

Леонид Анатольевич Сурженко
Воспитание без крика и истерик. Простые решения
сложных проблем



Текст предоставлен правообладателем
«Воспитание без крика и истерик. Простые решения сложных проблем»: Питер; Санкт-Петербург; 2010
ISBN 978-5-49807-040-7

Аннотация

Книга о том, как самые близкие люди – родители и их дети – зачастую не могут понять друг друга. Автор рассказывает, как избежать непонимания, как стать для ребенка не просто родителем в традиционном понимании, то есть добытчиком и строгим судьей, но и самым лучшим другом, самым высоким авторитетом и самым интересным собеседником. Действенная методика и советы помогут восстановить разрушенные отношения с ребенком и завоевать не только его доверие, но и искреннюю любовь.

Леонид Анатольевич Сурженко
Воспитание без крика и истерик. Простые решения
сложных проблем

Введение

Вы говорите:

– Дети нас утомляют. Вы правы.

Вы поясняете:

– Надо опускаться до их понятий. Опускаться, наклоняться, сгибаться, сжиматься. Ошибаетесь.

Не от этого мы устаем. А оттого, что надо подниматься до их чувств. Подниматься, становиться на цыпочки, тянуться. Чтобы

не обидеть.

Януш Корчак. Когда я снова стану маленьким



Эта книга не для детей. Хотя и про них. И даже некоторые ее фрагменты написаны от имени ребенка. Эта книга – для взрослых. Не для всех взрослых. Для взрослых, которые стали (или хотят стать) РОДИТЕЛЯМИ. Именно так: РОДИТЕЛЯМИ. Людьми, РОДными своему ребенку. Людьми, которые его любят и понимают. Или пытаются понять. Или, по крайней мере, хотели бы понимать. Если этого желания нет – не читайте эту книгу. Она просто не поможет вам. Как и другие издания, семинары, лекции и прочая умная информация.

Эта книга написана для взрослых. Дети, как правило, учатся языку взрослых и очень скоро усваивают его. Дети вынуждены приспособливаться к взрослым, как слабый вынужден приспособливаться к законам сильного. А вот мы, взрослые, напротив, забываем язык детства, потому что детство прошло, и его категориями мы уже не мыслим. А язык детства иной. Иной, как само детство. И, чтобы понять ребенка, мы должны вернуться назад, в забытое далёко. Вернуться туда, откуда мы все пришли, – в детство.

Дети учатся говорить рано. К годiku они уже что-то лепечут, подражая взрослым, а к двум-трем – вполне сносно изъясняются, пусть и с помощью «переводчика», которым чаще всего является мама. Конечно, это еще не взрослая речь, и зачастую понять, что до вас хочет донести малыш, не так уж и просто. Но мы – люди взрослые, трудностей не боимся и некоторый опыт в жизни имеем, поэтому детский лепет для нас не является препятствием в общении. *Сами такими были.*

А уж когда ребенок подрастет – так и вовсе проблемы исчезают: говорит наше чадо уже хорошо, язык у нас общий, и, как следствие, трудностей во взаимопонимании быть просто не должно.

Но они есть.

Причем понять, что же говорит нам ребенок, как раз несложно. Но вот вопросов «Почему?», «Отчего?» и «Что делать?» при этом меньше не становится.

Зачем, собственно, нужна книга, которая не обещает дать вам ответы на важные жизненные вопросы? Более того, гарантирует возникновение новых вопросов? Да, никакая книга не научит жить, потому что научиться жить по книгам нельзя. Как нельзя по книгам воспитывать ребенка... в воспитании нужен опыт, а опыт приходит с практикой. Правило при этом простое: хочешь чему-то научиться – нужно это делать. Даже в таких вроде бы чисто теоретических вещах, как воспитание, на самом деле все решает только практика. И как раз в воспитании именно практика порождает теорию, а не наоборот.

Только чтобы в чем-то практиковаться, нужно знать, как это делать. Эта книга как раз и подсказывает пути, по которым можно куда-то добраться. *А уж идти придется самому.*

Данное издание не о воспитании. Хотя, конечно, вряд ли возможно писать о детях и

совсем не иметь в виду воспитательные действия. Эта книга также не о психологии. Хотя, опять-таки, психология присутствует даже в учебнике по высшей математике. Данная книга – просто пример, иллюстрация, варианты общения с ребенком, предложенные автором. Кому-то эти варианты покажутся знакомыми, кому-то – любопытными. Может быть, кто-то найдет их не стоящими своего внимания или даже неприемлемыми. Все может быть. Но в любом случае это издание будет полезно и тем и другим. Потому что хорошо, когда есть выбор. Намного хуже, когда его нет совсем.

1

И чего им еще надо, или Ох уж эти детки

Я не знаю и не могу знать, как неизвестные мне родители могут в неизвестных мне условиях воспитывать неизвестного мне ребенка, подчеркиваю – «могут», а не «хотят», а не «обязаны».

...Я хочу, чтобы поняли: никакая книга, никакой врач не заменят собственно зоркой мысли и внимательного наблюдения.

Януш Корчак. Право ребенка на уважение



Когда мы только планировали ребенка, я была уверена, что буду хорошей матерью. Я думала, что у меня с моим сыном или дочерью будет полное взаимопонимание – хотя бы потому, что я буду их любить. Ведь ребенок-то будет желанный...

Сразу забеременеть как-то не получалось, два года прошло – и ничего. Никаких детей. Конечно, тревожились оба: и я, и муж. Но что тут сделаешь? У многих не получается сразу. Вроде бы начали налаживать жизнь, у меня на работе появились перспективы, беременность как-то отошла на задний план. Решили: когда получится, тогда и ладно. А получилось, как это часто бывает, как-то не вовремя. Только-только меня выдвинули на начотдела, как это случилось. А у нас кредиты, только что переселились в новую квартиру, а это, сами понимаете, ремонт, нервы. Да и неудобства большие. Денег хватало как раз, чтобы все кредиты выплатить да нас с мужем прокормить. А еще «Фольксваген» наш: с

этими ценами на бензин-ремонт вы знаете, сколько уходило? А тут – ребеночек. Сынишка. Нет, конечно, мы были рады. И муж тоже – сын ведь. Только вот как-то немного не вовремя. Нежданно.

Родила. Трудно было, как-никак – первенец. Никогда бы не подумала, что рожать – это такое испытание. Но родила. Сама. Отлежала положенную неделю в больнице. Первую с ребенком неделю. Правда, не последнюю, как хотелось бы. Думалось: поскорее бы домой. Стены эти больничные надоели ужасно. Диета роддомовская. Постель казенная. Домой хотелось. Выписали. Оказалось, эта неделя в роддоме самой легкой была. Там что: принесли ребенка – покормила – унесли. А теперь он на руках постоянно. И понеслось: памперсы – пеленки – стирки – бессонные ночи – бутылочки – смеси. И плач – постоянный, как мне тогда казалось. Утром. Днем. Вечером. И самое страшное – ночью. Ждала чего-то другого: умиления, улыбочек, загадочного материнского счастья... Нет, это тоже было. Но больше – усталость, желание спать и спать, раздражение, растерянность, чувство полного бессилия и своей несостоятельности. Постоянно давило чувство, что я – никудышная мать. Что у других как-то все идет как надо и только я не приспособлена быть матерью. Больше всего портило настроение невозможность понять своего ребенка. О чем-то догадывалась, но большую часть действовала наугад, методом подбора. Плачет? Давай по порядку: поменяй памперс, возьми на руки, дай грудь. Что-то да поможет.

Но время шло. Я привыкала. Что-то понимала сама, что-то подсказывала мама, подруги, знакомые. Где-то помогал муж. Думалось: вот подрастет, научится говорить – тогда уж точно будет легче. Потому что не нужно будет догадываться – сам скажет.

Подрос. Научился говорить. Действительно стало легче. Проще, что ли. Начали понимать друг друга. Казалось, чем дальше, тем все будет лучше. И вот ему уже тринадцать. И, как оказалось, – все не совсем так. Или даже совсем не так.

Что тут удивительного? Во время беременности ребенок и мать – одно целое. Затем их дорожки постепенно расходятся...

А теперь уж не знаю, кто ему ближе: я или друзья. Раньше мы с ним болтали часами, все мне рассказывал: и что на улице видел, и что в садике было, и с кем подрался, и что болит. А теперь... Иногда мне кажется, что это совсем не мой сын. Чей-то чужой. Как дела? Все нормально. Как в школе? Как обычно. О чем задумался? Да так, ничего.

Даже не знаю, как быть. Понимаете, вроде мы не чужие в доме. Все вроде бы нормально. Разговариваем. Вместе за одним столом сидим. Только это уже не то. Не чувствую я сына, как когда-то. Конечно, люблю я его, как и раньше. А вот кто для него я – непонятно. Может, это я виновата? Не так воспитала? Чего-то недодала? Где-то недоглядела?

Может быть. А может быть, дело вовсе не в маме. Ребенок растет. Детство – это тренировочная площадка, подготовка к вступлению во взрослую жизнь. Это период, в течение которого ребенок учится ходить сам – и в прямом, и в переносном смысле. Сначала он держится за мамину юбку, затем делает первые шаги самостоятельно. Все более уверенные. Все дальше от родителей. Он познает мир. Он узнает, что в мире, кроме мамы и папы, есть еще люди. Он ищет опору не только у родителей, но и во внешнем мире – сначала у бабушек-дедушек, затем – у воспитателей, учителей, друзей. Мама перестает быть единственной опорой и защитой в этом мире. Хотя до конца его дней она будет самым близким человеком в его жизни (правда, это главным образом зависит от самой мамы).

Маме обидно – сын стал более «далеким». Они меньше общаются (дело в том, что у него уже есть друзья и свой круг общения), он уже не спешит делиться своими радостями и печалями (и это признак взросления), у него есть свои секреты (а значит, его жизнь перестала быть простой и понятной, и это – хороший знак).

А потом он знакомится с девочкой. И это будет настоящим ударом, потому что с этого момента в сердце матери вспыхнет неугасаемая тревога – вот она, та,

которая заберет, уведет из дома, заставит забыть мать. Даже если этой девочке еще только двенадцать лет. Даже если они просто держатся за руки, возвращаясь из школы домой.

Но один из самых страшных страхов – это страх, что ЕЕ ребенок выходит из-под контроля. Это страх нестабильности, неизвестности. Много усилий было потрачено на то, чтобы ребенок стал воспитанным, послушным, управляемым. И вот на тебе: вырастает. Вырастает не только из своих детских одежд, но из той узды, которую любовно и долго накладывали родители. Становится более САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ. Уже больше РЕШАЕТ САМ. А что он может решить? Он все еще ребенок.

В очередной раз мама (или папа) задумываются, что их ребенок – это совершенно иное, непонятное существо. Со своим характером. Со своими желаниями. Со своими взглядами на жизнь. Это другой, самостоятельный человек, с которым приходится считаться. И не помогают никакие заклинания типа «У него твой характер», «Она – вылитая ты». Потому что это – лишь надежда на то, что все будет просто и гладко. Не будет. По крайней мере, не должно быть.

Иногда мне кажется, что нам уже не о чем говорить. У него какие-то свои интересы, он занимается какими-то непонятными вещами – я в этом даже не разбираюсь. Нет, мое поколение действительно было другим. Когда-то это мне говорила моя мама, но я совсем не воспринимала ее слова. Как она могла помнить, какой она была двадцать лет назад? Все ведь так говорят. Но эти дети – действительно другие. Не только потому, что часами просиживают у компьютера или слушают какой-то немыслимый рэп. Другие... Потому что думают по-другому, что ли? Или потому, что более наглые, ничего не боятся, у них нет никаких авторитетов... И ни о чем не мечтают. Разве что о классной машине да крутом компьютере... Нет, правда, разве мы такими были? Его прихода из школы иной раз жду с ужасом: о чем мы будем говорить? Будем ли вообще о чем-то говорить, или он опять отмахнется своим: «Да все нормально, мам, нет проблем». Единственная проблема, которой он со мной делится, это когда ему нужны деньги. Да разве в мое время это был насущный вопрос? О деньгах и говорить как-то неудобно было. Да и вообще: разве ребенок должен задумываться о деньгах? Разве деньги могут быть главным его интересом?

Детство моего отца проходило в драках. Так было заведено: район на район. С палками да цепями. Что поделать: послевоенное поколение. Мои одноклассники любили «войнушку» и с упоением играли на марки. Именно играли: кто больше «набьет» марок. Нынешние гоняют на «горняках» или роликах да сутками «геймятся» в компьютерных клубах. Декорации, как говорится, меняются. А вот суть остается – играют, как и играли. Даже если вместо марочек в руках – настоящие деньги.

Очень упрямый стал. Если уж поссоримся, ни за что не подойдет первый. Раньше, когда маленький был, прощения первый просил. Теперь – никогда. Такой недоступный становится, прямо страшно. И в кого только такой? И слова ему не скажи – прямо так и насупится, а то и из дома уйдет и до позднего вечера будет во дворе шататься, пока его не упросишь домой вернуться. Вот уж действительно – детки пошли... Гордые такие. Или ему правда на мать наплевать?

И не то, и не другое! Конечно, дети бывают разные. Однако, как правило, ребенок воспринимает человеческие отношения буквально. Если веселится, то веселится. Если ссорится, то ссорится. Наше обыденное отношение к ссорам детям просто непонятно. Ребенку трудно понять, что эмоции взрослых нечасто бывают искренними. Что недовольство матери – это всего лишь временная вспышка раздражения. Ссора с родителями (причем даже иногда и в подростковом возрасте) воспринимается ребенком как вселенская трагедия. Рушится опора, на которой держится мир – его мир. Ребенок чувствует, что он внезапно стал нелюбимым, что

самые близкие люди вдруг его покинули. Пережить такое нелегко. И подойти первому, попросить прощения в данный момент становится почти невыполнимой задачей. Слишком многое зависит от этого разговора. *А вы легко решаетесь на серьезный разговор?*

К школьному психологу ходила. Молодая такая девочка, сама еще ребенок. Но очень начитанная. Долго со мной беседовала, даже какие-то тесты показывала. И сказала, что я уделяю ребенку мало времени. Нет, оно, может, и так. Мне же на работу надо и по дому сколько всего за день сделать. Раньше уроки еще с сыном каждый вечер делала, а теперь я в этих уроках уже сама понимать перестала. Да и не хочет он, чтобы ему помогали. Совсем не хочет. Вот психологиня эта говорит: больше уделяйте внимания. Это я внимания ему мало уделяю? Да около него целый день только и танцую... «Сыночек, может, этого хочешь?»... «А чего такой грустный?»... «А что тебе на день рождения купить?»... «А как дела в школе?»... Да и как больше уделять-то, если он сам не хочет? Если теперь ему друзья интереснее, чем родная мать? С ними-то он больше времени проводит. А начинаешь у него что-то выспрашивать – так он старается отвязаться от меня быстрее. Вот и попробуй «уделять больше внимания».

СТОП!

Сейчас мне хотелось бы открыть страшный секрет – основной принцип практической психологии. Он несложен. И формулируется примерно так: **чтобы понять другого, просто поставь себя на его место.** Очень просто, не так ли? Не нужно думать о каких-то особенностях детского восприятия, не нужно забивать голову какими-то данными и тестами. Вообще не нужна никакая наука. Просто подумайте, как в такой ситуации поступили бы вы.

Не пытайтесь войти в образ ребенка. Этого не требуется. Не так уж дети отличаются от взрослых, как это нам порой представляется. Вот конкретная ситуация: мальчик-подросток просто не хочет общаться с матерью. Причины пока не важны: нас интересует реакция мальчика на действия матери, если она воспримет совет психолога всерьез. То есть начнет уделять сыну ЕЩЕ БОЛЬШЕ внимания. В переводе на бытовой язык: **станет больше маячить перед глазами.** Вроде и этого хватало с избытком, раз уж общаться и так не хочется... И вдруг предлагается **еще больше.** Ну, и какова будет реакция?

Вообще, в семье, где царит взаимопонимание, родители и дети искренне рады видеть друг друга и охотно общаются между собой. Хотя опять-таки – не всегда. Исключения бывают и здесь. Человек – не машина. Иногда ему просто необходимо побыть одному. Но благополучные семьи нас не интересуют – им незачем читать мою книгу. Они сами должны писать книги. Нас же интересует ситуация, когда с общением возникают проблемы. Когда родители живут своей жизнью, а дети – своей. И эти жизни пересекаются лишь формально. Когда ребенок с радостью бежит из дома к друзьям, в компанию, просто на улицу. Лишь бы поменьше видеться с «предками». Здесь ситуация уже сложная. И дело вовсе не в том, что родители «плохие». Просто они не знают, как общаться. Их не учили. Или учили, но не тому. И прежде чем указывать, как «надо» поступать (а этого я как раз делать не стану, ибо глубоко убежден, что никаких аксиом и гранитных скрижалей, где написаны «правильные» советы, не существует), давайте разберемся в том, чего делать НЕ НАДО.

Есть такая китайская притча: один ученый попросил у буддиста обучить его науке дзэн. Тот в ответ на просьбу просто продолжал наливать в чашку чай, не замечая, что кипяток льется уже через край. Когда возмущенный профессор указал ему на это, буддист невозмутимо ответил:

– Вот и твоя голова, как эта чашка, полна твоих знаний. Я ничего не смогу туда вложить, пока не вылью то, что там уже есть...

Я не буддист. И никого не призываю отбросить все, что нажито многолетним опытом. Я просто предлагаю посмотреть на мир в целом и отдельную ситуацию в частности с новой позиции. Только и всего.

Итак, ребенок не хочет общаться. Так почему бы не предоставить ему возможность избавиться от этого общения? Это же не так сложно. Просто постарайтесь. Не приставать к нему с вопросами, Не лезть к нему с советами, когда он этого не просит, и не навязывать свое общество без особой нужды.

Предвижу следующий вопрос: а как же – вообще не общаться? Демонстративно уходить, как только ребенок появится в поле зрения? Молчать, как юный партизан на допросе? Конечно, нет. Это будет глупой эскалацией конфликта. Нужно просто установить своеобразный пост на общение. А общаться надо. Но только тогда, когда сам ребенок подойдет с вопросом или с проблемой.

Внимание! Подобный «пост на общение» используется только в том случае, когда ребенок действительно не хочет вас видеть, когда вы «закормили» его своими вопросами, вниманием, навязчивым интересом. Если причина конфликта не в этом, такое средство не подойдет и даже может здорово накалить обстановку. Постом лечат от переедания, а не от голода. Эти состояния совсем не похожи, не правда ли?

Раньше все вместе делали. Конструктор не может собрать – бежит ко мне: «Мама, помоги». Пуговицы застегнуть не получается – опять к маме. Уроки слишком трудные – тоже вместе писали. Во всем помогала. Даже если времени не было, старалась помочь. Может быть, и перестаралась, раз теперь он совершенно не хочет моей помощи. Нет, конечно, с уроками я ему помочь уже не могу. Им теперь такое задают, что мне еще один институт заканчивать придется, чтобы эти логарифмы решать. Но ведь не уроками-то одними живет! А вот пробую ему в чем-то пособить, так он недоволен: «Мам, не мешай!», «Мам, я сам!», «Мам, ну чего ты лезешь»... Обидно как-то. Вижу ведь: не всегда у него получается, как надо. Вот так и быстрее было бы, и лучше. Так нет ведь, и слушать не хочет.

Вспомним-ка основное правило психологии: примерь на себя шкуру другого. Вам бы понравилось, если бы кто-то ни с того ни с сего принялся вам помогать? Смысл подобного действия в большинстве своем воспринимается не иначе, как признание другим нашей неполноценности: мол, сам не справляется, нужно помочь тебе, убогому... Нет-нет, помогая другому, вы можете иметь в виду совершенно иные мотивы. Очень возможно, что у вас и в мыслях подобного нет. Речь идет о том, как воспринимает помощь тот, которому мы помогаем без спросу. Нас не просили, а мы помогли. Вот какие мы хорошие. Дети же воспринимают все острее.

И опять-таки вопрос: так что, не помогать? Да, не помогать. Если не просит. Неважно, сколько ребенку лет – четыре или двенадцать. И обязательно помочь, если ребенок об этом попросит.

Что бы я ни сказала – что-то не то получается. Потому что по глазам вижу, по поведению – ждет чего-то другого. Хотя вроде бы все перепробовала: и о школе спрашиваю, и советую, как поступить, и неприятностям его сочувствую. Но вот раньше как-то по-другому он реагировал. Взаимопонимание было, что ли. А теперь почему-то и разговаривать особенно не хочет. Так, скажет что-то дежурное – и мигом на улицу. И самое противное, что с друзьями своими всем делится, я слышала. Они когда в его комнате соберутся, много чего интересного услышать можно. И проблем у него много, и разных трудностей – так нет чтобы с мамой поделиться. С друзьями легче что ли?

Правда, иногда вроде как хочет поговорить. Придет домой, подойдет ко мне и скажет:

– Физичка совсем обнаглела.

Ну, я, конечно, понимаю, что в школе у него неприятности. Спрашиваю, естественно, что случилось. И – верите ли – ничего говорить не хочет. Вот и пойми его!

Или вот недавно тоже говорит:

– Сегодня кросс бегали. У всех пацанов «Адидасы», у Славика «Пума» новая.

Ну, понятно, что у моего кроссовки не фирменные. Но нормальные же! В его классе некоторые вообще в кедах бегают. Говорю ему:

– Конечно, у Славика родители какие: мама – в банке, папа магазин держит. Почему бы не покупать «Пуму» хоть каждый день?

Нет, правда, где тут наберешься денег, если за всеми гнаться будешь? За Славиками, за Виталиками, за Андрюшками? Обиделся. А мне что делать?

А вот теперь немного рекомендаций. Насчет того, «что делать». Вернее, как разговаривать с ребенком.

В первую очередь давайте выясним, а чего ждет ребенок, когда обращается к взрослому? Наверное, того же, чего ждет взрослый, когда жалуется на жизнь другому взрослому. Он ждет **понимания**. И **сочувствия**. *Со-чувствия*. Слово это расшифровывается примерно так: «со» – вместе, «чувствие» – чувствовать. То есть чувствовать вместе, разделить твоё чувство. Понять тебя.

Вот это и требуется: чувствовать вместе. Вон ребенок подходит к нам и рассказывает о том, что случилось в садике, в школе или на улице... Как правило, это не просто описание события, это – зашифрованная эмоция, которая требует, чтобы ее разделили. С самым близким человеком.

Большинство родителей это понимают. Или чувствуют интуитивно. Однако понимать, чего хочет ребенок, вовсе не означает умения дать ему это. В самом деле, а как мы покажем, что действительно понимаем его?

Вот это как раз несложно. Нужно просто озвучить его чувства. Несложно догадаться, что чувствует пятилетний ребенок, когда подходит к вам с фразой:

– Мама, я больше не буду дружить с Сережкой!

Конечно, это обида. Ребенок жалуется на то, что его обидели. А теперь предложите свои варианты ответа. Не спешите, подумайте хорошенько. Пока время есть. Когда ребенок к вам подойдет, времени на раздумья не будет. Придется отвечать сразу и точно, иначе получится, что вы просто от него отмахнулись. А это – шаг к непониманию.

Как, созрели ответы? У меня, например, есть несколько заготовок.

- Ну и правильно, он плохой мальчик!
- А что случилось?
- Сколько раз тебе говорить, не водись ты с этим Сережкой!
- А ты не жалуйся, а то сейчас ябедничать начнешь!
- Доченька, будь умнее, уступи ему. «Не дружить» ты всегда успеешь.
- Небось опять тебя за косу тягал? А не надо было дразниться!
- Ну, «больше» можешь не дружить, дружи немножко «меньше».

Казалось бы, замечательные ответы. Уверен, что среди них есть и ваш ответ (или по крайней мере похожий). Спешу обрадовать: эти ответы психологически безграмотны. Вместо того чтобы снять у ребенка напряжение, разделить его чувства, они лишь отталкивают его, отбивают желание общаться дальше. Давайте проанализируем ответы и их соответствие нашей задаче. Задачу-то мы еще помним? Показать на словах, что мы сочувствуем ребенку. Что мы понимаем его чувства. Итак, первый ответ.

Ну и правильно, он плохой мальчик! Сочувствие тут вроде бы и есть, однако не будем спешить с выводами. Не нужно путать *оценку* с *сочувствием*. «Правильно» или «неправильно» – это наша оценка. Мы не столько одобряем поступок ребенка (как раз одобрять-то тут нечего), сколько оцениваем его. С нашей колокольни. Не подходит такой ответ, в корзину его!

А что случилось? Вроде бы удачный вопрос. Мы угадали, что произошло нечто малоприятное для ребенка, раз уж он обращается к нам. И, естественно, желаем знать больше. По крайней мере высказываем свой интерес к проблеме, не отшучиваемся и не отфутболиваем ее назад. Но где здесь разделение чувств? Где понимание эмоций ребенка? Это всего лишь проявление любопытства, пусть и из самых лучших побуждений. А любопытство к чужому несчастью (пусть и к несчастью своего ребенка) далеко не всегда

приносит успокоение страдальцу. Нет, не вариант.

Сколько раз тебе говорить... Ох, частая реакция. И приказ, и угроза. И даже указание на то, что наш ребенок – бестолочь: в который раз наступает на одни и те же грабли. Вряд ли это похоже на сочувствие, так что – без комментариев. Однозначно – в мусорку!

А ты не жалуйся... Тут уж сразу обвинение в ябедничестве. Какое уж тут сочувствие. Туда же.

...Будь умнее, уступи... Совет не так уж плох, но ведь это совет, верно? «Советовать» и «сочувствовать» – это разные вещи. Не то...

Небось, опять тебя за косу тягал? Немалый родительский опыт позволяет делать такие смелые предположения. Только независимо от их истинности подобные догадки – это вовсе не сочувствие. Так что чревовещание лучше оставить при себе, нам оно пока не поможет.

Ну, «больше» можешь не дружить, дружи немножко «меньше». Ответ отлично прошел бы в КВН, только у нас задача другая: не рассмешить, а посочувствовать. Поэтому, несмотря на то что сам ответ вызывает улыбку, в качестве эталона он не годится.

Так что же тогда? Надеюсь, кто-то из вас вовремя сориентировался и выстроил свой, альтернативный ответ. Ответ, который действительно показывает, что мы поняли ребенка и разделяем его чувства. Но для этого мы должны угадать, что он сейчас чувствует. Впрочем, чтобы сделать это, не нужно быть Коперфильдом. Просто посмотрите на выражение лица ребенка – оно скажет нам даже больше, чем его слова.

Как правило, дети обращаются к нам со своими обидами. Наш случай – не исключение. Поэтому и обозначить в ответе мы должны именно **обиду**. Примерно так:

– **По-моему, он тебя обидел.**

Или так:

– **Да тебе плохо, доченька...**

Вот и все. Пока ничего больше не надо. Предвижу вопрос: а где же сочувствие? Ахи и охи? Сюсюканье и ласковые слова? А мы уже посочувствовали, то есть разделили (пусть только на словах) чувства ребенка. Мало? Можно просто тихонько обнять за плечи или погладить по голове.

Слишком простой рецепт? Это он только на словах простой. Попробуйте в жизни применить его, когда в горячке на язык летят все те же штампованные фразы. Тогда и станет понятно, насколько мы привыкаем к *автоматизмам*, насколько трудно нам изменить себя хотя бы в малом.

Между прочим, эффект подобного сочувствия поразительный. Ребенок меняется на глазах – потому что мы наконец находим ту «кнопку», которую давно нужно было нажать.

Да! Интонация, естественно, тоже должна быть соответствующей: пусть ваш голос звучит мягко, тепло и душевно. Даже самым красивым словам, сказанным неверным тоном, ребенок не поверит. Ведь дети «читают» не столько слова, сколько интонацию. Нередко ребенок спокойно и даже с юмором переносит прямые оскорбления в свой адрес, сказанные с любовью в голосе, и тут же вскипает от лживой похвалы, сцеженной сквозь зубы.

Однако не так просто освоить это активное слушание, как кажется. Давайте немного потренируемся. Наш первый враг на данном пути – наши *автоматизмы*. Порой нам трудно просто сдержаться, чтобы не ляпнуть что-нибудь привычное, а ведь, кроме этого, нужно еще придумать, чем заменить эту обыденную реакцию. Поэтому без тренировки не обойтись. *Хотя бы на кошках.*

Итак, ваш восьмилетний сынишка вбегает в дом, всколоченный и взволнованный:

– **Ни за что не пойду завтра в школу!**

Наши действия?

1. Сдержат первые попавшие на язык фразы типа **«Я тебе не пойду!», «Что опять натворил?», «Не говори глупостей»** и т. д.

2. Быстренько оценить состояние ребенка и попробовать угадать его основную эмоцию. Обида? Раздражение? Испуг? Усталость? А чтобы гадать не пришлось, просто продолжите

разговор, повторив за ребенком его фразу, немного ее изменив: **«Что, не нравится ходить в школу?»** Обычно после такого вступления маленький жалобщик сам расскажет о том, что его волнует. Например, ответит: **«Да вечно там учителя придираются!»**

3. Теперь эмоция известна – это обида за какую-то несправедливость со стороны наставников. Что же, можно готовить следующую фразу, вроде **«А, на учителей злишься...»** или **«Обиделся на преподавателей, значит...»**

Совсем несложно. На первый взгляд. Но это только на бумаге. В жизни приспособиться к такому непривычному стилю общения не так-то просто. И непривычно, и фразы кажутся какими-то искусственными, и задумываться нужно над каждым словом. Словом, не так легко, как кажется. Зато в дальнейшем общении множество проблем решаются сами собой, потому что теперь ребенок не копит в себе негативные эмоции, он их делит с вами. А раз вы его понимаете и принимаете, у него нет повода для истерик, неврозов и капризов.

Но продолжим наш небольшой практикум. Самый простой способ освоить активное слушание – повторять за ребенком его фразы. Разумеется, перед этим их нужно немного модифицировать, иначе такое попугайство ребенок быстро раскусит. И тогда вместо душевного контакта мы получим нечто другое. Статус клоуна, например, или по крайней мере весьма странного человека.

Впрочем, если вам нужно время, чтобы собраться с мыслями, весьма неплохим продолжением разговора будет следующий вариант:

– В школу, говоришь, не пойдешь...

Никакого сочувствия мы в данном случае не проявляем, зато показываем ребенку, что мы его услышали. И готовы продолжить разговор. И, будьте уверены, он обязательно расскажет вам о своих неприятностях. Потому что мы **готовы слушать**.

Вообще, повтор фразы собеседника, при всей его примитивности, – очень эффективный прием. Особенная его прелесть состоит в простоте использования. Согласитесь, гораздо сложнее определить, что чувствует ребенок и адекватно ответить на его эмоцию, чем просто скопировать его последнюю фразу. Тонкость заключается лишь в тоне: если мы будем «попугайничать» рассеянно, как бы между прочим, то лишь испортим все дело. Не стоит также допускать вопросительной интонации. Вопрос часто интерпретируется как праздный интерес, а не как сочувствие. А вот утвердительная интонация приветствуется: пусть вы не совсем угадали с эмоцией, но вы демонстрируете, что вы понимаете вашего ребенка. О том, что дословно копировать сказанное крайне нежелательно, я уже говорил.

Еще несколько моментов. Может показаться, что применять какие-то хитрые технологии в общении с ребенком нечестно. Ведь в общении важна искренность, не правда ли? А какая тут искренность, когда каждое слово нужно подбирать, каждую фразу строить? Когда первое время обращаешь внимание не столько на ребенка, сколько на то, что и как говорить. Конечно, это сковывает. Как сковывают костыли того, кто без них прекрасно ходит.

Первые шаги в активном слушании действительно нелегки. Есть и скованность, и некоторая фальшь. И задумываться приходится, и паузы неловкие получаются... Но это первое время. А потом...

Потом случается ЧУДО. Ребенок *открывается* нам навстречу, мы начинаем его *понимать*. И не просто понимать – приходит удивительное чувство близости, единодушия, и наша любовь к нему расцветает новыми красками.

Но для этого нужно постараться. Преодолеть себя. Свою косность, свои привычки, свою лень и инерцию. Хотя бы попробовать.

И в то же время помнить, что активное слушание – это всего лишь один из приемов, применять который нужно только в определенной ситуации. Тогда, когда ребенок нуждается в том, чтобы его выслушали, и в то же время боится, что родители не воспримут его чувства всерьез. Этот способ работает тогда, *когда в семье уже есть трудности общения*. Если же ребенок сам с порога выкладывает все новости, да еще так, что его не остановить, какой смысл его еще подталкивать? Активное слушание – это стимулятор, который используется

только по назначению. Постоянное его применение не только не нужно, но и вредно. Ломать ничего не надо. Пусть ваше общение протекает как обычно. Важно не проморгать ситуацию, когда активное слушание вам понадобится. И воспользоваться им именно в такой ситуации.

В любом случае активное слушание – очень полезный инструмент. И при грамотном применении значительно облегчит вам жизнь. Но существует еще немало методов, которые помогут вам найти общий язык с ребенком. К таким методам, например, относится так называемое **Я-сообщение**, а говоря по-русски, сообщение ребенку своих чувств по отношению к его поступку. Причем обратите внимание: именно по отношению к поступку ребенка, но ни в коем случае ни к нему самому! Если, конечно, эти чувства – не любовь и нежность. Звучат Я-сообщения примерно так.

– **Мне становится страшно, когда я вижу у тебя в руках эти петарды,** (сын только что взрывал во дворе китайские взрывпакеты).

– **Я совсем извелась, пока дождалась тебя домой...** (дочка задержалась на дискотеке).

– **Знаешь, мне совсем не понравилось, как ты сегодня разговаривал с бабушкой** (ребенок нагрубил старушке).

– **Когда я вижу твою комнату в таком виде, мне прямо хочется плакать.** (сын опять устроил кавардак в своем жилище).

– **Меня раздражает, когда ты передразниваешь дедушку!**
(дочка кривляется вслед обиженному старику).

Я-сообщение называется так потому, что в нем вы сообщаете именно о **своих переживаниях**, в отличие от ты-сообщения, где взрослый указывает ребенку **на его** проступок или черту характера.

Опять-таки, сделать это предельно просто: нужно откровенно сообщить ребенку о своих чувствах. При этом, естественно, уточнив, что речь идет именно о его текущем поступке. А не о ребенке в общем. Ребенок (причем любой ребенок, даже самый «толстокожий») чрезвычайно остро воспринимает любые высказывания в свой адрес просто потому, что его представление о себе формируется в первую очередь мнением окружающих. Такова уж природа детства: копировать, учиться и постигать, ориентируясь на реакции внешней среды. А самое авторитетное мнение для ребенка – это мнение его родителей. Как бы внешне ни был неприступен ребенок, но слово, сказанное мамой или папой, для него всегда является **ВАЖНЫМ СЛОВОМ**. И оценка ребенка его родителями **ВСЕГДА** влияет на самооценку ребенка. К великому сожалению, не всегда положительно.

Обратите внимание: замечания в свой адрес ребенок воспринимает буквально!

То есть выражения:

1. Ты что, придурок?
2. Этого не понимает только полный идиот!
3. Ну ты и неряха!
4. Что из тебя вырастет?
5. В кого ты только такой удался?
6. Все нормальные дети...
7. Я так и знала, что ты все испортишь...
8. С тобой только опозоришься...

означают для ребенка следующее:

1. Я – придурок.
2. Раз я этого не понимаю, значит, я самый настоящий идиот.
3. Моя главная черта характера – неаккуратность, и это не исправишь.
4. Раз уж папа говорит таким тоном, уж точно – ничего хорошего.
5. Мама меня не признает, потому что я удался явно не в нее...
6. Значит, я – ненормальный.
7. Мама заранее знает, что от меня никакого толка.
8. Со мной даже находиться рядом – стыдно.

Давайте запомним одно правило: у ребенка нет полутонов. Он видит мир либо белым, либо черным.

Ребенок может быть либо плохим, либо хорошим. Для него это два четко разделенных понятия. Хотя дети постарше и стараются ввести разграничение – вроде: «Сегодня я немножко плохой, а завтра буду хорошим». Но это разграничение – на уровне логики, а не эмоций. Эмоционально ребенок – экстремал: он либо считает, что его любят все, либо что его ненавидит весь мир.

По этой причине оценивать ребенка в целом – крайне нежелательно. Вообще. Потому что даже положительная оценка – это оценка. А любая оценка подразумевает условие. Пятерки же нам в школе ставили не за «просто так». А значит, если сегодня я «хороший» и мама меня любит, то завтра я могу стать «плохим» и потеряю эту любовь. А для душевного здоровья ребенку необходима именно **необусловленная любовь**. Любовь без всяких условий – каким бы он, ребенок, ни был.

Если уж нам нужно высказать свое мнение (а наше мнение, кстати, ребенку также просто необходимо), то лучше его высказать именно по отношению к его поступку. Конкретному поступку. Причем начать лучше с Я-сообщения, то есть выражения своих чувств. Затем я посоветовал бы разъяснить ребенку, почему именно этот конкретный поступок вам не нравится. Этим вы выстраиваете ему ориентиры на будущее, на которые он будет опираться в своих дальнейших действиях.

– Я так огорчилась, когда ты сломал пульт от телевизора... Теперь мы не сможем смотреть твоих покемонов, а я не увижу свою «Татьяну», пока папа не купит новый...

Как правило, эффект от такой воспитательной беседы будет гораздо большим, чем от обычных «разборок».

Я не хочу, чтобы создавалось впечатление, что с ребенком нужно постоянно «сюсюкать», что на него ни в коем случае нельзя повысить голос и уж (не дай бог!) наказать. Совсем нет. Не только можно, но иной раз нужно. Разные бывают дети. Разные поступки. Разные ситуации. Лишь совершенно рафинированный психолог, который видел детей разве что на картинках, может утверждать, что в жизни любые конфликты можно преодолеть с помощью легких в усвоении и приятных в применении методик. Жизнь всегда оказывается гораздо сложнее. И если нам удастся относительно легко «разрулить» одну ситуацию, это вовсе не означает, что так будет с другими проблемами.

Нужно быть внутренне готовым к тому, что иногда придется (хотя лично мне бы хотелось, чтобы никогда не пришлось) повысить голос, стукнуть кулаком по столу или даже вытащить на свет божий ремень. Может быть, до этого никогда не дойдет. И это будет очень хорошо. Возможно, вы вообще не одобряете такие методы. И это тоже прекрасно. Но если разошедшийся ребенок не увидит в ваших глазах решимости – плохо будет вам обоим. Вам – потому что взрослый, которого заставил растеряться ребенок, мигом теряет свой авторитет в его глазах. Ему – потому что без авторитетного взрослого он лишается опоры – сильного, решительного и всемогущего родителя.

Раз уж мы заговорили о наказаниях, позволю себе несколько слов о таком древнем виде воспитания, как физическое наказание. Уж сколько копий сломали педагоги да воспитатели, великие и не очень гуманисты а-ля Руссо в спорах о том, что физические наказания – это анахронизм, дикость, что воспитательный процесс ни в коем случае не должен использовать такую мерзость, как ремень или розги. Даже ставить ребенка в угол – это преступление против его ранимой психики, а уж на горюх на колени – чистая инквизиция. Этого нужно избегать любым путем, поэтому изобретаются новые, прогрессивные методики воспитания, выдумываются все более эффективные средства контроля над ребенком, которые не подразумевают физического насилия. Только насилие психологическое. И порой мы искренне считаем, что получасовые психологические атаки на психику ребенка будут ему полезнее, чем шлепок по мягким тканям. Я не причисляю себя к великим гуманистам. Хотя, с другой стороны, не считаю себя и жестоким человеком. Однако к физическим наказаниям отношусь весьма спокойно. Не раз на своем жизненном пути я встречал ситуации, когда

ремень оказывался самым безболезненным и эффективным средством. Именно ситуации. Единичные, когда другие методы убеждения не действуют. Но ремень ни в коем случае не должен становиться основным и постоянным инструментом воспитания. В то же время есть дети, в отношении которых физические наказания просто недопустимы. Впрочем, любой родитель увидит различие сам и, думаю, без проблем примет правильное решение.

Разговор о родительских злоключениях будет неполным, если не затронуть тему дисциплины. Казалось бы, дисциплина и общение – понятия далекие. Однако это только на первый взгляд. Не бывает хорошей, крепкой дисциплины без такого же хорошего и крепкого контакта с ребенком. А это, само собой разумеется, – вопрос эффективного общения.

Под дисциплиной могут подразумеваться самые различные вещи. Каждый родитель устанавливает свои дисциплинарные стандарты. Другое дело, выполняются ли они тем, для кого устанавливаются, то есть ребенком.

Как правило, дети охотно выполняют те поручения, в выполнении которых они заинтересованы сами.

Для этого, в первую очередь, нужно, чтобы требования к дисциплине были, по крайней мере, понятными ребенку. Согласитесь, одно дело сказать:

– Не смей подходить к озеру!

И совсем другое – объяснить ребенку, почему этого делать нельзя. Конечно, гарантировать, что после наших объяснений ребенок ни за что не станет топтаться по берегу, никто не сможет. Однако запрет будет воспринят ребенком более лояльно, и вероятность того, что запрет будет нарушен, значительно уменьшится.

Естественно, мотивировать можно только те запреты, которые действительно необходимы. Если мы сами не можем объяснить ребенку, почему мы запрещаем ему что-то делать, то стоит задуматься, а стоит ли вообще это запрещать. Понятно, что иной раз проще сказать «нет», чем разрешить «на свою голову» и с тревогой наблюдать, как бы «он» чего опять не натворил. Итак, **запреты должны быть разумными и мотивированными.**

Запретов не должно быть слишком много. Когда на каждом шагу «нельзя», ребенок теряет уверенность, его инициатива сковывается, а в душе растет протест, который рано или поздно выплеснется наружу. Когда гайки слишком сильно затягивают, резьбу можно просто сорвать. Поэтому, повторно еще одно правило: **запретов не должно быть слишком много.**

Кроме того, **запрет должны поддерживать все члены семьи.**

То есть если папа сказал «нельзя», то было бы неплохо, чтобы его поддержали и мама, и бабушка с бабушкой. Тогда запрет действительно сработает, причем принят он будет всеми членами семьи как должное. Если же единства в семье нет, ребенок сможет играть на разногласиях взрослых, и уж о какой-то дисциплине в этом случае говорить несерьезно.

Конечно, бывают случаи, когда запрет не слишком разумен. Когда мама, к примеру, не согласна с решением отца. Или наоборот. Что делать в этом случае? Конечно, если решение явно несправедливое, то лучше всего обсудить это всем вместе. Однако если запрет непринципиальный, лучше обсуждать его наедине, без участия ребенка. При ребенке же отношения выяснять не стоит, а вот поддержать решение супруга (супруги) не помешает.

Однако и тут есть подводные камни. Хорошо, когда родители едины в своих требованиях. Плохо, если в результате таких совместных действий ребенок оказывается в одиночестве и без всяческой родительской поддержки. Это уже тревожная ситуация, когда маленький человек чувствует, что в семье ему не к кому обратиться. Пусть он что-то натворил, пусть он наказан, но должен же найтись взрослый, который поддержит его, утешит и приласкает. Зачастую эту роль исполняет бабушка (или дедушка). Однако таким же «добрым взрослым» может быть и папа, и мама. «Единые требования» этим не нарушаются, потому что они относятся к тому или иному действию ребенка, но не к нему самому.

Впрочем, дисциплина вовсе не ограничивается запретами. Скорее, наоборот: когда вокруг одни запреты, речи ни о какой дисциплине быть не может. Дисциплинированный ребенок не делает пакостей даже тогда, когда ему этого не запрещают. Как же приучить ребенка к такой дисциплине?

Хорошо зарекомендовала себя следующая схема. Родители разбивают основные действия ребенка на четыре большие категории по оси «можно – нельзя». При этом должно получиться нечто вроде:

- **Можно.**
- **Можно, но...**
- **Нельзя, но если очень хочется...**
- **Нельзя, и все!**

В первую группу записываются действия, которые ребенок имеет право совершать самостоятельно, не спрашивая разрешения у родителей. Обычно таких действий у дошколят немного, однако с возрастом эта группа растет. В любом случае у детей группа «можно» не такая уж большая. Что ребенок может делать без нашего согласия? Ну, выбирать себе друзей (а если какие-то хулиганы – мы что, не вмешаемся?), играть с игрушками (а если начнет ломать?). Это сложная группа, однако она обязательно должна быть. Иначе не будет не только дисциплины. Не будет и самостоятельности, что намного хуже.

Вторая группа, наверное, самая обширная. Она означает, что можно, но с условием. Приводи в домой кого хочешь, но чтоб не шумели. Играй во дворе как умеешь, но только до десяти часов. Садись за уроки когда угодно, но чтобы к школе все было выполнено. Продолжать дальше нет смысла – любой из родителей может значительно расширить этот список. Действия из этой группы могут переключаться со временем в первую группу. Это будет указывать на то, что ребенок повзрослел. А могут перейти и в третью. И это будет значить, что ребенок еще не готов к такой степени свободы.

Третья группа означает «нельзя». Правда, это не категорическое «нельзя». К примеру, нельзя ложиться спать позже одиннадцати. Но вот: Новый год, всем весело – естественно, делаем исключение. Или вот нельзя рвать цветы на клумбе перед домом – разве что на Восьмое марта. Исключения из этого «нельзя» должны быть именно исключениями – то есть применяться в **исключительных** случаях.

Наконец, четвертая группа – категорическое «нельзя». Думаю, тут все и так понятно. Нельзя перебегать дорогу перед несущимися автомашинами, нельзя разжигать огонь на полу в зале, нельзя привязывать кошке к хвосту консервные банки. Список можно продолжать до бесконечности. И тут родителям нужно быть очень осторожными, чтобы не записать в эту группу слишком многое. Пусть в «нельзя» останется лишь то, что действительно представляет реальную угрозу здоровью и жизни ребенка и окружающих. Если же непосредственной опасности нет, может быть, стоит делать оговорку?

К чему я привел это разделение? А к тому, что, сотворив подобную инвентаризацию действий ребенка совместно с ним, мы закладываем основу дисциплины. Мы очерчиваем границы, территорию, на которой ребенок будет чувствовать себя более уверенно. Ведь многочисленные капризы, неисполнимые желания и истерики происходят как раз по той причине, что ребенок пытается нащупать границы своего «можно». И если вместо этих самых границ он встречается с изворотливостью, податливостью и мягкотелостью родителей, которые боятся хоть чем-то обидеть свое чадо, ребенок проваливается в никуда. Ему не на что опереться, он остается в вакууме. Самое интересное, что у такого ребенка вместо благодарности родителям, которые не ограничивают его ни в чем, растет чувство пренебрежения и агрессии по отношению к ним. Как ни странно, но именно разумные ограничения дают ребенку ощущение защищенности. Что может защитить от бурь и непогоды внешнего мира? Стены да крыша, но никак не чисто поле. Остается только пожелать мудро выстраивать эти стены и эту крышу. Чтобы не было мучительно больно потом, когда будет уже слишком поздно.

2

Про то, что не обязательно говорить словами, или Язык тела

Ребенок – иностранец, он не понимает языка, не знает

направления улиц, не знает законов и обычаев. Порой предпочитает разобраться сам, трудно – спросит указания и совета. Необходим гид, который вежливо ответит на вопросы.

Януш Корчак. Право ребенка на уважение



Фразу о том, что все люди разные, мы слышим довольно часто. Как и о том, что душа другого человека – потемки. Только вряд ли кто-то особенно задумывается: а почему зачастую мы не можем договориться со вроде бы вполне вменяемым человеком? Почему не можем объяснить самые простые для нас вещи ребенку? Да-да, разные характеры, разный взгляд на жизнь, разный уровень образования – это все, конечно, важно. Но есть еще очень важные различия, которые делают общение между людьми не столь простым, как хотелось бы. Это особенности восприятия.

Есть довольно забавный тест, который я советовал бы провести на себе. Он несложный и в то же время позволит несколько определиться с вопросом о преобладающем типе восприятия. Очень, знаете ли, нужная информация.

Выгляните в окно и попробуйте описать, что происходит на улице. Для чистоты эксперимента желательно оставить свои заметки на бумаге. Уверяю, читать их будет интересно.

Итак, что вы написали? Что за окном – серый панельный дом в пять этажей, четыре иномарки – красная, синяя и две белых, зелень на деревьях, красивая девушка повернула за угол. Вон стайка воробьев облепила фонарь. Дети бегут в школу, рюкзак у одного желтый с полоской, у девочки – с какой-то картинкой (далеко, не разглядеть), а старшие ребята и вовсе с папками под мышкой. Примерно так?

Или так: ну чего там смотреть? Вон опять сваи лупят: звон на всю улицу. Машины туда-сюда, жужжат своими двигателями. Вот это – «мерсовский» дизель, я его по звуку не глядя отличаю. Птицы чирикают – небось, есть хотят. И еще дети вон пошли: галдят чего-то. Вообще, шумновато как-то во дворе, пойду отдохну.

А может быть, так: что-то мне небо не нравится. Похоже, холодно на улице. Вчера дождь был, так сегодня влажно. И сыкотно. Нечего сегодня по двору шляться, простудишься. Я-то тепло люблю. Дом весь трясется, прямо копчик вибрирует. Сваи забивают. Когда это кончится? Вон мужик в «жигуль» садится. Бог ты мой, как можно в этом «тазике» ездить? Там же сиденья – как табуретки. Корма, извините, затекает. Вон у того «Мерина» – другое дело. Люблю мерседесовские сиденья. Душа отдыхает...

Какое описание вам ближе и понятнее?

Очевидно, чем различаются вышеприведенные описания вида из одного и того же окна. **Первое описание – это описание зрительных ощущений.** Человек описывает то, что

видит.

Второе – это слуховые ощущения. То есть человек описывает то, что слышит.

И, наконец, третье – описание телесных, или кинестетических, ощущений. То есть человек описывает то, что он ощущал бы на улице – холод, комфорт, слякоть и т. д.

Эти описания отражают три основных канала, по которым информация поступает в наш мозг: глаза, уши и кожа. Конечно, есть еще нос, но он, увы, не является основным источником информации для человека.

Люди по-разному воспринимают окружающую действительность. Очень грубо способы восприятия можно поделить:

- на **визуальный**, или зрительный;
- **аудиальный**, или слуховой;
- **кинестетический**, или телесный.

Это универсальное деление: таким же образом и дети взаимодействуют с окружающим миром. Согласно способу восприятия все население нашей планеты можно поделить:

- на **визуалов**, которые воспринимают мир, как правило, через зрение;
- **аудиалов**, для которых большую ценность и информативность представляют звуки;
- **кинестетиков**, которые воспринимают окружающее через телесные ощущения.

Естественно, «чистых» типов не существует. Даже если ребенок – яркий визуал, это не означает, что он не воспринимает звуки или для него не важны ощущения. Просто его ведущий канал связи с миром – это глаза. Так же, как у аудиала может быть прекрасное зрение и он вполне адекватно опишет вам внешний вид предмета. Просто ему проще, естественней «слышать» мир, чем видеть его. Тот же кинестетик не может обойтись без зрения и слуха – только он верит не столько глазам и ушам, сколько своему телу. Если кресло неудобное, никто его не убедит, что оно хорошее. Даже если выглядит это кресло просто прекрасно.

Больше всего в мире визуалов. Это и понятно: зрительный способ восприятия у человека преобладает. Считается, что около 70 % информации человек получает именно через зрение. Гораздо меньше аудиалов. И еще меньше – кинестетиков. Но все же и те и другие составляют немалую долю человечества.

В общении, как и в обучении, выигрывают, как правило, аудиалы. Ведь общение идет через слова, через речь, то есть через канал, на который настроены именно аудиалы. Наглядная информация, всяческие демонстрации, а также образные описания ориентированы в первую очередь на визуалов. А вот кинестетикам приходится хуже всего: потрогать, помять, пощупать «материал» им приходится нечасто. Зато этот канал прекрасно используют продавцы, открывая свободный доступ к полкам с товаром. Или предлагая померить свитер или пальто. Или сесть за руль автомобиля в автосалоне.

Выраженный аудиал плохо понимает яркого визуала. И им обоим сложно найти общий язык с кинестетиком. Потому что они общаются на разных языках. И чтобы подобрать нужный ключик, нужно в первую очередь определить – кто перед вами.

– *Что ты купила! Я же говорила – самую лучшую куклу!*

– *Но Машенька, это и есть – самая лучшая! Посмотри, какое у нее платьице, какое красивое личико...*

– *Зато «мама» она говорит совсем не так красиво, как та, которую я хотела!*

Итак, постараемся дать описание детей с разными типами восприятия. Начну с самого распространенного типа – визуала.

Ребенок-визуал воспринимает окружающее через зрение. Он любит яркие краски, очень восприимчив к красоте. Как правило, у таких ребят хорошая зрительная память. Они прекрасно запоминают лица, места, где они бывали, форму предметов. Хорошо ориентируются в пространстве, но только тогда, когда освещение достаточное. В темноте такой ребенок теряется. Он любит смотреть яркие мультфильмы и кинофильмы, рассматривать картинки, зачастую хорошо рисует. Предпочитает не слушать, а читать самостоятельно. Чтобы запомнить стихотворение, он должен прочесть его самостоятельно.

Рассказывая о каком-то событии, подробно описывает действие, мелкие детали, то есть он описывает то, что «видит». Никогда не наденет на себя вещь, которая ему не нравится. При этом удобство одежды его мало беспокоит – главное, как он будет в ней смотреться. Причем это касается как девочек, так и мальчиков. В школе очень любит, когда преподают «наглядно» и когда информацию записывают на доске. Если учитель просто что-то рассказывает, маленький визуал начинает скучать. Ключевое слово для ребенка-визуала — **ВИДЕТЬ**.

– *Сколько тебе повторять – сначала нажимаешь кнопочку «Пуск», там находишь красную кнопку «Выключение», потом появляется окошечко...*

Безнадежно тихим голосом, со вздохом:

– *Пап, ты лучше покажи...*

Ребенок-аудиал мир слушает. Его основной канал связи с миром – уши. Как правило, этот ребенок любит слушать музыку, обладает музыкальным слухом и отменным чувством такта. Очень тонко различает оттенки голоса: он легко ухнет фальшь в ваших словах, так что лучше ему не врать. Для него не столь важны сами слова, сколько тон, с которым они произносятся. Ушки у него хорошие; порой этот ребенок слышит звуки, которые вы просто не улавливаете. Обожает слушать истории и сказки. Впрочем, если рассказчик плохой, быстро теряет к нему интерес. Среди детей-аудиалов нередко попадаются талантливые пародисты: они точно улавливают особенности речи других людей и могут точно воспроизвести их, поражая своими способностями родителей. Отличаются хорошей слуховой памятью. Долго помнят то, что слышали, при этом могут совершенно не запоминать лица и обстановку. Если им нужно выучить на память стишок, лучше всего прочесть его вслух несколько раз – они запомнят. В школе внимательно слушают объяснения учителя. К наглядной информации относятся без фанатизма. Ключевое слово для ребенка-аудиала — **СЛЫШАТЬ**.

– *Сашенька, завтра придет дядя Игорь, помнишь его?*

– *А, который умеет реветь «медведем»? Помню. Он еще тогда сказал: вот подрастешь, привезу тебе настоящий индейский томагавк, Александр!*

Ребенок-кинестетик ощущает мир всем телом. Ему обязательно нужно потрогать, понюхать, повертеть в руках. Он любит поваляться в теплой ванне, понежиться в мягкой кровати, обожает, когда ему делают массаж. Среди кинестетиков много полных ребят, ибо они, как никто другой, полно ощущают вкус пищи и пользуются этим в свое удовольствие. Для кинестетика важнее удобство, а не внешний вид. После знакомства с крольчонком он может не запомнить, какого он был цвета и какие звуки издавал, зато прекрасно запомнит мягкость и тепло его шерстки. Ребенок-кинестетик очень любит ласку, он с удовольствием заберется к вам на колени и постарается устроиться там с комфортом. Однако, если это у него не выйдет, быстро поменяет дислокацию. Он замечательно точно чувствует форму предметов, поэтому ему хорошо дается лепка из пластилина или глины. Вообще иногда создается впечатление, что у него – золотые руки. Он способен выполнять точную работу, его пальцы могут ухватить самые мелкие предметы, а материал слушается его, как заколдованный. Он прекрасно ориентируется в темноте. В одежде ценит удобство, одну старую вещь способен носить годами. К новым вещам привыкает тяжело. Понятия «красивое» и «модное» для него – пустой звук. В школе ему приходится туго: отдыхает он разве что на уроках труда. Ему нужно все подержать и потрогать.

Объяснения же учителя воспринимает с трудом. Отчего может заслужить репутацию заторможенного. Ключевое слово для ребенка-кинестетика — **ОЩУЩАТЬ**.

– *Ну ничего тебя не интересует... Вот вчера мы были в театре – тебе хоть что-то понравилось?*

– *Да.*

Мама, заметно повеселев:

– *Что?*

– *Кресла были очень мягкие...*

Если ваш тип восприятия совпадает с типом восприятия вашего ребенка – считайте, вам повезло. Потому что такое совпадение значительно облегчает общение. Хотя и не гарантирует полного взаимопонимания. Однако что делать, если вы, к примеру, выраженный аудиал, а ваш ребенок – кинестетик? Ответ прост: учить его язык. Постараться посмотреть на мир его глазами. Как это выглядит на практике? Примерно так.

Ребенку-визуалу постарайтесь поменьше рассказывать, зато больше показывать. Вплоть до того, что придется научиться рисовать. Допустим, для того чтобы объяснить визуалу дорогу к хлебному магазину, лучше всего нарисовать на листке бумаги схему маршрута, а не вдаваться в долгие рассуждения. Не успевает по математике? Рисуйте на листке тетради человечков вместо цифр. Не желает учить историю? Достаньте исторический фильм на заданную тему. В разговоре с ребенком-визуалом постарайтесь пользоваться образами, как будто пересказываете содержание немого фильма. Представьте, что вы разговариваете с глухим от рождения. Не упускайте из виду правило: чтобы этот ребенок вас правильно понял, он должен **УВИДЕТЬ** ситуацию.

И еще – скажите, что он сегодня очень красивый.

Ребенок-аудиал будет слушать не столько ваши слова, сколько интонацию. Любая похвала из ваших уст, сказанная раздраженным или равнодушным тоном, не только не обрадует, но и обидит его. Напротив: даже оскорбительные для него эпитеты он благосклонно пропустит мимо ушей, если вы произнесете их любящим голосом. Как было сказано ранее, не нужно пытаться скрыть от него свое волнение или пытаться его обмануть. Ребенок-аудиал инстинктивно чувствует фальшь и, как правило, остро на нее реагирует. Этот ребенок – музыкант. Он живет в мире звуков. Если он не воспринимает какую-то информацию, произнесите ее вслух. Не запоминает аксиому или стихотворение – попробуйте напеть их, как песенку. Ребенок-аудиал как бы не доверяет собственным глазам, поэтому он будет часто обращаться к вам за комментариями той или иной жизненной ситуации. Поэтому на вас ложится немалая нагрузка: вы должны будете объяснять ситуацию, быть его «глазами». Если общение с ребенком-визуалом напоминает общение с глухим, то теперь вам придется работать со слепым. Который зато хорошо слышит. Правило при общении с аудиалом – этот ребенок должен **УСЛЫШАТЬ** вас.

И еще – похвалите его. Ласковым и добрым голосом, разумеется.

С ребенком-кинестетиком гораздо сложнее. Образно говоря, он не только слеп, но и глух. Однако мир его ощущений богат и разнообразен. Неприятные ситуации он буквально чувствует кожей. Его восприятие значительно тоньше, чем восприятие визуала, да, пожалуй, даже тоньше, чем у аудиала. Он может внезапно замкнуться в себе, и вам будет очень трудно понять, в чем тут дело. Потому что сам ребенок не сможет этого объяснить – он просто почувствует, что с этим человеком ему почему-то не хочется разговаривать, либо внезапно ощутит себя крайне неуютно в незнакомом доме. Ощущения вообще плохо «переводятся» на язык слов, поэтому общаться с кинестетиком лучше на его языке. Так, этот ребенок может натуральным образом не слышать ваши громкие призывы к обеду, поэтому звать его на кухню лучше простым прикосновением. Достаточно, допустим, похлопать ребенка по плечу, и он сразу «очнется». Если визуалу нужно увидеть, аудиалу – услышать, то кинестетику – потрогать. Поэтому эти дети любят открытые прилавки. Учиться им нелегко. Но считать, например, кинестетик научится быстро, если дать ему в руки палочки.

Кинестетик живет ощущениями. Ваше ласковое объятие скажет ему больше, чем тысячи самых красивых слов. А уютная и теплая постель будет весомым доказательством вашей любви. В раннем детстве эти дети любят держать родителей за руку. Это придает им уверенность. При общении с таким ребенком помните: он должен **ПОЧУВСТВОВАТЬ** вас.

И еще – погладьте его. Как котенка.

Вот как, оказывается, все непросто. На самом деле процесс общения еще сложнее и проще одновременно. Потому что нужно учитывать не только основной канал восприятия ребенка, но и тип его нервной системы, темперамент, характер, настроение, уровень его развития. Вы, например, знаете, кто ваш ребенок – интроверт или экстраверт? Очень

возможно, что вы только краем уха слышали эти слова. В таком случае я попробую немного расширить ваш кругозор.

Великий психоаналитик Карл Густав Юнг разделил всех людей по их способу взаимодействия с окружающей средой (не только с себе подобными) на два больших типа – экстравертов, то есть «повернутых наружу», и интровертов, тот есть «повернутых внутрь». Это совершенно разные люди, даже если они живут одной семьей и являются близкими родственниками.

Для **экстраверта** внешний мир, окружающее представляется если не единственной, то самой важной реальностью. Внутренний мир, то, что называют душой человека, для экстраверта в лучшем случае – нечто непонятное и далекое, в худшем – просто красивые слова. Экстраверт живет событиями. Он счастлив, когда вокруг все вертится, когда в жизни возникают перемены, поездки, праздники, встречи. Он обожает общество, для него очень важно стороннее мнение.

– Мама, нам в школе сказали, что человек должен быть прекрасен внутри и снаружи. Внутри – это чтобы сердце было красивое?

– Да, Коленька, так.

– Надо на рентген сходить, посмотреть, какое оно у меня...

Для **интроверта** же реальность – это его переживания. Он живет внутренней жизнью, для него душа – это осязаемая сущность, которая может радоваться, цвести, болеть или умирать. Внешние события для интроверта – лишь зыбь на поверхности моря. Интроверты живут как бы иной, скрытой от посторонних глаз жизнью. Зачастую их мало занимают интереснейшие сплетни, не привлекают веселые компании, не манят яркие праздники. К себе же они относятся очень критично, причем постороннему человеку повлиять на его самооценку непросто.

– Андрюша! Гости все собрались, только тебя ждут, а ты тут телевизор смотришь? Они же пришли с тобой пообщаться!

– Мам, а много гостей?

– Много, много! Все пришли!

– А почему они друг с другом не общаются?

Экстравертов большинство, однако интроверты составляют около одной трети населения планеты. Так что вероятность того, что ваш ребенок – интроверт, достаточно высока. Что это означает, мы разберемся немного позже. А сейчас поговорим о таких понятиях, как интровертичность и экстравертичность. Существует несколько мифов, связанных с этими понятиями. Поэтому для начала разберемся, кем не является, к примеру, ребенок-интроверт.

• **Интроверт – не синоним меланхолика.** Интровертивный ребенок может быть подвижным и живым.

• **Интроверт – не значит «замкнутый» или «нелюдимый».**

Между прочим, очень многие интроверты обожают компании. Только в компаниях они ценят не новости и шикарный стол, а возможность душевно поговорить с хорошо знакомыми людьми. А демонстрируют свою «отдельность» как раз экстраверты – они любят «играть на публику».

• **Интроверт – не значит «рассеянный».** Рассеянных детей больше как раз среди экстравертов. И потому, что их больше вообще, и потому, что они обрабатывают больше информации, а значит, им есть что забывать.

• **Ребенок-интроверт вовсе не обязательно окажется излишне ранимым или отзывчивым.** Интроверт гораздо лучше владеет своими чувствами и эмоциями, на то он и «направлен внутрь». На ваше мнение такому ребенку чаще всего плевать, он имеет о себе собственное мнение. Обидеть же экстравертного ребенка гораздо проще: он ориентируется на оценки других. И очень серьезно воспринимает критику в свою сторону. Что касается отзывчивости, то тут нужно помнить: это экстраверт ориентируется на окружающих. Интроверту более интересен именно он, любимый.

• **Интроверту вовсе не тяжелее в жизни, это не изгой общества.** Интроверт ведь лучше чувствует психологию группы, легче вливается в нее и приспосабливается к ее законам. Его тяжелее обидеть, он гибче в психологическом плане. Поскольку «выделяться» ему незачем, то и группа его принимает хорошо. А вот экстравертам, особенно с большими амбициями, приходится туго...

Впрочем, хватит мифов. Перейдем к вопросу более интересному: как выяснить тип направленности именно нашего ребенка и, самое главное, что же делать с этим важным знанием?

Определить в ребенке *экстраверта* можно по его способу познания мира. Он живо интересуется окружающими его предметами, причем внимание его обычно недолговременное. Изучив что-то одно, он тут же меняет предмет своих интересов. Такой ребенок обычно очень любит путешествия, перемены. Если вокруг ничего не происходит – ему становится скучно. Не любит подолгу возиться с одной игрушкой, играть предпочитает в компании. Часто задает вопросы и спрашивает совета у родителей. Вообще ему очень важно получить одобрение со стороны – для него это означает, что выбранное решение правильно. В то же время эти дети не понимают, что такое «подстраиваться под мнение коллектива». Они считают, что это другие «не правы», что это они «виноваты во всем», и мысль о том, что проще перестроиться самому, вряд ли придет подобному ребенку в голову. Такие дети энергичны. Они подвижны, не жалеют сил, стараются все делать быстро. Как правило, ребенок-экстраверт хорошо ориентируется в социуме. У него много друзей (и врагов тоже), его принцип – других посмотреть и себя показать. К потребностям своего организма ребенок-экстраверт относится безалаберно. Заигравшись, он забывает обо всем, и мама может сорвать горло, призывая его за обеденный стол. Точно так же он игнорирует болезнь, пока она не уложит его в постель. Внешний мир для этого ребенка важнее, чем мир внутренний (и собственный организм включительно).

Ребенок-интроверт, как правило, более спокоен. Хотя его эмоции могут быть сильнее и разнообразнее, чем эмоции экстраверта, он не особенно любит выставлять их напоказ. Такой ребенок не бросается от вещи к вещи, он не гоняется за событиями и не слишком приветствует перемены. Он может часами играть с любимой игрушкой, бормоча себе под нос что-то, одному ему понятное. Ему не скучно оставаться одному дома. Его не нужно развлекать – он сам находит себе занятия. Занятия эти, как правило, малопонятные и даже странные, но «чем бы дитя не тешилось»... Кажется, что в компанию маленького интроверта особенно не тянет. Но если он сдружился с кем-то, то эта дружба будет долгой и надежной. Друзей, как и любимые вещи, он менять не любит, потому что сильно к ним привязывается. Ребенок-интроверт зачастую очень радует мать своей понятливостью и воспитанностью. Он меньше шалит, чем его экстравертивные сверстники, понимает мать с полуслова, с ним можно поговорить «по душам». В работе он кажется немного ленивым и медлительным: зачастую это происходит потому, что интроверт не любит хвататься за сто работ одновременно. Он предпочитает взять одну, но сделать ее аккуратно. К своему здоровью относится, как правило, очень бережно. Если экстраверт за играми может позабыть об ужине, то интроверт свой желудок обижать не станет. В целом интроверт живет в своем мире, и этот мир для него важнее всего, что находится снаружи. В отличие от экстраверта, он четко разграничивает себя и внешний мир.

Зная тип ребенка, можно эффективно строить общение с ним, избегая ошибок взаимопонимания. Зачем стучаться лбом о каменную стену, если ее можно обойти? А может быть, и нет никакой стены – просто мы говорим не то и не туда...

Представьте себе, что нужно объяснить чаду, что вам очень не понравилась его сегодняшняя выходка. Если ваш ребенок – интроверт, то надежнее всего будет просто *рассказать о чувствах*, которые вы испытали, когда узнали о его поступке. Будьте уверены: в чувствах этот малый разбирается очень даже неплохо, поэтому он обязательно поймет вас. Хотя это совершенно не означает, что он обязательно исправится. При этом вовсе не обязательно устраивать бурные истерики с заламыванием рук или грозить ребенку

страшными карами.

А вот с экстравертом этот фокус может не пройти. Экстраверту лучше просто красочно расписать, *в каком невыгодном свете он предстал перед глазами окружающих* и как вам жаль, что в этой ситуации вы не можете гордиться своим сыном (дочерью). Такая наглядная агитация подействует на него более эффективно, нежели долгие морали либо родительские истерики.

Вообще, как я уже говорил, готовых рецептов эффективного общения с детьми нет. То, что сработало один раз, может не оказать никакого эффекта в другой. Дети изменяются: они растут, они динамичны. И родитель практически всегда двигается на ощупь, методом проб и ошибок. Но не ошибается тот, кто ничего не делает, верно?

А как узнать, что ребенок вас слушает? Что он не просто делает вид, мол, я весь во внимании, но на самом деле понимает вас? Вот здесь помогут некоторые наблюдения, которые часто используют психологи нейролингвистического программирования (НЛП).

Самый простой признак того, что ребенок (да и взрослый тоже) доверяет вам и готов раскрыться перед вами, – это то, что он находится в **открытой позе**.

Это значит, что его ладони не сцеплены в замок и не спрятаны за спиной, а «смотрят» на вас. Вообще, если человек не прячет свои руки (например, в карманы) – это признак того, что он относится к вам скорее положительно. По крайней мере, не видит в вас врага. *Если ребенок сидит на стуле, признаком открытой позы будут разведенные в стороны колени.*

Даже если руки ребенка будут на виду, но сплетены в замок либо скрещены на груди – это признак недоверия. *Вообще любое переплетение пальцев, рук, ног, «крестики» конечностей говорят о зажатости, о недоверии и нежелании продолжать разговор.*

Если ребенок стоит, обязательно обратите внимание на его стопы. Куда смотрят носки его ботинок? *Если прямо на вас, то все хорошо: ребенок настроен на общение, вы ему интересны.* По крайней мере, убежать он не собирается. *Однако если носочки повернуты в сторону – нужно срочно удержать внимание малыша: он планирует убежать.*

Посмотрите и на позу ребенка: если плечи подняты, а спина колесом – это признак страха или агрессии. Обычно при этом пальцы ребенка автоматически сжимаются в кулаки. Это очень тревожный сигнал, и если вы не уверены в своих педагогических способностях, лучше не продолжать разговор, а отпустить чадо восвояси. Пусть немного придет в себя. А потом можно будет и продолжить.

Если малыш свободно откинулся на спинке кресла, его голова поднята, а руки свободно двигаются, то и дело демонстрируя открытые ладошки, вам повезло – это самый лучший момент для общения. Ребенок в прекрасном настроении, особенно если он улыбается. Он расслаблен и не ожидает от вас подвоха.

Самый верный индикатор отношений – это глаза. *Тут все просто: если ребенок открыто смотрит на вас, причем долго не отводит глаз, с его стороны это сигнал о симпатии и доверии к вам.* Конечно, если этот взгляд не наглый и изучающий. Хотя и в таком случае это скорее добрый знак: даже самый нахальный и невоспитанный ребенок не станет подолгу разглядывать совершенно не симпатичного ему человека.

Если ребенок быстро смотрит в вашу сторону и тут же отводит взгляд, значит, он вас изучает. Ребенок не знает, чего ему от вас ждать, он не уверен в своей невиновности перед вами и пытается выяснить, что же вы предпримете.

Вообще ситуация, когда человек отводит взгляд или избегает смотреть в глаза, обычно говорит о том, что он чувствует в чем-то свою вину перед собеседником либо пытается что-то скрыть. Однако не нужно всегда надеяться на эту примету: зачастую опытный врунишка может смотреть вам в глаза таким ясным взглядом, что вы, скорее перестанете доверять себе, нежели ему. Таких детей немало, и вы, скорее всего, не раз убеждались в этом.

Чтобы определить, говорит ли ребенок вам правду или же слегка лукавит, есть и другие способы. Например, если малыш прикрывает ладошкой рот или даже просто прикасается пальчиком к губам во время разговора, то, скорее всего, он говорит неправду. Аналогичное

значение имеет поглаживание носа или прикрывание его ладошками. *Подсознательный смысл этого жеста – скрыть источник неправды – губы.*

А вот почесывание уха или теребление его пальчиками укажет на то, что ребенок устал слушать или не доверяет вашим словам.

О недоверии говорит также **дистанция**, которую ребенок старается сохранять по отношению к вам. *Если вы не можете дотянуться до ребенка рукой, значит, он не испытывает к вам доверия либо симпатии.* Впрочем, если вы разговариваете с незнакомым ребенком, это вполне нормально.

Если же с течением времени ребенок подходит ближе, более того, стремится прикоснуться к вам или охотно протягивает руку, все нормально. Это значит, что контакт установлен.

Следующее простое правило поможет вам избежать множества конфликтов: *не заставляйте никаких серьезных разговоров, пока дистанция не сократится до минимальной, то есть пока ребенок не подойдет на расстояние вытянутой руки или ближе.*

На **доверие к вам** может указать положение головы ребенка: если он клонит ее в вашу сторону (когда стоит рядом или повернут к вам боком в компании), это весьма добрый знак. Если его голова наклонена «от вас» – смените тон. Ищите другие пути. Рано или поздно вопрос «где у него кнопка?» разрешится.

Есть хорошее слово, которое очень точно описывает доверие: это слово – «тянется». Вы ведь легко отличите, когда ребенок «тянется» к вам, не так ли? В прямом физическом смысле...

Вообще, самое главное – это быть немного более внимательным. Найти минутку, которая будет полностью посвящена именно вашему ребенку и никому другому. Пусть в эту минуту он почувствует, что сейчас в мире нет никого, кроме вас и него. И тогда никакие НЛП-методики не будут нужны. Как не нужны костыли человеку, который прекрасно ходит сам.

3

Простые непостижимые вещи, или Эти загадочные взрослые...

В конце концов, дети люди или не люди? И я уже даже не знаю, радоваться ли, что я ребенок, радоваться ли, что снег опять белый, или грустить, что я такой слабый?

Януш Корчак. Когда я снова стану маленьким



Взрослые – народ странный. Нет, вообще, они бывают очень даже ничего. Если с ними правильно обращаться и не дразнить, они почти не опасны. Впрочем, тут нужно знать, как обращаться со взрослыми. Что можно делать, чего нельзя. С какой стороны лучше подойти, а когда и вовсе обойти стороной. Взрослый – он и есть взрослый. Как бы дружелюбно себя он ни вел, он все равно больше и сильнее меня. Так что уж лучше с этим взрослым быть начеку и постараться все же с ним не ссориться.

Стоп! Прежде чем продолжить чтение, я прошу вас вспомнить себя маленькими. Да-да, постарайтесь вспомнить себя, свое мироощущение как можно в более раннем возрасте. Может быть, вам удастся вновь стать десятилетним (пусть на пару минут!), а может быть, всплывет яркое воспоминание и о более ранних годах. Некоторые утверждают, что помнят себя с годовалого возраста. Очень даже может быть. Только я прошу вспомнить не события, они не столь важны. Постарайтесь вспомнить именно ощущение себя в детстве. Свои чувства, свои эмоции, свой взгляд на этот мир. Сможете ли вы вспомнить себя маленьким? Я прошу вас: постарайтесь. Это очень важно. У нас нет иного пути, чтобы постичь и понять ребенка, чем на время стать им. А ведь это реально. Мы же все были детьми, правда?

Еще Януш Корчак, один из самых любимых и уважаемых мною педагогов, отметил, что человек испытывает благоговение перед большим и с пренебрежением относится к маленькому. Потому что большое – это сила, это значительность, это вес. А что такое маленькое? Маленькое – это маленькое. Это что-то, от чего можно отмахнуться. Толкнуть с дороги. Не заметить. Мы, взрослые, – БОЛЬШИЕ. А они, дети, – маленькие. Маленькие. Маленькие.

По-моему, взрослые на нас смотрят, как на мартышек. Потому что они любят смеяться, когда мы плачем, им весело, если мы падаем, а когда мы рассказываем свои сокровенные обиды, они просто делают вид, что сочувствуют. Или прямо в глаза говорят, что это «глупости». Глупости полночи по телефону звонить, когда папа снова на работе задерживается. Глупости целый день на мне с мамой зло срывать, если на машине кто-то царапину оставил. Этой царапины и не видно-то почти...

Глупости погоду два часа обсуждать, если ее все равно не изменишь. Или на работу ходить, которую каждый день называешь «тягомотиной», «геморроем» и «пустой тратой времени». Ну зачем тогда время тратить, если можно заняться чем-нибудь интересным? Ведь есть же интересные работы, правда? Или вот: то что взрослые называют отдыхом – разве это отдых? Собраться у кого-то дома, сесть на диван или на стул и есть, есть и есть, что наготовлено. И что в этом интересного? Мама с папой говорят: «Интересно побеседовать с друзьями, повидать своих». Повидать – это, я понимаю, посмотреть? Но разве это интересно? А вот поиграть вместе, побегать по стройке, погонять мячик, обменяться дисками с игрушками – вот это интересно. Или посмотреть, у кого какой комп. Или на скутере погонять по двору. Вот что интересно.

А ведь мы с детьми находимся в разных измерениях. У ребенка время спрессовано, у него в минуте целых шестьдесят секунд, а каждая секунда – это очень немалое время! Ребенок гораздо более энергичен. Его нелегко утомить, а уж если он устает, то быстрее восстанавливает свои силы. Поэтому создается впечатление, что дети не устают вовсе. Мы же, в основной своей массе не привыкшие напрягаться физически, устаем гораздо быстрее, а вот отдыхаем долго. Взрослому человеку на самом деле трудно угнаться за ребенком – и физически, и эмоционально. Для нас время течет быстрее, а мы сами по сравнению с детьми медлительны и неповоротливы. Попробуйте ради интереса поиграть с ребятами на улице. Лично меня, в общем-то, человека спортивного, хватает ненадолго. К тому же при общении с детьми нужно быть готовым к эмоциональным перегрузкам – дети живут эмоциями. Эмоции переполняют ребенка, а вот взрослый человек годам эдак к сорока – как правило, эмоциональный инвалид. Потому что во взрослом мире жить эмоциями не положено: это признак неуравновешенного и ненадежного

человека. Взрослый ведь живет умом, не правда ли? Отсюда и трудности в общении с ребенком: его сильное и энергичное эмоциональное поле сталкивается с нашим, значительно более слабым и зачастую ущербным. Вернее, не сталкивается, а проваливается в пустоту. В результате ребенок начинает скучать. А попытки общаться на ментальном, «разумном» уровне обречены на неудачу: тут уж недотягивают дети.

Все вокруг построено для взрослых. Все для них. Даже «Детский мир». Какой он детский, если тебя без мамы в него даже не пустят. А если пустят, то посмотрят так, как будто ты воровать туда пришел. И еще обязательно спросят: «А ты просто посмотреть или покупать будешь?» Что-то я не слышал, чтобы так ко взрослым обращались. Даже если эти взрослые по целому часу вокруг витрин ходят и совсем ничего не покупают... Потому что они – взрослые. Они – большие. Мы – маленькие.

А ведь правда, ребенок должен чувствовать себя в мире взрослых как лилипут в стране великанов!

Но самое обидное даже не это. Самое обидное, что взрослые никогда не воспринимают нас, детей, всерьез. Нет, когда им нужно, они могут поговорить с нами «серьезно». Это значит, что будут стыдить, уговаривать или давить на мое чувство сознательности. Только это не совсем то. Вернее, совсем не то.

Взрослые разговаривают друг с другом на равных. Конечно, если только это не начальник и его работник. А для нас, детей, любой взрослый – как начальник. Почему-то мы должны слушать его внимательно, не перебивать, не спорить и не препираться. И при этом выполнять все, что нам прикажут. Конечно, можно и не слушаться. Но тогда нас называют плохими, невоспитанными, хулиганами и бестолочами. Само по себе это, конечно, не смертельно. Ну, называют и называют. Не бьют же... Но очень уж неприятно. Главное – непонятно: почему так? Неужели взрослые считают, что все дети – какие-то недоумки? Что с ними нельзя просто так поговорить, как с обычным человеком, а надо обязательно посюсюкать, потрещать по голове, дать понять, что все-таки ты – маленький, и никакая ему, взрослому, не ровня.

И правда – не ровня. По очень многим параметрам не ровня. Только демонстрировать это совсем ни к чему.

А может быть, взрослые просто боятся принять детей как равных себе? Может быть, они думают, что тогда не смогут ничего контролировать, что мы, дети, станем наглыми, «сядем на шею» и перестанем их слушаться? Хотя разве они могут бояться детей, эти взрослые? Мы ведь на самом деле меньше взрослых. И слабее. К тому же они сами говорят, что самое главное богатство – это дети. То есть мы. И что нам, то есть детям, положено «самое лучшее». Только вот почему-то это не очень чувствуется. Даже наоборот: это «лучшее» почему-то взрослые ценят больше, чем своего ребенка.

У нас в классе есть мальчик, у которого очень богатые родители. Когда-то я ему завидовал. Потому что у него всегда есть деньги. А потом увидел, как он выпрашивает эти деньги у своего папы. Довольно противное зрелище. Я, например, не хотел бы вот так позориться. Даже за большие деньги. Но ведь хочется купить «чупа-чупс», новый диск с игрушкой, пойти в компьютерный клуб, подарить Ирке мороженое, сходить в бассейн, покататься на «Американских горках». А для этого нужны деньги. Которые детям зарабатывать не положено. Очень грустно...

Папа говорит, что мне нельзя давать деньги, ведь я все равно не умею их тратить. А мама говорит, что это все потому, что я не знаю, как тяжело их зарабатывать. А как я могу это узнать, если работать мне не положено, а в школе, которую родители называют моей работой, денег за учебу не платят? Правда, успокаивают: подрастешь,

наработаешься.

Между прочим, проблема детской собственности – очень серьезная. Зачастую она существенно влияет на взаимоотношения с ребенком. Проблема карманных денег выражается не столько в их количестве, сколько в контроле над их тратой. Этот контроль требует очень взвешенного подхода. Конечно, когда ребенок сам зарабатывает деньги, это воспитывает в нем определенные деловые качества, а также самостоятельность и уверенность в своих силах. Кроме того, это приучает ребенка бережно относиться к средствам. С другой стороны, дети-бизнесмены, как и модные нынче «бизнес-леди», приобретают черты, которые мало соответствуют идеальному образу ребенка или женщины. Практичность, расчетливость, жесткость, умение «работать локтями», напористость, наглость, корыстолюбие, азарт. Незаметно испаряется непосредственность и искренность. Изменяется картина мира. Мир начинает делиться на тех, кто продает, и тех, кто покупает. Взрослому легче: у него картина мира уже сформирована. Ребенок же воспринимает окружающее непосредственно, «впитывает» в себя мир, становится его частью. Это не хорошо и не плохо: так устроен ребенок. Так что же лучше? Стимулировать желание ребенка зарабатывать на жизнь самостоятельно либо «не отнимать у ребенка детство»? Однозначного ответа на этот вопрос у меня нет. Бывают разные дети, различные ситуации и разные условия.

Вообще, мне непонятны эти вечные отговорки взрослых: «еще успеешь», «у тебя еще все впереди», «потом наиграешься», «вот вырастешь», «когда станешь взрослым», «тебе еще рано». Что успею? Когда уже будет пора? Почему рано? Да ведь когда я еще вырасту, а мне нужно теперь! Вот теперь! Зачем мне, взрослому, нужны будут ролики? Много взрослых катается по улицам на роликах? И что я буду делать через десять лет с радиоуправляемой машинкой? Детям своим показывать? А ведь сами взрослые ждать не любят. Им нужно сейчас. И много. И сразу. Вообще, по-моему, никто не любит ждать. Только вот взрослые считают, что для детей ожидание – самое лучшее занятие.

Между прочим, у детства не так уж много времени. Четырнадцать лет – уже подросток. Не ребенок. До года – младенец. У взрослых времени-то побольше. С другой стороны: покупать все и немедленно – верный путь воспитать эгоиста и бездумного потребителя. Да и где денег-то на все напасть?

Выход? Покупать только то, о чем ребенок действительно мечтает. Как выяснить? Если просыпается утром и терзает вас вчерашним: «Купи собачку!» – стоит купить. Не откладывая на месяц. И тем более на год...

И еще хотелось бы, чтобы с мамой и папой можно было бы говорить обо всем. Даже о своих самых-самых тайных секретах. Только чтобы тебя при этом не стыдили, не читали морали и не ругали. Потому что тайны бывают разными, правда? Ведь бывают тайны, которыми можно поделиться только с самым близким человеком. С мамой, например. Но стоит только подумать, как может посмотреть на тебя мама, если узнает такое... Нет, лучше ничего не говорить. Только про свои успехи в школе и разные мелкие глупости. Так спокойнее. Вообще, иногда лучше поделиться своей тайной с другом, чем с родителями. Потому что родители – тоже взрослые.

Главнейшее искусство при общении с ребенком – принятие. Это очень сложное искусство. Означает оно следующее: что бы ни сделал ребенок, что бы он ни сказал и в каком бы настроении вы ни находились – для вас этот ребенок был, есть и будет лучшим, самым любимым и ценным человеком на земле. По крайней мере, пока вы разговариваете с ним. Придерживаться этого правила нелегко. Принятие нужно воспитывать, выращивать, лелеять. На быстрые успехи рассчитывать не стоит. Не стоит также надеяться, что это удивительное состояние будет постоянным и неизменным. Нет. Скорее это маяк, на который нужно

ориентироваться. Пусть будут срывы и спады, пусть иногда вам не захочется вообще общаться со своим ребенком – ничего. Он поймет. Но иногда вы должны быть именно таким – всепрощающим, всепонимающим и самым любящим на свете РОДИТЕЛЕМ.

А теперь немного наблюдений вместе с небольшими выводами-советами. Думаю, эти «мысли вслух» будут не только интересными, но и полезными. Ведь они не раз помогали налаживать контакт даже с самыми неразговорчивыми ребятишками – а это уже немало. Итак, настоятельно советую принять к сведению следующие моменты.

- Самое первое правило при общении с ребенком – это его безусловное принятие. Вы должны дать понять ребенку, что вы его любите, что он вам симпатичен. В этом заключается главный секрет общения с ребенком. Однако даже к своему ребенку мы не всегда испытываем любовь. Особенно если он напакостил, или что-то сломал, или обозвал вас, или «променял» вас на бабушку... **Просто вспомните его таким, каким вы его любите, – смеющимся, с протянутыми к вам ручонками. Вспомните, как он обнимает вас за шею. Помогает.**

- Ребенку всегда сложнее общаться со взрослым, чем взрослому с ребенком. Хотя бы потому, что позиция взрослого – это позиция силы. Но это не означает, что все дети испытывают трудности в общении со взрослым человеком. **Отсюда совет: улыбнитесь, когда подходите к ребенку.**

- Ребенок, как и взрослый, обожает внимание. И пусть не каждый умеет красиво говорить, но вот внимательно слушать может каждый. Пользуйтесь этим. **Поинтересуйтесь его делами, переживаниями, успехами – контакт обязательно будет установлен.**

- Никто не любит, когда с ним разговаривают как со слабоумным. **Поэтому постарайтесь избегать сюсюканья и чрезмерного упрощения в разговоре – если ребенок чего-то не поймет, он переспросит. Но зачастую дети понимают больше, чем ожидают от них окружающие.**

- Наставления, умные советы, поучения и менторский тон надоедают в школе и дома. Любой ребенок сыт ими по горло. **Хотите завоевать симпатию ребенка – не поучайте его.**

- Дети остро чувствуют несправедливость. Брату купили «Сникерс», а мне – вафельку. Это нечестно! Сестру пустили на дискотеку, а мне сказали делать уроки. Опять обида! Множество таких мелких «несправедливостей» порождает у ребенка стойкое неуважение к родителям. А демонстративное выделение успехов одного на фоне недостатков другого еще и посеет вражду между детьми. **Чтобы этого не случилось, попробуйте соблюдать паритет – поощрили одного, поощрите и другого. Хвалите дочь, похвалите и сына.**

- Часто дети не умеют четко выразить свои мысли, иной раз они не так ловки в своих действиях или вообще испытывают ваше терпение своей несообразительностью. Зачастую так и подмывает помочь ребенку в его неловких попытках собрать конструктор, закончить за него мысль, которую он никак не может сформулировать, или просто оборвать на полуслове. Так можно сэкономить время. И потерять доверие ребенка. **А чтобы завоевать это доверие – нужно терпение. Это же так легко!**

Такие вот простые правила. Надеюсь, они помогут вам немного лучше понять своего ребенка. Да и не только своего. Дети-то разные, да вот только нуждаются они, как правило, в одних и тех же вещах.

В этой главе мы всего лишь разобрали некоторые трудности, которые подстерегают ребенка в его нелегком деле общения со взрослым миром. Конечно, это далеко не все трудности. Очень многое осталось за кадром. Но учесть все ситуации не только невозможно, но и не нужно. Пример – он для того и пример, чтобы показывать способ решения задачи. Пример не должен быть шаблоном. Вообще в воспитании нет готовых решений. То, что подойдет одному ребенку, может совершенно не подходить другому. Более того, готовые решения, какими бы авторитетными педагогами они ни предлагались, несут в себе большую опасность: они усыпляют живую мысль родителя и дают иллюзию «легкого пути». Большая ошибка – считать, что можно научиться жить по книгам. Книга – лишь указатель, лишь

подсказка. Действовать и думать все равно придется нам самим.

4

Уроки Эрика, или Игры, которые играют людьми

Исследователи решили, что человек зрелый руководствуется серьезными побуждениями, ребенок – импульсивен; взрослый – логичен, ребенок во власти прихоти воображения; у взрослого есть характер и определенный моральный облик, ребенок запутался в хаосе инстинктов и желаний.

Ребенка изучают не как отличающуюся, а как низшую, более слабую и бедную психическую организацию.

Януш Корчак. Право ребенка на уважение



Пашка не шел, он летел домой в прекрасном настроении. Повезло сегодня просто сказочно: мало того, что последнюю физкультуру отменили и вместо пяти они учились всего четыре урока, да еще в дневнике красовались сразу три «пятерки», но самое главное – сегодня он выиграл у Сашки наклейку с Рональдиной, и теперь у него был полный набор наклеек. Старшаки сегодня не приставали, и это было очень хорошо, потому что выиграть-то несложно, а вот когда у тебя все отберут при выходе из школы – радости никакой не будет, это точно. Только и в этом была сегодня везуха: классная сегодня оказалась подозрительно доброй, поэтому отпустила их на целых десять минут раньше. Пашка быстренько распахнул по рюкзаку книжки и тетрадки и первым кинулся к выходу. По дороге, правда, чуть не упал, споткнувшись о ногу Артура, только Пашка удержался на ногах, а тот – нет. Как не радоваться! Стоило теперь вспомнить о том, что дома его ждала отмененная сохраниловка в Дьябло, где он только-только в новой броньке из полного сета будет прорубаться в Кураст, и ноги сами несли его к дому. Просто невероятная везуха для девятилетнего пацана!

Везение сопровождало его и по пути. На углу под таксофоном Пашка подобрал подозрительный фантик, который оказался самой настоящей десяткой. Находка еще больше окрылила Пашку, и теперь его пожирало нетерпение: прямо пятки горели, так хотелось побыстрее прибежать домой и похвалиться своими успехами родителям. Пашка уже не был Пашкой: он превратился в Человека-паука, который летел теперь над городом:

он был сильным, стремительным и очень-очень хорошим. Теперь ему хотелось делать только добро. Подбегая к подъезду, он даже проникновенно поздоровался с соседской старушенцией – бабой Клавой, чего не случалось с ним уже добрые три года. Нужно ли говорить, что несчастную старушку едва не хватил кондратий от столь нежданного выражения чувств. На третий этаж Паику внесли не его ноги, а быстрые крылья. Он рывком распахнул дверь и бросился в прихожую. Никого. В зал. Никого. В спальню – ну хоть кто-то должен быть в доме! Никого. Неясная тревога пробежала по Паикиному сердцу и тут же испарилась, потому что в зале ветерок поднял занавеску как раз там, где находилась балконная дверь. Балкон открыт – так вот где они!

Паика буквально влетел на балкон, и казалось просто удивительным, как его не вынесло прямо через перила с третьего этажа. Мама действительно была там – она развешивала мокрое белье. Паика аж захлебнулся от потока новостей, которыми ему просто необходимо было поделиться:

– Мама, мама, а я сегодня три пятерки получил... И еще десятку нашел... И еще...

Чего там «еще», Паика сказать не успел по той простой причине, что мама тут же погнала его с балкона:

– Ну-ка марш отсюда! Видишь, белье мокрое! А ты – с улицы.

Но, заметив растерянное лицо сына, поправилась:

– Подожди в комнате, потом расскажешь. Я скоро приду.

СТОП!

Если попытаться объективно взглянуть на ситуацию: как бы мы поступили на месте Паиной мамы? Правильно ли она поступила? Если нет, то где ее ошибка?

А главная ошибка не в том, что мама довольно грубо встретила сына, фактически прогнав его с балкона. На то имелись веские причины, и любой ребенок это понимает. Ее ошибка в другом – в предложении «подождать». «Подожди» для ребенка – не всегда выполнимая просьба. Можно подождать с завязыванием шнурков. Можно даже подождать, когда разогреется суп, даже если очень хочется кушать. А вот эмоции ждать не могут. Совсем.

Паика носился из комнаты в комнату, сгорая от нетерпения. Мама все копошилась на балконе, и казалось, что она возится там слишком уж долго. Наконец балконная дверь широко распахнулась, и в комнату вплыл сначала большой бельевого тазик, а уж затем – сама мама. Паика тут же кинулся к ней:

– Мам, а мам, а у нас сегодня последнего урока не было!

– Хорошо-хорошо... – рассеянно ответила мама, продвигаясь с тазиком на кухню.

– Это потому, что физкультуры не было. Там в зале сегодня мероприятие, и нас отпустили. Потому что заниматься было негде.

– Хорошо... – так же между делом отозвалась мама и тут же неожиданно добавила:

– Ты давай собирайся. Сейчас едем к бабушке.

СТОП!

А теперь вернемся к предыдущему вопросу и еще разок поставим себя на место Паиной мамы: как бы мы поступили на ее месте? Именно представим: вот она продвигается на кухню с мокрым тазиком, на дне которого еще плещется вода с отжатого белья. Ей нужно отнести все в ванную, причем не пролить на ковер. И сын пришел не вовремя – даже белье повесить не успела, да к тому же нужно к родителям ехать... Ну, и с сыном поговорить тоже нужно – хотя бы сделать вид, что ты его слушаешь. Обидится ведь...

И что бы вы сделали на месте этой мамы? Бросили бы тазик на пол и принялись бы расспрашивать, как дела в школе? Попросили бы подождать, пока не сели бы в автобус, чтобы ехать к бабушке? Извинились бы за свою занятость? Дети ведь – существа понятливые, если мама занята – поймут. Что бы сделал я, скажу

немного позже. Пока рассмотрим то, чего бы я не стал делать.

Во-первых, не стал бы отвечать рассеянно и невнимательно. Ребенок прекрасно это чувствует, и даже если пытается продолжать разговор, то вовсе не потому, что не замечает, что его не слушают. Ощущение, что его интересами и мнением пренебрегают, остается. Очень нехорошее ощущение, потому что именно в детском возрасте формируется самооценка. И формируют ее в первую очередь сами родители. Если же то, о чем говорит ребенок, не заслуживает внимания даже родной матери, можно не сомневаться, что эта самая самооценка будет не слишком высокой.

Во-вторых, тот, кто внимательно следил за ходом повествования, несомненно заметил, что у Пашки дома были свои планы. Пусть детские, пусть не приносящие практической пользы (а польза «бесполезных» детских занятий – это разговор отдельный), но свои планы. Пашка собирался продолжить бороться со злом за экраном монитора. Мама не просто не стала спрашивать о его планах. Она сразу навязала свои. В приказном порядке. Как в армии.

Кроме того, вот вы любите, когда вас ошарашивают неожиданными новостями? Я, к примеру, нет. Впрочем, возможно, это всего лишь индивидуальная черта моего тельцовского характера. Астрологи утверждают, что Тельцы не любят неожиданностей. Что ко всяким переменам их нужно готовить постепенно. Очень может быть. Только разве я один не люблю неожиданности? Очень сомневаюсь. Дети, конечно, более мобильны и гибки, чем мы, взрослые. Однако и им нужно время, чтобы воспринять изменившуюся ситуацию.

А теперь давайте повторим ситуацию: вы (да-да, вы, а не какой-то там Пашка, Юрка или Димка) возвращаетесь домой. У вас планов громадье, вам нужно: пообедать; полчаса посидеть – прийти в себя после рабочего дня (а кто сказал, что школа – не работа? Еще какая, милые мои! Еще какая... Только вот денег там не платят); посмотреть очередной выпуск «Пусть говорят»; сменить масло в стареньком «Форде»; зайти к соседу за дрелью, заодно перебросившись парой-тройкой новостей; полежать на диване. День удачный, есть чем поделиться с женой (мужем). Вы открываете дверь, сбрасывая с себя тяжкий груз работы и улицы, вы – совершенно расслаблены, вы – дома, в укрытии, в своей обители, где не нужно напрягаться, нервничать, «делать вид», «держаться марку». Вы теперь – беззащитны. Ваш панцирь «на выход» валяется в прихожей, под вешалкой среди обуви. И вдруг – удар не просто в спину, а в упор:

– Давай быстрее собирайся, едем к маме (теще, свекрови, на дачу – выбирай, что больше «нравится»).

Ну, и как ощущения?

Впрочем, это была только присказка. То есть завязка. Потому что в деревню ехать Пашка, естественно, не пожелал. Что неудивительно. Много ли взрослых поменяли бы блага и развлечения цивилизации на деревенскую скуку и чистый воздух, который дети ценят намного меньше, чем, к примеру, возможность посидеть в компьютерном клубе? И, естественно, говоря официальным языком, мнения разошлись. Как ни настаивала мама на своем, Пашка яростно сопротивлялся – не поеду, и все тут! Никакие доводы просто не действовали. И в конце концов, как это нередко случается, сильнейший применил силу. То есть Пашка был цепко захвачен за руку и буквально втащен в автобус, который тут же отправился. На двух следующих остановках Пашка пытался вырваться, однако мама оказалась сильнее, и ему пришлось продолжить мучительное путешествие. Когда автобус наконец прибыл на место назначения, отношения Паши с мамой упали до нулевой отметки. Паша абсолютно не реагировал ни на какие реплики мамы, едва сдерживал слезы и, казалось, возненавидел не только маму, но и все на свете. Как говорится – картина маслом. Финал. Катастрофа. Апогей конфликта. Ситуация, когда ни одна из сторон попросту не знает, как выйти из него.

Безвыходных ситуаций, как утверждал небезызвестный барон, не бывает (по крайней мере, хотелось бы в это верить). С выходом из этой конкретной беды мы разберемся немного

позднее. Теперь же мне хотелось бы разобраться в мотивации Пашиной мамы. Ведь, собственно говоря, активная сторона конфликта – это она. Она – более сильная сторона (как в физическом, так и психологическом плане). Она первая применила силу. В конце концов, это она – взрослый человек. Итак, почему же получилось так, что мама – самый близкий и любящий человек – вдруг так жестоко обошлась с сыном, ради которого, несомненно, она готова пожертвовать своей жизнью (и ради которого не раз жертвовала своим здоровьем)?

Буквально несколько фраз, которые, на мой взгляд, существенно проясняют ситуацию.

– **Да как же так? Это же мой сын, он должен слушаться!**

– **Он еще совсем сопляк и уже спорит со мной!**

– **Да неужели я управы на него не найду!**

Давайте еще раз внимательно прочитаем эти фразы. По порядку. Каждую. Начиная с самой первой. Пусть они сказаны в минуту запальчивости, но они передают состояние человека, который их произносит. Более того, они выдают причины, которые подвигли сказать их, а это очень ценная информация. Итак, по очереди.

– *Да как же так? Это же мой сын, он должен слушаться!*

Улавливаете интонацию? Хотя, может быть, следовало бы написать так:

– *Да как же так? Это же МОЙ сын, он должен слушаться!*

Или так:

– *Это же мой сын, он ДОЛЖЕН слушаться!*

А может быть, правильнее было бы написать вот так:

– *Это же МОЙ сын, он ДОЛЖЕН слушаться!*

Достаточно ясная фраза, не правда ли? Если это МОЕ, то есть принадлежит мне, то, естественно, это МОЕ ДОЛЖНО удовлетворять МОИМ требованиям. ДОЛЖНО. Человек, знакомый с психологией, вполне обоснованно воскликнет: «Мы никому ничего не должны!» Действительно, этот чисто американский лозунг практической психологии звучит сегодня повсеместно и многими воспринимается как аксиома. Ничего не имея против применения этой крылатой фразы в определенных ситуациях, я все же не стал бы так категорично утверждать.

Еще раз утверждаю, вопросы матери к ребенку (к окружающим, к Богу, к самой себе) «Мой ли это ребенок?», «Понимает ли он меня?», «Любит ли он меня?», «Не бросит ли он меня?» вечные. В основе этих вопросов – такая же вечная неуверенность человека в ЗАВТРАшнем дне. Страх за это ЗАВТРА. И, конечно, надежда прочитать это ЗАВТРА еще в СЕГОДНЯ. Давайте запомним это. Это важно.

Следующая фраза: «Он еще совсем сопляк и уже спорит со мной». Сопляк – это просто сопливый ребенок. Маленький ребенок. Ребенок, который не может обойтись без мамы. И этот маленький ребенок уже (!) спорит со своей мамой. Перечит ей. Идет на конфликт. В то время как он – смотри выше – должен быть «моим» ребенком.

На первый взгляд эта фраза целиком состоит из возмущения: как же этот малолетний негодник посмел спорить с родной мамой! Однако при более подробном рассмотрении легко заметить, что интонация фразы не только (и не столько) возмущенная. Чтобы эта интонация стала заметней, я просто возьму на себя смелость немного расширить фразу:

– **Он еще совсем сопляк, верно? И уже спорит со мной.**

Теперь, думаю, вторая интонация звучит отчетливей. Именно так: в этой фразе, кроме явно выраженного возмущения, есть нечто более тонкое – удивление, недоумение по поводу все той же неуклонной динамики, все тот же страх перед тем, чего мы не знаем. Это вчера ее сын был понятным маменькиным сыночком, а сегодня он уже спорит с матерью, бунтует. **Сегодня он немного не такой, как вчера.** И это – страшно. Пусть немножко, но страшно. А то, что пугает, что не нравится, то вызывает возмущение.

Я не пытаюсь сгустить краски. Хотя для художника, как и писателя, это естественно. Искусство для того и возникло, чтобы человек мог сконцентрировать многое в малых формах, будь то скульптура, книга либо песня. Конечно, родители не трясутся денно и ночью при одной мысли о том, что их ребенок меняется. Это удел невротиков. Однако в

жизни любого родителя наступает момент, когда поневоле задумаешься: а то ли еще будет? Ведь, как правило, момент этот наступает тогда, когда отношения с ребенком накаляются. И тогда следующий вопрос, который естественно вытекает из двух предыдущих, будет звучать практически одинаково у самых различных родителей. Хотя форма его может быть разной. Например, как у Пашиной мамы:

– Да неужели я управы на него не найду?

В этой фразе на первом месте уже не возмущение. Здесь вопрос. Чистой воды вопрос — **ЧТО ДЕЛАТЬ?** Хотя, конечно, как в капле дождевой воды над промышленным районом, в которой можно найти всю таблицу Менделеева, так и в этом крике души есть и возмущение, и угроза, и выражение собственного бессилия, и. Да много чего еще. Но и в этой фразе, как и в предыдущих, мы найдем все тот же страх – потерять стабильность, контроль и власть над своим ребенком. Страх будущего. Ведь будущее – это не обязательно «прекрасное далеко». И мы, дети эпохи перемен, прекрасно это понимаем.

Не будем осуждать Пашину маму за ее решительные действия и за ее горячность. Вспомним золотые слова: «Каждый мнит себя стратегом, видя бой со стороны». Она – родитель. Она воспитывает, кормит и одевает своего ребенка. Она рожала его в муках, не спала ночами, кормила его своей грудью, и именно она несет за него ответственность. Она, мама, а не сторонние дяди и тети, даже если они сидят в высоких кабинетах и по долгу службы поставлены блюсти интересы этого самого ребенка. И уж, конечно, именно ей решать, как поступать в той или иной ситуации.

Хотя это вовсе не означает, что в определенных ситуациях мы не имеем права дать совет. Дельный совет. Чем мы, наконец, и займемся.

Итак, в сухом остатке основные вопросы матери звучат следующим образом: «Что будет?» и «Что делать?». Собственно говоря, это просьба о помощи. Просьба не прямая, слегка замаскированная – но родителю нужно сохранить лицо. Расписываться в собственном бессилии, да еще перед своим же ребенком – это уж, извините. Непедагогично, что ли.

Основными ошибками Пашиной мамы, которые мы выявили выше, по моему мнению, являются следующие.

- *Когда ребенок переполнен эмоциями, его нужно обязательно выслушать. Можете не прерывать работу, но обязательно покажите, что вы его внимательно слушаете. Пашина мама просто отмахнулась – мол, позже – это первая ошибка. Эмоции ждать не могут, как не может ждать костер, если нет топлива. Эмоции-то перегорят, а вот пепел горечи останется...*

- *Слушать ребенка нужно внимательно. Можете не болтать с ним часами, но хотя бы несколько минут общения постарайтесь жить его интересами. Невнимательность больно ранит самооценку ребенка и создает почву для развития конфликта. Мама Паши не нашла этих нескольких минут. А насколько легче было бы затем перейти к ее предложению – ехать в деревню!*

- *У ребенка всегда есть свои планы. Даже если кажется, что у вашего-то балбеса их и быть не может. И не считаться с этими планами – еще одна большая ошибка. Пашина мама даже не поинтересовалась, есть ли планы у сына вообще. А ведь простое признание того, что, к великому сожалению, планы придется изменить, уже значительно снижает остроту конфликта. Ребенку всегда льстит, когда взрослые признают его мнение и хотя бы делают вид, что считаются с ним. В этом случае ребенок гораздо охотнее меняет свои планы именно потому, что эти планы уже СОВМЕСТНЫЕ – его и взрослого.*

- *Не нужно внезапных новостей. Есть дети, которые любят неожиданности, однако большинству нужен какой-то период адаптации. Поинтересуйтесь у ребенка, сможет ли он быстро собраться, если придется ехать? Расскажите ему о бабушке, которая ждет – не дожидается внука в гости и которой нужно помочь. И, опять-таки, поинтересуйтесь его планами, чтобы построить новый план вместе. Это легче, чем кажется!*

Вот на что я хотел бы обратить внимание. Ошибки довольно распространенные, и в советах ничего мудреного нет. Быть немного внимательнее к своему ребенку, вот и все.

Однако все обозначенные ошибки – всего лишь следствие типичной установки **Родителя**, которую некогда ярко описал известный психолог Эрик Берн.

Вообще-то, существует три установки-позиции:

Взрослый;

Ребенок;

Родитель.

Они лишь весьма условно соответствуют возрастам. Это скорее позиция человека по отношению к другому человеку. Позиция **Родителя**, к примеру, – это позиция всезнающего авторитета, который всегда лучше других знает, что и как делать, и поэтому действует силой: «Я сказал – ты сделал». Позиция **Родителя** может быть как жесткой, так и мягкой, когда применяются задабривания и уговоры, но суть ее от этого не меняется: **Родитель всегда навязывает свою волю окружающим**. И самым естественным образом его отношения складываются именно с **Ребенком**, то есть с тем, кто привык слушать и подчиняться, кто не имеет своего мнения. **Ребенок** – это безответственность, это невозможность либо нежелание просчитывать свои поступки, это инфантильность. Нормально взаимодействовать **Родитель** может только с **Ребенком**, а **Ребенок** – только с **Родителем**. Отношения двух **Родителей** остро конфликтны и поэтому неконструктивны, пока один из них не перейдет в позицию **Ребенка**. Отношения двух **Детей** вовсе не сложатся. Возможно, им будет весело некоторое время, однако весьма скоро возникнет конфликтная ситуация из-за присущей этой позиции безответственности. Ведь долгосрочные отношения – это всегда ответственность. Это цемент, который держит их. Нет ответственности – и песочный домик рассыпается на глазах. А вот отношения двух **Взрослых** – самые конструктивные и продуктивные. Что же это за позиция? А это позиция зрелых взрослых людей, которые полностью осознают свою ответственность и готовы взаимодействовать на равных. Позиция эта сложная, потому что подразумевает ответственность и определенную психологическую зрелость. Самое интересное в данной ситуации, что дети в отношениях между собой нередко находятся именно в позиции **Взрослого**, то есть общаются на равных. Ничего сверхъестественного в этой позиции нет. Отношений между **Взрослым** и **Родителем** и **Взрослым** и **Ребенком** просто не может быть: одна из сторон вынуждена будет перейти в другую позицию. Либо **Взрослый** станет **Родителем** для **Ребенка**, либо **Родитель** на время оставит надменный менторский тон и войдет в шкуру **Взрослого**, либо **Взрослый** вынужден будет подчиниться и стать **Ребенком** перед грозным **Родителем**. Но опять-таки: самая конструктивная и выгодная обеим сторонам стратегия общения – это отношения **Взрослый – Взрослый**. Хотя с первого взгляда может показаться, что ничего выгодней позиции **Родителя** нет. Как бы не так! В этой позиции отдача со стороны **Ребенка** настолько мала, что никак не покрывает издержки **Родителя**. И даже чувство своей власти и превосходства радуют ненадолго. Как говорится, славой сыт не будешь.

Так что же нужно сделать, чтобы наладить отношения на уровне **Взрослого**? А ничего особенного. Просто признать, что перед вами – равный. Такой же человек, как и вы. И регулярно поправлять себя, когда так и тянет скатиться в нравоучительство **Родителя** либо беспомощность **Ребенка**.

Надеюсь, краткий курс трансактного анализа Берна в моем изложении был не слишком утомительным. Система эта довольно проста, осваивается легко, а работает очень даже неплохо. Главное – немного изменить свой взгляд на человеческие взаимоотношения.

Ну а как же быть с нашими героями? Как же им выбраться из того тупика, в который они зашли совместными усилиями?

Я, например, вижу только один выход. Отбросить «родительские» заморочки и просто на равных поговорить с сыном.

Может быть, это он первым начнет разговор, но обычно первым это делает, как правило, взрослый. Просто потому, что он — **Взрослый**. Поговорить с ребенком в позиции

Взрослого, не поддаваясь на провокации его **Ребенка**, и в то же время самому не сорваться в **Родительскую** позицию – непросто. А вот как это сделать – мы обсудим далее.

Итак, наши герои находятся в состоянии холодной войны. Причины этого конфликта мы выяснили, теперь разберемся с тем, как нам выбраться из ситуации. Из ситуации пренеприятнейшей, как сказал бы незабвенный Шерлок Холмс в облики Ливанова. Как я уже отмечал ранее, причиной конфликта стала позиция матери. Для нее, впрочем, вполне естественная позиция **Родителя**. Эта позиция сама по себе не является деструктивной, иногда это просто необходимая позиция. Однако в некоторых ситуациях она может привести к весьма неприятным осложнениям. Например, когда интересы людей сталкиваются – как в нашем случае. Ребенок желает одного (пусть мы даже уверены, что он «сам не знает, чего хочет»), родитель – другого. Выйти из ситуации можно малой кровью, но большими душевными усилиями – это «взрослый разговор», то есть разговор с позиции **Взрослый – Взрослый**. Однако самый простой путь – это путь подавления, что мы, собственно, уже наблюдали. Поскольку этот путь не требует большого ума, то рассматривать мы его не будем. А вот позицию **Взрослого** разберем подробнее.

Прежде чем подходить к обиженному ребенку с какими-то разговорами, я бы посоветовал просто **выдержать паузу**. Потому что свежей обиде, как и свежей ране, надо дать время затянуться. Иначе любой контакт с ней будет весьма болезненным. Пусть ребенок остынет, развеется. Пусть он пообщается с бабушкой или дедушкой, найдет себе какое-то занятие. Это и будет признаком того, что разговор наконец можно начать. Но не ранее.

Помните: если ребенок демонстративно отворачивается, скован и неподвижен, не отвечает на прямые к нему обращения – он все еще серьезно злится, и попытки наладить отношения имеют сейчас очень малый шанс на успех.

Что же делать? Ничего. Ждать. Сколько? Сколько нужно. Пока он не расшевелится. Не займет себя чем-нибудь. Не ответит на чье-нибудь обращение. Не согласится помочь бабушке набрать ведро картошки. Не пойдет играть на улицу. И только тогда можно приступать к налаживанию отношений.

К этому нужно немного подготовиться. Потому что придется включить фантазию. Хотя бы для того, чтобы на месте маленького ребенка представить себе взрослого человека, равного нам по статусу. Иначе разговора опять не получится. Конечно, это нелегко – возможно, будет мешать ощущение неестественности, возникнет желание опять скатиться в позицию «Я начальник, ты дурак», то есть в позицию **Родителя**. Но если вы действительно хотите вернуть утерянное взаимопонимание, придется постараться. Итак, готовимся встать **Взрослыми**. Вместе с нашим ребенком. Готовы? Теперь можно переходить непосредственно к общению. Набрать полную грудь воздуха, мощно выдохнуть, подобно японским самураям, и...

...Ну, так уж напрягаться не стоит. Достаточно того, что мы придумаем первую фразу. Очень важную фразу, от которой будет зависеть очень многое. Еще лучше, если эта фраза придет сама. От сердца, от души. Вспомним предыдущую главу, в которой говорится о выражении своих чувств. Именно так: в первую очередь мы должны дать понять ребенку, что мы чувствуем. Это самый первый шаг к взаимопониманию.

Многие родители опасаются, что этот шаг – не что иное, как признание собственной слабости. Да, это так. В самом деле, родитель (мама или папа, неважно) показывают ребенку, что они – тоже люди, которые чувствуют, которым больно, которых можно обидеть. И самое удивительное – после подобного признания желания воспользоваться этой слабостью, как правило, у ребенка не возникает. Более того, подавляющее большинство детей начинают понимать своих маму и папу, начинают им **сочувствовать...**

Ничего удивительного в этом нет. Давайте вспомним, какие чувства мы испытываем по отношению к сильному, хладнокровному агрессору? Как правило, это страх, ненависть и жгучее желание его уничтожить. А к слабому и несчастному человеку? За редким исключением, сострадание и желание помочь. Так уж устроен человек. Это вовсе не означает, что мы выпрашиваем у ребенка сострадание, «давим на жалость». Как раз этого

делать не следует. Когда **Родитель** начинает заискивать перед ребенком, жаловаться ему и пытаться вызвать у него чувство жалости к себе, он становится не **Взрослым**, а **Ребенком**. Тогда самому ребенку придется принять роль **Родителя**, для него неестественную. И диалог опять не выйдет – будет лишь смена ролей. Зато уважение к своей маме (или папе) ребенок утратит. Наша задача – перевести отношения в ту сферу, в которой решение конфликта возможно, то есть на уровень **Взрослый – Взрослый**. Без жалоб, без «сюсюканья», без приказа или давления. Просто как констатация факта:

– **Извини, Павел, я сегодня погорячилась. Мне очень больно, что я так поступила.**

Вступление с извинением – в данной ситуации самое естественное решение. И далеко не самое плохое. Это не просто признание своей ошибки. Это первый и очень решительный шаг к **Взрослости**.

Затем не нужно торопить события. Только сильно обиженный ребенок после такого вступления не захочет продолжить разговор. Что делать в таком случае – смотри выше. Обычно же общение протекает примерно в таком ключе:

– **Да, знаешь, как обидно, что...** (далее ребенок перечисляет, какие обиды ему нанесла мама за этот нелегкий период времени).

ВАЖНО!

Пока ребенок изливает свои обиды, не нужно его прерывать или оправдываться. Просто слушайте, давая ему понять, что вы его действительно слышите, а не снова отвлеклись. Помните, что такое «активное слушание»? Можно кивать головой, утвердительно «угукать», приветствуются короткие фразы «Да-да», «Понимаю», «Да, это верно».

Когда ребенок начинает выплескивать свои чувства, это прекрасно. Какими бы ни были эти чувства: горечь, обида, злость и даже ненависть. Это признак того, что, как говорил незабвенный Михаил Сергеевич, «процесс пошел». То есть контакт установлен.

Как правило, грамотного «активного слушания» в большинстве случаев бывает достаточно, чтобы отношения наладились сами собой. Открою маленький секрет: **дети всегда заинтересованы в скорейшем разрешении конфликта** по той простой причине, что они всецело зависят от взрослых. Другое дело, что зачастую ребенок будет упрямиться и дуться до последнего, стараясь не выдать никоим образом страшную тайну, насколько ему важны любовь и признание родителей. Однако решительные и реальные шаги взрослого к примирению быстро находят отклик – что показывает, насколько ребенок рад налаживанию отношений. А следующий шаг укажет вам ваше родительское чутье. Думаю, тут вы не ошибетесь.

И только после того, как ребенок окончательно успокоится в ваших объятиях (впрочем, зачастую можно просто положить ладонь на его плечо либо взять его за руку), можно приступить к «разборам полетов» и начать выяснять, кто прав, кто виноват. Хотя, возможно, вам просто не захочется этого делать. И это будет один из признаков того, что конфликт исчерпан.

К конфликтам мы еще вернемся немного позже – тема эта обширна и чрезвычайно актуальна. А вот в следующей главе мне хотелось бы поговорить о том, что такое родительская любовь, в каких формах она проявляется и действительно ли наши дети знают, что мы их любим. Странное утверждение, не так ли? А тем не менее оно вполне реальное. Итак, как на самом деле нужно любить своего ребенка.

5

Будем друг друга любить, или Как на самом деле любить своего ребенка

Ведь детям кажется, что взрослые знают все и могут

ответить на любой вопрос. А мы не знаем, мы на самом деле не знаем.

Януш Корчак. Правила жизни



Если вы читали книги по детской психологии и воспитанию, наверное, заметили, что название этой главы буквально списано со знаменитой книги американского психиатра Росса Кэмпбелла «Как на самом деле любить своего ребенка». В свое время его книга произвела на меня неизгладимое впечатление. Не то чтобы она являлась каким-то невероятным открытием – отнюдь нет. Многие вещи, описанные в ней, можно было найти и в других источниках. Что-то я знал и безо всяких книжек – по собственному опыту. И все же книга Кэмпбелла мне понравилась чрезвычайно. Написано интересно, свежо, наглядно. Изложение систематизировано, есть масса интересных ответов на очень непростые вопросы.

Думаю, посвятить идеям, изложенным в этом издании, данную главу будет правильным решением. Ведь далеко не каждый, во-первых, читал самого Кэмпбелла, а во-вторых, даже те, кто читал книгу этого автора, обязательно увидят что-то новое, получат возможность взглянуть на известные вещи с иной позиции, глазами другого человека. К тому же я вовсе не собираюсь пересказывать сей чудесный труд (хотя он этого, безусловно, заслуживает), а изложу основные позиции Кэмпбелла со своей колокольни, ведь все-таки данный автор – американец, а отрицать различия национальных психологий может разве что отъявленный оптимист.

Главным лейтмотивом книги Кэмпбелла является то, что мы на самом деле не умеем любить своих детей. Именно так – не умеем. Не то что бы мы их не любим. Кэмпбелл уверен, что в большинстве случаев родители все-таки любят своего ребенка, причем иногда – очень даже сильно. А вот как раз выразить эту любовь может не каждый.

Действительно, проблема эта очень остра: как бы мы ни любили ребенка (да и любого другого представителя человеческого рода), но он об этом может и не догадываться, если мы не станем эту любовь демонстрировать. Причем демонстрировать грамотно, ибо в противном случае результат наших действий будет прямо противоположным ожидаемому результату. Нередки ситуации, когда в самых что ни на есть благополучных семьях дети (причем любимые и желанные) ведут себя явно не адекватно обстановке: хулиганят, грубят, становятся навязчивыми и наглыми или, наоборот, замыкаются в себе или обретают иные «странности». Кэмпбелл утверждает, что зачастую такие перемены в ребенке происходят

вследствие неадекватного выражения родительской любви, то есть ребенку попросту кажется, что его не любят. Причем родители, со своей стороны, могут души не чаять в своем отпрыске.

Как же такое происходит? Неужели выражение своей любви или симпатии – это тоже искусство? Видимо, так и есть. Мне, например, вспоминаются школьные годы, когда мальчишки дергали за косички своих одноклассниц. С их стороны это был знак внимания, потому что страдали именно те девочки, к которым агрессор был равнодушен. Однако для самих девчонок такие «ухаживания» были чем угодно, но только не выражением любви.

Родители иной раз поразительно напоминают таких вот мальчишек. Намерения, как водится, благие, а вот результат получается весьма далеким от ожидаемого. А как же тогда «правильно»? Итак, попробуем поговорить о том, как можно по-другому, более эффективно и с большим удовольствием общаться со своим ребенком.

СТОП!

Совсем маленький тестик: как вы сегодня показали вашему ребенку, что вы его любите? Не спешите дальше – это важный вопрос. Важный для вас.

Сегодня у Надюши был обычный день. Она честно отучилась в школе все четыре урока плюс один факультатив. Получила свои традиционные «пятерки» по математике и русскому языку, которые в их четвертом классе приходилось учить чуть ли не каждый день, и отправилась домой. По дороге заметила, как ее подруга Маша садилась в «Вольво» своих родителей, и брезгливо поморщилась: Машка, совсем как маленькая, постоянно целуется со своей мамашей каждый раз, когда ее забирают.

Ну правда – детский сад. Нет, моя мама, например, с какими-то слюнявыми поцелуями не лезет. Все-таки десять лет – это возраст. Надюша вздохнула. Живут же люди – на машинах домой катаются. Правда, у папы тоже есть машина, только он на ней на работу ездит. Да и живут они недалеко – чего зря машину гонять? А потом, мама говорит, что я уже самостоятельная. И уж что-то, но пройти сто метров до дому для меня вполне посильная задача. Вот так вот...

И в самом деле – через каких-то десять минут Надюша была уже дома. Мама крутилась на кухне – готовила обед.

– Как дела? – поинтересовалась она с порога.

– Хорошо! – откликнулась Надюша. – Две «пятерки» сегодня.

– Ну и молодец. Давай, переодевайся и иди кушать.

Прежде чем пойти в свою комнату, Надюша заглянула на кухню – хотелось взглянуть на то, как обрадовалась мама ее успехам. Но мама была занята – она как раз отдирала пригоревшую котлету длинным кухонным ножом. Надюша вздохнула еще разок и пошла в свою комнату.

Она аккуратно сложила свои вещи, повесила школьное платье в шкаф, собрала волосы под резинку и помыла руки. Теперь можно было садиться за стол.

Тем более что обед был уже готов – любимая Надюшкина говяжья котлета с картофельным гарниром, да еще борщ и самый настоящий вишневый сок – просто праздник какой-то. Правда, кушала Надюша плохо – не потому, что мама невкусно готовила, а просто потому, что не в еде было ее, Надюшино, счастье.

– Что еще в школе? – поинтересовалась мама, и Надюшка стала перечислять свои сегодняшние победы. Их было не то чтобы слишком много, но достаточно для того, чтобы мама еще раз расщедрилась на похвалу:

– Ты у меня молодчина, дочка... – и направилась к Надюшке.

Надюша устремилась навстречу маминой руке – но рука скользнула где-то выше ее головы, сняла с крючка на холодильнике полотенце и опустилась на стол, где расположилась маленькая лужица от вишневого сока. Надюшка вздохнула третий раз. У нее была хорошая мама, самая лучшая мама. Которую она очень-очень любила. И мама ее тоже любила очень-очень сильно. Наверное...

Вот правда: если мы любим котенка, но не гладим его – как он догадается о том, что мы его любим?

– Ну что, покушала? Тогда беги, а то у меня сегодня много-много дел...

Мама опять крутилась около плиты, и Надюша знала, почему: скоро должен был приехать с работы папа, а он любил, когда на столе была всяческая зелень, которую Надюша, кстати сказать, напрочь не переносила. Так что теперь маме придется шинковать разные салаты. Напоследок Надюша бросила взгляд на мамино лицо, пытаясь уловить знак, который дал бы ей понять, что она сегодня – в самом деле молодец, но мама уже отвернулась к разделочной доске и что-то сосредоточенно резала. Надюшка вздохнула в четвертый раз и соскользнула со стула. Уходить из кухни почему-то не хотелось, и уже в дверях она сделала еще одну попытку:

– Мам, а вот Машку домой все время на машине забирают...

– Ну, раз у Машиных родителей столько денег, то пусть катаются себе.

– Да, и еще она вообще – такая задавала...

– Наденька, мне некогда. Иди сделай уроки. Или, если хочешь, погуляй. Хорошо?

Надюшка ждала, что мама хотя бы обернется, но она не обернулась – просто резала на доске большие зеленые листья, бросая фразы через плечо.

Ладно, придется подождать. Надюша направилась в свою комнату, разложила на столе школьные тетрадки. Теперь она сделает уроки, а уж гулять – потом. Чтобы ничего не мешало. Она так привыкла. Мама всегда говорила: «Делай дело – и гуляй смело». Да и у папы работа – это самое главное. Потому что нужно «кормить семью».

Математика не давалась. Вроде бы простая задачка, но Надюша никак не могла сообразить, как можно получить километры, если известно только время. Впрочем, можно подойти к маме, ведь это не ерунда, это ведь важный вопрос, правда? Положив развернутую тетрадку на книжку, Надюша направилась на кухню. Мамы там уже не было, однако по скрипу дверок шкафа Надюша догадалась, что мама в спальне, и пошла туда. Мама действительно была в спальне. Она что-то сосредоточенно искала в шкафу, практически исчезнув среди вороха висящей на плечиках одежды.

– Мама! У меня задача не получается.

Шорох в шкафу не прекратился, и Надюшка подумала, что мама ее просто не слышала.

– Мама! У меня...

– Надежда! Давай с твоей задачкой как-нибудь позже! Видишь, я занята...

И правда, куда она с задачкой... Мама вон как занята.

Вывод: шмотки в шкафу важнее, чем я. Разве мама не так сказала?

Надюшка честно выдержала до вечера. Иногда она проверяла, занята ли мама. Но сегодня, впрочем, как и всегда, у мамы было много дел. Очень много. Потом пришел папа. Поел и улегся на диван – отдыхать. Надюша подошла к нему со своей задачкой, и задачка легко решилась. Впрочем, Надюша сама догадалась о решении, даже быстрее, чем папа все объяснил. И тут же сообщила об этом.

– Вот видишь... Сама можешь. Нужно только посидеть и подумать, а не сразу бежать за подсказками. Ладно, иди делай уроки... – устало произнес папа, и Надюша как-то сразу потухла. Все-таки она сама догадалась, пусть и немножко с подсказкой.

Мама сидела в своей комнате и читала. Надюшка подошла к ней – ей хотелось похвастаться, что задача решена. Или просто побыть рядом с мамой.

– Молодец, доченька. Ты у меня самостоятельная. Ну хорошо, беги погуляй, дай маме отдохнуть, – мама на секунду взглянула на дочку, и Надюшка как-то даже выпрямилась.

– И волосы расчеши, а то торчат, как у чертика, – добавила мама и опять уткнулась в книгу.

Надюшка вздохнула в очередной раз – который раз за сегодня. Пойдет она лучше спать. Завтра нужно будет постараться, чтобы быть еще лучше. Чтобы мама и папа наконец увидели, какая она на самом деле хорошая. Чтобы они наконец полюбили бы свою дочь. По-настоящему.

Такая вот простая история. Несколько замечаний: папа с мамой, о которых я рассказал, – ХОРОШИЕ. И семья их тоже ХОРОШАЯ. По крайней мере, не хуже большинства семей. И еще одно: и папа и мама, несомненно, любят свою дочку.

У ребенка, как и у взрослого человека, потребностей множество. Это, естественно, потребность в пище, воде, воздухе, сне, развлечениях, в теплой (и красивой) одежде, в общении, даже в обучении. Есть еще одна потребность, о которой говорят не так часто и которая зачастую и потребностью-то не считается. Это потребность в любви. Да-да, любовь необходима для жизни ребенку точно так же, как пища или одежда. Или даже более. Кэмпбелл приводит весьма впечатляющий пример – так называемого синдрома внезапной младенческой смерти, когда маленький ребенок умирает безо всяких видимых причин в младенческом возрасте. Перед этим он перестает развиваться, отказываясь от кормления, становится вялым и не проявляет интереса к окружающим. Так вот, Кэмпбелл утверждает, что причина этого – в отсутствии искренней материнской любви, в том, что ребенок чувствует, что его отвергли, что он никому не нужен. Потому что для ребенка любовь – это жизненная необходимость. Но и любовь, как пищу, еще нужно правильно подать, чтобы ее можно было переварить. Вот как раз об этом и будет дальнейший разговор.

Продолжая аналогию с пищей, введу один из терминов Кэмпбелла: «эмоциональный резервуар», который должен быть наполнен эмоциями любви и приятия, как желудок – пищей. Когда ребенок проголодается, он идет к столу. Точно так же, когда истощается его «эмоциональный резервуар», он идет к родителям, чтобы пополнить его их любовью, лаской и вниманием. Если ребенку не хватает этих проявлений родительской любви, он начинает голодать – эмоционально. Со временем количество перерастает в качество, то есть у ребенка появляются серьезные изъяны в поведении, характере и отношении с родителями. Профилактика тут проста: вовремя «подкармливать» ребенка энергией любви и приятия, держа его «эмоциональный резервуар» полным. «Перекормить» ребенка любовью, как утверждает Кэмпбелл, нельзя, как нельзя наполнить чашку выше краев жидкостью. Она просто перельется через край. Ребенок, утолив эмоциональный голод, упорхнет на улицу, к друзьям. А весь водопад эмоций, который обрушится ему вслед, прольется вхолостую: чаша-то полна!

Однако какими способами можно выражать эту любовь? Достаточно ли просто говорить об этом своему ребенку или есть более эффективные способы? Есть. Кэмпбелл выделяет три основных способа выражения любви:

- контакт глаз;
- физический контакт;
- пристальное внимание.

Остановимся на этих основных китах общения подробнее.

Контакт глаз

Есть очень распространенная фраза, имеющая начало в Новом Завете, о том, что глаза – это зеркало души. На самом деле, сложно переоценить важность взгляда: взглядом мы выражаем любовь, боль, ненависть, одобрение. Взгляд может быть ласковым, колючим, холодным, жгучим – перечислять можно бесконечно. Японские самураи убивали взглядом бешеных собак; профессиональные гипнотизеры взглядом лечат давнюю хворь. Выражения из литературы – «взглянет, как одарит», «резанул взглядом», «они одного взгляда его боятся», «от ее взгляда мороз по коже» – не просто образы. Это физические ощущения.

Взгляд человека многое расскажет о нем самом. Вряд ли мы станем доверять тому, кто «прячет глаза», отворачивается, отводит взгляд. В то же время мы подсознательно доверяем

человеку, у которого взгляд открытый, доброжелательный и ясный.

Взгляд исподлобья – недоверие и тревога.

Бегающий взгляд – желание что-то скрыть, нечестность.

Взгляд тусклый, без выражения – хроническая усталость, эмоциональная истощенность или болезнь.

Блеск в глазах – верный признак физического (да и душевного) здоровья.

Широко распахнутые «живые глаза» – интерес.

То же самое, но взгляд остановившийся, «мертвый» – ужас.

Как видим, взгляд – это важное оружие. И очень важно правильно им пользоваться.

Самый, наверное, распространенный взгляд, который мы адресуем непосредственно нашему ребенку, – это пристальный, строгий взгляд судьи в ситуациях, когда он что-то натворил. Педагогически грамотные мамы знают, что иногда такой строгий, уничижительный взгляд действует гораздо эффективнее папиного ремня. Особенно хорошо таким типом взгляда владеют старые, опытные педагоги. Оно и понятно: в школе не так уж много дозволенных мер воздействия на ученика, а уж за взгляд, каким бы он ни был, никто не осудит. Ощущения ребенка, находящегося под воздействием такой процедуры, не слишком приятные. Что-то похожее на холодный водопад и укус ядовитой змеи одновременно. Если таким способом и можно наполнить эмоциональный резервуар ребенка, то наполнится он, скорее всего, змеиным ядом. Который вскорости выплеснется наружу, причем на тех, кто окажется поблизости. **Нужно ли нам это? Ведь, как правило, большую часть рядом времени оказываемся мы сами, не так ли?**

Естественно, такой взгляд – это отнюдь не розовая мечта любого ребенка. Скорее, наоборот. А ребенок, как и взрослый, нуждается во взгляде любящем, ласковом, понимающем. Ребенок любит, когда на него смотрят с восхищением, когда взгляд родителя лучится радостью и гордостью за своего сына или дочь. Такой взгляд – это самый лучший подарок, самое лучшее поощрение для ребенка. Более того, такой взгляд – это необходимая «пища» для любого ребенка.

Контакт глаз, то есть взгляд глаза в глаза, чрезвычайно важен как для ребенка, так и для взрослого. Самое крепкое доверие, самая прочная связь рождаются только через такой контакт. Не бывает прочных и сердечных отношений у людей, которые не смотрят друг другу в глаза. Вообще, контакт глаз – лучший индикатор отношений. Чем дольше этот контакт во времени, тем более вы доверяете человеку, тем больше вы его любите.

Если ребенок смотрит вам в глаза подолгу, не отводя глаз, если ему нравится заглядывать вам прямо в глаза – радуйтесь! Это значит, что он любит вас и доверяет вам.

Не нужно искать повода, чтобы заглянуть в глаза ребенку. Такие поводы будут предоставляться сами собой в течение всего дня. За игрой, за столом, во время совместного приготовления уроков, при минутных встречах на коридоре, по пути на кухню, при пожелании «спокойной ночи» поздно вечером.

И уж, конечно, не нужно специально таращиться по принципу «кто кого пересмотрит». Это не только не нужно, но и вредно: такие «гляделки» только пугают ребенка.

Весь фокус контакта глаз состоит в том, что это **не вы ищете взгляд ребенка, просто принимаете его взгляд** тогда, когда ребенок стремится к контакту. Это совсем несложно. Заставлять или переламывать себя здесь не следует – это процесс естественный. Единственное, что от вас действительно требуется, – сохранить доброе, радостное душевное состояние, потому что только в этом случае ваш взгляд будет излучать любовь. Хотя близкий духовный контакт со своим ребенком – это сама по себе радость. Вы любите смотреть в ясные, лучистые глаза ребенка? Я люблю. Потому что это непередаваемое чувство. Потому что это не мы подпитываем ребенка – мы сами становимся сильнее, чище и счастливее.

В течение дня ребенок будет не раз и не два подбегать к вам с различными мелкими

пустяками, которые могут вас несказанно раздражать. Раздражение это рассеется, если вы поймете, что эти пустяки – на самом деле только повод для того, чтобы получить очередную порцию вашей любви, пополнить свои эмоциональные запасы. Обратите внимание, что первым делом совершает ваш ребенок, подбегая к вам. Он пытается заглянуть вам в глаза. Он ищет контакт, он задает извечный и самый важный детский вопрос: «Ты меня любишь?» Этот вопрос требует ответа, но ответа не словесного (хотя и он иногда чрезвычайно важен). Ваш ответ – в ответном взгляде глаза в глаза. Взгляде любящем и принимающем.

Ребенок, чей эмоциональный резервуар полон, – здоровый, крепкий и психологически устойчивый. Его непросто обидеть, и он сам не захочет обижать других, его не тянет на сомнительные «приключения». Потому что ему не нужны сторонние «острые ощущения», ведь он – эмоционально сыт. А сытый человек не станет подбирать отбросы на улице или копаться в мусорке. Как правило (как правило! Однако далеко не всегда), ребенка выталкивает на улицу именно эмоциональный голод, который родители не в состоянии удовлетворить. А там уж – закон улицы: человек человеку брат, товарищ и волк.

Впрочем, тут вполне уместен вопрос: а если «перекормить»? Не избалуем ли мы ребенка излишней любовью? Не переборщим ли с этим самым «контактом глаз»?

Это вряд ли. У ребенка всегда найдется масса более интересных дел, чем сидеть со своими родителями и играть в «гляделки». Контакт глаз – это форма передачи энергии, эмоций, тепла, любви. Это своеобразная форма заправки эмоциональным горючим, которое будет тратиться на более увлекательные вещи: игры со сверстниками, состязания, компьютер, общение с друзьями и т. д. Получив свою порцию «горючего», ребенок упорхнет, как птичка, чтобы заняться своими делами, оставив вам после себя легкое ощущение предательства. Ведь только что несколько долгих минут главным человеком в мире для него были ВЫ, и вдруг... И вдруг убежал. Так и должно быть. Не расстраивайтесь. Он прибежит опять. И опять заглянет вам в глаза – и вы снова станете для него самым главным человеком на земле, хотя бы на несколько минут. И это правильно. Значит, ваш малыш нашел себя в этом мире, значит, вы как родитель выполняете свою функцию – подготавливаете его к жизни в Большом Мире, в котором так трудно одному и без помощи. Утешайтесь тем, что даже там, в мире улицы, вы все равно остаетесь для своего ребенка Самым Главным Человеком на Земле. Потому что в минуты слабости и несчастий он обязательно придет к вам.

Физический контакт

Контакт глаз, безусловно, очень важен. Однако не менее важен для ребенка и другой вид контакта – физический, или, проще говоря, прикосновения. Многие родители великолепно владеют контактом глаз, они даже общаются со своими детьми практически без слов – с помощью взгляда. Однако это не гарантирует, что с физическим контактом дело будет обстоять так же хорошо. Особенно у пап, которые традиционно считаются более сдержанными в выражении своих эмоций, а тем более всяческих обниманий, поцелуев и поглаживаний. Как правило, это удел мам. Хотя, как ни странно, не все мамы пользуются этим замечательным средством контакта, а если пользуются, то не в полной мере.

Действительно, обнять или приласкать маленького ребенка считается вполне естественным. С этой стороны малыши находятся в более выигрышном положении. Но ребенок подрастает, становится более самостоятельным, начинает стесняться маминых поцелуев. А уж когда наступает подростковый возраст – и вовсе беда: с одной стороны, подросток гораздо больше, чем ребенок помладше, нуждается в родительской любви, с другой, на проявления этой любви он может реагировать весьма остро. В связи с этим многие родители идут по более простому пути – просто избегают сложных видов взаимоотношений, предпочитая ограничиваться формальным общением и заботой о своем чаде.

А тем не менее физический контакт жизненно необходим любому ребенку, и уклоняясь от него, мы лишь усугубляем проблему.

С маленькими детьми просто. Их можно тискать, щекотать, брать на руки, «бодаться» лбами, подбрасывать в воздух, целовать в щечку, «кусать» за животик – в общем, выражать чувства кто во что горазд. Но вот ребенок становится старше, и как-то само собой получается, что все эти «телячьи нежности» уже не подходят. Не станешь, в самом деле, кусать за животик десятилетнего парнишку.

Естественно, формы физического контакта должны меняться. Хотя иногда можно просто подурочиться, вспомнив не такие уж далекие годы, когда ребенок был совсем маленьким... Но есть и вполне взрослые жесты. Вот ваш сын подбегает к вам с какой-то просьбой. Вполне естественно положить ему руку на плечо – это, кстати, типично мужской жест. Или демонстративно пожать ему руку в знак того, что вы признаете его высокие заслуги в учебе («пятерку» получил), спорте (выиграл школьные соревнования), в бытовых «баталиях» (убрал свою комнату). Вроде бы совершенно пустяковое действие – пожатие руки, но вы сами увидите, насколько это важно для ребенка. Причем сказанное относится как к мальчикам, так и к девочкам.

Если ребенок не очень-то любит прикосновения (ласку-то мы все любим, а вот принимать ее умеет не каждый), можно маскировать их, скажем, необходимостью поправить челку дочери либо стряхнуть пылинки с рукава сына. Довольно простые действия, но дают они очень многое. Прикосновение, как и взгляд, чрезвычайно важно для маленького человека. Именно через прикосновение передается важнейшая эмоциональная информация: «Я тебя люблю, я тебе доверяю, мне нравится быть с тобой рядом». Повторюсь: словесным выражениям любви и привязанности ребенок верит только тогда, когда они подкреплены теплым взглядом глаза в глаза и ласковым прикосновением. Если же этого нет, ребенок подсознательно чувствует, что на самом деле его не любят. И очень часто ошибается, потому что вполне возможно, что родители просто сами не готовы к такому виду контакта (а причины этого кроются уже во взаимоотношениях с их родителями). Тот, кого в детстве не гладили по головке, не тискали в объятиях и не целовали в щечки, будет испытывать немалые трудности с такими проявлениями любви по отношению к своим детям.

Девочкам легче. Как-то само собой разумеется, что девочку нужно баловать, ласкать, оберегать. Девочка быстрее подставит щеку под материнский поцелуй или голову под отцовскую руку. Для девочки ласка считается чем-то вполне естественным. Но! Как раз к подростковому возрасту, когда юная леди нуждается в ласке гораздо больше, чем когда-либо, социум начинает накладывать свои ограничения. Отец зачастую стесняется обнять (а уж тем более поцеловать!) свою дочь. И окружающие могут криво истолковать, и перед соседями как-то неловко... Да и пора ей уже с мальчиками целоваться. Особенно начитанные отцы боятся спровоцировать своих дочерей на самую настоящую влюбленность в папу, когда на сверстников и смотреть не захочется.

Ох уж эти сомнения! Обнять ли свою одиннадцатилетнюю дочь либо просто похлопать по плечу? Положить ли руку на коленку двенадцатилетнему сыну или просто пожать ему руку? Можно ли папе целовать свою дочь-подростка хотя бы в щечку или же это – разврат? Мое мнение – не стоит заморачиваться подобными мыслями. В самом деле, решающее значение имеет не «как», а «с какой целью». Любой нормальный родитель желает добра своему ребенку и, как правило, стремится обнять и приласкать свое чадо искренне, от всего сердца, просто потому, что он любит своего ребенка. Почему бы и нет? Ведь как раз физические прикосновения и дают ту полноту счастья, которую испытывает человек, не просто понимающий, но и чувствующий, что его любят.

Наши дети страдают скорее от недостатка любви, от эмоционального голодания, от того, что родители не спешат показывать и выражать свою любовь, а не от ее переизбытка. Поэтому: хочется обнять – обнимайте! Хочется поцеловать – целуйте! Вспыхнула внезапная нежность к ребенку, который тихонько возится в углу, – приласкайте, не дайте угаснуть

порыву. Эмоции угасают не просто так. Когда мы даем им умереть, они мстят тем, что оставляют в душе холод. И увидите – ваше общение с ребенком станет радостным, искренним и насыщенным. А многие проблемы, связанные с непониманием или обидами, исчезнут сами собой.

Если же вы волнуетесь о том, не приобретает ли ваш физический контакт с ребенком оттенок сексуальности, не разбудит ли в нем чувственность, то спешу вас обрадовать: пока вы задаете себе вопросы о том, что пойдет на пользу ребенку, а что – нет, волноваться за этого ребенка не стоит. Скорее, волноваться придется как раз за то, что ребенок чего-то недополучит, чем из-за того, что ваша излишняя любовь сможет ему повредить.

Впрочем, есть верный способ не переборщить: это действовать «по требованию». Ребенок обязательно даст понять, что ему нужно. Другое дело, что со временем, если родители игнорируют эти сигналы (или, что еще хуже, специально подавляют эти импульсы), у ребенка выработается защитный рефлекс. Он просто переключится на иные «источники энергии» – улицу, друзей, учителей, компьютер, книги. К родителям же у него выработается стойкое неприязненное отношение или как минимум сформируется эмоциональный барьер. «Моя твоя не понимает». Вот тебе и весь конфликт поколений.

Как же распознать это «требование»? А ничего распознавать и не надо. Ребенок ушибся, бежит к вам. Первая реакция? Обнять. Идете по темной улице. Впереди – одинокая собака. Ваш пятилетний сын протягивает вам руки. Первая реакция? Взять его на руки. Смотрите вечернюю передачу. Восемилетняя дочь вертится рядом, прислоняется к вам. Ваша реакция? Посадить ребенка на колени. Довольно просто, не так ли?

Таких сигналов-требований множество. Они довольно просты и легко расшифровываются. Основная проблема родителей в этом случае – это банальная нехватка времени, а то и просто нежелание пошевелиться. Мама вертится на кухне, папа смотрит телевизор. Дети предоставлены сами себе. Ситуация весьма распространенная и тем не менее ненормальная. Конечно, многие родители считают, что возиться с детьми – это ужас как утомительно. И к тому же скучно. Конечно, есть занятия и поинтересней. Но:

- *если ребенку не уделять достаточно внимания, его отношение к вам будет меняться в худшую сторону, что вряд ли вам понравится в будущем;*
- *игры с детьми бывают весьма увлекательными, а уж окунуться в мир детства – и вовсе уникальная возможность, которая предоставляется далеко не каждый день;*
- *для поддержания эмоционального контакта с ребенком многого не надо – ответить на прямой взгляд да потрепать малыша по голове; на другие (не факт, что полезные и необходимые) занятия уходит гораздо больше времени;*
- *специально напрягаться, скорее всего, не придется – ребенок сам подойдет к вам, когда ему это потребуется.*

На самом деле аргументы вроде «нет времени» или «это слишком сложно» – не более чем отговорки. Это просто оправдание собственной лени и инерции.

Можно понять родителей, которые росли в строгих семьях, где физические контакты были не приняты. Им может быть весьма непросто сломать детский стереотип, что всяческие обнималочки – это плохо. Даже если такой родитель понимает, что физический контакт просто необходим его ребенку, ему будет трудно преодолеть внутреннее сопротивление. Что тут можно посоветовать? Запишитесь на курсы групповой психотерапии, если такие есть в вашем городе. Если же нет – тренируйтесь. Хотя бы на кошках. Привыкайте отдавать тепло ваших рук, учитесь дарить ласку, тренируйте в себе импульсивность и искренность – и все у вас получится. Дорогу осилит идущий.

Кстати, кошка – это еще и великолепный тест. Если она охотно прыгает к вам на колени, трется о ваши ноги и ловит момент, чтобы запрыгнуть вам на руки, – это признак того, что физически и эмоционально вы теплый человек, готовый к контактам.

Что же касается того, «как бы не переборщить». Не могу не удержаться, чтобы не

привести историю, рассказанную Кэмпбеллом. Он сравнивает двух отцов и линию их поведения по отношению к своим сыновьям. Один – бывший морской офицер, суровый и строгий человек, который воспитывал своих детей в суровой дисциплине. Ни о каких нежностях и «сюсюканьи» не могло быть и речи. Его приказы должны были выполняться беспрекословно и немедленно, как в армии. Естественно, подобным методом этот человек мечтал добиться положительного результата – вырастить своих сыновей такими же суровыми, закаленными и дисциплинированными, как он сам.

Другой пример – это добряк-пастор, крупный веселый мужчина, который возился со своим сыном, как с котенком: они вместе играли, дурачились, веселились. Отец постоянно обнимал, тискал и щекотал своего малыша, причем эти действия очень нравились им обоим.

Результат воспитательной работы этих отцов был удивительным. Сыновья военного превратились в безвольных, женоподобных существ, не способных, по всей видимости, к военной карьере. А вот сын пастора целиком пошел в отца: такой же веселый и жизнерадостный, да к тому же, как говорят в народе, «настоящий мужчина».

Вот и думай, где она находится, эта «золотая середина».

Теперь, когда с контактами мы разобрались, самое время перейти к третьему способу выражения родительской любви – пристальному вниманию.

Пристальное внимание

Когда мы слышим выражение «пристальное внимание», на ум сразу приходит нечто вроде строгого контроля и неустанный наблюдения за ребенком. Действительно, некоторые родители так и поступают: устанавливают неусыпный тотальный контроль над своим чадом, не выпускают его из вида ни днем, ни ночью, ни дома, ни на улице. Разве что камеры наблюдения не устанавливают, хотя...

Увы! Как раз такое «пристальное внимание» ребенку нужно меньше всего. Наоборот: любому нормальному ребенку жизненно необходимо иметь определенную степень свободы и личного пространства, в которое никто не должен вторгаться – даже родители. Разве что с разрешения самого ребенка. А неусыпный контроль и наблюдение приведут лишь к неврозам и мании преследования.

Суть же настоящего пристального внимания в другом. Пристальное внимание – это время, посвященное целиком и полностью вашему ребенку. Только ему, и никому более.

Мы часто говорим нашим детям, что они для нас – самое важное в жизни, самое дорогое и ценное. В то же время зачастую для этого «самого дорогого» просто не находится лишней минутки. Конечно, загруженность. И как часто занятому родителю приходится слышать вполне обоснованные детские упрёки в том, что для них (родителей) важнее что угодно – работа, машина, рыбалка или косметический салон, но только не родной ребенок. Естественно, это пустые обвинения – мы же любим своих детей, не так ли? Если бы что-то случилось, мы бы ох тогда как! А вот в христианстве, к примеру, считается, что человек познается по делам его. А не по словам или мыслям. Так что давайте возьмем секундомер и сделаем следующее:

- *вычислим, сколько времени ушло сегодня на домашние дела;*
- *вспомним, сколько времени ушло на работу (в том числе и время, потраченное на работу или дела, связанные с ней, дома);*
- *учтем, сколько времени потеряли за рулем автомобиля, в гараже или под капотом авто;*
- *прибавим время на домашние дела;*
- *приплюсуем время, которое отобрал телевизор, компьютер, Интернет;*
- *не забудем звонки другу, подруге, родственникам, «по делам»;*
- *да покушать – поспать;*
- *да почитать журнал – газету – рекламу;*
- *да еще всякое-разное, чего выше не перечислено и отдельной строкой...*

- сколько времени я уделю сегодня своему ребенку.

Уточнение: только ему, и никому более. Знаки внимания типа: «Вынеси мусор» или «Вова, немедленно садись за уроки», – не считаются. Учитывается только полный контакт с ребенком. Когда работает четкая связь в обе стороны: и от него к вам, и от вас к нему.

Подсчитали? И сколько же?

Сколько-сколько?!!!

Вот то-то и оно: выходит, что любимой машине мы посвящаем гораздо больше времени, чем своему же ребенку. Следовательно, и любим мы машину больше. По крайней мере, со стороны это как раз так и выглядит. И для ребенка такая точка зрения очень близка, потому что внимания ему действительно уделяется меньше, чем автомобилю.

Родителей понять можно. Нужно успеть многое – современная жизнь действительно слишком уж интенсивна и напряжена. Нужно крутиться бежать как белка в колесе, чтобы что-то успеть. Нужно зарабатывать деньги, держать в порядке дом, машину, сад с огородом. Нужно кормить-одевать детей, супругу (супруга?), нужно самому (самой) держаться на плаву. И дела не терпят: что-то упустил, не успел – все поезд ушел. А дети? Да куда они денутся: крутились под ногами вчера, крутятся сегодня, будут крутиться и завтра. Никуда не денутся. Главное – накормлены да одеты-обуты. А с остальным – будет время.

Это довольно распространенное заблуждение. Как я уже неоднократно говорил, дети нуждаются во внимании так же, как и в пище. Если не более. Обратите внимание на маленьких детей. Они могут бегать целый день, не подходя к столу или питаясь буквально крохами. И такой «аппетит» может сохраняться месяцами. При этом ребенок прекрасно себя чувствует. По крайней мере не худеет. Но любой ребенок обязательно несколько раз в день подбежит к вам за «вниманием» – только для того, чтобы вы посмотрели на него, приласкали бы его, пообщались бы с ним. И если дети не получают этого внимания, они в буквальном смысле страдают физически – становятся апатичными, вялыми или, наоборот, слишком агрессивными и наглыми. Дети, которые испытывают дефицит родительского внимания и любви, зачастую плохо растут и развиваются, страдают анемией или, наоборот, ожирением.

Как правило, маленькие дети получают достаточно внимания. А вот с детьми постарше уже немного иная ситуация. Они для нас уже «взрослые», поэтому можно уделять им внимания поменьше. Пусть привыкают к самостоятельности. Оно, конечно, верно. Но самостоятельность и отсутствие внимания – это разные вещи. Почему-то самыми самостоятельными вырастают дети, которым родители уделяли достаточно внимания. Причем внимания самого нужного – пристального внимания.

Давайте примем за правило: **на время, которое ребенок проводит с вами, он должен быть самым главным и самым интересным для вас собеседником на земле.** Причем здесь очень важно с ходу определить ситуации, когда ваше пристальное внимание просто необходимо, а когда без него можно вполне обойтись. Впрочем, определить это несложно. По эмоциям ребенка. Если ваш малыш (да пусть даже далеко не малыш) взволнован, расстроен, испуган или, наоборот, сияет от счастья, то есть переполнен эмоциями, то пристальное внимание будет ему просто необходимо. Хотя бы потому, что эмоции для ребенка (причем, не только отрицательные) – это тяжкий груз, которым необходимо поделиться с самыми близкими людьми. Так что, заметив на лице ребенка признаки душевного смятения, тут же бросайте все свои дела: сейчас главный – он, ваш ребенок. Он, и только он будет вашей истинной опорой в старости, а не пусть даже самая современная стиральная машинка или новенький «Бентли».

«Пристально внимать» легко. Просто слушайте то, чем делится с вами ребенок, стараясь не отвлекаться и не перебивать, доброжелательно и терпеливо. Надеюсь, вы не забыли, что такое «контакт глаз» и «физический контакт»? Так вот, это основные помощники пристального внимания. Принимайте взгляд ребенка теплым, понимающим родительским взглядом, напоите его своей любовью – пусть вам обоим станет тепло. Возьмите его за руку, поправьте воротничок, проведите рукой по волосам, обнимите его за плечи – пусть ребенок почувствует вашу физическую поддержку. И станьте на несколько

минут только его **Родителем**. Пусть на время исчезнут все другие люди – вплоть до его братьев-сестер. Пока в этом мире вы – одни. Вы и Он.

Такие минуты бесценны. Именно они дают ребенку огромный заряд самоуважения, осознания собственной ценности. Ребенок обязательно оценит, что ради него вы оставили все другие дела, и вряд ли задаст вам крайне неприятный вопрос о том, кого же папа (мама) больше любит – его или свой компьютер.

Практикуя пристальное внимание, очень скоро вы заметите, что ваш ребенок стал спокойнее, рассудительнее, увереннее в себе. Что он меньше скандалит и, как ни странно, гораздо меньше привлекает к себе внимания.

Этой метаморфозе имеется весьма простое объяснение: **капризы, скандалы и крик – это естественные инструменты ребенка в его борьбе за родительское внимание**. Таким образом ребенок требует: «Обратите на меня внимание!» И если родитель вовремя отреагирует на эту просьбу, а еще лучше – предупредит требования ребенка, то нужда в этих «пожарных» методах, собственно, отпадает.

Так что парадоксальный совет *«хотите отдохнуть от ребенка – займитесь им!»* при более подробном рассмотрении вовсе не кажется парадоксальным.

Если взрослый вовремя обращает внимание на своего ребенка, если он дарит ему восхитительные минуты наедине с собой, минуты, отданные только ему и никому больше, ребенок полностью заполняет свой эмоциональный резервуар на долгое время, и ему просто не захочется через несколько минут бежать за «добавкой». И не стоит думать, что наглое дитя воспользуется «халявой» и станет тиранить родителя каждые пять минут. Если ребенок длительное время находился на голодном эмоциональном пайке – возможно. Но это быстро пройдет. Если, конечно, это «голодание» не было хроническим. Обычно же ребенок, получивший свою порцию внимания, тут же улетучивается, чтобы заняться более интересными вещами. Конечно, он вернется – но не так скоро, чтобы успеть надоесть родителям.

В то же время вам не придется выискивать момент, чтобы наконец уделить ребенку должное внимание. Повторюсь: он сам прибежит к вам. Вам останется только не отмахнуться, не отпугнуть, а просто поговорить с ребенком о том, что его волнует. Или даже просто посидеть рядом. Это ведь так просто.

Такие вот «большие секреты» общения с ребенком приводит Кэмпбелл в своей книге. Советы несложные, не требующие никаких специальных знаний и даже тренировки. Они доступны каждому. Впрочем, очень многие родители используют эти секреты в повседневной жизни, даже не подозревая, что это – большое педагогическое открытие. Если ваша семья из их числа – я очень раз за вас. Тогда вам не понадобится ни книга Кэмпбелла, ни моя. Если же существуют определенные трудности – что же, жизнь как раз и является «способом существования белковых тел, преодолевающих трудности в процессе приспособления к окружающей среде». Так что, пока эти трудности есть – не все потеряно. Потому что жизнь продолжается.

6

«Что делать», или Правила безопасности, когда уже поздно

Сверстника не стыдно послушаться, но дать себя убедить взрослому, а уж тем более растрогать – это дать себя провести, обмануть, расписаться в своем ничтожестве; к сожалению, дети правы, не доверяя нам.

Януш Корчак. Право ребенка на уважение



Аня с горечью окинула взглядом немалую кучу тряпья, которую вытряхнула из шкафа. Здесь было все: и модные кофточки, и джинсы, и «дудочки», и какие-то допотопные платья, и обрезанные у самой груди маечки... Но надеть было решительно нечего. Конечно, из данного «репертуара» можно было нацепить что-нибудь на дачу или, на худой конец, на улицу. Но на дискотеку? Где будут тусоваться Вика со Светкой да еще парни из их параллели? А сегодня, может быть, и Артем придет. Нет, появиться в таких шмотках перед Ним – совершенно невозможно. Тут уже никакие отговорки не прокатят. Это в школе им капают на мозги, чтобы одевались «скромнее» да «со вкусом». Тут всегда можно пожать плечами – мол, и рада бы прикинуться поприличнее, да только вот учителя не позволяют... В их девятом классе, впрочем, девчонки одевались еще скромно. По сравнению с другими параллелями. В «дэшке» – вообще атас! Как их родители в таком виде в школу пускают, непонятно. Конечно, если предки бабками под завязку набиты, можно и одеваться. И учителя тебе ничего не скажут... А если вот как мои, что один, что другой – «пролетарии», куда уж высовываться... Главное, ведь мать-то не дура вроде и не жадная: ради дочери, кричит, на все пойду. А попробуй только вот намекни ей – мол, давай, мать, вон эту шмотку купим – так сразу в позу! «Дочь, разве такое можно носить? Это же на один раз! Давай я тебе хорошую вещь куплю!» Ну на кой мне эти «хорошие вещи», когда их только на вечер «кому за тридцать» надевать? Что это за фалды такие, когда они весь пирсинг на пупке закрывают! Тоже вот скандалили весь день, когда мать эту несчастную сережку у нее на животе заметила. Все нормальные девчонки теперь так делают. В их время уши кололи, теперь – пупки. Ну и что? Кому от этого хуже?

Вот ее единственный нормальный топик. Придется в нем и идти. Правда, на улице холодновато, но ведь это только до клуба, а там – тепло. Да и стоять на месте не придется.

Аня покрутилась у зеркала, натягивая тесную одежду. Живот с вызывающей серебряной сережкой на пупке остался открытым, как и полагается продвинутой даме ее возраста. Окинула себя взглядом – ничего. Теперь оставалось тихонько выбраться из дома, чтобы не будоражить родных. С отцом и так отношения были никакие, а вот с матерью ссориться в очередной раз не хотелось. Потому что их ссоры приобретали какой-то нездоровый, хронический характер. Не в этот раз. Очень уж не хотелось портить настроение ни себе, ни другим.

Аня уже собрала сумочку, еще раз опасливо глянула на дверь и...

– Аня! – голос матери звучал требовательно и решительно. – Аня! Подойди сюда!

Анна раздраженно мотнула головой: надо же, как не вовремя. Быстро схватила серый

вязанный свитерок, накинула на плечи. Ну, что там еще ей понадобилось?

Вера Сергеевна стояла посреди прихожей, высокая, бледная, с глазами, в которых Аня не увидела ничего хорошего. В левой руке Вера Сергеевна держала тетрадку – обычную розовую полуобщую тетрадку. Анна не сразу поняла, что это. А когда поняла, похолодела: это был ее дневник. Не тот школьный дневник, в который записывались домашние задания, а дневник, который она вела уже два месяца. Куда записывала самые сокровенные свои мысли. Где были записи, не предназначенные ни для чьих глаз. И тем более – глаз матери. Человека, который живет с ней под одной крышей.

Это вполне нормально – иметь свои секреты. Не оттого, что кому-то не доверяешь (хотя и от этого тоже), а оттого, что ты – отдельный человек со своими, присущими только тебе чувствами и желаниями. Это *личная* территория, вторжение на которую больно ранит и которую ты будешь защищать ото всех посягательств.

Оставалась еще маленькая надежда, что мать не читала дневник. Или, по крайней мере, не добралась до самых интимных страниц ее автобиографии... Но, взглянув на скрюченные пальцы, на брезгливое выражение лица матери, Анна поняла: никакой надежды нет. Холод внутри нее вдруг превратился в жар, и с неожиданной даже для нее самой яростью Аня закричала:

– Какое ты имеешь право брать мои вещи?!

Казалось, в первую минуту Вера Сергеевна опешила. Видимо, она совершенно не ожидала такой стремительной атаки. Она была уверена, что, уличив дочь в постыдных мыслях ее же дневником, она обеспечит себе полное право негодовать. Но, похоже, эта маленькая дрянь совершенно потеряла совесть и уважение к старшим.

– Какие твои вещи? Где здесь – твои вещи? – пришла в себя Вера Сергеевна. – Да как ты смеешь орать на мать?!

– А как ты смеешь копаться в моих вещах?! Я что, лажу по твоим сумочкам?! – изводилась Аня.

– Пока я тебя кормлю, я буду решать, куда мне «лазить», а куда – нет! И вообще – ты как с матерью разговариваешь? Осмелела? Как пакость разную писать, так это – хорошо, а как матери ответить – так она в крик! Ишь ты! Взрослая мне нашлась! «Валера сказал, что ему не нужна малолетка, потому что...» – процитировала Вера Сергеевна. Но окончить фразу она не успела: Аня пантерой бросилась вперед, вцепившись в розовую тетрадку. Мать поздно поняла свою ошибку и не успела отдернуть руку. Теперь она пыталась вырвать дневник из цепких рук дочери. Дерматиновая обложка держалась недолго: раздался треск, и дневник разорвался на две половинки.

Сразу стало как-то тихо. Аня и ее мама стояли друг напротив друга в напряженных позах, в руках у каждой, как некое свидетельство противостояния, висели клочья бывшего дневника.

– Я тебя ненавижу... – вдруг тихо, но выразительно произнесла дочь.

Вера Сергеевна хотела что-то ответить, но слов почему-то не было. Они ушли, как ушла куда-то ярость. Осталось какое-то гадкое чувство и ощущение большой, непоправимой беды.

Вторую неделю мать с дочерью не разговаривают. Стараются не встречаться в доме. Аня даже на кухню не заходит, когда мама там. Вера Сергеевна уже жалеет о том, что показала дочери, что знает о ее дневнике. Однако как наладить отношения – не представляет. Ей кажется, что после случившегося дочь ни за что не простит свою маму.

Ане тоже вовсе не улыбается воевать со своей матерью, однако нынешний вооруженный нейтралитет ее устраивает: уж лучше так, чем... Ведь неизвестно, какие выводы сделала ее мать, прочитав некоторые записи. Нет, ничего «такого» Аня себе не позволила, но ведь она думала об этом! Вот глупышка, не нужно было писать в дневник. Это так опрометчиво! Как теперь с этим жить? По крайней мере, пока молчат – и то

хорошо.

Тема моей шестой главы – затяжные, хронические, тяжелые конфликты с ребенком. В основном такие конфликты возникают между родителем и подростком, но иногда – не так уж редко – родители разрушают отношения и с детьми помладше. Как это бывает, мы уже рассмотрели ранее. Теперь же выясним, что делать в подобном случае.

Ввязаться в затяжной конфликт со своим ребенком не так уж и сложно. Особенно если это уже не ребенок, а скорее подросток. Несколько обидных слов, неуступчивая позиция и парочка обвинений – и ваш ребенок-подросток может взорваться. И если для вас подобный взрыв может быть не таким уж и страшным (многое на своем веку повидали), то для подростка это – потрясение.

Почему же некоторые конфликты разрешаются на месте, а некоторые могут тлеть годами? Причин тому несколько. Однако самой главной причиной я назвал бы НЕПОНИМАНИЕ.

Существует интересное выражение: «Понять – значит простить». То есть когда мы понимаем, чем руководствуется человек в своих действиях, мы больше не испытываем к нему негатива. Он становится нам понятнее, ближе. Он становится таким же, как мы сами, а злиться на себя – разве это не глупо?

Есть в практической психологии одно простое правило. Чтобы понять другого человека, нужно поставить себя на его место. Безо всяких скидок на то, что он – другой. Как правило, трезво взвесив все обстоятельства, вы поймете, что *поступили бы так же.*

Какое это имеет отношение к затяжным конфликтам? Самое прямое. Когда удастся разобраться с причинами конфликта «на месте», причина конфликта, **которая всегда заключается в непонимании позиции другого человека**, исчезает сама собой. Отсюда парадоксальные ситуации: у Сидоровых скандал несусветный, доходит чуть ли не до драки, соседи через один этаж слышат каждое слово, а через полчаса – тишь да гладь. Прямо семейная идиллия. А вот Петрова только два слова сказала, да в ответ столько же – и второй месяц не разговаривают... Аномалия, не иначе!

Как раз наоборот. «Громкие» скандалы, когда высказывается БУКВАЛЬНО ВСЕ, во-первых, очищают эмоциональный фон обоих участников конфликта («вот выкричалась, и легче стало»), а во-вторых, существенно проясняют позиции каждого из конфликтующих. То есть каждому из участников, собственно, становятся более понятными две вещи.

1. *У собеседника имеются ко мне вполне объяснимые и понятные мне (теперь, после скандала) претензии.*

2. *Мой собеседник – тоже живой человек. Он реагирует так же, как реагировал бы я.*

Как видим, в громких и интенсивных скандалах находится решение конфликта. Безо всяких технологий и умствований – *стихийно.*

Вообще аналогичное явление наблюдают медики при развитии воспалительных процессов. Тлеет, тлеет – больному все хуже. Потом пик: выросла температура, жар, состояние организма критическое. И вот – перелом, больной «перегорел», температура падает, организм быстро оправляется. Все! Здоровы!

Нет, я ни в коем случае не ратую за громкие скандалы. Есть более приемлемые способы выяснения отношений. Я утверждаю лишь одно: даже самый громкий скандал лучше, чем глухое неприятие, «холодная война» в семье и полный разрыв отношений.

Вот как раз данный вид конфликта («холодную войну») мы и попытаемся разобрать. Ибо от таких конфликтов, равно как от сумы и тюрьмы, никто не застрахован.

Как это ни странно, но затяжные, хронические конфликты чаще возникают, как правило, в семьях интеллигентных, там, где интеллектуальный уровень родителей (и, соответственно, детей) довольно высок. Да и семьи эти обычно слывут в народе

благополучными, «порядочными» и даже «примерными». Хотя как раз этому есть простое объяснение: в подобных семьях не спешат «выносить сор из избы», поэтому признаки внешнего благополучия могут сохраняться очень долго. Наоборот, «скандальные» семьи, где конфликты предпочитают не скрывать, а переживать и перемалывать в пылу скандалов, числятся в «неблагополучных», но зачастую, вопреки всем предсказаниям соседей, чрезвычайно устойчивы.

Скандал – не лучший способ разрешать межличностные конфликты. Но все-таки это способ...

В семьях, где скандалить не принято (в переводе на язык психоанализа это означает **«не принято открыто выражать свои эмоции»**), с конфликтными ситуациями сложнее. Ребенок, который с детства привык сдерживать свои чувства, не делиться своими переживаниями и не давать воли своим эмоциям, просто не умеет, не может «открыться» в конфликте. Он «закрывается» в своей раковине после первых же «раскатов грома», которые могут быть явлены в виде нескольких колких фраз, сказанных спокойным холодным голосом.

Маленькое лирическое отступление. Как-то читал я Джеймса Хэрриота, писателя-ветеринара. В своей книге «О всех созданиях – прекрасных и удивительных» он описывает случай из своей практики. Суть его такова: у двух его знакомых были собаки. Собаки как собаки, обычные домашние животные. Только вот отношение к ним было различным. Один из владельцев был человеком взбалмошным, впечатлительным. Можно сказать, истеричным. Второй – спокойным и рассудительным. Казалось, он всегда в настроении, его нельзя ничем смутить. Когда у этих товарищей заболевали собаки, Хэрриот всегда волновался за психическое состояние первого: тот переживал настоящую трагедию, он плакал, устраивал истерики и, казалось, был близок к самоубийству. Второй же владелец реагировал всегда одинаково – сдержанно и спокойно.

И вот практически в одно и то же время умирают обе псины. Хэрриот был уверен, что первый владелец не переживет потери – ведь он так убивался даже тогда, когда его песик испытывал легкое недомогание... Но случилось нечто совершенно нежданное. Первый владелец весьма скоро утешился и завел себе вторую собаку... Хэрриот был поражен. Но по-настоящему поразило его другое: вскоре после смерти своего любимца второй владелец повесился.

Невеселая история, не так ли? Невеселая. Конечно, меня можно и упрекнуть: ну при чем здесь собаки, когда мы говорим о детях? Верно, о детях. Только вот герои Хэрриота тоже были когда-то детьми. И не нужно быть психоаналитиком, чтобы предсказать, что у первого, «истеричного» собаководы в семье было принято выражать свои чувства. Именно это его и спасло – он не держал горе в себе, а выплескивал его наружу. В семье же второго, судя по всему, была железная традиция «о'кей» и «ноу проблемс». Вернее, традиция «это твои проблемы». Плакать – стыдно, громко смеяться – некультурно, ругаться – некрасиво. Нет-нет, все правильно. Однако во всем должна быть мера.

Я не собираюсь читать лекцию о воспитании. Моя задача более узкая – помочь выйти из затяжного конфликта с возможно меньшими потерями.

Но сначала рассмотрим **главную причину**, по которой хронические конфликты так устойчивы. Ведь, казалось бы, обе стороны заинтересованы в скорейшем налаживании отношений, и в то же время ни одна из сторон не спешит сделать первый шаг. Кстати, эту особенность хронических конфликтов мастерски используют режиссеры многочисленных «мыльных опер», когда в двухсот пятидесяти сериях муссируется затяжная конфликтная ситуация между любящими друг друга людьми, каждый из которых в принципе всегда готов тут же броситься в объятия другого. Но всегда что-то мешает. И это «что-то» может быть весьма незначительным...

На самом деле причина «застаивания» конфликта не такая уж простая и пустяковая.

Эта причина — **недоверие к своему партнеру по конфликту**. Наверное, мое следующее утверждение покажется противоречащим высказыванию о том, что стороны заинтересованы в разрешении конфликта, но на самом деле никакого противоречия нет. Итак: **хронический конфликт в какой-то мере устраивает обе стороны**. Да, это не слишком комфортная ситуация. *(Хотя может быть и комфортной. Скажем, ребенок просто мечтал, чтобы его на время оставили в покое, — он добивается своего. Ради этого он готов перетерпеть лишения вроде холодных родительских взглядов.)* Но это **устойчивая** ситуация. Поскандалив раз, наткнувшись на отчаянное сопротивление, не каждый родитель решится продолжать войну со своим ребенком, негласно заключив «плохой мир», который все же лучше «хорошей войны». Родитель к тому же получает при этом психологический выигрыш: с одной стороны, у него появляется время на обдумывание дальнейших действий, причем это время можно растянуть; с другой — это же время на его стороне. Можно просто брать измором «осажденную крепость», то есть ребенка, который все равно «никуда не денется». Затяжной конфликт — прекрасная возможность для взрослого показать характер, «проучить» ребенка, «чтобы неповадно было». Пережив «ужасы» затяжного конфликта, не каждый подросток решится повторить подобный скандал «на бис». С другой стороны, определенные выгоды имеет и ребенок: его на некоторое время оставляют в покое, не донимают нравоучениями и запретами. Он обретает **СВОБОДУ**, а это очень сильный стимул. Таким образом, у родителя должны быть очень веские аргументы в пользу прекращения «холодной войны», дабы разрушить статус-кво конфликта. А для этого нужно главное — вернуть **ДОВЕРИЕ**.

Существуют два основных способа разрешения хронической конфликтной ситуации. Назовем условно первый способ *терапевтическим*, второй — *хирургическим*. Суть этих способов состоит в следующем.

Терапевтический способ не подразумевает радикальных мер разрешения конфликтной ситуации. Этот способ использует мягкие, «терапевтические» меры, своеобразное «залечивание» конфликта.

Представьте себе открытую рану. Что делают с раной? Смазывают антисептиком и закрывают стерильной повязкой. При этом стараютсяшний раз не прикасаться к ране, не тревожить ее. Рана затянется сама. Что поможет? Покой, полный покой.

Хирургический способ подразумевает радикальные меры. Это способ старика Фрейда — вскрыть, докопаться, высветить. Методы, как и полагается в хирургии, довольно жесткие. Но и результат более быстрый.

Некоторые раны нужно вскрывать, не так ли? Если рана гноится или, например, аппендицит воспалился — нужно вскрыть, выпустить гной, вырезать заболевшую часть... И только когда причина болезни будет устранена, больной пойдет на поправку.

Скажу сразу: оба эти способа имеют полное право на существование. Более того, использование того или иного метода в конкретной ситуации вовсе не исключает применения другого. Не одновременно с ним, разумеется, а как альтернативный вариант.

Рассмотрим каждый способ подробнее.

Терапевтический способ

Данный способ построен на предпосылке, что человеческая психика регулируется самостоятельно. То есть любые разрушительные последствия стрессов человеческий организм убирает сам, с помощью собственных резервов. Просто ему нужно время. Помните пример про рану? Раз уж восстанавливаются наши ткани, почему таким же образом не может восстанавливаться и психика? Нам известно, что «время лечит», что «все проходит вместе с ним». Нужно только обеспечить условия для заживания душевной раны (а конфликт эту рану наносит, это факт). Не занести заразу, не ковырять, не подсыпать соли... Наоборот, обезболить, закрыть этот участок надежной повязкой, чтобы ненароком не задеть за живое.

Конфликт с близким человеком (а ребенок и родители — это самые что ни на есть

близкие на Земле люди) – всегда рана. Болезненная. Которая, собственно, не нужна ни тем, ни другим. Ни ребенок, ни его родитель не заинтересованы в превращении конфликта в хронический. Каждая сторона пытается как можно скорее восстановить первоначальные, «доконфликтные» отношения. Не стоит думать, что ребенок считает иначе, что он заинтересован в продолжении конфликта. Совсем нет. Но, как ни странно это звучит, ребенку труднее восстановить отношения. Какими бы ни были причины возникновения конфликта, для ребенка это значимые причины. Поэтому он оказывается перед сложнейшей дилеммой: поступиться своими требованиями или «сдаться» на милость родителя. Иного способа решения большинство подростков просто не знают.

А он есть, этот третий путь. Это путь компромисса. Вот только обычно к компромиссу нужно стремиться, пока конфликт не перерос в хроническую стадию. Именно для этого компромиссы и предназначены. Но что же, когда уже делать, и разговаривать не хочется, не то что договариваться... Что делать тогда?

Не знаешь, что сказать, – промолчи. Сойдешь за умного...
(Народная мудрость)

Именно так. Молчи. Делай вид, что ничего не произошло. Вот так поступают те, кто использует терапевтический способ лечения хронического конфликта.

Это не просто молчание. Это **умное** молчание. Оно говорит красноречивее любых слов: **«То, что было, – прошло»**. Помните: «Кто старое помянет – тому глаз вон», «Что было – то быльем поросло». Это все оттуда – из практики народной психотерапии. Вы можете не забывать о том, что произошло между вами и вашим ребенком, но вот **напоминать об этом не следует**. Тем более не стоит жаловаться кому-то на ребенка или делиться своими возмущениями с соседями, родственниками, супругом (супругой).

Молчать по-умному – это означает не касаться тем, которые могут вызвать новый конфликт. Вы же выяснили, что возмутило вашего ребенка, что ж, это хороший опыт. Теперь будете знать, где лежат те грабли, на которые наступать не следует.

Кроме того, вы должны производить впечатление, что вы забыли про конфликт. Попробуйте вести себя так, как будто ничего не произошло. Нет, «прикидываться дурачком» не нужно. Если еще вчера вы не разговаривали, а сегодня как ни в чем не бывало лезете с поцелуями – это может оттолкнуть ребенка, заставить его поверить, что победил он. А вы, соответственно, просто сдались.

Иногда, правда, сдаваться полезно. Так сказать, принести в жертву часть, дабы не потерять все. Только вот парадигма «победил – проиграл» довольно ущербна. Потому что нельзя постоянно быть победителем. Рано или поздно проиграешь ты. Но даже если ты постоянно выигрываешь, то проигравший в данном случае – твой сын или твоя дочь. Тебе это надо? Зато существует третий путь: есть проблема, есть мы – ты и я. Вот и давай вместе решать эту проблему...

Самое лучшее – просто продолжать выполнять свои обязанности по отношению к ребенку. Обычные обязанности. Приглашать за обеденный стол, спрашивать, как дела в школе, все ли нормально и идет ли на улице дождь (или снег, если зима). То есть общение может быть чисто формальным, но в то же время нужно дать понять, что мы не рвем отношения. Мы лишь на время «заморозили» кое-какие из них.

Такая тактика принесет свои плоды. Может быть, не так быстро, как хотелось бы. Но со временем вы заметите, что ребенок впервые вам ответил. Или высказался сам, хотя раньше из него нельзя было вытянуть ни слова. Или задержался в одной комнате с вами чуть дольше, чем обычно. Все это – очень хорошие симптомы.

Тут главное – не переборщить. Помните: основная идея терапевтического способа выхода из конфликта — **«Что было, то прошло. Все равно я тебя люблю»**.

Со временем ребенок сам сделает шаг навстречу. Обязательно сделает!

Первое время будет трудно. Придется говорить в пустоту, не ожидая отклика и даже наталкиваясь на демонстративно пренебрежительное поведение. Скажем, в ответ на вполне невинный вопрос матери «Как дела?» девочка-подросток может бросить на стол вилку и выйти из кухни. Это нормально. Это одна из картин болезни. Врач не обижается на пациента, который кричит от боли или хватается его за руку во время болезненной манипуляции. Больно вам, больно и вашему ребенку – это нужно помнить.

Типичные ошибки, допускаемые родителями при применении данного способа выхода из конфликтной ситуации – это в первую очередь **желание форсировать события,** а также противоположные действия — **слишком неуверенные попытки восстановить общение.**

Форсирование событий, которое может проявляться, например, в неестественно радостном тоне разговора, в лишних вопросах, в подчеркнуто внимательном отношении к ребенку. Подобные действия, как правило, ребенок трактует однозначно: «Прощения просит». Конечно, не исключена ситуация, когда в результате подобных действий конфликт действительно разрешится – победой ребенка. Это ни хорошо и ни плохо, это будет означать лишь то, что в следующий раз ваш ребенок применит тот же способ отстаивания своей позиции. То есть устроит скандал, так как данный способ добиваться своего уже некогда успешно сработал.

С другой стороны, *неуверенные и слишком медленные действия* родителей также не принесут желаемого эффекта. В высокогорных районах Тибета, к примеру, трудно сварить яйца вкрутую. Вода там закипает не при ста градусах, а при восьмидесяти. Давления не хватает. Атмосферного. Вот и здесь: слишком осторожных действий ребенок может просто не заметить или тоже сдерживаться: кто их знает, этих взрослых. Вроде бы и не сердится уже, но уверенности в этом нет никакой. Обычно в результате таких попыток конфликт просто продолжается.

Терапевтический способ разрешения конфликтов имеет одно неоспоримое достоинство: он дает определенную гарантию от возможности еще более испортить отношения. С другой стороны, если мы желаем «раз и навсегда» разрубить гордиев узел проблемы, убить конфликт одним ударом – придется обратиться к «хирургии».

Хирургический способ

Как уже отмечалось ранее, этот способ подразумевает решительные действия по ликвидации последствий конфликта. Суть хирургического способа такова: есть источник «болезни», то есть неразрешенные разногласия, и излечение наступит только тогда, когда сам источник этих разногласий будет уничтожен. Поэтому «рану» нужно вскрывать, искать очаг воспаления – и вырезать его безо всякого сожаления. Ну, а после такой манипуляции организм легко восстановится.

Собственно говоря, этим способом в разрешении межличностных конфликтов и психологических проблем своих клиентов пользуются врачи-психоаналитики. Ведь психоанализ – это и есть душевная (или психическая) «хирургия».

На практике это означает следующее: одна из сторон (может быть, даже обе стороны) пытается «выяснить отношения» до конца, исчерпать тему конфликта. Причем форма этого «хирургического вмешательства» может быть разной: от открытого громкого скандала с азартным выяснением отношений до относительно спокойного «разбора полетов». Главное, чтобы в результате этого разбирательства стороны смогли не только полностью выговориться, но и выяснить позиции друг друга.

Хирургический способ выхода из конфликтной ситуации – это не просто скандал или примитивное выяснение отношений. Это попытка высказать свои чувства, свои пожелания и прояснить свою позицию по отношению к поступку ребенка, вызвавшему конфликтную ситуацию. Хирургический способ – это способ вывести ребенка на откровенный разговор, узнать, каково его мнение об этом конфликте и, что наиболее важно, нащупать пути выхода

из него. Потому что компромиссы возможны лишь тогда, когда обе стороны понимают или по крайней мере стремятся понять друг друга.

Применить «хирургию», когда конфликт уже перешел в хроническую стадию, не так просто. Более легким путем в этом случае кажется терапевтический способ. Однако, на самом деле, ничего сверхъестественного в нем нет. Главная задача состоит в том, чтобы нарушить наконец молчание и вывести ребенка на разговор. Для этого можно воспользоваться вспомогательными приемами, которые будут играть роль своеобразного предисловия.

Итак, самой главной проблемой в применении хирургического способа является начало разговора. Еще бы! Столько времени вы не разговаривали друг с другом, и вот – на тебе! Конечно, это непросто. Непросто психологически. Обе стороны опасаются нарушить статус-кво, ведь перемирие, как-никак, вовсе не обязательно может закончиться миром. Иногда в результате неудачных переговоров возникает новый конфликт и разгорается война. С другой стороны, подобный «худой мир» также не очень-то устраивает обе стороны. Так что в любом случае попытка нарушить это равновесие будет вполне оправданной.

Я предложу несколько вариантов вступления, но только с целью привести пример, а никак не дать готовый шаблон для применения. Вообще, шаблонов в межличностных отношениях быть не может: человек – система сложная и динамичная, каждый уникален, и поэтому каждый раз нужно ориентироваться не на какие-то примеры и догмы, а на самого собеседника. Вспомните правило Дейла Карнеги: «Самый главный человек на земле – тот, который перед вами». Поэтому к приведенным мною примерам нужно относиться именно как к примерам, не более.

Действующие лица: четырнадцатилетний Саша и его отец.

Ситуация: необъяснимая агрессия Александра на совершенно справедливое замечание отца о необходимости убрать свои вещи. После достаточно грубого ответа подростка разгорелась ссора, которая привела к длительному разрыву отношений.

Первый вопрос: в чем, собственно, дело? Вряд ли рядовое замечание отца могло повлиять на подростка таким образом, что вызвало всплеск агрессии. Поэтому в данном случае нужно искать истинные причины конфликта.

Что, собственно, и предлагает хирургический способ.

Итак, ситуация в целом ясна. Конфликт произошел из-за мелочи, перерос в хроническую стадию, в результате чего обе стороны полностью разорвали отношения. Подобная ситуация, конечно, не нравится ни одной, ни другой стороне, однако вооруженное перемирие устраивает, похоже, обоим. Инициативу в данном случае могут проявить как сам Саша, так и его отец. Мы будем рассматривать вариант, когда первым к разрешению конфликта приступает Сашин папа, просто потому, что он – взрослый.

Естественно, самое трудное – начать. Для того, кто первым начинает разговор, существуют следующие основные препятствия.

1. **Боязнь поражения.** Как-то уж так читается, что кто первым заговорил, тот первым «сдался».

2. **Демонстрация собственной слабости.** Помните фразочки вроде «Первым ко мне приползешь»? Почему-то считается (и многие в этом уверены), что тот, кто пытается первым восстановить отношения, – слабак, не выдержавший испытания молчанием.

3. **Сила инерции.** Столько дней не говорили, и вдруг... Не так-то просто сделать то, чего давно не делал.

4. **Вечное «только хуже будет».** Наши опасения «а вдруг не получится?», «как бы не навредить», «не буди лихо, пока тихо» могут сыграть с нами плохую шутку.

5. **Гордость.** «А почему, собственно говоря, я должен быть первым?»

6. **Поиски крайнего.** «Я не виноват, почему я пойду извиняться?»

7. **Вечный вопрос: «С чего начать?»** То еще препятствие...

Конечно, причин, почему «не я», можно найти и побольше. Пока разберемся с этими, и я уверен, что и остальные перестанут выглядеть столь уж важными.

Итак, **первое**. Боязнь поражения. Тут все просто: победителей в войне с собственным ребенком нет и быть не может. Ибо это – «плоть от плоти нашей», наша неотъемлемая часть. По крайней мере, это наша опора в старости – какая уж там победа или поражение? Со своими не воюют. Глупо отрезать себе руку, даже если она и болит.

Второе. Не хочется показывать свою слабость, которая как раз и заключается в желании избежать серьезного разговора. Ведь первый – всегда сильнее и храбрее. Хотя бы потому, что он – первый. И самое главное: если вы первым начнете действительно серьезный разговор, у вашего собеседника (будь то ребенок или взрослый) в девяноста процентах случаев **не возникает и мысли о вашем поражении**. Возникает лишь чувство уважения к вам как к ПЕРВОМУ.

Третье. Инерция... Ну что тут скажешь? Любим мы откладывать решения на завтра. Забывая, что «завтра» не наступает никогда.

Четвертое. Хуже будет? И будет, если не «разрулить» ситуацию уже сегодня. Хуже будет становиться с каждым днем: уже завтра ваш ребенок может найти себе другого советчика и друга, послезавтра – попробовать пить, а потом. Так что давайте сегодня делать то, что завтра делать может быть поздно.

Пятое. Почему я? Гордыня, как сказали бы отцы церкви. Я не священник, я так не скажу. Я отвечу, как отвечали мне мои родители: первым делает шаг навстречу тот, кто умнее. От себя добавлю: и взрослее.

Шестое. Позиция «виноват – не виноват». Очень даже возможно, что именно ребенок спровоцировал конфликт. Можно даже поверить, что папа и не собирался ругаться с сыном. Но вот ведь какое дело: сам поиск виновных – это ловушка. Тупиковый путь развития, как бы сказал Чарли Дарвин. Потому что этот путь ведет в никуда. По этой причине Взрослый человек эту детскую игрушку отбрасывает: не важно, кто виноват. Важно – как нам восстановить отношения. Это называется «подняться НАД ситуацией».

На **седьмом** вопросе остановимся поподробнее.

Читатели, которые еще помнят, о чем шла речь в предыдущих главах, думаю, сориентируются быстро. Потому что ничего особо нового придумывать не нужно. Все те же приемы — **выражение своих чувств, активное слушание и конструктивный разговор** – прекрасно работают и в этом случае. Первые два приема мы рассматривали довольно подробно, о третьем поговорим теперь. Однако начало разговора – это **выражение своих чувств**. Выглядеть это может примерно так:

– *Саша, наш прошлый разговор оставил у меня тяжелое чувство. Я думаю, нам стоит поговорить...*

Или, может быть, так:

– *Знаешь, Александр, мне совсем не нравится нынешняя ситуация. Я чувствую, что мы чего-то недоговорили.*

Если кому-то покажется, что здесь нет выражения чувств, помните: мужчина выражает чувства совсем иначе, чем женщина. Для мужского пола более характерна констатация факта, но никак не излияние своих эмоций. Но даже такие скупые слова будут иметь эффект, будьте уверены. Ребенок в подростковом возрасте достаточно точно оценивает порог допустимости тех или иных эмоций, и то, что для матери, к примеру, он сочтет явно недостаточным выражением, для отца будет оцениваться чуть ли не как откровение.

Конечно, может возникнуть ситуация, когда ребенок еще не готов к разговору: он все еще обижен, рассержен или же просто опасается вступать в переговоры. К такой ситуации нужно быть готовым и не теряться, если вдруг услышите «нет» или какое-нибудь колкое замечание. Тут принцип простой: раз уж взялся за дело, придется доводить его до конца. Поэтому:

- *не бросайте попыток разговаривать ребенка, если сразу ничего не получилось;*
- *дайте понять, что вы не собираетесь раздувать новый скандал и ни в чем его не обвиняете, а просто собираетесь покончить с конфликтной ситуацией;*
- *если видите, что ребенок не готов к разговору и всячески избегает его, отложите*

разговор, но с условием, что вернетесь к нему позже.

На практике этот разговор может иметь следующий вид.

Саша: Все договорили. Мне все понятно.

Папа: Возможно, но для меня не все понятно. А я не хочу, чтобы между нами были какие-то недомолвки.

Неправильные варианты: «Что тебе понятно?» (нападение); «Как ты с отцом разговариваешь?» (угроза); «Тебе что, совсем наплевать на отца?» (обвинение, обычно женский вариант).

Саша: Это твои проблемы. Я все сказал.

Папа: Злишься... (проговариваем чувства собеседника. Помните?) Я бы на твоём месте точно так злился бы. Знаешь, я тоже злюсь. Злюсь, потому что отношения с сыном испортились из-за какого-то пустяка.

Саша: Это не пустяк! Ты мне вечно указываешь, что делать! Как придурку какому-нибудь.

Папа: Придурку? С чего ты взял, что я считаю тебя придурком?

Саша: Ой, не надо... «Это не то», «то не так», «туда не ходи», «это не делай». В моей комнате – и то ты командуешь! (А! Вот она – мелочь, которая вызвала конфликт: вторжение в личную территорию на фоне обостренного чувства самостоятельности).

В подростковом возрасте тяга к самостоятельности, попытка вырваться из-под родительской опеки принимает острые формы. Родительские советы кажутся ненужными, просьбы принимаются за приказы, а замечания трактуются как унижение собственного достоинства. Процесс отстаивания собственной независимости может проходить в различных формах. Могут быть относительно мягкие варианты: когда подросток старается не скандалить с родителями, а больше подстраивается под их мнение. А могут принимать форму сражений, как в нашем случае. Причем взрыва можно ожидать совершенно неожиданно: был тихим, даже не огрызался, и вдруг – скандал. Ничего удивительного нет: существуют разные темпераменты, различные характеры. А в подростковом возрасте не только ломается голос, меняется и психика. В нашем случае картина типична: отец может и не понять, в чем дело, продолжая общаться с подростком так же, как и раньше. Однако подросток воспринимает такое обращение уже иначе.

Но не будем все списывать на подростковый возраст. Конечно, подросток воспринимает все более остро, чем ребенок помладше. Но восприятие ситуации, взаимоотношений у подростка, как правило, достаточно реалистичное. То есть привычные действия родителей могут, например, раздражать его, но вряд ли вызовут резкую агрессию или скандал. А вот резкое неприятие родителями того факта, что их ребенок нуждается в гораздо большей степени свободы, чем ранее, может создать благоприятную почву для конфликта. Зачастую родители (особенно отцы) весьма негативно воспринимают то, что их ребенок – уже не совсем ребенок. Что он принимает важные решения уже помимо родительской воли, совершает поступки, которые родители не одобрили бы. Конечно, в этом мало приятного для любого родителя. Однако будем реалистами: чтобы научиться плавать, нужно плавать. Желательно на открытой воде, а не на песочке или в ванночке с надувным матрасом. Конечно, подросток будет совершать ошибки. И будет принимать решения, не согласованные с вами. Что же делать нам? Смириться с этим? Или, наоборот, усилить контроль, начать «закручивать гайки»? Усиление контроля, несомненно, помогает. До поры. Однако наступит момент, когда путы будут порваны. Полностью. И тогда – берегись, родитель!

Так что же – пустить все на самотек? Отнюдь нет. Волноваться, интересоваться делами, обсуждать проблемы вместе не только можно, но и необходимо. А вот не нужны как раз слежка, запреты, постоянная опека, придирки и брюзжание. Потому что не помогут.

Теперь, когда истинная причина конфликта открыта, можно приступать к следующему этапу. Нет, не к ее устранению – это процесс длительный и решается отнюдь не разговорами, а изменением своего поведения.

Следующий этап – это признание проблемы и демонстрация готовности ее решить. В нашем случае это будет выглядеть примерно так.

Папа: Подожди, Саша... Если я правильно понял, ты не любишь, когда тебя контролируют?

Саша: А зачем меня контролировать? Я что, в детский сад хожу?

Папа: Да нет, давно не ходишь.

Саша: А ты на каждом шагу указываешь, что мне делать. Я бы и без твоих приказов комнату убрал бы...

Папа: Убрал бы, без моих напоминаний?

Саша: Конечно. Просто у меня тогда времени не было. А ты налетел!

Папа: Ну, я же не знал, что у тебя другие планы. Ты мне о них ничего не сказал.

Саша: Да ты и не спрашивал. Папа: Извини, я и правда не спросил.

Саша: Да нет, это ты извини, пап. У меня тогда просто крышу снесло... Мне тогда Карина позвонила, я спешил очень. А тут ты, да еще с уборкой... А у меня Карина на линии. Ну, я и...

Папа: Понятно... Ну, что было, то прошло. Давай тогда так: ты у меня парень взрослый. С лишними вопросами приставать не буду, но придется самому все делать. Но если чего забудешь – напомню. Идет такой вариант?

Саша: Ладно, только если Каринка ко мне придет, ты это... Ну, не напоминай ничего, ладно? А то еще подумает.

Папа: Договорились.

Вот и весь разговор. Конфликт исчерпан. Стороны выяснили отношения, нашли корни конфликта, выработали тактику предотвращения подобных ситуаций. И, самое главное, пришли к компромиссу. Папа пошел на уступки, Саша – тоже. Это обычная ситуация: агрессией отвечают на агрессию, уступками – на уступки. Конечно, за исключением уступок *вынужденных*. Но это отдельный разговор.

В заключительном разговоре нужно обязательно сформулировать фразу, которая недвусмысленно указала бы, что конфликт, по крайней мере с вашей стороны, исчерпан. В нашем примере это — **«Ну, что было, то прошло»**. Подобная фраза обязательно должна быть в разговоре. Она «закрывает» конфликт, ставит на нем точку. А формулировку подбирайте по ситуации, думаю, она придет сама собой. Например, хотя бы такие.

- **Вот и ладно.**
- **Ну, вот все и выяснилось.**
- **Вот видишь, как хорошо все закончилось.**
- **Ну, забыли.**
- **Ладно, Бог с ним.**

Конечно, возможны и другие варианты. Может быть, гораздо более удачные. Хотя бы потому, что они будут подходить именно к вашей ситуации. Дорогу осилит идущий!

И завершает разговор договор (договоренности), или, говоря языком психологии, **компромисс**. То есть вносятся предложения обеих сторон, как в будущем избегать подобных ситуаций. В нашем случае Саша со своим отцом договорился, что папа, со своей стороны, предоставит определенную свободу сыну, а Саша, в свою очередь, станет сам без напоминаний выполнять свою часть домашних обязанностей. Отдельная оговорка со стороны Саши – это его общение с подругой Кариной (чтобы папа по крайней мере неловким поведением не мешал их отношениям), на что его папа соглашается. Итак, компромисс достигнут. Насколько будут выполняться эти договоренности, вопрос другой. Если мы правильно определили причину конфликта и наши договоренности носили действительно двусторонний характер, то есть были **ВЫГОДНЫ ОБЕИМ СТОРОНАМ**, то выполняться они будут. Если же одна из сторон пойдет на вынужденные уступки, то рано или поздно возникнет новый конфликт. Но, как бы то ни было, ценный опыт переговоров уже будет и у одной, и у другой стороны.

Типичные ошибки при применении хирургического способа тоже имеются. В первую

очередь, это неправильное начало разговора, «переход на личности». Если уже при завязке общения мы срываемся, начинаем закипать и бросаем обвинения вместо того, чтобы попытаться разобраться в ситуации, – «медицина тут бессильна».

Не поможет также «хирургия» в том случае, если мы будем недостаточно настойчивы. Конечно, есть ситуации, когда лучше промолчать, не давить. Но если мы задались целью разрешить конфликт, то останавливаться, не добившись никаких результатов, не стоит. Держите в уме задачу минимум: хотя бы наметить срок переговоров. Не теперь – так через час. Не через час – так завтра утром. Но никак не «когда-нибудь». Потому что «когда-нибудь» подразумевает «никогда».

Однако давайте оставим тяжелую тему конфликтов. Скандалы и ссоры – несомненно, вещи весьма интересные, если наблюдаешь их со стороны. Но в своей семье они далеко не так привлекательны. Конечно, я желаю избежать всем этой участи или по крайней мере сократить количество конфликтных ситуаций до уровня, когда они будут лишь разнообразить жизнь, но не портить ее.

7

О том, от чего мечтаем избавиться... или Об истериках

Ребенок – это сто масок, сто ролей способного актера. Иной с матерью, иной с отцом, с бабушкой, с дедушкой. Иной со строгим и с ласковым педагогом, иной на кухне и среди ровесников, иной с богатыми и с бедными, иной в будничной и в праздничной одежде. Наивный и хитрый, покорный и надменный, кроткий и мстительный, благовоспитанный и шаловливый, он умеет так до поры до времени затаиться, так замкнуться в себе, что вводит нас в заблуждение и использует в собственных целях.

Януш Корчак. Как любить ребенка



Наталья тихонько заводилась. Нет, она не считала себя вспыльчивой. Может быть, даже наоборот – ее терпению можно было позавидовать. Но все же любому терпению бывает предел... И, судя по всему, этот предел близок.

Маленькая крикса не унималась. Конечно, было бы гораздо проще купить ей эти мандарины, но у нее же аллергия, а бабушка опять накормила ребенка апельсинами... Ну, как ей объяснить, что больше нельзя? Воеет уже почти час, и сил же хватает!

Нет, это совершенно невозможно! И ведь объясняла ей сотни раз: «Нельзя, нельзя, нельзя!» Нет, не доходит! Никак не доходит! И вправду, может быть, прав Виктор Саныч, сосед сверху, что драть их нужно регулярно? Его Петьку не видно и не слышно, такой парень спокойный... А ведь почти одного года с ее Дашкой. Ну, всего полгода разницы. Вот везет же некоторым с детьми!

А трехлетняя Дарья не унималась. Бурная истерика перешла в какой-то хронический

вой, монотонный и страшный. Так воют бабы по покойнику, и эта ассоциация еще больше пугала Наталью.

И раздражала одновременно. Чего, собственно, орет? Чего ей еще не хватает? Столько фруктов купили, яблоки в холодильнике, персик еще со вчера остался, на столе вон сок стоит, – нет, ей подавай то, чего нельзя! Именно потому, что нельзя! И ведь добьется своего, негодница! Ведь добьется! Хорошо, я могу потерпеть, привыкла уже к таким концертам. Так ведь сейчас муж придет, и опять: «Какого черта у тебя ребенок орет?» И что ты будешь делать? Его же тоже понять нужно – он с работы, ему отдохнуть надо... И эта не успокоится. Эта еще громче орать будет. Потому что знает: все, победа близко.

Чувство обиды захлестнуло Наталью, и она громко крикнула:

– А ну замолчи! Сколько можно орать?!

Крик на секунду затих, но только на секунду. В следующее мгновение из детской донеслись усиленные вопли, и Наталью передернуло. Она вскочила, нервно прошлась по комнате, выискивая глазами хоть что-то, что сгодилось бы в качестве средства устрашения.

СТОП!

Вот мне интересно, а кого вам в этой ситуации больше жалко – малышку или ее маму? Не спешите, мы не на шоу Андрея Малахова...

Еще полчаса назад она пыталась решить дело миром. Уговаривала. Гладила по головке. Обнимала, говорила, что купит ей мандарины завтра, когда будет «можно». Казалось, что это подействует, но истерика не прекращалась. Дашка непрерывно канючила: «Купи. Купи. Купи!» Нет, разве человеческая психика может такое выдержать? Конечно, прикрикнула, пригрозила, что, если будет ныть, получит по заднице. Что тут началось! Нет, это совершенно невозможно.

А ведь неровен час, еще свекровь прибежит. А прибежит точно – это уж примета устоявшаяся: когда Дашка в истерике, свекруха это прямо носом чувствует. Тем более звонила уже сегодня, небось, вопли в трубке точно расслышала... Даша-то – артистка отменная: как только звонок в дверь или по телефону, тут же голос на полтона выше поднимает, чтобы слышали, значит. Знает, что мама в эту минуту ничего не скажет, ничего не сделает.

А разговоров будет на целую неделю: какая невестка плохая, как ее дочка не любит да боится. Как она дитя до слез доводит. Ох, как это все надоело. И еще Егору наговорит всякого... Егор-то ничего, мужик нормальный, но если мамочка настроит – какой мужик не сломается? Что ни делай, ничего хорошего... А эта негодяйка малолетняя, от полу не отросла, а уже как управляется ловко! Мама ей плохая, вот папа придет. Или к бабушке побежит нажалуется, причем к обеим. Им-то хорошо, бабушкам: внученька, возьми это, бери то. Ничего, что у этой внученьки аллергия на аллергии, что дома никакого сладу с ней нету... Зато бабушки – хорошие. Они же все позволяют.

А отчего ж не позволять, если ребенка через часик-другой родителям отдашь? Пусть они маются.

И попробуй скажи чего. Тут же свекровь Егору нажалуется. Она умеет... Как же – бывшая учительница. Она же должна УЧИТЬ всех! Ребенка пальцем не трогать, только уговорами, только словом... И голоса не смей на ЕЕ внучку повысить! И позволять ребенку нужно все – видите ли, в Японии так и делают. Потому что иначе инициатива сковывается. Рабами вырастут... А то, что я теперь – раба этой крикухи, так это никого не интересует. Конечно, кто я такая? Невестка несчастная. Чужой человек.

Ну сколько же ты орать можешь? Опять соседи начнут за спиной шушукаться: «Что они там с ребенком делают?» У нас в доме слышимость прекрасная. Хорошо еще, что по батареям не стучат... Господи, да за что же мне это?

– Да заткнись ты наконец! Слышишь? Я тебе сказала!

Минутная тишина. Затем рев начинается с новой силой. Рев уже хриплый: конечно, столько орать! Но хрупкая чувствительная Дашенька может орать очень долго. Она в этом деле – профессионал...

Наталья не выдерживает, срывается с места и бежит в детскую. Даша, раскрасневшаяся, с опухшими от слез и рева щеками, все так же заливается воплями. Завидев мать, она лишь усиливает звук. Наталья в бешенстве хватается за руку, рывком поднимает ее с пола и начинает звонко и сильно хлестать ее ладонью по мягким тканям. Рев переходит в визг, затем взмывает на высшую октаву, глаза Дарьи округляются от ужаса... И внезапно крики прекращаются.

– Услышу от тебя еще один звук... – страшно шипит Наталья, – пеняй на себя!

Лицо Наташи бледное, глаза блуждают. Вполне осмысленным взглядом Дарья провожает маму. Она все так же всхлипывает, но рева больше нет... В ее глазах застыл ужас.

Кто не встречался с детскими истериками! Особенно в раннем возрасте. Год, два, три ребенку – самое время для истерик. А зачастую истерики повторяются и гораздо позже. Это самое страшное наказание для родителя. Это катастрофа, с которой пытаются бороться любыми средствами. Все что угодно: уступить, подкупить, запугать, убаюкать, наказать – лишь бы замолчал, лишь бы прекратил эту пытку!

И что это за явление такое – истерика? Это что – болезнь, психическое расстройство, каприз, хитрая уловка или душевная травма нашего ребенка? Может быть, это следствие слишком мягкого воспитания? Потакания во всем? Или, наоборот, – отсутствия нежности, любви к своему ребенку? А может быть, это просто такой характер, и бороться с этим невозможно?

Детские истерики неоднородны. Они бывают очень разными. Очень даже возможно, что ребенок действительно болен, и его нужно лечить от истерии психотерапией либо лекарствами. Однако это клинический случай, который встречается не так уж часто. А вот чаще всего истерики – это всего лишь хитроумная психологическая комбинация, в результате которой ребенок добивается того, чего не может добиться другими методами.

Да-да, обычная, «бытовая» истерика – это просто способ добиться своего. И насколько часто его будет использовать ваш ребенок, зависит от вас. Ребенок – практик. Он закрепляет в поведении только те реакции, которые дают практический результат. То же самое касается и истерик. Если метод работает – что же, будем применять его в дальнейшем. Если нет – подыщем другой. И, нужно отметить, нередко находят.

Нужно просто помнить: детская психика гораздо более пластична, чем психика взрослого. Дети легче приспосабливаются ко всему хотя бы потому, что ребенок – это РАСТУЩИЙ организм, цель которого – приспособиться к окружающей среде, выжить в ней. Взрослый же человек – это организм во многом сформировавшийся, его возможности трансформации ограничены, психика теряет гибкость, а душевные раны заживают дольше. Дети, как это ни странно, в психологическом плане *выносливее* взрослых. Обидели – тут же расплакался. Через минуту уже смеется и кажется вполне счастливым. А мы так разве можем?

К чему это я? А к тому, что мы зачастую принимаем близко к сердцу слезы ребенка, полагая, что он неимоверно страдает. На самом деле страдаем мы, наблюдая эту картину. Ребенок же — *работает*. Зарабатывает себе поблажки, новую игрушку, внимание родителей, да мало ли что ему еще захочется! Наивный родитель (и вовсе не обязательно, что это будет «слабонервная» мама или бабушка) полагает, что ребенок в беде, что спасать нужно – его!

Однако! Иногда (весьма нечасто, но все же) истерика может быть признаком заболевания. Например, из-за того, что поднялось внутричерепное давление. Что же, если ребенок не совсем здоров – нужно к доктору. Такой вариант тоже отбрасывать не стоит, но все-таки он встречается довольно редко.

Кроме того, «бытовую» истерику легко диагностировать по причинам ее возникновения: чего-то не дали, в чем-то отказали – и вот он, приступ плача. Понятно, что вероятность болезни тут минимальна.

Есть еще один надежный способ диагностики истерик, но о нем я расскажу чуть позже, когда мы будем разбирать способы борьбы с этим явлением. Заключается данный способ в том, что мы просто наблюдаем за развитием истерики. Если в результате наших грамотных действий истерика прекращается, значит, ни о какой болезни речи не идет.

В основном, истерики – это «болезнь» малышей от года до трех. Но зачастую подобный способ действий применяют дети в более позднем возрасте – и четырехлетние, и пятилетние, и школьники. Многое зависит от того, как родители относятся к истерическим реакциям ребенка. Поощряют их или, напротив, искореняют.

Казалось бы, ну какой дурак станет поощрять истерики? Себе же дороже! Однако все не так просто. Конечно, нам вовсе не улыбается воспитывать истерика. И уж тем более умножать количество истерик, которых, в общем-то, не терпит ни один нормальный родитель. Зачем же провоцировать их возникновение?

В том-то и дело, что мы просто не знаем, как вести себя в подобных ситуациях. Зачастую первое, что внушается с самых ранних лет жизни ребенка бабушками и другими «опытными» родственниками, – это стойкое убеждение, что ребенок не должен плакать. Именно так! Если плачет, значит, что-то срочно нужно предпринять. Схватить на руки, начать баюкать, сунуть в руку безделушку, в рот – леденец, наобещать с три короба – все идет в ход, лишь бы ребенок замолчал. Ревет – это беда, катастрофа. Закрыть рот любым способом – единственно возможное решение.

Но иногда ребенку просто необходимо пореветь или покапризничать вдоволь. Нужно, и все. Что говорить о детях! Зачастую взрослому человеку нужно выплакаться, выругаться, сбросить стресс одной неконтролируемой вспышкой. Мы же люди, нам нужна разрядка. Физическая. Психологическая. Эмоциональная. Чем же хуже ребенок?

Итак, прежде чем мы приступим к дальнейшему изучению темы, давайте определимся с одним важным моментом.

Ребенок имеет право на слезы. А мы имеем право не утешать его.

Совсем несложное предложение – не утешать. Конечно, не всегда. А только в *особых случаях*. В каких, сейчас разберемся.

Отбросим ситуации, когда ребенок плачет из-за того, что ему больно. Ушибся, упав со стула, уколол палец шипом розового куста или обжег палец спичкой. В этом случае самая естественная и правильная реакция – утешить, прижать к себе, погладить ушибленное/уколотое/обожженное место, прошептать в ушко ласковые слова. И это очень правильные действия.

Вполне нормальная реакция, когда вы утираете слезы ребенку, пережившему горькую обиду или горе. У детей достаточно потрясений, и «счастливое детство» только на первый взгляд кажется безоблачным райским миром. Тут та же реакция – утешение, ласка, мягкие руки.

А вот совершенно иной случай: ваш малыш что-то требует, а вы – не даете. Ну нельзя, и все. И вот появляются слезы... И крики... И конвульсии на ковре в гостиной... Вот она – истерика во всей своей красе. Что вы будете при этом делать?

Это совершенно особый случай. С одной стороны, у ребенка ничего не болит: ни тело, ни душа. Но ему **ХОЧЕТСЯ**. Конечно, возникает вопрос: *насколько* это ему необходимо? И нужно ли вообще?

В данной ситуации есть свои тонкости. Можно, например, предложить ребенку подождать либо оговорить условия. Если он идет на компромиссы, значит, это никакая не истерика. Значит, это действительно ему необходимо. Если же нет – это истерика. Первоклассная классическая истерика. И тут никакие компромиссы нам не помогут.

В некоторых случаях истерику можно предотвратить, просто уделив малышу немного больше внимания. Очень часто детям нужна не столько та или иная вещь или вкуснятина, сколько родительское внимание. Практически любой ребенок хочет, чтобы его немного поуговаривали, чтобы с ним повозились, обратили на него внимание. Вполне законное требование, нужно отметить. Естественно, в таком случае будет высочайшей несправедливостью не дать ребенку требуемое (в смысле, внимание). Это несложно: приемы эти известны любому родителю. *Погладить по головке, обнять за плечи, взять на руки (иногда это необходимо даже «такому большому» семилетнему ребенку), заглянуть в глаза, расспросить, как дела... – попробуйте сами продолжить этот список.*

Эти приемы неплохо помогают даже тогда, когда ребенок собирается устроить «настоящую» истерику, с криками, дрыганьем ногами и т. д. Ведь истерика, как уже говорилось ранее, – это всего лишь способ добиться своего. Если требования ребенка справедливы и выполнимы, почему бы сразу на них не согласиться. Хотя и в этом случае нужно проявлять осторожность. Даже самые справедливые требования не следует торопиться выполнять, если они подкрепляются истериками. Не стоит закреплять привычку, знаете ли. *Поэтому можно соглашаться – но не всегда. Уступать, но не постоянно. Выполнять требования, но и оговаривать свои условия.* Ребенок должен учиться искусству компромиссов, он должен почувствовать, что его свобода заканчивается там, где начинается свобода другого. И это вполне нормально – ребенок *не всегда* должен получать то, что хочет. Даже если мы очень сильно желаем, чтобы это было именно так. Детство – это полигон взрослости. Плохая и неправильная подготовка на этом полигоне может испортить всю последующую жизнь.

Впрочем, некоторые считают, что нужно делать наоборот: все разрешать, все покупать. Особенно если финансы позволяют. Мол, сами пахали, как черти, чтобы хоть дети как-то пожили. Чего же им устраивать трудности? Вот как раз потому и нужно устраивать, чтобы не расслаблялись, чтобы не потеряли чувство реальности и научились в этой жизни уживаться с другими, а также зарабатывать своим трудом. А деньги... Любые состояния можно растратить в несколько дней. Примеров тому масса. И любой мизер можно приумножить в сотни раз, были бы желание и настойчивость. Впрочем, глава не об этом.

А теперь поговорим о той самой, «настоящей» истерике, которую невозможно остановить, от которой болит голова у родителей да и в конечном итоге у самого ребенка. Признаки этого кошмара следующие.

1. **Капризы начинаются из-за пустячной, по мнению родителей, причине.**
2. **Уровень децибелов, выдаваемый ревом ребенка, несоизмерим с серьезностью причины, его вызвавшей.**
3. **Требования, предъявляемые ребенком, изначально невыполнимы.**
4. **Никакие компромиссные варианты не проходят.**
5. **Кажется, ребенок уже не слышит, что говорит ему взрослый.**
6. **Угрозы не действуют или помогают на несколько секунд.**
7. **Получив требуемое, ребенок зачастую отталкивает предмет, продолжая истерику.**

Эти признаки могут идти в совокупности, хотя это вовсе не обязательно. Наличие двух-трех подобных примет уже говорит о том, что у ребенка началась истерика. И теперь родителям нужно запастись терпением, ибо именно *терпение – главное оружие в борьбе с истериками.*

Прежде всего нужно твердо усвоить, что этот тип истерики не имеет ничего общего с истинными страданиями ребенка. Уровень крика здесь как раз не показатель. Ребенок не столько страдает сам, сколько **сознательно** пытается принести страдания своим родителям, добиваясь поставленной цели.

Ребенок сознательно использует крики, слезы и дрыганье ногами как инструмент шантажа!

То есть он просто шантажирует родителей своими показными страданиями. Более того: *любая истерика подобного рода – это талантливо поставленный спектакль, это сцена, рассчитанная на массового зрителя.* Каждый ребенок знает, что взрослые равнодушны к его слезам и готовы сделать многое, чтобы он перестал плакать. Естественно, неглупое дитя не приминет воспользоваться таким мощным инструментом в своих целях. И пользуется. Иногда очень даже искусно.

Тактика хорошо поставленной истерики проста: «Ах, не реагирует мама? Буду орать до тех пор, пока не услышит папа. Ах, не слышит папа? Увеличим звук, чтобы услышала бабушка. А если и она глуховата, заоружу так, что услышат соседи. Тогда все наверняка зашевелиятся».

Тактика эта, несмотря на свою внешнюю незатейливость, чрезвычайно эффективна. Впрочем, это и без меня знает любой родитель, который переживал истерики своего чада. Кстати, действуют истерики не только и даже не столько на впечатлительных мам или бабушек, сколько на мужчин. Особенно если истерики устраивает дочь. Так уж устроена мужская психика – она менее устойчива к стрессовым ситуациям, мужчина практически незащищен перед эмоциональными бурями. Конечно, об этом прекрасно осведомлены и дети. Пусть они этого не знают, но – чувствуют. Потому – держитесь, папы! Хитрые чада действуют чаще всего не прямо, а опосредованно: «неразумное» дитя вроде бы протестует против решения мамы, однако крики свои адресует в первую очередь отцу: скоро папа не выдержит и наорет на «плохую» маму, требуя, чтобы она «успокоила ребенка». Это уже многоходовая комбинация, в результате которой, как правило, выигрыш достается ребенку.

Одной из истинных целей истерики является **мечь родителям**. Именно поэтому ребенок, даже добившись от мамы или папы требуемого, часто отшвыривает предмет вожделения и продолжает орать. В этом случае уже сам процесс крика является орудием мести. Ведь ребенок знает, что выносить крики и слезы очень неприятно. Не только папе или маме, но и тем, кто рядом, – соседям, случайным прохожим, гостям, зашедшим в неудачное время. Именно поэтому взывания родителей: *«Не кричи так! Ты же соседям мешаешь!»* – только распаляют маленького упряма. Ага, зашевелились. Ага, уже просят! Значит, оправдывает себя тактика!

Что же остается родителю? А выбор невелик:

- *можно попытаться капитулировать, причем безоговорочно (а частичная капитуляция маленького негодяя не устроит);*
- *можно попробовать заставить крикуна замолчать (этот вариант может пройти, но для его осуществления нужно обладать твердой решимостью и крепкими нервами);*
- *а можно – просто игнорировать вопли.*

Какой из этих вариантов вам больше нравится и почему? Не спешите, подумайте хорошенько. Тут не экзамен по психологии. Это просто попытка понять себя и свои реакции. Так как же вы поступили бы в такой ситуации?

Нужно сказать, что все три варианта имеют право на существование. Все три содержат плюсы и минусы. И, самое главное, каждый из этих вариантов будет более или менее подходить конкретному родителю. Поэтому разберем их более подробно.

Безоговорочная капитуляция. Подразумевает сдачу своих позиций полностью и на условиях противника. Если вы избираете этот способ, готовьтесь к тому, что у вашего чада внезапно появятся новые требования, которые тоже нужно будет незамедлительно удовлетворить. Победа тут достается исключительно ребенку, и хоть в этом имеется положительный момент. Как-никак, воспитываем победителя. Еще один положительный момент у этого варианта: не нужно «выдерживать характер», не нужно вступать в конфронтацию со своим ребенком, не нужно тратить нервы на выслушивание криков и воплей. К тому же репутация не пострадает, особенно если истерика будет «подкуплена» в самом начале – есть шанс, что громкое «соло» не услышат ни соседи, ни родственники.

Теперь о «минусах». Их тоже немало. Самый главный из них – это то, что проблема в

данном случае не снимается, а только усугубляется. Ребенок, убежденный в верности избранного способа «воспитания» родителей, будет пользоваться им все чаще, к месту и не к месту. Таким образом, родители сами провоцируют возникновение и развитие истерики. Впрочем, есть и другие существенные минусы: это и потеря родительского авторитета, и чувство обиды и досады на ребенка (а это вовсе не так безобидно, как кажется), и, наконец, тупиковость избранного пути. Рано или поздно родитель столкнется с невозможностью удовлетворить желание своего чада. И что тогда? Легко представить картину, когда разбалованный ребенок впервые слышит «нет». Или хотя бы уклончивое: «Милый, может быть, что-нибудь другое?»

На мой взгляд, данный способ борьбы с истериками идеально подходит тем, кто не особенно заботится о будущем – своем и ребенка либо имеет с малышом кратковременные контакты. Как правило, так поступают наемные няни либо легкомысленные бабушки. Скажу по секрету, что тем, кто мне дорог, я бы не советовал применять этот способ. По крайней мере, систематически. Себе же дороже.

Силовой вариант. Это когда рассерженный родитель берет в руки ремень (скакалку, полотенце, пылевыбивалку – по выбору) и принимается за воспитательную работу с помощью угроз и наказания. Сразу скажу: это не самый плохой вариант в случае с истериками. И зачастую довольно действенный. Даже если в конкретном случае родитель потерпит фиаско, то есть истерика в результате подобных манипуляций только усилится, в будущем чадо будет поосторожнее с истериками, памятуя, что в таком случае бывает очень больно. С другой стороны, угрозы и запугивания – не самый лучший выход из ситуации. Отношения с ребенком могут быть надолго испорчены (хотя и совсем не обязательно). Впрочем, известны случаи, когда родитель, поднявший руку на своего не в меру разбушевавшегося отпрыска, внезапно обретал в его глазах невиданный доселе авторитет. Это не случайно: зачастую ребенок (а подросток в особенности) не испытывает уважения к родителю (особенно это касается отцов) из-за его мягкотелости и податливости. В самом деле, для ребенка **РОДИТЕЛЬ – это защитник, опора, стена.** Если же эта опора из желатина, то кому такая опора нужна?! Проявляя «характер» (пусть и не лучшим образом), родитель показывает, что в нем есть твердость, решимость и жесткость. *То есть качества, за которые уважают.*

Силовой метод должен применяться грамотно. То есть если вы решились именно на него, нужно действовать решительно. Или по крайней мере не показывать вида, что вы колеблетесь. Вовсе не обязательно хлестать скакалкой по мягким тканям крикуна, но он должен *поверить*, что если истерика не прекратится, все будет именно так. Решительный твердый взгляд, громкий отчетливый голос – в нем не помешают и нотки злости, – и чаще всего юный истерик начинает понимать, что пора «сворачивать лавочку». Пустое же запугивание, когда и вы и ребенок знаете, что это всего лишь угрозы, ничего не даст и лишь еще больше подорвет авторитет родителя.

Достоинства «силового» метода – простота применения, высокая эффективность в пресечении истерик в дальнейшем, а зачастую и повышение авторитета родителя. Впрочем, это поднятие рейтинга авторитета возможно в том случае, если данный метод будет использоваться нечасто и лишь в исключительных случаях. При постоянном использовании ремня и угроз авторитет родителя грозит обвалиться очень скоро, причем с очень неприятными последствиями для обеих сторон.

«Минусы». Данный метод подойдет не каждому родителю. Как уже говорилось ранее, нужно обладать определенной твердостью, дабы применять его. К тому же некоторых особо впечатлительных детей строго не рекомендуется запугивать или наказывать. А еще «силовой» метод не дает никакой гарантии, что истерика прекратится. Бывают случаи, когда ребенок еще больше «заводится» от наказания. Существует также опасность надолго испортить отношения с ребенком (хотя при истерике они уже основательно испорчены).

Способ не самый лучший и не самый эффективный, но свою сферу применения он, несомненно, имеет. Часто прибегать к нему, конечно, не советую. Но в качестве

«пожарного» варианта нужно быть готовым и к таким мерам.

Игнорирование. Полное игнорирование и ребенка, и его истерики. На первый взгляд кажется, что это самый ненадежный вариант. Еще бы: как это – он орет, а я ничего не делаю? Это, кстати, весьма распространенная родительская ошибка – считать, что дети без нас ни на что не способны. Что каждая ситуация требует нашего вмешательства. Истерики – это как раз тот случай, когда наше вмешательство только мешает.

Истерика – это театр, это сценическая постановка вашего малыша для зрителей. Она рассчитана на внимание, на сочувствие, на эмоции. Ребенок артистично демонстрирует, как ему плохо, насколько он несчастен, и одновременно пытается передать миру весть о том, какой плохой его обидчик – папа или мама. Само собой, как и любой актер, маленький истерик не может обойтись без зрителя. Более того: чем больше зрителей он соберет своим представлением, тем популярнее будет его спектакль. Поэтому малыш бдительно следит за окружающими: как они относятся к его выступлению? Если интерес проявлен (в любой форме – будь то уговоры, задабривания либо угрозы) – нужно продолжать. Развивать, так сказать, успех.

А теперь давайте представим, что на каком-то неудачном спектакле зрители вдруг поднялись со своих мест и ушли. Все. До единого. Как вы думаете, что будут делать актеры на сцене? Продолжать кривляться при пустом зале?

Наверное, это исключительный вариант. Чаще всего бывает другая, вполне адекватная реакция: представление прекращается. Зачем выступать, когда зрителей нет?

Вот точно так же поступает и ребенок, когда его истерику больше, *не смотрят*. Ведь основная тактика истерики – это привлечение внимания. Это работа на публику. А если этой публики нет, тогда и сама истерика теряет смысл.

Вы никогда не замечали, что ребенок, закативший истерику, всеми силами пытается обратить на себя внимание? Громко орет, падает на пол в самом центре комнаты, громко хлопает дверью и – самое противное – внаглую лезет на глаза. Хотя лучше бы вылез где-нибудь в дальней комнате. Вот это и есть – **работа на публику**.

А давайте попробуем выйти из роли зрителя. Отказаться от почетного звания публики и просто устранимся. Хотя бы и физически. Это ведь несложно сделать: просто выйти из комнаты, где бесчинствует маленький тиран, или собрать сумочку и выйти на улицу (ненадолго, но чтобы у ребенка не возникло впечатление, что вы прибежите назад тут же, по первому его крику), или просто отвернуться и заняться своим делом.

Есть еще один хороший совет. Если маленький истерик валяется на полу, просто переступите через него и идите себе дальше! Прекрасный способ прекратить истерику.

И главное – никаких эмоций. Никакой реакции, что вы слышите вопли, что вас раздражает поведение ребенка. Его нет, не существует. Помните: концерт не может продолжаться без зрителя. И не будет продолжаться.

Конечно, первое время ребенок, не понявший, в чем дело, будет стараться использовать старые подходы. То есть орать еще громче, биться головой о пол еще сильнее и пускать слезы еще крупнее. Ничего, это быстро пройдет. Дети не так глупы, как мы о них думаем. Они быстро понимают, что действует, а что нет, и тут же меняют тактику. Поэтому немного терпения – и ваш якобы неумолимый истерик превратится вдруг в милого и послушного ребенка.

И еще: никаких угроз. Никаких уступок и никаких нервов. При таком «никаком» подходе к истерикам ребенок быстро перестанет использовать это орудие.

Вы при этом способе:

- *не теряете своего родительского авторитета и «лица»;*
- *не тратите лишние финансы на порой совершенно неразумные капризы вашего чада;*
- *не становитесь «карающим мечом» для вашего ребенка, полосая его ремнем или скакалкой;*
- *не применяете никаких специальных методик и не тратите физические и*

психические силы;

- обретаете уверенность, что вы не совершите ошибок (в силу простоты способа);
- самым гуманным способом отучаете ребенка от истерик.

Вот, собственно, и все, что мне хотелось поведать об истериках. Конечно, у каждого свои методы воспитания. Каждый родитель в любом случае будет действовать по-своему. И совершенно верно сделает. Потому что одно из правил практической психологии гласит: *«Человек ВСЕГДА поступает наилучшим для себя способом. Если бы он МОГ, он сделал бы по-другому»*.

Прекрасная фраза. И эта фраза вовсе не означает, что человек не развивается и не учится. Просто в каждый отдельный момент жизни он поступает так, как может и как знает. Но уже в следующий раз, получив иные знания, иной опыт и иные навыки, он сможет – именно **СМОЖЕТ** – поступить по-другому. На этой оптимистической ноте мне и хотелось бы завершить эту нелегкую главу. Теперь же мы перейдем к следующей теме, нелегкой для очень многих родителей. Однако говорить об этом необходимо, ибо природа не терпит пустоты. Следующий наш разговор будет об отношениях полов, о вечной сладко-запретной теме сексуальных отношений. Естественно, глава эта больше предназначена тем родителям, у которых имеются дети-подростки. Впрочем, дети так быстро растут.

8

У нас секса нет! или О том, что не обсуждают с родителями...

Любовь в период созревания не является чем-то новым. Одни влюбляются еще детьми, другие еще в детском возрасте издеваются над любовью.

– Она твоя милка? Она тебе уже показала? И мальчик, желая убедить, что у него нет милки, подставляет ей ногу или больно дергает за косу.

Выбивая из головы преждевременную любовь, не вбиваем ли мы тем самым преждевременный разврат?

Януш Корчак. Право ребенка на уважение



Людмила была девочкой незаметной. Вряд ли кто-нибудь назвал бы ее красавицей, но и непривлекательной она не была – простая девчонка, каких много. Не супермодель, но и не страхолюдина какая-то. Особенно старалась не выделяться, в то же время и Синим Чулком ее никто не считал. В общем, ничего примечательного. Училась Людка в девятом классе, вполне согласно своему пятнадцатилетнему возрасту. Опять-таки, училась средненько: отличные оценки посещали ее дневник нечасто, все больше «хорошо» да «удовлетворительно». Но и в «двоечницы» не съезжала.

Дома было примерно то же: матери, которая растила ее без отца, не перечила, в делах помогала. Взаимопонимание? Да кто его знает... Как и у всех: что-то рассказывала, что-то – нет. Мать на свою Людку не жаловалась: дочка как дочка. Может, и не ангел, но и не такая, как бывают некоторые... В одном мама была уверена: от чего – от чего, а от того, что ее Люда «принесет в подоле», она застрахована точно. По мальчишкам Людмила не шастала, да мальчишки на нее особенно и не заглядывались. Среди своих подруг считалась скромницей. Хотя компаний никогда не избегала. В общем, в этом отношении сердце матери было спокойно. Да ее Людка до свадьбы в девицах ходить будет. С ее-то данными да фигурой. Вона, и толстовата как-то стала – совсем за собой не следит. Кто же на такую позарится? Теперь парни все больше на худеньких засматриваются...

Вот то-то и оно, что «засматриваются». Зато не каждый парень решится предложить недоступной красавице «доступную любовь». Да и самооценка у красивой девушки повыше. Куда спешить, если ухажеров – пруд пруди? А вот такие «серые мышки»... Как реагируют они на внимание противоположного пола?

А Люда действительно полнела. Причем как-то слишком быстро и неравномерно: ноги и грудь оставались теми же, а вот живот... Живот жил какой-то своей жизнью. Он увеличивался в размерах непропорционально другим частям тела. И вскоре невинные и не очень шутки в адрес Людиной фигуры сменились подозрениями... А потом – открытием: Людка беременна!

Для матери это было громом среди ясного неба. Да и для соседей, и учителей. Кто-кто, но Людка... Как такое могло получиться? Нет, конечно, есть девочки, о которых всякое можно подумать... Но Люда...

Тем не менее эта шокирующая новость оказалась правдой. Нужно сказать, что окружающие повели себя достойно: всякое бывает. Люду не стыдили ее положением, наоборот – старались как-то поддержать. Действительно, что уж теперь делать... Раз так получилось. А и правда, почему получилось так?

Тем, кто имеет счастье воспитывать сына либо дочь подросткового возраста, наверняка приходила в голову мысль: а не пора ли ему (ей) знать правду о том, что детей, собственно, приносит не аист и их даже не выращивают в капусте? Конечно-конечно, есть еще улица и школа, однако стоит ли на них полагаться? А может быть, вовсе не стоит ничего говорить и ни о чем рассказывать? Росли же раньше как-то «без этого», и ничего: детей своих рожали, и не по одному-два, как теперь.

Тут не удержусь, чтобы не пересказать историю, которую я вычитал в одной газете. Одна китайская пара (для тех, кто не в курсе, – в Китае по сей день строят коммунизм с человеческим лицом при всех его прелестях и показном целомудрии) пять лет не могла завести детей. В конечном итоге обратились к врачу. Было проведено обследование. Врач развел руками: все в порядке, причем у обоих. Начал интересоваться, мол, как они спят... Отвечают: как все. Ложимся в кровать, целуем друг друга на ночь (в кино видели) и... И ничего! Засыпают... А им мама-папа ничего больше не рассказывали!

Вот такая забавная история. Нет-нет, это вовсе не намек: мол, давайте, папы и мамы, просвещайте свое чадо с младых ногтей в вопросах, в которых еще наши родители начинали ориентироваться разве что после свадьбы. А вот православная церковь вовсе запрещает всяческие «уроки семейной жизни», считая (и не без оснований), что это – путь разврата и разложения. С другой стороны, европейцы и американцы уже презервативы детям в школьные портфели подкладывают. От того же греха подальше. Кто прав? На кого ориентироваться?

Однозначный ответ дать нельзя. У обеих сторон есть весьма веские аргументы в свою пользу. Сторонники полового просвещения, как правило, приводят такие доводы.

1. Подросток все равно доберется до интересующей его темы, поэтому скрыть что-то просто не получится.

2. Лучше он узнает об «этом» от папы или мамы, чем наберется сомнительных и зачастую похабных сведений на улице.

3. Нынешние дети рано взрослеют, поэтому если раньше можно было «молчать» до самого совершеннолетия, ибо тема секса никого не интересовала, то теперь уже к одиннадцати годам подросток проявляет к ней интерес, который нужно удовлетворять.

4. Если вовремя не предупредить и не рассказать «о мерах безопасности», есть реальная возможность раньше времени стать бабушкой (или дедушкой).

5. В конце концов, разве в семье могут быть секреты?

Что же, доводы достаточно убедительные. Действительно, нынешний одиннадцати-, двенадцатилетний – это отнюдь не тот ребенок, какими были его отец или дед. Акселерация, что поделать. Если уж дочка или сын попали в ситуацию, когда «очень хочется, хотя и нельзя», уж лучше в ее (его) кармане окажется презерватив. Что делать – теперь некоторые молодые люди ложатся в постель быстрее, чем успевают познакомиться. Бывает и такое, и это нужно учитывать. К тому же, действительно, мама с папой иногда выглядят форменными идиотами со своими «аистами», когда их тринадцатилетний сын уже всю смотрит порно. Да и доверительным отношениям со своим ребенком можно нанести немалый урон, если какие-то интересующие подростка темы окажутся вдруг тайными и запретными.

Однако у противников такого рода «открытости» есть свои аргументы. И они тоже заслуживают внимания. Итак, аргументы в поддержку «замалчивания» сексуальных тем в воспитании.

1. Мы – не европейцы и не американцы. В славянской традиции отношение к сексу – традиционно весьма сдержанное, тема эта всегда закрыта, особенно в отношении воспитания детей.

2. В православии разговоры на сексуальную тематику не приветствуются – сие есть разврат, потакание похотям и склонение к плотским грехам.

3. Действительно, иногда лучше «недосолить», чем «пересолить», – некоторым рано созревшим подросткам в самом деле лучше бы знать «об этом» поменьше, ибо иногда достаточно лишь возбудить интерес, чтобы дать ход неудержимой эротической фантазии.

4. Лучшая профилактика нежелательных половых связей и беременности – не презерватив, а целомудрие.

5. Далеко не каждый родитель или педагог способен психологически грамотно преподнести знания о половом воспитании так, чтобы не навредить.

Возможно, кому-то те или иные аргументы покажутся неубедительными – в таком случае поздравляю: вы можете с чистым сердцем причислить себя к сторонникам одного из лагерей. Впрочем, есть и «третий путь», о котором мы поговорим немного позже.

Выбирая свою позицию по отношению к весьма щекотливой теме сексуальных отношений, нужно учитывать множество факторов. И самый главный из них – НЕОБХОДИМОСТЬ подобного просвещения и его своевременность. Казалось бы, какой разговор! Конечно, давать какие-то элементарные познания нужно. Если мы это не сделаем, то это сделает кто-то другой, и бедный ребенок окажется совершенно незащищенным перед лицом суровой действительности. Однако не все так просто.

Дети разные. Думаю, это утверждение не вызовет возражений ни у кого. Некоторые подростки и в шестнадцать лет не испытывают никакого особенного интереса к сексуальным отношениям просто потому, что обладают вполне спокойным сексуальным темпераментом. Такой подросток может знать о сексе многое: в конце концов, живем-то не на необитаемом острове, кругом – книги, фильмы, друзья-товарищи, наконец. Однако, по всей видимости, он не проявляет к этой теме повышенного интереса: ну, промелькнула на экране обнаженная тетка с любовником – и ладно, переключимся на футбол. Есть и противоположные типы: совершенно безобидная картинка с органами выделения в учебнике анатомии может вызвать

вулкан сексуальных фантазий. Естественно, подходы к детям таких разных типов тоже должны различаться.

Возможны и ситуации, когда предупредить свое чадо о некоторых аспектах половых отношений было бы совсем нелишним (особенно это касается родителей девочек-подростков). Например, если вы видите, что ваша дочь очень уж сблизилась с парнем, который значительно старше ее, и все позже приходит домой, нелишне будет поговорить с ней по душам и дать некоторые советы.

Опять-таки анекдотическая ситуация, которая имела место в реальной жизни: в родильное отделение попадает совсем юная девушка, которая в разговоре со своими соседками по палате совершенно искренне недоумевает, как же «такое» могло случиться именно с ней:

– Я же с ним не целовалась!

Анекдотичность ситуации заключается в том, что она простодушно призналась, что они с парнем спали вместе, но мать втолковала ей, что дети заводятся от... поцелуев!

Забавная ситуация, не правда ли? Волей-неволей задумываешься, а может быть, и вправду стоило бы растолковать девушке, что и отчего бывает...

Решать, во всяком случае, вам, родитель. Но не только вам...

Нельзя накормить сытого зверя. Он просто не станет есть. А если его и заставить, то на пользу ему такой обед не пойдет. Под ближайшим кустиком умное животное просто отрыгнет лишнее. Примерно то же происходит и с человеком, когда ему пытаются вдолбить знания, в которых он не нуждается. Особенно ярко это видно на примере детей. И подростков, соответственно. Вы задумывались, почему такое большое количество детей не любит ходить в школу? Там же так интересно, дают столько знаний. Вот как раз потому и не хотят, что дают знания, которые детям большей частью не нужны. Да-да, может быть, они потом пригодятся, вполне возможно, что они даже необходимы этому конкретному ребенку. Вопрос не в этом. Вопрос в том, как нам накормить голодного зверя? Как впихнуть в голову ребенка алгебру, физику, геометрию, историю, географию, астрономию, да еще и научить играть в волейбол или делать «солнышко» на турнике. А он интересуется только хип-хопом. Возможно, именно поэтому нынешние дети зачастую апатичны и ленивы? Может быть, поэтому их трудно чем-то увлечь, что их просто «перекормили»? Что когда слишком много – тогда невкусно? А тут еще половое воспитание. Нужное, конечно, может быть, даже любопытное. Однако не получится ли как всегда: «Давай, бухти там, как космические корабли. А я посплю».

Вот мы вплотную и подошли к третьему варианту полового просвещения – информирование «по требованию». Метод этот совмещает, как это ни парадоксально звучит, два взаимоисключающих варианта поведения, рассмотренных выше. То есть вариант «У нас секса нет» и вариант «Лучше сами все расскажем». Так и назовем эту методику – «По требованию». Суть ее заключается в следующем: никакого специального полового просвещения родители не проводят. Однако, как только подросток начинает проявлять интерес к «запретной теме», ему доступно и доброжелательно объясняют азы сексуальной жизни. Причем ровно столько, сколько было запрошено. То есть если мальчишка лет шести спрашивает, почему у тети Клавды вдруг вырос большой живот, можно объяснить, что она беременна, не вдаваясь в подробное описание процесса зачатия и родов. Забегать вперед не стоит – отвечать нужно на тот вопрос, который вам задали, не упрощая или замалчивая явление, но и не увлекаясь подробностями. Хотя соблазны, естественно, будут – иногда может возникнуть искушение объяснить все и сразу или, наоборот, просто уйти от ответа. В первом случае мы рискуем раньше времени пробудить интерес к сексуальной сфере, что в конечном итоге аукнется нам же, во втором – ребенок подберет информацию на улице, но к нам больше с подобными вопросами не подойдет. Поэтому – готовьтесь, родитель. Готовьтесь и тренируйтесь. Хотя бы с помощью этой книги. Попробуем?

Первая ситуация: тринадцатилетняя дочь интересуется у матери, в каком возрасте можно стать мамой. (Постарайтесь побороть первый шок: еще не факт, что у нее «что-то было». Возможно, это простое любопытство.) Итак, что бы мы ответили?

Вторая ситуация: практически зеркальная. Пятнадцатилетний сын интересуется у отца, может ли забеременеть его одноклассница Инна. Опять-таки, ваши варианты ответа. И помним: нам нужен ответ на конкретно поставленный вопрос, а не додумывание «чего это он вдруг спросил?» да «чем это нам грозит?».

Третья ситуация: собираясь на школьный «последний звонок», дочь как бы между делом интересуется у матери, как предохранялись от беременности в ее время. Опять-таки, помним: пока для нас это – просто праздный вопрос. Никаких расследований на тему: «Зачем тебе это?»

Пока хватит. Естественно, чтобы отвечать на подобные вопросы, нужно самому представлять, о чем идет речь. Никому не нужны некомпетентные ответы. Они не только не помогут, но и вполне способны навредить ситуации. Если же вы сами не знаете ответ, самое правильное – честно признаться в этом, пообещав все выяснить в ближайшее время.

Ответить на поставленный вопрос точно по теме этого вопроса несложно. Сложность заключается в другом: а что делать, если сын (или дочь) вовсе ничего не спрашивают? Конечно, есть вероятность, что они пока не интересуются половыми вопросами, что, впрочем, маловероятно. Скорее, другое: подростки стесняются задавать подобные вопросы своим родителям, предпочитая все выяснять самостоятельно или у сверстников. Я, например, ничего особо страшного в этом не вижу: ну, хочет он знать все сам – на здоровье. Существуют прекрасные методы косвенной «информационной поддержки». Рассмотрим некоторые из них.

Маленькое предупреждение: часть из этих методов нужно применять только тогда, когда вы действительно уверены, что вашей дочери или сыну необходимо об этом знать. Например, в ситуациях, когда ребенок стал встречаться с представителем противоположного пола, причем отношения эти носят вполне недвусмысленный характер.

Приметы таких отношений заметит любая внимательная мать или отец:

- непонятные прогулки поздним вечером;
- звонки, на которые ваша дочь (сын) мигом срываются с места, после чего у них тут же образуются какие-то срочные дела;
- нежелание подростка рассказывать, с кем он встречался;
- осторожные расспросы о том, когда мама (папа) планируют прийти домой с работы;
- пристальное внимание к своей внешности.

Это общие приметы, которые говорят разве что о том, что у вашей дочери (сына) уже есть молодой человек (девушка). Однако о том, что их отношения становятся опасно близкими, могут рассказать уже другие признаки.

Например, легкий запах алкоголя от вашего ребенка, который только что вернулся с «прогулки». Или типично «девичья» примета: собираясь на вечерний «моцион», дочь зачем-то надевает свежее белье, при этом «забывая» такой важный предмет женской гигиены, как прокладка... И уж совсем тревожная примета, когда после возвращения ваше несовершеннолетнее чадо вдруг залезает в ванну, хотя до этого такой привычки за ними не наблюдалось... Впрочем, ванна может быть и до свидания. Хотя, опять-таки, это всего лишь приметы. Они могут указывать и на совершенно иные ситуации.

Впрочем, даже заметив подобные приготовления, рано делать однозначные выводы. Однако принять определенные меры было бы нелишним. Например, попытаться вызвать ребенка на откровенный разговор. Ведь зачастую даже самые важные решения принимаются спонтанно, импульсивно. Просто потому, что вот так все сложилось. И даже единственное слово может изменить решение на диаметрально противоположное. Поэтому

будьте бдительны, родители. Конечно, не все в этой жизни зависит от нас, но кое-что мы можем изменить.

Например, совершенно «случайно» оставить на столе хорошую книгу по сексологии. С таким расчетом, чтобы ее обязательно заметило ваше рано созревшее чадо. Тоже «случайно», разумеется. Впрочем, если ваш ребенок не слишком-то увлекается чтением, можно заменить книгу DVD того же содержания. Естественно, использование в качестве источника информации фильмов из серии «XXX» крайне не рекомендуется.

Варианты могут быть разные. Но самый лучший – это с малых лет добиваться доверительных отношений с ребенком, чтобы в любой ситуации он шел за помощью и советом именно к вам. И не только тогда, когда изменить что-то уже поздно.

Вряд ли в современных условиях придется объяснять своему ребенку основы сексуальной жизни. Если вы живете в городе, а не на одиноком хуторе без телевидения и прессы, то наверняка многие аспекты данной темы подросток давно уже усвоил сам. Задача современного родителя состоит в другом – отделить зерна от плевел, дать не просто сухую информацию о том, что «это бывает», а поддержать, указать на подводные камни и рифы, поделиться своим опытом (а может быть, и пополнить его). Чрезвычайно важно дать понять ребенку, что вы его поддержите в любой ситуации, что вы заинтересованы в его благополучии и счастье. Задача эта непростая: прошли времена лекций и нравоучений, теперь такие методы не работают. Чтобы как-то подготовить ребенка к реальности, нужно пользоваться малейшими возможностями и зацепками. *Подруга вашей дочери забеременела? Обсудите это с дочкой, пусть она расскажет, что думает по этому поводу. Расскажите и вы... Одноклассник вашего сына ухаживает за девочкой из параллельного класса? Что же, тоже хороший повод для разговора. По крайней мере примеры довольно наглядны и прямо перед глазами.*

Начать разговор, который опирается на конкретные примеры, гораздо проще, чем высасывать повод из пальца. Ваш сын-подросток грубо высказался в адрес весьма легкомысленно одетой девушки на улице? Спросите, что именно его не устроило в ее наряде? А вот «почему?» – спрашивать уже, видимо, не придется. Сам скажет. Задержались с пятнадцатилетней дочкой в аптеке? Вполне можно обратить внимание на полку с контрацептивами, «случайно проболтавшись», к примеру, что слышали рекламу об эффективности того или иного средства. Если девочка проявляет интерес – что же, можно рассказать и поподробнее. Зачастую в результате таких «случайных» разговоров подросток сам рассказывает о своих опасениях, и вы уже совместно вырабатываете план действий.

Прямые «воспитательные» беседы с ребенком затруднены по ряду причин. Подростки действительно стесняются обсуждать свои сексуальные проблемы с родителями. И если девочки хоть в чем-то советуются с матерями, то мальчики с отцами – практически никогда. Этому существует объяснение: при любых разговорах на сексуальные темы между родителем и его ребенком возникает эмоциональное напряжение, ощущение неестественности, скованности и стыда. Подсознательно и родитель, и подросток воспринимают подобные разговоры как своего рода психологический инцест, отсюда и вышеназванные эффекты. Конечно, существуют семьи, где отношения между родителями и детьми действительно доверительные. В этом варианте все возможно, однако, согласно статистическим данным, обращаться к родителям с половыми вопросами готовы не более двадцати процентов подростков. И большинство из них – девочки. Причем обращение это зачастую носит вынужденный характер.

Поэтому вовсе не нелепицей выглядит предложение переадресовать свои полномочия как компетентного советчика в вопросах пола другому лицу, которому доверяете и вы, и ваш ребенок. Этим лицом может быть ваш дальний родственник (с близкими обычно ситуация та же, что и с родителями), хороший знакомый (знакомая), учитель, доктор (подростковые врачи и врачи участковые как специалисты очень могут помочь – хотя бы своим

авторитетом). Опять-таки, эти люди должны сами иметь четкое представление о том, что и как говорить.

Хотя, на самом деле, влияние полового просвещения в подростковом возрасте не столь велико. Для тех, кто опасается, что подобные беседы могут спровоцировать подростка начать половую жизнь, заявляю: на основании, опять-таки, статистических данных, грамотное половое просвещение не только не снижает срок вступления в первую близость подростков, но и (хотя и не всегда) отодвигает его. Однако начинать подобное просвещение нужно как можно раньше. Тогда, когда ваш малыш (еще малыш) задает первые вопросы. Типа того:

– *Почему я – девочка, а Саша – мальчик?*

Вот если в ответе на этот вопрос вы будете честны (прежде всего, перед собой), то есть шанс, что в будущем ваша подросшая дочь (или сын) будут спрашивать у вас, а не у кого-либо еще.

Кстати, очень полезно потренироваться в ответе на этот маленький и вполне безобидный вопрос. В нем нет ничего непристойного – как нет ничего непристойного в четырехлетнем ребенке, задавшем его.

Маленькая подсказка: четырехлетнего ребенка еще не интересует сексуальная сторона вопроса. Он познает мир, он увидел новое: что есть девочки, а есть – мальчики. Кроме того, различия могут быть не только физическими. Попробуем?

Получилось? Разговор с маленьким ребенком на тему «мальчики – девочки» не так сложен, как кажется. Потому что, по большому счету, что-то сочинять, правильно выстраивать фразы родителю обычно не приходится. Ребенок просто задает вопросы, на которые мама (или папа) ему отвечает. По возможности – честно. Даже вдаваться в подробности не приходится: зачастую ребенку вполне хватает общих сведений. Причем вовсе не физиологического характера. Например:

– *Потому что есть девочки, а есть мальчики... Ты – девочка.*

Конечно, это не ответ на вопрос. Это проверка, что на самом деле хочет выяснить ваш ребенок. Пока из его вопроса понять это сложно.

– *Не хочу быть девочкой... Сашу вчера взяли играть в бандитов, а меня – нет. Сказали, что девочек не берут!*

Вот и весь интерес. Нужно сказать, что таких ситуаций, когда мы подозреваем за ребенком большее, чем он на самом деле имел в виду, очень много. Представьте себе, что в подобной ситуации мы бросились бы в пространные объяснения о том, что у мальчиков по-другому устроен половой орган, что девочки способны выносить и родить ребенка и т. п. Какие глаза были бы у четырехлетнего ребенка, который слышит вещи удивительные, но совершенно ему пока ненужные! И каким образом, скажите на милость, пришлось бы этой девочке сопоставлять строение своего полового органа с тем фактом, что мальчики не берут ее в свои мальчишеские игры? Так и до фрейдовских сексуальных комплексов недалеко.

А вот если ребенок действительно заинтересовался, почему это «*мальчики писают стоя, а я – сидя*», вполне уместно будет посвятить девочку в страшную тайну половых различий. Хотя бы в такой форме:

– *Чтобы не описать штанишки.*

Если последуют дополнительные расспросы, можно и пояснить, что у девочек, в отличие от мальчиков, писка не высовывается из штанишек. Или провести аналогию с водопроводным краником. Причем вряд ли вы откроете ребенку Америку: наверняка ваша девочка (или мальчик) уже видели органы воспроизводства сверстников противоположного пола во время игр в папу-маму, совместного посещения туалета или в детском садике на «тихом часу», когда воспитательница отлучается. Так что подобные вопросы будут не совсем вопросами, а скорее, тестом для родителя: а что скажет мама (или папа)? При этом очень важно сохранять нейтральный тон в своих ответах, а также соблюдать тонкий баланс между сдержанностью и необходимостью дать вполне компетентный ответ.

Впрочем, не так уж много задают дети этих «неудобных» вопросов. И в ответах на них

есть одно общее правило: лучше сказать меньше, чем больше. Излишние откровения родителей на сексуальные темы очень легко могут оттолкнуть от родителей ребенка постарше, заставить его дистанцироваться. Особенно это касается подростков. Это вовсе не означает, что папа или мама должны делать вид, что ничего не видят и не слышат. Конечно, нет. Внимательные мать или отец не только увидят изменения в сексуальном развитии своего ребенка, но и тактично дадут понять, что они понимают, что происходит. Как раз эта немая поддержка подростку и необходима. Именно поддержка, а не обсуждение его проблем. Захочет – расскажет. Но даже если ваш ребенок не станет делиться с вами интимными переживаниями (а это вполне нормально) – не обижайтесь на него. Просто эта тема – вне тем, которые можно легко обсуждать с родителями. Даже если у вас с сыном либо дочерью самые доверительные отношения.

А вот помочь дочери в выборе прокладок, когда мама заметила, что у дочки впервые начались месячные, – это естественно и необходимо. Точно так же, как хороший отец еще с детства приучит мальчика к гигиене, чтобы не пачкать трусики после посещения туалета.

Но вот, например, как отец учит своего сына натягивать презерватив. Извините, этого я представить не могу. По крайней мере у нас. Хотя в Штатах или в Голландии – другое дело. Но мы – не американцы. И даже не европейцы, и география тут ни при чем. Восточнославянский этнос испокон веку имел мощное табу на сексуальные темы между близкими родственниками, посему считалось, что «этому» должна учить улица, но никак не родители. А психологию этноса переломить сложно. И главное – бессмысленно. Насколько сознание пасует перед бессознательным, настолько человек, сам того не ведая, находится во власти традиций, суеверий, правил и запретов своего народа, своей культуры. Вот не помним мы ни песен, ни обрядов наших дедов и прадедов, а их психологию унаследовали досконально. И современные влияния – это всего лишь макияж, который скрывает суть. А суть эта изменяется очень медленно.

Обратите внимание, как не любят обнажаться перед родителями не то что подростки, но дети десяти – одиннадцати лет.

Казалось бы, совершенно непонятное стеснение перед теми, кто еще недавно сажал их на горшок и собственноручно подмывал попку. Так нет же: «Мама, я же говорил, стучать надо! Я же переодеваюсь!» И знаменитая гиперсексуальность подростков каким-то нелепым и невозможным способом сочетается с их гиперстыдливостью. Кстати, это огромная ошибка – считать, что нынешнее поколение не знает стыда и «совершенно без комплексов». Скорее, наоборот: самый главный комплекс сегодняшних подростков – это как раз комплекс «человека без комплексов», когда нужно быть раскованным не потому, что это нужно тебе, а потому, что это модно. Когда признаться в том, что в шестнадцать лет у тебя еще не было девушки/ парня – это ужасный позор. Когда девочка, которая к пятнадцати годам демонстративно не целуется у подъезда, считается никому не нужной и отсталой. И если ранее девушка могла «совершить глупость», потеряв голову с любимым парнем, то теперь все наоборот: первый сексуальный опыт приобретается расчетливо, с человеком, с которым ничего, кроме секса, в жизни не связывает. Чтобы не разочароваться в том Единственном, который должен прискакать на белом коне. Да-да, современные девушки в курсе, что от первого секса можно ожидать чего угодно, только не удовольствия, и поэтому не спешат отдаваться тому, кого любят. Просто для того, чтобы не испытывать разочарования, не охладеть к этому самому Любимому. Ужасно? Это с какой стороны посмотреть. В любом случае – это практичный подход.

Так что же делать нам, родителям? Если вы задаете себе этот вопрос, то, скорее всего, сделать мы можем не так уж много. Самое главное, что мы можем на самом деле, – это **не навредить**. И еще: **поддержать**. Поддержать нашего уже не ребенка, но еще и не взрослого сына или дочь в любой, самой неприятной и тяжелой для него (и для нас) ситуации. А вот вопросы полового просвещения. Возможно, мой совет покажется вам достаточно спорным.

Антипедагогичным. Психологически неграмотным и анахроничным. И все же: *давайте оставим эти вопросы улице.*

Да-да! Как раз на борьбу с этой «улицей» и направлены умные беседы, уроки «основ семейной жизни» и учебные программы по половому воспитанию. Да, именно на улице подросток может «нахвататься» пошлостей, всяческих извращений, получить исковерканную, искаженную информацию... Ой – страшно!

Но от улицы никуда не деться. Все равно услышит, все равно наберется. Впрочем, может быть, и не наберется. Может быть, и обойдет лужу грязи. В любом случае оградить от уличного влияния нашего ребенка *мы не сможем*. А вот привить ему уважение к противоположному полу (это касается как девочек, так и мальчиков), взрастить в нем (ней) самоуважение и самодостаточность не только можно, но и жизненно необходимо. Тогда, глядишь, и не придется пятнадцатилетней девочке терять невинность только для того, чтобы угодить своему очередному ухажеру, а шестнадцатилетнему парню гоняться за сомнительными «победами» на сексуальном фронте, доказывая всему миру, что он – привлекателен и любим. Только делать это нужно с самого рождения. Потом будет не то что слишком поздно, но намного сложнее.

Улица – это не только разговоры сверстников, «уроки» старших ребят и страшная порнография в Интернете. Это и другие взрослые, и хорошие книги по сексологии, и грамотные телевизионные программы. И красивые качественные эротические фильмы, в конце концов. Не в каменном веке ведь живем. И без нашей помощи подросток найдет информацию о том, «как». Родителям вовсе не обязательно брать на себя этот тяжкий и опасный груз – просвещение своего подросшего дитя на темы, которые, в общем, с родителями не обсуждаются. **НО!** По моему глубокому убеждению, есть множество других вопросов, касающихся половой сферы подростка, в которых он вправе рассчитывать на вашу компетентную помощь и совет.

Ваш ребенок может неплохо ориентироваться в физиологических вопросах, прочитав о технике секса в глянцевах журналах либо в современных интерпретациях «Камасутры», однако вряд ли он где-то прочитает о том, **как и когда** решаются на первую близость, какие обстоятельства могут подвигнуть девушку либо юношу на этот шаг. Вряд ли также он найдет в подобной литературе (возможно, очень даже неплохой, может быть, даже и нужной) ответы на вопросы, **зачем мне это нужно** или **что мне это может дать**. И, наконец, главный вопрос: **стоит ли?** *Учебники по сексу, увы, ответа на этот вопрос не дадут.*

Прямой ответ не дадут и родители. Однако прямых ответов и не требуется. А вот косвенные примеры, передача собственного опыта и своих взглядов на жизнь – это очень поможет. Например, почему бы матери не рассказать о том, как легко совершить глупость, проявив обычную беспечность? Как поздно порой догадываешься, что все началось вполне невинно – со слишком откровенного поцелуя. С того, что его рука легла не на талию, а чуть ниже... Что на скамейке не хватило места, и она решилась присесть к нему на колени... Что она просто была молодой и неопытной, а чтобы совершить ошибку, нужен только первый неверный шаг... Физиология не нужна: в конце концов, даже люди, которые в жизни не читали ни одного учебника по сексологии и не смотрели эротических фильмов, вполне успешно зачинают собственных детей. Природа возьмет свое, если ей не мешать. Но мы – люди. Вот и давайте говорить о том, что делает нас людьми.

Почему бы отцу не рассказать о том, что свою первую любовь он сам толкнул в объятия другого, когда перед отъездом в армию обнял свою Единственную в подъезде... Тогда казалось, что эти ласки привяжут ее к нему, что теперь-то точно она будет его ждать. Всего лишь ласки, всего лишь жаркие поцелуи – ничего более! Но она не дождалась: он по неосторожности разбудил в ней Женщину. Разбудил Стрость, которая не может ждать два года. Почему бы сыну не узнать об этом? Может быть, это остановит его от слишком горячих излияний своих чувств. Они ведь тоже вскоре расстанутся – он планирует поступать в столицу – на время, как кажется им. А может быть, навсегда, если сделать неосторожный шаг.

А вот еще мама вспоминает о том, как ее глупая подружка хотела удержать своего парня... Все ему позволяла. И правда, ходил он к ней. Часто. Пока не понял, что подруга-то – беременна... И что? И все... Прошла любовь. Она теперь – одна-одинешенька. А были ведь хорошие парни. Можно было с ними жизнь начинать. Но вот поддалась, сломалась. Решила: умнее всех буду. Сделаю так, что уж теперь-то точно от меня никуда не денется... Просчиталась. Прогадала. И этого не удержала, и остальных растеряла. Потому что они – сломанные – не нужны уже. Потому что их, мужчин, почему-то всегда тянет к таким далеким и недоступным... Да, конечно, теперь время другое. Все вокруг другое... Только вот люди те же.

И отец разоткровенничался: мол, перед самой встречей с ней, с мамой, он уже и не надеялся, что найдет свою вторую половинку. Думал, что все это – рассказы. И уж собирался жениться на вовсе не любимой им Нинке, с которой был в те времена неловкий серый романчик. И вот женился бы, и что вышло бы из этого брака – неизвестно. Только удержало что-то, как-то в последнюю минуту вдруг словно охладил, накинул на Нинкины плечи кофточку и проводил до двери... Бог его знает, что это было, только через два месяца встретил – случайно совершенно – девушку Катю, твою маму. И понял, что будет жить только с ней.

Но если ваше чадо все-таки потеряло голову, если вы чувствуете (или даже знаете), что она (он) не устоит (или даже уже не устоял) перед искушением, что делать в этом случае? Что может в данном случае родитель? Подкинуть в карман куртки презерватив? Тоже вариант, но на самый крайний случай. Ведь, если пока «ничего не было», подобным жестом мать (реже отец) вольно или невольно высказывают свое негласное одобрение. На, мол, деточка, получай удовольствие, только не «подцепи» чего-нибудь...

Опять же, на Западе такая практика существует и неплохо себя оправдывает. На Западе. Не в России. Не в Беларуси или Украине. Наши «сексуальные революции» разрушительны, потому что размывают самые основы нации, на том, на чем держался славянский (да не только славянский) этнос. «Что русскому хорошо, то немцу – смерть». Эта пословица имеет и обратную силу.

Но ведь делать что-то надо!

Надо. Например, подключить родственников и друзей, с которыми ваш ребенок активно общается. И которым доверяет. Вряд ли дочь признается матери в том, что позволяла своему парню гладить ее грудь. Не потому, что не доверяет ей. А потому... Потому что признаться в этом МАТЕРИ — **стыдно**. И это вполне нормально. А вот пооткровенничать с любимой тетушкой, которая знает все на свете и лишнего не сболтнет – почему бы и нет... Дело в том, что подросток **нуждается** в поддержке и совете. Нуждается чрезвычайно остро: ситуация требует реакции, быстрой, правильной и оправданной, а как реагировать, если жизненного опыта – ноль с хвостиком? Это понимает любой подросток.

Поэтому и ищет крупитцы информации: а как отказать парню, чтобы он не бросил, не обиделся? А если вот переспали, то это уже любовь или еще нет? А если не целоваться, то и не забеременеешь? А если ты ни разу не обнял девушку, что она о тебе подумает? А правда, что, если с первого свидания ты не залез ей под юбку, она найдет другого? А девушкам так же «хочется», как мальчикам? А вот если долго воздерживаться, станешь импотентом? А это на самом деле неземное удовольствие или просто рассказывают? А что делать, если это уже случилось?.

Вопросов много. Даже очень. И это не просто вопросы. Это **проблемы**, которые подросток вынужден решать. Чаще всего самостоятельно. Так уж устроена подростковая психика: не доверять, закрываться, обособляться. **Мы – самостоятельные! Мы – сами все можем! Нам не нужна никакая помощь!** Обычные подростковые заморочки. Они быстро испаряются, когда жизнь преподносит сюрпризы. Так что самый надежный вариант для родителей – окружить своего повзрослевшего ребенка людьми, которые поддержат и помогут. Людьми умными и надежными. Кстати, чрезвычайно полезным будет общение подростка с представителем противоположного пола. То, что никогда не расскажет подружка

(просто потому, что она об этом не догадывается), может вполне открыть девушке взрослый мужчина. И воздействие такого разговора по душам будет гораздо сильнее: ведь информация получена из первоисточника, а не через «третьи руки». О чем может быть разговор? Да о многом.

Какие приемы может использовать юноша/мужчина, чтобы соблазнить девушку; что может остановить не в меру разгоряченного парня; что привлекает мужчин в женщинах в первую очередь; как сохранить невинность, не потеряв любимого; чего не следует делать, чтобы не спровоцировать изнасилование; как распознать парня, у которого на уме «только это».

Это всего лишь примеры. Тем, которые можно (и нужно) обсуждать с молодыми девушками, гораздо больше. Впрочем, как и везде, существуют аспекты, которых касаться не следует. К примеру, те же самые вопросы техники секса, эрогенных зон, искусства поцелуев... Не то чтобы такими вопросами девушка-подросток не должна интересоваться, но обсуждение их с представителем противоположного пола провоцирует обоих на необдуманные поступки. И очень может случиться, что в результате эффект от такой беседы будет прямо противоположным ожидаемому. Впрочем, это говорит лишь о том, что родителям в тонком вопросе полового воспитания нужно обращаться лишь к людям, которым они действительно доверяют. Либо к специалистам, которых, к сожалению, у нас еще очень мало.

Аналогичным образом взрослая женщина может подсказать подростку-юноше следующее.

Рассказать о том, что девушка «любит» ушами, ей более необходимы нежность, поддержка и ласковые слова, нежели «лапание» в подъезде или в ночном парке; разъяснить ситуацию с контрацепцией, в частности развеять мифы о способах защиты, которые ничего не гарантируют (как, например, самый распространенный способ – прерванный половой акт); предупредить, что после «этого» у многих пар возникает взаимное отчуждение и резкое охлаждение отношений; намекнуть, что ранние половые связи зачастую приносят только разочарование, даруя весьма посредственное удовольствие парню и лишь отрицательные впечатления его подружке.

И, наконец, любой из окружающих подростка взрослых может объяснить, что реальный половой акт имеет не больше общего с таковым в порнофильмах, чем киношный бой Джеки Чана с кровавой и жестокой уличной дракой...

Вообще, натурализм изображенного иногда очень здорово помогает. Жизнь, сама жизнь показывает, что множество вещей, которые кажутся нам такими замечательными (благодаря рекламе, кино, телевидению и другим масс-медиа), на деле не такие уж привлекательные и желаемые. Поэтому с ранних лет нужно приучать ребенка к тому, что между реальными вещами и их демонстрацией в прессе и на телевидении – огромная разница. Это называется – прививать «критический подход». Зачастую такой взгляд на жизнь очень здорово выручает.

Что ни говори, а к каждой семье, к каждому ребенку, к каждому родителю нужен свой, индивидуальный подход. И найти этот подход проще всего тем, кто живет рядом. Поэтому повторюсь еще раз (и, наверное, не последний): главной опорой в любых сложных ситуациях, в ваших взаимоотношениях будут оставаться ваш личный опыт, ваш взгляд на жизнь и ваше мировоззрение. В конечном итоге решать вам. В том числе и в выборе стратегии, полового воспитания. И, наверное, не суть важно, что выберут родители: широкомасштабное половое просвещение либо осторожную тактику целомудренности – выбор подскажет сама жизнь. Важно, чтобы всегда, в любой ситуации ваш ребенок был уверен: вы его поймете и поддержите. И тогда, поверьте, многие трудности обойдут ваш дом стороной.

Я не возношу Тебе длинных молитв, о Господи. Не посылаю бесчисленных вздохов. Не бью низкие поклоны.

Не приношу богатые жертвы во славу Твою и хвалу. Не стремлюсь вкрасться Тебе, Владыка, в милость. Не прошу почестей.

Нет у меня мыслей-крыльев, которые вознесли бы песнь мою в небеса. Слова мои не красочны и не благовонны – нет у меня цветов. Устал я, измучен.

Глаза мои потускнели, согнулись под грузом забот. И все-таки обращаюсь к тебе, Господи, с сердечной просьбой.

Ибо есть у меня драгоценность, которую не хочу доверить брату-человеку.

Боюсь – не поймет, не проникнется, пренебрежёт, высмеет.

Всегда я пред Тобою смиреннейший из смиренных, но в этой просьбе моей буду неуступчив.

Всегда я говорю с Тобой – тишайшим шепотом, но эту просьбу мою выскажу непреклонно. Повелительный взор свой устремляю в высь небесную.

Распрямил спину и требую – ибо не для себя требую.

Ниспошли детям счастливую долю, помоги, благослови их усилия.

Не легким путем направи их, но прекрасным. А в залог этой просьбы прими мое единственное сокровище: печаль. Печаль и труд.

Януш Корчак. Молитва воспитателя



Надежда умирает последней. Даже если надеяться на что-то глупо. Даже если точно знаешь, что надежды нет. Но человек так уж устроен: он всегда надеется.

Сегодня. Приказ пришел сегодня. Значит, нужно собираться... Это не шутка – собрать всех...

Как-то совсем непривычно: даже убрать ничего не успели, все остается как есть. Как будто пожар. Хотя – это и есть пожар. Это хуже пожара – от пожара можно спастись, выбежав на улицу.

Он уже стар. Шестьдесят с хвостиком – это не двадцать лет. Но, кажется,

прожито никак не меньше века. Тяжело. Очень тяжело. Никому, наверное, такого не выпадало – и, Боже милостивый, не дай, чтоб выпало еще когда-нибудь. Потому что это за пределами человеческого. Потому что нигде, ни в какой книге не сказано, что делать, когда ты сделать ничего не можешь.

Ну ничего, Януш, не придется тебе больше ползать по помойкам да гнилым подвалам, выискивать картофельную шелуху, каждый божий день ломать голову: как прокормить две сотни ртов, когда вокруг – на этом несчастном каменном пятачке – три сотни тысяч голодного народа, и никакого продовольствия сюда никто не завозит. Просто потому, что их обрекли на смерть. Ничего этого больше не будет. Скоро.

Выходим. Ребята – молодцы: нет суеты, никакой паники. Строятся. Франек нагнулся завязать шнурки. Боже, какие же они худые. Он – врач. Ему нельзя допускать такое. Как можно, чтобы ребенок был таким худым? Чтобы от голода не мог подняться с кровати? Чтобы умер прямо на улице? Чтобы грыз голенища старых сапог? Да что тут... Чем они питались эти месяцы – это вспомнить страшно. Еще год назад он бы сказал, что это нельзя есть. Никому, а тем более детям. Еще год назад он многого не знал. Не знал, что можно бросить тысячу младенцев в холодном каменном доме просто так – ни на кого. Околевать в лужах замерзающей мочи, на загаженном паркете... И что никому до этого не будет дела. И что человек – Человек, к которому он всегда обращался, на которого надеялся, – будет жить по закону животного: лишь бы не я... Боже, как же они пережили эту зиму, непостижимо...

Когда он остался один на один с двумястами детьми в огражденном колючей проволокой гетто, казалось, это больше, чем может вынести человек. Он уже не думал о себе. Он давно отвык думать о себе. Будешь думать о таких пустяках, ничего не сделаешь. Но как можно было что-то делать там, где ничего сделать нельзя? Где не было ничего, кроме насмерть запуганных, голодных, истерзанных страхом людей, которые тоже пытались выжить. Выжить там, где выжить было нельзя.

Каждый день превратился в бой со смертью. Но их было так мало – он и несколько воспитателей. Смерть же ходила вокруг с тысячью лиц – тиф, туберкулез, холод, облавы, шальная пуля, голод. Самое страшное – это голод. Никогда к нему не привыкнуть. Никогда. Как они еще умудрялись выжить, он и его дети? Один Бог знает.

А потом на него свалился Дом подкидышей. Еще тысяча младенцев – брошенных, никому не нужных. Тысяча – когда и две сотни прокормить было нельзя. И как пройти мимо? Сделать вид, что это не его дело? Что он и так делает все? Нет, нет. Пройти невозможно. Ведь эти дети – рядом. Так у него появилась еще одна невыполнимая миссия. Впрочем, как миссию он ее не воспринимал. Он делал то, что мог сделать. А сил уже не было. Потому что для этого нужно было хотя бы есть. Иначе – истощение и болезни. Да знал он и это, он же – доктор. Но сейчас знать – не значило ничего.

Прекрасные дети. Его дети. Он взял на руки Марэка. Мальчик уже не мог идти. В последние дни ему нечасто удавалось что-то принести. Худенькие ручки слабо охватили его шею, и он удивился: ладошки были теплыми. Несмотря на изнуряющую августовскую жару, они не могли быть теплыми в этом умирающем теле – он знал, он был врачом. Но они были теплыми. Он чувствовал это своей шеей. Дети строились в колонну по четыре. Он знак каждого: Марэк, Гешельд, Мордка, Хаим, Анишель, его любимец Матиуш. Четыре ряда, по пятьдесят ребят в каждом. Взявшись за руки. Худые, изможденные, с огромными, во все лицо глазами. Но в этих глазах он не видел ни страха, ни растерянности, ни паники. Только усталость – и вера. Вера, что ничего плохого не случится, пока рядом Старый Доктор. Они многое видели и многое пережили с ним. Они знали: он не Бог. И все равно верили...

Они верили, даже когда на площади увидели немецких солдат, распахивающих по вагонам людей. Они не боялись, даже когда немецкий офицер подошел к их Доктору и сказал:

– Уходите, доктор. Я читал ваши книги. Уходите.

Они знали: он не уйдет. Не бросит. Ему ведь раньше говорили: «Уходи. Убегай.

Спасайся». Он не ушел и не бросил.

Они верили, когда за ними захлопнулись двери товарного вагона и поезд загрохотал стальными колесами. Он нес их туда: в плач, в слезы, в страшную, неодолимую беду с таким красивым невинным названием – Треблинка. В барачный городок за колючей проволокой с чадящими черным дымом печами. Туда, откуда люди большие не возвращались. А в холодном дощатом вагоне Старый Доктор рассказывал свою последнюю, грустную сказку:

«Матиуш закашлялся. На его улыбающихся губах показалась кровь. Он опустил веки и больше уже не поднял.

По городу прокатилась весть – Матиуш умер».

В августе 1942 года Януш Корчак и двести его воспитанников погибли в газовой камере концлагеря Треблинка.

Давайте остановимся. Ровно на минутку. В память об этих детях. О самом Корчаке. Может быть, в эту минуту и промелькнет неуютная мысль: а что бы я сделал на его месте?

Может быть, не стоит об этом думать.

Мы не знаем.

Дай Боже, не узнаем никогда...

Прошу прощения, что я начал главу с этой печальной истории. Возможно, кто-то знал о ней раньше, а может быть, нет. Мне хотелось поделиться этим рассказом, потому что, на мой взгляд, настоящий педагог тем и отличается от модного писателя, что каждое его слово подкреплено делом. А иногда – и его жизнью, как это случилось с Корчаком. Корчак погиб не за свои идеи – просто он жил так, как писал, и по-другому просто не мог. *«Никому не желаю плохого. Не умею. Не знаю, как это делается».* Это его слова. Действительно – по-другому не умел. Если вы никогда не читали Корчака, прошу – прочитайте. Это удивительные книги. Никто больше не писал так, как он – Старый Доктор. Ни у кого больше не было таких выразительных и пронзительных сказок: «Король Матиуш Первый», «Король Матиуш на необитаемом острове». Его книга «Когда я снова стану маленьким» потрясает – это как окунуться в детство, увидеть мир таким, каким он был для нас десятки лет назад.

А «Правила жизни»? А «Как любить ребенка»? «Право ребенка на уважение»? «Лето в Михалувке»? Как жаль, что такие книги переиздаются у нас слишком редко.

В этой главе я попробую передать суть, основу метода Корчака. Насколько мне позволят мои скромные способности. Надеюсь, это будет интересно. И уверен: знакомство с трудами Януша Корчака будет полезно. Поэтому приступим.

Основное утверждение Януша Корчака — **дети имеют право на уважение**. Ребенок – это такой же человек, как и взрослый, только не имеющий его опыта. Корчак утверждал, что к ребенку нельзя относиться как к неразумному, неполноценному существу, которому только предстоит стать человеком. Ребенок в представлении Корчака – это уже сформированная личность со своими привычками, характером, отношением к жизни.

*«Есть как бы две жизни: одна – важная и почтенная, а другая – снисходительно нами допускаемая, менее ценная. Мы говорим: будущий человек, будущий работник, будущий гражданин. Что они еще только будут, что потом начнут по-настоящему, что всерьез это лишь в будущем. А пока милостиво позволяем им путаться под ногами, но удобнее нам без них».*¹

Положа руку на сердце, разве в глубине души мы не считаем именно так? Слова эти написаны почти столетие назад. Однако, как метко заметил один великий, человечество стремительно развивается в техническом плане и практически совсем не прогрессирует в плане духовном. Возможно, в этом есть доля истины.

Нам трудно уважать ребенка так же, как и взрослого. Не только потому, что дети маленькие. Часто дети действительно не оправдывают наших надежд и ожиданий. Подводят.

¹ Януш Корчак. Право ребенка на уважение. – М.: Педагогика, 1979. – С. 14–15.

На них нельзя положиться. Конечно, взрослые – тоже не идеал. Но все же...

Корчак признавал это и объяснял подобную ненадежность следующими причинами.

1. Ребенок пластичен, поэтому он приспосабливается к тем ожиданиям, которые возлагают на него взрослые. Именно приспосабливается, подделывается, иногда вопреки своим желаниям и чертам характера. Просто чтобы заслужить любовь и уважение взрослого. Не удивительно ли, что рано или поздно это «притворство» разрушится? *Мораль: не лепить из ребенка что-то, а попытаться узреть, кто же он на самом деле.*

2. Ребенок практичен. Он живет здесь и сейчас. Для него «завтра» – понятие расплывчатое. Ребенок желает здесь и сейчас почувствовать, «что ему будет» за то, что он такой хороший. Взрослый же рассчитывает, что эти хорошие качества будут развиваться в дальнейшем, и рассчитывает на бескорыстие ребенка, совершая большую ошибку. *Мораль: не мечтать о «светлом будущем», ребенок должен уже сегодня почувствовать, что быть добрым, умным и щедрым – это для него выгодно.*

3. Один ребенок и ребенок в компании – абсолютно разные вещи. Психология толпы – это совершенно другая психология, которая подчиняется иным законам. *Мораль: не судите ребенка строго за проступок, совершенный в компании. Это был не совсем он.*

4. Ребенка может просто опьянить воздух улицы, как алкоголь взрослого. В результате – утрата контроля, взрыв эмоций, разрушение запретов. *Мораль: это «пьяное буйство» ребенка не должно вас пугать, оно умиляет, это прекрасный повод не отдалиться, а сблизиться.*

Вывод Корчак делает однозначный:

*«Годы работы всё очевиднее подтверждали, что дети заслуживают уважения, доверия и дружественного отношения, что нам приятно быть с ними в этой ясной атмосфере ласковых ощущений, веселого смеха, первых бодрых усилий и удивлений, чистых, светлых и милых радостей, что работа это живая, плодотворная и красивая».*²

А также:

*«Давайте требовать уважения к ясным глазам, гладкой коже, юному усилию и доверчивости. Чем же почтеннее угасший взор, покрытый морщинами лоб, жесткие седины и согбенная покорность судьбе?»*³

Еще одно право, которое просто необходимо ребенку для его нормального развития, – это **право быть тем, кем он есть**. Странно звучит, не так ли? Как будто ребенок является кем-то иным. Да, зачастую является. Просто потому, что живет он не в вакууме, что на него обрушиваются тонны информации из внешнего мира. И не просто обрушиваются – требуют соответствия, равнения, примера... Телевидение, учителя, родители, тренеры, друзья, журналы, воспитатели, милиция... Интернет, тети-дяди, книги, шоу, бабушки с дедушками... Поп- и рок-звезды, папины и мамы знакомые, модные веяния, реклама и опять десятикратно – телевизор, телевизор, телевизор.

Ребенок мал, никому не интересен, он еще – никто, посему он должен быть. «Таким и таким», – говорит топ-моделька своими высокими каблучками. «Таким и таким», – перебивает накачанный громила из боевика. «Таким и таким», – пытается перекричать взвинченный учитель. «Таким и таким», – раздражается удравший с работы отец. «Таким и таким, потому что мы были такими», – гнут свою линию верные ленинцы – бабули с дедулями.

И даже дежурный вопрос учителя «А кем бы ты хотел стать в жизни?» вовсе не подразумевает искреннего ответа. Потому что любому школьнику понятно, что **его желания** и то, **чего от него ожидают другие**, – это разные вещи. И лучше их строго разграничивать.

«Для ребенка пример не только дом, но и коридор, двор, улица. Ребенок говорит

² Януш Корчак. Право ребенка на уважение. – М.: Педагогика, 1979. – С. 12.

³ Там же. – С. 24.

языком окружающих – высказывает их взгляды, повторяет их жесты, подражает их поступкам. Мы не знаем чистого ребенка – каждый в той или иной степени загрязнен». ⁴

С самого рождения мы не столько изучаем нашего ребенка, стремимся проникнуть в его душу, постигнуть характер, сколько пытаемся вылепить из него свой идеал. Даже если нам кажется, что никакого идеала у нас нет, – просто воспитываем так, как умеем. Но в любом окрике, в любом запрете родителя есть четкое определение: «Нет! Потому что МОЙ ребенок так не должен поступать!» Папа, наказывая своего сына, как скульптор долотом, ремнем или ограничениями пытается «снять стружку», отколоть то «лишнее», что ему – отцу – в нем не нравится. И одновременно – подтолкнуть, впихнуть в ту идеальную форму, которую он заготовил заранее. Другой вопрос, ясно ли отец (или мать) видит эту форму или по наивности считает, что ее и вовсе нет, что его распоряжения и указы – это лишь общепринятые воспитательные меры, просто потому, что «так нужно». Вряд ли многие задумываются над тем, что, «откалывая» таким образом «ненужное», мы на самом деле зачастую калечим самого ребенка. Ведь эти «ненужные» родителям детали его характера могут оказаться частью его личности.

Очень часто наши скоропалительные выводы вроде «Ну и бестолочь ты у меня!» означают лишь то, что ребенок не вписывается в ту чугунную форму, тот образ, который видят (хотят видеть) в нем родители. Отсюда и многочисленные конфликты, даже восстания и набивший оскомину «конфликт отцов и детей».

«Ты говоришь: „Он должен... Я хочу, чтобы он...“ И выбираешь для него, каким должен стать, – жизнь, какую желала бы». ⁵

О, это большое искусство, – узреть в ребенке его суть. Не поломать, не задавить, не замаскировать. Даже если очень хочется. И это не так просто. Как определить, где наше руководство необходимо, а где – лучше оставить как есть? Простых ответов здесь нет. Однако:

- если вас что-то не устраивает, подумайте, может быть, это связано с характером ребенка, с особенностями его психики (например, его страхи); не нужно настаивать в таком случае;

- если же причина вашего недовольства – несовпадение вашего желания с желанием ребенка или же просто его переменчивые желания (называемые чаще капризами), тут возможны варианты.

Поясню на примерах.

Шестилетний Вадик отказывается самостоятельно идти в туалет. Свет в коридоре выключен. Вы знаете, что он боится темноты. Заставлять его «преодолеть страх», как «настоящий мужчина», – это значит лишь усиливать его невроз.

Варианты:

включить свет;

пройти через коридор вместе.

Восьмилетняя Юля совершенно не слушает маму, которая требует, чтобы она посидела спокойно и дала посмотреть ей сериал. Девочка прыгает, шумит, вертится, как волчок, непрерывно щебечет. После окрика матери ненадолго затихает, но через несколько минут возня начинается снова. По всей видимости, холерический темперамент Юли не позволяет ей находиться без движения длительное время. Заставить ее победить собственный темперамент – задача неблагоприятная и ненужная: темперамент не переделать, а вот травмировать психику ребенка можно.

Варианты:

включить звук погромче (играть Юле это не мешает, холерики любят громкие

⁴ Януш Корчак. Право ребенка на уважение. – М.: Педагогика, 1979. – С. 21.

⁵ Януш Корчак «Как любить ребенка» – М. «Педагогика», 1979. – Гл. 5, с. 29.

звуки);

*попросить дочь поиграть в соседней комнате или на улице;
поиграть вместе с дочерью – ну их, эти «мыльные оперы»...*

Десятилетняя Вера отбрасывает уже четвертую кофточку, которую протягивает ей мама. «Не нравится». Мама врасперянности: и на улицу пора, да и одежды не так мало. Может быть, действительно надо было купить ту, на которую показывала дочь в торговом центре? Правда, дороговато, но что поделаешь – лишь бы дитя не плакало... Вот это, похоже, уже каприз. Алгоритм его прост: «Раз мне не дали того, не надо и этого».

Варианты:

отказаться от прогулки, мило поведав дочке, что, пока вы выбирали платье, время вышло, и вам пора заниматься кухней;

предложить девочке самой выбрать платье – маме же лучше в это время удалиться в другую комнату (каприз, как и любая демонстрация, рассчитан на публику; «сольные» капризы ребенку, как правило, неинтересны);

• поговорить с дочкой, используя активное слушание, обязательно высказав, что вы чувствуете. Вариант более сложный, но, видимо, самый конструктивный.

Вообще, капризы и истерики – это тема отдельного разговора. Мы подробно рассмотрели их в седьмой главе. Тут же достаточно упомянуть, что каприз и истерика, как всякое фальшивое действо, – это не суть ребенка, и поэтому искоренять их желательно быстро и решительно. Корчак, горячий сторонник возможно большей свободы для ребенка, предостерегал:

*«Стало быть, все позволять? Ни за что: из скучающего раба мы сделаем изнывающего от скуки тирана. А запрещая, закаляем как-никак волю, хотя бы лишь в направлении обуздания, ограничения себя, развиваем изобретательность, умение ускользнуть из-под надзора, будим критицизм... Позволяя же детям „все“, бойтесь, как бы, потакая капризам, не подавить сильных желаний. Там мы ослабляли волю, здесь отравляем».*⁶

Родительские ожидания, навязывание своего стиля поведения, своих жизненных позиций зачастую несколько не облегчают, а лишь утяжеляют и омрачают жизненный путь ребенка. Конечно, родительский опыт бывает ценен. Однако ценен он в первую очередь для самих родителей, ибо каждый опыт индивидуален. То, что подходит одному, может совершенно не подходить другому. Дети все равно будут нарабатывать свой опыт, набивать свои шишки. Чрезмерная опека только вредит: ребенок не видит препятствий, он не вырабатывает иммунитет к окружающему миру. Навязывание же ему не свойственных его характеру реакций и стилей поведения лишь усугубит проблему поиска собственного пути, собственной индивидуальности. А значит, добиться успеха в жизни этому ребенку будет нелегко. Просто потому, что добиваются успеха своими талантами, в чем бы они ни выражались. А талант нужно развивать. И чтобы его развивать, сначала его нужно открыть, не так ли? То есть изучать себя, искать свои сильные стороны, а не подстраиваться под ожидания своих родителей.

«Вместо того, чтобы наблюдать, изучать и знать, берется первый попавшийся „удачный“ ребенок и предъявляется требование своему: вот на кого ты должен быть похож.

*Нельзя, чтобы ребенок состоятельных родителей стал ремесленником. Пусть уж лучше будет человеком падишим и несчастным. Не любовь к ребенку, а родительский эгоизм, не благо личности, а тщеславие толпы, не поиски пути, а пути шаблона».*⁷

И еще одна прекрасная цитата:

⁶ Януш Корчак. Как любить ребенка. – М.: Педагогика, 1979. – С. 57.

⁷ Януш Корчак. Как любить ребенка. – М.: Педагогика, 1979. – С. 32.

«Ребенок – это пергамент, сплошь покрытый иероглифами, лишь часть из которых ты сумеешь прочесть, а некоторые сможешь стереть или только перечеркнуть и вложить свое содержание.

*Страшный закон? Нет, прекрасный. В каждом твоём ребенке он [закон] видит первое звено бессмертной цепи поколений. Поищи в своём чужом ребенке эту дремлющую свою частицу. Быть может, и разгадаешь, быть может, даже и разовьешь».*⁸

Другим важнейшим моментом Корчак назвал **внимание**. Самое обыкновенное человеческое внимание. Наибольшее количество ошибок, конфликтов и неловких ситуаций случается как раз из-за недостатка нашего внимания. Не обратили внимания, вовремя не заметили, проглядели. А ведь выражение о том, что самое главное в жизни – это оказаться в нужный момент в нужном месте, очень даже верно. Поэтому чрезвычайно важно уловить этот момент, не пропустить его. Сегодня ваш сын нуждается в вашем совете, но завтра – завтра, может быть, он больше и не подойдет. В воспитании – как в медицине: важно не запустить, не проглядеть. Потом будет хуже. А иногда – и поздно.

*«Уважайте каждую отдельную минуту, ибо умрет она и никогда не повторится, и это всегда всерьёз: раненая – станет кровоточить, убитая – тревожит призраком дурных воспоминаний».*⁹

Внимание и наблюдательность – порой единственное и самое надежное оружие родителя, который искренне хочет установить со своим ребенком доверительные и теплые отношения. И полагаться на стороннюю помощь – школы, психолога, воспитателей или знакомых – тут не стоит: у родителя гораздо больше возможностей узнать и понять своего ребенка, чем у самого лучшего психолога. Хотя бы потому, что они живут вместе. Психолог же (педагог или воспитатель) видит ребенка лишь эпизодически, наблюдает лишь в каких-то весьма ограниченных ситуациях. Хотя, конечно, иногда взгляд со стороны, свежий взгляд, может дать очень многое.

Правда, для того чтобы быть внимательным, необходимо время. Которого почему-то постоянно не хватает. «Работа – дела – работа» – зачастую из этой цепочки такое понятие, как воспитание, просто выпадает. Как будто впереди у нас целая вечность. **Однако у нас ее нет.**

*«Мы наивно боимся смерти, не сознавая, что жизнь – это хоровод умирающих и вновь рождающихся мгновений. Год – это лишь попытка понять вечность по-будничному. Мир длится столько, сколько улыбка или вдох. Мать хочет воспитать ребенка. Не дожидается! Снова и снова иная женщина иного встречает и провожает человека».*¹⁰

Внимание и внимательность к ребенку – основа любого истинного воспитания. Большинство проблем со своим ребенком можно было бы избежать, вовремя проявив немного внимания. Не нужно гадать, нужно видеть.

Легко заметить, когда ребенок расстроен, напуган, когда ему плохо. Легко понять, что ребенок хочет поговорить, поделиться своими горестями, – вот же, крутится возле вас, время от времени заглядывая в лицо. Это же так просто! Не может сосредоточиться, берется за все подряд, тут же бросает это занятие, ходит из угла в угол – сильный стресс. Внимание, родитель! Ребенку очень плохо! Именно теперь ему нужна ваша поддержка. Но никак – не допрос.

Или вот еще наблюдение: ребенок необычно возбужден, он оживленно беседует с вами, глаза блестят, жесты активны и размашисты, он полон непонятного энтузиазма и активности – ох, не мешало бы к наркологу сходить...

⁸ Там же. – С. 29.

⁹ Януш Корчак. Право ребенка на уважение. – М.: Педагогика, 1979. – С. 18.

¹⁰ Там же. – С. 18.

Собственные наблюдения, собственный опыт Корчак ставит превыше книжного знания. Знания отвлеченного и ограниченного. Корчак призывает думать, верить себе, а не книгам или советам «авторитетов». Ибо советы со стороны – это описание чужого, иного опыта, который не имеет отношения ни к вам, ни к вашему ребенку.

«Из-за книг с их готовыми формулами притупилось зрение и обленилась мысль. Живя чужим опытом, наблюдениями и взглядами, люди настолько утратили веру в себя, что не хотят смотреть своими глазами. Будто печатное слово – откровение, а не результат наблюдений – только чьих-то, а не моих, вчерашних, а не сегодняшних, над чьим-то, а не над моим ребенком». ¹¹

Внимательное отношение к ребенку поможет вам также определиться с важнейшим вопросом **прав ребенка**. Может быть, кому-то покажется, что понятие «права ребенка» – это нечто эфемерное, не имеющее отношения к воспитанию, никоим образом не влияющее на ваши взаимоотношения с ребенком? Как бы не так! Именно вопрос прав (и обязанностей, раз уж на то пошло) вашего ребенка и ваших зачастую является яблоком раздора в семье. Особенно остро этот вопрос встанет в подростковом возрасте, однако и трехлетние дети уже требуют! Именно требуют! Уважения к себе как к личности – в кормлении, одевании, выборе игрушек, прогулке, тысяче «хочу». Вот тут и начинается настоящая головная боль: «Что позволить?», «Что запретить?», «Когда можно, когда нет?» и т. д. Может быть, ребенок еще мал, чтобы что-то требовать? Может быть, это всего лишь капризы, которые следует беспощадно подавлять, а то ведь, если он с малых лет такой, что будет потом? Вот тут-то, собственно, нам и придется рассчитывать только на себя. Ибо никакая книга не укажет, какая степень свободы нужна именно вашему ребенку, какие права жизненно необходимы именно для его развития. Где запретить, а где позволить – это решать вам.

«Мать не хочет видеть эту проблему, предпочитает лениво, трусливо отсрочить, отложить на после, на потом. Не хочет знать, что ей не удастся, воспитывая ребенка, ни устранить трагичную коллизию неправильного, неисполнимого, не проверенного на деле хотения и проверенного на деле запрета, ни избежать еще более трагичного столкновения двух желаний, двух прав в одной области деятельности. Ребенок хочет взять в рот горящую свечку – я не могу ему этого позволить; он требует нож – я боюсь дать; он тянется к вазе, которую мне жалко, хочет играть со мной в мяч – а я хочу читать. Мы должны разграничивать его и свою свободу». ¹²

Помните, во второй главе мы говорили о дисциплине, о квартете «можно – нельзя»? Самое время вспомнить о нем, так как Корчак как раз об этом и говорит. Для ребенка жизненно необходима свобода действий. Это зона его развития, в ситуации свободного выбора он принимает самые ценные, самостоятельные решения. Зона **«Можно»**, помните? У младенцев она мизерная, с возрастом расширяется все больше и больше. Но все равно безусловное **«Можно»** – это весьма редкий зверь в воспитании. Проверьте на своих детях: много ли найдется дел, которые можно доверить ребенку безо всякого контроля? А ведь, кроме родителей, существуют еще и окружающие, которые также ограничивают его свободу.

«Если я выкину из воспитания все, что прежде времени отягощает мое дитя, оно встретит суровое осуждение и у ровесников, и у взрослых». ¹³

Так что сформировать, а уж тем более сохранить эту хрупкую зону **«Можно»** чрезвычайно трудно. Но она необходима. Иначе из ребенка вырастет послушный исполнитель, лишенный каких-либо амбиций и устремлений. И это – в лучшем случае. В худшем – поиски той же свободы в наркотиках, водке, в преступных компаниях. Потому что

¹¹ Януш Корчак. Как любить ребенка. – М.: Педагогика, 1979. – С. 38.

¹² Януш Корчак. Как любить ребенка. – М.: Педагогика, 1979. – С. 57.

¹³ Януш Корчак. Как любить ребенка. – М.: Педагогика, 1979. – С. 107.

свобода – это естественное стремление любого человека.

Зона **«Можно»**, как мы помним, расширяется за счет зоны **«Можно, но»**. Это обусловленная свобода, это начала дисциплины. Это договоренность с ребенком, добровольный договор, где указаны условия предоставления свободы. Очень ценная и обширная зона. То есть она должна быть обширной в семье, где ребенка уважают и любят. Если же ребенком мало интересуются, воспитывают «по старинке», то есть «лишь бы не мозолил глаза», то его свобода – в «красных» зонах. В лучшем случае — **«Нельзя, но если очень хочется»**, в худшем — **«Нельзя, и все»**. Причем, как правило, без объяснения причин, почему именно «нельзя». А причина такого воспитания проста:

«Мы не можем изменить свою жизнь взрослых, так как воспитаны мы в рабстве, мы не можем дать ребенку свободы, пока сами мы в кандалах». ¹⁴

Именно так: по-настоящему свободный внутренне человек (имею в виду душевную свободу, ибо физически и социально мы, увы, никогда не свободны) даст свободу своему ребенку. Ибо только он оценит ее ценность. А как же иначе? Откуда берутся наши воспитательные сентенции, как не из жизненного опыта? Невозможно нарисовать слона, ни разу его не видев. Так же невозможно научить ребенка тому, чему мы не научились сами. Чего, в результате, не можем даже оценить.

Права ребенка неотделимо связаны с его **обязанностями**. Конечно, можно выбросить это тяжелое слово из своего воспитательного лексикона. Дети есть дети – что с них возьмешь? Да и какие в детстве обязанности.

Однако их немало. И если над некоторыми властны родители, и их право – требовать или игнорировать, например, обязанность ребенка убирать свои игрушки, то часть обязанностей накладывает само общество. Ходить в школу. Быть вежливым со старшими (или по крайней мере более сильными). Дежурить по классу после уроков. (Тут действует старое правило: «не умеешь – научим, не хочешь.» Не хочешь – смотри сам. Тебе с нами не один год учиться.)

Есть семьи, где нет проблем с детской свободой (она там неограничена), с наказаниями (как же – это же НАШ РЕБЕНОК!), с поощрениями (НАШ РЕБЕНОК должен иметь САМОЕ ЛУЧШЕЕ!), но напрочь отсутствуют обязанности дитяти. Зачем, мол, лишать ребенка счастливого детства? И тут – неожиданность: ребенок-то почему-то далеко не так счастлив, как ожидается. И даже наоборот – его «затюканные» обязанностями и дисциплиной сверстники кажутся гораздо более счастливыми. Парадокс, не иначе. Да нет, закономерность. Ведь от ребенка легче откупиться, чем его воспитывать, проще позволить ему все, только чтобы не напрягаться, не вступать в конфликт. Ребенок чувствует, что им на самом деле НЕ ЗАНИМАЮТСЯ. Что им – НЕ ИНТЕРЕСУЮТСЯ. Про физический контакт, надеюсь, не забыли? Так вот, физические наказания – это какой-никакой, а контакт. Вот и весь парадокс: с мальчиком Васей папа не церемонится, заставляет делать уроки и вкалывать на даче летом, а Вася папу любит и уважает. А вот папа Виталия все покупает сыну и ни разу даже пальцем не тронул, а Виталий папу иначе как «предком» не называет, и общение у них однотипное: «Пап, дай денег». Такое вот «свободное воспитание».

Итак, что же с обязанностями?

«Неправда, что ребенку подавай то стекло из окошка, то звезду с неба, что его можно подкупить потачками и уступками, что он убежденный анархист. Нет, у ребенка есть чувство долга, не навязываемое извне, любит он и расписание, и порядок и не отказывается от соблюдения правил. Требуется лишь, чтобы ярмо не было особенно тяжелым, не натирало холку и чтобы он встречал понимание, когда не устоит, поскользнется или, обессилив, остановится перевести дух». ¹⁵

¹⁴ Там же. – С. 29.

¹⁵ Януш Корчак. Как любить ребенка. – М.: Педагогика, 1979. – С. 111.

Опять же, золотое правило – все хорошо, что в меру. В меру и отдых, и развлечения. В меру свобода и обязанности. В меру дисциплина и веселые загулы. А иногда (лишь иногда!) – и выше этой меры. Почему бы и нет? Помните: «Нельзя, но если очень хочется...» Очень-очень!

Возникает вопрос: так где же мера? Как найти границу? Сколько «можно», а сколько – уже «нельзя»? И опять-таки, вряд ли мы найдем ответ в книгах. Разве что подсказку:

«Давай попробуй, а мы посмотрим, поднимешь ли, сколько шагов сделаешь с таким грузом и одолеешь ли столько ежедневно». 16

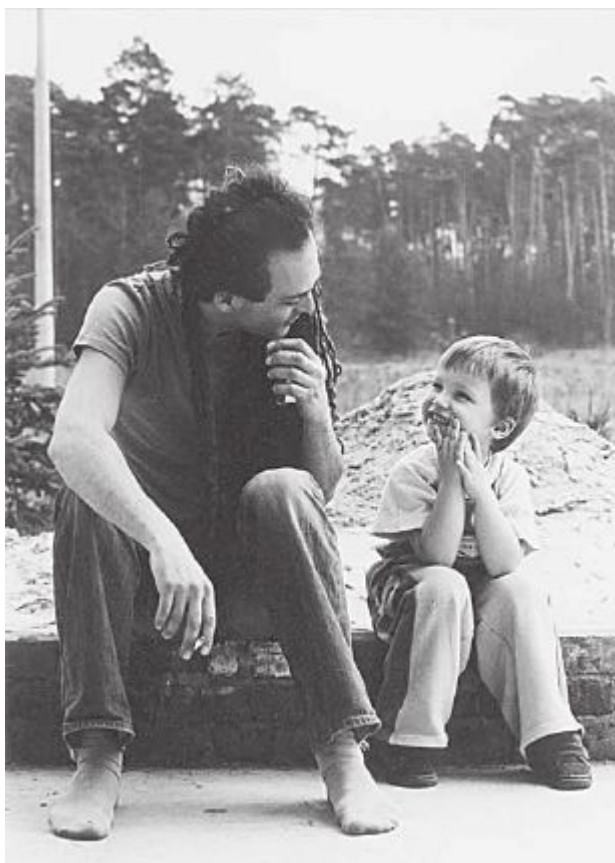
Это же просто! Это же совсем просто: установить правило и понаблюдать: справляется ли. Причем не одновременно, а ежедневно. Как справляется? Если ребенку трудно приспособиться к требованию, что же – смягчим его. Если слишком легко – можно добавить еще что-то. Главный симптом правильности действий – охотное выполнение ваших требований ребенком. Весел и бодр – какие трудности! Так и должно быть. Приуныл, устал, бунтует – нагрузка велика. Скучает – наоборот, нечем заняться. В целом справляется, но иногда бывают «залеты» – не беда, нужно похвалить. Именно **похвалить** – за старание, а не ругать за провал. Как правило, именно у детей проблемы не с желаниями, а с возможностями. Не сделал – значит, не смог. Не обязательно физически – запомним это. Может быть, просто день неудачный.

Вообще, постоянный, непрерывный призыв Корчака – прощать, понимать, принимать. Потому что зло только приумножает зло, но никак не борется с ним. Потому что добра и так немного. Потому что нужно относиться к другим так, как хотим, чтобы они относились к нам.

Нет ни смысла, ни возможности описать в одной главе все произведения Корчака. Да и не стоит. Лучше попытаться найти его книги. Если не в книжных магазинах или библиотеках, то в Интернете. И перечитать самому. Я думаю, в его творениях можно найти ответы на многие вопросы, которые даже не затрагиваются во многих других «серьезных» педагогических изданиях. Однако хочу предупредить заранее – после этого чтения вопросов, скорее всего, станет еще больше. Впрочем, так и должно быть после встречи с мудрой книгой.

Заключение

¹⁶ Там же. – С. 111.



К общению с детьми можно подходить по-разному. Можно, например, считать, что дети – это существа с другой планеты, понять которых нам не дано. По крайней мере до конца. Можно убедить себя, что ребенок – это глупое и предсказуемое существо, которое и понимать-то нечего. И общение строить по одной нехитрой схеме: «Я сказал, ты выполнил».

Можно общаться на равных, безо всяких скидок на возраст и на то, что «он чего-то еще не поймет». Тоже вариант, хотя со своими «оговорками».

Стили общения с детьми у всех разные. Когда-то меня шокировало поведение одного из вожатых в пионерлагере (были такие, помните?). Никогда не церемонился с ребятами, а общался как-то небрежно, походя, причем мог и подколоть, и высмеять. И никакого сюсюканья, никакой «психологии». И что же? Дети за ним по пятам ходили! И со своими бедами да проблемами шли к нему, а не к «грамотным и психологически подкованным» воспитателям. Вот ведь загадочная детская душа.

Впрочем, бывали и другие примеры. И довольно трудно определить: а где он, секрет? Что такое «эффективное общение с ребенком»? Почему есть люди, которых дети понимают с полуслова, а есть те, которые никак не могут найти общий язык со своим же ребенком?

В самом начале этого издания я говорил о том, что научиться жить по книгам нельзя. И все же я очень надеюсь, что, вопреки моим пессимистичным замечаниям, мои советы кому-то помогут. И очень хорошо, если мои советы будут восприниматься критически. Мы ведь разные. Мы не должны действовать по шаблону другого. У меня – свой опыт, у кого-то – свой. Зачем же пользоваться моим, ценным в первую очередь для меня? Неправда, что дурак учится на своих ошибках, а умный – на чужих. Все набивают свои шишки. Но разница в том, что умный еще и учится не повторять их, дурак – нет.

А книги и советы нужны. Нужны для того, чтобы в случае такой вот «шишки» подсказать обходные пути, варианты, следуя которым, в другой раз эти шишки набивать не придется. Поэтому – учиться, учиться и еще раз учиться.

И, конечно, верить в себя и своего ребенка. Вот это – самое главное. Не сдаваться, не идти на поводу слабости и сомнений. Они будут, это нормально. Ненормально, когда человек ни в чем не сомневается. Не поддаваться на провокацию отдать свою родительскую ответственность на откуп школе, бабушкам-дедушкам, психологам или воспитателям. Это

самый верный путь, что вскоре ребенок перестанет быть вашим. А последним воспитателем может стать тюрьма и дядька с резиновой дубинкой. Ребенок – только ваш, и ничей больше. И ответственность за него – только ваша. И его тоже...

Напоследок хочу привести небольшие наблюдения. Надеюсь, они помогут вам сориентироваться в отношениях с ребенком и не тратить душевные и физические силы там, где этого не требуется.

Первое. Самая главная награда для ребенка, самая искренняя его радость – это радость преодоления. Это экстаз от того, что ты еще секунду назад этого не мог, не умел, а теперь – можешь! Поэтому жизнь без трудностей и проблем – это серая тюрьма для ребенка (да и для взрослого тоже). По этой причине стоит серьезно переосмыслить важность разного рода «поощрений», ведь самое главное поощрение ребенок дарит себе сам.

Второе. Ребенок только учится жизни. Он прекрасно к ней приспосабливается (гораздо лучше, чем взрослый). Однако такие понятия, как любовь, дружба, уважение, сострадание, жалость, такт и множество, множество других, естественных для взрослого, – остаются для него великой тайной. Он научится, потом, когда подрастет. Он почувствует, испытает, оценит. А пока – не стоит обижаться, когда ребенок вместо уважения к отцу всего лишь трепещет перед наказанием, вместо любви к матери лишь имитирует ее поцелуями и объятиями, вместо искренней привязанности к родителям просто боится остаться один. Это нормально. Он – научится. Он только растет. По этой причине не стоит воспринимать близко к сердцу детские «предательства» и «черствость». Они такими на самом деле не являются. Просто еще не время. Еще идет переход от детского эгоцентризма (где есть только Я и все в мире для Меня) к многополярной системе. А вот показать ему Любовь, Уважение, Привязанность, научить Дружбе, Состраданию, привить Искренность и не удавить Любознательность – вот это уже наша задача.

Многое еще хотелось бы сказать. Но обо всем не напишешь, не так ли? Все равно когда-то приходится ставить точку. Все равно должно остаться нечто, на что нам не найти ответа в книгах. И это прекрасно!

Приложение



Астрология, как известно, – лженаука, к которой относиться можно разве что как к развлечению. И тому полно подтверждений от авторитетных ученых: и землю-де астрологи почитают плоской, и Солнце у них вертится вокруг Земли, а не наоборот, и знаков-то не тринадцать, как на небе, а двенадцать, как на средневековых звездных картах. Так что у нас нет оснований доверять каким-то астрологам. И все же мне хотелось бы представить вашему вниманию двенадцать забавных маленьких гороскопчиков. В них вы, может быть, увидите некоторое сходство с чертами характера вашего ребенка. А некоторые советы могут показаться даже полезными. Гороскопы детские, то есть написаны о детях.

Во всех астрологических книжках первым стоит Овен, поэтому с него и начнем.

Маленький Овен (21 марта – 20 апреля) – это быстрый, активный и очень неосторожный ребенок. Его действие не успевает за мыслью. Кажется, что он действует быстрее, чем успевает подумать. Что поделаешь! Его стихия – Огонь, первозданный, дикий, необузданный. Это даже не огонь, это взрыв. Ребенок-Овен нетерпелив. Ему надо все и сразу, ждать он не может. Бросается в новое дело с фанатизмом и практически никогда не доводит его до конца. Впрочем, это и не его **миссия**: Овны рождены для того, чтобы вести и вдохновлять, а не для того, чтобы копать картошку.

Не очень любит «телячьи нежности» и разговоры «по душам». Зато расцветает, когда ему поручают новое и важное задание. Причем помощи со стороны не потерпит: «Я сам!»

Не терпит и открытого давления – на то и Овен. Поэтому прямые приказы и принуждения воспринимает в штыки. Зато, если попросить, практически всегда соглашается помочь.

В школе часты драки и конфликты со сверстниками. Со временем выстраивается иерархия отношений, и конфликты становятся более редкими. Ожидать от ребенка-Овна полной покладистости не стоит – не тот человек.

По характеру очень добр. Поделится, поможет. Очень раним, хотя по нему и не скажешь. **Задача родителей** очень сложна: показать ему свою любовь и поддержку (при том что он не любит «нежностей», особенно на глазах сверстников). И установить ему твердые правила и рамки, в то время как Овен противится всяким ограничениям.

Маленький Телец (21 апреля – 20 мая) – полная противоположность Овну. Это неторопливый, обстоятельный и серьезный ребенок. Он не столь подвижен, как Овен, любит

хорошо отдохнуть и довольно усидчив. Его стихия – Земля. Поэтому маленький Телец – это материалист, который способен на длительную работу (хотя по натуре он, скорее, лентяй). Добрый и мягкий в общении, но приходящий в ярость, когда на него давят. Вообще Тельцы – это созидатели. Их **миссия** – строить, и в этом они большие мастера.

Больше всего Теленок не любит, когда его торопят, когда на него давят или заставляют что-то делать помимо его воли. Не терпит перемены, по крайней мере неожиданные. К любым переменам его нужно готовить. Так как он здорово привязывается к любимым вещам, будь то игрушка либо привычный свитер, то относиться к этим его фетишам нужно с осторожностью. Не любит всяческие кулинарные новшества: ему нужна традиционная, привычная кухня.

В школе обычно с Теленком не много проблем – учится он аккуратно, дисциплину старается не нарушать, с учителями (да и ровесниками) у него, как правило, ровные хорошие отношения. Друзей обычно немного, но они всегда надежны. Конфликтует редко, но если уж его выводят из себя, то быстро понимают, что совершили ошибку. В ярости Телец может разорвать противника в клочья.

Для родителей Теленок – сущий подарок: он нежен, спокоен, предсказуем. Самая большая трудность – это его упрямство. Переломать его трудно, да и не нужно: с Теленком лучше договориться.

Постарайтесь приучить вашего Теленка к труду. Потенциал у него огромный, вот только работать зачастую ему что-то не хочется.

Маленький Близнец (21 мая – 21 июня) – очень любопытный, веселый и неусидчивый ребенок. Что поделаться: стихия Воздуха. Эти дети, как правило, рано начинают говорить и болтают впоследствии без умолку. Маленький Близнец весьма сообразителен, интересы у него очень обширные, поэтому он любит бывать в шумных компаниях, обожает общаться, путешествовать и вообще предпочитает разнообразие в жизни. Их **миссия** – собирать информацию. Это прирожденные журналисты.

Самое нелюбимое занятие для Близненка – это пассивный отдых. Оставаться в бездействии для него – это пытка. Он должен бегать, двигаться, все вынюхивать. Ждать и догонять – это не для него. Так как он очень любит компании, самым жестоким наказанием для него будет одиночество.

Учится маленький Близнец легко, у него хорошая память и быстрая «соображалка». Учителя (особенно в младших классах) на него не нарадуются: он и самый умный, и самый сообразительный, и самый любознательный. Впрочем, позже выясняется, что Близнец схватывает только то, что лежит на поверхности, а вот если нужно приложить усилие, он тут же теряет интерес к делу. Друзей у него много, однако на проверку оказывается, что большинство из них – скорее просто знакомые.

Родителям нужно запастись терпением, потому что выдержать гиперактивность и постоянные «почему» может не каждый. Придется также привыкнуть к тому, что маленький Близнец, как правило, – ребенок с атрофированными эмоциями: кажется, что ему незнакомы сочувствие или печаль, он не понимает, что такое любовь и не испытывает ненависти. Просто Близнец живет умом, а не чувствами, а понять чувства с помощью ума – задача безнадежная. Однако нужно помнить, что маленький Близнец остро нуждается в родительском тепле и поддержке.

Маленький Рак, (22 июня – 22 июля) – полная противоположность Близнецам. Внешне этот ребенок может быть спокойным и невозмутимым (хотя встречаются и очень подвижные Раки), но главное в нем, согласно их стихии – Воде, – его душевная жизнь. Это чрезвычайно эмоциональная личность: и это видно по его глубоким бездонным глазам. Он очень раним, и родители очень быстро поймут это. Маленький Рак посочувствует, утешит, поймет и точно отобразит ваши эмоции на своем лице. Он – заповедник чувств. Его **миссия** – сочувствовать.

Маленький Рак, как и Телец, **не любит** перемен. Он – консерватор, поэтому не стоит нервировать его внезапными переездами, перестановками и резкими изменениями уклада.

Благодаря своей сверхтонкой психике маленькие Раки, как правило, боятся темноты и одиночества, но самое страшное для них – лишиться родительской любви и поддержки.

В **учебе** маленький Рак неровен: если учитель ему нравится и атмосфера на уроке благоприятная, он способен на многое. Но любая мелочь может выбить его из колеи, и тогда об успеваемости не может быть и речи. Из-за своей застенчивости и ранимости ему трудно заводить друзей и уживаться в коллективе. Но обычно его любят за отзывчивость и понимание, и в любом коллективе найдутся ребята, которые обеспечат маленькому Раку защиту.

С маленьким Раком **родителям нужно** быть весьма деликатными. Это ранимый и чувствительный ребенок, хотя иногда он может казаться просто непробиваемым – когда прячется в свой пресловутый «рачий панцирь». Чтобы он делал это как можно реже, относитесь к Раку с нежностью и любовью, подарите ему надежную опору и научите его смелее смотреть на мир. И тогда этот малыш раскроет лучшие грани своей души.

Маленький Лев (23 июля – 23 августа) – настоящий львенок, будущий Король Лев. Это выразительный, эффектный и великодушный характер стихии Огня. Этот ребенок с малолетства любит подчеркивать свою значимость. Он обожает принимать гостей, выступать на сцене и командовать. Это Король Вечеринок. Не самый веселый, не самый остроумный, не самый оригинальный, но именно Король: тот, кто находится в центре внимания. Маленький Лев – это значимая личность, и с этим нужно считаться. Его **миссия** – управлять.

Львенок **очень не любит**, когда его ругают или критикуют. Также не любит подчиняться – ведь по складу характера это он должен приказывать и повелевать. Публичный позор для него подобен смерти, и это нужно помнить. Не терпит, когда его обзывают или называют зазнайкой.

В **школе** Львенок может и должен быть только первым. И он стремится быть первым – насколько хватает сил и таланта. Впрочем, успеваемость его сильно зависит от настроения – обычно маленькие Львята не слишком-то трудолюбивы. Но если усомниться в его способностях, то он из кожи вылезет, чтобы доказать свое превосходство. Со сверстниками отношения могут быть довольно конфликтными: Львенок склонен доказывать свое превосходство всеми средствами, вплоть до применения силы. К тому же его легко обмануть – Львы великодушны и не обращают внимания на интриги придворных...

Родителям нужно не столько воспитывать Львенка, сколько разумно ограничивать его стремление командовать и доминировать. Это очень исполнительный и надежный ребенок, но, чтобы заставить его работать на благо семьи, нужно уметь находить его чувствительные «кнопки»: потребность в признании его значимости и желании доказать, что он – «самый-самый». В то же время важно не переусердствовать: он уязвим в своей доверчивости и наивности и очень нуждается в любви и похвале.

Маленькая Дева (24 августа – 23 сентября) – как правило, очень милый, тихий и спокойный ребенок. Дева – старательное дитя: она любит помогать папе или маме, самостоятельно следит за порядком в доме и является исключительной чистюлей. Дева – это Земной знак, и это накладывает свой отпечаток. Так, маленькие Девы весьма практичны, они очень экономны и скрупулезно считают свои карманные деньги. Дева настолько бережлива, что может казаться жадной. Ее **миссия** – наводить порядок.

Маленькие Девы **не любят** суматохи и неопределенности. Дева практик, но практик конкретного типа. Она способна работать только в четко определенных условиях и с заданными правилами. В иной обстановке она теряется. Дева не переносит шума и грязи, в полном бардаке она страдает физически. Самое страшное для Девы – это нарушение порядка. Ее порядка. Это надолго выбивает ее из колеи.

В **школе** Дева – мечта любого учителя. Это прилежный, очень внимательный и трудолюбивый ученик. Она обязательно переспросит, когда ей что-то непонятно, и выяснит нужное ей до мелочей. Ее тетрадки всегда в полном порядке, пишет она красиво и аккуратно, а в заданиях не пропустит ни одного пункта. Дева обычно очень неплохо соображает, особенно этим детям дается математика. Любит помогать взрослым, за что сверстники могут

дразнить ее подлизой. Зачастую маленькие Девы наживают себе неприятности склонностью критиковать одноклассников.

Родители обычно не знают бед с этим ребенком. Правда, иногда маленькая Дева кажется слишком большой придирой, однако в целом это замечательный ребенок – тихий, аккуратный, исполнительный. К тому же любит убираться в своей комнате (да и во всем доме) – чем не идеал? Правда, с Девой немного скучно, иногда она кажется слишком черствой. К тому же нужно мягко ограничивать неумное желание маленькой Девы критиковать всех и вся – иначе ей придется в жизни ох как нелегко.

Маленькие Весы (24 сентября – 23 октября) – приятный, ненавязчивый, обаятельный и нешумный ребенок. Довольно подвижный, любит компании и общение – все-таки стихия Воздуха. При этом всеми силами пытается сохранить гармонию и равновесие, потому что именно в этом и состоит его **миссия**.

Физически не переносит конфликты и всяческую дисгармонию. Сам неконфликтен, спешит решить любой спор с помощью компромиссов. Это отличный миротворец, за это его любят, однако сами маленькие Весы ни за что не полезут в драку или туда, где атмосфера накаляется. Не очень любит грохот и вообще громкие звуки, ему больше по нраву тихая ненавязчивая музыка человеческого голоса. Не любит также принимать решения – это для маленького Весенка задача непростая.

Учится этот ребенок, в общем, неплохо. Он довольно сообразителен и быстро схватывает информацию. Не жалуется на плохую память. Однако ему явно не хватает усидчивости и настойчивости. Поэтому в старших классах, когда программа усложняется, ему становится тяжелее в учебе. Сверстники обычно любят таких ребят, и, как правило, Весенок благополучно избегает конфликтов. Врагов зачастую вовсе не имеет, хотя иногда расплачивается за это тем, что жертвует в конфликтах своими интересами.

Маленькие Весы – это как раз тот случай, когда наказания (особенно физические) недопустимы. Это тонкий и ранимый ребенок, у него нет «панциря» Рака или «твердой кожи» Тельца. Ему необходима поддержка и любовь, без этого он просто зачахнет. Если с маленьким Весенком договариваться по-хорошему, он великолепно поймет вас и сделает все как нужно. Запомните это, родитель!

Маленький Скорпион (24 октября – 22 ноября) – вот уж поистине нелегкий ребенок. Характер у него тяжелый, обидчивый и очень эмоциональный. Он может не показать виду, что обиделся, но вы все равно почувствуете это физически. Может быть чрезвычайно мстительным и злопамятным, но больше страдает от этого сам. Зато он очень настойчив в достижении своей цели, а к любимым людям относится трепетно и нежно. Его **миссия** – вскрывать и изменять.

Скорпиончик **не любит**, когда им командуют, он крайне остро реагирует на любую несправедливость по отношению к себе (и к другим тоже). Но в настоящее бешенство его приводят обиды и обзывательства. В этом случае Скорпиончик готов буквально испепелить противника. Вообще со Скорпионом трудно: любая неприятность выводит его из себя просто потому, что у него очень ранимая душа.

Скорпион очень любопытен, но его любопытство не поверхностное, как у Близнецов или Весов. Он смотрит в корень, ему нужно понять принципы. Поэтому маленькие Скорпиончики любят разбирать игрушки. В **школе** эта тяга к исследованиям проявляется с новой силой. Скорпиончики упорно «грызут» какой-то определенный предмет (обычно это естественные предметы), не проявляя интереса к другим. Со сверстниками отношения не бывают гладкими. Нередки конфликты, обиды и даже драки. Хотя драться Скорпион не любит – все же он Водный знак. Зато Скорпионов всегда уважают «за характер».

Для родителей ребенок-Скорпион – не подарок. Он упрям, обидчив, мстителен, способен ожесточенно сопротивляться любому нажиму. Впрочем, со Скорпиончиком можно договориться по-хорошему, к тому же его симпатии очень сильны и постоянны. В беде он не бросит, уж будьте уверены. Кроме того, с ним никогда не бывает скучно.

Маленький Стрелец (23 ноября – 21 декабря) – это веселый, непостоянный и вечно

чем-то увлеченный ребенок. Его стихия – Огонь. Кажется, что у него неистощимый запас жизнелюбия, – он всегда в хорошем настроении, его не сгибают неприятности и не пугают трудности. Вообще, маленький Стрелец – очень обаятельный ребенок: он мил, искренен и наверняка понравится вам с первого взгляда. Ему все интересно, он любит постигать новое, и с ним вы тоже не соскучитесь. Его **миссия** – постигать и захватывать.

Стрелец **не любит**, когда скучно, когда нечем заняться (впрочем, он находит себе занятие в любой обстановке), когда его заставляют заниматься какой-нибудь нудятиной. У него очень развито чувство справедливости, поэтому маленький Стрелец не потерпит, когда у него на глазах обижают маленьких или слабых. От игр его не оторвать – этот ребенок очень азартен.

Учится Стрелец охотно. У него природная тяга к знаниям. Но вот усидчивости как-то не хватает. К тому же учителя отмечают, что устойчивого интереса маленький Стрелец не проявляет ни к одному предмету – он постоянно «прыгает» с одного на другое и, по всей видимости, останавливаться не собирается. Одноклассники его любят и охотно с ним дружат. Вообще, друзей у этого ребенка полно, причем разных. Его уважают за открытость, смелость и авантюрный характер.

Родителям маленький Стрелец доставит немало хлопот, зато с ним интересно и весело. Он постоянно в движении, он должен быть везде, он – шумный и неусидчивый ребенок. Зато Стрелец не станет обманывать, он всегда готов помочь, особенно когда с ним обращаются как со взрослым. Родителей часто раздражает, что их ребенок интересуется всем и в то же время ничем конкретно. Действительно, Стрелец – личность увлеченная, ему тяжело и неинтересно заниматься каким-то одним делом длительное время. К тому же он чрезвычайно азартен, что может быть опасно. Можно учить его усидчивости и попытаться остудить его азарт, но постарайтесь не переусердствовать – это важные черты его характера, искоренить их нельзя.

Маленький Козерог (22 декабря – 20 января) обычно производит впечатление очень серьезного ребенка. Выглядит он старше своих лет, не только по внешнему виду, но и по поведению. В обществе незнакомых людей Козерожка держится несколько скованно и осторожно. Сначала производит впечатление очень тихого и скромного ребенка. Взрослые завидуют родителям Козерожки: ребенок дисциплинирован, серьезен и бережлив. При этом своего он добивается – таков уж его Земной характер. **Миссия** Козерога – продвигаться вперед.

Козерожка **не любит** торопиться. Трудится он усердно, хотя иногда кажется, что работа не приносит ему радости. Не терпит, когда его обманывают, не выполняя обещания. Сам по себе он пунктуален и держит слово. Как правило, с трудом переносит различные праздники – ему неуютно в обществе незнакомых людей.

Учится Козерожка медленно и основательно. Если его не поощрять и не помогать в учебе – может и вовсе разочароваться и забросить уроки. Схватывать на лету – не его стихия. Ему нужно переварить, освоиться с материалом, и только тогда он скажет: «Я понял». Компаний он обычно избегает, поскольку чувствует себя в них неуютно. Поэтому у него немного друзей, зато они надежны и серьезны. Подбить маленького Козерожку на какое-нибудь лихое дело не так просто – он «морально устойчив».

Для родителей Козерожка – довольно удобный ребенок. Он не любит шалить, он бережлив, ломать игрушки и гулять до ночи во дворе – не его стихия. Впрочем, он упрям, может быть несговорчивым и трудно привыкает к новому. Кажется, что у него никогда не бывает хорошего настроения, но это не так. Просто веселиться без причины Козерожка не может: для этого нужен серьезный повод, например осуществление какой-то его задумки. Добиваться своего он умеет, но не любой ценой, помните это – и поддержите своего ребенка в трудную минуту. Это ему ох как нужно!

Маленький Водолей (21 января – 19 февраля) – самый непредсказуемый из знаков зодиака. Его стихия – Воздух. Он может быть очень рассудительным, спокойным и послушным, но иногда отмочит такое, что просто диву даешься. Это очень дружелюбный

ребенок, он весьма общителен и весел, хотя сначала может показаться несколько стеснительным. Он всегда полон какими-то бредовыми идеями, и это так и должно быть, ведь его **миссия** – открытия.

Это ребенок **ненавидит** запреты и ограничения всей душой. Он – стихийный бунтарь. И пусть вас не обманывает его спокойное поведение! Это – не Телец, который накаляется постепенно. Водолей взрывается весь и сразу. Он не держится за правила, традиции и устои. Для него это – пустой звук. Обманывать его не стоит: он очень проницателен.

В учебе Водолей на высоте. Он легко воспринимает новый материал, у него достаточно усидчивости и терпения. Мышление у него оригинальное, логика непонятная, но тем не менее учителя любят этих детей, хотя и побаиваются их неожиданных вопросов и непредсказуемого поведения. Водолейчика обычно считают отличным приятелем, но немного со «сдвигом». С ним интересно и весело, он очень оригинален и свеж. Но иногда его выходы пугают.

Для родителей Водолей – ребенок нелегкий. С одной стороны, он понятлив, с другой – никогда не знаешь, чего от него ожидать. Он постоянно увлечен какими-то совершенно дикими идеями, он может внезапно отмочить неожиданный номер, к тому же, если уж он бунтует – то держись. Причем в этом случае он становится упрямым до невозможности. Однако тот родитель, который научится спокойно переживать приступы буйства Водолейчика, быстро найдет с ним общий язык. И тогда станет понятно, почему Водолея считают одним из самых интересных знаков Зодиака.

Маленькие Рыбы (20 февраля – 20 марта) – тихие, нежные и душевные дети. Дома этого ребенка не слышно и не видно, двигается он бесшумно, да и сам не выносит грохота и гама. Маленькая Рыбка – мирный ребенок, он всегда внимательно выслушает маму и посочувствует ей, любит забраться на колени к отцу и уютно устроиться там. Рыбка не отличается отвагой, и чтобы заставить ее действовать решительно, нужно здорово допечь этого ребенка. Зато он – воплощение сострадания и сочувствия, это его **миссия**.

Маленькая Рыбка **не любит**, когда на нее взваливают ответственность. От всякой ответственности эти дети увиливают, ибо их стихия – Вода – неустойчива и не может являться опорой. Они не любят конкретики, их планы – расплывчаты и туманны, они живут больше фантазиями, чем реальностью. Однако не стоит уличать Рыбку во лжи – она живет в этом фантастическом мире, она верит тому, что говорит, и очень обижается, когда ее считают лгуньей.

В школе у маленькой Рыбки обычно не бывает особых проблем. Учиться этот ребенок способен хорошо, одна беда – у него отсутствует всякое желание учиться, а мотивацию для Рыбки найти нелегко. К тому же на уроках зачастую Рыбки просто витают в облаках, из-за чего совершенно не слышат учителя. Со сверстниками отношения обычно нормальные – по той причине, что Рыбки очень пластичны и подстраиваются под любой коллектив. Иногда кажется, что у них просто нет своего мнения.

Родители могут разочароваться в своих воспитательных возможностях, столкнувшись с Рыбкой. Кажется, она не поддается никаким мерам воздействия. Рыбка кажется рассеянной, невнимательной и несобранной. С другой стороны, это милый и впечатлительный ребенок, который всегда готов утешить своего ближнего, который не часто капризничает и не любит хулиганить. Он способен подстроиться под любое настроение собеседника, и главная родительская задача – научить его иметь свое мнение. Впрочем, это задача нелегкая, и методом кавалерийского наскока или прямого насилия не решается.

Список литературы

В следующем списке приведены издания, которые я советую вам почитать. Они мне очень помогли в жизни.

• *Козлов Н. И.* Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день. – М.: АСТ, 1999. – 328 с.

- *Корчак Я.* Избранные педагогические произведения. – М.: Педагогика, 1979. – 474 с.
- *Кэмпбелл Р.* Как по-настоящему любить своего ребенка. – СПб: Мирт, 1998. – 157 с.
- *Леви В.* Искусство быть собой. – Кемерово: Кемеровское книжное издательство, 1978. – 224 с.
- *Леви В.* Лекарство от лени. – М.: Метафора, 2005. – 224 с.
- *Леви В.* Нестандартный ребенок. – М.: Знание, 1989. – 256 с.
- *Макаренко А. С.* Педагогическая поэма. – М.: ИТРК, 2003. – 776 с.
- *Медведева И., Шишова Т.* Разноцветные белые вороны. – М.: Семья и школа, 1996. – 270 с.
- *Сельчонок К. В.* Воспитание без слез // Aqua.ru.ru: сайт интегрального человековедения. 2000