогут научиться вести себя друг с другом более корректно. Таким образом, родители не вступают в конфликт и не принимают ту или иную сторону, а демонстрируют твердость.

Шестилетняя Сюзан сидела рядом с братом Гари, десяти лет, который что-то увлеченно мастерил из своего конструктора. Ален, семи с половиной лет, помогал ему. Все было тихо и спокойно, пока Сюзан, как бы случайно, не толкнула Гари ногой. «Перестань, Сюзан!» — закричал Гари, когда девочка толкнула его еще раз. «Что?» — спросила Сюзан с притворной невинностью. Она опять стала качать ногой. Что может дать ей такой ход событий? Она вновь толкнула брата. Гари ударил ее кулаком. Сюзан побежала к окну и выглянула. Мама не было видно. Она побежала в другую комнату и опять заглянула в окно. Девочка увидела маму, которая работала в саду. Только тогда Сюзан пронзительно закричала и залилась слезами. «Мама! — кричала из окна девочка. — Гари меня очень сильно ударил». Мама бросила свою работу и побежала в дом. Она увидела красное пятно на руке дочери, обняла ее и пошла к мальчикам. «Гари, зачем ты ударил Сюзан?» — «Она сама напросилась», — защищался Гари. «Это неправда. Я совсем не виновата. Ты меня сам ударил, — пищала Сюзан. — Я ничего плохого не делала». — «Ты же меня несколько раз лягнула ногой!» — возмутился Гари. «Мама, я его не трогала. Я лишь нечаянно задела его, но я же его не била!» — «Ты просто лгунья! — взорвался Гари. — Я тебя не бил». Мама прервала спор. «Тебе должно быть стыдно, Гари. Сюзан самая младшенькая в семье, а ты самый старший. И какой же пример ты показываешь? Ведь это только плохие мальчики обижают маленьких детей. Сейчас же извинись перед сестрой и не трогай ее больше!» Пока мама ругала Гари, Ален внимательно наблюдал

за всем происходящим. «Мама, я не трогал Сюзан», — сказал Ален. «Я знаю, дорогой. Ты у меня хороший мальчик». Мама вновь занялась Гари: «Как же ты меня расстроил, Гари! Почему ты не можешь сдерживать себя? Немедленно извинись!» Сюзан вытерла слезы и с интересом смотрела на Гари. Неуловимая улыбка играла на ее губах. «Извини», — буркнул Гари, насупившись. «Теперь дружно играйте вместе, — приказала мама. — Вы должны любить друг друга, потому что вы брат и сестра. Вы не должны обижать друг друга». Мама вышла из комнаты. Гари вернулся к своему конструктору. «Лгунья», — прошипел он сквозь стиснутые зубы. «Мама сказала, ты должен быть добр ко мне, потому что я самая младшенькая», — напомнила Сюзан. «Мелюзга! Прочь от моих игрушек. Это все мое, и я не хочу тебя здесь видеть». Сюзан вышла из комнаты. «Иди, иди, лгунья!» — насмеялся Гари. Сюзан нашла маму на кухне. «Мама, Гари не разрешает мне играть с ним. Он меня обзывает», — она захныкала. Мама вернулась в детскую. «Ради Бога, Гари! Что с тобой такое? Почему ты не позволяешь Сюзан играть с тобой?» — «Она мне мешает», — вспылил Гари. «Если ты такой злой, то будешь сидеть со мной на кухне. Выйдешь, когда у тебя будет желание играть со своей сестрой!» Мама схватила старшего сына за руку. Сюзан наблюдала за всем этим с явным удовольствием. Мама повела Гари на кухню и усадила в кресло. Мальчик нахохлился и уставился в пол. Вся его поза выражала полное презрение и негодование. Сюзан весело обратилась к Алену: «Пошли поиграем на улицу, Ален». — «О'кей, пошли погуляем». Они вышли из дома, хлопнув дверью.

Жаль, что у нас нет глаз на затылке. Мама смогла бы увидеть, что на самом деле выражают лица детей. Униженный и оскорбленный Гари, будучи самым старшим в семье, чувствует себя нелегко рядом с младшим братом Аленом и младшей сестрой Сюзан. Отношения между детьми напряженные и вспыльчивые. Они явно состязаются между собой. Мама, искренне желая помочь детям, вмешивается и проповедует братскую любовь, что совсем не помогает, а только ухудшает ситуацию. Принимая сторону самого младшего ребенка и защищая ее от старшего брата, она провоцирует конфликтную ситуацию. Мамина сверхзащита укрепляет

ошибочную концепцию Сюзан о себе как о «беспомощном ребенке», который может претендовать на особое внимание. В шесть лет девочка вполне способна позаботиться о себе сама и не нуждается в такой защите. Делая Гари виноватым, мама действует прямо по схеме Сюзан, унижая сына и возвышая дочь. Такие качели всякий раз приходят в движение, когда родители на стороне того или иного ребенка. Проигравший ребенок становится даже более успешным среди своих братьев и сестер. Как только одно сражение кажется улаженным, вскоре затевается другое. Каждый раз, когда родители вмешиваются в детские разборки, они вольно или невольно выделяют победителя и побежденного. Можно не сомневаться, что ребенок-победитель, убедивший родителей в своей невиновности, обычно сам и затеял сражение — явно или с помощью тонкой провокации соперника. Возможность выиграть и иметь родителей на своей стороне делает такую борьбу очень выгодной, даже если соперник — родной брат. Причина детских сражений — соперничество. Разве могут слова о братской любви произвести какой-либо эффект? Особенно если эти слова на пользу виновного, который выдает себя за жертву? Морализирование еще больше затрудняет ситуацию, так как акцент на «должен» лишь добавляет напряжения в конфликт.

Если бы мама внимательно посмотрела на Сюзан, она смогла бы более разумно отнестись к ссоре между детьми. Мама увидела бы радость на лице девочки. Кого ругают, тот уже не любимец мамы! Сюзан обдуманно спровоцировала данное сражение (хотя она не знает, почему!), чтобы у Гари были проблемы. Это создало конфликтную ситуацию и усилило ее позицию. Тот факт, что девочка, прежде чем заплакать, бегала от окна к окну в поисках мамы, очень показателен. Ален воспользовался моментом, чтобы напомнить маме, какой он «хороший», для усиления своей позиции. Гари вновь видит себя в роли «непослушного» ребенка. Поскольку он уже считает себя осужденным на эту роль, то даже не пытается сдерживать себя и опять ловится на провокации Сюзан. Он знает, все случится вновь. Когда мама вмешивается, она подтверждает позиции каждого ребенка, их ошибочные суждения о себе. Вместо того, чтобы научить

детей не сражаться друг с другом, мама, наоборот, демонстрирует выгоду агрессивного поведения.

Если бы мама была способна проигнорировать данную ситуацию, проявить доверие к способностям Сюзан позаботиться о себе самой и оставить детей разбираться со своими проблемами, борьба вскоре потеряла бы всякий смысл. Пронзительный крик Сюзан есть элемент техники, но не результат удара. Если мама больше не будет вестись на крики и пiski дочери, девочка сможет отказаться от ненужной техники.

Конечно же, если родители ссорятся сами, то дети могут копировать их поведение. Они видят, как данные ссоры влияют на взаимоотношения между взрослыми, и могут пытаться использовать это и для себя. В таком случае ссоры как средство решения проблем могут стать семейной традицией. Хотя сопротивляющийся ребенок может выбрать противоположное направление и развивать ценности, отличные от родительских.

Соревнование за власть также провоцирует сражение. Равноправные взаимоотношения не вызывают конфликтов для приобретения господства. Различные проблемы могут быть решены и без чьего-либо поражения. Когда один ребенок своим поведением угрожает позиции другого, конфликт превращается в соревнование. Враждебность игнорирует вежливость и внимание, и ребенок ищет пути восстановления доминирующей позиции, унижая при этом своего оппонента. Когда мы принимаем сторону «оскорбленного» младшего ребенка и защищаем его от старшего, мы лишь усиливаем в последнем чувство неполноценности и учим его, как использовать свои недостатки и слабости для получения особого внимания. Таким образом, пытаясь устранить конфликт, мы привносим в него еще больше сложностей. Если мы не вмешиваемся, то дети очень быстро приходят к равноправным взаимоотношениям, которые мы так пытаемся для них установить. Они реально учатся вести честную игру, развивать равноправие, дипломатию, справедливость, внимание и уважение друг к другу. Все то, что мы так пытаемся заложить в наших детей. Наилучшим образом мы сможем помочь им, находясь в стороне

от конфликта и предоставляя простор для действий. Потом мы можем обсудить в дружеском тоне конфликтную ситуацию, без тыканья пальцами и морализирования.

Мы можем вместе с детьми обсудить пути и способы выхода из затруднения. Однако это невозможно сделать, когда идет сражение. Тогда слова «не научат» и «не помогут» — напротив, они станут лишь дополнительным оружием в идущем сражении.

25

глава

Не впечатляйтесь детскими страхами

«Ох, я точно должна быть дома в пять», — вздохнув, мама сказала своей подруге. «Почему?» — «Потому что я сказала Бети, что буду в пять. Она будет стоять у окна и ждать меня. Если я не буду дома вовремя, она будет в ужасе. Бети так сильно плачет, доводит себя до истерики».

Бети хорошо выдрессировала свою маму. Девочка держит в руке обруч, а мама через него прыгает. Малышка использует свой страх для того, чтобы контролировать маму. Страх Бети вполне реальный и опустошающий. Жизнь девочки от этого далеко не радостна, мама, естественно, не хочет углублять страдания дочери. Как можно было развить такое?

У нас у всех есть эмоции. Они являются топливом для наших активных действий. Без них мы были бы нерешительными, слабыми, без мотивации к действию. Не осознавая, мы «производим» те эмоции, которые укрепляют наши намерения. Мы можем выбрать наше топливо, необходимое для толчка. Бети не «одержима» страхом, как неким призраком, хватающим ее! Она владеет страхом и использует его для того, чтобы контролировать свою маму. Тот факт, что она использует страх, не делает его менее реальным. Это совсем не притворство, а вполне ощутимая эмоция.

Вероятно, Бети открыла технику использования страха случайно. Когда девочка осознала пользу, она смогла получать хорошие результаты. Теперь Бети запуталась в паутине, которую сама и соткала. Мама имеет свою долю ответственности, потому что именно она реагирует на это, обеспечивая успешное использование девочкой техники страха.

Мы все знаем, что такое страх. Признаем, что когда мы боимся, то не можем адекватно действовать. Страх — это непозволительная роскошь, которую мы впускаем в свою жизнь. Как показывает опыт, на самом деле многие люди не испытывают страха в момент реальной опасности, лишь до или после, когда человеческие восприятия и представления ярко рисуют «что будет» или «что могло бы случиться». Если человек попадает в дорожное происшествие, он слишком занят возникшей опасной ситуацией, чтобы испытывать страх. Только после того, как кризис миновал, могут начаться дрожь и сердцебиение. Все это служит индикатором того, что в действительности мы не нуждаемся в страхе для избежания опасности. Напротив, страх обычно лишь усиливает опасность. Когда мы боимся, то чаще всего не способны контролировать ситуацию. Страх парализует нас и мешает действовать.

Мы должны понимать разницу между шоком и страхом. Громкий шум или падение могут «напугать» маленького ребенка. Но это лишь кратковременная реакция. Чувство страха как продолжение первого «страшного» опыта развивается лишь тогда, когда родители также «напуганы». Таким образом, мы сами демонстрируем восприимчивость к детским страхам.

Маленький ребенок, внезапно встретившись с новой удивительной ситуацией, которая может показаться ему страшной, имеет несколько вариантов реагирования. Он может остановиться и ждать, наблюдая за тем, что сделают взрослые в таком случае. Или он может ретироваться и убежать. Он также может попытаться испугаться.

Марк, шестнадцати месяцев, впервые увидел собаку, когда мама взяла его в гости к своим друзьям. Заметив необычный движущийся объект, малыш вцепился в маму. Все взрослые

вокруг стали кричать и суетиться. «Он не причинит тебе вреда, Марк. Видишь? Давай, погладим его. Ты ему нравишься. Не бойся!» И так далее.

Марк быстро оценил ситуацию. Не зная, что он должен делать в новой для него ситуации, он наблюдает за взрослыми, как они суетятся и шумят. Мальчик может использовать это для оправдания своего смущения и привлечения особого внимания к себе. Это может стать началом использования своего страха. Тон голоса и поведение взрослых при таких инцидентах чрезвычайно способствуют развитию страха. Сверхзабоченность, сбившийся тон голоса и лихорадочность нашего поведения показывают ребенку возможность использования испуга для своих целей. Обычно это только начало. Более интенсивный страх приносит еще большую заботу и внимание — например, его чаще берут на руки и утешают. Страх стал полезным средством активизации взрослых.

Дети — искусные актеры. Они постоянно и без устали играют. Они пока не способны сделать далеко идущие выводы из своего поведения. Но раз за разом повторяющийся результат простых действий складывается в опыт и развивает у детей «нюх», как лучше поступить. Взрослые, намереваясь что-либо предпринять, сначала думают о последствиях (далеко не все наши помыслы социально одобряемые). Маленькие дети совсем не озабочены такими понятиями и поэтому реагируют на все более свободно. Все их чувства на поверхности. Когда они встречаются с неизвестной ситуацией, они отступают назад, соизмеряют свои возможности и ищут способы реагирования, используя реакцию взрослых. Взрослые показали Марку, что ожидают от него испуг. Он оправдал их ожидания, вовлекая взрослых в свою игру.

Мама могла бы поверить в способность Марка принять новый опыт. Она могла бы отступить и дать сыну возможность справиться с этим самому. Самое главное, она должна перестать реагировать за Марка и контролировать реакции сына. Пусть Марк встретит и решит проблему сам. Если малыш демонстрирует страх, мама должна оставаться совершенно спокойной. Поскольку если мама испугается, то и Марк будет напуган. Тем самым она ничему не научит сына

в данной ситуации. Если Марк не может внушить маме свой страх, эмоция становится бесполезной.

Иногда страх используется по своему назначению.

В свои пять лет Марта не боялась кузнечиков. Однажды очень большой кузнечик прыгнул на нее и несколько напугал. Девочка невольно вскрикнула, пытаясь сбросить его со своего платья, но он попал ей за шиворот. Ощущение было малоприятным, и она опять вскрикнула. В основном же ее крик вызвал старший брат, девяти лет, который с интересом наблюдал за сестрой и насмешливо улыбался. Ее попытки избавиться от кузнечика очень веселили его. В ответ Марта пищала все громче и громче, так как она была раздражена смехом брата. Мама выбежала из дома, потрясенная криками. Вечером брат подошел к Марте со сжатой ладонью. «У меня что-то для тебя есть», — загадочно произнес он. «Что?» Мальчик разжал пальцы, и огромный кузнечик прыгнул на Марту. Девочка издала душераздирающий вопль. Родители прибежали к детям. Они строго отчитали сына и отругали дочь за глупость. Теперь Марта в ужасе кричит всякий раз, когда видит кузнечиков. Но ведь она прекрасно знала, что в действительности ничего опасного нет! Это лишь потому, что ее страх имел такой яркий результат.

Самая бесполезная вещь, сделанная родителями, сказать, что Марта глупая. Это стало вызовом для поддержания своей позиции. Если бы родители не впечатлились воплями дочери, они могли бы устранить цель страха Марты.

Четырехлетний Бен играл со своим электрическим поездом у рождественской елки. Вдруг он резко поддался назад и вскрикнул. Разъединенные контакты вызвали небольшой электрический удар. Мама, сидевшая рядом, поняла, что случилось. Она взяла малыша на руки, стала успокаивать и утешать его. «Все в порядке, милый. Ты получил небольшой электрический удар — вот и все. Что-то не в порядке с твоим поездом. Когда папа придет домой, он починит его».

Этим же вечером отец нашел неполадку и починил поезд, но Бен отказался играть с ним. Он отвернулся от игрушки

и стал дрожать. Папа еще пару раз пытался убедить сына, что поезд безопасен, но мальчик всякий раз при виде игрушки бежал к маме и зарывался головой в ее колени. Родители обменялись многозначительными взглядами и спрятали игрушку. Отец стал читать вечернюю газету, ничего больше не говоря. Через два дня отец разобрал елку и осторожно складывал игрушки в коробку. Бен молча наблюдал за происходящим. Вечером, когда нужно было ложиться спать, он попросил: «Папа, я хочу поиграть с моим поездом!» — «Мы завтра его обязательно найдем, Бен. А сейчас какую сказку ты хочешь послушать?»

Нежелание Бена играть с поездом вполне естественно после такого неприятного инцидента. Родители поняли это. Но когда Бен стал сопротивляться и отказываться принять на веру то, что отец починил поезд, пытаясь вовлечь родителей в свои страшные опасения, они отступили и «не стали наполнять паруса ветром». Родители понимали, что Бен еще слишком мал, чтобы понять принципы электричества. Хотя они пытались помочь Бену преодолеть свой страх, объяснив вполне доступно, что произошло. Бен потерпел неудачу получить преимущество от страха. Вскоре мальчик захотел поиграть со своей игрушкой опять. Его страх не имел шанса стать полезным орудием. Отец избежал любого намека оскорбить сына, не сделал ни единого упрека. Он принял реакцию сына и убрал поезд прочь. Когда Бен спросил об игрушке, отец пообещал найти ее завтра и изменил тему разговора.

Мама пыталась помочь Мэри, трех лет, побороть страх темноты. Она сама укладывала ребенка в постель, включала свет в гостиной и только потом выключала свет в спальне. «Мама, мама», — пищала Мэри в ужасе. «Все хорошо, дорогая, — утешала ее мама. — Я не ухожу. Успокойся. Здесь нет ничего страшного. Слышишь? Я здесь». — «Но я хочу, чтобы ты включила свет. Я боюсь темноты». — «Свет горит в гостиной. И я же здесь с тобой, дорогая». — «Ты не уйдешь?» — «Нет, я сижу здесь, и ты можешь спать спокойно». Мэри еще не скоро засыпает. Она часто просыпается и проверяет, есть ли мама рядом.

Мама думала, что сможет постепенно приучить дочь не бояться темноты, включая свет в гостиной. Мама терпит неудачу, так как Мэри использует свой страх для того, чтобы держать маму рядом с собой в полном подчинении. Дети очень убедительно выражают ужас. Они кажутся нам такими маленькими и беспомощными, а жизнь таит так много страхов. Однако если мы сможем понять, что стоит за поведением ребенка, а мы можем понять это, то данной реакцией мы не помогаем ребенку, а лишь тренируем его на будущее использовать страх как прекрасное средство контроля.

Мама может потушить свет в спальне, оставить свет в гостиной, уложить Мэри и выйти из комнаты со словами ободрения, не реагируя на страхи дочери. «Ты не должна бояться». Когда Мэри запищит, мама действует так, как если бы девочка крепко спала.

Самое важное в этом случае — отбросить всеобщее предубеждение, что, поступая так, мама демонстрирует жестокость, игнорируя страдания ребенка. Мы чувствуем себя обязанными утешать детей. Однако когда мы поймем, что такими действиями мы лишь усиливаем страдания ребенка, в награду за это он получает наше безраздельное внимание и сочувствие. Есть здравый смысл в том, чтобы прекратить такую практику.

Наши дети не смогут решать жизненные проблемы, если будут наполнены страхами. Страх не усиливает способность преодолеть проблему, а, наоборот, уменьшает. Чем больше страхов, тем больше опасностей. Но страхи прекрасно используются для получения особого внимания и вовлечения других для обслуживания себя.

Детей необходимо учить осторожности и предостерегать от потенциально опасных ситуаций. Предостережение и страх характерно различаются. Первое дает благоразумное и смелое распознавание возможной опасности; второе — обескураживающее и парализующее отступление. Естественно, мы должны учить наших детей быть осторожными, переходя улицу, не принимать знаки внимания со стороны незнакомцев, объяснять, что кухонные ножи не игрушка, что плавать нужно только в тех местах, где не опасно для жизни и т. д. Всему этому можно научить и без внушения

страха. Дети должны знать ограничения и быть готовыми не растеряться в опасной ситуации. Страх истощает смелость. Страх опасен. Дети используют его в своих целях. Если родители больше не реагируют на детские страхи, дети не будут развивать их. Тогда и родители, и дети смогут свободно вздохнуть от прекратившихся пыток и истязаний.

С самого раннего детства Малком слышал от мамы страшные истории, как нелегко и больно рожать детей и какие страдания приносят операции. Вскоре было обнаружено, что у Малкома есть небольшая опухоль, и это требует хирургического вмешательства. Когда мальчику сказали, что ему необходима операция, он забился в жуткой истерике. Три месяца он умолял, просил и устраивал истерические сцены. Мама пыталась утешать его, но ничего не помогало. Приближался день операции, были приняты самые энергичные меры для контроля за Малкомом. Его страх был так велик, что обычная доза предоперационного наркоза лишь слегка успокоила его.

Боль является частью нашей жизни. Нет возможности избежать ее раз и навсегда. Мамины рассказы могли быть попыткой показать, какой героиней она была, мужественно выдержав все это. Но Малком имеет еще слишком небольшой опыт соприкосновения с реальной болью, и его представления об операциях далеки от действительности. В отличие от своей мамы, мальчик не имеет ни малейшего желания быть героем! Встретившись с реальной угрозой боли, он оказался не способен принять это мужественно. Мама была излишне внимательна к страхам сына, потому что сама знала все об «ужасах» хирургии. Желая помочь Малкому пройти через сложную и неизбежную ситуацию, она бессознательно усугубляла и подстрекала страх мальчика своими попытками утешить.

Никто из родителей не хочет видеть страдания своего ребенка. Однако приходят времена, когда знакомство с болью неизбежно. Смелый ребенок страдает намного меньше. Страх прямо пропорционален боли. Страдалец в действительности усиливает боль. Мы должны помочь нашим детям принять

боль и страдания. Именно наша реакция на детские страхи делает ребенка робким и пугливым.

Отец трех «ковбоев» имел свой собственный метод обучения. Всякий раз, когда дети показывали ему синяки, ссадины и кровоподтеки после сражений, он спокойно отвечал: «Хорошо. Полагаю, это немного болит? Но не волнуйтесь. Скоро все заживет». Однажды его шестилетний сын упал с лошади. Ошеломленный мальчик сел, приходя в себя. Отец увидел это из-за забора и подошел к сыну узнать, как дела. Мальчик старался подняться и вздрогнул от сильной боли в кисти. Он посмотрел на руку — было очевидно, что кисть сломана. «Похоже, ты сломал кисть, дружок», — вздохнул отец. «Не волнуйся, папа. Это скоро заживет. Хотя рука очень болит». Мальчик заплакал от усиливающейся боли. «Ну, ну, дорогой. Хватит плакать. Давай перевяжем твою руку и поедem к доктору». Отец очень осторожно перевязал руку сына своим шарфом. Мальчик закричал, когда отец тронул кисть. «Да, думаю, у тебя очень сильно болит кисть», — сказал отец. Он помог мальчику подняться, после нескольких шагов сын зашатался, и отец подхватил его. Отец понес потерявшего сознание сына в машину. Прийдя в себя, мальчик прошептал: «Болит, папа. Но это скоро заживет, да?» — «Точно, сын. Боль не может длиться вечно, лишь немного. Ну, теперь ты у меня настоящий „ковбой“!»

Не лезьте в чужие дела

Артур, рыдая, прибежал к маме. «Мама, папа меня ударил», — закричал он. Мама бросила свои дела, обняла сына и стала его утешать. «За что?» — спросила она. «Он сказал, что я неотесанный чурбан, а затем меня ударил». — «Ну, успокойся, дорогой, Я выясню, в чем дело. Прошу тебя, не плачь». Как только Артур успокоился, мама пошла в гараж искать мужа. Между родителями последовала ссора. Мама ясно дала понять, что она не одобряет физические наказания. Отец заметил, что и Артур, его сын, тоже. Когда отец попросил его поставить велосипед на место, мальчик нагрубил в ответ. Артур стоял возле гаража, прислушиваясь к родительскому разговору.

Взаимоотношения между Артуром и отцом касаются лишь их обоих, мама здесь ни при чем и не должна контролировать эти отношения. В большинстве случаев, когда сын приходит к ней «пожаловаться» на папу, мама может ответить: «Извини, Артур. Если тебе не нравится, что папа тебя ударил, возможно, ты подумаешь, почему так случилось и как избежать этого в дальнейшем». Когда конфликт утихнет, мама может поговорить с сыном, как себя вести, чтобы не быть отшлепанным. Мама не может позволить себе принимать ту или иную конфликтующую сторону, если она

желает быть педагогом. Теперешние отношения в семье вполне устраивают Артура. Действительно, все трое прекрасно сотрудничают. Давайте внимательно посмотрим, как это происходит. Артур превосходно распределил роли между своими родителями. Мама, очевидно, является доминирующим членом семьи, и она — на стороне сына в попытке подчинить отца. Артур разумно использует суть дела для достижения собственного результата. Он знает, что мама полностью его поддерживает, защищает и оказывает содействие в поражении отцовских требований. Артур искусно манипулирует родителями в своих целях, и его развитие кривобоко. Он ищет защиту в сложных ситуациях и совсем не умеет улаживать проблемы. Когда мама поймет игру сына и увидит вред, нанесенный его личности и восприятию себя, она сможет больше не попадаться в ловушки сына. Отец, решивший положить край материнскому потворству, продолжает наказывать мальчика всякий раз, когда он провоцирует его. Мама, установив всеобщий контроль и принуждая всех согласиться с ее системой воспитания, ругает мужа. Артур выигрывает во всех направлениях. Сын и мать сотрудничают для того, чтобы держать отца в узде. Отец и сын сотрудничают для вовлечения мамы в конфликт. Мать и отец сотрудничают в попытке показать друг другу, кто тут главный.

Семейная гармония отсутствует. Артур не умеет уважать других, особенно отца. Естественно, мальчик не хочет быть отшлепанным. Но он терпит это для того, чтобы скомпрометировать папу и привлечь внимание мамы. Мама не признает физические наказания и не может допустить этого по отношению к своему сыну. Тем самым она использует свои доводы для осуществления контроля над мужем. Мама должна заниматься своими делами и прекратить вмешиваться. Она вправе осуждать физическое наказание, но не вправе указывать мужу, как обращаться с сыном. Это не ее дело — регулировать отношения между Артуром и отцом: это касается только их двоих.

Это нелегко понять и принять. Считаете ли вы, что с вашим ребенком обращаются правильно? Да, в случае, если это вы сами. Но что означает «правильное обращение»?

Необходимо «авторитетное» мнение для решения данного вопроса, но в демократической семье мы не имеем такого авторитета. Тем более если мы признаем право ребенка самому принимать решения. Нетрудно заметить, что каждый ребенок сам моделирует то обращение, которое в итоге имеет. Следовательно, мы обязаны понять ситуацию в целом, разобраться с целями ребенка и взаимоотношениями в семье. Такие знания помогут нам научить ребенка соблюдать порядок и уметь сотрудничать. Это единственно верный путь, способствующий развитию хорошего поведения.

Естественно, оба родителя как индивидуальные личности имеют разные мнения о многих вещах. Хорошо, если они могут прийти к единому стилю воспитания детей. Но такое соглашение вовсе не является необходимостью. Ребенок формирует свое собственное представление о том, что он будет принимать, а что отвергать в своем окружении. Собственная активность детей в различных ситуациях провоцирует родителей обращаться с ними по-разному, даже если в семье есть соглашение по принципиальным моментам воспитания. Ребенок не смущен различным обращением со стороны мамы, папы, бабушек, дедушек и других родственников. Наоборот, он точно знает, как ему выстроить отношения с каждым из них для получения особых прибылей.

Каждая мать считает, что она сама способна справиться со своим ребенком, и обижается, если кто-то другой предлагает ей свою помощь. Чем менее она способна урегулировать проблемы, возникающие с ее ребенком, тем более «знает», как другие должны обращаться с ним. Когда мама поощряет хорошее поведение, она мало обращает внимание на то, что по этому поводу скажут другие. Мнение и поведение других ее задевают лишь в проблемной ситуации, с которой она должна справиться.

Эстер, семи лет, единственная внучка. Бабушка любит ее без памяти и осыпает подарками по поводу и без. Родители не так щедры и покупают лишь те подарки, которые полезны и нужны для развития дочери. Эстер получила от бабушки шесть подарков на Пасху, пять на свой день рождения и десять на Рождество. Раскрыв родительские подарки, девочка очень

обрадовалась и поблагодарила родителей. Но после того, как она развернула последний, десятый, подарок от бабушки, девочка скривилась: «И это все?» Вскоре мама обнаружила, что Эстер отметила в календаре все праздничные дни. Обеспокоенная такой лихорадочной страстью к подаркам, мама поговорила с мужем и попросила его как-то уменьшить поток подарков со стороны его матери. Муж, считая просьбу жены не совсем благоразумной, отказался. Родители повздорили. Мама была полностью уверена, что бабушка окончательно испортит ребенка.

Бедная мама. Она совершенно не уверена в своем влиянии на ребенка и видит опасность со стороны окружающих. Так как родители соблюдают определенный баланс в приобретении подарков для дочери, Эстер по отношению к ним не склонна проявлять какие-либо намеки на жадность, она делает это только по отношению к своей бабушке. Мама не может контролировать действия бабушки. Это не в ее силах. Взаимоотношения между бабушкой и Эстер касаются только их обеих. В данной ситуации мама ощущает, что установленное в семье правило получения подарков нарушается бабушкиной расточительностью. Очень существенно, чтобы ребенок научился не только получать, но также и дарить подарки. Эстер должна знать день рождения бабушки и преподнести ей подарок, лучше всего выполненный ею самой. Девочка может подарить что-нибудь бабушке на Рождество и на другие праздники. Маме следует отпустить ситуацию и позволить Эстер самой уладить ее отношения с родственниками.

Каждого ребенка окружают и другие взрослые, не только свои родители. Обычно первые близкие контакты ребенок устанавливает с бабушками, дедушками и другими родственниками, а также с соседями, друзьями родителей. По мере взросления этот круг расширяется. Совершенно невозможно родителям регулировать воздействие всех этих людей на своего ребенка. Однако когда ребенок наталкивается на неблагоприятное воздействие, мы склонны выступать против взрослого, имеющего к этому отношение, надеясь уменьшить или вовсе устранить нежелательное влияние.

Это бесполезно. Не следует подстраивать окружение под ребенка, тем более защищать ребенка от окружения. В чем нуждается ребенок, так это в направлении своих реакций. Стимул не так важен, как та реакция, которую он вызывает.

Ребенок индивидуален, он формирует собственные особенные отношения с каждым человеком, контактирующим с ним. Наши дети нуждаются в опыте общения как можно с большим количеством людей, лишь так они смогут научиться понимать и правильно оценивать себя и других. Наша обязанность — наблюдать за этим процессом и помогать ребенку адекватно формировать такую оценку.

Сегодня действия бабушек и дедушек вносят беспокойство в наши дома. Данный факт сам по себе служит индикатором изменений в нашем культурном пространстве. Старые традиции рвутся. Молодые родители совсем по-другому смотрят на воспитание своих детей и обижаются на вмешательство старшего поколения. Вынуждая стариков принимать новые методы воспитания, они лишь портят отношения с ними. Родители могут уйти от конфликтной ситуации, сказав бабушке (дедушке): «Ты, наверное, права. Мы подумаем об этом». И продолжать использовать свои методы воспитания. Старики обожают своих внуков. Они хотят иметь все привилегии от общения с детьми и никакой ответственности по их воспитанию. Обижаясь на то, что бабушки и дедушки балуют детей, родители слишком пессимистично оценивают собственное воспитательное воздействие. Любые попытки «откорректировать» бабушек и дедушек — это пустая трата энергии, приносящая лишь еще большее волнение и беспокойство. Взаимоотношения между ребенком и его бабушками (дедушками) касаются только их. Однако мы должны помочь ребенку правильно реагировать на их действия. Старики, балующие своих внуков, могут внушить детям, что они имеют право получить все, что бы ни захотели, а тот, кто сопротивляется их желаниям, становится врагом. В таких случаях мы должны помочь ребенку увидеть ошибочность подобного утверждения. Таким образом, ребенок будет избавлен от ложных представлений о жизни и о своих правах.

Боби, шести лет, был в гостях у своего отца, вторично женатого после развода с его мамой. Мальчик вернулся домой с разбитым носом. Мама сразу же поинтересовалась у сына, что случилось. «Она меня ударила, и у меня потекла из носа кровь». — «Что?! Что ты такое сделал?» — ужаснулась мама. «Читал ей мою книгу». — «Ну и почему она ударила тебя?» — «Я не мог прочитать тяжелое слово». Мама поменялась в лице. Какое право имела чужая женщина бить Боби! Этим же вечером мама позвонила бывшему мужу. На следующий день мама обратилась к своему адвокату. Получился огромный скандал, но без особых последствий.

Сегодня такие инциденты не единичны. Развод и вторичные браки усложняют ситуации в семьях и для детей, и для взрослых. Прежняя враждебность, ставшая причиной развода, ожила и проявилась вновь. Сколько раз дети становятся невольными свидетелями таких разборок. Вполне возможно, что ребенок может спровоцировать волнение для того, чтобы получить сочувствие и особое «утешение». Очень важно, чтобы мама не велась на такие инциденты, а главное, не преувеличивала проблему. Боби мог бы больше не создавать таких конфликтных ситуаций, если бы мама не реагировала так болезненно на то, что случилось в доме ее бывшего мужа. Это помогло бы Боби развить более позитивные отношения с женой своего отца. Мама сможет помочь Боби, отметив то, что, возможно, сын был так непослушен, что его пришлось отшлепать. «Все зависит от тебя, Боби. Я уверена, ты сможешь сам решить, как избежать проблемы».

Сосед зашел к отцу Пэт пожаловаться на то, что мальчик наехал своим велосипедом на велосипед его сына. Эди упал и поранился. Обоим мальчикам было по девять лет. Сосед был очень зол и хотел, чтобы отец немедленно наказал Пэта и заставил его прекратить «эти постоянные драки». «Ваш сын всегда первым начинает их!» — «Извините, это так вас расстраивает. Но не думаете ли вы, что драки между мальчишками касаются только их?» Пораженный, сосед минуту молча смотрел на отца и затем спросил: «Что вы имеете в виду?» — «Я полагаю, это не мое

дело контролировать отношения сына с его друзьями. Я уверен, они сами смогут уладить свои проблемы, если их оставить в покое». — «Но Эди всегда страдает. Пэт постоянно пытается сделать ему больно. И я устал от всего этого». Отец с трудом подавил улыбку, так как Эди был выше и крупнее Пэта. «Пэт часто приходит домой с синяками и ссадинами. Я думаю, если вы и я не будем больше обращать на это внимание, то мальчики перестанут калечить себя и установят другие взаимоотношения». — «Я считаю, вашему сыну-таки нужен контроль». — «Я не имею ни малейшего представления, как заставить Пэта не драться. Я не могу держать его за руку и быть с ним каждую минуту. К тому же я не думаю, что такой метод смог бы помочь ему в обращении с другими детьми, а тем более решить проблемы между ними. Конечно же, я поговорю с Пэтом. И посмотрю, смогу ли я помочь ему понять ситуацию. Вот и все, что я могу сделать!»

Когда сосед ушел, Пэт подошел к отцу. Он слышал весь разговор из другой комнаты. На его лице застыло нагло-виноватое выражение. Минуту они изучали друг друга. Отец молчал. «Ну, он сам наехал на край тротуара и...» — «Я не хочу знать детали, Пэт. Я просто удивлен, как вам с Эди нравятся эти постоянные сражения. Кажется, родителей Эда они сводят с ума». Пэт усмехнулся и сдержал смешок. «Возможно, вы сможете найти другие развлечения. Это твой выбор. Давай подумаем, что ты сможешь предложить».

Контакты с другими людьми — неотъемлемая часть нашей жизни. Именно мы должны помочь ребенку развить правильные отношения с окружающими. Отец Эди пытается контролировать и моделировать реальность для своего сына. Он не помогает Эди, а лишь дает ему ошибочное представление, что будет всегда рядом с ним для «улаживания ситуации». Эди не нуждается в приложении каких-либо усилий со своей стороны для развития искусства социальных взаимоотношений. На Пэта, напротив, накладывают ответственность за его взаимоотношения. Без проповедей отец Пэта посоветовал сыну переоценить свои поступки, а затем навел на мысль самому придумать себе новые развлечения.

Маргарет пожаловалась маме: «Я ненавижу эту миссис Кейт! Она просто тупая учительница! А также несправедливая!» — «Что случилось, Маргарет?» — забеспокоилась мама. «Она всегда смеется надо мной перед всем классом. Она делает неприличные замечания в мой адрес, которые я даже не осмелюсь повторить. Она никогда не вызывает меня, если я поднимаю руку. Сегодня она взяла мою тетрадь по письму и прочитала всему классу мои ошибки. Я хотела просто ее убить!» Гнев и унижение захлестнули девочку, и она залилась слезами. Мама пришла в ярость. «Я пойду к твоей учительнице. Так обращаться с ребенком просто недопустимо!»

Мама права. Детей не должны унижать. Однако она не может перевоспитать учительницу. Ее негодование, выраженное учителю, станет лишь дополнительным топливом в огонь конфликта. Мы не знаем всей правды. Маргарет, без сомнения, сама спровоцировала такое отношение. Уверенный изгиб плеч и манера опускать глаза демонстрировали полное презрение к «такой глупой учительнице».

Конечно же, отношения между Маргарет и учительницей оставляют желать лучшего. Мама не в силах изменить учительницу. Она лишь может помочь своей дочери увидеть, как та сама способствовала плохим отношениям и посоветовать то направление действий, которое даст девочке возможность чувствовать себя более уверенно в школе. Сделать это следует не в прямой форме, так как это лишь усугубит конфликт. «Ты думаешь, учитель счастлив, когда ученики его не уважают?» или «Что бы ты сделала, если бы была учительницей, и один из твоих учеников тебя ненавидел?» Затем больше: «Миссис Кейт может быть глупой, как ты говоришь. Я не знаю. К сожалению, совершенных людей нет. Мы должны брать все то лучшее, что нам дают. Я уверена, тебе очень не нравится ситуация в школе. Давай попытаемся выяснить, что ты смогла бы сделать для ее улучшения».

Мама не оспаривает мнение Маргарет, потому что это лишь может усилить сопротивление ребенка, девочка будет еще сильнее защищать свою точку зрения. Если мама займет сторону учителя, то рискует вызвать вражду ребенка. При-

нимая позицию дочери, мама тем самым будет поддерживать ее провокационное поведение в школе. Откровенное обсуждение проблемы поможет Маргарет найти более конструктивные формы поведения для улучшения ее состояния дел в школе.

Гари, единственный ребенок в семье, плохо успевал в школе, и свое домашнее задание делал по принуждению. Каждый вечер отец садился рядом с Гари и наблюдал, как сын занимается. Затем отец экзаменовал мальчика по всем заданным предметам. Очень часто это заканчивалось слезами Гари и отцовским раздражением. И все же успеваемость сына в школе не улучшалась.

Отец тратит свое время на обучение Гари, а мальчик каждый вечер демонстрирует, что никто не сможет заставить его учиться. Если отец и впредь будет продолжать «помогать» сыну с его домашним заданием, в надежде улучшить его школьные показатели, вряд ли это поможет Гари хорошо учиться.

У отца есть чем заняться. Учеба Гари касается только Гари, никого более. По традиции многие учителя просят родителей проследить, как их дети выполняют домашние задания. Однако если мы применяем жесткий контроль, мы вызываем силовое состязание. С другой стороны, если мы советуемся с детьми и вместе с ними определяем время, когда они будут выполнять домашнее задание, а затем будем поддерживать этот порядок, то это поможет стимулировать детей.

Когда у ребенка действительно возникают трудности по тому или иному предмету, мы должны нанять репетитора. Практика родительского преподавания неэффективна, даже если родители действительно имеют педагогическое образование. Детское нежелание учиться, брать на себя ответственность и выполнять то, что не доставляет радости, — все это приводит к ухудшению отношений с родителями. Более того, ребенок сопротивляется родительскому давлению заставить его учиться в надежде на светлое будущее. Такие обстоятельства лишь усиливают силовую борьбу. Мы наилучшим образом сможем помочь нашему ребенку и вывести

себя из затруднительного положения с помощью домашнего учителя. Тем самым мы даем понять ребенку: если он не хочет учиться, никто не будет заставлять его. «Это зависит только от тебя», или «Ты сам делаешь выбор», или «Так или иначе, если ты хочешь учиться и научиться...»

Похожая проблема возникает, если ребенок также посещает и музыкальную школу, а занятиями музыкой дома пренебрегает. Очень много детей хотят хорошо играть на музыкальных инструментах, но надеются, что у них это получится без особых усилий! Родительское вмешательство и давление превращают предвкушаемое удовольствие от музыки в отвратительную рутинную работу. Опять мы должны заниматься своими делами. Это дело учителя музыки — стимулировать ребенка работать.

Заниматься своими делами вовсе не означает, что мы бросаем ребенка, возлагая ответственность на учителя и музыкальный инструмент. Мы можем поддержать его, но не принуждая и критикуя, а создавая такие ситуации, когда ребенок может поиграть для небольшой зрительской аудитории (и взрослых, и детей). Мы даже можем организовывать музыкальные вечера, где ребенок вместе с другими музыкантами сможет показать свое мастерство. Музыка станет реально востребованной, а не отвратительной и никому не нужной.

Мы должны точно определять ситуации, в которые нам вмешиваться не стоит, поскольку это касается только ребенка, и ответственность за последствия тоже лежит на нем.

Нэнси с мамой рассчитали необходимое количество денег на ее месячное содержание. Мама должна была содержать семью сама, так как отец девочки умер. Все расходы были учтены: обеда в школе, билеты на автобус, покупка необходимых школьных принадлежностей, походы в кино и развлечения после школы. Девочка сразу получила всю сумму денег на месяц. Несколько дней спустя Нэнси пришла домой со школьной подругой, и мама заметила на девочках новые браслеты. Она спросила Нэнси, где она взяла свой браслет. «Я купила его на свои деньги из моего месячного содержания». Мама больше ничего не сказала, пока подруга Нэнси не ушла домой. Затем мама стала распекать дочь, рассказывая ей, как она тяжело работает, чтобы

содержать семью, отказывая себе во многом, чтобы Нэнси ни в чем не нуждалась. Мама была глубоко разочарована, ведь дочь потратила свои деньги на то, что не было ими учтено в первоначальном соглашении.

Мама во всем хочет контролировать Нэнси, в том числе как девочка тратит карманные деньги. Когда родители выделяют детям средства на собственные расходы, деньги уже не принадлежат им. Что дети делают с деньгами, родителей больше не касается. Без сомнения, Нэнси ни с кем не посоветовалась, купила браслет, пожертвовав чем-то для приобретения того, что она очень хотела. Если бы мамина подруга стала заставлять ее (маму) потратить деньги на то, что нравится ей, она почувствовала бы себя оскорбленной. Ведь подруга вмешивается в то, что ее явно не касается. Подобным образом мама поступает с Нэнси. Маме следует успокоиться и позволить дочери тратить деньги так, как та считает нужным. Единственное, за что мама отвечает, так это за строгое соблюдение выдаваемой суммы денег на месяц и за то, чтобы никогда не покрывать неблагоразумные покупки Нэнси.

Конечно же, если мы видим, что направление действий ребенка ошибочное, мы всегда можем дружелюбно с ним поговорить. И никакой критики, это лишь заставит ребенка еще сильнее держаться за свое ошибочное мнение. «Мне интересно, как ты посчитал...», «Ты подумал о...?» или «Как ты полагаешь, это будет работать?» — все эти фразы способствуют открытой дискуссии без мятежного сопротивления со стороны ребенка. Важно предоставить все возможные аспекты, даже если многие для нас и неприемлемы, для двухсторонней объективной оценки. Таким образом, мы вместе с нашим ребенком открываем те ценности, которые ему пригодятся и сейчас, и в будущем.

Не поддавайтесь жалости

Жалость вредна, даже когда она оправданна и объяснима.

Клод, семи лет, крайне возбужден приготовлениями к своему дню рождения на ферме. Такие загородные экскурсии были крайне редки. Мама с сыном все обсудили. Были приглашены восемнадцать человек. Долгожданный день приближался. Клод и его друзья уже не могли дождаться такого классного пикника на природе! И вот день настал. Клод проснулся рано и увидел, что все небо затянуто тучами. Встревоженный мальчик прибежал к маме. «Дождя ведь правда не будет? Мы же должны ехать, не так ли? Мы ведь сможем?» Мама сама была не менее взволнована и очень боялась разочаровать сына. Хотя она знала прогноз погоды на сегодняшний день, и он был мало утешительным. Мама знала, как важен этот праздник для Клода и его друзей. Она пыталась успокоить мальчика: «Я думаю, тучи рассеются. Давай немного подождем и посмотрим». Клод плохо позавтракал и все утро провел у окна. По плану они должны были выезжать в два часа дня. В 12.00 заморосил мелкий дождик. А через полчаса уже шел ливень. Было очевидно, что пикник отменяется. Клод рыдал, убитый горем. Бедный ребенок, какое ужасное разочарование в день своего рождения! Мама посадила его себе на колени, нежно обняла: «Сыночек

мой, я понимаю, как ты расстроен. Это ужасное разочарование для тебя. Я все бы отдала, чтобы остановить дождь. Но я не могу ничего поделать. Мы можем поехать на ферму завтра». — «Но ведь завтра не мой день рождения! Он сегодня. И я хочу праздник сегодня!» — «Я знаю, милый. Это ужасно, что дождь все испортил». — «Это несправедливо. Мне никогда не везет!» — «Дорогой, пожалуйста, перестань плакать. Мы никак не сможем остановить дождь». Клод был безутешен. Мама сама еле сдерживала слезы, ей было безумно жаль, что Клод был так разочарован в свой день рождения.

Такого страшного разочарования можно было избежать. Дети очень чувствительны к эмоциональным состояниям взрослых, даже если те его явно и не выражают. Поэтому, если мы жалеем ребенка, он считает, что тоже имеет право жалеть себя. Его страдание становится более интенсивным, если он ощущает жалость к себе. Вместо того, чтобы мужественно встретить серьезное препятствие и сделать все, чтобы преодолеть его, ребенок полагается на жалость других, ожидая от них утешения. В таком случае он теряет остатки своей смелости и не может принять происходящее должным образом. Такой подход может остаться на всю жизнь. У ребенка появится убеждение, что окружающий мир обязан постоянно его утешать. Вместо того, чтобы делать то, что ему под силу, ребенок ждет, когда другие сделают это за него.

Клод чувствует себя оскорбленным, когда все идет не так, как он желает. Он может стать «коллекционером обид». Предположение мамы, что разочарование будет слишком тяжело для ее сына, оправдалось. Перенос праздника на следующий день — слабое утешение для Клода, считающего, что жизнь так не справедлива к нему.

Полагая, что мальчик будет страшно разочарован и не выдержит удара, мама тем самым показывает свое неуважение к сыну. Она видит его слишком слабым и беспомощным. Наши дети научатся адекватно реагировать на разочарования, если мы не будем их жалеть. С самого начала мама могла бы предотвратить такой неблагоприятный исход. Обсуждая с сыном планы пикника, мама могла сразу же

допустить возможность того, что будет дождь. В таком случае они бы просто поехали за город на другой день. Уверенность в том, что при любых раскладах пикник состоится, быстро бы передалась Клоду, и это уберегло бы его от горького разочарования. Естественно, мальчик страдает, так как ливень уничтожил все его праздничные планы. Мама смогла бы помочь сыну выдержать это, если бы была более осмотрительна. Но, проявляя жалость, она совсем не может ему помочь.

Рут, девяти лет, вернулась домой из больницы, где она пролежала больше месяца с диагнозом полиомиелит. Она была в подтяжках и передвигалась с помощью костылей. Девочка также прошла курс психотерапии, направленный на то, чтобы показать Рут, как много она может сделать сама с помощью особых приспособлений. Медперсонал проинструктировал маму, как помогать дочери стараться делать все самой. Однако сердце мамы так щемило от боли, ведь ее ребенок сильно страдает. Мама чувствовала, что она должна все сделать для Рут. Девочка очень быстро отреагировала на глубокую жалость мамы. Когда она хныкала: «Мне так тяжело, я не могу», — мама была тут как тут и помогала ей. Так как прогулка была достаточно тяжела для Рут, то мама помогала ей все чаще и чаще. Девочка предпочитала быть в инвалидной коляске и передвигалась сама все меньше и меньше. Ее руки тоже пострадали от болезни. Мама, облегчая жизнь дочери, стала кормить ее сама. Она посвящала все свое время ребенку, делая все за нее. Мама старалась уменьшить тот страшный удар судьбы, который постиг ее дочь. Мама просила Рут пытаться ходить самой, но когда девочка хныкала: «Мне больно», — мама сдавалась. «Бедный ребенок. Как все печально». Отец пытался подбадривать дочь, но жена ругала его за то, что он «так много хочет» от ребенка. Они ссорились по поводу всего этого в присутствии Рут. Девочка отдалялась от отца и тянулась к маме. Через месяц Рут превратилась из улыбающегося и мужественного ребенка в раздражительного и беззащитного инвалида. Когда мама привезла дочь на запланированный визит к врачу, было обнаружено, что состояние девочки ухудшилось. Доктора посоветовали положить Рут опять в больницу. Убитая горем и взбешенная

«черствостью» психотерапевта, который нашел, что девочка совсем перестала сотрудничать, мама отказалась. Вмешался отец. После консультации с врачами Рут, невзирая на все протесты мамы, вернули в больницу. Потребовались согласованные усилия, взаимопонимание и твердость, чтобы мама смогла победить свою жалость и вернуть Рут на путь прогресса. Мама прошла психологическое консультирование и смогла понять, насколько серьезный вред ее жалость причинила дочери, став причиной регресса. И мама, и Рут добились впечатляющих результатов и научились воспринимать данную ситуацию не как трагедию, а как попытку к действию.

Физически неполноценный ребенок (слепой, глухой или калека) легко становится объектом жалости. Это выше человеческих сил — не испытывать сострадание к таким детям. Но тем самым мы лишь усугубляем их тяжелое положение. Медсестры и терапевты, работающие с такими детьми, поражаются их мужеству и уму. Доктора очень хорошо знают, как опасна жалость. Они видели детей, которые прогрессировали в своем положении и мгновенно показывали обратный результат при чрезмерном сочувствии и жалости со стороны родителей и родственников. Медперсонал часто выслушивает родительские тирады по поводу их суровости, жестокости и бездушия. На самом деле это неверно оцененная строгость врачей. Конечно же, им намного легче не проявлять жалость к больным детям, так как они не настолько эмоционально привязаны к ним. Но всякий раз, когда доктора длительное время наблюдают маленького пациента с серьезными расстройствами, они сильно привязываются к нему, и все же стараются не показать ему свою жалость. Вместо этого они стимулируют ребенка гордиться каждым маленьким достижением в борьбе с недугом.

Пеги, пяти лет, температурила, пока врачи не могли поставить ей диагноз. Девочке становилось все хуже, и ее положили в больницу на полное обследование. Мама была очень расстроена и возмущена, почему такое должно было случиться именно с ее ребенком. Лечение предполагало уколы и анализы крови из вены. Пеги, в полуобморочном состоянии, плакала

и кричала. Мама жалела ее и возмущалась, как жестоко врачи поступали с больным ребенком. Ее жалость к Пегги усиливалась. После обследования был установлен правильный диагноз и назначено адекватное лечение. Девочка медленно выздоравливала и даже после выписки из больницы все еще нуждалась в постельном режиме. Мама прислуживала дочери во всем. По мере улучшения состояния, Пегги становилась все более и более требовательной. Мама, вымотанная длительной болезнью дочери и постоянными недосыпаниями, стала терять самообладание. Однажды она накричала на дочь. Шокированная и сбитая с толку, девочка залилась слезами: «Как ты можешь быть такой грубой со мной, зная, что я такая больная?» Мама почувствовала себя очень виноватой и попыталась быть с дочерью еще более терпимой.

Пегги, впитавшая в себя материнскую жалость, теперь и сама себя жалеет. Мама чувствует себя виноватой, что сорвалась на дочь, и теперь еще старательнее прислуживает ей. Порочный круг замкнулся.

Мы почти всегда ощущаем себя виновными, если наш ребенок болеет. Естественно, больной ребенок нуждается в нашем внимании и заботе. Он не способен позаботиться о себе сам. Мы должны помочь ему. Но это должно быть сделано разумно. Слишком опасно поддаваться искушению пожалеть маленькое бедное создание, которое так страдает. К сожалению, мы не можем защитить ребенка от страданий. Это неотъемлемая часть жизни. Главное, что мы должны сделать, — это мужественно встретить страдания и помочь ребенку их выдержать. Больной ребенок больше, чем здоровый, нуждается в нашей моральной поддержке, нашей вере в его силы, нашем понимании и сочувствии. Болезнь деморализует ребенка. Он считает себя слабым и беспомощным. Жалость лишь усиливает данный эффект, снижает сопротивление и истощает мужество ребенка. Жалость формирует снисходительное отношение. Что уж точно не стимулирует смелость. Опытная мама проявляет огромную доброту к своему ребенку, когда отказывается обращаться с ним как с беспомощным и слабым. Хотя в данной ситуации это вполне можно оправдать. Период выздоровления

тяжел для обоих: и мамы, и ребенка. На самом деле это можно было бы облегчить, заменив жалость и прислуживание на сочувствие.

Сандра, трех лет, радовалась своим новым качелям. Мила, пяти лет, соседский приемный ребенок, подбежала к качелям, сбросила девочку и стала качаться сама. Сандра поднялась, стукнула Милу и пошла к другим качелям. Мама Сандры наблюдала за происходящим из окна кухни. Как только Сандра уместилась на другие качели, Мила спрыгнула со своих и подбежала к ней. Возникла ссора. На крики прибежала мама Милы и обратилась к обеим девочкам. Она попросила Милу выбрать качели, усадила ее и стала раскачивать. Вдруг Мила передумала. Мама спросила у Сандры, какие качели она выбирает. Затем она усадила Милу на оставшиеся и стала раскачивать ее. Потом она предложила покачать и Сандру, но девочка отказалась: «Я могу раскачиваться и сама». Как только Сандра стала качаться, Мила опять потребовала поменять качели. Мама вновь исполнила ее желание. Удивленная такой ситуацией, мама Сандры подошла к соседке. «Почему вы позволяете Миле командовать собой?» — «Бедный ребенок! Я никогда не перечу ей. Ведь я никогда не смогу изменить то, что было в ее жизни». — «Что вы имеете в виду?» Мама Милы отвела соседку в сторонку и зашептала: «Вы разве не знаете, что Мила — внебрачный ребенок?!»

Мама Милы видит себя настоящей героиней, ведь она спасла несчастного незаконнорожденного ребенка. Однако, на ее взгляд, никакая любовь и снисхождение не смогут смыть с ребенка такого позорного пятна. У мамы Милы совершенно ошибочная точка зрения. Ее жалость губительна. Но это подкрепляет материнскую концепцию о внебрачных детях, поэтому она так себя ведет с Милой. Девочка слишком избалована и совсем не готова к сотрудничеству. Бессознательно Мила впитала мамину установку: «Я обижена судьбой. Мне все должны».

Для приемных родителей очень легко попасть в ловушку жалости. Это катастрофа. Приемный ребенок не осознает своего положения в мире, пока его новые родители не попытаются показать этого, жалея его. Ребенок в ранние годы

еще не способен оценить реальное положение вещей: родной он сын (дочь) или усыновленный. По большому счету, ему все равно. Но для нормальной адаптации к взрослой жизни ему нельзя оказывать «особых привилегий». Дети, считающие себя «особыми», приобретают ошибочные установки и развивают неправомерные ожидания. Приемный ребенок нуждается в таком же уважении и заботе, как и родной.

Мама двоих приемных малышей не делала из этого большой тайны с раннего возраста. Вольно или невольно она отмечала, что они были усыновлены ею. Настал тот день, когда дети захотели узнать, что же это означает, и мама была готова все им объяснить. Иногда одни люди не имеют возможности содержать ребенка, а другие по тем или иным причинам не могут родить сами, но способны обеспечить его. Так что же здесь такого, когда дети меняют свое место проживания? Такой нетрадиционный подход к тяжелой проблеме исключает какие-либо превратные впечатления. Приемные дети ощущают себя неродными, когда родители показывают им это.

Бони, девяти лет, Джек, семи, и Клайд, шести, жили с тетей Мэриан и ее двумя дочерьми, Фредой и Барбарой, восьми и пяти лет, так как их мама лежала в больнице. Каждый вечер отец после ужина уходил к маме и оставался там на всю ночь. Иногда его подменяла тетя Мэриан. Тогда дядя Генри веселил детей шумными играми и историями. Тетя ощущала сильный эмоциональный стресс, частично от трех шумных детей, но в основном от глубокого участия к своей больной сестре. Взрослые знали, что она в критическом состоянии; у нее был рак. Они заботливо оберегали детей от всякой информации. Однажды мама лежала полгода в больнице, но потом вернулась домой. Всякий раз, когда дети спрашивали, когда мама будет дома, им с улыбкой отвечали: «Очень скоро». Взрослые осознавали фальшь таких заверений, но старались избегать при детях тревожных взглядов и разговоров. И все же дети были встревоженными, капризными и непослушными. Бони скучала по маме больше всех. Как самая старшая среди детей, она понимала, что что-то не так. Тетя Мэриан попросила ее при-

смотреть за младшими детьми и вести себя, как подобает старшей. Бони быстро приняла новую роль, но развила слишком властные наклонности, младшие дети сопротивлялись этому. Это внесло дополнительное волнение в атмосферу дома.

Вскоре мама умерла. Взрослые не могли больше скрывать свое горе. Необходимо было сказать детям. Отец попросил оставить его со своими детьми, а Мэриан должна была сказать своим дочерям. Состояние тети Мэриан было на грани истерии. Отец усадил детей и, преодолевая боль, сказал: «Дети, мне нужно сказать вам что-то очень серьезное». Дети уже были подавлены непонятными событиями в доме. «Что-то с мамой?» — спросила Бони. «Мама вознеслась на небеса. Она будет там счастлива. Мы должны быть сейчас очень мужественными и заботиться друг о друге». Прошло несколько секунд для осознания сказанного. Бони залилась слезами: «Почему она покинула нас, папа? Почему она должна была уйти на небеса сейчас? Ведь она нам так нужна!» — «Мы ничего не можем с этим поделать, Бони. Бог призвал ее к себе, и мы не можем задавать ему вопросы, почему он так поступил». — «Мама больше никогда не вернется домой?» — спросил Джек. «Да, сын». — «Но я хочу видеть маму», — заплакал Клайд. Отец нежно утешал детей, понимая, что им нужно излить свое горе. Когда дети несколько успокоились, отец сказал: «Нам будет тяжело без мамы. Пройдет определенное время для осознания этого, и мы должны быть вместе и помогать друг другу. Скоро мы спланируем, что будем делать дальше».

В это время Мэриан со своими дочерьми вошли в комнату. Барбара и Фреда плакали. Тетя обняла детей, всхлипывая и причитая: «Бедные маленькие ягнята, вы остались без своей мамы». Отец недовольно покачал головой, но Мэриан не увидела этого. Дети опять зарыдали, что вскоре перешло в общую истерику. Отец дал сигнал дяде Генри, и тот увел своих дочерей. Детей оторвали от тети Мэриан и вернули отцу. Дядя Генри, наконец, убедил тетю Мэриан прилечь. Затем отец обнял детей и заговорил с ними с ноткой строгости: «Сейчас, дети, мы все ощущаем большое горе. Помните, мы должны с честью нести память о нашей маме и не впадать в отчаяние. Я уверен, именно так бы она хотела. Давайте будем держаться». Отец ждал, пока дети пришли в себя. Когда они немного

успокоились, он сказал: «Время ужинать. Тетя Мэриан нуждается в нашей помощи. Надеюсь, мы сможем что-то приготовить к ужину». — «Папа, я не могу сейчас есть», — проговорила Бони, сдерживая рыдания. «Жизнь продолжается, Бони. Я понимаю, что сейчас ты не хочешь есть, но, возможно, когда ужин будет готов, ты что-нибудь все-таки съешь». И со словами поддержки отец увел детей на кухню.

Дети были подавлены тетиной жалостью. Отец продемонстрировал мужество и тонкое понимание ситуации, что поможет детям перенести страшное горе.

Трагедии случаются в жизни каждого из нас. От взрослого человека ожидают «принять это» с достоинством и не раскисать. Совершенно естественно ощущать жалость к невинному ребенку, попавшему в трагическую ситуацию. Но наша безмерная жалость лишь усиливает разрушительный эффект и даже более опасна. Если взрослый жалеет ребенка, не имеет значения, по какой причине, то тем самым, он оправдывает жалость ребенка к себе самому. Дети могут легко воспользоваться этим и выработать жалость к себе на всю жизнь, что не способствует принятию ответственности за решение сложных проблем. В таком случае ребенок безрезультатно ищет кого-то, кто спасет его от утрат, которые, без сомнения, ждут его впереди. Будет очень трудно для такого ребенка стать полезным членом общества, потому что его внимание сконцентрировано лишь на нем самом и на том, что он должен получить.

Одним из серьезнейших испытаний для ребенка есть потеря родителя. Восстановительный период после такой утраты может существенно повлиять на всю его оставшуюся жизнь. Если умерла мама, ситуация усложняется. Таких детей жалеют все вокруг. А на самом-то деле, это самое последнее, в чем они сейчас нуждаются. Жалость — негативная эмоция, которая унижает человека, ослабляет его уверенность в себе и разрушает его веру в жизнь. Смерть есть часть нашей жизни. Это должно быть принято как неизбежное. Без смерти не было бы и жизни. Конечно же, нам больно видеть детей, страдающих после смерти родителя. Но наши страдания и горе не смогут предотвратить смерть. Пока

существует смерть, существует и жизнь. Мы должны помочь детям осознать их обязательство идти вперед, с мужеством принимать страдания даже в самых тяжелых ситуациях. Жалость в такие моменты истощает мужество, в котором ребенок так нуждается.

Мы не можем защитить наших детей от жизни. Сила и смелость, помогающие нам встречать жизненные удары во взрослом возрасте, закладываются в детстве. Именно тогда мы учимся «принимать удар» и идти дальше. Если мы хотим научить наших детей не бояться жизни, мужественно преодолевать трудности на жизненном пути и получать от этого удовольствие, а также укрепить их уверенность в принятии правильных решений, мы должны воздерживаться от снисходительной жалости. Нам нужно научиться распознавать в себе первые проявления жалости, куда нас традиционно тянет, и не поддаваться им. Мы вправе выразить свое сочувствие и понимание, которые смогут поддержать ребенка в его горе и смелых поисках путей вперед. Это вовсе не означает, что мы бросаем ребенка в трудном положении. Наоборот, мы вполне владеем собой, чтобы относиться к нему как к взрослому, который должен решить свою проблему.

Каждый может натолкнуться на человека, который обижает его своей жалостью. Многие стараются избегать тех людей, которые проявляют к ним жалость как форму сочувствия, потому что они слишком горды, чтобы позволять себя жалеть. Поэтому нужно быть очень осторожными в выражении сантиментов, избегая любого сомнительного намека на способность человека преодолеть возникшую трудность. Так и с нашими детьми. Уважение к ребенку требует и поддержки его чувства достоинства, что не стимулируется жалостью к себе. В критической ситуации дети всегда смотрят на взрослых как на образец поведения. Они принимают нашу точку зрения и ведут себя соответственно.

Совсем не сложно провести различие между сочувствием и жалостью. Сочувствие подразумевает: «Я понимаю, как тебе сейчас тяжело. Мне близки твои переживания. Я очень сожалею по этому поводу и готов помочь тебе преодолеть

затруднительное положение». Жалость намекает на едва уловимое снисходительное превосходство к тому, кого жалеют. «Ты бедное создание. Мне так тебя жаль. Я буду делать все, что смогу, для того чтобы уменьшить твои страдания». Мы склонны к сомнительной жалости по отношению к тем, кого считаем слабее и беспомощнее. Как результат, мы мешаем им проявить находчивость и повергаем их в печальную пассивность, полную жалоб и требований.

Просьбы должны быть правомерными

Томи с родителями был в гостях. Когда все вышли на веранду, мальчик пошел со двора. «Томи, вернись», — попросила мама. Потом она повернулась к друзьям и продолжала беседу. Мальчик завернул за угол дома и медленно направился к качелям. Он развернул леденец на палочке. Появилась мама. «Томи, иди сюда», — потребовала она, указывая пальцем, куда он должен идти. Томи повернулся к ней спиной, сощурился и презрительно усмехнулся. Он сел на качели и засунул леденец в рот. «Томи, я сказала тебе: иди немедленно сюда», — гневно позвала мама. Мальчик медленно раскачивался на качелях. «Ну, хорошо. Я скажу твоему отцу», — сказала мама, удаляясь. Томи съел конфету, выбросил палочку в палисадник и стал раскачиваться сильнее. Больше ничего не произошло. Наконец, мальчик медленно пошел назад на веранду.

Томи продемонстрировал полное неуважение к маминым просьбам. Она получила то, что заслужила. Просьба была неправомерна. Томи отреагировал открытым пренебрежением к ее «порядку». Данная ситуация демонстрирует борьбу за власть между мамой и сыном. Победил сын. Ведь реальной причины, почему мальчик не может покачаться на качелях, нет. Мама попыталась показать свою власть,

но мальчик твердо отстоял свое право. Потерпев неудачу, мама продолжает использовать слова как оружие против сына. Наконец, она пригрозила пожаловаться отцу. Томи, очевидно, знал, что отец ничего не предпримет, как впоследствии и оказалось. Угроза «сказать отцу» всегда неблагоприятна. Отец никогда не должен быть в роли «авторитета», так как доминантно-подчиненные отношения больше не работают.

Благоразумные просьбы демонстрируют уважение к ребенку и существующему порядку. Родитель, раздраженный тем, что ребенок не делает, «как я сказал», неправомерно выражает свою просьбу и пытается «контролировать» ребенка. Обычно это провоцирует борьбу за власть. Родитель совершает ошибку, пытаясь установить командно-подчиненные отношения. Взрослая авторитарность больше детьми не воспринимается, поэтому они проявляют непослушание как возможность избежать доминирования. Принуждая и контролируя ребенка, мы тем самым лишь вызываем его сопротивление. Мы можем избежать таких конфликтов, делая разумные и необходимые просьбы в доброжелательной манере.

Линда, десяти лет, играла в соседнем дворе. Мама позвала ее с балкона, чтобы послать в магазин. Девочка была увлечена игрой и вела себя так, как будто не слышала, что ее зовут. Несколько минутами позже мама опять позвала Линду. Девочка опять никак не прореагировала. Наконец, кто-то из детей сказал: «Линда, тебя мама зовет». — «Я знаю, но ведь она еще не орет!» — ответила она. Вместо того, чтобы заорать, мама вышла на улицу с ремнем. Она набросилась на удивленную дочь. «Ты что, не слышала, как я тебя звала? Иди домой!» Мама подкрепила свои слова ударом ремня по ногам девочки. Линда подпрыгнула, заплакала и побежала домой. Мама шла следом. Через несколько минут Линда пошла в магазин.

Линда стала «глухой» к маминым словам. Данная болезнь знакома почти всем родителям.

Дети должны выполнять определенные обязанности по дому и содействовать семейному благополучию. Поход

в магазин может быть одной из таких домашних работ. Однако это необходимо заранее согласовать с ребенком, и ответственность за выполнение переложить на него.

Мама вместе с Линдой должны разработать программу семейных обязанностей, где учитывается и право девочки на игру со своими друзьями. За обедом мама могла бы сказать: «Нам нужно кое-что купить в магазине. Ты знаешь, он закрывается в пять. Когда тебе удобно сходить за покупками?» После того как Линда сделает свой выбор, мама могла бы спросить: «Должна ли я тебе напомнить об этом?» Сейчас девочка знает, что от нее ожидают, и имеет возможность выбрать удобное для себя время. Поскольку просьба теперь вполне понятна, то и реакция дочери будет другой — чувство гордости от ответственного поручения.

Мама шила в гостиной. Поли, восьми лет, смотрела телевизор здесь же. «Поли, будь добра, принеси мне ножницы», — попросила мама. Девочка поднялась и принесла. Несколько минутами позже мама опять попросила: «Пожалуйста, принеси мне белые нитки». Поли принесла нитки. Вскоре мама опять обратилась к дочери: «Дорогая, выключи газ под картошкой». Девочка охотно сделала, как просили.

Мама обращается с Поли, как со слугой. Девочка безропотно подчиняется, потому что она хочет угодить маме. Поли уже имеет проблему восприятия себя в этом мире.

Родители сидели на улице и разговаривали со своими друзьями. Хелен, девяти лет, играла во дворе с соседскими девочками. Дэвид, восемнадцати месяцев, капризничал, было время укладывать его спать. Мама держала малыша на коленях, но он вел себя очень беспокойно. «Хелен, иди сюда. Возьми Дэвида и покатай его в колясочке». — «Да, мама», — девочка не пошевелилась. «Хелен!» Дочь вздохнула, оставила своих друзей и сделала то, о чем ее просили.

Просьба мамы неправомерна. Мы никогда не должны просить ребенка делать то, что нам самим делать не хочется. Мама общается со своими друзьями, поэтому она

попросила Хелен бросить своих друзей и позаботиться о капризном малыше. Это грубое неуважение к правам дочери. Мама должна была извиниться, встать и уложить Дэвида в постель.

Когда мы собираемся о чем-либо просить ребенка, мы должны быть объективными к возникшей ситуации и способностям ребенка. Многие дети с радостью принимают на себя ответственность позаботиться о малышах. Однако это должно быть оговорено заблаговременно. Естественно, если мама в экстренной ситуации, то ей вполне может понадобиться помощь старшего ребенка.

Мы всегда должны удерживать себя от искушения попросить (заставить) ребенка сделать что-либо «прямо сейчас». Это авторитарный подход и обычно неправомерная просьба. Реакция ребенка: «Она всегда меня заставляет что-то делать». Такое обращение показывает убогость взаимоотношений, отсутствие гармонии и сотрудничества. Когда мы формулируем наши просьбы благоразумно и с уважением к ребенку, он всегда готов прийти на помощь. Нам не придется требовать его послушания. Таким образом, мы укрепляем дружбу и прекрасные взаимоотношения.

Будьте последовательны

Продавец обуви принес Вини несколько пар туфель на примерку. «Решай сама, какие ты хочешь», — сказала мама. Одна пара туфель темного цвета казалась вполне приличной. Но девочка попросила: «Я хочу красные, мама». Продавец принес красные туфли. Ребенок был в восторге. «Но, Вини, темные туфли намного практичнее. Они подойдут ко всему. Ты уверена, что хочешь именно красные?» — «Да, мама», — сказала девочка, красуясь в туфлях перед зеркалом. «Давай, примерь еще разок темные туфли». Вини выполнила просьбу мамы. «Мы все же возьмем эти», — сказала мама продавцу. «Нет, мама! Я хочу красные». — «Ну, Вини, красные туфли совсем непрактичны. Ты с ними намучаешься. Будь хорошей девочкой и бери свои новые туфли». Надувшись, Вини подчинилась маме.

Вначале мама разрешила Вини выбрать себе туфли, а затем сделала свой выбор и заставила дочь подчиниться. Мама непоследовательна и не держит слово.

Если мы хотим научить детей быть практичными, мы обязаны дать им возможность выбирать и даже делать ошибки при этом. Лишь собственный опыт научит детей, а не наши нотации. Мама Вини предстает перед девочкой в роли злого волшебника, который не позволяет ей получить

то, что она хочет. Девочка расстроена, она еще не понимает, что такое практичный выбор. Если бы мама сдержала свое обещание и купила дочери красные туфли, то Вини смогла бы вскоре осознать, что красные туфли не подходят ко всей ее одежде. Так как девочка сама сделала свой выбор, она должна прочувствовать и все его последствия. Поэтому новых туфель желательно не покупать, пока не будут сношены красные. На следующий раз Вини будет более осмотрительна в своем выборе. Лучше бы мама поступила как воспитатель, а не как злой волшебник.

Был солнечный летний денек. Джуди, трех лет, играла в песочнице. Уже хорошо припекало солнышко, и мама сказала дочери: «Надень свою панамку, Джуди». Девочка спокойно продолжала насыпать песок в ведро. «Джуди! Я сказала надеть панамку!» Малышка выпрыгнула из песочницы и побежала к качелям. «Джуди, вернись! Я хочу, чтобы ты надела панаму». Девочка отвернулась от мамы и уселась на качели. Мама пожала плечами и занялась цветочной клумбой.

Джуди уже знает, что такое непослушание. Мама слишком много говорит, но не действует. Она только просит. Дочь поняла, что может игнорировать то, что говорит мама.

Просьба мамы вызвана заботой о Джуди, ведь находиться под прямыми солнечными лучами слишком долго опасно. Мама хочет порядка, однако ее образ действий показал неуважение и к дочери, и к себе, и к лучам солнца. Джуди ничего не знает о солнечных ударах и ожогах. Она воспринимает просьбу мамы как доминирование, особенно когда она звучит в форме приказа, что вызывает сопротивление девочки. Мамина просьба стала приглашением к состязанию за власть. Если мама действительно хочет защитить Джуди от солнечных лучей, то она должна быть последовательной и просто надеть панамку на голову дочери. В случае сопротивления Джуди спокойно уводят домой. Мама прежде должна подумать, а уж потом требовать послушания. И если его нет, то строго следовать своему решению.

«Мама», — шестилетняя Пола жалобно обратилась к маме, когда они проходили мимо каруселей. «Что такое?» — «Дай мне немного денег». — «Для чего?» — «Я хочу покататься на лошадке». — «Нет, Пола. Не сегодня». — «Ну, пожалуйста, мама», — захныкал ребенок. «Я сказала, нет. Пошли. У меня еще много дел». Пола стала жалобно плакать. «О, боже! Ну, хорошо. Я позволю тебе покататься, но лишь один раз. Помни, это все». Мама помогла Поле сесть на механическую лошадку. Девочка весело резвилась на качелях.

Сначала мама сказала «нет», а затем она сдалась. У нее не хватило мужества быть твердой и настоять на своем, так как она пожалела бедного ребенка, который заплакал, получив отказ.

Мама учит Полу не уважать ее слова. Более того, Пола учится использовать «силу слез» для получения желаемого. Данная проблема имеет очень простое решение. У Полы должны быть карманные деньги. Когда она просит у мамы денег, то ответ такой: «У тебя есть свои деньги, Пола». Если девочка уже все растратила, конец разговорам. Маме не надо отвечать, рассуждать, реагировать на жалость и сдаваться. Также важно не давать Джуди денег сейчас в счет будущих карманных расходов. Если же у Джуди есть деньги на карусель, прекрасно. На нет и суда нет. Мама должна быть последовательной в своем отказе и не поддаваться на провокацию ребенка.

Мама устала от каждодневной утренней борьбы со своими двумя сыновьями Алексом и Гари. Это был огромный труд — поднимать их в школу. Мама посетила детский консультационный центр, где ей посоветовали, как поступить в таком случае. Она решила применить это на практике. Мама купила будильник и сказала сыновьям, что теперь она их по утрам больше будить не будет. На следующее утро она услышала, как прозвенел будильник. Мама ждала. Будильник перестал звенеть. Ничего не происходило. Прошло полчаса, и мама поняла, что мальчики опять уснули. Она разбудила их. «Я ведь сказала вам, что вы должны вставать теперь сами. Будильник звенел полчаса назад. Немедленно вставайте!»

Мама начала блестяще, но потерпела полное поражение, так как была непоследовательна в своих действиях. На самом-то деле получается, что она не имела ввиду, чтобы сыновья вставали сами! Мама не сдержала своего слова. Она все еще хочет «заставить» их. Это все еще дело мамы, будить их по утрам.

Когда мама на самом деле захочет, чтобы мальчики вставали сами по утрам, она должна переложить всю ответственность на них, а сама полностью ретироваться. Если сыновья выключают будильник и продолжают спать, это их дело. Когда мальчики наконец-то проснутся, они должны идти в школу, неважно, который уже час, и прочувствовать последствия. День за днем мама остается твердой в своем решении. Когда мальчики поймут, что больше не смогут вовлечь маму в утреннюю борьбу, они смогут принять на себя ответственность вставать вовремя.

Майкл, одиннадцати лет, и Роберт, девяти, умоляли маму купить им собаку. Это длилось несколько месяцев. Наконец, родители решили исполнить их просьбу, но лишь при условии, что мальчики будут кормить и выгуливать пса. Сыновья согласились с большим энтузиазмом. Собаку купили, дети были совершенно счастливы. Сначала мальчики добросовестно заботились о животном, но со временем они охладели к нему. Все чаще и чаще кормление и уход за собакой ложились на маму. Она напоминала, возмущалась и ругала мальчиков, но ничего не менялось. Наконец, она пригрозила, что отдаст собаку, если они не будут выполнять то, что обещали. Угрозы хватило лишь на два дня. Неделью спустя мама полностью смирилась с ситуацией, более того, она даже не могла отказать Майклу и Роберту резвиться со своей собакой.

Бедная мама. Вся ответственность за содержание собаки легла на ее плечи, дети же получали одно удовольствие от игры со своим любимцем. При первом же случае отказа ухаживать за собакой мама могла бы сказать: «Как вы думаете, что произойдет, если вы не будете кормить свою собаку?» Последует дискуссия, где мама в дружеской форме покажет, что не намерена принимать на себя всю ответственность за

животное. Пренебрежение к собаке было бы жестокостью. «Сколько дней вы собираетесь пренебрегать своими обязанностями?» Мальчики, подумав, отвечают. «Тогда вы не будете возражать, что после этого мы отдадим собаку?»

После того, как прошло установленное количество дней, мама должна быть последовательной и поместить собаку в другое место: не в качестве наказания, а как логический результат пренебрежения животным.

Последовательность наших действий есть часть порядка. Последовательность помогает установить ограничения, дающие ребенку ощущение безопасности. Не следует рассчитывать на эффективность методов воспитания, если мы будем применять их эпизодически. Это лишь собьет ребенка с толку. Напротив, ребенок будет чувствовать себя защищенным, а свое положение — определенным, если мы последовательны в нашей воспитательной программе. Он учится уважать порядок, установленный в его семье.

30

глава

Плывите в одной лодке

Отец обнаружил, что одна из его трех дочерей расписала карандашами новый кирпичный камин. Он позвал девочек и спросил каждую по очереди, кто это сделал. Никто не сознался. «Одна из вас явно лжет. Я должен знать, кто это сделал. Я не потерплю лжи. Сейчас же признавайтесь, кто это сделал?» Тишина. «Хорошо, значит, я накажу всех троих». Он отшлепал каждую. Затем отец вновь потребовал: «Ну, кто рисовал карандашами на камине?» Наконец, старшая призналась. «Хорошо. Сейчас же все смой». Он дал ей ведро с водой, щетку и моющее средство. Отец стоял над девочкой, пока она не вымыла каждый кирпичик.

Широко распространено мнение, что с каждым ребенком мы должны разбираться индивидуально: награждать или порицать. Нелегко видеть, как дети в семье восстают против родителей одной слаженной командой, добиваясь своего. Все знают, что детская группа имеет свои законы, где особенно не приветствуется ябедничество. В нашем примере три девочки работают в унисон. Они все выдержали наказание, но не выдали того, кто расписал камин.

Когда мы персонально реагируем на ребенка, который нарушил установленные нормы, мы содействуем колебательному движению, в котором кто-то получает роди-

тельское одобрение и возносится за счет падающего вниз. Таким образом, мы усиливаем конкуренцию среди детей, противопоставляя их. Мы заставляем детей искать нашего одобрения, а не учиться сотрудничать. Поскольку иметь постоянное одобрение сложно, следовательно, такой подход можно считать ошибочной целью. Мы стимулируем детей к соревнованию, что укрепляет их ошибочные цели. «Хороший» ребенок есть хороший не потому, что он хочет быть хорошим, но лишь для того, чтобы быть впереди другого ребенка и получать больше родительских одобрений. Его интерес сосредоточен на нем самом, а не на нуждах всеобщего семейного благополучия. «Плохой» ребенок остается таким, потому что получает свою долю родительского внимания. К сожалению, он может остаться на всю жизнь на деструктивной линии поведения.

Мы в силах преодолеть существующую напряженную конкуренцию и разрушительный эффект от этого, если мы воспитываем всех наших детей как одну группу, образно говоря, сажая их в одну семейную лодку. Возможно, это достаточно революционный шаг для мамы. Однако воспитание детей, как одного целого, разрушает дух конкуренции, снимает моральное осуждение и персональные предпочтения.

В предыдущем примере отец мог бы позвать всех троих девочек и попросить их помыть камин, не пытаясь найти виновную. В таком случае «хороший» ребенок не смог бы показать свою «правильность», а «плохой» — начать состязание за власть или искать возмездия. Но вы можете возразить, что не совсем справедливо заставлять чистить тех, кто не расписывал камин. Дети могут возражать, но у них есть свои понятия о чести. Если мы сможем преодолеть убеждение, что такой воспитательный подход несправедлив, дети тоже воспримут это нормально. Часто дети работают против нас как слаженная команда, где у каждого своя роль: послушный ребенок, агрессивный, бесполезный и т. д. Они состязаются за наше внимание. Если мы устраним конкуренцию за родительское признание, дети могут получить шанс развить уважение друг к другу.

Обсуждая аспекты справедливого воспитания, уместно напомнить, что будет совсем не справедливо поддерживать

фальшивые цели ребенка и усиливать его ошибочную семейную роль, которая разрушает гармонию и сотрудничество. Все зависит от того, что мы хотим для наших детей. Если мы их посадили в одну лодку и дали им полную ответственность как группе за то, что делает каждый, мы убираем паруса, и ветер конкуренции больше не страшен. У детей нет желания произвести впечатление друг на друга, поэтому плохое поведение теряет свою силу.

Рассмотренный подход хорошо работает и с детской ревностью. Родителей это крайне впечатляет, и они пытаются все сделать для того, чтобы искоренить такое негативное чувство среди своих детей. Зависть и ревность становятся бесполезными, если мы не обращаем на это внимание. Но как тяжело оставаться равнодушными, не так ли? А ведь боль ревности и зависти усиливается, если их постоянно поддерживать!

Воспитательный метод «плыть всем в одной лодке» работает даже лучше, чем вы ожидаете. Одна мама посетила лекцию, где узнала о таком подходе. Она решила испытать это на своих детях. Вот ее рассказ.

У матери трое детей: девяти, семи и трех лет. Младший был любимчиком родителей, и старшие дети часто жаловались, что малыш имеет массу привилегий. В этот же день, после услышанной лекции, мама позвала детей ужинать. Малыш, как обычно, стал играть со своей едой, мусоря вокруг. Мама попросила всех троих выйти из-за стола. Старшие дети были удивлены, но все же подчинились. С этого момента малыш больше никогда не играл за столом. Мама была поражена мгновенными результатами данной методики, но никак не могла понять, почему это так хорошо работает.

Своим плохим поведением за столом малыш привлекал особое внимание мамы. К нему постоянно обращались и делали замечания. Теперь мама не только не обратила на него внимания, но, более того, поделила его среди остальных детей. Нет смысла вести себя плохо, если внимание мамы, ранее предназначавшееся только ему одному, отдается и другим!

Эффект разделенной ответственности очевиден и в следующем примере.

Чарльз, восьми лет, был средним ребенком в семье, между умным и способным старшим братом и «хорошей» младшей сестрой. Чарльз был настоящим террористом. Он обманывал, воровал и дважды устраивал в доме пожар. Его любимым развлечением стало раскрашивание стен фломастерами. Мама ничего не могла с ним поделать. Когда она пришла на консультацию, ей посоветовали обращаться со всеми детьми как с единым целым и возложить на всех общую ответственность за поведение Чарльза. Это был крутой поворот в поведении мамы, обычно она порицала Чарльза и награждала других детей. Две недели спустя мама пришла с мальчиком на вторичную консультацию. Мама была поражена. Она рассказала, что Чарльз перестал вести себя плохо. Лишь однажды он вновь разрисовал стены, но мама сказала, что отчистить их — это дело всех троих. Чарльз в очистке стен участия не принимал, но никогда больше не использовал фломастеры для стен. Когда его спросили, почему, он ответил: «Это больше не весело. Теперь другие моют стены».

Чарльз понял, что больше нет никакого смысла в плохом поведении, так как это больше не провоцирует сражение с мамой. Она больше не ведет длительных переговоров с ним. Он определенно не хотел отдавать другим детям то особое внимание, которое получал сам!

Сложно выявить виновного в конфликтной ситуации. Чаще всего это не один ребенок, а результат совместных действий всех детей. «Хороший» ребенок может подстрекать «плохого»: толкать, ударять или провоцировать на нарушение порядка, чтобы привлечь внимание мамы. Дети могут согласовывать свои действия на усиление благополучия семьи, но они также могут содействовать семейным волнениям и антагонизмам. Обычно, когда «плохой» ребенок начинает получать от родителей особые привилегии, «хороший» начинает вести себя хуже. Дети очень быстро координируют свое поведение на объединенном фронте борьбы с нами. Если мама осознает это и будет воспитывать всех детей как единую группу, она сможет получить впечатляющие результаты. В конце концов, она сможет научить детей заботиться друг о друге.

31

глава

Учитесь слушать!

Все мы знаем шутку о ребенке, который спросил свою маму: «Мама, откуда я взялся?» Мама пространно рассказала малышу о птичках и пчелках, которые его принесли. «Я все это уже знаю, мама. Я хочу знать — откуда я взялся?» Мама была вынуждена рассказать о родах. И все же мальчика ответ не удовлетворил. «Мама, Рой приехал из Чикаго. Питер — из Майями, а откуда я?»

Мы многие ошибочно считаем, что хорошо понимаем своего ребенка и даже не считаем нужным выслушать его до конца. Мы сами так много говорим, что на выслушивание кого-то просто не хватает времени. Многие из нас любят читать книги и смотреть телевизионные передачи, где речь идет о счастливых детях и родителях. И не обязательно ехать за границу, чтобы увидеть такое чудо, это может быть и в нашем собственном доме. Все, что для этого необходимо, — научиться слушать!

Эл, шести лет, помогал отцу паковать вещи в багажник. Семья готовилась к загородной прогулке. Не хватило места для одной дорожной сумки. «Папа, подними мамино сиденье, и мы поставим сумку сзади». Папа проигнорировал предложение мальчика. Он вытащил все сумки из багажника и заново попытал-

ся вместить их. Ничего не получилось. Папа явно нервничал и ушел в дом. Эл поднял переднее сиденье. Когда отец вернулся, то был крайне удивлен, — сумка уже была в машине.

Отец не слышал, что советовал ему ребенок, а ведь это была вполне разумная мысль. Наши дети очень хорошо ориентируются во многих ситуациях. Они могут дать нам нужные советы. Они даже видят такие перспективы решений, которые мы могли бы использовать на пользу всей семьи.

Отец пятерых детей пришел за помощью к психологу. После того, как он объяснил все проблемы их большой семьи, последовал анализ ситуации и были даны конкретные рекомендации. Затем отца попросили выйти из комнаты и пригласили детей. Психолог спросил их о причинах конфликта, и дети дали точную характеристику. Когда их спросили, что должно быть сделано для снятия напряжения, дети дали точно такие же рекомендации, что и психолог!

Отец мог бы сохранить потраченные на консультацию деньги, если бы удосужился выслушать своих детей. Наши дети очень часто видят, что мы в тех или иных ситуациях несправедливы, но ведь мы уверены, что право делать замечания есть только у нас. Наша гордыня мешает нам прислушаться к ребенку. Как часто мы могли бы выиграть от детской проницательности, если бы были с нашими детьми на равных и действительно слушали их!

Кел, Мэри и Роза сражались за то, какую телепередачу они будут смотреть. Мальчик выбрал шоу ковбоев, а девочки предпочли комедию. Детский визг вывел маму из себя: «Кел, я уже устала от ваших воплей! Иди в свою комнату». — «Ну, почему ты всегда выбираешь меня?» — возмутился мальчик. «Кел, никаких разговоров. Выйди из комнаты».

Мама должна выслушать сына. Он ей задал очень хороший вопрос. Почему она всегда выбирает его? Потому что мама постоянно попадает в ловушку, которую устроили

ее дочери, чтобы создать проблемы Келу. Если мама услышит мальчика, она сможет осознать, что сама позволяет длиться этим сражениям.

Девятилетний Джони резвился в гостиной со своей собакой, хотя это было запрещено. Мальчик и собака толкнули стол, с него упала лампа и разбилась. Мама вбежала в комнату, отшлепала Джони и сказала: «Сегодня купаться на речку ты не пойдешь». — «А мне все равно», — отпарировал сын.

Джони далеко не все равно. Но задетое самолюбие не позволяет ему признаться в этом. Его ответ демонстрирует неповиновение и еще больше расстраивает маму.

Нам необходимо прислушиваться к словам, которые произносит ребенок, и понимать их смысл. «Мне все равно» означает «даже своим наказанием ты не сможешь подчинить меня». Когда ребенок орет: «Я ненавижу тебя», это на самом деле звучит как: «Мне не нравится, когда я не могу иметь свой собственный образ действий». Когда он мучит нас «почемучками», он тем самым говорит: «Обратите на меня внимание».

Георгий, десяти лет, и его друг Пит ехали в школьном автобусе. Водитель нечаянно подслушал разговор мальчиков. «Георгий, почему тебя не было вчера в школе?» — «Я просто не захотел идти в школу, поэтому придумал, что болен, и остался». — «А что ты придумал?» — поинтересовался Пит. «Сказал, что болит желудок». — «Зачем?» — «Мне лень было вылезать из теплой постели. Сегодня утром я хотел опять притвориться, но мама так натопила в доме, что я не мог там оставаться. Поэтому я быстро собрался в школу, чтобы не опоздать на автобус, но позавтракать не успел. И у меня сейчас на самом деле болит желудок».

Дети поразительно откровенны друг с другом. Однако они редко дают нам возможность подслушать их. Они более чем осторожны! Водитель автобуса случайно услышал этот разговор. Он открыл для себя, что дети могут симулировать болезнь, если хотят чего-то избежать. Он также понял, что

означает равноправное общение между детьми. Пит поддерживает Георгия и не читает ему моралей.

Каждая мама умеет различать плач младенца. По одному только звуку она может определить, когда малыш капризничает, а когда действительно страдает. Мы все имеем этот талант, но, наверное, мы теряем его по мере взросления ребенка. Мы слышим детский крик и летим посмотреть, что там случилось. Очень часто такой наш порыв и является целью детского крика. Если бы мы на секунду остановились и прислушались, мы могли бы избежать реакции, которая служит ошибочной цели ребенка. Мы во многом бы выиграли, если бы научились слушать детей!

Следите за своим тоном

Когда мы общаемся со своими детьми, они в основном реагируют на тон нашего голоса, а не на слова, которые мы произносим. Поэтому нам неплохо было бы прислушаться, как мы говорим. Когда вы в магазине, парке или на вечеринке, где родители и дети вместе, есть смысл прислушаться, что происходит вокруг. Послушайте, каким тоном разговаривают взрослые с детьми. Ведь часто они общаются с детьми совсем другим тоном, чем, например, с другими взрослыми людьми. Когда вы вернетесь домой, услышите свой собственный тон голоса. Что вы об этом думаете? Что слышит ваш ребенок? Мы обычно сами подстрекаем ребенка к непослушанию лишь тоном своего голоса.

Билли заявил, что собирается полить газон. «О, нет, молодой человек, — строго сказала мама, — ты останешься дома». Мальчик несколько минут смотрел на маму, а затем вышел. Вскоре мама услышала журчание воды — Билли поливал газон.

Диктаторский тон маминого голоса спровоцировал борьбу за власть, что сын и предпринял. Шестнадцатилетняя дочь, присутствующая при разговоре мамы с братом, на вопрос, что она слышала в мамином тоне, сказала: «Она

была напугана. Тон фальшивой бравады». Видите, как на самом деле мы звучим?

Отец помогал сыну Джою, десяти лет, делать домашнее задание. Казалось, мальчик плохо соображал, что он делает. «Ну, я уверен, ты сейчас все поймешь», — сказал отец с ноткой презрения в голосе. Джой еще ниже сгорбился над своей книгой и выглядел совершенно сбитым с толку.

В голосе отца мало надежды на то, что Джой что-нибудь поймет. Это еще больше обескураживает мальчика.

В магазине мама случайно встретила свою подругу, с которой очень долго не виделась, с момента рождения Синди. «Сколько ей?» — «Одиннадцать месяцев». — «Чтё зя тьякое масинькое сёздание?» — подруга засюсюкала над малышкой.

Сюсюканье и «детский лепет», которые мы используем, общаясь с маленькими детьми, являются индикаторами нашего отношения к ним, «неполноценным». Мы разговариваем с ними в особой манере и таким тоном, который никогда не употребляем при общении друг с другом.

Если мы научимся слышать себя, то вскоре заметим, как много неуважения и презрения мы показываем своим детям. Мы часто унижаем их, демонстрируем фальшивое веселье и интерес, говорим с ними слащаво-приторным голосом, чтобы стимулировать сотрудничество. Как только мы осознаём, что выражает тон нашего голоса, мы сможем измениться. Если мы будем разговаривать с нашими детьми, как со своими друзьями, на равных, мы откроем двери позитивного общения.

33

глава

Волноваться не стоит

Марго, пяти лет, и Кеси, семи, стояли на кухне, наблюдая за мамой, которая взвешивала на весах две шоколадки. Затем она повторила ту же процедуру с двумя другими шоколадками. «Мама, шоколадки Марго весят больше, чем мои. Это нечестно», — возмутилась Кеси. «Да столько же», — парировала сестра. «Нет, Марго, Кеси права. Я еще раз взвешу». Мама продолжала взвешивание, пока каждая девочка не получила равное количество шоколада.

Мама изо всех сил старается быть справедливой. Такие благие намерения, вопреки всем ее ожиданиям, вредны. Это лишь создает напряженную атмосферу в доме и усиливает конкуренцию среди дочерей. Каждая девочка решительно настроена получить свою полную долю и следит за тем, чтобы другая не имела больше. В то же время у девочек есть общая цель: держать маму в напряжении и заставлять ее быть справедливой. Как мама могла попасть в такую зависимость? Мама убеждена, что должна быть справедлива к обеим дочерям без каких-либо предпочтений. Возможно ли всегда быть совершенно справедливой? В силах ли она все организовать в жизни дочерей в равных количествах? Мама своей чрезмерной заботой не приучает девочек к со-

трудничеству, а формирует потребительское отношение к окружающему миру. Ни Марго, ни Кеси счастливы от этого не будут.

Мама должна отдохнуть, успокоиться и расслабиться. Если она решила дать девочкам сладкое, то не следует усложнять ситуацию взвешиванием — нужно просто выдать каждой по две шоколадки, и все. Если девочки затеют спор, у кого больше или меньше шоколада, мама может спокойно удалиться, при необходимости, даже уйти в ванную комнату. Пусть дети решают свою проблему сами.

Мама крайне расстроена, так как у ее сына Раймонда, трех лет, развился хронический запор. Уже с шестимесячного возраста, когда мама впервые начала приучать малыша быть «регулярным», он имел проблемы. И даже в младенческом возрасте он иногда нуждался в клизме. Сейчас мама ставит клизму сыну почти каждый день.

Маму слишком интересует работа кишечника Раймонда. Такая забота о здоровье сына на самом деле маскирует желание мамы, чтобы мальчик ходил в туалет тогда, когда она считает нужным. В действительности мама и сын ведут борьбу за власть. Он не ходит в туалет, значит, она должна делать это за него! Мама вправе переживать. Раймонд будет иметь проблемы с кишечником, пока она не перестанет брать ответственность за это на себя. Мальчику необходимо позволить ходить в туалет самому! Ведь это важно.

Мама должна успокоиться, расслабиться и позволить Раймонду опорожнять кишечник, когда он будет этого сам хотеть. Это должно стать его личным делом. Тогда ему больше не надо будет использовать свой кишечник как форму протеста. Природа возьмет свое, и очень скоро нормальная деятельность кишечника будет восстановлена.

Мама взяла с собой в супермаркет Дороти, пяти лет. Девочка останавливалась у каждой витрины и постоянно отставала. А когда мама делала покупку, дочь вообще скрылась из вида. Весь поход в магазин превратился в выматывающую беготню за Дороти. Наконец, мама потеряла всякое терпение. Когда она

в очередной раз отыскала дочь, то сказала: «Дороти, ты меня напугала до смерти. Сейчас стой рядом со мной. Я не хочу, чтобы ты потерялась в этом большом магазине». Девочка удивленно посмотрела на маму.

Дороти, где бы она ни была, играет с мамой в игру «найди меня». Как весело видеть маму растерянной и озабоченной! Девочка совсем не теряется, она прекрасно знает, где находится. Мама может перестать волноваться, что Дороти заблудится, и использовать данную ситуацию в качестве воспитательного момента. Ведь в прятки играют двое! Когда мама видит, что дочери опять нет рядом, она может тоже скрыться из вида. Ребенок вскоре поймет, что мама не ищет ее, и вернется на то место, где оставила маму. А мамы нет! Сейчас уже Дороти начинает беспокоиться и ищет маму. Мама наблюдает за дочерью. Когда девочка не на шутку расстроится, маме следует спокойно появиться. Дороти подбегает к ней в слезах. Мама улыбается и спокойно говорит: «Извини, мне кажется, мы обе потерялись». Данная стратегия применяется всякий раз, когда ребенок вновь скрывается из виду. Если мама перестанет волноваться и бегать повсюду за Дороти, девочка прекратит свою игру и везде будет следовать за мамой.

Мама разговаривала со своей подругой в гостиной. Каждые пять минут она выглядывала в окно проверить, играют ли во дворе ее дети, шести и четырех лет. Наконец, подруга спросила: «Что там такое интересное происходит?» — «Ничего. Я хочу быть уверенной, что с детьми все в порядке».

Мама может не отвлекаться. Если что-то будет не так, она очень быстро об этом узнает!

Дени, десяти лет, держал маму в постоянном напряжении. Он часто нарушал приказ приходить со школы вовремя. Однажды, в полшестого вечера, мальчика все еще не было дома. Мама была в ужасе. Поскольку Дени ездил в школу на велосипеде, она была абсолютно уверена, что его сбила машина. Мама уже звонила в местную больницу, когда приехал Дени. Его

ботинки и брюки были мокрыми и грязными. Он нес банку с грязной водой. «Дени! Где ты был? Уже полшестого вечера! Я совершенно расстроена. Где ты был?» — «Я ездил к пруду. Мама, смотри, я принес несколько головастика». — «Сколько раз я тебе говорила, после школы сразу же домой! Я должна знать, где ты находишься», — грозно потребовала мама. «Ты не имеешь права так со мной обращаться», — спокойно ответил сын, сохраняя полную невозмутимость в течение всей маминской тирады.

На следующий день мама посетила консультационный центр. Выслушав ее проблему, маме посоветовали определенную тактику действий. Теперь, когда бы Дени ни приезжал домой, мама оставалась веселой и жизнерадостной. А однажды ее даже не было дома!

Обычно в нашем беспокойстве и волнении нет ни малейшей необходимости. Хуже того, дети используют это против нас же, чтобы получить особое внимание или втянуть нас в борьбу за власть. Ведь наше беспокойство о возможности того или иного инцидента, к сожалению, не может предотвратить его. Мы можем иметь дело с проблемой только после того, как что-то случится. Наша лучшая защита — быть уверенными в наших детях и не беспокоиться по пустякам. Когда действительно что-то случится, мы будем рядом и сможем помочь нашему ребенку.

У мамы были проблемы с сыном. Когда Билли было шестнадцать месяцев, она поместила его в интернат, так как в это время она была занята тяжелым бракоразводным процессом с отцом Билли и срочным заказом на работе. Затем она опять вышла замуж и забрала сына домой, ему было уже два года. Через год мама опять поместила его временно в интернат, так как рожала второго ребенка. Сейчас, в пять лет, Билли выглядит совершенно несчастным ребенком. И как бы мама ни демонстрировала ему свою любовь, мальчик не верит ей. Когда она должна сказать «нет» или отказать ему в чем-нибудь, он жалобно плачет: «Ты не любишь меня». Мама в ужасе. Мальчик просит так много не нужных ему вещей. Мама ощущает себя в тупике.

У мамы большое чувство вины за то, что она отдавала сына в интернат. Хотя это было вполне разумно при тех обстоятельствах. Мама чувствует, что покинула сына. Сейчас ей очень сильно хочется наверстать упущенное. Она полагает, что Билли чувствует себя покинутым.

Мальчика устраивает мамина позиция, более того, он использует ее в своих целях. Он знает уязвимое место мамы и постоянно напоминает ей об этом. Сейчас Билли владеет прекрасным методом контроля. Как только мальчик выражает свои сомнения по поводу материнской любви, она изо всех сил пытается доказать обратное.

Мама знает, что очень любит Билли. Он тоже это знает! Мама должна перестать чувствовать себя виноватой. Она хорошая мать, всю себя посвящает детям и их потребностям. Она не должна реагировать на слова сына.

Когда она осознает, почему мальчик себя так ведет, она будет в силах изменить сложившееся положение вещей. Когда Билли начинает рыдать, мама спокойно реагирует на это: «Я понимаю, как ты себя сейчас чувствуешь».

Ребенок, демонстрирующий ревность, создает похожую проблему. Большинство из нас сразу же замечают первые сигналы ревности, проявляющиеся у старшего ребенка к новорожденному. Наши усилия по искоренению данного чувства приводят лишь к тому, что ребенок открывает для себя выгоду такого положения вещей. Сами того не понимая, мы учим ребенка быть ревнивым! Если мы будем акцентировать внимание на детской ревности, он будет находить это полезным для себя. Наша лучшая защита от неприятной эмоции — оставаться спокойными и избегать жалости. Мы должны быть уверенными, что ребенок сам может справиться с неприятной для него ситуацией и шагать дальше. Естественно, мама уже не может отдавать все свое время исключительно ему, если в семье появился новорожденный. Первенец быстро приспособится к своей новой роли, если мама воздержится от жалости и не будет ему подыгрывать в том, что он «покинутый». Возможно, один ребенок временно получает больше родительского внимания, чем другой, но это нормально и должно быть принято как реалии жизни. Дети используют ревность только тогда, когда это действует.

Удивительно, как мы порой самозабвенно заинтересованы во всем, что касается наших детей. Мы следим за ними, хотим знать все, о чем они думают, навязываем им наши собственные представления о морали, беспокоимся за их здоровье, боимся, чтобы ничего плохого с ними не случилось. Мы полагаем, что знаем их мысли и чувства, а самое главное, что им нужно для счастья. Мы требуем от них хороших отметок в школе, быть активными, хотим, чтобы они нам доверяли и «развивались». Мы крайне подозрительны и не можем жить, если не знаем, «что они сейчас делают». Мы ведем себя так, как будто дети были рождены «плохими», а мы обязаны сделать их «хорошими». Мы тратим огромное количество времени и энергии, пытаюсь прожить жизнь наших детей. Разумнее было бы успокоиться, поверить в способности наших детей и дать им шанс жить самим.

Наше чрезмерное беспокойство о детях часто базируется на том, что мы не знаем, как с ними поступать в той или иной ситуации. Хотя нет никакой необходимости «заниматься» каждой маленькой детской проблемой. Если мы не будем волноваться и реагировать, многие проблемы уйдут сами собой, по той простой причине, что созданы они детьми для вовлечения нас в свою игру. Наши усилия сделать жизнь детей безоблачной тщетны. Мы в этом мало преуспеем. Если мы знаем, как правильно реагировать на поведение ребенка, а возможно, и вовсе не реагировать, эффективность нашего воспитательного процесса возрастает, и мы способны успокоиться. Появляется возможность расслабиться и получить удовольствие от общения с нашими детьми!

Понизьте вредные привычки в чине

Мама развешивала белье, когда заметила своего сына Марка, четырех лет, и двух его друзей в кустах возле дома. Присмотревшись, она увидела, что у малышей были спущены штанишки, и они мочились. Мама поспешила к ним, двух других детей послала домой, а своего потащила в дом. Марк заплакал. «Я тебе покажу, как делать такие ужасные вещи», — кричала мама и била сына по попе. «Никогда больше не делай этого. Сейчас ты будешь сидеть дома, иди в свою комнату. Три дня на улицу не выйдешь». Затем она позвонила мамам двух других мальчиков и рассказала, что произошло.

Несколько дней спустя, когда Марку позволили снова гулять, маме позвонил негодующий сосед. Он видел, как Марк мочился на тротуар, а группа детей, включая и девочек, стояли рядом и смотрели. Мама выскочила из дома, схватила сына и потащила в дом. Теперь она отшлепала его сильнее, чем в прошлый раз. Этим же вечером она рассказала все мужу. Отец отругал Марка и пригрозил: «Если я еще раз услышу, что ты делаешь это снова, ты у меня получишь такую трепку, что запомнишь на всю жизнь». Однако такие случаи периодически повторялись все лето. Всякий раз Марка наказывали и не пускали гулять.

Вполне очевидно, что наказания не пугают Марка. Наоборот, это привносит дополнительный интерес к запрещаемому действию. Особенно когда ты можешь нарушать запрет и не быть замеченным.

Мы не должны решать данную проблему в лоб. Это лишь усложняет положение.

Самый мудрый подход для мамы — спокойно позвать Марка и без особых эмоций и проповедей сказать: «Поскольку ты не знаешь, как вести себя на улице, то будешь сидеть дома». Такой образ действий повторяется каждый раз, когда Марк вновь будет уличен за пагубным занятием. Мальчик прекрасно знает, что поступает нехорошо. Сейчас время действовать, а не читать морали.

Чем ярче мы реагируем на вредные привычки, тем результат хуже. Это касается всех видов сексуальных игр, ночного недержания мочи, сосания большого пальца, привычки грызть ногти. Мы можем взвешенно давать оценку той или иной привычке, особенно вредной. Ни одно из перечисленных действий не хуже других форм плохого поведения. Все это указывает на бессознательные цели ребенка. Именно взрослые придают данным привычкам такое страшное значение. Наш первый шаг к избавлению от путающего действия — понизить вредную привычку в чине, то есть не придавать ей слишком большого значения.

Однажды заметив, что именно такое поведение беспокоит родителей сильнее обычного, ребенок получает в свое распоряжение опасное оружие, без промаха поражающее родителей. Если мы перестаем реагировать на это, вредная привычка теряет свою силу.

Каждый психиатр знает, что большинство детских сексуальных игр, к счастью, не попадают на глаза родителей, и поэтому нет пагубных результатов. Если вдруг мы увидим, что ребенок мастурбирует или увлечен сексуальной игрой с другим ребенком, мы поступим мудро, если не заметим этого. Нет никакого вреда от мастурбации, пока мы сами не создадим конфликтную ситуацию. Как и сосание большого пальца, формы простого удовольствия показывают нам, что ребенок не находит удовлетворения от полезной стороны жизни. Накладывая запреты, мы лишь делаем это

удовольствие более желанным. Ребенок будет решительно сопротивляться нам. Теперь данная привычка фиксируется в сознательную цель — победить угнетателей-взрослых. Имеет смысл постараться совсем не обращать внимание на путающее нас поведение и пытаться решить проблему косвенно. Следует расширить интересы и активность ребенка, что поможет ему получать удовольствие и от полезной стороны жизни.

Мэри, трех лет, имела особую привычку сосать свой большой палец правой руки. Другую руку она держала перед лицом, как если бы она хотела скрыть, чем занимается.

Мэри отгораживается от своего окружения и получает удовольствие, касающееся только ее. Она больше ни в ком не нуждается.

За ужином мама следила, чтобы Джек, шести лет, не пил много жидкости. В полночь мальчика будили в туалет. И все равно часто постель Джека к утру была мокрой. Мама умоляла его постараться содержать свою постель сухой. Она совсем устала от постоянных стирок. Родители испробовали все виды наказания и убеждения, какие они только могли придумать. Никаких позитивных результатов.

Ребенок, который мочится в постель, как правило, относится к себе так, как ему говорит его окружение. Его убедили, что он не может контролировать себя сам. В действительности он просто не знает, как реагировать на такую ситуацию. Особое родительское внимание подтверждает его ошибочное убеждение, что он не может не мочиться в постель. Оскорбления, наказания и просьбы лишь усиливают его обескураженность. Ему лишь кажется, что он не способен контролировать себя сам. Джеку нужно дать шанс. Родители помогут сыну, когда оставят мальчика с его проблемой один на один. Это не их дело. Они могут сказать Джеку, но только искренне, что больше не будут проверять его постель. «Мы больше не будем тебя будить по ночам. Ты можешь делать все сам. Если тебе будет неудобно в мокрой

постели, то сам поменяй белье». Затем родители обязаны сдержать свое слово и совсем не интересоваться проблемой сына. Дискомфорт от мокрого белья — естественное следствие. Джеку понадобится определенное время, чтобы изменить мнение о себе и поверить в свои способности.

Ребенок, грызущий ногти, обычно выражает скрытое негодование, гнев или неповиновение. И в этом случае привычка является симптомом более глубокой проблемы. Ребенка бесполезно ругать, унижать или применять предупредительные меры. Мы не сможем заставить его прекратить. Мы лишь можем найти причину такого действия.

Ребенок, который лжет и ворует, обычно пытается утвердиться. Если мы легко открываем его обман или находим спрятанную вещь, мы можем быть уверены: цель ребенка заключается в привлечении нашего внимания. Если же ребенок отрицает содеянное, мы вправе полагать, что он пытается показать свою силу. У него может быть ошибочное представление о том, что можно и что нельзя, он не способен выбрать адекватные методы получения желаемого. Или ему приносит огромное удовольствие скрыться с чем-нибудь и не быть уличенным. Ложь и воровство есть симптомы глубоко скрытого сопротивления (мятежа). Естественно, украденная вещь должна быть возвращена, а материальный убыток — компенсирован. Нам не следует болезненно реагировать на пугающее нас действие, необходимо оставаться спокойными и доброжелательными. Конечно же, это нелегкая задача для родителей, имеющих обязательство «научить» ребенка не делать таких вещей. Но презрение, критика и наказание не смогут прекратить ложь и воровство, наоборот, это усиливает желание ребенка поступать неправильно, чтобы показать родителям свою силу и власть над ними. Ребенку не нужно никакого «инструктирования», он очень хорошо знает, что поступает плохо. Бессознательно он предпочитает поступать именно так, потому что это приносит результаты.

Пятилетняя Сюзан играла с соседской девочкой, у которой был свой велосипед. Сюзан умоляла родителей купить ей велосипед. Они объяснили дочери, что пока такими средствами

не располагают. Вскоре мама обнаружила спрятанный в сарае соседский велосипед. Она была необыкновенно умной женщиной. «Хорошо, — подумала мама, — подожду день-другой и посмотрю, что будет». Она заметила, что Сьюзан выглядит несколько озабоченной. Велосипед остался в сарае. Мама вела себя совершенно обычно. На второй день она спросила дочь: «Почему же ты не катаешься на велосипеде Люси?» Сьюзан уныло ответила: «Потому что она увидит, и я должна буду вернуть его». — «Значит, нет никакой пользы от того, что ты взяла его, не так ли?» Девочка заплакала. «Почему бы тебе не вернуть велосипед? По крайней мере, вы обе сможете опять на нем кататься». Конечно же, мама предварительно договорилась с мамой Люси. Сьюзан получила хороший урок.

Настоящая проблема в том, что Сьюзан считает, будто у нее есть право иметь все, что она хочет. Мама помогла ей понять: воровство не дает желаемых результатов.

Когда ребенок ругается или употребляет матерное слово, он рассчитывает на шокирующий эффект. Если мы реагируем так, как он и ожидает, более того, устраиваем скандал, тем самым мы стимулируем его к использованию таких слов. Мы можем не раздувать паруса вредной привычки, а сыграть в «я не понимаю»: «Что за слово ты только что употребил? Я не понимаю его значения». Вероятнее всего, ребенок откажется от того, что поставило его в невыгодную позицию.

Ребенок, демонстрирующий вредную привычку, нуждается в нашей помощи и понимании. Привычка является лишь симптомом. Мы ничего не достигнем, сражаясь со следствием. Какова причина? Мы можем выяснить это в обычном доброжелательном разговоре. Когда мама укладывает ребенка спать, и они оба в хорошем настроении, можно спросить: «Чем ты сегодня особенно доволен?» После того, как ребенок ответит, мама говорит, чем она довольна. Затем она может спросить: «А чем ты не доволен?» Именно сейчас она, возможно, узнает то, что обижает ее малыша. Полученную информацию мама берет за основу для своих последующих действий, и не нужно никаких слов. Мама не должна комментировать ответы ребенка,

а особенно важно ничего не объяснять. Но она может узнать мнение ребенка, как можно изменить ситуацию. Это прекрасная возможность услышать своего ребенка. Если он ничего не предлагает, мама говорит, чем она не довольна, — главное, не обидеть малыша, иначе это будет критикой. Мы должны быть очень осторожными в своем расследовании. В противном случае ребенок закроется и ничего больше не скажет, что бы мы ни предпринимали. Время от времени такую беседу рекомендуется повторять. Это прекрасное средство непрямого воздействия.

Мы не должны рассчитывать, что ребенок избавится от дурной привычки за одну ночь. Нелегко видеть, что при всех наших корректирующих усилиях ребенок продолжает вести себя в том же духе. Мы, как и ребенок, начинаем сомневаться в своих силах и способностях победить вредную привычку. На секунду остановитесь и задумайтесь. Реально ли, чтобы в старших классах наш ребенок сосал палец или мочился в постель? Конечно же, нет! Наш пессимизм ничем не оправдан. Мы знаем, что ребенок остановится. И после того, как возьмем себя в руки, мы сможем вселить в него нашу веру. Это длительный процесс, нуждающийся в постоянном позитивном поощрении. Но со временем ребенок порадует нас. Наша вера в него сможет дать ему дополнительные стимулы. Более того, если мы будем оставаться спокойными, когда не все идет так, как хотелось бы, мы обнаружим, что постепенно напряжение спадает, и вредная привычка становится менее важной как для ребенка, так и для нас.

35

глава

Развлекайтесь вместе

В былые времена, когда семьи были большие, дети развлекались сами или с другими детьми. Данная традиция переходила из поколения в поколение, потом появились такие виды развлечений, как радио и телевидение. Нам нравится читать истории про дружные семьи, где все делается сообща. В балете «Щелкунчик» одна из самых ярких сцен — народное гуляние, где взрослые и дети водят хороводы вокруг рождественской елки.

Трагедия многих сегодняшних семей в их разобщенности. Родители занимаются материальным обеспечением своих детей, но очень мало принимают участия в их детских делах. Изменения в обществе повлекли за собой и изменения в отношениях между родителями и детьми. Дети стали более агрессивны и непослушны, а мы не знаем, как с ними обходиться при новых демократических преобразованиях. Родители слишком заняты обеспечением своих детей, но забывают о своем прямом участии в их воспитании.

Существует еще один негативный фактор — потеря общих интересов у родителей и детей. Дети откровенно игнорируют мир взрослых, а родители не способны на равных войти в мир детей. Во многих семьях дети не хотят, чтобы родители с ними играли! Конечно же, в положении необъ-

явленной войны вместе веселиться трудно. И все же, если дети и родители играют вместе, враждебность рассеивается, и отношения получают шанс на гармонию.

Атмосферу взаимопонимания проще установить через игру. Это поможет нам изменить детское представление о взрослых как о больших враждебных людях, сражающихся против маленьких детей. Мы можем стать единой группой с общими интересами и целями.

С младенцем играть нетрудно, но когда ребенок становится старше, кажется, мы теряем все навыки игры. Однако ребенок отчаянно нуждается в такой форме общения. Час совместной игры может стать главной отправной точкой для семейной гармонии и счастья. На смену тяжелой конкуренции и соревнованию может прийти веселая игра. Она покажет ребенку, что можно просто веселиться и получать удовольствие от этого, а не пытаться победить соперника. Очевидно, для родителей это непростой урок, так как многие из них считают, что детей следует приучать побеждать и выигрывать во что бы то ни стало. В каждом доме должны быть игры, соответствующие возрасту детей. Разумно внести в общий распорядок дня час для совместной игры. По мере взросления ребенка это время можно продлить. Естественно, совместная игра начинается, когда все члены семьи в сборе.

Отец пятерых детей, троих мальчиков и двух девочек, был заядлым любителем бейсбола. Он играл в местной команде. Каждую весну, как только погода позволяла, он начинал тренироваться вместе с детьми. Даже трехлетний ребенок имел биты, подходящую ему по размеру. Отец бросал мячи младшим детям так, чтобы им было несложно их отбивать. Со старшими он играл по-взрослому. На поле царила доброжелательная атмосфера, где старшие дети вместе с отцом искренне радовались успехам младших. Все были задействованы. Отец не позволял никакой критики или нравоучений. Он постоянно подбадривал и поощрял детей. Вся семья получала огромное удовольствие от игры.

Марк, восьми лет, был фанатом бейсбола. Он не пропускал ни одной игры местной команды. Родители настаивали, чтобы

сын всегда сообщал им, куда он идет и когда вернется. Однажды вечером Марк не предупредил родителей, где он будет, и они были очень взволнованы отсутствием сына в столь позднее время. Было совсем темно, и отец уже собирался звонить в полицию, когда вошел улыбающийся Марк. Отец был вне себя и набросился на мальчика. «Папа, постой, — попросил Марк. — Разрешите мне сказать, что произошло». Он объяснил, что ходил с группой старших ребят на бейсбольную игру, которая была за десять миль от дома. «Папа, ты никогда не ходишь со мной на бейсбол. А ведь я просил тебя сотни раз. Но ты всегда занят». Отец был крайне удивлен. Мальчик просто хотел, чтобы отец поделился с ним его увлечением. Теперь отец получил план действий. Сейчас вся семья интересуется бейсболом и не пропускает ни одной игры.

Все дети любят «играть на сцене». Родителям не обязательно быть лишь зрителями, они тоже могут на время стать актерами! Дети с радостью играют взрослые роли, а родителям отдают детские. Любую всем известную сказку или историю легко превратить в импровизированную игру. Зрители не нужны. Лишь включите свое воображение.

Существует масса проектов, которые без особого труда можно превратить в увлекательное семейное занятие. Перед Рождеством в одной семье принято проводить вечер вместе, изготавливая бумажные украшения для елки. На День матери они делают бумажные корзиночки для праздничного стола. Любое занятие, даже поделки из бумаги, можно превратить в творческий процесс для всей семьи.

Другая семья «понарошку» проводила кругосветные путешествия. Все были заняты изготовлением брошюр и билетов. Они вместе работали над альбомом, где была собрана информация о разных странах мира. Каждое лето планировалась увлекательная «поездка».

Такие проекты должны учитывать интересы всей семьи. Энтузиазм родителей заразителен, и дети поражают нас изобретательностью. Они сами показывают нам, что их интересует. Одна семья открыла Музей Старого Запада после того, как дети посетили экскурсию. Теперь вся семья интересуется сбором любой информации по данной теме. На все экспона-

ты дети наклеивают ярлыки и размещают на специально отведенных полках «музея». Никто не пропускал ни малейшей детали, кусочка или частички чего-либо, что напоминало бы о старых временах. Цветной осколок стекла стал реликвией в память о разрушенной церкви. Найденное в лесу перо говорило о головном уборе индейцев. Дети сделали куклу из початка кукурузы. И так далее.

Пение в кругу семьи дает ощущение единства. Семья из восьми человек превратила мытье посуды в увлекательное занятие, так как это был «час пения» для всех. Дети вместе разучивали дома песни, приносили новые из школы. По мере взросления они стали звучать как профессиональный хор и могли исполнять очень сложные песни.

Если родители умеют слушать своих детей и наблюдают за ними, то им будет легко понять, что их интересует. Подключив всю свою фантазию, мы сможем воплотить любой семейный проект.

Нас сближает то, что нам всем интересно. Веселые игры и семейные проекты, увлекающие всех, развивают чувство группового единства. Это формирует равноправные отношения, которые способствуют гармонии и счастью в каждой семье.

36

глава

Бросьте вызов телевидению

Телевидение создает проблемы почти в каждой семье. Вечные ссоры из-за предпочитаемых телепрограмм. Родители переживают о детях, получающих массу негативно-го воздействия с экрана телевизора. Они также озабочены тем, как много времени тратится на пассивное развлечение у «ящика». Домашние задания игнорируются, когда идет «классная» передача. Заведенный распорядок в доме нарушен, время идти спать устанавливает та или иная передача, чаще всего идущая очень поздно. Телевидение корректирует и часы приема пищи. Во многих семьях появились новые привычки семейного обеда или ужина: все едят перед телевизором, сосредоточенно уставившись в экран. Родителей волнует, что традиционный обед перестал быть для всех приятным временем, укрепляющим семью. Много матерей чувствуют, что не могут выдержать конкуренцию с телевизионным экраном! Начинается регулирование телевизионного просмотра, что провоцирует столкновения и разногласия. Многие семьи даже отказываются иметь телевизор в своем доме, но дети начинают ходить к соседям или постоянно жалуются, что им отказано, а «у других детей есть».

Телевидение существует, с этим необходимо смириться. Мы должны решать проблемы, возникающие по этому по-

воду. Если дети ссорятся, какую программу они будут смотреть, родители могут выйти из комнаты или выключить телевизор, пока дети не придут к согласию. Когда и родители втянуты в эти разборки, то ситуация усложняется. Но это тоже вполне решаемо. У родителей есть выбор: оставить право на вечерний просмотр их любимых программ за собой или предоставить детям возможность выбрать то, что те хотят смотреть. Это семейная проблема, и она должна решаться всей семьей. Встает вопрос: «Что мы будем с этим делать?», а не «Что я должен сделать, чтобы отрегулировать телепросмотр?» Все члены семьи должны вместе прийти к соглашению. Обычно данная проблема выносится на семейный совет. Если возникают серьезные разногласия, родители могут убрать провода, и никто, включая и родителей, не сможет смотреть телевизор, пока не будет найдено совместное решение (похоже на забастовку, когда никто не работает, пока не будут получены определенные договоренности сторон).

Поскольку страдает выполнение домашнего школьного задания, мы можем обсудить это с ребенком и прийти к взаимопониманию. Ребенок выбирает сам удобное время для учебы и просмотра телевизионных передач. После этого мама твердо соблюдает данный распорядок дня. Действиями, а не словами. Если ребенок постарше, то вопрос может стоять так: «Что должно быть сделано сейчас?» У подростка есть возможность самому принять решение.

Когда дети игнорируют время идти спать, родители должны быть непреклонными и соблюдать заведенный распорядок. Маленького ребенка мы сами уводим от телевизора в спальню безо всяких слов. Никакой силовой борьбы, так как у мамы нет личного мотива «заставить его слушаться». Если ребенок постарше, мы должны прийти к совместному соглашению и в дальнейшем следовать ему. Конечно же, могут возникать сложности, если мы с самого начала не установили с детьми доверительных отношений и не приучили их к сотрудничеству. В действительности телевидение само по себе не проблема, оно лишь демонстрирует существующую разобщенность между родителями и детьми.

Качество и количество телевизионных программ есть предмет национальной дискуссии. Однако вряд ли мы

сможем изменить что-либо, пассивно ожидая, что кто-то это решит за нас. Проблема в нашем доме, она здесь, и мы должны действовать сами.

Джуна, одиннадцати лет, Мона, восьми, и Роберт, семи, очень любили смотреть страшные мистические передачи. Родители понимали, что это «программы не для детей». Чем сильнее протестовали родители, тем сильнее дети настаивали на просмотре. «Что здесь плохого? На самом деле это классное шоу. Все дети смотрят это!» Каждую неделю родители воевали с детьми из-за этой программы.

Когда мы настаиваем, чтобы ребенок не смотрел ту или иную передачу, мы ввязываемся в силовое состязание. И вряд ли победим. Нет более сильного аргумента, чем «все дети смотрят это». И если мы все же отказываем им в просмотре, дети ищут пути отомстить. Как же быть? Начнем с того, что мы не в силах защитить наших детей от телевидения и получаемых впечатлений. Однако мы вполне можем научить их сопротивляться плохому вкусу и убогим суждениям. Проповедями этого не добиться! В сегодняшней культуре слова все чаще используются как оружие, а не как средство коммуникации. Ребенок становится глухим, как только родители начинают морализировать. Хотя дискуссии, где родители задают вопросы и потом внимательно выслушивают детей, могут быть крайне полезными. Родители смотрят вместе с детьми телепередачу, а затем делятся впечатлениями друг с другом. «Что ты думаешь об этом? Что было сделано мужчиной (женщиной)? Как думают другие? Почему? Что еще могло быть сделано?» В данной непринужденной беседе родители помогают ребенку самому подумать об увиденном, выработать свой критический взгляд на телепрограммы. Если родители готовы слушать, ребенок учится предлагать свои собственные идеи, а это есть наиболее захватывающее открытие! Родители не должны испортить «игру», пытаясь «скорректировать» детские впечатления. Мы должны принять все, что бы ни говорил ребенок. Таким образом, мы сможем наблюдать процесс развития детского критического суждения! Если родители хотят поде-

литься своими собственными мыслями, это можно сделать в форме провокационного вопроса: «Интересно, как это было бы, если...» или «Что бы случилось, если бы...?» После детективного фильма мы можем спросить: «Каких „крутых парней“ ты знаешь? Они всегда „крутые“? Действительно ли так весело бить и издеваться над кем-либо? А как себя чувствует при этом жертва?» В такой дискуссии, где мы избегаем навязывать наши взгляды и приставать к ребенку с нашей моралью, мы приучаем его думать самому. Это есть лучший способ установления контакта с ребенком. Дети никогда не научатся думать сами, если мы делаем это за них.

При хороших взаимоотношениях в семье ребенок будет отвечать искренне, не боясь возможных репрессий. И мы можем быть совершенно поражены пронизательностью детских суждений.

Хотим отметить, что большинство детей использует телевидение в своих целях. Когда телевизор перестает быть средством силового соревнования, интерес к нему утихает. Как только мы сможем предоставить ребенку другие активные формы отдыха и развлечений, его страстный интерес к телевидению исчезнет сам собой. Запрет на любимую программу есть форма навязывания нашей воли. Необходимо предложить ребенку что-то более интересное, стимулирующее и развивающее, чтобы он сам оставил теперь менее желанную вещь.

Когда мы знаем, что делать, и уверены в своих силах, телевидение больше беспокоить нас не будет.

Используйте религию с умом

Не имеет значения, к какой религиозной вере мы себя относим, в любом случае это занимает значительное место в наших сердцах. Для многих людей религия служит средством воодушевления к хорошей жизни. Наши идеалы, моральные ценности и стремления поддерживаются нашей религией. Главное, этим не злоупотреблять.

Винсент, пяти лет, все утро был в плохом настроении. Как мама ни пыталась развеселить его, ничего не помогало. Терпение мамы лопнуло, она дала сыну журнал и ножницы и предложила вырезать картинки. Мама вернулась к своим делам. Позже, когда она заглянула в комнату, то увидела, что Винсент сбросил с полки все книги и разбросал их по комнате. Ящики письменного стола тоже были опустошены, их содержимое валялось на полу. Взбешенная, мама закричала на сына: «Что с тобой такое? Ты с самого утра капризничаешь. Сейчас ты пойдешь со мной на кухню и будешь сидеть в кресле. Разве ты не знаешь, что Боженька тебя накажет, если ты не научишься быть хорошим? Он не любит плохих мальчиков!»

Винсент несчастливый ребенок. Он зол. Он ищет возмездия. Чем больше мама будет его наказывать, тем больше

он будет жаждать реванша. Он не хочет быть плохим. Он хочет быть хорошим. Мальчик не понимает, почему поступает именно так. Всякий раз, когда родители запугивают «Бог тебя накажет», они признаются в своем поражении и бросают ребенка в лоно высшего авторитета. Ребенок осознает это и чувствует некое превосходство, никто не может с ним справиться. Поскольку наказание от Бога не действует мгновенно, ребенок насмехается над такой угрозой. Следовательно, это совершенно бесполезный воспитательный момент.

Мама уличила дочь во лжи. «Дона, ты знаешь, лгать плохо. Лгуны не могут стать честными и порядочными людьми. Их души страдают. Ты думаешь, Бог и все святые любят таких детей? Бог ждет от нас, чтобы мы все были правдивыми и честными. На небесах нет места для плохих людей. Ты должна всегда говорить правду. Когда ты лжешь, ты плохая девочка».

Для ребенка несложно быть хорошим, пока он не натывается на препятствие в своем окружении. Это заставляет его упасть духом и вернуться к плохому поведению, как средству защиты от возникших трудностей. Так как у него есть цель такого поведения, то проповеди не помогут, лишь обескураживают его еще больше. Когда мы превозносим идеал, к которому все стремятся, и показываем ребенку, как он низко упал, мы только усугубляем неприятное положение вещей. Ребенок нуждается не в бесполезном морализировании, а в нашей поддержке и одобрении.

Ребенок знает, что должен быть хорошим. Он не понимает, почему он поступает плохо (поскольку цель поведения ему не ясна). Он теряет надежду достигнуть идеала. Конфликт возникает между тем, как он должен себя вести, и тем, как он на самом деле себя ведет. Так как ребенок не может идти одновременно в двух направлениях, то учится притворяться, прятаться за хорошими намерениями, когда его реальная цель может быть обратной. Всякий раз, когда мы читаем нотации о хорошем поведении, мы сталкиваемся с притворством ребенка. Дети пытаются в любых

обстоятельствах быть хорошими. Они страшно боятся, что их мнимая бесполезность (низкая самооценка — типичное явление) вылезет наружу. Чем больше энергии они тратят на страх и фальшивый фасад, тем меньше у них остается сил на взросление и развитие.

Родители, настаивающие на том, чтобы дети посещали церковную школу, часто забывают, что для детей именно они являются главными действующими лицами. Налицо два моральных стандарта: один для ребенка, другой для взрослых. Дети должны ходить в церковную школу, учиться быть хорошими, так как родители уже все знают и больше не нуждаются в учении. Но ребенок часто видит, что родители поступают по отношению к нему несправедливо, и не может понять, почему им это позволено без посещения церковных уроков. Равноправие грубо нарушается. Неприязнь к взрослым-угнетателям растет. Это дополнительно делает воскресную школу малопривлекательным местом, что нарушает цели религиозного воспитания.

Если ребенок еще мал, чтобы понять смысл загробной жизни и наказания грешников, он может развить в себе болезненное чувство страха смерти, неизвестности и будущего. Такой страх более чем деморализует, сужает поле действий, лишает свободы выбора и способности принятия ответственности. Даже если ребенок не ведет себя плохо, проблемы уже существуют. В дополнение к этому он еще должен встретиться с невидимым божеством, которое будет его наказывать. У ребенка может возникнуть тихая и неосознанная ненависть к такому Богу. Поскольку данное чувство не выражается, ребенок еще больше укрепляет свой фальшивый фасад. Такой тип конфликта между реальными намерениями и притворством может привести только к последующей неудачной адаптации или даже к неврозам.

Религиозное воспитание хорошо использовать в ознакомительных целях. Ребенку следует показать, что очень давно были открыты определенные типы поведения, которые принято считать плохими, поскольку они не способствуют счастливым и гармоничным взаимоотношениям. Родители и дети могут демонстрировать это на различных примерах (никогда

не используйте своих детей в качестве примера) и находить решение конфликтов для восстановления утраченной дружбы и гармонии. У нас у всех есть трудности! Дети должны знать, что мы вместе плывем в одной лодке и ищем пути восстановления гармонии, так нам необходимой, каким бы именем ее ни называли.

38

глава

Говорите с ними, а не обращайтесь к ним

На страницах данной книги мы часто советовали родителям вести диалог со своими детьми о текущих семейных проблемах. Большой практический опыт позволил сделать нам вывод, что многие родители не знают, как разговаривать со своими детьми. Очень часто родители разговаривают с ребенком в дружественной манере, но в их словах ему слышится лишь очередная проповедь.

Серьезные проблемы, возникающие между родителями и детьми подросткового возраста, сигнализируют об отсутствии налаженной коммуникации. Это может объясняться тем, что доверительные отношения не были установлены еще в младенчестве. Многое зависит от способности родителей уважать детей и их мнения, даже если мы не согласны с ними. Когда мы прекратим думать за ребенка, мы увидим настоящее чудо — развитие способностей ребенка — и ощутим причастность к этому. Ребенок самостоятельно, часто бессознательно, отбирает и систематизирует те впечатления, которые позволяют ему действовать в рамках своей картины мира. У него есть свой собственный разум! Как часто мы своим оскорбляющим пренебрежением вызываем непослушание и мятеж. Мы наказываем ребенка за «нарушения» и пытаемся внушить ему наши мысли. Мы хотим

«сформировать» его характер, его разум, его уникальность, как будто ребенок — кусок мягкой глины, из которого нам надо слепить нечто. С точки зрения ребенка, это тирания, да так оно на самом деле и есть. Это не означает, что мы не можем и не должны влиять на ребенка и направлять его. Это означает, что мы не должны «принуждать» его соответствовать нашей форме.

У каждого ребенка есть талант творчески подходить ко всему, что его окружает. У каждого ребенка есть индивидуальный стиль выражения своей неповторимой личности.

Поскольку наша главная задача как родителей — направлять наших детей, то было бы разумным понять, как мы это делаем. Мы можем многому научиться, наблюдая за поведением детей. Мы увидим их скрытые цели, мы поймем, о чем они думают. Научиться этому вполне реально и совсем не сложно, ведь маленькие дети совершенно свободно выражают себя. Однако наши упреки, критика, предостережения, насмешки и многое другое заставляют ребенка притворяться, часто в угоду нам. Постепенно двери взаимопонимания закрываются, не без нашего непосредственного участия.

Напротив, если мы уважительно относимся к идеям ребенка, вместе обсуждаем и апробируем их, задаем вопросы типа: «Что может случиться?», «Как ты будешь себя чувствовать?», «Как другой человек будет себя чувствовать?», ребенок учится принимать совместные решения по той или иной проблеме. Умение поставить верный и нужный вопрос остается одним из лучших методов обмена идеями.

Смешно ожидать от ребенка только «правильных» идей. Говорить ему, какой он «плохой», и какие мы «хорошие», — значит подрывать его уверенность в себе. Это обращение к ребенку, а не разговор с ним.

«Билли! Ты ведь знаешь, что ненавидеть свою сестру плохо. Тебе должно быть стыдно. Ты должен любить ее. Ты ее старший брат». Это обращение к ребенку. Попробуем в другом ключе: «Мне интересно, почему мальчик ненавидит свою сестру? У тебя есть на этот счет какие-либо идеи?» — «Причина в том, что она путается у меня под ногами!» — «Что мог бы еще сделать этот мальчик, кроме ненависти

к своей сестре?» Уже начался диалог. Мы принимаем то, что Билли ненавидит свою сестру. Мы не осуждаем его, не говорим, что это плохо, бесполезно. Мальчик сформировал ошибочную идею по отношению к своей сестре. Задавая ему вопросы, мы можем выяснить, почему так произошло и что можно изменить.

Мы, родители, почему-то самонадеянно полагаем, что всегда знаем, как себя чувствует наш ребенок. Но ведь мы сами допускаем, что существует много различных точек зрения, и наш путь видения не единственный.

Мы должны быть крайне внимательными к пониманию того, что наш ребенок воспринимает мир по-своему, не так, как мы. Если мы скажем ему что-то оскорбительное и унижающее его достоинство, мы немедленно закроем двери к доверию в будущем. Мы должны быть готовыми признать и принять с уважением другую точку зрения, отличную от нашей. «Ты, может быть, совершенно прав. Мы должны об этом подумать и посмотреть, что получится». Мы можем не согласиться: «Я не согласна с тобой». Однако мы должны всегда продолжить: «Но ты имеешь право на свою точку зрения. Давай посмотрим, кто окажется прав». В общении на равных каждый имеет право переосмыслить то, что он думает, без влияния непререкаемых постулатов «правильно» или «неправильно». Практический результат — наш верный помощник. Если мы хотим, чтобы наши дети изменили свое мнение, мы должны показать им другой, более конструктивный, путь мышления.

Нам необходимо принять наших детей как равных партнеров в деле созидания семейной гармонии. Их идеи особенно важны, так как дети действуют в соответствии с ними! Мысли ребенка базируются на его «субъективной логике», что является бессознательным мотивом его поведения. Говорить ребенку не делать то, что, как он знает, делать нельзя, бессмысленно. Плохое поведение есть средство достижения его фальшивой цели. Такие предостережения лишь усиливают сопротивление ребенка. Он чувствует, что имеет право на собственное мнение. Опровергнуть ошибочное мнение только логикой невозможно. Здесь поможет психологика, при которой даже неприятности желанны, так как они

помогают выяснить ошибочную цель ребенка: чрезмерное внимание, борьба за власть или неадекватная самооценка. Слышать ребенка — означает открывать его логику мышления. Помогать ему — означает направлять к другой точке зрения, которая сможет принести ему больше преимуществ.

Ребенок, жаждущий власти, также хочет быть и любимым. Сейчас возможно дискутировать о трудностях получения и того, и другого. Он может увидеть, что его не будут любить, если он ведет себя агрессивно. Ребенок должен перестроить свое восприятие на то, что он предпочитает. Сказать ему прямо: «Мы не будем тебя любить, если ты будешь забиякой», — лишь усилить его враждебность. «Что люди чувствуют по отношению к задирам? Если такой ребенок хочет быть любимым, что он может сделать? Имеет ли он выбор?» — эти вопросы позволяют ребенку иначе взглянуть на то, что происходит, и понять, какую роль он играет в этом. Он даже сможет признать, что все зависит от него!

Предположим, мама услышала, как два ее сына дерутся, поскольку один из них жульничает в игре. Она принимает решение не вмешиваться в сражение. Позже, когда мир восстановлен, мама понимает, что есть смысл завести разговор о нечестной игре. «Вы оба знаете, что обманывать плохо. Это также нарушает совместное веселье, если вы играете во что-нибудь и кто-то из вас обманывает друг друга. Почему бы вам не принять правила честной игры?» Сказано хорошо, в дружеской форме, но это не диалог. Это проповедь. Все очень логично, но не психологично.

Предположим, по прошествии двух или более дней мама говорит мальчикам: «Мне вот что интересно». Дети с интересом смотрят на маму. Что ее может так интересовать? Все внимание детей сконцентрировано на маме. Она продолжает: «Допустим, двое людей играют в карты, и один обманывает другого. Что будет дальше?» — «Они подерутся», — дружно отвечают мальчики. «Почему, как вы считаете, один игрок обманывает другого?» От ответов («Потому что он хочет выиграть» или «Потому что он хочет быть первым») будет зависеть, что на самом деле каждый ребенок думает. Выскажется один, потом другой может сказать: «Потому что

я не люблю всегда проигрывать». Всякий раз мама спрашивает другого сына, что он думает об ответе брата. Она собирает необходимую информацию и в то же время позволяет детям высказаться. Наконец, мама спрашивает: «Что будет с игрой? Что обманщик чувствует по отношению к тому, кого обманывает? Вы думаете, эти двое людей могут научиться играть по-честному? Как это сделать? Что каждый может сделать? Что вы думаете по этому поводу?» После всех заданных вопросов и внимательно выслушанных ответов мама признается: «Я так рада узнать, что вы думаете обо всем этом. Это мне очень поможет».

Мама заставила мальчиков задуматься. Ей нет необходимости говорить о том, что следует делать. Она помогла детям увидеть самим проблему и возможное ее решение. Мама позволила им подумать и увидеть самим, что получится.

И взрослому, и ребенку тяжело решать возникшую проблему, если его начинают обвинять. Косвенное обращение более приемлемо: лучше говорить в общем о «людях», чем о двух мальчиках или девочках. Местоимения «они» или «он (она)» создают дистанцию, которая способствует объективности. Как мы любим обсуждать чужие проблемы! Намного проще говорить с ребенком, как если бы происходящее касалось кого-то другого.

Конечно же, есть моменты, когда лучше быть прямолинейными. «У меня проблема. Мне интересно твое мнение. Когда я накрываю стол, а ты просишь меня помочь тебе с домашним заданием, я теряюсь. Ведь я не могу разорваться. Как ты думаешь, что мы должны сделать?»

Информация, полученная в беседе с ребенком, является основой для наших дальнейших действий. Мы ничего не вынесем из общения, если попытаемся скорректировать явно ошибочные идеи ребенка, — это лишь расстроит обоих. Наши дети не будут с нами искренними, если мы будем показывать им, какие они «плохие». Даже если они высказывают совершенно неприемлемую идею, все равно мы должны принять это хоть на мгновение: «Ты можешь иметь свою точку зрения. Но мне интересно, что было бы, если бы каждый поступал так же?» Если ребенок не желает продолжать разговор, так как понимает намек, что его идея

нехороша, отложим дискуссию на время: «Давай подумаем об этом и поговорим через пару дней. Может быть, у нас возникнут другие идеи к тому времени».

Обращаться к детям — означает говорить им, что они должны делать, требовать от них послушания, закладывать в них свой стиль мышления.

Говорить с детьми — значит искать вместе идеи, что можно было бы сделать для решения возникшей проблемы и улучшения ситуации. Таким образом, они творчески участвуют в создании семейной гармонии и осознают степень своей ответственности. Это вовсе не означает, что дети имеют право направлять семью сообразно своим идеям. Диалог как раз и есть тот процесс, который помогает нам вместе прийти к наилучшему решению проблемы для пользы всех. Многие считают, что «новый психологический подход» означает уступать детям, сдавать свои лидерские позиции взрослому. Напротив.

Если мы не обсуждаем с детьми насущные проблемы, не позволяем им выражать свое мнение и не выслушиваем их, то они действительно делают все, что хотят, а мы теряем влияние на них. Мы должны заинтересовать наших детей сотрудничать с нами — это нельзя потребовать. Лучший путь выиграть сотрудничество — свободно выражать свои мысли и чувства, а потом вместе с детьми находить те пути, которые приведут к взаимопониманию и взаимодействию.

39

глава

Семейный совет

Семейный совет — один из самых действенных способов решения семейных проблем демократическим путем. Все члены семьи собираются вместе, обсуждают возникшие трудности и ищут совместно выходы из неблагоприятных ситуаций. Каждую неделю определяется день и час для семейного совета. Это должно стать частью семейного распорядка. Время встречи можно менять лишь с согласия всех. Каждый член семьи должен присутствовать. Если существует причина, по которой кто-либо не может быть на совете, он должен уведомить об этом семью заблаговременно. В таком случае может быть созван экстренный совет, где ему первому дают слово.

Каждая семья может выработать свои собственные детали встречи, подходящие всем, но основные принципы остаются те же. Любой член семьи имеет право принести на совет свою проблему. Каждый должен быть услышан. Совместное решение принимается голосованием, меньшинство подчиняется большинству. На совете голоса родителей и детей равны. Принятое решение есть закон для всех на будущую неделю. После совета никаких дальнейших обсуждений. Если впоследствии выяснится, что принятое решение не работает, то следующий совет начина-

ется с вопроса: «Что мы будем делать по этому поводу?» И это касается всех!

На семейном совете мама восьмерых детей, от четырех до шестнадцати лет, рассказала о своей проблеме. Дети опаздывают к столу, отца раздражает их медлительность и манеры поведения за столом. Враждебность и пререкания создали нездоровую атмосферу в доме. Кто-то из детей предложил есть в своих комнатах, тогда некому будет сражаться за общим столом. Все дети поддержали такую забавную идею. Мама приняла это к сведению, хотя отец явно был против. Мама уточнила, как будет происходить весь процесс. «Мы будем сами брать еду». — «А как быть с посудой?» — поинтересовалась мама. «Мы принесем ее обратно на кухню, когда поедим». — «О'кей, я буду мыть только ту посуду, что лежит в раковине», — заявила мама. Отец должен был подчиниться большинству, его голос был один против девяти. Вечером, когда ужин был готов, родители взяли свои тарелки и ушли в спальню, игнорируя детей. Час спустя мама помыла грязную посуду, что была в мойке.

Четыре дня спустя дети стали жаловаться на нехватку чистой посуды. Кто-то влез в грязную тарелку, забытую в комнате. На каждую жалобу мама отвечала: «Подождем до следующего совета». На следующем совете все признали, что прошлая идея не сработала. Все хотели вернуться обратно к обеденному столу. Дети приняли предложенные родителями рекомендации поведения за столом.

Даже совсем маленькие дети могут принимать участие в семейных советах. Председательство чередуется, никто не должен выступать в качестве начальника. Председатель должен дать слово всем желающим выступить, каждый должен быть услышан. Если дискуссии слишком шумные и перерастают в скандал, родители все же терпеливо ждут и позволяют детям прийти к совместному заключению. Детей учит собственный опыт, а не родительские слова.

Мама вынесла на совет проблему, которую создавали школьные друзья Джин, десяти лет, и Джери, семи. Когда оба ребенка в один и тот же день приводили своих гостей в дом,

в результате получался настоящий бедлам. Дети носились по дому и за его пределами, гонялись друг за другом, бегали по лестницам взад и вперед, дразнили собаку, готовили попкорн, бренчали на пианино и включали телевизор на всю громкость. Мама выразила свое недовольство и предложила: «Я думаю, вы должны приводить своих друзей по очереди. Как насчет этого?» Джин согласилась и сказала, что она выбирает понедельник и пятницу. Джери обиженно опустил в кресло, чертя пальцами узоры на подлокотнике. Мама обратилась к сыну, устроят ли его вторник и среда. Джери безразлично кивнул. «Что мы будем делать с этими гонками по дому? — спросил отец. — Вашим друзьям необходимо сказать об этом». «Я думаю, вы должны поговорить с ними о наших правилах поведения дома. Как вы думаете?» — добавила мама. Джин согласилась, Джери хранил молчание.

В следующий понедельник Джин привела после школы свою подругу, и они спокойно играли в гостиной. Джери также вернулся со своим другом. «Извини, Джери, но сегодня не твой день приводить друзей домой», — спокойно заметила мама. «Мы можем поиграть в саду?» — «Да, конечно». Джери четыре раза просил маму впустить их в дом и разрешить посмотреть телевизор, а также выпить молока с печеньем. Мама осталась непреклонной. Вскоре мама посмотрела в окно и увидела, как Джери мочится у забора. Она позвала сына: «Джери, извини, но твой друг должен идти домой, а ты войдешь в дом». Мальчик закричал в ответ: «Это твоя ошибка. Ты мне не позволила войти в дом и пойти в туалет!»

Джери чувствует себя обиженным, мама явно в альянсе с его «хорошей» сестрой. Он ничего не предложил на семейном совете, так как посчитал, что все равно не имеет никаких шансов. Хотя он и согласился с принятым решением, но затем всем своим видом демонстрировал негодование.

Было бы намного лучше, если бы мама, рассказав о своей проблеме, обратилась бы к детям, узнав, что они думают по этому поводу. Дети могут прийти в замешательство и не будут знать, что предложить. После того, как страсти улягутся, мама может предоставить свои идеи. Это всегда лучше

сделать в виде вопроса: «Вы полагаете, это могло бы помочь, если бы вы по очереди приводили своих друзей?» или «Что произошло бы, если...?»

В данной ситуации на следующем совете необходимо обсудить тот факт, что Джери проигнорировал решение прошлого совета. Мама доброжелательно предлагает Джери принять участие в этом, она должна показать, что поддерживает сына. «Мне кажется, Джери не очень понравилось решение прошлого совета. Интересно, почему? Что ты скажешь нам, Джери?» Последующий диалог с предоставлением мальчику первого слова покажет, что он считает возможным сделать в данной ситуации. Вначале он может хранить молчание, но если мама будет искренне проявлять интерес к мнению сына, мальчик сможет преодолеть свое негодование и примет участие в беседе.

Это не семейный совет, когда только родители говорят о проблемах и предлагают свои решения. Необходимо привлекать детей в полной мере участвовать в обсуждении.

Семья, состоящая из родителей с университетским образованием и троих дочерей, собралась на семейный совет. Девочки решили, что семья должна купить новый дом. Старшая предложила свой взнос в размере пятнадцати долларов, средняя — в размере десяти и младшая — пяти. Это родителей поставило в тупик. Что они могли сделать? Озадаченные и смущенные, они обратились за помощью.

Родители думали, что девочки не представляют себе, сколько на самом деле может стоить новый дом. Когда детей спросили об этом, они ответили, к огромному удивлению родителей, очень точно: около тридцати тысяч долларов. Что можно сделать сейчас? Отцу посоветовали сделать свой взнос в размере пятидесяти долларов к общей сумме, полученной от детей. Он также может согласиться иметь новый дом. Он последовал полученному совету, и это помогло закрыть тему. Если девочки продолжают настаивать, отец предоставляет общий баланс расходов и обращается к их чувству справедливости. «Почему я практически сам должен дать всю сумму денег? Ведь я только один из пяти членов

семьи!» Он даже мог бы предложить девочкам собирать вместе деньги на новый дом.

Мы бы так часто не загоняли себя в тупик, если бы представляли наших детей взрослыми и отвечали бы им, как взрослым. Родители всегда могут признаться в том, что их смущает, и вынести проблему на всеобщее обсуждение.

Секрет успеха семейного совета заключается в том, что каждая проблема рассматривается как проблема всей семьи. Если у мамы возникает неприятная ситуация — например, ей приходится следить за тем, какие телепередачи смотрят дети, — то, вынося это на всеобщее обсуждение, мама стимулирует детей самостоятельно решить проблему. Жить вместе — означает взаимодействовать сообща. Принимаемое решение становится совместным решением. Такой подход способствует равноправию в семье, а также развивает взаимное уважение и взаимную ответственность. Это является фундаментом демократической семьи.

Основные принципы воспитания детей

1. Поощрять детей (глава 3).
2. Избегать наказаний и вознаграждений (глава 5).
3. Использовать естественные и логические последствия (глава 6).
4. Быть строгими без доминирования (глава 7).
5. Уважать ребенка (глава 8).
6. Стимулировать уважение к порядку (глава 9).
7. Стимулировать уважение к правам других (глава 10).
8. Не критиковать и не обращать внимания на ошибки (глава 11).
9. Поддерживать заведенный распорядок (глава 12).
10. Выделять время для воспитания (глава 13).
11. Стремиться к сотрудничеству (глава 14).
12. Избегать чрезмерного внимания к ребенку (глава 15).
13. Не принуждать (глава 16).
14. Уйти от конфликта (глава 17).
15. Действовать! (глава 18).
16. Не гонять мух (глава 19).
17. Уметь отказать (глава 20).
18. Реагировать неожиданно (глава 21).
19. Воздерживаться от сверхопеки (глава 22).
20. Учить независимости (глава 23).

21. Держаться в стороне от борьбы (глава 24).
22. Не обращать внимания на страхи (глава 25).
23. Заниматься своими собственными делами (глава 26).
24. Избегать жалости (глава 27).
25. Обращаться с благоразумными просьбами (глава 28).
26. Быть последовательными (глава 29).
27. Плыть в одной лодке (глава 30).
28. Прислушиваться (глава 31).
29. Следить за тоном голоса (глава 32).
30. Не переживать (глава 33).
31. Понизить вредные привычки в чине (глава 34).
32. Развлекаться вместе (глава 35).
33. Разговаривать с детьми, а не обращаться к детям (глава 38).
34. Учредить семейный совет (глава 39).

Тематический указатель примеров, рассмотренных в книге

Уважаемые взрослые! Книга Рудольфа Дрейкурса — это кладезь практических рекомендаций по самым типичным ситуациям из родительской практики. Мы их упорядочили в алфавитном порядке, и при необходимости вы можете обратиться именно к той ситуации, которая в данный момент напоминает вашу собственную.

Агрессия ребенка 105

Бабушки, которые балуют внуков 217—218

Безраздельное внимание родителей 45, 137, 138, 140, 207

Бесполезные беседы, приказы, запреты и увещевания родителей 159—160, 161, 162, 167, 237, 238, 254

Беспорядок, нежелание убирать вещи на место, выполнять домашние обязанности, ухаживать за животными 98, 100, 101—102, 128, 130, 142, 143—144, 179

Боженька накажет 276, 277

Боль ребенка и адекватная реакция родителей 94

Больной ребенок (утаивание проблемы) 184

Вера в ребенка, доверие его возможностям 57—58, 192

Вознаграждение за труд или хорошее поведение 74, 75, 76

Воровство 265—266

Воспитание уважения к интересам родителей 61, 269

Выбор ребенка и право на ошибку 241

Высмеивание недостатков ребенка 95

- Выученная беспомощность 67, 121, 178, 187, 188
- Гиперопека (сверхзаботливая мама) 182
- Дети-инвалиды и их возможности 24
- Долгие сборы в школу 81—82
- Драки между детьми 198—199, 220—221
- Друзья, подружки — и интересы родителей 133—134, 134, 171, 287
- Дурной пример других детей 155
- Еда (плохой аппетит, разборчивость, ссоры за обедом) как манипуляция родителями 79, 86, 200—201
- Единственный ребенок в семье 39, 93, 223
- Жалость к ребенку 184, 226—235
- Желание сделать что-либо за ребенка 43, 46, 47—48, 53, 111—112, 187
- Забывчивое поведение ребенка 78, 84
- Завышенные родительские стандарты 29—32
- Истерики 189—190
- Капризы 89, 90
- Карманные деньги 224—225
- Конструктивная помощь ребенку или реакция на его поведение 109, 124, 147, 155, 189, 190, 192
- Кто это сделал? 246
- Купи мне! 170, 173—174, 243
- Любимчики родителей 248
- Манипуляции родителями 179, 207, 215, 237, 256
- Место ребенка среди других детей в семье 29—32, 171
- Месть ребенка 65, 145—146
- Мокрая постель (ночное недержание мочи) 264
- Мытье посуды 287
- Мытье рук как проблема 158
- Навязчивый контроль за выполнением домашних заданий 223, 255
- Нарушение запрета 11, 82, 252, 254
- Нарушение ребенком обещаний 104
- Не на ту ногу 84
- Недопустимое поведение в машине 87, 132, 148
- Нежелание вставать по утрам 243
- Непослушание 124—125, 242
- Неправомерные просьбы родителей 239
- Неуважение к интересам родителей 105
- Неуважение к ребенку и его потребностям 92, 239, 239
- Неудачная поддержка ребенка 51
- Нытье 153—154, 243
- Один ребенок хороший, а другой — «плохой» 33, 48—49, 135, 177, 249
- Опоздания к обеду 100
- Отбиваем у ребенка охоту творить (уничтожение результатов детского труда) 56—57, 107, 110
- Плаксы, детские слезы 54, 114, 162

- Подготовка к операции (поход к врачу) 123—124
- Потакание ребенку, попустительство родителей 116, 117—118, 164—165
- Проблемы с туалетом 145, 257, 264
- Протест ребенка против установки «не делай этого!» 70, 72, 262
- Протест ребенка против установки быть хорошим 54
- Прятки в магазине 257—258
- Развод и дети 220
- Раздражающие действия ребенка 19
- Различное отношение детей к матери и отцу 39—40
- Разумные советы детей 251, 289
- Симуляция болезни 252
- Сладкое между едой (способы заполучить) 11, 134
- Соппротивление младенца переодеванию 126
- Соппротивление навязчивому контролю родителей 145
- Сосание пальца 264
- Старшие и младшие дети 22, 65, 95, 133, 185—186, 195, 196, 199, 200, 202—203, 248, 249, 256
- Стеснительность ребенка 113
- Страх родителей за ребенка 47—48, 182—183, 258—259
- Страхи детей 210—213
- Сюсюканье с ребенком 255
- Телевизор и проблемы с поведением 63—64, 196, 251, 274
- Увлечения детей 269—270
- Укладывание спать 151—153
- Уступки родителей 170, 171
- Утрата 232—233
- Учитель, отношение ребенка 222
- Чувство вины перед ребенком 259, 260

16+

Научно-популярное издание

Дрейкурс Рудольф
Золц Вики

**МАНИФЕСТ
СЧАСТЛИВОГО
ДЕТСТВА**

**Основные идеи
разумного воспитания**

Редакторы
Светлана Сапожникова, Татьяна Осадчая

Художественное оформление
Евгения Даурова

Оператор компьютерной верстки
Татьяна Упорова

Подписано в печать 28.08.2015.
Формат 60×90/16. Печать офсетная.
Бумага писчая. Усл. печ. л. 18,5.
Тираж 2000 экз. Заказ 968.

ООО «Издательство «Рама Паблишинг»
620026, Екатеринбург, ул. Декабристов, 51а
тел./факс: (343)228-09-16
e-mail: rama_publishing@mail.ru
www.rama-dety.com

Отпечатано в соответствии
с предоставленным оригинал-макетом
в ОАО «ИПП «Уральский рабочий»
620990, г. Екатеринбург, ул. Тургенева, 13
<http://www.uralprint.ru>



Имя Рудольфа Дрейкурса (1897–1972), австро-американского психолога и психиатра, одного из ярких представителей индивидуальной психологии, известно во всем мире. Согласно Р. Дрейкурсу, конфликты между родителями и детьми объясняются

тем, что взрослые пытаются повлиять на последствия плохого поведения, а не устранить его причины: потребность во внимании родителей, борьбу за власть в семье и уклонение от обязанностей.

За несколько десятилетий книга «Манифест счастливого детства» нашла отклик в сердцах миллионов читателей во многих странах мира. И это не случайно: психологический подход Рудольфа Дрейкурса пронизан любовью и глубоким уважением к ребенку и родителю.

Книга написана в соавторстве с Вики Золц, ученицей Р. Дрейкурса.

СЕРИЯ «АВТОРИТЕТНЫЕ ДЕТСКИЕ ПСИХОЛОГИ»

включает книги, которые составляют золотой фонд детской психологической литературы. Каждая из них стала ярким событием, перевернувшим привычное представление о внутреннем мире ребенка.

ISBN 978-5-91743-061-4



www.rama-dety.com

рама
ПАБЛИШИНГ