

Х.Г. ГИНОТ

ВОСПИТАЙ
СЧАСТЛИВОГО

ребёнка

РАЗВИТИЕ
ЛИЧНОСТИ

ОТ

3

ДО

12

ЛЕТ



Хаим Г. Гинот
**Воспита́й счастливого ребенка.
Развитие личности от 3 до 12 лет**

*Текст предоставлен издательством
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=614355
Воспита́й счастливого ребенка: Центрполиграф; Москва; 2004
ISBN 5-9524-0882-6*

Аннотация

Все родители хотят, чтобы их ребенок был счастливым, смелым, уверенным в себе, ответственным за свои поступки. Но всегда ли мы относимся к детям уважительно и понимаем, чем вызваны причины их капризов? Читая эту книгу, вы научитесь правильно строить взаимоотношения с ребенком, овладеете искусством беседы, поймете скрытый смысл их порой наивных вопросов. Благодаря простым и эффективным приемам вы сможете установить и поддерживать доверительные отношения.

Содержание

Предисловие	6
Глава 1	7
Скрытый смысл детских вопросов	7
Бесплодные диалоги	9
Новый кодекс общения	10
Некоторые принципы разговора	13
Выявление двойственности	17
Зеркало для личности	19
Глава 2	20
Случай с пепельницей – история с моралью	20
Поощрять достижения или хвалить личность?	21
Скрытые высказывания и представление о себе	23
Порицания: конструктивные и деструктивные	24
Как все испортить	25
Оскорбительные прилагательные: что в имени твоём?	26
Как нам справиться с собственным гневом	27
Глава 3	29
Угрозы	30
Подкуп	31
Обещания	32
Сарказм	33
Что делать, если ребенок лжет	34
Что делать с нечестностью	36
Воровство	37
Обучение вежливости: грубо или вежливо?	38
Глава 4	40
Обязанности и ценности	40
Желаемые цели и повседневная практика	42
Долговременные и краткосрочные программы	43
От войны к миру	44
Ответственность: право голоса и право выбора	46
Еда	47
Одежда	48
Выполнение домашних заданий	49
Уроки музыки	52
Карманные деньги	54
Друзья и товарищи по играм	55
Домашние животные	56
Слова для предоставления свободы выбора	57
Глава 5	58
Современная педагогическая неопределенность и ее последствия	58
Потребности родителей и тирания ребенка	59
Свобода и вседозволенность	60
Новый подход: разное отношение к чувствам и действиям	61
Дисциплина: прошлое и настоящее	62

Три зоны воспитания дисциплины	63
Способы установления границ	64
Дисциплинарные проблемы и физическая активность	66
Укрепление дисциплины	67
Родители существуют не для того, чтобы их пинать	68
Телесные наказания	69
Глава 6	70
«С добрым утром»	71
Час пик	72
Завтрак: еда без чтения морали	73
Одевание: битва за шнурки	74
Уход в школу	75
Возвращение из школы	76
Возвращение отца с работы	77
Отход ко сну	78
Никаких разрешений на развлечения	79
Телевидение: голые женщины и мертвецы	80
Глава 7	81
Трагическая традиция	81
Не столь благословенное событие	82
Выражение ревности: слова или симптомы?	84
Отношения, которые питают ревность	86
Что делать с ревностью?	87
Любовь – одинаковая или уникальная? Качество или равенство?	89
Глава 8	90
Тревожность как следствие страха быть брошенным	91
Чувство вины как причина тревожности	93
Тревожность, вызванная отрицанием самостоятельности и понижением статуса	94
Тревожность как следствие трений между родителями	95
Тревожность вследствие ограничений физической активности	96
Тревожность, обусловленная смертью	97
Глава 9	99
Родительская чувственность	100
Зарождение полового чувства	101
Половое воспитание и хождение в туалет	102
Удовольствие от гениталий	103
Половые различия	104
Ответы на вопросы	105
Обнаженное тело	107
Кровати и спальни	108
Безответная любовь	109
Мастурбация: самоудовлетворение или самоистязание?	110
Запрещенные игры: что делать с сексуальными играми	111
Нецензурные выражения	112
Глава 10	113
Половая идентификация и биологическое предназначение	113
Элементы отцовства и материнства	114

Роль отца	115
Стандарты для девочек и мальчиков	116
Воспитание мужественности и женственности	117
Различные типы семей	118
Социальные роли	119
Глава 11	120
Дети, которым показана экстренная психотерапевтическая помощь	121
Избыточное соперничество между братьями и сестрами	121
Повышенный интерес к сексу	121
Чрезмерно агрессивные дети	122
Склонность к воровству	123
Недавно перенесенная травма	123
Нестандартный ребенок	124
Дети, которые получают ощутимую пользу от медицинской помощи	126
Слишком хорошо, чтобы быть правдой	126
Незрелые дети	126
Отчужденные дети	127
Боязливые дети	127
Женственные мальчики	128
Тики и манерность	128
Энурез и энкопрез	129
Глава 12	130
Характер родителей и поведение детей	130
Слишком эмоциональные родители	131
Родители, склонные к избыточной опеке	132
Инфантильные родители	133
Родители-алкоголики	134
Соблазняющие родители	135
Родители, отвергающие детей	136
Слишком добросовестные родители	137
Разведенные родители	138
Эпилог	139
2	140

Хаим Г.Гинот

Воспитай счастливого ребенка

Предисловие

Ни один родитель не просыпается утром с мыслью о том, как сделать несчастным своего ребенка. Ни одна мать не говорит себе: «Сегодня я буду кричать, ругать и унижать моего сына всеми доступными способами». Напротив, утром многие матери решают: сегодня будет мирный день. Никакого крика, никаких споров, никаких ссор. Но несмотря на эти добрые намерения, ненужная никому война вспыхивает с новой силой. Мы снова говорим то, что не думаем, и произносим это таким тоном, который не нравится нам самим.

Все родители хотят, чтобы их дети воспитывались в безопасности и счастье. Ни один родитель намеренно не делает своего ребенка трусом, застенчивым, грубым или озорным. Но в процессе роста многие дети приобретают невыносимый характер, не обретают способности найти чувство безопасности, не умеют уважать себя и других. Мы хотим, чтобы дети стали вежливыми, а они вырастают грубыми; мы хотим, чтобы они были опрятными, а они чувствуют себя неряхами; мы хотим, чтобы они были уверены в себе, а они становятся неуверенными; мы хотим, чтобы они были счастливы, но они живут несчастными.

Цель этой книги – помочь родителям определить свои цели в отношении детей и предложить методы достижения этих целей. Родители сталкиваются с конкретными проблемами, которые требуют специфических решений; им не помогают клише вроде «Надо больше любить ребенка», «Уделяйте ему больше внимания», «Тратьте на него больше времени».

На протяжении последних пятнадцати лет автор работал с родителями и детьми на индивидуальной основе, а также в группах, осуществляя руководство воспитанием и проводя психотерапевтические сеансы. Данная книга – плод этого опыта. Это практическое руководство, оно предлагает конкретные решения для того, чтобы справиться с обыденными ситуациями и психологическими проблемами, с которыми приходится сталкиваться всем родителям. Хотя книга дает конкретные советы, она также закладывает основные принципы, которыми должны руководствоваться родители в своей повседневной жизни с детьми, чтобы жить с ними в обоюдном уважении достоинства друг друга.

Глава 1

Искусство беседы с детьми

Скрытый смысл детских вопросов

Беседа с детьми – это уникальное искусство с собственными правилами и неповторимым смыслом. Дети редко бывают наивными в общении. Часто их обращение к нам представляет собой закодированное сообщение, требующее расшифровки.

Энди, десяти лет, спрашивает отца: «Сколько брошенных детей в Гарлеме?»

Отец, ученый-химик, умница и интеллектуал, от всей души радуется тому, что его сын в столь раннем возрасте начинает интересоваться социальными проблемами. Он читает ребенку длинную лекцию по данной проблеме и показывает ему соответствующие данные. Но Энди не удовлетворен и продолжает задавать вопросы на ту же тему: «Сколько брошенных детей в Нью-Йорк-Сити, в Соединенных Штатах, в Европе, в мире?»

Наконец, до отца доходит, что его сын озабочен отнюдь не социальной проблемой, а сугубо личной. Вопросы мальчика возникают не из-за озабоченности судьбой брошенных детей, а от страха быть брошенным самому.

Когда мать первый раз привела пятилетнего Брюса в детский сад, мальчик посмотрел на детские рисунки, висевшие на стенах, и громко спросил:

– Кто нарисовал эти безобразные картинки?

Мать смутилась и поспешила одернуть ребенка:

– Не надо называть безобразными такие красивые картинки.

Воспитательница, прекрасно понявшая скрытый смысл вопроса, улыбнулась и вмешалась в разговор:

– Здесь, в детском саду, вовсе не обязательно рисовать красивые картинки. Если тебе нравится, можешь рисовать не очень красиво.

Брюс широко улыбнулся. Он получил ответ на свой скрытый вопрос: «Что здесь делают с мальчиками, которые не умеют хорошо рисовать?»

Заметив на полу сломанную пожарную машину, Брюс в праведном возмущении воскликнул:

– Кто сломал пожарную машину?

– Какая тебе разница, кто ее сломал? Ты все равно никого здесь не знаешь.

Но Брюса не интересовало имя, ему хотелось знать, что случается с мальчиками, которые ломают игрушки. Поняв и этот вопрос, воспитательница дала правильный ответ:

– Игрушки предназначены для игры, иногда они ломаются. Такое случается, и в этом нет ничего страшного.

Этот ответ полностью удовлетворил Брюса. Его искусство спрашивать принесло нужные плоды. Теперь мальчик располагал необходимой информацией: «Эта взрослая тетя просто замечательная. Она совсем не злится, если рисунки выходят плохими, а игрушки ломаются. Мне нечего бояться, и я с удовольствием останусь здесь». Брюс радостно помахал маме рукой и направился к воспитательнице. Так начался его первый день в детском саду.

Кэрол двенадцать лет. Это застенчивая и робкая девочка. Ее любимая двоюродная сестра пробыла в их доме все лето и собирается уезжать домой.

К э р о л (со слезами на глазах). Сьюзи уезжает. Мне снова будет так одиноко.

М а м а. Ничего страшного, ты найдешь себе новых подруг.

К э р о л. Мне будет так одиноко и скучно.

М а м а. Это тебе придется пережить.

К э р о л. О, мама! (Рыдает.)

М а м а. Тебе уже двенадцать лет, а ты ревешь, как грудной младенец.

Кэрол бросает на мать испепеляющий взгляд и убегает в свою комнату, плотно закрыв за собой дверь.

У этого эпизода возможен более счастливый конец. Чувства ребенка надо воспринимать серьезно, даже если ситуация не выглядит так. В глазах матери расставание двух сестер – ничтожный повод для слез, но реакция могла быть более сочувственной. Мать могла бы сказать себе: «Девочка очень расстроена. Я могу помочь ей, если покажу, что понимаю ее боль». Она могла бы ответить дочери любой из фраз:

«Да, тебе будет очень одиноко без Сьюзи».

«Она еще не уехала, а ты уже скучаешь по ней».

«Очень тяжело расставаться с человеком, к которому успел привыкнуть».

«Когда Сьюзи уедет, дом покажется тебе опустевшим».

Такие ответы создают доверительные отношения между родителем и ребенком. Если ребенок чувствует, что его понимают, у него уменьшаются чувство одиночества и боль, потому что эти чувства поняты. Любовь ребенка к матери становится глубже, потому что именно она поняла чувства ребенка. Материнское сочувствие служит эмоциональным бальзамом, пролитым на травмированное детское «я».

Бесплодные диалоги

Родители часто приходят в отчаяние от разговоров с детьми, так как эти разговоры ни к чему не приводят. Это очень удачно иллюстрирует известный анекдот: «Где ты был?» – «Нигде». – «Что ты делал?» – «Ничего». Родители, которые пытаются говорить с ребенком разумно, скоро понимают, что такой стиль общения изматывает их. Как рассказывала одна мать: «Я буквально до посинения стараюсь убеждать его, но он совершенно меня не слушает. Он слышит меня, только если я срываюсь на крик».

Дети часто противятся разговорам с родителями. Они негодуют, когда их наставляют, говорят с ними назидательным тоном, читают им мораль, ругают их. Дети чувствуют, что родители слишком много говорят. Восемилетний Дэвид говорит матери: «Почему ты даешь длинный ответ, когда я задаю тебе короткий вопрос?» Своим друзьям он признается: «Я ничего не говорю маме. Если я буду с ней разговаривать, то у меня не останется времени поиграть».

Заинтересованный наблюдатель, послушавший разговор между родителем и ребенком, с удивлением отметит, как мало каждый из них слушает другого. Беседа выглядит как два независимых монолога: один состоит сплошь из критики и поучений, а второй – из отрицаний и претензий. Недостаток такого «общения» заключается не в дефиците любви, а в отсутствии уважения; не в дефиците ума, но в отсутствии умения и навыка.

Наш повседневный язык не приспособлен для осмысленного общения с детьми. Для того чтобы достучаться до ребенка и уменьшить отчаяние и растерянность родителей, нам нужен новый способ отношений с детьми, включая новые пути словесного общения с ними.

Новый кодекс общения

Новый кодекс общения с детьми основан на взаимном уважении и навыках общения. Этот кодекс требует: а) чтобы высказывания способствовали укреплению самоуважения ребенка и родителя; б) чтобы высказывание понимания *предшествовало* высказыванию совета или инструкции.

Девятилетний Эрик возвращается домой раздосадованный и злой. Его класс собирался выехать за город на пикник, но внезапно пошел дождь, поездку отменили, и все разошлись по домам. Мать решает применить новый подход. Она воздерживается от старых, усугубляющих конфликт избитых штампов: «Нет никакой пользы злиться и плакать из-за того, что пошел дождь и пикник не состоялся», «Поедете на пикник в другой раз, когда будет хорошая погода», «Я не виновата, что пошел дождь, и нечего на меня злиться».

Мать сказала себе: «Мальчику так хотелось поехать на пикник. Он расстроен и разочарован. Он пытается разделить со мной свое разочарование, показывая мне свою злость. Он захвачен своими эмоциями. Я должна помочь ему и показать, что понимаю и уважаю его чувства». Она ведет разговор так.

М а м а. Ты, кажется, чем-то очень расстроен.

Э р и к. Да.

М а м а. Ты так хотел поехать на этот пикник.

Э р и к. Да, очень хотел.

М а м а. Ты собрал все вещи, подготовился, но тут пошел дождь.

Э р и к. Да, так все и было.

Наступает короткое молчание, а потом Эрик говорит:

– Но ничего, будет же и хорошая погода.

Злость мальчика бесследно проходит, и он остается послушным и покладистым всю вторую половину дня. Когда раньше Эрик приходил домой расстроенный и злой, вся семья злилась и нервничала целый вечер. Рано или поздно он «заводил» всех членов семьи, и мир наступал, когда поздно вечером Эрик, наконец, засыпал.

Что особенного в новом подходе, и в чем заключаются его полезные элементы?

Когда ребенок охвачен какой-то сильной эмоцией, он не может никого слушать. Он не способен в этот момент воспринимать советы, утешения или разумную критику. Он хочет только одного – чтобы *мы* поняли его. Он хочет, чтобы мы поняли, что происходит в его душе в данный конкретный момент. Более того, он хочет, чтобы его поняли даже в том случае, если он не раскрывает полностью причину захлестнувших его эмоций. Это игра, в которой он открывает нам только малую часть своих чувств и хочет, чтобы мы угадали остальное.

Если ребенок говорит нам: «Учительница дала мне подзатыльник», нам не следует расспрашивать его о подробностях. Нам не стоит также говорить: «Что же ты натворил, чтобы заслужить подзатыльник? Если учительница дала тебе его, значит, ты что-то натворил. Что ты сделал?» Нам не надо даже сочувствовать: «О, какой ужас». Нам надо показать, что мы понимаем его боль, смущение и жажду мести. Как нам понять, что чувствует ребенок? Мы смотрим на ребенка, слушаем его и призываем на помощь собственный эмоциональный опыт. Мы знаем, что *должен* чувствовать ребенок, которого публично унизили в присутствии сверстников. Мы должны так подобрать слова, чтобы ребенок понял: мы представляем, через что ему пришлось пройти. Для этого подойдет любая из следующих фраз:

«Ты, наверное, ужасно смутился и растерялся».

«Думаю, ты просто пришел в ярость».

«Как ты, наверное, ненавидел в тот момент свою учительницу».

«Этот подзатыльник оскорбил все твои чувства».

«Да, сегодня у тебя был очень неудачный день».

Сильные чувства ребенка не исчезнут, если ему сказать: «Да, очень неприятно испытывать такие чувства», или пытаться убедить его в том, что «нет причин так себя чувствовать». Сильные чувства и эмоции не уменьшаются оттого, что их пытаются изгнать силой. Они уменьшаются и теряют свою остроту только в том случае, если слушатель принимает их с симпатией и пониманием.

Это утверждение верно не только в отношении детей, но и взрослых, что можно видеть на примере следующего отрывка¹ из протокола занятия в группе родительских дискуссий.

Инструктор. Предположим, что сейчас утро. Вы знаете, что иногда выпадают такие дни, когда по утрам все валится из рук. Телефон надрывается, ребенок плачет, а тосты подгорают, прежде чем вы успеете это заметить. Муж смотрит на тостер и говорит: «Боже мой! Когда только ты научишься делать тосты?» Какова будет ваша реакция?

М и с с и с А. Я швырну тосты ему в физиономию.

М и с с и с Б. Я скажу ему: «Готовь сам свои чертовы тосты!»

М и с с и с В. Мне станет так обидно, что я расплачусь.

И н с т р у к т о р. Какие чувства вызовут у вас слова мужа?

Ж е н щ и н ы. Злость, ненависть, негодование.

И н с т р у к т о р. Легко ли вам будет приготовить новые тосты?

М и с с и с В. Только если бы мне удалось подсыпать в них яд!

И н с т р у к т о р. А когда муж уйдет на работу, легко ли будет вам убирать в доме?

М и с с и с А. Нет, весь день будет безнадежно испорчен.

И н с т р у к т о р. Возьмем ту же ситуацию: тосты подгорели, но муж, увидев, что происходит, скажет: «Да, моя милая, ну и денек у тебя сегодня: ребенок, телефон, а теперь еще и тосты!»

М и с с и с А. Если бы мой муж сказал это, я упала бы в обморок.

М и с с и с Б. Я почувствовала бы себя великолепно.

М и с с и с В. Мне стало бы так хорошо, что я бросилась бы мужу на шею и расцеловала его!

И н с т р у к т о р. Но почему? Ведь ребенок продолжает плакать, телефон звонить, а тосты, как ни крути, все-таки подгорели.

Ж е н щ и н ы. Все это не имеет никакого значения.

И н с т р у к т о р. Так в чем разница?

М и с с и с Б. Я почувствовала бы что-то вроде благодарности за то, что он не стал меня ругать. Он был бы со мной, а не против меня.

И н с т р у к т о р. Когда муж уйдет на работу, трудно ли будет вам убирать в доме?

М и с с и с В. Я делала бы это с песней!

И н с т р у к т о р. Давайте проиграем третью ситуацию. Муж смотрит на подгоревшие тосты и спокойно говорит: «Милая, давай я покажу тебе, как это делается».

М и с с и с А. О нет. Этот случай еще хуже первого. Начинаешь чувствовать себя полной идиоткой.

И н с т р у к т о р. А теперь давайте посмотрим, каким образом можно приложить три рассмотренных нами случая с подгоревшими тостами к нашим взаимоотношениям с детьми.

М и с с и с А. Я вижу, к чему вы клоните. Я всегда говорю моему ребенку: «Ты уже достаточно взрослый, чтобы знать то или знать это». Это должно приводить его в ярость, и в самом деле приводит.

М и с с и с Б. Я всегда говорю своему сыну: «Давай я покажу тебе, как делать то или это».

¹ Хаим Г. Гинот. Групповая психотерапия с детьми. Нью-Йорк: McGraw-Hill Book Co, 1961. С. 180–182.

М и с с и с В. Я привыкла, что меня постоянно ругают, и такой стиль поведения стал для меня привычным. Я употребляю те же слова, какими в свое время ругала меня моя мать, когда я была ребенком. Я ненавидела ее за это. Я всегда все делала неправильно, а она заставляла меня переделывать это.

И н с т р у к т о р. А теперь вы используете такие выражения по отношению к своей дочери?

М и с с и с В. Да, но мне это совсем не нравится, я сама себе противна, когда делаю это.

И н с т р у к т о р. Но вы ищете новые способы общения, не так ли?

М и с с и с В. Конечно, ищу!

И н с т р у к т о р. Давайте посмотрим, какие результаты мы можем извлечь из сегодняшнего урока с тостами. Что помогло изменить негативное отношение к людям, которых вы любите?

М и с с и с Б. Тот факт, что нас поняли.

М и с с и с В. И при этом не стали нас ни в чем обвинять.

М и с с и с А. И не стали учить, как сделать лучше.

Этот отрывок иллюстрирует магическую силу, с которой слово может внушить враждебность или, напротив, радость. Мораль сей басни такова, что наши ответы и реакции (слова и чувства) могут разительным образом изменить атмосферу в доме.

Некоторые принципы разговора

От события к отношению. Когда ребенок рассказывает о каком-либо событии или спрашивает о нем, лучшей оказывается реакция не на событие, а на отношения, которые под ним подразумеваются.

Шестилетняя Флора жалуется, что «в последнее время» она получает меньше подарков, чем ее брат. Мать не стала отрицать справедливость этой жалобы, объяснять, что брат старше, а поэтому заслуживает большего. Она не стала обещать, что исправит положение. Она поняла, что девочка больше озабочена глубиной своих отношений с родителями, чем количеством и размерами подарков. Мать сказала: «Ты тоже хочешь получать больше подарков?» Не добавив больше ни слова, мать ласково обняла дочь, которая в ответ расплылась в довольной улыбке. Таков был конец разговора, который в ином случае мог превратиться в нескончаемый спор.

От события к чувству. Когда ребенок рассказывает о каком-то событии, полезнее реагировать не на само событие, а на те чувства, которые оно вызвало. Семилетняя Глория возвращается домой расстроенная и рассказывает матери, что ее лучшую подругу Дори мальчишки столкнули с тротуара в канаву с водой. Вместо того чтобы выпытывать подробности, мать отреагировала на чувства дочери:

«Должно быть, это сильно тебя расстроило».

«Ты разозлилась на мальчишек, которые это сделали».

«Ты все еще очень злишься на них».

На все эти высказывания Глория отвечала эмоциональным согласием. Но когда мать спросила: «Ты боишься, что они и с тобой могли сделать то же самое?» – Глория ответила с непреклонной решимостью: «Пусть только попробуют, я потащу их за собой. Представляешь, какой будет плеск?» Девочка рассмеялась, представив себе эту смешную картину. Это был счастливый конец разговора, который грозил превратиться в череду бесполезных советов о способах самозащиты.

Если ребенок приходит домой с ворохом жалоб на друзей, учителей или просто на жизнь, то лучше всего отреагировать на это в его же эмоциональной тональности, а не пытаться уточнять факты или выяснять обстоятельства.

Десятилетний Гарольд возвращается из школы хмурый и сразу обрушивает на мать массу жалоб.

Г а р о л ь д. Что за несчастная жизнь! Учительница назвала меня лжецом, когда я сказал ей, что забыл дома домашнее задание. Она накричала на меня. Бог мой, как она кричала! Она сказала, что напишет тебе записку.

М а м а. Какой противный день.

Г а р о л ь д. Да, можешь повторить это еще раз и не ошибешься.

М а м а. Должно быть, тебе было страшно неловко, когда учительница назвала тебя лжецом в присутствии всего класса.

Г а р о л ь д. Конечно, неловко.

М а м а. Думаю, в душе ты многое пожелал учительнице.

Г а р о л ь д. Еще бы. Но как ты догадалась?

М а м а. Мы все думаем так, когда нас обижают.

Г а р о л ь д. Ты знаешь, мне стало чуточку легче.

От общего к частному. Когда ребенок что-либо утверждает о самом себе, часто желательно не отвечать на такое утверждение ни согласием, ни возражением. Необходимо обратить внимание на детали, которые укажут на понимание, которого ребенок, возможно, и не ожидал от родителей.

Если ребенок говорит: «Я ничего не понимаю в арифметике», то мало пользы будет оттого, что родитель скажет: «Да, у тебя всегда было плохо с вычислениями». Не больше толка будет также от попытки оспорить это мнение или от дешевых советов типа «Если ты будешь больше заниматься, то дела с арифметикой пойдут лучше». Такая скоропалительная необдуманная помощь еще больше уязвит самолюбие ребенка, подточит его самоуважение и уменьшит уверенность в своих силах.

Утверждение «Я ничего не понимаю в арифметике» должно быть встречено со всей серьезностью и пониманием. Подойдут любые из ответов:

«Арифметика – нелегкий предмет».

«Бывают очень трудные задачи».

«Оттого, что учительница ругает тебя, арифметика, конечно, не станет легче».

«Держу пари, ты едва дождался конца урока».

«Тебе стало намного лучше, когда, наконец, прозвенел звонок».

«На экзамене тебе придется нелегко».

«Должно быть, ты сильно беспокоился, что получишь двойку».

«...ты сильно беспокоился о том, что мы подумаем».

«...ты боялся, что разочаруешь нас».

«Мы знаем, что некоторые предметы очень трудны».

«Мы верим, что ты сделаешь все, что в твоих силах».

Двенадцатилетний мальчик рассказал мне, что чуть не упал в обморок, когда отец с таким пониманием поговорил с ним, когда он принес из школы двойку по одному из предметов. Внутреннюю реакцию ребенка можно было сформулировать приблизительно так: «Я должен оправдать доверие отца».

Практически каждый родитель, хотя и очень редко, но слышит, как его сын или дочь во всеуслышание утверждает: «Я глупый». Зная, что *его* ребенок не может быть глупым, родитель начинает убеждать его в противном.

Сын. Я глупый.

Отец. Нет, ты не глупый.

Сын. Нет, глупый.

Отец. Нет, нет и нет. Помнишь, каким сообразительным ты был в лагере скаутов?

Воспитатель считал, что ты один из самых умных мальчиков.

Сын. Откуда ты знаешь, что он так думал?

Отец. Он сам мне это говорил.

Сын. Ну да, так я тебе и поверил. Почему же он тогда все время называл меня тупицей?

Отец. Он просто шутил.

Сын. Я глупый и знаю это. Посмотри на мои школьные отметки.

Отец. Тебе просто надо больше заниматься.

Сын. Я все время только и делаю, что занимаюсь. У меня просто нет мозгов.

Отец. Нет, ты умница, я же лучше знаю.

Сын. Но я точно знаю, что тупица.

Отец (повысив голос). Ты не тупица!

Сын. Нет, тупица!

Отец. Никакой ты не тупица, дурак!

Когда ребенок объявляет вам, что он глуп, безобразен или плох, что бы мы ни говорили, это не сможет мгновенно изменить его отношение к себе, его самооценку. В человеческом сознании мнение о себе всегда сопротивляется прямым попыткам изменить его. Как сказал по этому поводу один мальчик своему отцу: «Я знаю, что ты говоришь это из лучших побуждений, папа, но я не такой дурак, чтобы всерьез поверить, что я умен».

Когда ребенок высказывает негативное суждение о себе, наши отрицания и протесты очень мало помогают ему изменить укоренившееся мнение. Эти протесты заставляют ребенка с еще большим упорством отстаивать свое негативное отношение к собственной личности. Лучше всего показать, что мы понимаем не только его чувства, но и то, что он хочет ими обозначить.

С ы н. Я глуп.

Отец (серьезно). Ты действительно так считаешь? Ты не думаешь, что ты умен и сообразителен?

С ы н. Нет.

О т е ц. Ты очень сильно страдаешь от этого в душе?

С ы н. Да.

Отец. В школе ты, должно быть, почти все время боишься, что

...получишь плохую оценку.

...не сдашь экзамен.

Когда учитель спрашивает тебя, ты теряешься.

Даже если ты знаешь ответ, ты не можешь правильно его сформулировать.

Ты боишься, что твои слова смешно звучат.

...что учитель будет тебя ругать.

...что одноклассники будут смеяться над тобой.

Поэтому большую часть времени ты предпочитаешь ничего не говорить и отмалчиваться. Догадываюсь, что ты все время вспоминаешь случаи, когда ребята смеялись над тобой. Это и заставило тебя считать себя тупым и глупым. Их смех причинял тебе боль и вызывал твой гнев.

(В этом месте ребенок может рассказать несколько подобных случаев.)

О т е ц. Сынок! В моих глазах ты замечательный человек. Но сам ты думаешь о себе по-другому.

Этот разговор может не изменить образ ребенка в его собственных глазах немедленно, но посеет в его душе семена сомнения в собственной неспособности и глупости. Он может подумать: «Если мой отец понимает меня и считает замечательным человеком, то, может быть, я и на самом деле не такое уж ничтожное создание». Близость, которая создается таким разговором между родителем и ребенком, может заставить сына постараться оправдать доверие отца.

Если ребенок говорит: «Мне никогда не везет», то никакие возражения и объяснения не поколеблют его убеждение. Самое лучшее, что мы можем сделать для ребенка в таком случае, это показать ему, что разделяем его чувства и понимаем, какие из них привели его к такому печальному выводу.

С ы н. Мне никогда не везет.

М а т ь. Ты правда так считаешь?

С ы н. Да.

Мать... Значит, когда ты участвуешь в соревнованиях, то всегда думаешь: «Я никогда не выиграю. Мне всегда не везет».

С ы н. Да, я действительно всегда так думаю.

М а т ь. В школе, когда ты знаешь правильный ответ, думаешь: «Сегодня учительница меня не спросит».

С ы н. Да.

Мать... А если, наоборот, ты не выполнил домашнего задания, то думаешь: «Сегодня-то меня обязательно спросят».

С ы н. Да.

М а т ь. Думаю, ты сам можешь привести мне примеры такого рода.

С ы н. Конечно, вот, например (ребенок приводит примеры).

М а т ь. Мне интересно, что ты думаешь о везении. Если случится что-то, что ты считаешь невезением или – всякое случается – везением, то обязательно расскажи мне, и мы поговорим об этом.

Этот разговор вряд ли сразу переменит убеждение ребенка в своей невезучести. Но он подумает, что ему очень повезло с понимающей его мамой.

Выявление двойственности

Дети любят нас и злятся на нас в одно и то же время. Они вообще имеют двойное мнение о родителях, учителях и всех людях, которые имеют над ними власть. Родителям трудно принять эту двойственность как жизненный факт. Они не любят эту черту в себе и не выносят ее в своем ребенке. Родители думают, что есть нечто противное природе в таком двойственном восприятии других людей, особенно если эти другие – члены твоей собственной семьи.

Мы можем научиться принимать существование такой двойственности, как в себе самих, так и в своих детях. Для того чтобы избежать ненужных конфликтов, дети должны знать, что такие чувства нормальны и естественны. Мы можем избавить ребенка от чувства вины и тревожности, признав и сказав вслух о его двойственных чувствах:

«Кажется, ты испытываешь к учительнице двойственные чувства: она очень нравится тебе, но одновременно ты недолюбливаешь ее».

«Кажется, ты испытываешь двойственные чувства к своему старшему брату – ты восхищаешься им и злишься на него».

«Ты хочешь сразу двух вещей – поехать в лагерь и остаться дома».

Спокойное, не критическое восприятие двойственности очень помогает ребенку, так как оно показывает ему, что родители могут понять даже его «путаные» чувства. Как сказал один ребенок: «Если мои перепутанные чувства можно понять, значит, не такие уж они перепутанные». Напротив, приведенные ниже высказывания обычно мало помогают делу:

«Мой мальчик, ты совсем запутался. Только что ты восхищался своим другом, а теперь говоришь, что терпеть его не можешь. Приведи в порядок свой ум, если он у тебя есть».

Сложная природа реальности человеческого сознания допускает возможность того, что там, где существует любовь, всегда есть немного ненависти, там, где есть восхищение, обязательно присутствует немного зависти; там, где есть самоотверженность, всегда присутствует немного враждебности; там, где есть успех, всегда присутствует немного мрачных предчувствий. Требуется большая мудрость для того, чтобы понять, что все чувства законны – положительные, отрицательные и двойственные.

Внутренне очень нелегко принять такую концепцию. Наше воспитание в детстве и образование, которое мы получаем, становясь взрослыми, предрасполагает нас к противоположному взгляду на вещи. Нас учат, что негативные ощущения «плохи»; что их нельзя испытывать, во всяком случае, нам следует стыдиться их. Новый научный подход к этой проблеме позволяет утверждать, что только реальные действия можно расценивать как «плохие» или «хорошие», но ни в коем случае не действия воображаемые. Хвалить или порицать можно только за поведение, но не за чувства. Осуждение чувств и цензура фантазий – это насилие над политической свободой и душевным здоровьем.

Эмоции – часть нашей генетически запрограммированной наследственности. Рыбы плавают, птицы летают, а человек чувствует. Иногда мы счастливы, иногда нет. Но случается, что мы испытываем одновременно страх и гнев; печаль и радость; скаредность и вину; вождление и презрение; восторг и отвращение. Поскольку мы не свободны в эмоциях, которые испытываем, постольку мы свободны выражать их при условии понимания их природы. В этом суть проблемы. Многие люди были воспитаны вне знания природы своих чувств. Если они ненавидели, им говорили, что им что-то просто не нравится. Когда они испытывали страх, им говорили, что бояться нечего. Если они испытывали боль, им советовали быть храбрыми и улыбаться. Многие наши популярные песенки советуют нам: «Притворитесь, что вы счастливы, когда счастья нет и в помине».

Что можно предложить вместо такого притворства? Правду. Эмоциональное воспитание должно помочь детям *понять, что именно они чувствуют*. Для ребенка гораздо важнее понять, *что* он чувствует, чем *почему* он это чувствует. Если ребенок понимает природу своих ощущений, он меньше склонен испытывать смятение чувств.

Зеркало для личности

Как можно помочь ребенку разобраться в его чувствах? Мы можем сделать это, послужив для него зеркалом его эмоций. Ребенок знакомится со своим физическим обликом, глядя в зеркало. Со своим эмоциональным обликом он знакомится, слушая, как мы отражаем словами и интонациями его чувства.

Функция зеркала заключается в том, чтобы отражать образ таким, каков он есть, – без прикрас и искажений. Мы не хотим, чтобы зеркало говорило нам: «Ты выглядишь ужасно. Глаза красные, лицо отекло. Ты плохо выглядишь, и стоит об этом задуматься». После нескольких таких попыток мы будем бежать от магического зеркала, как от чумы. От зеркала мы ждем отражения, а не проповеди. Нам, конечно, может не понравиться наше отражение, но мы предпочтем сами решать, какими косметическими средствами стоит воспользоваться.

Функция эмоционального зеркала заключается в отражении чувств такими, какие они есть, без искажений.

«Кажется, ты сегодня очень разозлен».

«Судя по твоему голосу, ты ненавидишь его всеми фибрами души».

«Кажется, тебе отвратителен весь этот порядок».

Для ребенка, который испытывает перечисленные чувства, такие высказывания оказываются весьма полезными. Они ясно дают ему знать, что именно он чувствует. Ясность изображения – как в обычном, так и в эмоциональном зеркале – предоставляет нам возможность самостоятельного ухода за внешностью и такого же самостоятельного изменения эмоций.

Глава 2

Новые способы поощрений и порицаний

Случай с пепельницей – история с моралью

Было раннее утро первого понедельника после Дня благодарения. Голос женщины на противоположном конце провода выдавал страшное волнение.

– Попробуйте мне это объяснить, – с трудом проговорила она, – если сможете. Мы всей семьей едем в машине, проделав четыре сотни миль от Питсбурга до Нью-Йорка. Айвен сидел на заднем сиденье и вел себя как ангел, погружившись в свои мысли. Я сказала себе: «Мальчика надо похвалить». Мы въехали в туннель Линкольна, когда я обернулась и сказала: «Какой ты хороший мальчик, Айвен. Ты так чудно себя вел. Я горжусь тобой».

Спустя минуту мне показалось, что на нас обрушилось небо. Айвен вытащил из дверцы пепельницу и швырнул ее в нас. Салон наполнился застоявшимся чадом, нам на голову посыпались пепел и окурки сигарет. Стало нечем дышать, а в туннеле было интенсивное движение. Мне захотелось убить сына. Если бы не другие машины, я придушила бы его на месте. Но самое обидное заключалось в том, что я за несколько секунд до этого от души похвалила его. Скажите, разве можно вообще хвалить детей?

Несколько недель спустя Айвен сам рассказал о причине той вспышки. Всю дорогу от Питсбурга он раздумывал над тем, как избавиться от младшего брата, который сидел на переднем сиденье автомобиля между отцом и матерью. Наконец, ему в голову пришло, что если что-нибудь вклинится в машину посередине, то он и родители уцелеют, а младшего брата разрежет пополам. В этот самый момент мама похвалила его за хорошее поведение. От э той похвалы Айвен почувствовал угрызения совести, и ему отчаянно захотелось показать, что он не заслуживает похвалы. Он осмотрелся, увидел пепельницу и бросил ее в родителей.

Поощрять достижения или хвалить личность?

Большинство людей полагает, что похвала укрепляет уверенность ребенка в своих силах и дает ему чувство защищенности и безопасности. В действительности похвала может вызвать у ребенка внутреннее напряжение и спровоцировать вспышку плохого поведения. Почему так происходит? Дело в том, что время от времени у многих детей возникают агрессивные намерения в отношении других членов семьи. Когда родитель говорит ребенку: «Ты такой хороший мальчик», маленький человек не может принять похвалу. По мнению ребенка, он не может быть хорошим, так как минуту назад очень хотел пришить матери ко рту «молнию», а вчера страстно желал, чтобы его младший брат провел остаток недели в больнице. Действительно, чем больше хвалят такого ребенка, тем хуже он себя ведет, чтобы показать родителям свое «истинное лицо». Родители часто жалуются, что сразу после похвалы за хорошие манеры ребенок словно срывается с цепи, стремясь опровергнуть хорошее мнение о себе. Возможно, такой срыв является способом, каким ребенок сообщает о том, что скрывается за его внешним поведением.

Желательная и нежелательная похвала. Означает ли это, что похвалы вообще неуместны? Вовсе нет. Это только означает, что похвалу, как и пенициллин, нельзя использовать бессистемно. При назначении мощных лекарств, врачи придерживаются определенных правил, соблюдая меры предосторожности, режим введения и дозы, чтобы избежать побочных явления и аллергических реакций. То же касается назначения, если можно так выразиться, эмоциональных лекарств. Самым главным является следующее правило: похвала должна касаться усилий ребенка и его достижений, но не его характера или личностных качеств.

Если мальчик убирает двор, то вполне естественно со стороны родителей отметить, как тяжело сын работал и как хорошо теперь выглядит двор. В высшей степени неуместно и не нужно говорить ребенку при этом, какой он хороший. Слова похвалы должны отразить для ребенка *реальную* картину его личного *достижения*, а не сусальный образ хорошего мальчика.

В следующем примере приводится желательная похвала: восьмилетний Джим, хорошо поработав, убрал двор. Он смел опавшие листья, убрал мусор и расставил по местам садовый инвентарь. Мать была очень довольна и выразила свое одобрение усилиям и достижениям мальчика.

М а т ь. Во дворе была такая грязь, такой беспорядок. Я не верила, что его можно привести в порядок за один день.

Д ж и м. Я это сделал!

М а т ь. Здесь было полно листьев, мусора и разбросанных вещей.

Д ж и м. Я все это убрал.

М а т ь. Тяжелая была работенка!

Д ж и м. Еще бы.

М а т ь. Теперь двор такой чистый, что на него приятно смотреть.

Д ж и м. Да, очень.

М а т ь. Спасибо тебе, сынок.

Д ж и м. (расплывшись в широкой улыбке). Пожалуйста.

Слова матери заставили Джима порадоваться за свои усилия и вызвали в нем гордость за его доброе дело. В тот вечер он с трудом дождался возвращения отца с работы. Мальчику не терпелось показать папе чистый двор и снова погордиться хорошо выполненным заданием.

Напротив, совершенно бесполезны похвалы, адресованные к личности и характеру ребенка:

«Ты такой чудесный ребенок».

«Ты настоящая маленькая мамина помощница».

«Что бы мамочка стала без тебя делать?»

Такие слова вызывают у ребенка ощущение угрозы и заставляют его нервничать². Может быть, ребенок чувствует, что он не так уж чудесен и окажется не в состоянии соответствовать навешенному на него ярлыку. Вместо того чтобы со страхом ждать, когда его разоблачат как притворщика и лжеца, ребенок немедленно реагирует на несправедливую, по его мнению, похвалу посредством плохого поведения.

Прямая похвала личности, как и прямой солнечный свет, причиняет неприятное чувство и ослепляет. Любой человек чувствует себя смущенным, когда ему говорят, что он чудесный, ангельский, щедрый и скромный. У человека возникает желание отвергнуть хотя бы часть такой похвалы. Однако он не может встать и открыто при всех заявить: «Спасибо, я принимаю ваши слова о том, что я – чудесный человек». Внутренне ребенок также должен отвергнуть похвалу такого рода, так как он не в состоянии честно сказать себе: «Я чудесный. Я сильный, добрый и скромный».

При этом ребенок не только отвергает похвалу в адрес своей личности, в его душу закрадывается сомнение относительно тех, кто эти хвалы произносит. «Не слишком-то они умны, если находят меня таким пригожим и хорошим».

Похвала должна относиться не к личным качествам ребенка, а к его усилиям и достижениям. Наши замечания должны быть сформулированы таким образом, чтобы ребенок мог сам вывести из них позитивные заключения о своей личности. Десятилетний Кении помогает отцу ремонтировать подвал. Во время работы ему приходится передвинуть тяжелую вещь.

О т е ц. Этот верстак очень тяжелый. Его трудно подвинуть.

К е н и н (с гордостью). Но я это сделал.

О т е ц. Для этого нужна большая сила.

К е н и н (сгибает руку в локте и щупает свой бицепс). Я сильный.

В этом примере отец подчеркивает трудность сделанной работы. Ребенок сам делает вывод о своей силе. Если бы отец сказал: «Какой ты сильный!» – то Кении мог бы ответить: «Совсем нет. В нашем классе есть ребята сильнее меня». После этого мог бы состояться бесплодный или даже удручающий диалог.

² Похвала может вызвать ощущение скрытой угрозы и у взрослого. В своей статье «Роберт Фрост и Хрущев» Ф.Д. Рив рассказывает: «Почести, выпавшие на долю Фроста, заставили его сильно нервничать, так как они... могли стать устрашающими. Они означали, что в следующий раз от него ожидают чего-то большего, чем он может сделать». «Атлантическая ментальность» (Сентябрь, 1963), с. 38.

Скрытые высказывания и представление о себе

Похвала имеет две стороны – наши слова и выводы, которые делает из них ребенок. Наши слова должны ясно сказать ребенку, что мы одобряем его усилия, работу, достижение, помощь, внимание или творчество. Наши похвалы должны быть сформулированы так, чтобы ребенок с неизбежностью вывел из них нужные заключения о своей личности. Наши слова должны стать магическим холстом, на котором ребенок сможет написать положительный образ своей личности. Этот пункт мы проиллюстрируем следующими примерами.

Полезная похвала: Спасибо тебе за то, что вымыл машину. Теперь она выглядит как новая.

Возможный вывод: Я хорошо потрудился. Мою работу оценили.

(Бесполезная похвала: Ты просто ангел.)

Полезная похвала: Мне понравилась твоя поздравительная открытка. Она очень красива и написана с большим остроумием.

Возможный вывод: У меня хороший вкус, я могу полагаться на собственные суждения.

(Бесполезная похвала: Ты всегда такой внимательный.)

Полезная похвала: Твое стихотворение тронуло меня до глубины души.

Возможный вывод: Я рад, что могу писать стихи.

(Бесполезная похвала: Ты хороший поэт для своих лет.)

Полезная похвала: Ты сделал очень красивую книжную полку.

Возможный вывод: Я способный.

(Бесполезная похвала: Какой ты хороший плотник.)

Полезная похвала: Твое письмо доставило мне большую радость.

Возможный вывод: Я могу приносить людям радость и делать их счастливыми.

(Бесполезная похвала: Ты очень хорошо умеешь писать письма.)

Полезная похвала: Мне очень понравилось, как ты сегодня помыла посуду.

Возможный вывод: Я приношу пользу. (Бесполезная похвала: Ты у нас лучше домработницы.)

Полезная похвала: Спасибо, что сказал мне, что я дал тебе слишком много денег. Мне это очень понравилось.

Возможный вывод: Я рад, что проявил честность.

(Бесполезная похвала: Какой ты честный мальчик.)

Полезная похвала: В твоём сочинении я почерпнул пару свежих идей.

Возможный вывод: Я могу быть оригинальным.

(Бесполезная похвала: Для своего уровня ты написал хорошее сочинение, но, конечно, тебе надо еще многому научиться.)

Описательные высказывания и позитивные умозаключения детей являются строительными блоками, из которых формируется душевное здоровье ребенка. Позже он внутренне повторит себе вывод, который самостоятельно сделал в ответ на наши слова о его действиях и поступках. Реалистические позитивные утверждения, постоянно повторяемые самим ребенком, в большой степени определяют его хорошее мнение о самом себе и окружающем его мире.

Порицания: конструктивные и деструктивные

В каких случаях критика бывает конструктивной, а в каких деструктивной? Конструктивная критика ограничивается указанием на то, как правильно делать то, что неправильно выполнил ребенок. При этом совершенно недопустимо делать негативные замечания в отношении его личных качеств.

Десятилетний Ларри нечаянно разлил за столом стакан молока.

М а т ь. Ты уже достаточно большой, чтобы уметь правильно держать стакан. Сколько раз я говорила тебе: будь аккуратнее!

О т е ц. Что толку ему говорить? Он у нас неуклюжий. Таким был, таким и останется.

Ларри разлил стакан молока, которое стоит пять центов, но язвительные насмешки родителей, которые за этим последовали, обойдутся гораздо дороже, если учесть ущерб, нанесенный ими самолюбию и самооценке ребенка. Тот момент, когда у ребенка что-то не получается, не самое подходящее время для высказывания оскорблений в адрес его личности.

Что делать, когда ребенок допускает оплошность. Когда восьмилетний Мартин случайно разлил молоко, мать отреагировала на это совершенно спокойно, сказав: «Я вижу, что ты разлил молоко. Вот тебе еще один стакан, а вот тебе губка». Мать встала и дала сыну еще один стакан молока и губку. Мартин с несказанным облегчением посмотрел на мать, не веря своим глазам. После недолгого молчания он удивленно пробормотал: «Спасибо, мамочка». С помощью матери он вытер стол. Она не стала произносить едких замечаний или бесполезных поучений. Потом мать Мартина рассказывала автору:

– У меня было большое искушение сказать: «В следующий раз будь аккуратнее», но когда я увидела, как он благодарен мне за великодушное молчание, то не стала ничего больше говорить. Раньше из-за этого пустяка поднялся бы такой крик, что настроение было бы испорчено на целый день.

Как все испортить

Во многих семьях бурные ссоры между родителями и детьми развиваются по жесткой и предсказуемой схеме. Ребенок делает или говорит что-то «неправильное».

Родитель реагирует на это оскорблением. Ребенок отвечает еще большим оскорблением. Родитель прибегает к угрозам или наказанию, и начинается настоящее побоище.

Девятилетний Натаниэль играет пустой чашкой.

М а т ь. Ты разобьешь чашку. Одну ты уже разбил.

Н а т а н и э л ь. Нет, не разобью.

В этот момент чашка выскальзывает из его рук и разбивается.

Мать... Ну как на тебя не кричать. Что ты за тупица, ты бьешь и ломаешь все, что попадает тебе под руку.

Н а т а н и э л ь. Ты тоже тупица. Ты разбила папину электрическую бритву.

М а т ь. Ты посмел назвать меня тупицей! Какой ты грубый.

Н а т а н и э л ь. Это ты грубая, ты первая меня обозвала.

М а т ь. Слушать тебя больше не желаю. Немедленно иди к себе в комнату.

Н а т а н и э л ь. Попробуй меня заставить.

Это был уже прямой вызов родительскому авторитету, и мать пришла в ярость. Она схватила сына и начала его бить. Натаниэль, желая вырваться, толкнул мать на стеклянную дверь кухни. Стекло разбилось, и мать порезала руку. Увидев кровь, мальчик впал в настоящую панику, выбежал из дома, и найти его удалось только поздно вечером. Все в доме перевернулось вверх дном. Надо ли говорить, что в ту ночь все члены семьи плохо спали.

Не так теперь важно, научится ли в результате Натаниэль не играть пустыми чашками или не научится. Гораздо важнее негативный урок, который он извлек относительно себя и матери. Вопрос заключается в следующем: была ли необходимой эта ссора? Была ли она неизбежной? Или можно было разрешить этот инцидент более мудро?

Увидев, что ее сын катает пустую чашку, мать могла бы, не говоря ни слова, взять чашку, а сыну указать на более подходящую для этого игрушку – например на мяч. Или, если бы чашка все же разбилась, она могла бы помочь сыну собрать осколки и своими замечаниями навести его на мысль о том, что из-за такой маленькой чашки могут возникнуть большие хлопоты с уборкой. Удивление столь мягким приговором заставило бы Натаниэля почувствовать и осознать вину за это происшествие. В отсутствие криков и шлепков у ребенка наверняка хватило бы разума сказать себе, что чашки не предназначены для игр.

Мелкие проступки и большие ценности. Из мелких проступков и происшествий дети могут извлекать полезные уроки о больших ценностях. Родители должны научить ребенка отличать неприятные и раздражающие события от событий трагических или катастрофических. Многие родители реагируют на разбитое яйцо, как на перелом ноги, а на разбитое окно, как на трагедию, разбившую сердце. Мелкие неприятности должны преподноситься ребенку именно как таковые, без преувеличения их значимости:

«Ну вот, ты снова потерял перчатки. Это досадно, потому что перчатки стоят денег. Это достойно сожаления, но не катастрофа».

Из-за потерянных перчаток не стоит падать духом, так же как порванная рубашка не есть повод для самодетельной греческой трагедии.

Оскорбительные прилагательные: что в имени твоём?

Прилагательные, как и отравленные стрелы, следует использовать против злейших врагов, но не против маленьких детей. Когда человек говорит: «Какой безобразный стул», со стулом ровным счетом ничего не случается. Он продолжает как ни в чем не бывало стоять на месте. Он не испытывает ни унижения, ни обиды. Ему безразлично, какое прилагательное использовали для его определения. Однако если ребенка назвали безобразным, неуклюжим или глупым, то с ним что-то происходит обязательно. Ребенок отвечает на оскорбление телесными и душевными реакциями. Эти реакции – не что иное, как негодование, гнев и ненависть. Это фантазии, в которых преобладают сцены страшной мести. Это чувство вины, которое порождает эти фантазии, и тревожность, возникающая из чувства вины. При этом могут появиться нарушения поведения и некоторые болезненные симптомы (см. главу 7). Короче говоря, за оскорблением следует цепь реакций, которые делают несчастными и детей и родителей.

Если ребенка назвали неуклюжим, он сначала может отреагировать отрицанием: «Нет, я не неуклюжий». Но чаще всего ребенок так сильно верит родителям, что начинает и сам считать себя неуклюжим. Если после этого ему случится оступиться или упасть, он даже может вслух сказать самому себе: «Какой ты неуклюжий». С течением времени ребенок начинает избегать ситуаций, где требуется подвижность и реакция, так как убежден, что слишком неловок, чтобы успешно справиться с такой ситуацией.

Если учителя и родители постоянно говорят ребенку, что он глуп, он начинает всерьез в это верить. Он начинает думать о себе как о глупце и тупице. Впоследствии он отказывается от всяких умственных усилий, чувствуя, что единственный способ избежать насмешек – это уклонение от участия в интеллектуальных конкурсах и соревнованиях. Его безопасность зиждется на отказе от таких попыток. Лозунгом такого ребенка становится фраза: «Если я не стану пытаться, то никогда не проиграю».

Как нам справиться с собственным гневом

Когда мы сами были детьми, нас не учили, как управлять гневом – полноправным явлением психической жизни любого человека. Нас заставляли чувствовать вину за то, что мы его испытывали; осознавать нашу греховность, если мы осмеливались открыто его выражать. Нам внушили, что быть сердитым или злиться и быть плохим – это одно и то же. Гнев был не просто символом плохого поведения; он считался преступлением.

В отношениях с нашими детьми мы стараемся сохранять терпение. Мы сохраняем его так прилежно, что рано или поздно оно лопаётся. Мы боимся, что наш гнев может принести вред ребенку, поэтому пытаемся сдерживать его, как ныряльщик сдерживает дыхание. Правда, в обоих случаях способность задерживать естественный позыв оказывается весьма ограниченной.

Гнев, подобно простуде, склонен к рецидивам. Нам может это не нравиться, но мы не можем игнорировать этот факт. Мы можем прекрасно понимать все оттенки гнева, но не способны предупредить его вспышку. Гнев возникает в предсказуемых условиях в предсказуемой последовательности, но мы каждый раз воспринимаем такую вспышку как внезапную и неожиданную. И хотя такие взрывы не могут быть длительными, в момент своего возникновения они кажутся нам вечными.

Когда мы срываемся, то становимся похожими на умалишенных. Мы говорим нашим детям такие вещи, которые в здравом рассудке вряд ли решились бы высказать даже своим врагам. Мы кричим, оскорбляем и наносим удары ниже пояса. Когда стихают победные фанфары, мы чувствуем себя виноватыми и даем себе клятву никогда больше не повторять такое ужасное представление. Но вскоре нами снова овладевает гнев, разнося в щепки наши самые добрые намерения. И мы опять обрушиваем праведный бич нашего гнева на тех, кому готовы посвятить всю свою жизнь, ради кого готовы пожертвовать всем, что у нас есть.

Решимость не злиться и не впадать в гнев не просто бесполезна – она вредна. Она только подливает масла в огонь. Гнев, как ураган, является фактом жизни, существование которого следует признать, к приходу которого надо быть подготовленным. Мирный дом, так же как мир, надеющийся прожить без войн, не должен полагаться на внезапное благоприятное изменение человеческой природы. Семья должна полагаться на обдуманное действие, которые позволяют методично ослаблять напряженность до того, как прогремит взрыв.

В воспитании детей родительскому гневу отведено его законное место. Действительно, неспособность разозлиться в некоторых ситуациях скорее скажет ребенку не о ваших добрых намерениях, а о вашем безразличии к нему. Те, кто действительно переживает за своего ребенка, не могут обойтись без гнева. Это отнюдь не означает, что ребенок должен противостоять потокам ярости и насилия. Это лишь означает, что ребенок должен понять и принять гнев, который говорит ему: «Есть пределы и моему терпению».

Для родителей гнев – весьма дорогостоящая эмоция. Для того чтобы он оправдал свою высокую стоимость, применять его надо только в расчете на большую прибыль. Гнев нельзя применять так, чтобы он возрастал в процессе конфликта. Лекарство не должно стать хуже болезни. Гнев должен подействовать так, чтобы родитель почувствовал облегчение, а ребенок извлек полезный урок. При этом надо постараться, чтобы не было вредных побочных эффектов для каждой из сторон. Так, мы не должны ругать ребенка в присутствии его друзей; в этом случае он начинает сопротивляться, а это еще больше распаляет наш гнев. Не в наших интересах сознательно усиливать или продлевать волны гнева, непокорности, возмездия и мщения. Напротив, наша задача – поскорее миновать место шторма и оставить позади грозные тучи.

Три шага к умению пережить кризис. Для того чтобы во время мира подготовиться к временам стресса, мы должны твердо усвоить три следующие истины:

1. Мы принимаем за истину тот факт, что дети иногда выводят нас из себя и заставляют нас злиться и впадать в гнев.

2. Чувство гнева не должно вызывать в нас ощущение вины или стыда.

3. Мы имеем право выражать открыто свои чувства, но с одной оговоркой. Мы имеем право выражать чувство гнева, при условии, что не затрагиваем при этом личность или характер ребенка.

Эти допущения надо иметь в виду, выполняя конкретные действия (назовем их процедурами) по управлению своим гневом. Первый шаг в упорядочении вихря эмоций – четкое определение их названий. Такое действие предупреждает того, кого это касается, и дает ему возможность исправиться или принять меры предосторожности.

«Я возмущен».

«Я раздражен».

Если такое краткое заявление вкупе с вытянувшимся от гнева лицом не возымело желаемого действия и не разрядило ситуацию, то мы переходим к второму шагу. Мы начинаем выражать свой гнев с нарастающей интенсивностью:

«Я сержусь».

«Я очень сержусь».

«Я очень сильно сержусь».

«Я просто в ярости».

Иногда одна констатация наших эмоций (без объяснения причины) приводит ребенка в чувство, и он сам осознает свою вину. Но иногда родителю приходится делать третий шаг, когда он высказывает причину гнева, говорит о своей внутренней реакции и о своих *желательных* действиях:

«Когда я вижу эти ботинки, носки и рубашки, разбросанные по полу, я начинаю сердиться. Я прихожу в ярость, испытываю желание открыть окно и выбросить на улицу этот хлам».

«Я очень сержусь, когда вижу, как ты бьешь своего брата. У меня в глазах темнеет от злости. Я киплю. Я не разрешаю тебе обижать его».

«Когда я вижу, как ты после обеда стремглав летишь к телевизору и оставляешь меня наедине с грязными тарелками и жирными сковородками, то готова тебя убить! Мне кажется, что я начинаю дымиться от злости! Мне хочется схватить грязную тарелку и швырнуть ее в твой проклятый телевизор!»

«Я очень сержусь, когда зову тебя обедать, а ты не идешь. Я очень сильно сержусь и говорю себе: «Я сварила вкусный обед и жду одобрения, а не наплевательского отношения!»

Такой подход позволяет родителям выпустить пар, дать выход своему гневу, не причиняя при этом вреда ни ребенку, ни себе. Напротив, из такого подхода можно извлечь важный урок – как безопасно выражать гнев. А ребенок начинает понимать, что не происходит никакой катастрофы, когда он сам сердится или испытывает гнев, поскольку гнев и злость можно разрядить, не причинив при этом никому вреда. Этот урок требуется не только для того, чтобы показать родителям, как следует выражать гнев. Этот урок требуется также для того, чтобы родители могли показать ребенку приемлемый канал, через который можно надежно и достойно рассеять нежелательную эмоцию. Проблема отыскания способов возможного замещения деструктивных чувств будет в деталях обсуждаться в главе 5.

Глава 3

Как избежать поражения в отношениях с ребенком

Некоторые способы общения с детьми почти наверняка приводят к поражению родителей, причем это касается не только невозможности добиться поставленных ими долгосрочных целей. Такое общение приводит к бесплодным скандалам, превращая дом в ад. К таким способам общения относятся угрозы, подкуп, обещания, сарказм, проповеди по поводу лжи и воровства и грубые призывы к вежливости.

Угрозы

Призыв к плохому поведению. Угроза – самый лучший способ спровоцировать ребенка на повторение запрещенного действия. Когда ребенку говорят: «Если ты сделаешь это еще раз...», он не слышит слова «если». Он слышит только: «Ты сделаешь это еще раз». Иногда ребенок понимает эту фразу так: «Мама ждет, что я сделаю это еще раз, иначе я разочарую ее».

Такие предупреждения, какими бы честными они ни казались взрослым, в действительности не только бесполезны, но и вредны. Они служат верным залогом того, что недопустимые действия ребенка будут продолжаться и впредь. Предостережение служит вызовом независимости ребенка. Если он обладает хоть каплей самоуважения, то будет повторять те же проступки только для того, чтобы доказать себе и другим, что он не слюняй.

Пятилетний Оливер, несмотря на многочисленные предупреждения, продолжает бросать мяч в окно. Наконец, мать говорит: «Если ты еще раз бросишь мяч в окно, я тебя так отлуплю, что мало не покажется». Через несколько минут раздается звон разбитого стекла. Мать понимает, что ее предостережение возымело действие: мяч был брошен в последний раз. Мне кажется, не стоит описывать сцену, заключившую эту последовательность угроз, обещаний и непослушания. Напротив, следующий пример показывает, как можно эффективно справиться с подобной ситуацией, не прибегая к угрозам.

Семилетний Питер стреляет из игрушечного ружья в своего маленького братишку. Мать говорит: «Не стреляй в ребенка. Стрелять надо в мишень». В ответ Питер снова стреляет в ребенка. Мать отбирает у сына ружье и говорит ему: «В людей стрелять нельзя».

Мать одновременно защитила младенца и сумела не выйти за рамки достойного поведения. Питер же осознал последствия своих действий, но его «я» при этом не было унижено. Альтернатива была очевидной: стрелять в мишень или лишиться ружья.

В приведенном случае мать смогла избежать очень соблазнительной ловушки. Она не пошла по дорожке, проторенной многими поколениями матерей, по дорожке, ведущей к поражению, и не сказала: «Прекрати, Питер! Тебе не в кого больше стрелять? У тебя нет более подходящей мишени, чем твой маленький братик? Если ты выстрелишь в него еще раз, слышишь меня, еще один раз, ты никогда больше не увидишь своего ружья!» Если ребенок не слишком покорен и послушен, то его ответом на такое предостережение будет повторение запрещенного действия.

Сцену, которая последовала бы за таким нарушением, я не стану описывать, ее легко представит себе любой родитель.

Подкуп

Ошибочность тактики «если – тогда». Приводит к неудаче и другой подход, когда ребенку ясно говорят, что если он сделает что-то (или, наоборот, не сделает чего-то), то получит за это вознаграждение:

«Если ты будешь хорошо себя вести с младшим братом, то я поведу тебя в кино».

«Если ты перестанешь писать в кровать, то я к Рождеству куплю тебе велосипед».

«Если ты выучишь стихотворение, то мы с тобой покатаемся на яхте».

Подход «если – тогда» может иногда заставить ребенка выполнить желаемое действие, то есть позволяет добиться непосредственно ближайшей цели. Но такой подход редко вдохновляет ребенка на длительные усилия. Ведь наши слова говорят ему, что мы сомневаемся в его способности измениться к лучшему. «Если ты выучишь стихотворение» означает «Мы не уверены, что ты способен его выучить». «Если ты перестанешь писать в кровать» означает «Мы думаем, что ты не сможешь это сделать».

Существуют также моральные возражения против вознаграждений, которые выглядят как подкуп. Дороти Барух сообщает о мальчике, который рассказал ей: «Я получаю все, что хочу, заставляя маму думать, что буду плохо себя вести. Конечно, мне приходится довольно часто быть плохим, чтобы убедить ее, что она не зря мне платит».

Такие рассуждения вскоре приводят к привычке торговаться с родителями и шантажировать их. При этом требования к вознаграждениям за «хорошее» поведение непрерывно возрастают. Некоторым детям так хорошо удается выдрессировать своих родителей, что те не осмеливаются возвращаться домой без подарков. Дети приветствуют их не радостными взглядами, а словами: «Что ты мне сегодня принес?»

Вознаграждения полезны и приносят детям радость только тогда, когда о них не объявляют заранее, когда они неожиданны и служат знаком внимания и признательности.

Обещания

Нереалистичные надежды и порождающее их поведение. Родители не должны давать детям обещания или требовать обещания от них. Почему такое строгое табу на обещания? Отношения с детьми должны быть основаны на взаимном доверии. Если родитель должен давать клятвенные обещания, тем самым он признает, что его слова, не подкрепленные обещаниями, не стоят доверия. Обещания порождают у ребенка нереальные надежды. Если, например, ребенку обещали поездку в зоопарк, он считает, что в назначенный день не будет дождя, машина не сломается, а сам он не заболеет. Так как реальная жизнь полна неожиданностей, то ребенок, если поездка в зоопарк не состоялась, почувствует себя обманутым и поймет, что родителям нельзя доверять. Беспощадный упрек «но ты же обещал» до боли знаком всем родителям, которые в тот момент с опозданием жалеют, что давали необдуманные обещания.

Нельзя также требовать от ребенка или принуждать его к обещаниям впредь хорошо себя вести или отказаться от прошлого плохого поведения. Если ребенок дает такое вынужденное (не идущее от души) обещание, он, можно сказать, берет кредит в банке, в котором у него нет счета. Мы ни в коем случае не должны поощрять такое мошенничество.

Сарказм

Звуковой барьер обучения. Угрозу для душевного здоровья ребенка представляет родитель с даром сарказма. Играя, словно фокусник, словами, он воздвигает звуковую преграду эффективному общению.

«Сколько раз я должен повторять одно и то же? Ты глухой? Тогда почему ты меня не слушаешь?»

«Ты так груб. Ты воспитывался в джунглях? Наверное, там твое место».

«Что с тобой случилось? Ты сумасшедший или просто глупый? Я знаю, что ты плохо кончишь».

Родитель, быть может, даже не осознает, что его едкие замечания – это атака, которая провоцирует ребенка на контратаку. Родитель не понимает, что такие ремарки блокируют общение, так как ум ребенка в это время, как правило, занят мстительными фантазиями.

Сарказм и обидные клише не должны иметь места в воспитании ребенка. Лучше всего избегать высказываний типа: «Ты давно вырос из своих штанов», «У тебя очень большая голова», «Что ты, собственно говоря, о себе воображаешь?». Мы не имеем права – вольно или невольно – обесценивать статус ребенка в его собственных глазах и в глазах его сверстников.

Что делать, если ребенок лжет

Родители обычно приходят в ярость, когда их дети лгут, особенно если ложь слишком явная, а ребенок лжет неуклюже и неумело. Родители не выносят, когда ребенок заявляет, что не трогал краску или не ел шоколад, а следы этих «преступлений» видны на рубашке или щеках.

Почему дети лгут? Иногда они лгут, потому что им не позволяют говорить правду. Если ребенок скажет, что ненавидит своего младшего брата, то мать может задать ему трепку за то, что он сказал правду. Если же он откровенно солжет, сказав, что обожает своего братика, то мать, скорее всего, вознаградит его объятием и поцелуем. Что может ребенок вывести из такого опыта? Он заключает, что правда приносит одни неприятности, нечестность вознаграждается, а мать любит в нем маленького лжеца гораздо сильнее, чем маленького правдолюбца.

Если мы хотим научить ребенка честности, то должны быть готовы выслушать от него не только сладкую, но и горькую правду. Если мы хотим, чтобы ребенок вырос честным, то не должны поощрять ложь относительно его чувств, будь они позитивными, негативными или двойственными. По нашей реакции на выражение ребенком его чувств он учится тому, что правда – это лучшая политика.

Ложь, с помощью которой говорят правду. Если ребенка наказывают за правду, он начинает лгать для самозащиты. Дети также лгут для того, чтобы в своих фантазиях дать себе то, чего им не хватает в реальной жизни. Ложь говорит правду о страхах и надеждах. Ложь открывает то, каким ребенок хочет быть или что он хотел бы сделать. Чуткому родителю детская ложь открывает то, что она должна была скрыть. Реакцией зрелого человека на ложь должно стать понимание значения и смысла лжи, а не отрицание ее содержания или обвинение ее автора. Информация, которую можно почерпнуть из лжи, может быть использована для того, чтобы помочь ребенку отличать желаемое от действительного.

Если маленький ребенок говорит вам, что ему к Рождеству подарили слона, то намного полезней ответить: «Ты хотел бы, чтобы тебе его подарили», чем доказывать ребенку, что он лжец.

«Тебе хочется иметь слона!»

«Тебе хочется иметь собственный зоопарк!»

«Тебе хочется владеть джунглями, где водится множество животных!»

«А что ты получил на Рождество?»

Спровоцированная ложь. Родителям не следует задавать детям вопросы, в ответ на которые ребенок может солгать из чувства самозащиты. Дети очень не любят, когда родители их пристрастно допрашивают, тем более если ребенок подозревает, что родителю уже известен правильный ответ. Дети ненавидят вопросы-ловушки, которые ставят их перед обескураживающей дилеммой: неуклюже солгать или сказать неприятную правду.

Семилетний Квентин сломал новое ружье, которое подарил ему отец. Мальчик очень испугался и спрятал обломки в подвале. Когда отец их нашел, то задал ребенку несколько неприятных вопросов, которые привели к взрыву.

О т е ц. Где твоё новое ружье?

К в е н т и н. Где-то лежит.

О т е ц. Я не вижу, чтобы ты с ним играл.

К в е н т и н. Я не знаю, где оно.

О т е ц. Найди, я хочу на него посмотреть.

К в е н т и н... Может быть, его кто-то украл?

О т е ц. Ты просто отъявленный лжец! Ты сломал ружье! И не думай, что ты так легко отделаешься! Больше всего на свете я ненавижу лжецов!

После этого отец задает Квентину взбучку, которую тот надолго запомнит.

Это было совершенно излишнее сражение. Вместо того чтобы разыгрывать из себя детектива и следователя, отец смог бы лучше помочь сыну, если бы сказал что-нибудь из следующего:

«Я вижу, ты сломал новое ружье».

«Недолго же оно продержалось».

«Жалко. Ружье стоило немалых денег».

Из таких высказываний ребенок смог бы извлечь несколько ценных уроков. «Папа меня понимает. Я могу рассказывать ему о своих заботах и неудачах, и мне стоило бы аккуратнее обращаться с его подарками».

Что делать с нечестностью

Наши действия по отношению ко лжи ясны: с одной стороны, мы не должны разыгрывать из себя окружных прокуроров, требовать признаний или делать государственное преступление из пустякового вранья. С другой стороны, мы не должны колебаться, называя вещи своими именами. Если мы видим, что ребенок в срок не возвратил книгу в библиотеку, то не стоит спрашивать: «Ты вернул книгу в библиотеку? Ты уверен? Почему же тогда она лежит у тебя на столе?»

Вместо этого мы должны просто констатировать факт: «Я вижу, что ты вовремя не сдал книгу в библиотеку».

Если учитель звонит нам из школы и говорит, что наш ребенок не сдал экзамен по арифметике, то мы не должны устраивать ребенку допрос с пристрастием: «Ты сдал экзамен по арифметике? Ты уверен? На этот раз ложь тебе не поможет! Мы говорили с учителем и знаем, что ты с треском провалился на экзамене».

Вместо этого нам следует прямо сказать ребенку: «Учитель по арифметике сказал нам, что ты не сдал экзамен. Мы очень обеспокоены и думаем, как можно тебе помочь».

Иными словами, мы не провоцируем ребенка на ложь из самозащиты и не даем ему – причем совершенно намеренно – возможности солгать. Если ребенок все же лжет, то наша реакция должна быть не истеричной и не морализаторской, а деловой и реалистичной. Мы должны дать понять ребенку, что у него нет нужды лгать нам.

Воровство

Не так уж редко бывает, что маленькие дети приносят домой не принадлежащие им вещи. Когда «воровство» раскрывается, очень важно избежать проповедей и не драматизировать ситуацию. Ребенка можно наставить на путь истинный, сохранив его достоинство. Ему следует спокойно и твердо сказать:

«Этот грузовик принадлежит другому мальчику. Пойди и верни его хозяину».

«Это не твое ружье, отдай его».

Если ребенок «ворует» конфету и кладет ее в карман, то на это лучше всего реагировать без всяких эмоций: «Леденец, который ты положил в левый карман, должен остаться в магазине». Если ребенок отрицает, что у него в кармане леденец, то мы настоятельно повторяем сказанное: «Леденец, который у тебя в кармане, принадлежит магазину. Положи конфету на полку». Если ребенок отказывается это сделать, то мы должны вытащить из его кармана конфету и положить ее на прежнее место, сказав при этом: «Конфета принадлежит магазину и должна остаться здесь».

Неправильный вопрос и верное утверждение. Если вы уверены, что ребенок взял банкнот из вашей записной книжки, то его не надо ни о чем спрашивать, а прямо сказать ему об этом: «Ты взял доллар из моей записной книжки. Верни мне его». Когда деньги будут возвращены, ребенку надо строго сказать: «Если тебе нужны деньги, попроси их у меня, и мы поговорим об этом». Если ребенок отрицает свой поступок, нам не следует вступать с ним в спор или требовать признания, надо просто повторить: «Ты взял деньги, верни их». Если деньги уже потрачены, то разговор следует вести о возмещении в виде помощи по хозяйству или ограничений в карманных деньгах.

Очень важно не называть ребенка вором или лжецом, не пророчить, что он закончит свои дни в тюрьме. Совершенно бесполезно спрашивать: «Зачем ты это сделал?» – так как ребенок и сам может не понимать своих мотиваций; принуждение объяснить причину может спровоцировать новую ложь.

Намного полезнее будет подчеркнуть вашу надежду на то, что он обсудит с вами свои финансовые потребности.

«Я очень разочарован, что ты не сказал мне о нужде в деньгах».

«Если тебе нужны деньги, приходи ко мне, и мы обсудим этот вопрос».

Если ребенок съел пирожное, которое ему нельзя было есть, и на его лице остались следы крема, то не стоит задавать ему вопросы типа:

«Ты не знаешь, кто взял пирожное из вазочки?»

«Ты, случайно, не видел, кто взял его? Не съел ли ты одно пирожное? Ты в этом уверен?»

Такие вопросы обычно толкают детей на сочинение лживых ответов, что только подольет масла в огонь нашего гнева. Правило заключается в том, что *не надо задавать вопросы, если вы знаете ответ*. Лучше открыто сказать:

«Сынок, ты съел пирожное, хотя я просил тебя не делать этого. Я рассержен и разочарован».

Последнее утверждение уже включает в себе достаточное и желательное наказание. Ребенок ощущает свою неловкость, чувствует ответственность и, как правило, желает загладить свою вину.

Обучение вежливости: грубо или вежливо?

Модели личности и внешние манеры. Вежливость – это черта характера и одновременно социальный навык. Ребенок становится вежливым, подражая родителям, если, конечно, они вежливы сами. При любых обстоятельствах вежливости надо учить вежливо. Однако родители часто учат этому полезному навыку грубо. Если ребенок забывает сказать «спасибо», родители напоминают ему об этом в присутствии других людей, что само по себе не слишком вежливо. Родители спешат напомнить ребенку сказать «до свидания», сами не успев попрощаться.

Шестилетний Роберт только что получил красиво упакованный подарок. Охваченный любопытством ребенок начинает мять коробку, стараясь понять, что находится внутри.

М а т ь. Прекрати мять коробку, Роберт; ты сейчас ее испортишь. И что надо сказать, когда получаешь подарок.

Р о б е р т (сердито). Спасибо.

М а т ь. Вот хороший мальчик.

Мать могла бы преподать этот урок вежливости не так грубо, но более эффективно, если бы сказала: «Спасибо, тетя Патриция, за такой чудесный подарок». Понятно, что Роберт, наверное, присоединился бы к такой благодарности. Однако, если бы он этого не сделал, мать могла бы преподать ему эту социальную премудрость позже, когда осталась бы наедине с сыном. Она могла бы сказать: «Это очень мило со стороны тети Патриции, что она подумала о тебе и преподнесла такой прекрасный подарок. Давай напишем ей благодарственное письмо. Она будет очень рада получить его от нас».

Хотя такой подход более сложен, он более действенен, чем прямой упрек. Искусство вежливости нельзя вбивать в голову ребенка кувалдой.

Если дети перебивают взрослых, вступая в их разговор, то последние реагируют на это очень сердито. «Не груби! Это невежливо – перебивать взрослых!» Однако одергивать перебивающего тоже не слишком вежливо. Родители не должны проявлять грубость, принуждая ребенка к вежливости. Возможно, лучше сказать: «Я бы хотел закончить свой рассказ, а ты будешь говорить, когда наступит твоя очередь».

Ничего хорошего не выйдет, если сказать ребенку, что он груб. Вопреки ожиданиям, это не сделает его более вежливым. Опасность заключается в том, что он может принять такую оценку и сделать ее частью своего образа. Если он станет думать о себе как о грубом мальчике, то его поведение должно будет соответствовать такому представлению о себе. Для грубого мальчика вполне естественно вести себя грубо.

Походы в гости к друзьям и родственникам – прекрасный повод для взрослых наглядно продемонстрировать ребенку, что такое вежливость. Визиты должны доставлять радость и родителям и детям. Этого можно добиться, если возложить груз ответственности за хорошее поведение ребенка на самого ребенка и хозяев дома. (Наша помощь может в таких случаях ограничиться высказанным вслух пониманием пожеланий и чувств ребенка.)

По нашему поведению дети поймут, что мы не любим ругать их в чужих домах. Пользуясь этим, дети используют походы в гости для своего раскрепощения. Этой детской стратегии лучше всего противопоставить право хозяина дома устанавливать правила поведения и указывать на них ребенку. Если ребенок начинает прыгать на диване в доме тети Мэри, то она должна сама решать, предназначен ли ее диван для прыжков, и сказать об этом ребенку. Дети всегда более охотно подчиняются указаниям чужих людей. Матери, освобожденной от дисциплинарных функций, остается только тихо сказать ребенку: «Такие здесь правила».

Такой тактики можно придерживаться только в том случае, если между гостями и хозяевами существует договоренность о таком разделении ответственности. Право и одновременно

менно ответственность хозяина – требовать соблюдения принятого в доме порядка. А мать своим невмешательством помогает ребенку принять реальность сложившейся ситуации.

Глава 4

Ответственность и независимость

Обязанности и ценности

Родители всегда и всюду ищут способы привить детям чувство ответственности. Во многих семьях считают, что решение проблемы заключается в выполнении детьми ежедневных работ по дому. Большинство родителей думает, что вынос мусорного ведра и стрижка газонов приучают к ответственности мальчиков, а мытье посуды и заправка постели – девочек. В действительности, хотя такие дела помогают содержать дом и двор в чистоте и порядке, они могут не оказать положительное воздействие на формирование чувства ответственности. Напротив, в некоторых семьях такое распределение обыденных обязанностей приводит к ежедневным ссорам, которые мучают и злят детей и родителей. Насильственное принуждение к выполнению домашних обязанностей может привести к послушанию и чистоте на кухне и в саду, но может не оказать желаемого влияния на формирование характера.

Простой и очевидный факт заключается в том, что чувство ответственности нельзя навязать. Оно может вырасти только изнутри, и его можно лишь отшлифовать и укрепить ценностями, усвоенными ребенком в семье и сообществе. Ответственность, в основе которой не лежат положительные ценности, может стать антиобщественной и разрушительной. Преступники часто демонстрируют непоколебимую верность в отношении других членов своего преступного сообщества. Например, члены мафии относятся к своим обязанностям с убийственной серьезностью. Они беспрекословно выполняют приказы главарей, оказывают правовую помощь своим сообщникам и заботятся о семьях заключенных.

Источник ответственности. Если мы хотим, чтобы наши дети выросли ответственными людьми, то должны сделать так, чтобы их чувство ответственности проистекало из высших ценностей, из которых главными являются уважение к жизни и бережное отношение к благополучию людей. Пользуясь более знакомыми словами, можно сказать, что ответственность должна основываться на уважении к жизни, свободе и стремлении к счастью³. Обычно мы не склонны рассматривать проблему ответственности в таком широком контексте. Мы оцениваем чувство ответственности или его отсутствие по более конкретным проявлениям: по беспорядку в детской, неохотному посещению школы, плохому выполнению домашних заданий, нежеланию заниматься музыкой, непослушанию или дурным манерам.

Но ребенок может быть вежливым, содержать в чистоте свою комнату и старательно выполнять домашние задания, но при этом принимать совершенно безответственные решения. В особенности это относится к детям, которым всегда говорят, что надо делать; поэтому они лишены возможности проявлять самостоятельность суждений, делать выбор и формировать свои личные внутренние стандарты поведения и отношения к жизни.

Внутренняя эмоциональная реакция ребенка на наши указания играет решающую роль в том, насколько глубоко он усвоит то, чему мы хотим его научить. Ценностям нельзя научить, как можно научить арифметике. Они впитываются и усваиваются ребенком только путем идентификации с людьми, заслужившими его любовь и уважение, стремления превзойти их.

³ Слова из «Декларации прав человека». (Примем, пер.)

Таким образом, решение проблемы воспитания ответственности у детей целиком и полностью зависит от родителей, точнее говоря, от родительских ценностей и их практического приложения к воспитанию ребенка. Следовательно, вопрос можно сформулировать следующим образом: существуют ли такие формы отношений и практических воспитательных действий, которые способны внушить нашим детям желаемое чувство ответственности? Вся остальная часть этой главы представляет собой попытку дать ответ на этот вопрос с точки зрения психолога.

Желаемые цели и повседневная практика

Ответственность ребенка начинается с отношений и воспитательных навыков родителей. Отношение включает в себя сознательное желание позволить детям испытывать *все* их чувства; навык же заключается в способности показать ребенку, как справляться с чувствами и эмоциями.

Необходимость соответствовать этим двум требованиям одновременно влечет за собой самые значительные трудности. Наши родители и учителя не слишком адекватно подготовили нас самих к управлению эмоциями. Да они и сами не знали, как справляться с сильными чувствами. Сталкиваясь с вихрем детских эмоций, они пытались отрицать, обезличивать, подавлять или приукрашивать их. Для этого воспитатели употребляли бесполезные, но очень удачные, как им казалось, фразы.

Отрицание. На самом деле ты вовсе так не думаешь. Мы же знаем, как сильно ты любишь своего младшего братика.

Обезличивание. Это говоришь не ты. Должно быть, в тебя вселился какой-то бес, который заставляет тебя говорить такие ужасные вещи.

Подавление. Если ты еще раз скажешь слово «ненавижу», я задам тебе такую трепку, что на всю жизнь запомнишь.

Приукрашивание. На самом деле ты не ненавидишь своего братика. Может быть, он просто тебе не нравится. Ты должен быть выше такого чувства, как ненависть.

Авторы таких утверждений игнорируют тот факт, что сильные эмоции, как реки, нельзя остановить, их можно лишь направить в другое русло. Вышедшую из берегов Мисси сипи нельзя вернуть в берега отрицаниями, убеждениями или заговором. Попытка игнорировать наводнение приведет к катастрофе. Эмоцию надо признать, а с ее силой считаться. К эмоциям следует относиться с уважением, а менять ее направление – с недюжинной изобретательностью. Если последнее удастся, то эмоции заряжают энергией, электризуют наше существование, делают жизнь светлой и радостной.

Это высокая цель. Вопрос, однако, остается: какие шаги следует предпринять, чтобы перекинуть мост через пропасть, отделяющую желаемую цель от повседневной воспитательной практики? С чего надо начать?

Долговременные и краткосрочные программы

Представляется, что ответ можно найти в составлении программы, соединяющей в себе долговременные и краткосрочные усилия. С самого начала нам надо ясно понять: воспитание характера зависит от наших отношений с детьми, а черты характера не передают словами, а показывают соответствующим поведением.

Первым шагом в построении такой долгосрочной программы является решимость интересоваться тем, что ребенок думает и чувствует в душе, а не только его внешними капризами, жалобами и неповиновением.

Но как нам узнать, что ребенок думает и чувствует в душе?

Дети дают нам в руки косвенные намеки на это. Их чувства прорываются наружу в словах и интонациях, жестах и позах. Все, что нужно нам, – уши, чтобы слышать; глаза, чтобы видеть; сердце, чтобы чувствовать.

Нашим внутренним девизом должно стать: пусть я все пойму. Пусть я смогу показать, что я все понимаю. Пусть я смогу показать это словами, которые не критикуют и не обвиняют.

Если ребенок возвращается домой из школы тихим медленным шагом, то уже по его походке мы можем догадаться, что с ним произошла какая-то неприятность. Следуя своему новому правилу, мы не станем начинать разговор с критических замечаний:

«Что это у тебя такой кислый вид?»

«Что у тебя за лицо?»

«Ты что, потерял своего лучшего друга?»

«Что ты натворил в этот раз?»

«Какие у тебя сегодня неприятности?»

Поскольку нас интересует внутренняя реакция ребенка, мы станем избегать замечаний, которые способны усилить его негодование и ненависть; замечаний, после которых ребенку захочется, чтобы весь мир провалился в тартарары.

Вместо этого родитель может продемонстрировать понимание, сказав что-нибудь из следующих фраз:

«У тебя какие-то неприятности?»

«Сегодня у тебя был не слишком удачный день».

«Сегодня у тебя был трудный день».

«Кто-то сильно тебя расстроил?»

Такие высказывания намного лучше, чем вопросы типа «Что с тобой случилось?» или «Что с тобой?». Вопросы свидетельствуют о любопытстве, а утверждения говорят о сочувствии.

Никуда нельзя уйти от факта, что ребенок учится на опыте собственной жизни. Если он привыкает к постоянной критике, то никогда не научится чувству ответственности. Ребенок приучается либо осуждать себя, либо возлагать вину на других. Он сомневается в своих суждениях, пренебрежительно относится к своим способностям и не доверяет чужим намерениям. Сверх того, такой ребенок привыкает жить с постоянным ощущением неотвратимо надвигающейся беды.

От войны к миру

Родители, которые постоянно ведут со своими детьми объявленную или необъявленную войну по поводу домашних обязанностей и ответственности, должны понять, что эту войну невозможно выиграть. У детей больше времени и энергии, чтобы сопротивляться нам, чем у нас, чтобы принудить их к повиновению. Даже если нам удастся победить в этой битве и навязать ребенку свою волю, он оплатит нам за это апатией, неврозами, непослушанием или поведенческими нарушениями.

Есть только один способ победить – склонить ребенка на свою сторону. Эта задача может показаться невыполнимой, но в действительности она всего лишь трудна, и каждый из нас обладает достаточными способностями для ее решения. Даже если в данный момент мы не находимся в дружеских отношениях с ребенком, мы можем установить такие отношения в самом ближайшем будущем.

Есть несколько способов, с помощью которых родители могут начать благоприятные изменения:

1. *Выслушивать ребенка со вниманием.* Дети чувствуют подавленность и негодование, если им кажется, что родителям не интересны их чувства и мысли. В результате дети приходят к заключению, что их собственные идеи глупы и не стоят внимания, а сами они не способны любить и быть любимыми.

Внимательно слушающий ребенка родитель показывает, что уважает и высоко ценит его идеи. Такое уважительное отношение внушает ребенку чувство собственной ценности и значимости. Чувство своей личной ценности делает ребенка способным более эффективно вести себя в мире внешних событий и чужих людей.

2. *Предупреждать вспышки гнева.* Родителям следует сознательно воздерживаться от слов и замечаний, которые могут вызвать ненависть и возмущение ребенка.

Оскорбления: Ты – позор школы и несчастье для семьи.

Презрительные клички: Бездельник, дубина, ничтожество, идиот.

Пророчества: Ты закончишь свои дни в тюрьме, вот что тебя ждет.

Угрозы: Если ты сейчас же не наведешь порядок, можешь забыть о гулянье.

Обвинения: Ты всегда первый создаешь трудности.

Снисходительное покровительство: Закрой рот и послушай, что я тебе скажу.

3. *Выражать свои чувства и мысли не в агрессивной манере.* В трудных ситуациях воздействие родителей на ребенка становится много эффективнее, если родители выражают свои чувства и мысли в необидной для ребенка манере, не оскорбляя его личность и достоинство (см. главу 2).

Если родители внимательно и участливо выслушивают ребенка, воздерживаются от язвительных замечаний, а свои чувства и требования выражают в неоскорбительной для ребенка форме, то в душе ребенка начинают происходить благоприятные изменения. Сочувственная атмосфера сближает ребенка с родителями; их теплое отношение и искренность, заботливость и культура поведения замечаются и воспроизводятся ребенком. Конечно, такие изменения не происходят за одну ночь, но, в конце концов, усилия будут вознаграждены сторицей.

Усвоив новые отношения и навыки общения с ребенком, родители смогут многого добиться в приучении ребенка к ответственности. Но только личного примера недостаточно. Чувство ответственности приобретает каждый ребенок в результате его личных усилий и личного опыта, а пример родителей создает благоприятные отношения и климат для обучения. В этом случае чувство ответственности становится частью характера растущего чело-

века. Очень важно определить, какой мерой ответственности можно наделять ребенка на разных стадиях его развития.

Ответственность: право голоса и право выбора

Дети не появляются на свет с врожденным чувством ответственности. Точно так же они не приобретают его в четко определенный специалистами возрастной период. Чувство ответственности, так же как умение играть на фортепьяно, достигается упорным трудом в течение многих лет. Приобретение чувства ответственности требует ежедневных упражнений в суждении и умении делать правильный выбор в пределах компетентности для данного возраста и степени психической зрелости.

Области конфликта и царство ответственности. Воспитание чувства ответственности можно начать на очень ранней стадии развития ребенка. Чувство ответственности можно воспитать, предоставляя ребенку право голоса, а где возможно – выбора в делах, которые касаются ребенка. Есть дела, которые целиком находятся в сфере ответственности ребенка. В таких делах он должен обладать правом выбора, то есть правом принимать решения. Существуют, конечно, такие вопросы благополучия ребенка, которые целиком находятся в поле ответственности родителей. В таких случаях ребенок может иметь право совещательного голоса, но не право выбора. Мы принимаем решение за него, помогая ему осознанно принять неизбежное.

То, что нам сейчас необходимо, – это четкое понимание различий между двумя видами ответственности. Давайте исследуем несколько областей, в которых весьма часто возникают конфликты между родителями и детьми.

Еда

Даже двухлетнего ребенка можно спросить, хочет он выпить полстакана молока или целый стакан. Четырехлетнему ребенку можно предоставить выбор между половиной яблока и целым яблоком. Шестилетний ребенок может решить, хочет он яйцо всмятку или вкрутую.

Детей надо целенаправленно ставить в такие условия, чтобы они самостоятельно делали выбор и принимали решения. Родители подбирают ситуации, а дети делают выбор.

Маленького ребенка не надо спрашивать: «Что ты хочешь на завтрак?» Его следует спросить: «Какую яичницу ты хочешь – глазунью или болтунью?», «Ты хочешь хлеб или тосты?», «Ты будешь холодную или горячую овсянку?», «Что ты будешь – апельсиновый сок или молоко?».

В таких случаях ребенку становится ясно, что он сам несет ответственность за свои решения. Он не просто объект приказаний и распоряжений, он полноправный участник принятия решений, которые формируют его жизнь. Из отношения родителей к ребенку должно четко следовать: мы даем тебе чай (или молоко) и нашу симпатию – выбор зависит от тебя, это зона твоей ответственности.

Проблемы с пищей часто являются следствием преувеличенного интереса матери к деятельности вкусовых сосочков их ненаглядных чад. Они заставляют детей есть определенные овощи и говорят (противореча науке), какие овощи наиболее полезны для разных органов. Для ребенка же лучше всего, когда мать не проявляет повышенного интереса к процессу еды. Мать должна дать ребенку вкусную и качественную пищу, доверив количество съеденной пищи аппетиту ребенка, если эти колебания не выходят за рамки медицинских норм питания. Естественно, процесс поглощения пищи целиком находится в области ответственности самого ребенка.

Одежда

При покупке ребенку одежды наша ответственность заключается в подборе вида одежды и выборе подходящей для нас цены. Придя в магазин, мы должны взять несколько образцов, подходящих нам по цене и стилю. Ребенок сам выбирает себе одежду из этого набора. Так, даже шестилетний ребенок имеет право выбора подходящих для него носков или рубашек, разумеется, из тех, что мы сами выбрали предварительно. Во многих семьях дети не имеют навыка и опыта в приобретении одежды для себя. Правда, есть и взрослые, которые не могут выбрать себе костюм без помощи жены или матери.

Дети более старшего возраста должны одеваться так, чтобы не сильно отличаться одеждой от своих друзей. Мальчик, который носит коричневые ботинки в классе, где стандартом являются синие замшевые туфли, почти наверняка (чего можно избежать) рискует стать объектом поддразнивания и насмешек. Родители должны знать, что является модным и «клевым» в «прикиде», который предпочитают в данное время дети. Область ответственности относительно одежды можно определить следующим образом: мы делаем отбор, а дети осуществляют выбор.

Выполнение домашних заданий

С первого класса школы отношение родителей к выполнению домашних заданий должно показать ребенку, что за сделанные уроки отвечают он сам и его учитель. Родители не должны следить за выполнением уроков или проверять домашние задания⁴, за исключением случаев, когда об этом просит сам ребенок. Если родитель берет на себя ответственность за сделанные уроки, то ребенок охотно соглашается на такое условие, и с этих пор родитель обречен нести на себе тяжкий крест. Выполнение домашних заданий может превратиться в оружие, с помощью которого ребенок наказывает, шантажирует и эксплуатирует родителей. Можно избежать многих неприятностей, если не вникать в детали домашних заданий, а ограничиваться неопределенными замечаниями типа: «Домашнее задание это твоя ответственность. Домашнее задание – это для тебя то же самое, что для нас наша работа».

Значение домашней работы в начальных классах не стоит переоценивать. Есть множество хороших школ, где школьникам младших классов вообще не дают заданий на дом. Похоже, что ученики этих школ не отстают от их шести-семилетних сверстников, которым приходится трудиться над уроками. Главной ценностью домашних заданий является возможность для ребенка приобрести опыт самостоятельной работы. Но для того чтобы эта ценность была реализована, необходимо, чтобы домашняя работа была по силам ребенку и он мог выполнить ее самостоятельно, почти не прибегая к помощи взрослых. Прямая помощь, то есть выполнение работы взрослым, может показать ребенку, что он один совершенно беспомощен. Косвенная помощь, напротив, может оказаться весьма полезной. Например, мы можем позаботиться о том, чтобы при выполнении домашних заданий ребенку никто не мешал, чтобы у него был удобный стол и достаточное количество справочной литературы. Мы можем также помочь ребенку выбрать подходящее время для выполнения уроков в зависимости от времени года. В теплые весенние или осенние дни ребенок сначала с удовольствием погуляет на улице, а потом (надо надеяться) сядет за уроки. В холодные зимние дни, напротив, сначала надо сделать уроки, особенно если по вечерам ребенку разрешают смотреть телевизор.

Некоторые дети любят делать уроки в присутствии взрослых. В этом случае им можно разрешить воспользоваться кухонным или обеденным столом. Не надо при этом делать детям замечания относительно осанки, внешних манер и возможной порчи мебели.

Некоторым детям лучше работается, если в процессе приготовления уроков они грызут карандаш, чешут голову или раскачиваются на стуле. Наши замечания по этому поводу могут вызвать у ребенка внутреннее напряжение (фрустрацию) и ухудшить его умственную работоспособность.

Выполнение ребенком домашнего задания нельзя прерывать вопросами и всякими пустяками, которые могут подождать. Наше дело – оставаться на заднем плане, обеспечивая комфорт и общую поддержку, а не давать советы и лезть к ребенку с мелочной помощью. Иногда мы можем разъяснить непонятное место или объяснить неясное предложение. Следует, однако, избегать замечаний типа:

«Если бы ты не был так рассеян, то запомнил бы, что вам задали».

«Если бы ты слушал учителя, то знал бы задание».

Мы должны оказывать свою помощь ребенку скупой, но внимательно и сочувственно. Нам следует больше слушать, чем поучать. Мы можем показать направление при условии, что путник – наш ребенок – самостоятельно доберется до цели своего путешествия.

⁴ Автор отдает себе отчет, что эта рекомендация входит в противоречие с требованиями некоторых учителей.

Отношение родителей к школе и к учителям может определить отношение ребенка к домашним заданиям. Если у родителей в обычае ругать школу и принижать роль учителей, то ребенок сделает из такого отношения вполне очевидные и предсказуемые выводы.

Родители должны поддерживать авторитет учителя и его требования относительно ответственного отношения к выполнению домашних заданий.

Если учитель строг, у родителя появляется блестящая возможность проявить сочувствие.

«В этом году тебе придется нелегко, будет очень много работы».

«В этом году тебе придется туго».

«Он на самом деле очень строгий учитель».

«Я слышал, что в этом году у вас очень требовательный учитель».

«Я слышал, что он особенно требователен в отношении домашних заданий. Кажется, тебе в этом году придется поработать».

Очень важно избегать ежедневных стычек по поводу уроков.

«Послушай, Реджи, с сегодняшнего дня ты будешь заниматься языком каждый день, включая субботы и воскресенья, отныне никаких игр и никакого телевизора».

«Роджер! Я уже устала напоминать тебе, что надо делать уроки. Папа хочет, чтобы ты пошел по его стопам. Мы не хотим, чтобы в нашей семье были неграмотные».

Угрозы и понукания очень распространены во многих семьях: они создают иллюзию, что мы стараемся изменить ситуацию к лучшему. В действительности такие понукания и предостережения приносят больше вреда, чем пользы. Результатом является напряженная обстановка в доме, раздражение родителей и озлобленность ребенка.

Многие способные дети не делают уроки и получают в школе плохие отметки, так как подсознательно восстают против родительских амбиций. Для того чтобы вырасти и стать зрелым человеком, каждый ребенок должен развить в себе чувство индивидуальности и независимости своего «я» от отца и матери. Если родители проявляют слишком сильную эмоциональную заинтересованность в школьных успехах ребенка, то он воспринимает это как покушение на свою независимость и автономию. Если успешное выполнение домашних заданий и высокие оценки становятся бриллиантами в короне родителей, то ребенок может предпочесть являться домой в короне, утыканной репейником, который является его личным достоянием. Противоречия честолюбивым устремлениям родителей, такой юный мятежник обретает чувство собственной независимости. Так, потребность в обретении индивидуальности и неповторимости может толкнуть ребенка на неуспеваемость, несмотря на давление со стороны родителей и наказания. Как сказал один ребенок: «Они могут лишить меня телевизора и удовольствий, но не смогут отнять у меня моих двоек».

Очевидно, что нежелание учиться – не простая проблема, которую можно решить строгим или, наоборот, снисходительным отношением. Нарастающее давление со стороны родителей может усилить сопротивление ребенка, а отношение типа *laissez faire*⁵ может примирить ребенка с мыслью о том, что он незрелая и безответственная личность. Решение этой проблемы не может быть ни легким, ни скорым. Некоторым детям требуется помощь психотерапевта, для того чтобы прекратить борьбу с родителями и добиться чувства удовлетворения от успехов, а не от провалов.

Другим детям может потребоваться обучение наставника, который ориентирован в вопросах детской психологии. *Категорически недопустимо, чтобы в роли такого наставника выступал кто-либо из родителей.* Наша цель заключается в том, чтобы показать ребенку, что он полноправный индивид, самостоятельная личность, независимая от нас, и несет ответственность за свои успехи и неудачи. Если ребенку позволяют ощущать себя

⁵ Пусть будет, что будет (фр.). (Примеч. пер.)

индивидом с самостоятельными потребностями и целями, он начинает принимать на себя ответственность за свою жизнь и за свои нужды.

Уроки музыки

Если ребенок учится играть на каком-либо музыкальном инструменте, родители рано или поздно услышат знакомую всем мелодию: «Я не хочу больше заниматься». Родителям бывает очень непросто с бесстрастной объективностью выслушать эту песню.

Некоторые родители, которые помнят свой печальный опыт насильственного обучения музыке, стараются избавить своих детей от этих мучений. Играть или не играть – это не их вопрос, это вопрос детей. В таких семьях ребенок сам решает, практиковаться ему в гаммах или нет. Он репетирует, когда ему вздумается, и назначает и отменяет уроки по собственному усмотрению. Исключая плату за обучение, которая все же является родительской привилегией, за все остальное ребенок несет ответственность сам.

Другие родители, с сожалением вспоминая либеральное отношение к собственному обучению, решают, что их ребенок будет играть во что бы то ни стало. Еще до рождения ребенка выбирают инструмент, на котором он будет играть. С того момента, когда он обретает способность держать скрипку, дуть в трубу или ударять по клавишам фортепьяно, он начинает учиться игре на predetermined для него инструменте. Слезы и раздражение ребенка игнорируются, а его сопротивление подавляется самым решительным образом. Позиция родителей ясна и недвусмысленна: мы платим – ты играешь. В таких условиях ребенок может добиться замечательных успехов в музыкальной профессии, но это совершенно не обязательно. Однако такой успех может достаться дорогой ценой: за музыкальные успехи приходится платить длительным нарушением отношений между ребенком и родителями.

Главной целью музыкального воспитания в детстве является обеспечение эффективной способности выражать свои чувства. Жизнь ребенка настолько заполнена ограничениями, запретами и огорчениями, что способ выплескивать эмоции становится жизненно необходимым. Музыка – один из лучших способов духовного раскрепощения; чувства придают звукам яростную страстность, звуки же могут придать чувственную форму радости и снять внутреннее напряжение.

Родители и учителя обычно не смотрят на музыкальное образование и воспитание с этой точки зрения. Большую часть своих усилий они посвящают тому, чтобы ученик научился правильно воспроизводить мелодии. Такой подход неизбежно приводит к оценке и критике, относящимся к исполнительскому искусству и личности ребенка. Часто результат бывает банально печальным: ребенок изо всех сил пытается бросить обучение, начинает избегать преподавателя музыки и на этом заканчивает свою музыкальную «карьеру». Во многих семьях заброшенная скрипка, запертое фортепьяно и молчащая флейта являются жалкими напоминаниями о бесцельно потраченных усилиях и несбывшихся надеждах.

Что могут сделать родители? Задача родителей – найти доброго и внимательного к детям учителя, который способен понимать не только музыку, но и своих учеников. Именно учитель держит в своих руках ключ от интереса ребенка к музыке, именно учитель может открыть или, напротив, запереть дорогу музыкальным возможностям ребенка. Главная задача учителя – обрести уважение и доверие ребенка. Если учитель не преуспеет в этом, то он не преуспеет и в обучении. Ученик не может научиться любви к музыке у учителя, которого ненавидит. Эмоциональный настрой педагога обладает гораздо большим резонансом, чем его музыкальный инструмент.

Для того чтобы избежать ненужных неприятностей, педагог, родители и ребенок должны вместе обсудить план обучения и выработать несколько основных правил. Можно привести пример таких правил:

1. Не должно быть отмены уроков. О такой отмене надо сообщить по меньшей мере за день до назначенного урока.

2. Если урок надо отменить, то учителю должен звонить ребенок, а не его родители.

3. Для выбора сроков и темпа репетиций надо выбирать реалистичные периоды времени.

Такие правила отбивают у ребенка охоту к сиюминутным желаниям отменить урок и помогают развить у ребенка чувство независимости и ответственности. Такое отношение также показывает ребенку, что, хотя мы заинтересованы в его музыкальном обучении, но в не меньшей степени заинтересованы и в его чувствах и идеях.

Ребенка не надо понукать к игре на инструменте. Ему не следует напоминать, сколько стоит инструмент, как много пришлось отцу работать, чтобы его купить. Такие заявления порождают негодование и чувство вины, не помогая развить интерес к музыке или ее пониманию.

Родители должны также воздерживаться от прогнозов относительно великого будущего музыкального таланта их ребенка. Такие замечания обычно обескураживают ребенка.

«У тебя изумительный талант, тебе просто надо им пользоваться».

«Если ты постарайся и приложишь все силы, то станешь вторым Леонардом Бернстайном».

Из таких утверждений ребенок может заключить, что лучший способ поддержать иллюзии родителей – не испытывать их на прочность. Девизом ребенка, скорее всего, станет: «Если я не стану пытаться, то не подведу моих родителей».

Больше всего ребенок воодушевляется уроками, если знает, что родители понимают его трудности и ценят его труд по их преодолению.

На третьем уроке игры на фортепьяно шестилетняя Рослин получила новое задание – сыграть восемь нот октавы обеими руками. Учитель, продемонстрировав с большим профессионализмом этот прием, сказал: «Смотри, это очень просто. Теперь попробуй ты». Рослин неохотно и неуклюже развела пальцы и не слишком удачно имитировала игру педагога. С урока она вернулась домой расстроенная и обескураженная.

Когда настало время репетировать, мать сказала: «Нелегко сыграть восемь нот октавы одной рукой, но еще труднее сыграть их двумя». Рослин с готовностью согласилась. Усевшись за пианино, она медленно подобрала ноты нужными пальцами. Мать сказала об этом: «Я слышу верные ноты и вижу, что ты играешь нужными пальцами». С очевидным удовлетворением Рослин ответила: «Знаешь, это очень трудно». В этот день девочка занималась дольше положенного времени. В течение недели она ставила себе все более трудные задачи и к концу недели научилась играть октаву двумя руками, не глядя на клавиатуру.

Ребенок чувствует большую уверенность в своих силах, когда родители понимают его трудности, чем если они помогают ему советами, похвалами или подсовывают быстрые шаблонные решения.

Карманные деньги

В современных семьях расход денег – на еду и одежду – совершенно логично доверяют детям, потому что они полноправные члены семьи. Карманные деньги – это не награда за хорошее поведение и не плата за выполнение обязанностей по дому. Это орудие воспитания, имеющее определенную цель: привить ребенку опыт обращения с деньгами, что помогает ребенку делать выбор и брать на себя ответственность. Поэтому слишком бдительный надзор за расходованием карманных денег вредит этой цели. От родителей требуется готовность обеспечивать расходы, которые должны покрываться карманными деньгами: оплата школьного автобуса, завтраки, плата за школьное оборудование и т. д. Ребенок растет, одновременно увеличивается сумма его денег, которые идут на оплату участия в кружках и командах, оплату развлечений и аксессуаров одежды.

Всегда могут быть злоупотребления в расходовании личных денег. Некоторые дети не укладываются в свой бюджет и допускают перерасход денег. Такие случаи надо обсуждать с ребенком в деловой манере, чтобы прийти к взаимоприемлемому соглашению. Если случаи быстрого расхода денег повторяются, то сумму следует раздробить и выдавать ее на руки ребенку не один, а два или три раза в неделю. Карманные деньги нельзя использовать как занесенную над головой ребенка дубину для принуждения его к каким-то достижениям или вынуждения его к послушанию. Нельзя лишать ребенка денег под влиянием вспышки сиюминутного гнева или повышать ему «содержание» под влиянием такого же мимолетного хорошего настроения.

Каков должен быть справедливый объем карманных денег? На этот вопрос нет универсального ответа. Карманные деньги ребенка должны соответствовать нашему семейному бюджету. Не стоит смотреть на то, сколько денег дают детям соседи, мы должны давать нашим детям столько, сколько можем без нарушения семейного достатка. Если ребенок будет протестовать против такого ограничения, ему можно честно, искренне и сочувственно объяснить: «Мы с радостью дали бы тебе больше, но наш семейный бюджет ограничен». Это гораздо лучше, чем убеждать ребенка в том, что он не нуждается в большей сумме на свои расходы.

Неопытные люди могут неправильно распорядиться деньгами точно так же, как властью. Денег не должно быть больше суммы, которой ребенок может правильно распорядиться. Лучше всего начать с маленьких сумм, время от времени увеличивая их, чем сразу давать ребенку очень большие для него деньги. Карманные деньги можно давать детям после того, как они пойдут в школу и научатся считать их и полученную сдачу. Одно условие необходимо соблюдать: деньги, которые ребенок экономит из выделенной ему суммы, он может сберечь или потратить по своему усмотрению.

Друзья и товарищи по играм

Теоретически мы хотим, чтобы наши дети сами выбирали себе друзей. Мы верим в свободу, мы противостояем принуждению и знаем с младых ногтей, что образование свободных дружеских групп и сообществ по интересам есть неотъемлемое право, присущее демократии. Однако не так редко наши дети приводят домой «друзей», которые производят на нас отталкивающее впечатление. Нам могут не нравиться задиры и забияки, мы с трудом переносим сопливых нытиков, но если их поведение не слишком шокирует нас, то нам стоит изучить предпочтения наших детей, прежде чем вмешиваться и указывать им на неудачный выбор.

Каким мерилom должны мы пользоваться, чтобы оценить выбор друзей нашим ребенком?

Друзья должны оказывать друг на друга благотворное, полезное влияние. Ребенок должен иметь возможность дружить с детьми, личностные характеристики которых отличаются от его собственных и дополняют их. Так, замкнутые дети нуждаются в компании общительных сверстников; дети, привыкшие к опеке, получают большие преимущества от общения с более независимыми товарищами по играм. Боязливые дети нуждаются в обществе более смелых мальчиков; инфантильные дети должны водиться с более зрелыми товарищами по играм. Дети, склонные к фантазиям, нуждаются в компании более трезвых и прозаичных сверстников. Агрессивные дети хорошо ведут себя в обществе более сильных, но не таких драчливых товарищей. Наша цель заключается в том, чтобы поощрять корректирующую дружбу наших детей с их сверстниками с другими личностными характеристиками.

В некоторых случаях дружбу поощрять не следует. Если в одной компании оказываются инфантильные дети, то они взаимно питают незрелость друг друга.

Драчливые дети усиливают агрессивность друг друга. Оказавшиеся в одном обществе замкнутые дети не смогут привить друг другу навыки социального общения. Дети с отклонениями в поведении могут усиливать друг у друга асоциальные тенденции.

Особую заботу следует проявить о том, чтобы уберечь детей, отличающихся криминальным поведением, от того, чтобы они становились заводилами. Вследствие своей большей «опытности» они получают статус героев в школе и на улице и служат нежелательным примером для подражания и самоопределения других детей.

Нужна эффективная система разных мер, чтобы, с одной стороны, позволить ребенку с полной ответственностью выбирать себе друзей, но, с другой стороны, взять на себя родительскую ответственность за то, чтобы этот выбор был благотворным для ребенка.

Домашние животные

Когда ребенок обещает ухаживать за домашним животным, он демонстрирует добрые намерения, а не доказательства его способности делать это в действительности. Ребенок может нуждаться в питомце, желать его, от всего сердца любить, но ребенок редко бывает способен в полной мере ухаживать за животным. Ответственность за жизнь животного не может целиком лежать на плечах ребенка. Чтобы избежать тягостных конфликтов и обвинений, надо с самого начала понять, что домашнее животное – для ребенка, а заботы о питомце – для родителей. Ребенок получает большую пользу от животного, с которым он играет и которое любит. Благотворное действие на ребенка оказывает его участие в заботах о животном, но ответственность за выживание зверька и его благополучие целиком лежит на взрослых членах семьи.

Слова для предоставления свободы выбора

Хороший родитель, как и хороший учитель, должен с течением времени предоставлять ребенку все большую свободу и в какие-то моменты создавать у ребенка впечатление, что в данной ситуации родитель ему *не нужен*. Родитель в такой ситуации находит удовлетворение в таких случаях, которые позволяют детям принимать самостоятельные решения, опираясь при этом на собственные силы. В разговоре с детьми мы можем сознательно употреблять фразы, которые указывают на нашу убежденность в их способности принимать самостоятельное решение. Так, когда наш внутренний ответ на просьбу ребенка можно выразить словом «да», мы можем оформить наш ответ высказыванием, в котором подчеркивается независимость ребенка. Есть несколько способов сказать «да»:

«Если ты хочешь».

«Если это действительно то, что тебе нравится».

«Если ты принял такое решение».

«Это действительно целиком и полностью зависит от тебя».

«Это полностью остается на твое усмотрение».

«Меня устроит любое твое решение».

Наше простое «да» может порадовать ребенка, но приведенные выше высказывания дают ему дополнительное удовлетворение от того, что он принял самостоятельное решение и счастье от того, что мы доверяем этому решению и выбору.

Глава 5

Дисциплина: границы дозволенного

Современная педагогическая неопределенность и ее последствия

В чем заключается разница между подходами к воспитанию наших бабушек и дедушек от наших с вами подходов к нему? То, что делал дедушка, делалось с полным сознанием своей правоты; напротив, наши действия сопровождаются сомнениями и колебаниями. Дедушка, даже ошибаясь, нисколько не сомневался в своих действиях. Мы, даже если правы, действуем, обуреваемые сомнениями. Откуда берется такая неопределенность в нашем отношении к детям? Дело в том, что в наши дни все слышали о Фрейде, психоанализе и тяжелых последствиях несчастливого детства, и мы боимся на всю жизнь повредить психику ребенка. Прекрасной иллюстрацией к сказанному может послужить письмо, полученное автором от одной матери:

«Часто мне бывает очень трудно словесно высказать сильно беспокоящие меня вещи. Может быть, мне удастся сделать это письменно. Если что-то останется невысказанным, я не сомневаюсь, что вы сумеете прочесть это между строк. Вы были так добры, что приехали в нашу приходскую церковь и провели обсуждение воспитательных проблем для группы родителей из нашей конгрегации. Занятие, которое вы провели, не могло полностью удовлетворить меня, поскольку я не очень хорошо владею наукой воспитания детей. Но меня поразило ваше замечание о том, что ни один родитель сознательно не наносит вред своему ребенку, хотя многие родители делают это совершенно неосознанно.

Действительно, ни один из нас по собственной воле не сделает ничего, что могло бы покалечить ребенка духовно, морально или эмоционально, но на самом деле мы постоянно занимаемся именно этим. Мысленно я часто плачу из-за вещей, которые неумышленно сделала или сказала, и молюсь, чтобы не допускать в будущем таких прегрешений. Они не повторяются, но я постоянно делаю что-то такое же опасное; тогда меня начинает трясти, словно в лихорадке, от страха за то, что я могу на всю жизнь искалечить моего ребенка».

Никто не посмеет поставить под сомнение искренность и самоотверженность этой матери. Но для нее стало бы более полезным, если бы она меньше терзалась чувством вины, овладев нужными воспитательными навыками. Для наглядности можно привести следующую аналогию: мы не почувствуем себя в надежных руках, если, заболев, обратимся к врачу, который плачет от вида сломанной руки или падает в обморок от вида крови. От врача мы ожидаем профессиональной компетенции и некоторого сочувствия, но не всплеска эмоций и оплакивания нашего состояния. Так и родители могут научиться справляться с незрелостью ребенка в полупрофессиональной манере. Некоторые дисциплинарные проблемы решаются довольно легко, если проявлять меньше эмоций при их разрешении. Если же дисциплинарные вопросы решаются в истерической манере, то они превращаются в проблемы, которые могут на годы отравить существование родителей и детей.

Потребности родителей и тирания ребенка

Родитель должен любить своего ребенка, но не должен иметь насущной потребности быть любимым им постоянно. Те, кому дети нужны для оправдания брака и придания значимости своей жизни, находятся в очень невыгодном положении. Боясь потерять любовь ребенка, они не осмеливаются ни в чем ему отказывать, передавая ему даже власть в доме. Почувствовав, что родителям как воздух нужна его любовь, ребенок начинает беспощадно эксплуатировать эту потребность. Он становится тираном, правящим трепещущими подданными.

Многие дети быстро научаются угрожать матерям лишением их своей любви, применяя открытый шантаж. Они говорят: «Я не буду тебя любить, если ты...» Трагедия заключается не в детской угрозе, а в том факте, что родители всерьез воспринимают эту угрозу. Да, некоторые родители очень серьезно воспринимают слова ребенка. Они плачут и просят ребенка продолжать любить их. Они пытаются задобрить его, разрешая ребенку делать все, что ему заблагорассудится.

Свобода и вседозволенность

В чем разница между свободой и вседозволенностью? Свобода ребенка – это понимание родителем, что его дитя – ребенок. Это означает понимание родителем того, что «мальчики есть мальчики», поэтому выстиранная рубашка недолго останется чистой; нормальный способ передвижения ребенка – бег, а не спокойная ходьба; деревья предназначены для того, чтобы лазать на них, а зеркала – для того, чтобы корчить перед ними рожи.

Суть свободы заключается в принятии факта, что дети как личности имеют врожденное и неотъемлемое право на все чувства и желания. Свобода желать является абсолютной и неограниченной; все чувства и фантазии, все ощущения и желания, все мечты и устремления независимо от их содержания приемлемы, достойны уважения и должны быть выражены подходящими символическими средствами. Не разрешается деструктивное поведение; если же оно имеет место, то родитель должен вмешаться и направить это поведение в допустимое русло. Такой «символический» выход заключается в рисовании «злых» рисунков, метании дротиков в мишень, распилке деревяшек, боксу с грушей, записи страшных желаний на магнитную пленку, сочинении едких стихотворений, написании смертельных заклятий и т. д. Короче говоря, свобода – это принятие родителем воображаемого и символического поведения. Вседозволенность – это допущение родителем нежелательных и недопустимых действий. Свобода приводит к уверенности и возрастанию способности ребенка выражать свои чувства и мысли. Вседозволенность приводит к тревожности и возрастающим требованиям привилегий, которые не могут быть предоставлены.

Новый подход: разное отношение к чувствам и действиям

Краеугольным камнем нового подхода к дисциплине является различие между желаниями и реальными поступками. Мы устанавливаем допустимые пределы поступков, но ничем не ограничиваем желания.

Главная дисциплинарная проблема состоит из двух частей: злого чувства и злого поступка. Чувства следует идентифицировать и выразить; действия могут быть ограничены и направлены в другое русло. Иногда идентификация чувств ребенка сама по себе оказывается достаточной, чтобы разрядить обстановку.

М а т ь. Кажется, сегодня ты очень зол.

С ы н. Да, так и есть.

М а т ь. Кажется, ты просто кипишь от злости.

С ы н. Ты попала в самую точку!

М а т ь. И на кого ты злишься?

С ы н. На тебя.

М а т ь. Расскажи мне, за что.

С ы н. Ты не взяла меня на стадион, а Стива взяла.

М а т ь. Из-за этого ты и рассердился. Могу поручиться, что ты сказал себе: «Она любит его больше, чем меня».

С ы н. Да.

М а т ь. Ты и правда иногда так думаешь?

С ы н. Да, это бывает.

М а т ь. Знаешь, дорогой, когда ты начинаешь так думать, приходи сразу ко мне и все рассказывай.

В других обстоятельствах приходится накладывать ограничения на реальные поступки. Четырехлетний Сэм хочет отрезать кошке хвост, чтобы посмотреть его устройство. Мать одобряет его «научные» устремления, но без обиняков ограничивает его в действиях.

«Я понимаю, что ты хочешь посмотреть, что у кошки внутри. Но ее хвост останется на месте. Давай лучше поищем картинку, где нарисовано, что у кошки внутри».

Когда мать обнаружила, что ее пятилетний Тед малюет картинки на стене гостиной, ее первым желанием было хорошенько его отшлепать. Но, увидев, как мальчик испугался, она не смогла ударить его, а вместо этого сказала: «На стенах рисовать нельзя, для этого существует бумага. Вот тебе три чистых листа». После этого мать начала мыть стены; Тед был поражен ее поведением и сказал: «Как я люблю тебя, мамочка». Для контраста сравните это со сценой, которая могла произойти в таких обстоятельствах в любой другой семье:

«Что ты делаешь? Ты нездоров? Разве ты не знаешь, что нельзя пачкать стены? Противный ребенок, я уже не знаю, что с тобой делать. Подожди, придет папа, я все расскажу ему, и он тебе задаст».

Дисциплина: прошлое и настоящее

Существует огромная разница между старым и новым подходом к дисциплине. В прошлом, приучая ребенка к дисциплине, родители прекращали нежелательные действия, не обращая внимания на причины, порождавшие нежелательные поступки. Ограничения накладывались во время жестокой ссоры, часто носили нелогичный характер, были непоследовательными и оскорбительными. Более того, дисциплинарные взыскания накладывались в моменты, когда ребенок был меньше всего способен слушать, а внушения произносились тоном, который мог побудить ребенка к усилению сопротивления. Чаще всего ребенок оставался с тяжелым впечатлением, что ругали не его неблагоприятный поступок, а его самого как дурную личность.

Современный подход позволяет помочь ребенку сохранить свои чувства и исправить неверное поведение. Родители позволяют ребенку (с оговорками, которые обсуждаются ниже) высказывать все, что он чувствует, но ограничивают и направляют в другое русло его нежелательные возможные поступки. Ограничения накладываются так, чтобы сохранить самоуважение родителя и ребенка. Ограничения не должны быть произвольными и капризными, но воспитательными и способствующими формированию характера.

Ограничения надо накладывать без насилия и гнева. Негодование ребенка по поводу ограничений надо предвидеть и понимать их естественность; ребенка нельзя дополнительно наказывать за то, что ему не нравится наложенное запрещение.

Когда к дисциплине приучают таким образом, это может привести к самостоятельному (самопроизвольному) принятию ее ребенком из потребности изменить некоторые формы своего поведения. Тогда понятия родителей о дисциплине могут постепенно привести к формированию у ребенка самодисциплины. Идентифицируя себя с родителями, жизненными принципами и ценностями, ребенок строит для себя внутренние стандарты для управления своим поведением.

Три зоны воспитания дисциплины

Детям надо внушить ясное различие между приемлемым и неприемлемым поведением. Дети чувствуют себя более надежно, когда знают границы допустимых действий. Пользуясь способом, предложенным доктором Фрицем Редлем, мы можем сказать, что поведение детей распределяется на три цветные зоны: зеленую, желтую и красную. Зеленая зона представляет собой желательное и санкционированное поведение, область, где наше «да» дается ребенку свободно и милостиво. Желтая зона представлена поведением, которое не санкционировано, но терпимо ввиду особых обстоятельств. К таким особым обстоятельствам относятся:

1. *Допуск для новичка.* Начинаящего водителя не штрафуют, если он, включив сигнал правого поворота, поворачивает налево. Такие непреднамеренные ошибки терпимы, так как ожидается, что в будущем, с накоплением опыта, они не будут повторяться.

2. *Допуск на тяжелые времена.* Особые стрессовые ситуации: несчастные случаи, заболевания, переезд на новую квартиру, разлука с друзьями, смерть или развод родителей требуют особого, более мягкого подхода к детям. Мы даем такое послабление в знак того, что понимаем трудности ребенка и потребность в том, чтобы привыкнуть и приспособиться к новым обстоятельствам. При этом мы не притворяемся, что нам нравится такое поведение. Наше отношение ясно говорит ребенку, что его плохое поведение терпят только ввиду исключительных обстоятельств.

Красная зона представляет собой поведение, которое нельзя терпеть и, безусловно, надо прекратить. Сюда относится поведение, угрожающее здоровью и благополучию семьи, финансовому состоянию. Сюда также относится поведение, запрещенное по юридическим, этическим или социальным нормам.

Запретительные меры в красной зоне так же важны, как разрешительные меры в зеленой зоне поведения. Если ребенку позволяют вести себя нетерпимым образом, то его тревога от этого только возрастает. Восемилетний мальчик, которому разрешили прокатиться на заднем бампере автобуса, обвиняет свою мать в том, что она не любит его: «Если бы ты действительно любила меня, то не разрешила бы мне прицепиться к автобусу. Ведь я мог погибнуть».

Другой ребенок думал, что у его отца неправильные представления о воспитании и неправильные моральные стандарты, потому что он разрешил сыну носить нож с выкидным лезвием. Другой мальчик потерял уважение к своим родителям после того, как они разрешили его друзьям устроить настоящий погром в его научной лаборатории. Маленькие дети не притворяются, им действительно очень трудно справиться со своими социально неприемлемыми импульсами. Родители должны стать союзниками детей в борьбе с такими импульсами. Накладывая ограничения, родители предлагают ребенку помощь. Останавливая опасное поведение, ограничение также представляет собой молчаливое послание: «Ты не должен бояться своих импульсов. Я не дам зайти тебе слишком далеко. Ты в безопасности».

Способы установления границ

В установлении ограничений, как и вообще в воспитании, результат зависит от процесса установления ограничений. Ограничение должно быть установлено так, чтобы ясно сказать ребенку, что является неприемлемым в его поведении и какие замены возможны.

Ты не можешь бросаться посудой, но можешь бросаться подушками. Если прибегнуть к более понятным грамматическим оборотам: не бросай тарелки, бросай подушки. Не бей брата, бей боксерскую грушу.

Предпочтительно, чтобы ограничение было полным, а не частичным. Есть разница между разрешением брызгать водой на маленькую сестренку и запрещением это делать. Ограничение, которое гласит: ты можешь брызгать водой на сестренку, если она не очень вымокла, влечет за собой уйму проблем. Такое смутное запрещение оставляет ребенка без четкого критерия принятого конкретного решения.

Ограничение должно быть твердым, таким, чтобы ребенок с ним получил единственное мысленное послание: «Это действительно запрещение. Я имею в виду именно то, что сказал». Если же родитель не знает, что делать, лучше не делать ничего, а обдумать и прояснить для себя свое отношение к поведению ребенка. Тот, кто колеблется и одновременно пытается установить ограничения, тонет в бесконечных спорах. Ограничения, наложенные нерешительно и неуклюже, являются вызовом для ребенка и становятся сражением характеров, которое невозможно выиграть ни одной из сторон. Ограничение должно быть высказано таким образом, чтобы свести к минимуму негодование ребенка и максимально сохранить его самоуважение. Сам процесс наложения ограничения должен служить проявлением родительской власти, но не принимать форму оскорбления личности. Надо опираться на конкретное событие, а не на криминальную историю прошлого. Нельзя поддаваться искушению решить все проблемы одним махом в один миг. Вот типичный пример нежелательной практики.

Восьмилетняя Энни идет с матерью в магазин. Пока мать делает покупки, Энни ходит по отделу игрушек и выбирает три игрушки, которые она сохранила бы в случае пожара. Когда мать возвращается, Энни уверенно спрашивает: «Какие игрушки я могу взять с собой?» Мать, потратив большую сумму на одежду, которая потом оказалась не очень нужной, в ответ выпаливает: «Еще игрушки? У тебя их столько, что ты сама не знаешь, что с ними делать и куда их девать. Ты хочешь все, что попадает тебе на глаза. На этот раз тебе придется умерить свой аппетит».

Минуту спустя мать, осознав источник своего гнева, пытается задобрить свою дочь и покупает ей мороженое. Но лицо Энни остается мрачным и насупленным.

Когда ребенок требует что-то, в чем мы должны ему отказать, нужно дать ему удовлетворение, признав его право желать. Так, мать Энни могла бы ответить дочери на ее просьбу:

«Ты хотела бы взять несколько игрушек домой».

«Бьюсь об заклад, ты с удовольствием унесла бы домой весь прилавок, но сегодня у нас нет денег на игрушки. Осталось только одно пенни на воздушный шарик или на жвачку. Что бы ты хотела – шарик или жвачку?»

Вероятно, Энни выбрала бы жвачку, и инцидент был бы исчерпан словами матери: «Энни, возьми свою жвачку». Но девочка могла бы и расплакаться от отказа матери купить ей игрушку. В любом случае матери нельзя было отступать от принятого решения и предложенного дочери выбора. Она могла бы как в зеркале отразить желание девочки купить игрушки, но запрет должен был сохранить свою силу. «Ты очень хотела бы получить эти игрушки. Ты очень этого хочешь».

Ты показываешь мне это своими слезами. Я все понимаю, моя радость, но сегодня мы не станем покупать игрушки».

Есть несколько способов словесно определить ограничения. Иногда полезным оказывается следующая четырехэтапная последовательность.

1. Родитель признает желание ребенка и формулирует его простыми словами: «Тебе сегодня очень хочется пойти в кино».

2. Родитель ясно и четко накладывает ограничение на конкретное действие: «Но правила в нашем доме таковы, что по будним дням ты не ходишь в кино».

3. Родитель подчеркивает путь, которым желание ребенка может быть выполнено хотя бы частично: «Ты сможешь пойти в кино в пятницу или в субботу вечером».

4. Родитель помогает ребенку выразить свое недовольство, которое возбудили наложенные на его поступки ограничения:

«Ясно, что тебе не нравятся такие правила».

«Ты хотел бы, чтобы таких правил не было вовсе».

«Ты хотел бы, чтобы по правилам ты ходил в кино каждый вечер».

«Когда ты вырастешь и у тебя будет свой дом, ты сможешь поменять правила».

Не всегда необходимо или возможно формулировать ограничения по такому образцу. В некоторых случаях надо сначала наложить ограничение, а потом зеркально отразить соответствующие чувства. Если ребенок готов бросить в сестру камень, то матери следует сказать: «Брось не в нее, а в дерево!» Она поступит правильно, если тотчас укажет дерево, отвлекая ребенка от неправильного действия. После этого можно обратиться к чувствам и предложить несколько способов их безвредного выражения:

«Ты можешь сколько тебе угодно сердиться на сестренку».

«Ты можешь хоть лопнуть от злости. Ты можешь ненавидеть ее, но не смей ее бить».

«Если тебе хочется, бросай камни в дерево и воображай, что это твоя сестра».

«Если хочешь, можешь нарисовать ее лицо, приколоть портрет к дереву и бросать в нее камни, но нельзя причинять ей вред».

Ограничения должны накладываться языком, который не задевает самоуважение ребенка. Ребенок лучше слушается запретов, если они выражаются кратко и безлично.

«Никакого кино по будням» вызывает меньше возмущения, чем «Ты знаешь, что не будешь ходить в кино по будним дням».

«Пора спать» воспринимается гораздо спокойнее, чем «Ты еще слишком мал, чтобы сидеть за столом. Отправляйся в постель».

«На сегодня достаточно телевизора» лучше, чем «Сегодня ты уже посмотрелся телепередач, выключай телевизор».

«Друг в друга не стрелять» выполняется с большей охотой, чем «Прекрати стрелять в него».

Запреты воспринимаются ребенком с большей охотой, если в них подчеркивается функция объекта. «Стул предназначен для сидения, а не для стояния» воспринимается с большим пониманием, чем «Не стой на стуле». «Кубики предназначены для игры, а не для бросания» воспринимается лучше, чем «Не разбрасывай кубики» или «Очень жаль, но я не могу разрешить тебе бросаться кубиками, это слишком опасно».

Дисциплинарные проблемы и физическая активность

Многие дисциплинарные проблемы маленьких детей возникают от ограничений их физической активности: «Не бегай, ты не можешь ходить, как все нормальные мальчики?», «Перестань все время скакать», «Сиди прямо», «Почему ты все время стоишь на одной ноге, у тебя же их две», «Ты упадешь и сломаешь ногу».

Не следует слишком сильно ограничивать двигательную активность детей. Для сохранения душевного и физического здоровья дети должны бегать, прыгать, лазать, скакать и т. д. Опасения за судьбу мебели понятны и оправданны, но забота о ней не должна перевешивать заботу о здоровье ребенка. Подавление физической активности маленьких детей приводит к эмоциональному напряжению, которое выражается в повышенной активности и агрессивности.

Создание подходящих условий для прямой разрядки энергии в виде мышечной деятельности есть важнейшее условие привития хорошей дисциплины ребенку и обеспечения более легкой жизни для их родителей.

Укрепление дисциплины

Если чувства взрослого по поводу ограничений и запретов кристально ясны, а ограничения формулируются в необходимой форме, то ребенок обычно слушается родителя. Однако время от времени дети все же нарушают правила. Вопрос заключается в следующем: что делать, если ребенок преступает установленные ограничения своего поведения? В таком случае воспитательный процесс требует, чтобы родитель снова взял на себя роль доброго, но твердого взрослого. В ответ на нарушение ребенком установленных правил и ограничений родитель не должен становиться сварливым и многословным. Он не должен позволить втянуть себя в дискуссию по поводу честности или нечестности установленных запретов, пускаться в длинные объяснения по этому поводу. Нет необходимости объяснять ребенку, что нельзя бить младшую сестру, надо просто сказать: «Люди созданы не для того, чтобы их бить».

Стекло нельзя разбивать, потому что «окна созданы не для того, чтобы швырять в них камни».

Если ребенок преступает запрет, его волнение и тревога возрастают, так как он ждет расплаты и наказания. В этот момент родитель не должен усугублять тревогу ребенка. Если родитель говорит слишком много, он демонстрирует свою слабость в момент, когда должен показать силу. В такие моменты ребенок очень нуждается в союзе со взрослым, который должен помочь ему совладать со своими импульсами, не потеряв при этом лица. Следующие примеры иллюстрируют нежелательный подход к запретам.

М а т ь. Я вижу, ты не успокоишься до тех пор, пока я не начну кричать. Отлично. (Продолжает громким и пронзительным голосом.) Прекрати это немедленно, иначе я выбью из тебя эту дурь! Если ты еще что-нибудь бросишь, я за себя не отвечаю!

Вместо того чтобы использовать угрозы и посулы, мать могла бы гораздо эффективнее выразить свой гнев:

«Я просто выхожу из себя, когда вижу это».

«Это заставляет меня сердиться!»

«Это приводит меня в ярость!»

«Эти вещи не предназначены для того, чтобы их бросали! Для этого существует мяч!»

Чтобы укрепить дисциплину и подтвердить запрет и ограничение, родитель должен проявить осмотрительность и не превращать этот акт в противостояние характеров.

У р с у л а (на детской площадке). Мне здесь очень нравится, и я не пойду домой. Я хочу побыть здесь еще час.

О т е ц. Это ты говоришь, а я говорю, что ты сейчас же пойдешь домой.

Это высказывание может привести к двум результатам, оба из которых нежелательны: поражение отца или поражение дочери. Лучший подход – сосредоточиться на желании ребенка остаться, чем на сохранении отцовского авторитета. Например, отец мог бы сказать: «Я вижу, что тебе нравится здесь. Думаю, ты с удовольствием осталась бы здесь дольше, даже на десять часов. Но на сегодня хватит. Сейчас мы должны идти домой».

Если спустя одну или две минуты Урсула продолжает упрямиться, отец может просто взять ее за руку и повести домой. В отношениях с маленькими детьми действия бывают иногда красноречивее любых, самых громких слов.

Родители существуют не для того, чтобы их пинать

Детям ни при каких условиях нельзя разрешать поднимать руку на родителей. Такие нападения приносят большой вред как детям, так и родителям. Они заставляют ребенка испытывать тревогу и со страхом ждать возмездия. Родитель чувствует гнев и ненависть. Запрет бить родителей необходим для того, чтобы уберечь детей от страха, а родителей от чувства эмоциональной неприязни к ребенку.

Время от времени каждому из нас приходится быть свидетелями безобразных сцен, когда, например, мать, для того чтобы избежать удара по голени, предлагает ребенку вместо этого ударить ее по руке. «Можешь немного меня стукнуть, но так, чтобы мне не было по-настоящему больно», – просит тридцатилетняя мать, протягивая руку своему четырехлетнему сыну.

Так и тянет вмешаться и сказать: «Не делайте это, леди. Будет гораздо меньше вреда, если вы ударите его, а не он вас».

Мать должна немедленно остановить сына в этих желаниях:

«Не смей меня бить. Я не разрешаю тебе это делать».

«Если ты сердишься на меня, скажи мне об этом словами».

Запрет бить родителей не должен изменяться или отменяться ни при каких обстоятельствах. Эффективное воспитание основано на взаимном уважении родителя и ребенка без отказа родителя от своего положения взрослого. Говоря ребенку, что он может ее бить, но не смеет причинять ей боль, мать требует от ребенка невозможной для него, слишком тонкой способности к различению. Ребенка неудержимо потянет испытать запрет на прочность и самостоятельно найти разницу между игрой и настоящим ударом.

Телесные наказания

Телесные наказания, хотя они пользуются дурной репутацией, являются популярным способом образумить зарвавшегося ребенка. Обычно к попе ребенка прикладываются после того, как все угрозы и урезонивания прошли мимо цели. Чаще всего к битью прибегают в запальчивости, без предварительного плана, когда терпение родителя окончательно лопается по всем швам. В первый момент кажется, что порка – безотказное средство. Она снимает напряжение с родителя, а ребенка на некоторое время делает послушным. И как говорят некоторые родители, «разряжает атмосферу».

Если порка – эффективное средство, почему мы с таким тяжелым чувством к ней относимся? Мы почему-то не можем заглушить внутренний голос сомнения в долговременном эффекте физического наказания. Мы смущены необходимостью использования силы и беспрестанно уговариваем себя: «Это был лучший способ решения проблемы».

В телесном наказании неверен сам урок, который оно демонстрирует. Телесное наказание учит ребенка нежелательному методу подавления фрустрации. Оно в самой драматичной форме говорит ему: «Если ты разозлен – бей!» Вместо того чтобы показать наше возмущение и негодование цивилизованным способом, мы прививаем нашему ребенку нравы джунглей.

Одним из худших побочных эффектов физического наказания является то, что оно может помешать нормальному развитию совести у ребенка. Порка слишком легко освобождает от ответственности. Ребенок, расплатившись за плохой поступок, чувствует себя вправе повторить его. У ребенка развивается то, что Селма Фрайберг называет «бухгалтерским подходом» к плохому поведению. Этот подход позволяет плохо себя вести, набирая долг по статье «расходы», и раз в неделю или месяц расплачиваться с этими долгами телесным наказанием. Иногда дети сами провоцируют взрослых на порку. «Они сами иногда напрашиваются на трепку», – говорят родители.

Ребенок, который так поступает, нуждается в помощи, чтобы справиться с чувством вины и гнева, а не в уступке его «просьбе». Это не такая легкая задача; в некоторых ситуациях чувство вины и гнева можно уменьшить в ходе открытого обсуждения проступка. В других ситуациях потребности ребенка могут быть приняты без критики и ругани только наложением ограничений на его поступки. Порывы ребенка могут быть затем направлены на приемлемый символический объект, чтобы дать им выход. Когда ребенок получает возможность выражения чувства гнева и вины, а родители усваивают способ установления и укрепления запретов, необходимость в телесных наказаниях уменьшается.

Глава 6

Один день в жизни ребенка

Цивилизация отвела родителям роль убийц радости, которые должны говорить неумолимое «нет» самым большим радостям маленького ребенка: нельзя сосать большой палец, нельзя трогать член, нельзя ковырять в носу, нельзя играть с калом, нельзя шуметь. Цивилизация холодна и жестока к младенцам – вместо теплой мягкой груди она предлагает жесткую холодную чашку; вместо немедленного облегчения и ощущения тепла в пеленках она предлагает холодный и неудобный горшок и необходимость терпеть.

Некоторые ограничения в самом деле необходимы, чтобы ребенок стал социальным существом. Родители, однако, не должны увлекаться ролью полицейского, стоящего на страже интересов цивилизации, если хотят избежать ненужного возмущения и враждебности со стороны ребенка.

«С добрым утром»

Мать не должна быть человеком, который каждое утро будит своего ребенка-школьника. Ребенок будет возмущаться поведением матери, которая тревожит его сладкий сон и прерывает сладкие утренние грезы. Он страшится матери, которая каждое утро входит в его комнату, срывает с него одеяло и громко говорит: «Вставай, а то опоздаешь». Во всех отношениях лучше, если ребенка по утрам поднимает будильник. Тогда он не будет смотреть на мать как на бездушный «будильник».

Восьмилетняя Ивонна каждое утро с большим трудом встает с постели. Каждый раз она старается задержаться в кровати хотя бы на несколько бесконечно сладких минут. Мать пробовала поднимать ее ласково и сердито, но ничто не помогало: Ивонна по-прежнему не желала вставать. Она медлила с подъемом, завтракала из-под палки и в конце концов опаздывала в школу. Ежедневные споры постоянно сердили мать, вконец измотав ее.

Ситуация разительным образом изменилась, когда мать сделала дочери неожиданный подарок – электронный будильник. В коробке Ивонна нашла записку: «Ивонне, которая очень не любит людей, нарушающих по утрам ее сладкий сон. Теперь ты сама себе госпожа. Люблю, целую, мама». Ивонна была удивлена и очень обрадована. Она сказала: «Откуда ты знаешь, что я не люблю тех, кто будит меня рано утром?» Мать улыбнулась и ответила: «Я это вычислила».

Когда новенький будильник прозвонил на следующее утро, мать сказала Ивонне: «Еще так рано, доченька, почему бы тебе не полежать еще пять минут?» Ивонна выпрыгнула из кровати со словами: «Нет. Я же опоздаю в школу».

Не надо называть лентяем ребенка, который не может быстро встать ранним утром. Не надо также обзывать того, кто не сияет с утра, как новенький шиллинг, «сердитым котом». Не стоит высмеивать детей, которые с утра не в состоянии быть бодрыми и веселыми. Чем затевать с ними бесконечную и бессмысленную битву, лучше дать им полежать еще десять драгоценных минут: пусть они поспят или тихо помечтают в полудреме. Для этого надо поставить будильник на несколько минут раньше. Наши высказывания должны говорить скорее о сочувствии, чем о гневе, презрении или тревоге за здоровье ребенка:

«Трудно встать сегодня утром».

«Какое удовольствие еще немного поваляться в постели».

«Полежи еще пять минут».

Такие высказывания делают утро ясным и безмятежным, создают климат тепла и близкого доверия. Напротив, следующие высказывания сразу делают утро холодным и пасмурным:

«Вставай, лодырь».

«Сию же секунду вылезай из постели».

«Боже мой, ты же просто соня!»

Такие высказывания, как: «Почему ты до сих пор в кровати? Ты что, заболел? У тебя что-то болит? Может быть, у тебя болит животик? Или головка? Дай-ка я посмотрю твой язычок», заставляют ребенка предположить, что к нему относятся с нежностью только в случае, если он болен. Ребенок может подумать, что разочарует мать, если будет отрицать симптомы, какие она столь щедро перечислила. Чтобы доставить матери удовольствие, ребенок может милостиво сознаться, что действительно плохо себя чувствует.

Час пик

Если ребенка торопят, он начинает намеренно тянуть время. Чаще всего он сопротивляется окрикам «Поторопись!» тем, что начинает медленно все делать. То, что с первого взгляда кажется неумелостью, оказывается в действительности оружием, которым ребенок очень умело пользуется, сопротивляясь тирании неумолимого расписания, которое не он выдумал, которое ему совсем не нужно.

Ребенку редко надо напоминать, чтобы он поспешил. Вместо этого ему надо дать реалистичный промежуток времени и оставить его наедине с этим вызовом, чтобы он сам все успел сделать вовремя.

«Школьный автобус будет здесь через десять минут».

«Кино начинается в час. Сейчас двенадцать тридцать».

«Обед будет подан в семь часов; сейчас шесть тридцать».

«Твой гость придет через пятнадцать минут».

Цель нашего краткого высказывания заключается в том, чтобы показать ребенку, что мы надеемся и принимаем как должное, что он успеет все сделать вовремя.

Завтрак: еда без чтения морали

Завтрак – не самое подходящее время для того, чтобы обучать детей всеобщей философии, моральным принципам или хорошим манерам. Напротив, это самое подходящее время напомнить ребенку, что в его доме есть кухня и столовая с доброй атмосферой и вкусной едой.

Общим правилом должно стать следующее – завтрак не время для долгих разговоров. Очень часто родители и дети еще толком не проснулись и находятся в плохом настроении, поэтому даже пустячный спор может перейти в крупную ссору.

Более подробно о еде см. главу 4.

Одевание: битва за шнурки

В некоторых семьях между родителями и детьми каждое утро разворачивается настоящее сражение за шнурование ботинок. Один отец так выразился по этому поводу: «Когда я вижу своего сына с расшнурованными ботинками, то чувствую себя словно связанным. Я не знаю, надо ли нам заставлять его шнуровать ботинки, или пусть ковыляет, как хочет. Он будет просто счастлив, но неужели мы не должны научить его ответственности?»

Лучше всего не связывать чувство ответственности с завязыванием шнурков. Лучше избежать неприятных споров и купить ребенку ботинки на липучках или завязать ему шнурки без лишних слов и комментариев. Можно успокоить себя мыслью о том, что рано или поздно ваше чадо научится завязывать шнурки на ботинках.

Дети не должны ходить в школу одетые, как маленький лорд Фаунтлерой. Они не должны волноваться о том, как сохранить одежду чистой. Свобода ребенка бегать, прыгать и играть в футбол должна быть выше опрятности его одежды. Если ребенок приходит домой из школы в грязной рубашке, мать может спокойно сказать: «Кажется, у тебя сегодня был очень насыщенный день. Если хочешь переодеться, чистая рубашка висит в шкафу». Нет пользы напоминать ребенку о том, как он неуклюж, грязен и как мы устали стирать и гладить его рубашки. Реалистичный подход не опирается на допущение, что ребенок предпочтет чистоту возможности поиграть. Более того, мы должны считать само собой разумеющимся, что одежда ребенка недолго останется чистой после того, как он вышел из дома. Дюжина недорогих, немарких рубашек больше поможет душевному здоровью, чем дюжина проповедей на тему о чистоте и опрятности.

Более подробно проблема одежды обсуждается в главе 4.

Уход в школу

Можно с полным основанием ожидать, что в утренней спешке ребенок забудет собрать учебники, надеть очки, взять с собой пакет с завтраком или деньги на школьный завтрак. Лучше всего без лишних слов дать ему в руки то, что он забыл, чем читать ему мораль по поводу его забывчивости и безответственности.

«Вот твои очки». Это намного более удачная и полезная для ребенка фраза, чем «Интересно, доживу ли я до того светлого дня, когда ты вспомнишь о том, что носишь очки?». «Вот твой пакет с завтраком» – намного более полезное высказывание, чем «Какой ты рассеянный. Ты забыл бы дома свою голову, если бы она не сидела у тебя на плечах». «Вот деньги на школьный завтрак» – более подходящая для ребенка фраза, чем саркастический вопрос: «Интересно, на какие шиши ты сегодня купишь себе завтрак?»

Перед уходом в школу ребенку не следует давать много напутствий и предостережений. «Удачного дня» – гораздо лучше, чем общее предостережение «Смотри, ни во что не впутывайся». «Я жду тебя в два часа» намного удачнее, чем «Не болтайся по улицам после школы».

Возвращение из школы

Очень желательно, чтобы мать была дома и приветствовала ребенка после его возвращения из школы. Вместо того чтобы задавать ребенку вопросы, на которые даются истерные бесконечные повторениями ответы: «Как дела в школе?» – «Нормально». – «Что ты сегодня делал?» – «Ничего», мать может сказать нечто такое, что покажет ее сочувствие и понимание того, что в школе бывают всякие неприятности и трудности:

«Наверное, у тебя сегодня был трудный день».

«Бьюсь об заклад, что ты не мог сегодня дождаться, когда кончатся уроки».

«Кажется, ты очень рад, что вернулся домой».

Если мать не может быть дома к моменту возвращения ребенка из школы, очень полезно оставить записку о ее местонахождении. Некоторые родители детей школьного возраста оставляют им записки, что делает их взаимоотношения глубже и теснее. Любовь и одобрение гораздо легче выразить письменно. Некоторые родители записывают свои послания ребенку на магнитофон. Ребенок может прослушать мамини слова несколько раз: такие послания способствуют углублению значимых и осмысленных отношений между родителями и детьми.

Возвращение отца с работы

Когда отец приходит вечером домой, ему требуется некоторый переходный период, чтобы переключиться с требований внешнего мира на требования семьи. Отца не надо встречать на пороге градом требований, жалоб и просьб. Чай, горячий душ, письма, свежий журнал и краткий период «никаких вопросов» помогают создать мирный оазис, который в большей степени улучшает качество семейной жизни и уклада. С раннего детства ребенок должен приучиться к мысли о том, что папе после работы нужен короткий период покоя и комфорта, а время разговоров наступает за обедом. Главное внимание за обедом должно быть направлено не на физическую еду, а на пищу для размышлений. Не стоит много говорить о том, как и что ест ребенок, не надо заострять внимание на воспитательных акциях. Обед должен быть образцом старомодного искусства общения за столом.

Отход ко сну

Во многих семьях отход ко сну превращается в бедлам; при этом дитя и мать образуют «общество взаимной фрустрации». Ребенок хочет как можно дольше остаться со взрослыми, а мать всей душой жаждет уложить его в кровать как можно раньше. Вечер становится временем понукания и ругани для матери и временем тактических уловок для ребенка.

Детям дошкольного возраста требуется присутствие отца или матери, которые баюкают их. Время отхода ко сну можно использовать для доверительных разговоров с ребенком. Если такие разговоры имеют место, дети с нетерпением ждут времени укладывания в постель. Им нравится проводить время наедине с папой или мамой. Если родитель берет на себя труд внимательно слушать, ребенок привыкает делить с ним свои страхи, надежды и желания. Такие доверительные близкие контакты освобождают ребенка от тревоги и погружают его в приятный спокойный сон.

Некоторые более старшие дети тоже любят, когда их убаюкивают и укладывают спать. Такое желание надо уважать и выполнять. Детей не надо высмеивать и ругать за то, что взрослым кажется чистым младенчеством. Время отхода ко сну для старших детей может быть гибким. «Время спать – между восемью и девятью (или девятью и десятью). Ты сам решай, когда отправишься спать».

Лучше всего не вступать в пререкания с ребенком, если он заявляет, что забыл сходить в туалет или хочет попить. Однако ребенку, который часто зовет мать в свою спальню, надо сказать: «Я знаю, ты хочешь, чтобы я побыла с тобой подольше, но теперь я хочу побыть с папой». Дети должны понимать, что в семье существуют отношения и положения, в которых они не участвуют.

Никаких разрешений на развлечения

В некоторых семьях дети обладают правом вето на приходы и отлучки родителей из дома. Родителям приходится получать разрешение от детей, чтобы вечером уйти из дома. Некоторые матери не ходят в кино из опасения, что по возвращении их будет ждать маленький автор импровизированной театральной сцены негодования.

Родители не нуждаются в разрешении или согласии детей на то, как им жить своей жизнью. Если ребенок плачет из-за того, что мама и папа вечером уходят из дома, его не надо клеймить позором за страх, но и не надо подчиняться его капризу. Мы можем понять и посочувствовать его желанию не оставаться дома с няней, но не стоит и покупать у него лицензию на право развлечься. Мы можем с сочувствием сказать плачущему ребенку: «Я знаю, ты не хочешь, чтобы мы вечером уходили из дома. Иногда ты пугаешься, если нас нет. Ты хочешь, чтобы мы были с тобой, но сегодня мы с папой хотим пойти в кино (в гости, на обед, на танцы)».

Содержанием возражений, просьб или угроз ребенка можно пренебречь и не обращать на них внимания. Ответ должен быть дружеским, но твердым. «Ты хочешь, чтобы мы остались с тобой, но мы уже договорились о встрече и хотим этим вечером развлечься вдвоем с папой».

Телевидение: голые женщины и мертвецы

Ни одна дискуссия о дне ребенка не будет полной без оценки влияния телевидения на его ценности и поведение. Дети любят смотреть телевизор. Они предпочитают просмотр телевизионных программ чтению книг, прослушиванию музыки и беседам.

Дети – превосходная аудитория для разных телевизионных спонсоров. Они внушаемы и верят рекламе. Они учатся идиотскому хихиканью и глупым улыбкам, с удивительной легкостью испытывая счастье и терзая слух родителей, повторяют вслед за диктором глупые рекламные лозунги. Дети очень нетребовательны к программам, им не нужна оригинальность, они не понимают, что такое искусство. Лошади и верховые стрелки целиком завладевают их вниманием. И так в течение многих часов, изо дня в день дети сталкиваются с насилием и убийствами, чередующимися с глупым смехом и идиотской рекламой.

Родители испытывают к телевизору двойное чувство. Они любят телевидение за то, что оно отвлекает детей и избавляет их от хлопот. Но родителей беспокоит вред, который телевидение причиняет зрению и психике ребенка. Что касается зрения, то специалисты уговаривают нас, что вреда для него нет даже при длительном регулярном просмотре телевизионных программ⁶. Однако сведения менее определены в том, что касается воздействия телевидения на личность. Специалисты высказывают противоречивые мнения:

1. Телевидение – зло для ребенка. Оно порождает в детях жажду насилия и делает их нечувствительными к человеческим страданиям.

2. Телевидение – благо для детей. Воспроизведенное на экране насилие решительно помогает детям избавляться от враждебных побуждений.

3. Телевидение не оказывает на детей большого влияния, так как личность и ценности ребенка формируются под воздействием родителей и сверстников, а не под влиянием телевизионных картинок.

Но в одном сходятся все – телевидение поглощает значительную часть времени ребенка. Ребенок проводит у телевизора больше времени, чем общается с отцом и матерью. Даже если созерцание секса и жестокостей считать невинным удовольствием, оно все равно отвлекает ребенка от более конструктивной деятельности. В некоторых семьях детям разрешают смотреть телевизор только по выходным дням. В других семьях дети смотрят телевизор только в определенное время и только программы, отобранные для них родителями. Эти родители полагают, что телевизор, как и лекарства, надо давать в нужное время и нужными дозами.

Все большее число родителей осознают, что нельзя доверять детям выбор программ для просмотра. Они не хотят, чтобы убийцы и голые зады влияли на развитие их детей в их собственных гостиных.

Родители имеют полное право ограждать своих детей от созерцания грубого секса и воплощенного насилия. Хотя детей не следует держать в неведении относительно трагизма жизни, их надо защитить от развлечений, в которых жестокое отношение людей друг к другу предстает не трагедией, а формулой.

⁶ Менее утешительные сведения содержатся в статье «Эти усталые дети», опубликованные в журнале «Тайм» (6 ноября 1964 года, с. 76). На двух военно-воздушных базах педиатры были озадачены большой группой детей в возрасте от трех до двенадцати лет, страдавших хронической усталостью, головной болью, бессонницей, нарушениями пищеварения и рвотой. Не было найдено никаких объективных нарушений, которыми можно было бы объяснить эти симптомы. После многочисленных расспросов родителей было выяснено, что эти дети были патологически зависимы от телевизора. По будним дням они смотрели телевизор с трех до шести часов, а по субботам и воскресеньям с шести до девяти часов. Лечение было радикальным и эффективным: никакого телевидения на какое-то время. Там, где это предписание было соблюдено, симптомы исчезли; там, где родители проигнорировали советы врачей, симптомы остались.

Глава 7 Ревность

Трагическая традиция

Ревность в отношениях между братьями имеет древнюю и трагическую историю. Первый убийца, описанный в Ветхом Завете, был Каин, убивший своего брата Авеля. Мотивом послужило соперничество братьев. Иаков избежал смерти от рук своего брата Исав только потому, что бежал из дома и укрылся на чужбине. А сыновья Иакова так завидовали своему младшему брату Иосифу, что бросили его в змеиную яму, заменив позже этот смертный приговор продажей в пожизненное рабство. Братья продали Иосифа купцам, караван которых проходил мимо по пустыне.

Что говорит нам Библия по поводу природы и истоков такой ревности? В каждом из этих случаев ревность была спровоцирована родителем, который оказывал предпочтение одному из детей. Каин убил Авеля после того, как Бог призрел на дары Авеля, а на дары Каина не призрел. Исав ревновал, потому что его мать оказывала явное предпочтение Иакову, помогая ему получить отцовское благословение. Братья завидовали Иосифу, потому что отец любил его больше других и одаривал «красивыми одеждами», забыв научить сына не хвастать бесстыдно своим привилегированным положением.

Дети любят слушать и читать истории о зависти и мести. Этот мотив чарует их, проникая до глубины детской души. Очень интересно отметить, что симпатии детей не всегда оказываются на стороне жертвы.

Не столь благословенное событие

В отличие от своих родителей дети никогда не ставят под сомнение существование ревности в семье. Им хорошо известно ее значение и воздействие. Независимо от того, насколько тщательно готовят детей к событию, появление в семье нового человека вызывает у старших детей ревность и обиду. Известно, что никакие, даже самые лучшие объяснения не могут убедить мать мужа отдать дом и хозяйство на произвол молодой невестки. Ни одна примадонна без боя не делится своей славой с восходящей звездой сцены. Во всех этих случаях обязательно возникают ревность, зависть и соперничество. Неспособность предвидеть их или удивление по их поводу есть невежество, которое никому не приносит счастья.

Появление второго ребенка в семье – это настоящий кризис в жизни первого. Резко нарушается весь привычный уклад жизни, и старшему ребенку требуется помощь, чтобы правильно сориентироваться и не сбиться с верного пути. Чтобы действительно помочь ребенку, а не просто проявить не нужную ему сентиментальность, мы должны знать нашу «звезду» и его истинные чувства.

Когда ребенку говорят о рождении брата или сестры, лучше избегать длинных объяснений и внушения ложных надежд, таких, как: «Мы так тебя любим, и ты такой чудесный, что мы с папой решили завести еще одного ребенка, такого, как ты. Ты тоже полюбишь нового малыша. Ты будешь им гордиться. У тебя появится верный товарищ по играм».

Такие объяснения не честны и не убедительны. Гораздо логичнее предположить, что ребенок сделает из него не тот вывод, на который они рассчитаны: «Если бы они и вправду любили меня, то им не понадобился бы второй ребенок. Я для них недостаточно хорош, и они решили заменить меня более совершенной моделью».

Очень обидно разделять с другим материнскую любовь. В представлении ребенка такое разделение всегда означает, что получишь меньше, как при дележке яблока или жевательной резинки. Перспектива делить мать с кем-то еще очень тревожит ребенка, а наши надежды на то, что ребенок придет в восторг по поводу новорожденного, находятся вне пределов детской логики. По мере того, как развивается беременность, опасения ребенка и его подозрения оправдываются во все большей степени. Ребенок видит, что хотя младенца еще нет, но он уже занимает часть матери. Мать становится менее доступной для него. Она то лежит больная в постели, то устала, то отдыхает. Ребенок не может даже посидеть у нее на коленях, потому что мамин живот уже занят скрытым, но занимающим все пространство прищельцем.

Представление прищельца. О рождении младенца ребенку можно сообщить без всякой помпы и фанфар. Вполне достаточно констатировать: «В нашей семье будет еще один ребенок». Независимо от немедленной реакции ребенка на эту новость, мы должны знать, что на уме у него множество невысказанных вопросов, а на сердце затаенное беспокойство. К счастью, мы – родители, и в нашей власти помочь ребенку пережить этот трудный этап его жизни.

Ничто не может изменить факта, что новый член семьи – угроза чувству безопасности старшего ребенка. Но укрепится или исказится его характер под действием стресса и напряжения, вызванного кризисом, зависит от нашей мудрости и умения справиться с ситуацией. Ниже приводится крайний пример опустошающего воздействия на ребенка известия о появлении на свет маленького брата:

«Когда родился Джон, отец взял меня с собой навестить его в родильном доме, и я до сего дня помню, как смотрел на этого краснолицего ребенка в маминых руках и слушал, что говорил мне отец: «Теперь ты должен стать намного лучше, чем был раньше, потому что у нас появился еще один ребенок. Ты больше не единственный. Теперь у нас есть ты и

твой маленький брат. Теперь вас двое там, где раньше был только один ты». Думаю, с тех пор вся моя жизнь была посвящена одному – во всем превзойти брата и сделать его жизнь невыносимой».

А следующий ниже пример демонстрирует, как надо представлять старшему ребенку только что родившегося младенца.

Когда пятилетняя Вирджиния узнала, что ее мать беременна, она очень обрадовалась. Будущую жизнь с маленьким братиком она представляла себе безоблачной, полной роз. Мать не поощряла такой однобокий взгляд на вещи и сказала дочери: «Иногда он будет забавным, но иногда от него будет масса хлопот. Иногда он будет плакать и выводить нас всех из себя. Он будет мочиться в кроватку и какать в пеленки, и тогда от него будет плохо пахнуть. Маме придется купать его, кормить его и заботиться о нем. Ты, возможно, почувствуешь себя брошенной. В тебе проснется ревность. Может быть, ты даже скажешь себе: «Она больше меня не любит, она любит нового младенца». Когда ты это почувствуешь, обязательно подойди ко мне, и я приласкаю тебя, поэтому не беспокойся о том, что перестану тебя любить».

Некоторые родители опасаются использовать такой подход. Они боятся закладывать в голову ребенка «опасные идеи». Таких родителей можно уверить в том, что эти идеи не новы для детей, и высказывание их вслух не принесет ничего, кроме пользы. Они иммунизируют детей против чувства вины, способствуют сближению с родителями и облегчают общение. Ребенок самой природой предрасположен чувствовать гнев и негодование по поводу новорожденного. Будет лучше, если он сможет открыто высказать свои муки и недовольство, чем станет тайно лелеять их в своей душе.

Выражение ревности: слова или симптомы?

Если ребенок подавляет свою ревность, она проявляется в замаскированной форме в виде некоторых симптомов или плохого поведения. Так, если ребенок недоволен своим младшим братом, но ему запрещено высказывать недовольство, ему может присниться сон, как он выбрасывает младенца из окна десятого этажа. Этот сон пугает ребенка, и он с криком просыпается. Он может даже подбежать к кровати брата, чтобы убедиться, что тот остался на месте. Его радость в этот момент родители могут принять за любовь.

Ночные кошмары – это детский способ передать, что он боится высказать словами. Гораздо лучше, если ребенок может выразить свой гнев и ревность словами, а не кошмарными ночными сновидениями.

Вскоре после рождения сестры пятилетний Уоррен перенес несколько приступов бронхиальной астмы. Родители подумали, что Уоррен очень бережно относится к сестре и «любит ее до смерти» (словосочетание «до смерти» очень удачно). Врач не нашел никаких физических причин астмы и направил мальчика в психотерапевтическую клинику, где его научили выражать свой гнев и ревность словами, а не хрипами.

Некоторые дети выражают свою ревность кашлем и кожной сыпью, но не словами. Другие мочатся в постель, выражая одним органом то, что им следовало бы выразить другим. Некоторые дети начинают отличаться деструктивным поведением – они бьют посуду вместо того, чтобы словесно выразить свою ненависть. Другие дети, замещая объект ненависти, начинают грызть ногти и крутить волосы вместо того, чтобы кусать и щипать своих маленьких братьев и сестер. Все такие дети должны выражать свои чувства словами, а не такими и подобными симптомами. Родители, только они одни могут реально помочь своим детям открыть путь чувствам.

Многоликость ревности. Чтобы обеспечить безопасность семьи, родители должны допустить, что их дети страдают ревностью, хотя она может быть не видна невооруженным глазом. Ревность может принимать множество обликов и надевать множество масок: она может проявиться повышенной склонностью к соревнованиям или, наоборот, уклонением от соревнований; в тщеславии или необыкновенной покорности, в безграничной щедрости или беспощадной жадности. Горькие плоды неразрешенного детского соперничества мы пожинаем потом в своей взрослой жизни. Пережитая в детстве и не нашедшая выхода ревность заставляет людей, ведя машину, обгонять все попутные автомобили; рвать на себе волосы от проигранной партии в пинг-понг; ставить на карту жизнь и состояние, лишь бы отстоять свою действительную или мнимую правоту; вкладывать в какое-то дело больше всех других партнеров, даже если такой вклад превышает финансовые возможности. Можно часто видеть примеры иного рода, когда люди избегают любой конкуренции, чувствуют свое поражение еще до начала борьбы, постоянно занимают последние места, не отстаивают даже свои законные права. Таким образом, соперничество между братьями и сестрами портит жизнь ребенка в большей степени, чем это представляют себе взрослые.

Соперничество и ревность могут изуродовать личность и исказить характер.

Происхождение ревности. Ревность проистекает из стремления ребенка быть у матери единственным. Это стремление так сильно, что ребенок не терпит никакого соперничества. Когда в семье появляются новые братья и сестры, ребенок начинает бороться с ними за исключительное право на любовь обоих родителей. Борьба эта может быть явной или скрытой, в зависимости от отношения родителей к детской ревности. Некоторые родители бывают нетерпимы к детской ревности и наказывают любое ее открытое проявление. Другие родители проделывают поистине акробатические трюки, ухитряясь не давать детям поводов к ревности. Они стараются убедить детей, что любят их одинаково, поэтому у них нет при-

чин для ревности. Подарки, похвалы, поездки, поблажки, одежда и еда измеряются и делятся между детьми поровну, справедливо для всех.

Но ни один из этих подходов не освобождает детей от зависти. Ни равные наказания, ни равные похвалы не способны заглушить стремление к исключительной любви. Поскольку такое желание невыполнимо, то ревность никогда нельзя полностью предотвратить. Но будет ли ревность гореть ровным слабым огнем или превратится во всепожирающее пламя, зависит от наших отношений и поступков.

Отношения, которые питают ревность

В обычных условиях возрастные и половые различия могут стать причиной ревности между братьями и сестрами. Старшему брату завидуют, потому что у него больше привилегий и он пользуется большей независимостью. Младшему ребенку завидуют, потому что его больше других оберегают. Девочка завидует брату, потому что у него есть половой член и он пользуется большей свободой. Брат завидует сестре, потому что к ней относятся особенно, не так, как к нему.

Опасность возникает тогда, когда родители, исходя из своих собственных нужд, начинают подчеркивать половые и возрастные различия. Когда беспомощность ползунка ставят выше независимости шестилетнего ребенка или наоборот, возникает питательная почва для ревности. То же самое верно, когда ребенка переоценивают за его пол, внешность, ум, музыкальные способности или общительность. Богатые природные данные могут стать причиной зависти, но повышенное внимание к этим чертам или таланту – вот что становится причиной беспощадного соперничества между детьми.

Мы не хотим сказать, что к большим и маленьким детям надо относиться совершенно одинаково. Напротив, чем старше становится ребенок, тем больше должно быть у него привилегий и ответственности. Вполне естественно, что старший ребенок будет получать больше карманных денег, позже ложиться спать и дольше гулять на улице, чем его младшие братья и сестры. Такие привилегии даются открыто и щедро, поэтому все дети понимают, что получают их, когда вырастут.

Младший ребенок может завидовать привилегиям старшего. Мы можем и должны помочь ему справиться с такими чувствами не объяснением факта, а пониманием его эмоций:

«Ты тоже хочешь не ложиться спать так рано».

«Ты хотел бы быть старше».

«Ты очень хотел бы, чтобы тебе сейчас было не шесть, а девять лет».

«Я все понимаю, но тебе пора спать».

Родители могут, сами того не сознавая, разжигать ревность, принося интересы одного ребенка в жертву интересам другого:

«Малышу нужна твоя кровать. Сегодня ты будешь спать на диване».

«Прости, мы не можем купить тебе в этом году новые коньки. Нам нужны деньги, чтобы купить малышу новую зимнюю одежду».

Опасность заключается в том, что ребенок начинает чувствовать себя обездоленным, изгоем, который лишен не только каких-то вещей, но внимания и заботы взрослых; переживания такого рода надо смягчать вниманием и пониманием.

Что делать с ревностью?

Маленькие дети выражают свою ревность весьма недипломатично: они интересуются, не умирают ли младенцы; спрашивают, нельзя ли отправить его обратно в родильный дом или выбросить в мусорное ведро. Более предприимчивые малыши могут даже разработать целую военную операцию против захватчика. Они начинают обращаться с ним без всякой пощады: обнимают, как удавы, толкают, бьют или тузят, как только предоставляется такая возможность. В крайних случаях такие дети могут причинить младенцу непоправимые травмы.

Как родители, мы не можем допустить, чтобы ребенок задира́л младшего брата или сестру. Садистские проявления, словесные или физические, надо прекращать, так как они приносят вред и жертве и задире. Оба ребенка нуждаются в нашей силе и заботе. К счастью, чтобы защитить физическую безопасность младшего ребенка, нам нет нужды нарушать эмоциональную безопасность ребенка старшего.

Если трехлетний забияка обижает младенца, его надо немедленно остановить и открыто заявить о его мотивах:

«Ты не любишь малыша».

«Ты злишься на него».

«Покажи мне, как ты сердит. Давай, давай, я посмотрю, как это выглядит».

Ребенку после этого надо вручить куклу, на которой он может спокойно выместить свой гнев. Он может избить куклу, ткнуть ей пальцами в глаза, бросить ее на пол и даже потоптать ногами.

Можно не трудиться советовать ребенку, что ему делать с куклой, он сам прекрасно знает, что надо делать.

Наша роль сводится к роли нейтрального наблюдателя, мы должны выразить свое отношение к происходящему сочувственным языком. Нас не должна потрясать свирепость чувств или жестокость действий. Чувства честны, а действия совершенно безвредны. Лучше, когда гнев ребенка направлен символически на неодушевленный предмет, чем непосредственно на живого ребенка или косвенно на самого себя.

Наши комментарии должны быть краткими и спокойными:

«Да, ты показал мне, как ты зол!»

«Теперь мама все поняла».

«Когда ты разозлишься в следующий раз, приди ко мне и все расскажи».

Чтобы притушить ревность, такой подход полезнее, чем наказание или оскорбление. Напротив, приведенный ниже подход нельзя назвать полезным.

Мать застаёт четырехлетнего Уолтера за тем, что он тащит по полу за ноги своего брата. Мать взрывается: «Что с тобой происходит? Ты хочешь его убить? Ты хочешь убить своего родного брата? Ты не понимаешь, что можешь искалечить его на всю жизнь? Ты хочешь, чтобы он стал калекой? Сколько раз я говорила тебе: не вытаскивай его из кровати. Не трогай его, вообще никогда не прикасайся к нему, слышишь?!»

Старшим детям тоже нельзя позволять скрывать свою ревность. С ними можно разговаривать об этом более откровенно:

«Легко видеть, что тебе не по нраву малыш».

«Ты очень хотел бы, чтобы его здесь не было».

«Ты очень хотел бы остаться единственным».

«Ты хотел бы, чтобы я была только твоя мама».

«Ты сердишься, когда видишь, как я вожусь с ним».

«Ты хочешь, чтобы я была с тобой».

«Ты был так рассержен, что даже ударил его. Я не могу допустить, чтобы ты обижал его, но ты можешь сказать мне, когда ты чувствуешь себя покинутым».

«Когда ты чувствуешь себя одиноко, я буду уделять тебе больше времени, чтобы тебе не было так скучно, тоскливо и одиноко».

Любовь – одинаковая или уникальная? Качество или равенство?

Тот, кто хочет быть безукоризненно честным с каждым ребенком, кончает тем, что приходит в ярость по отношению ко всем. Если мать не может дать большего яблока одному из детей или крепче обнять его, чтобы не обидеть остальных, то жизнь превращается в подлинный ад и становится невыносимой. Усилия, направленные на измерение эмоциональных и материальных даров, могут измотать и разозлить любого человека. Дети не стремятся к равным долям любви; они хотят, чтобы их любили неповторимо, а не одинаково с другими.

Мы не любим всех наших детей одинаково, и нет нужды притворяться, что это не так. Любовь к каждому ребенку неповторима, и мы не должны это скрывать. Чем более бдительными мы становимся, боясь нарушить равенство и проявить дискриминацию, тем более бдительным становится каждый ребенок, подмечая моменты малейшего неравенства. Неосознанно и непреднамеренно мы оказываемся в положении обороняющегося перед детским боевым кличем: «Нечестно!»

Давайте не будем поддаваться детской пропаганде, не будем искать оправдания, отстаивать свою невиновность или опровергать детские обвинения. Давайте противостоять искушению и не объяснять положение вещей или защищать свою позицию. Не дадим втянуть себя в бесконечные споры о честности или нечестности наших решений. И сверх всего, давайте не втягиваться в расчеты и деление на порции нашей любви, оправдываясь честностью и справедливостью.

Давайте показывать каждому ребенку уникальность нашего отношения к нему, а не честность или одинаковость этого отношения.

Когда мы проводим несколько минут или несколько часов с одним из наших детей, то нужно быть с ним полностью, без остатка. На это время пусть мальчик почувствует, что он наш единственный сын, а девочка почувствует, что она наша единственная дочь. Когда мы выходим на улицу с одним из наших детей, давайте не будем думать о других; не будем говорить о них или покупать им подарки. Чтобы этот момент близости стал памятным, наше внимание должно быть в такие моменты нераздельным.

Глава 8

Источники детской тревожности

Все родители знают, что дети часто страдают страхами и тревожностью. Но не все родители знают, откуда берется эта тревожность. Родители часто спрашивают: «Откуда берется страх у моего ребенка? У него нет причин чего-либо бояться». Один отец зашел так далеко, что сказал своему охваченному тревогой сыну: «Прекрати нести чушь, ты же знаешь, что совершенно счастлив».

Видимо, будет полезно описать некоторые источники тревожности у детей и предложить некоторые способы борьбы с ней.

Тревожность как следствие страха быть брошенным

Самый большой страх, который может испытать ребенок, – это страх лишиться родительской любви, страх того, что родители его бросят. Джон Стейнбек очень выразительно описал этот страх в своем романе «К востоку от рая»: «Самый большой ужас, какой может испытать ребенок, это ужас от мысли, что его могут не любить, а отверженность – это ад, которого он страшится больше всего на свете. Вслед за отверженностью является злоба, а с ней приходит стремление к какому-то преступлению, выступающему в виде мщения. Один ребенок, лишенный любви, которой он жаждет, бьет ногой кошку и держит в тайне этот проступок. Другой ворует деньги, думая, что они принесут ему любовь. Третий покоряет мир; во всех этих случаях их гложет вина, которую вытесняют мщением, влекущим за собой еще большее чувство вины».

Ребенок никогда не должен испытывать угрозу того, что его бросят. Ни в шутку, ни в запальчивости не должен родитель грозить ребенку тем, что оставит его одного. Часто можно слышать, как отчаявшаяся мать кричит на улице или в супермаркете своему закопавшемуся ребенку: «Если ты сейчас же не двинешься с места, я оставляю тебя здесь!» Такое заявление мгновенно пробудит всегда дремлющий в душе ребенка страх, что его бросят. Эта угроза раздувает пламя фантазий, рисующих в мозгу ребенка страшную картину одиночества в этом мире. Если дитя по каким-то причинам не хочет идти, то лучше силой потащить его за руку, чем грозить оставить одного.

Некоторые дети пугаются, не застав маму дома по возвращении из школы. Мгновенно просыпается дремавший до того страх быть покинутым. Как я уже упоминал, в таких случаях бывает полезно оставлять на столе записку о местопребывании матери или записать сообщение на магнитофон. Записанные на пленку сообщения особенно полезны для маленьких детей. Спокойный голос родителя и слова любви помогают малышу перенести временную разлуку без излишней тревожности.

Если жизненные обстоятельства заставляют нас надолго разлучаться с детьми, то к такой разлуке их надо подготовить заранее. Некоторым родителям бывает трудно признаться маленьким детям, что они уходят на операцию, уезжают в отпуск или едут в служебную командировку. Боясь реакции детей, они уходят из дома ночью, когда ребенок спит, или когда он находится в школе, а положение ему объясняет оставленный с ним родственник или няня.

Мать трехлетних двойняшек должна лечь в больницу на операцию. Обстановка в доме была напряженной и нервной, но детям ничего не сказали. В день госпитализации мать взяла с собой сумку и сказала, что идет в супермаркет. Она ушла из дома и вернулась только через три недели.

На все это время дети совершенно потеряли присутствие духа. Никакие объяснения отца не могли их утешить. Каждый вечер, ложась спать, они плакали. Весь день они проводили у окна, ожидая возвращения мамы.

Дети легче переносят стресс разлуки, если подготовлены к ней предыдущим опытом. Подготовка предусматривает нечто большее, чем обычное словесное объяснение. Она требует общения с ребенком на знакомом ему языке игрушек и игр.

За две недели до своего ухода в больницу мать сказала об этом надвигающемся событии трехлетней дочери Иветте. Иветта проявила к этому сообщению мало интереса, но мать не дала себя обмануть этим отсутствием любопытства со стороны дочери и предложила ей поиграть в уход в больницу. Мать сказала: «Давай поиграем в игру «Мама уходит в больницу». Она специально для этого купила набор кукол, которые должны были изображать членов семьи, врача и медицинскую сестру. Манипулируя игрушками и разговаривая от их имени, мать начала игру.

«Мама идет в больницу, чтобы поправиться. Мамы не будет дома. Иветта спрашивает: «Где мама? Где мама?» Но мамы нет дома. Ее нет на кухне, ее нет в спальне, ее нет и в гостиной. Мама в больнице, у доктора, она хочет поправиться. Иветта плачет: «Я хочу к мамочке. Я хочу к мамочке». Но мама в больнице, она поправляется. Мамочка любит Иветту и скучает по ней. Иветта тоже скучает по маме. Потом мама возвращается домой, и Иветта очень радуется».

Мать и дочь много раз разыгрывали драму разлуки и воссоединения. Сначала мать говорила за всех персонажей, потом эту роль постепенно взяла на себя дочка. Играя разными куклами, она просила доктора и медсестру хорошо заботиться о мамочке и поскорее отпустить ее домой.

Перед самым уходом мамы в больницу Иветта попросила ее еще раз повторить игру. Иветта сама сыграла всю «пьесу» и уверенно закончила представление: «Не волнуйся, мамочка. Я буду дома, когда ты вернешься».

Перед тем как уйти, мать сделала еще несколько полезных приготовлений. Она познакомила Иветту с новой домработницей, поставила на ночной столик дочери большую фотографию, на которой она была снята с дочерью, оставила нежное послание, записанное на портативный магнитофон. В моменты неизбежного одиночества изображение мамы и ее нежный голос внушали Иветте уверенность в близости материнской любви.

Чувство вины как причина тревожности

Родители часто вольно или невольно возбуждают в детях чувство вины. Чувство вины, как соль, может служить полезной добавкой, придающей вкус жизни, но не может быть основным блюдом. Если ребенок нарушает правила общественного или нравственного поведения, это готовит почву для неодобрения и чувства вины. Однако если ребенку запрещают отрицательные чувства и «отвратительные» мысли, он неизбежно начнет испытывать избыточное чувство вины и тревожность.

Для того чтобы избежать появления у ребенка ненужного чувства вины, родители должны поступать с прегрешениями ребенка так же, как хороший механик поступает с машиной, когда она ломается. Он не стыдит владельца, а просто указывает на те части машины, которые должны быть отремонтированы. Он не клеймит позором стук двигателя и скрип тормозных колодок, а использует эти звуки для диагностики поломки. Он спрашивает себя: «В чем возможная причина неисправности?»

Для ребенка очень важным и благотворным является знание того, что он в самом деле свободен в своих мыслях и чувствах, которые не ввергают его в опасность лишиться родительской любви и поддержки. Очень полезны в этом отношении следующие родительские высказывания:

«Ты чувствуешь это так, а я чувствую по-другому. Мы по-разному относимся к этому предмету».

«Твое мнение кажется тебе истинным. Мое мнение другое. Я уважаю твой взгляд, но сам смотрю на эти вещи по-иному».

Родители могут невольно поселить в душе ребенка чувство вины своим многословием и ненужными объяснениями. Особенно верно это в отношении «современных» родителей, которые полагают, что должны управлять ребенком с его осознанного согласия, даже если предмет объяснения сложен, а сам ребенок еще очень незрелый.

Пятилетний Закари сильно разозлился на воспитательницу детского сада за то, что она не была в саду две недели из-за болезни. Когда она, наконец, вернулась, он схватил ее шляпу и выбежал с ней во двор. Мать и воспитательница бросились вслед за ним.

Воспитательница сказала: «Это моя шляпа, верни ее мне».

Мать пустилась в долгие объяснения: «Закари, ты же отлично знаешь, что это не твоя шляпа. Если ты не отдашь ее, то мисс Марта может простудиться и снова заболеть. Ты же знаешь, что она уже болела две недели; ведь так, мисс Марта? Закари, ты не хочешь, чтобы твоя воспитательница опять заболела? Не хочешь?»

Опасность таких объяснений заключается в том, что теперь ребенок, скорее всего, почувствует свою ответственность и вину за болезнь воспитательницы. Длинные объяснения бесполезны и вредны. Самое главное в тот момент было вернуть шляпу законной владелице. Одна шляпа в руках лучше двух объяснений во дворе.

Может быть, позже воспитательнице следует обсудить с Закари его гнев из-за ее отсутствия и выявить способы справиться с недовольством мальчика.

Тревожность, вызванная отрицанием самостоятельности и понижением статуса

Если ребенку не разрешают принимать на себя ответственность за действия, к которым он уже готов, то внутренней реакцией будет недовольство и гнев. Гнев пробуждает мстительные фантазии, которые приводят к чувству вины или страху возмездия. В любом случае у ребенка возникает тревожность.

Маленькие дети не могут сразу мастерски овладеть бытовыми навыками. Они долго возятся со шнурками, застегивают одежду, им требуется много времени, чтобы надеть калоши, отвинтить крышку от банки или повернуть дверную ручку. Лучшей помощью в данном случае является терпеливое ожидание и ненавязчивые замечания о трудности манипуляций: «Не так-то легко надеть эти калоши», «У этой банки очень плотная крышка».

Такие замечания помогают ребенку в любом случае, справился он с задачей или нет. Если у него получается, то он испытывает удовлетворение, так как справился с трудным делом. Если же у него ничего не выходит, он находит утешение в том, что его родители понимают, что задача была очень трудна. В обоих случаях ребенок чувствует сочувствие и поддержку, которые приводят к лучшему взаимопониманию между ним и его родителями. Ребенок не чувствует себя ущемленным оттого, что не смог справиться с задачей.

Очень важно, чтобы жизнь ребенка не направлялась родительской потребностью в эффективности его действий. Эффективность враг детства. Эффективность очень дорого обходится неустойчивой детской эмоциональной экономике. Она иссушает ресурсы ребенка, препятствует развитию, заглушает интерес и может привести к эмоциональному банкротству.

Тревожность как следствие трений между родителями

Когда родители ссорятся, дети испытывают тревогу и вину: тревогу – потому что под угрозой оказывается их дом, а вину – потому что чувствуют свою действительную или мнимую роль в семейных трениях. Оправданно или нет, но дети считают, что именно они являются яблоком раздора.

Дети не остаются нейтральными в этой гражданской войне: они принимают сторону отца или сторону матери. Последствия губительно сказываются на их психосексуальном развитии и развитии характера. Если мальчик отвергает отца, а девочка – мать, то они остаются без соответствующей модели своей самоидентификации. Такой отказ выражается отвращением к идентификации черт характера, к стремлению превзойти в ценностях и к имитации поведения. В крайних случаях такой отказ может иметь своим результатом нарушение половой идентификации и неспособность выполнить свое биологическое предназначение. Если же мальчик отвергает мать, а девочка отца, то ребенок может вырасти подозрительным и враждебным по отношению ко всем представителям противоположного пола.

Если родители вынуждены соревноваться между собой за привязанность детей, они часто прибегают к не педагогическим способам: подкупу, лести и лжи. В этих случаях дети вырастают с раздвоенным чувством привязанности и с привычкой к двойственности. Более того, желание защитить одного родителя от другого или играть с помощью одного родителя против другого оставляет неизгладимый след в психике ребенка на всю жизнь. С раннего детства они начинают представлять себе свою раздутую значимость для сражающихся родителей и постоянно повышают свою цену в этой игре. Они учатся манипулировать и эксплуатировать, плести заговор и шантажировать, шпионить и сплетничать. Они учатся жить в мире, где цельность – это помеха, а честность – недостаток; в мире, который питает и вознаграждает психопатическое поведение.

Тревожность вследствие ограничений физической активности

Во многих современных семьях маленькие дети чувствуют себя подавленными из-за ограничения места для двигательной активности. Тесные квартиры и дорогая мебель накладывают строгие ограничения на удовольствия ползать, побегать и попрыгать. Такие ограничения начинают преследовать детей с самого раннего детства. Ребенку могут запретить стоять в коляске, ползунку не разрешают взбираться на ступеньки, а дошкольнику не позволяют бегать по комнате.

Дети, подвергающиеся таким ограничениям, накапливают в душе напряжение, которое создает тревожность. Решение проблемы заключается в самом ее описании. Маленькие дети должны иметь возможность разряжать свое напряжение двигательной активностью. Им нужно пространство для бега и материалы для игры. Им нужна комната или двор, которые позволяют свободно двигаться; разумеется, в пределах психологической безопасности.

Тревожность, обусловленная смертью

Для взрослых трагедия смерти связана с ее необратимостью. Смерть, окончательная и вечная, знаменует собой крушение и конец всех надежд. Поэтому лично человек никогда не приемлет смерть; никто не может представить себе свою кончину, растворение в небытии собственного «я». Собственное «я» состоит из памяти и надежд, прошлого и будущего, а ни один человек не мыслит себя без будущего. Утешение, которое приносит человеку вера, находится именно в этом измерении. Вера предлагает человеку будущее, поэтому он может жить и умирать в мире.

Если смерть является загадкой для взрослого, то для ребенка это тайна за семью печатями, окруженная вуалью неподдельной мистики. Маленький ребенок не может осознать, что смерть – это навсегда; а его родители или молитвы самого ребенка не могут вернуть ушедшего. Бесполезность магических желаний перед лицом смерти – тяжкий удар для ребенка. Этот удар потрясает веру ребенка в его способность влиять на ход событий мышлением в благоприятном направлении, заставляет его чувствовать себя слабым и испытывать тревогу. Ребенок видит, что, несмотря на его слезы и протесты, любимый человек или любимое животное не может больше быть с ним. Следовательно, он чувствует себя покинутым и нелюбимым. Этот страх отражается в вопросе, который дети в таких случаях часто задают своим родителям: «Когда ты умрешь, ты все равно будешь меня любить?»

Некоторые родители стремятся уберечь ребенка от чувства боли и горя от потери любимого существа. Если погибает золотая рыбка или черепаха, то родители спешат заменить их другими животными, надеясь, что ребенок не заметит разницы. Если же умирает собака или кошка, то родители стараются сразу же купить горюющему ребенку более красивое или более дорогое животное.

Какой урок извлекает ребенок из раннего опыта внезапной потери и быстрого ее возмещения? Он может заключить, что потеря любимого существа не имеет большого значения, любовь можно легко трансформировать, а верность перенести на другой объект.

У ребенка нельзя отнимать право на горе и скорбь. Он должен быть свободен в изъяснении печали от потери любимого существа. При этом усиливается человечность ребенка, облагораживается его характер, когда он учится оплакивать конец жизни и уход любви.

Основной предпосылкой является то, что ребенка нельзя исключать из печалей и радостей, которые неизбежно переживает семья на протяжении своей истории. Когда кто-то умирает, а ребенку не говорят, что случилось, он может запутаться в неопределенной тревожности. Или он заполнит образовавшуюся пропасть в своем знании страшными и путанными собственными объяснениями. Он может обвинить в потере себя и почувствовать отчуждение не только от мертвого, но и от живых.

Первым шагом в помощи ребенку выдержать столкновение с утратой является позволение полностью выразить все его страхи, фантазии и чувства. Душевный комфорт и утешение приходят от разделения сильных эмоций с заботливым и внимательным слушателем, которому, как чувствует ребенок, он не безразличен. Родители могут также вставлять слова, обозначающие чувства, которые ребенок испытывает, но затрудняется высказать словесно. Например, после смерти бабушки, к которой ребенок был очень сильно привязан, родитель может сказать:

«Ты тоскуешь по бабушке».

«Тебе очень ее не хватает».

«Ты так сильно ее любил».

«И она любила тебя».

«Ты хочешь, чтобы она снова была с нами».

«Ты хочешь, чтобы она была жива».

«Трудно поверить, что она умерла».

«Трудно поверить, что ее нет больше с нами».

«Ты так хорошо ее помнишь».

Такие высказывания говорят ребенку, что родителей интересуют его чувства и мысли, побуждают ребенка поделиться с родителями своими страхами и фантазиями. Он может поинтересоваться, больно ли умирать, возвращаются ли мертвые, умрет ли он сам и его родители. Ответы должны быть краткими и правдивыми: когда человек умирает, тело не чувствует никакой боли; мертвые люди не возвращаются; умирать естественно, когда человек становится очень старым.

Говоря с детьми о смерти, лучше всего избегать эвфемизмов. Когда один родитель сказал дочери, что дедушка уснул вечным сном, девочка спросила, не забыл ли он захватить с собой пижаму. Она также боялась, что дедушка рассердится на нее за то, что она не пожелала ему спокойной ночи.

Когда родители сказали своему пятилетнему сыну, что «бабушка теперь на небе и превратилась в ангела», мальчик стал молить Бога, чтобы все остальные члены семьи тоже умерли и стали ангелами.

Когда ребенку просто и честно сообщают факты, сопровождая слова нежным объятием и любящим взглядом, он чувствует себя уверенно и спокойно. Такой подход эффективен только в том случае, если сами родители приняли реальность жизни и смерти. Во всех важных делах отношение к ребенку и к сути этих дел говорит красноречивее всяких слов.

Глава 9

Половое воспитание

Многие родители думают, что половое воспитание – это беседа. «Как-нибудь на днях» родитель берет с собой на прогулку подростка и сообщает ему «правду жизни». Мальчиков предупреждают об опасностях венерических заболеваний, а девочек устрашают ужасами беременности. В действительности, однако, половое воспитание начинается намного раньше.

Родительская чувственность

Половое воспитание начинается с отношения родителей к их собственной чувственности. Нравится ли им вид, запах и ощущение собственного тела, или они находят его грубым и неэстетичным? Наслаждаются ли они видом обнаженных тел друг друга или закрывают глаза и стыдливо прикрываются одеждой? Не испытывают ли они отвращения к своему собственному полу или полу партнера, или они испытывают влечение к противоположному полу, им нравится собственный пол? Рассматривают ли они друг друга как бездушных потребителей или как волнующих кровь инициаторов взаимного наслаждения?

Какими бы ни были невысказанные чувства родителей, они неизбежно передаются детям, даже если родители говорят вслух только о птичках, пчелах и нарциссах. Именно по этой причине очень трудно сказать родителям, что отвечать на вопросы детей о сексе. Для начала нужно разобраться в запутанных чувствах родителей и помочь им самим преодолеть тревоги и смущение, связанные с этим вопросом.

Зарождение полового чувства

С самого рождения у младенца есть все необходимое для ощущения удовольствия от собственного тела, и половые отношения также начинают формироваться с самого рождения. Радость ребенка от своего тела и его работы является сексуальной по природе, хотя она и отличается от радости, которую испытывают взрослые люди. Ребенок начинает исследовать свое тело, как только обретает к этому физическую способность. Он трогает свои конечности и приходит в восторг от чужих прикосновений, ласк и качания. Эти ранние прикосновения и поглаживания тоже являются частью полового воспитания. Через них ребенок учится воспринимать любовное отношение.

Было время, когда матерям не советовали нянчить и ласкать детей, чтобы не развратить их. Но даже в те времена большинство матерей не относились всерьез к таким предупреждениям и предостережениям. Матери инстинктивно чувствовали, что развратить ребенка можно, если не играть с ним и не ласкать его. Теперь мы хорошо усвоили, что ребенок по природе своей нуждается в ласке и нежных прикосновениях.

Когда ребенок уясняет, что рот может принести ему массу удовольствия, он тянет в него все, что попадает к нему в руки, – палец, угол одеяла, игрушку. Сосание, жевание и покусывание приносят ребенку наслаждение, даже если он делает это с несъедобными предметами. Эти удовольствия нельзя запрещать, их надо лишь регулировать. Мы должны следить за тем, чтобы все, что попадает в рот ребенку, было чистым. Некоторые дети получают свое оральное удовольствие только от еды, другим требуется дополнительное сосание, которому ни в коем случае нельзя препятствовать. В течение первого года жизни рот является зеркалом, которое отражает для ребенка все явления внешнего мира. Так пусть это будет приятное отражение.

Если потребность в сосании не удовлетворяется, она не исчезает вопреки ожиданиям родителей. Стремление сосать проявляется в более или менее замаскированном виде. Ребенок сосет палец, школьник сосет ластик, а взрослый жуёт и посасывает сигареты или сигары. Дети начинают кусать разные предметы, старшие дети грызут ногти, а взрослые делают едкие замечания.

Половое воспитание и хождение в туалет

Половые органы и органы выделения находятся в таком близком соседстве друг с другом, что воздействие, оказываемое на ребенка при выработке у него гигиенических навыков, скорее всего, влияет и на половое развитие. На втором году жизни ребенок начинает фокусировать внимание на удовольствиях, связанных с опорожнением кишечника. Для него нет ничего отвратительного в виде, запахе и тактильных свойствах кала. Приучая ребенка к цивилизованным способам опорожнения кишечника, надо особенно заботиться о том, чтобы не воспитать в ребенке отвращения к своему телу и его выделениям. Грубые и торопливые меры могут заставить ребенка почувствовать, что его тело и *все* его функции – это нечто такое, чего надо опасаться, а не радоваться им.

Нетерпеливое обучение приводит к обратным результатам. До второго года жизни ребенок не готов контролировать опорожнение кишечника, а до третьего года жизни он не контролирует мочеиспускание. Случайности и отступления от этого правила, конечно, возможны, и не следует бить тревогу, если ребенок помочится под себя даже на пятом году жизни.

На самой ранней стадии обучения ребенка следует отучить от привычки трогать свои испражнения и ковыряться в них. Однако нет никакой необходимости, да это и не мудро, запрещать детям желать этого. Мы можем позволить детям наслаждаться запрещенными радостями в приемлемых замещающих формах. Дети должны иметь возможность в свое удовольствие возиться с песком, красками, глиной (естественно, коричневого цвета) и с водой. В детском подсознании любая подобная материя представляет настоящий кал, что приносит ребенку компенсаторное удовлетворение, а также утешение по поводу утраченного истинного удовольствия.

Поэтому отсутствие обучения – это стратегия, приводящая к поражению. Если предоставить ребенка самому себе, он может мочиться и испражняться в пеленки в течение весьма длительного периода времени. Возможно, это доставляет удовольствие ребенку, но со временем он упустит удовлетворение, которое приходит вместе с достижениями. Когда ребенок достаточно зрел и готов воспринять обучение, ему ясно говорят: «Это было очень хорошо – писать и какать под себя, когда ты был маленьким. Тебе нравилось ощущение тепла в пеленках, но мы больше не можем это терпеть. Теперь ты будешь делать это в горшочек».

В годы обучения надо проявлять особую осторожность при постановке клизм и измерении температуры в прямой кишке. Грубое или даже обычное проведение этих манипуляций может сильно напугать ребенка, и, став взрослым, он будет продолжать испытывать страх перед этими мероприятиями.

Частое битье ребенка по ягодицам тоже может оказать отрицательное воздействие на половое развитие ребенка. Во время наказания ребенок может испытывать половое возбуждение в связи с близостью половых органов. Он может получать удовольствие от полового возбуждения, которое наступает вслед за наказанием, и будет искать болевые ощущения как необходимую прелюдию к половому акту, уже став взрослым. Есть много супружеских пар, которые получают наибольшее наслаждение от любви после хорошей ссоры или драки.

Удовольствие от гениталий

По мере физического и эмоционального развития ребенок начинает получать все большее удовольствие от ощущений в области гениталий. В этом случае наша задача состоит в том, чтобы он, не опасаясь наказания и не испытывая чувства вины, получал радость от этих ощущений. Действительно, в этот период наше чуткое руководство необходимо ему, чтобы он был уверен, что эти приятные ощущения эмоционально безвредны.

Когда маленькая девочка обнаруживает у себя клитор и признается матери, что ей очень приятно к нему прикасаться, поскольку ничего приятнее она раньше не чувствовала, от матери требуется большое самообладание и искусство дипломатии, чтобы не закричать: «Не трогай его больше!» Напротив, это повод порадоваться за то, что ребенок развивается нормально, так как самое приятное ощущение теперь возникает от раздражения половых органов, а не заднего прохода или рта.

Половые различия

Дети не принимают половые различия как нечто само собой разумеющееся. Для них это очень важная тайна, и для объяснения половых различий они разрабатывают для себя самые фантастические объяснения. Невзирая на наши честные и откровенные объяснения, ребенок часто решает и иногда даже открыто объявляет о том, что каждый человек должен иметь половой член.

Девочка может думать, что ее член потерялся, или его отобрали в виде наказания, или он вырастет, если она будет хорошо себя вести, или когда станет старше. У мальчиков могут развиваться страхи на предмет того, что если девочки теряют член, то они тоже могут его утратить. Родители не должны относиться к таким заявлениям как к забавным или остроумным и не заставлять ребенка пересказывать это знакомым, чтобы посмеяться и позабавить их. Эти страхи заслуживают серьезного отношения к себе и требуют применения противоядия. Необходимо помочь ребенку открыто высказать свои опасения по поводу анатомических различий между мужчинами и женщинами. Мы можем сказать дочери: «Иногда девочки сильно пугаются, когда обнаруживают, что у них нет полового члена. Ты когда-нибудь думала об этом?»

Или мы можем сказать сыну: «Иногда мальчиков охватывает страх, когда они видят, что у девочек нет полового члена. Ты когда-нибудь думал об этом? Иногда мальчики воображают, что если такое случается с девочками, то может случиться и с ними. Но дело в том, что мальчики и девочки отличаются между собой, и отличаются с самого рождения. Вот почему мальчики, когда вырастают, становятся папами, а девочки – мамами».

Некоторые родители пытаются утешить своих маленьких дочерей по поводу мнимой утраты члена, приуменьшая разницу между полами. Они говорят плачущей дочери: «Твой брат во всех отношениях такой же, как ты, за исключением этой малости. Так что перестань плакать». Одна мамаша даже предложила своей трехлетней дочке сделать ей член из глины – такое решение чревато в будущем множеством серьезных проблем.

Когда ребенок обнаруживает существование между мальчиками и девочками анатомических различий, их надо подчеркнуть, а не пытаться приуменьшить:

«Да, между девочками и мальчиками есть большая разница. У тебя есть половой член, потому что ты мальчик. Когда ты вырастешь, то станешь отцом».

«Ты девочка. У тебя есть влагалище. Когда ты вырастешь, то станешь мамой. Я очень рада, что ты заметила, что девочки устроены так, а мальчики по-другому».

Объяснение должно быть ясным и определенным, чтобы избежать дальнейшей путаницы в половой самоидентификации ребенка.

Ответы на вопросы

Новый священник получает приход в глухой прерии. Он явился в церковь, чтобы произнести свою первую проповедь, но на нее явился только один подпасок. Священник вслух засомневался, стоит ли ему читать проповедь одному человеку. Подпасок услышал это и сказал: «Я не могу сказать вам, что делать, я простой пастух, но если бы я пришел кормить стадо и нашел на месте только одну корову, то меня сильно бы отругали, если бы я не накормил ее». Священник поблагодарил подпасака за совет и прочитал ему проповедь. Закончив, он спросил своего слушателя, понравилась ли ему проповедь. Ответ был таков: «Я не слишком много понимаю в проповедях, я ведь простой пастух, но если бы пришел кормить коров и нашел бы только одну буренку, то меня здорово отчитали бы за то, что я скормил ей все, что было приготовлено для целого стада».

В половом воспитании мы должны преодолеть в себе искушение опрокинуть на голову ребенка все сведения в один раз. Хотя у нас нет никаких причин не отвечать на вопросы детей относительно полов, наши ответы не должны превращаться в краткий курс акушерства. Ответы должны быть краткими, состоять из одного-двух предложений, а не из длинных параграфов или глав.

Подходящее время для просвещения ребенка в этих проблемах наступает тогда, когда он начинает задавать вопросы. Когда двух- или трехлетний ребенок показывает ручкой на свои гениталии и спрашивает, что это такое, то верным ответом будет: «Это твой половой член». Хотя ребенок может называть свой член писквой или другим словечком, родитель должен назвать этот орган его подлинным именем.

Если ребенок спрашивает, откуда берутся дети, нам не следует уверять его, что дети берутся из докторского саквояжа, из больницы или из супермаркета, или их приносят аисты. Надо сказать, что дети растут в специальном месте в животе у мамы. В зависимости от следующих вопросов родитель сам решает, стоит ли уточнять, что это специальное место называется маткой.

Вообще ребенок с раннего детства должен выучить названия и функции своих органов и усвоить анатомическую разницу между полами. Для объяснений не следует прибегать к растениям или животным; мы должны избегать того, что Селма Фрейберг называет «сельскохозяйственным софизмом». Элис Балинт сообщает о мальчике, который побывал на ферме незадолго до того, как его мать должна была родить. По возвращении с фермы он сказал: «Слушай, папа, я все знаю, но скажи мне, мама сама ходила к быку, или он приходил к ней?»

Два вопроса занимают практически всех детей дошкольного возраста. Как зачинают ребенка и каким образом он появляется на свет. Очень неплохо сначала послушать детскую версию ответа, а потом дать ребенку свое толкование этого вопроса. Ответ ребенка обычно включает в себя пищу и выделение. Один умный ребенок сказал: «Хорошие дети получают от хорошей еды. Они растут в животике у мамочки и выпрыгивают наружу из пупка. Плохие дети получают от плохой еды, они выходят через попу».

Наше объяснение должно соответствовать фактам, при этом нет нужды описывать ребенку половой акт.

«Когда папа и мама хотят иметь ребенка, то одна папина клетка соединяется с одной маминой клеткой, и из этого соединения начинает расти ребенок. Когда ребенок вырастает, он выходит наружу через влагалище».

Иногда ребенок просит показать ему место, из которого он вышел на свет. Лучше, конечно, не допускать такого вторжения в интимные места взрослого человека. Вместо этого мы можем нарисовать фигуру женщины или использовать для демонстрации куклу.

Наши ответы могут удовлетворить любопытство ребенка лишь на короткое время, через которое он может обратиться к нам с тем же или с новым вопросом. Если ребенок задает тот же вопрос: «Как появляются дети?» – мы можем на этот раз дать ему более подробный ответ: «Отец зачинает ребенка, который растет в чреве матери. Жидкость, которая называется семенной и содержит много клеток – сперматозоидов, переходит из тела отца в тело матери. От соединения двух клеток – отцовской и материнской – начинает расти ребенок».

Следующий вопрос может повергнуть родителя в шок: «А как отцовская клетка попадает в тело матери?» На этот раз мы должны сначала спросить, как сам ребенок понимает суть этого процесса. Возможно, мы услышим теорию «посева» (папа сеет семя в тело мамы), или «съедания семени» (папа просит маму проглотить фруктовую косточку), или «теорию опыления» (семя заносит в тело матери ветер), операции (доктор сеет зерно в тело матери во время специальной операции).

В таком случае на вопрос ребенка следует дать краткий ответ: «Семя выходит из члена папы и переходит во влагалище мамы». Здесь будет уместно подчеркнуть разницу между семенной жидкостью и мочой: «Моча – это отходы организма, а семенная жидкость переносит зародышевые клетки, из которых растет ребенок».

Следующий вопрос, который может возникнуть: «Когда вы с папой делаете детей?» Это не простое любопытство, как может показаться с первого взгляда. Достаточно бывает простого ответа: «Мама и папа выбирают такое время, когда им удобно и они одни. Они любят друг друга и хотят иметь детей, чтобы любить и их». Иногда необходимо добавить, что пребывание вместе – это очень личное и интимное событие.

Некоторые мальчики хотят, чтобы отцы тоже могли рожать детей. Они спрашивают: «А почему яйцо матери не может попасть в тело отца?» Следует ответить, что в женском теле есть специальное место – матка, в котором растут дети, а в мужском теле такого места нет. «Почему?» – «Потому что мужские и женские тела устроены по-разному». Желательно уверить мальчиков в том, что детям нужен и отец, чтобы любить и оберегать их.

Обнаженное тело

Есть семьи, напоминающие нудистские пляжи. Родители и дети расхаживают по дому голыми, как Адам и Ева в раю. Однако дети, воспитанные в таких семьях, не свободны от чувства вины и беспокойства за свое тело. Прямое наблюдение не удовлетворяет их любопытство и может спровоцировать тайный внутренний конфликт, который не может быть разрешен.

Четырехлетней Бетси обычно разрешали принимать душ вместе с отцом. Ей нравилось смотреть на него, и она много расспрашивала его о человеческом теле, но когда девочка высказала желание потрогать половой член отца, его либерализм мигмом испарился. Более того, он испытал настоящее потрясение.

В младенчестве прикосновение к обнаженной материнской груди стимулирует сосательный рефлекс, который легко может быть удовлетворен. В раннем детстве вид обнаженного тела матери или отца может вызвать половое возбуждение, которое не может быть удовлетворено. Значит ли это, что нам следует вернуться к викторианской морали? Вовсе нет. Но это значит, что мы должны соблюдать скромность не только во имя нашего покоя, но и ради нормального развития наших детей. Мы можем потерпеть случаи, когда дети непреднамеренно видят нас в душе или во время переодевания, но мы ни в коем случае не должны поощрять такое поведение. В особенности мы не должны внушать детям мысль, что мы хотим, чтобы они исследовали нас. Когда малышам разрешают смотреть, как голые родители принимают солнечные ванны или занимаются гимнастикой, дети могут вообразить, что их позвали не для того, чтобы они не остались без присмотра, а для того, чтобы доставить удовольствие родителям. Такие дети становятся легковозбудимыми, растерянными и начинают терзаться безнадежными фантазиями.

Мы признаем, что дети проявляют любопытство к человеческому телу. У них всегда представляется случай наблюдать разницу между маленькими мальчиками и девочками, иногда они видят голыми и нас. Но им не надо часто видеть нас такими. Лучше всего признать законность их любопытства, но при этом хранить целомудрие и скромность.

«Ты хочешь посмотреть, как я выгляжу, но я предпочитаю принимать душ одна. Я скажу тебе, как выглядят взрослые. Ты спрашивай, а я отвечу».

Такой подход не останавливает и не блокирует детское любопытство; он просто направляет это любопытство в приемлемое русло. Вместо того чтобы удовлетворяться подглядыванием и ощупыванием, оно может удовлетворяться словами.

Кровати и спальни

Определенно нежелательно, чтобы ребенок делил свою кровать или спальню с родителями. Дети видят и слышат гораздо больше, чем нам кажется. Если даже они не могут понять, что происходит, вид и звуки того, при чем они присутствуют, перевоплощаются в фантазии и могут проявиться инкогнито в виде страхов и ночных кошмаров. Опасность совершенно очевидна: дети не слепы и не глухи, даже когда они спят или нам кажется, что они спят.

С точки зрения архитектуры наши дома не просто не предназначены для занятий сексом, они просто антисексуальны. В немногих из современных домов предусмотрены апартаменты для уютного уединения, в котором удобно заниматься сексом без помех. Стены тонки, и дети всегда рядом. Звуки даже узаконенной любви должны быть очень тихими – это очень печальный упрек нашей цивилизации.

Безответная любовь

В жизни каждого мальчика бывает период (между тремя и пятью годами), когда он хочет, чтобы мама была в его полном и нераздельном владении. Она – его первая любовь, и он не выносит, чтобы кто-то еще, кроме него, назначал ей свидания. Девочки же заявляют права на любовь к отцу, любовь такую эгоистичную, что она не терпит соперниц. Самое главное – не поощрять эту отчаянную любовь словами или поступками. Даже в шутку мать не должна называть сынишку «мой мужчина» или «мой маленький любовник». Точно так же отец не должен обращаться с дочерью в таком же духе.

Это те роли, которые дети охотно приняли бы на себя в реальной жизни; роли, от которых им приходится отказаться – и чем раньше, тем лучше. Мы не должны усиливать их подавленность, внушая им бесплодные надежды. Поблажки, которые делают родители и няньки (поцелуи в губы, ласки гениталий) очень приятны ребенку, но вызывают у него чувство вины, а не удовлетворение. Чувственные «поглаживания», тактильные или словесные, создают эротическую зависимость детей от родителей и блокируют нормальное половое развитие и способность любить.

Мастурбация: самоудовлетворение или самоистязание?

Детская мастурбация может принести ребенку комфорт, но одновременно она приводит к конфликту с родителями. Дети могут находить в мастурбации любовь, когда им одиноко; занятие, когда им скучно; утешение, когда они чувствуют себя заброшенными. Для родителей детская мастурбация – это источник смутной тревоги и очевидной озабоченности. Вид пятилетнего сына, который держится за выставленный на всеобщее обозрение член, повергает в полную растерянность даже самую прогрессивную мать. Конечно, родители слышали, читали или даже убедились на собственном опыте, что мастурбация безвредна; что она не является и не может быть причиной сумасшествия, бесплодия, импотенции и десятка других напастей. Но само это знание порождает тревогу. Никому ведь не придет в голову с готовностью употреблять в пищу продукт, на этикетке которого перечислены яды, которые этот продукт не содержит, или доверять человеку, который перечисляет оскорбления, которые он не допустит в ваш адрес.

Умом родители понимают, что мастурбация – это фаза в развитии нормальной сексуальности. Но эмоционально с этим трудно смириться. И вероятно, родители правы, не поощряя детскую мастурбацию.

Самоудовлетворение может сделать ребенка менее восприимчивым к влиянию родителей и сверстников. Когда ребенок прибегает к этому суррогату удовлетворения, он не чувствует необходимости доставить радость и удовольствие кому-то другому, кроме самого себя. Без особых усилий и без посторонней помощи он получает в свое распоряжение весь мир и все его удовольствия. Есть зерно истины в следующем высказывании: «В мастурбации плохо то, что по дороге не встречаешься с интересными людьми».

Упорная мастурбация может стать скорым и легкодоступным утешением при неудачах и несчастьях, слишком простым замещением усилий, необходимых для подлинных достижений и успехов.

Постижение ребенком благ цивилизации зависит от его сознательного желания отложить на время или отказаться от сиюминутного удовольствия ради более долговечного удовлетворения от родительского и (позже) общественного одобрения. Родительская любовь и забота не только удовлетворяют, но и создают в детях потребность – потребность в преданности и понимании. Поэтому дети, которых преданно любят, больше склонны менять свое поведение так, чтобы получить взамен теплоту родительских чувств.

Родители могут оказать на ребенка давление (правда, не слишком жесткое), чтобы он перестал заниматься мастурбацией, не потому что она вредна, а потому что мешает развитию ребенка; мастурбация не содействует углублению социальных связей или личному росту. Давление со стороны родителей должно быть мягким, иначе оно может вызвать взрыв противодействия. Решение проблемы лежит в том, чтобы привлечь маленького ребенка на свою сторону любовью, а более старшего увлечь своим интересом и привязанностью к внешнему миру, чтобы самоудовлетворение не стало единственным средством получения удовольствия и удовлетворения для нашего ребенка. Главное удовлетворение для ребенка должно заключаться и происходить из личностных взаимоотношений и личных достижений и успехов. Если это так, то эпизодические занятия мастурбацией не представляют собой проблемы. Это просто дополнительное решение некоторых проблем.

Запрещенные игры: что делать с сексуальными играми

Маленькие дети любят исследовать свое тело, а дети более старшего возраста любят осматривать друг друга. Эту жажду познания не так легко подавить. Разница в анатомическом строении сбивает детей с толку; и они снова и снова обследуют себя, чтобы убедиться, что с их телом все в порядке.

Даже если все факты объяснены, а чувства поняты, дети могут продолжать исследовать и возбуждать друг друга. Они изобретают различные игры: игру в доктора или в дом, что придает легитимность их стремлениям. Дети могут, сговорившись, устроить коллективное подсматривание за детьми противоположного пола. Сорвиголовы могут придумывать и более продвинутое игры. По взаимному согласию они могут манипулировать половыми органами друг друга или даже имитировать половой акт.

Родители теряются, когда сталкиваются с такими вопиющими событиями. Они склонны преувеличивать последствия детских поступков и боятся, что в их доме может вырасти настоящий сексуальный маньяк.

Даже сексуально просвещенные родители затрудняются без эмоций разрешать такие ситуации. Они могут удерживать себя от того, чтобы отстегать ребенка или пристыдить его, но не знают, как положить конец такой деятельности. В нашу просвещенную эпоху, в наше цивилизованное время некоторые родители даже сомневаются, стоит ли им вмешиваться в эти интимные дела из страха навредить будущей сексуальной жизни своих отпрысков.

Что плохого в тайных сексуальных играх? Они нагружают детей чувством вины, но не удовлетворяют их потребности. Когда двух- или трехлетняя девочка с удивлением наблюдает, как маленький мальчик мочится, это считается равносильным уроку анатомии. В детских садах, где дети пользуются общим туалетом, любопытство можно удовлетворить прямым наблюдением. Однако к первому классу школы считается, что ребенок уже достаточно насмотрелся на такие вещи. Оставшаяся страсть к подглядыванию и исследованию уже не считается проявлением чистого любопытства к разнице между полами. Невозможность справиться с этой страстью, неудержимое желание продолжать эти действия говорит о тревожности ребенка и требует профессиональной помощи, а не попустительства и поблажек привычке. Более того, потребность ребенка не может быть удовлетворена подглядыванием и прикосновениями, так же как страсть алкоголика к спиртному не может быть удовлетворена его безудержным потреблением. Подглядывающие Том, Дик и Гарриет прежде всего нуждаются в наложении ограничений на их поведение – ограничений, которые должны быть установлены любящими и справедливыми способами.

Если родитель обнаруживает мальчика со спущенными штанами, а девочку с поднятой юбкой, он не должен спрашивать: «Что ты делаешь?» – так как ответ может быть удручающим для родителя, если ребенок вдруг скажет в ответ всю правду. Ребенка не надо стыдить или ругать. С другой стороны, не стоит подыскивать подходящих оправданий или фальшивого алиби вроде: «Ты не думаешь, что сейчас слишком холодно, чтобы гулять на ветру голышом?» Ребенку надо велеть одеться и заняться какой-нибудь другой игрой. После ухода гостей ситуацию надо откровенно обсудить. Без угроз и увещаний ребенку надо сказать на внятном английском языке: «Ты и Фенни раздели друг друга. Это не разрешается. Маленькие дети делают это для того, чтобы понять, почему у мальчиков есть половой член, а у девочек нет. Если тебя это интересует, спроси нас, и мы тебе все объясним. Но раздевать друг друга нельзя».

Наше спокойное отношение без обвинений делает возможным ограничить детские сексуальные эксперименты без нанесения вреда интересу ребенка к половой любви.

Нецензурные выражения

Ни один родитель не хочет, чтобы его ребенок оставался наивным, не понимая значения ругательств, которые употребляют в речи его сверстники. Эти слова настолько энергичны, выразительны и недопустимы, что заставляют ребенка, употребляющего их, чувствовать себя большим и значительным. Когда дети употребляют в речи связки сильных выражений на своих тайных сходках, они чувствуют себя так, словно составляют новую декларацию независимости.

Эти ругательства должны занять четко очерченное место в лексиконе ребенка. Родители должны откровенно выразить свои чувства по отношению к этому предмету.

Отец может сказать: «Эти слова нельзя употреблять при женщинах, Джордж. Это слова для чисто мужского разговора».

Мать может сказать: «Мне вообще не нравятся такие слова. Я знаю, что мальчики употребляют их, но я предпочитаю их не слышать. Прибереги их для спортивной раздевалки. В нашем доме это запрещенные слова».

Так мы признаем и уважаем желания и чувства ребенка, но накладываем ограничения на его действия и направляем их в другое русло.

Глава 10

Половая роль и социальная функция

Половая идентификация и биологическое предназначение

Для того чтобы выполнить свое биологическое предназначение, мальчики должны идентифицировать себя с отцами, а девочки с матерями. Такая идентификация исключительно важный процесс, в ходе которого мальчики становятся мужчинами, а девочки женщинами. Идентификация протекает легче, если отношения в семье основаны на любви и уважении. Завоеывая привязанность наших детей, мы внушаем им желание усвоить соответствующие половые роли. Дело, однако, в том, что многие родители сами не осознают, в чем заключается их половая роль.

Элементы отцовства и материнства

Во многих обществах функция матери определена более четко, чем роль отца. Быть матерью означает нянчить детей, менять им пеленки, баюкать, ласкать, играть, улыбаться, рассказывать сказки, петь песенки и заботиться. Отсутствие или недостаток материнской любви чревато опасностью для душевного здоровья ребенка и угрожает самому его выживанию. Напротив, роль отца по природе своей не столько биологическая, сколько культурная. Рассуждая с точки зрения биологии, роль отца начинается и заканчивается до рождения ребенка. Все прочие функции отца определяются социальными особенностями данной культуры. Так, в некоторых сообществах отцы занимаются воспитанием только сыновей. Дочери вообще не признаются и отцы не занимаются их воспитанием. В других обществах отцы берут на себя роль терпеливых учителей, а уход за детьми осуществляют только их матери. Есть и такие сообщества, в которых отцы являются для своих детей абсолютными монархами, распоряжаясь их жизнью и смертью.

В нашем обществе признанным главой семьи считается отец, но его роль и статус не имеют четкого определения. Некоторые авторитеты придерживаются мнения, что американские отцы являются вечно отсутствующими дома добытчиками. Утром он уходит из дому, пропадает неизвестно где в течение всего дня, а к вечеру уставший возвращается домой. В выходные дни, если он не играет в гольф, то смотрит телевизор или подстригает газон. Дети почти не имеют возможности участвовать вместе с отцом в его целенаправленной деятельности и говорить с ним.

В результате доминирующей фигурой в семье становится мать, которая является также главным, если не единственным воспитателем, осуществляющим дисциплинарные функции. Такое положение ставит под удар сложившуюся на протяжении веков роль матери. В старые времена мать олицетворяла любовь и сочувствие, а отец – дисциплину и нравственность. Дети, особенно мальчики, усваивали уроки совести почти исключительно от отца. Внутренний образ отца предостерегал их от искушений и укорял за прегрешения. Отец служил связующим звеном между семьей и внешним миром.

В современной семье роли матери и отца становятся практически неразличимыми. Многие женщины ходят на работу в «мужской мир», а отцы берут на себя материнские функции: кормят детей, меняют им пеленки и купают их на ночь.

Хотя некоторые мужчины не возражают против такого положения вещей, которое сближает их с детьми, оно чревато тем, что дети, в конце концов, будут жить с двумя матерями, а не с отцом и матерью.

Роль отца

Ребенку нужен отец, исполняющий свою отцовскую роль. Мужественность нельзя усвоить из курса лекций. Она усваивается в обыденной жизни от отца, который служит образцом. Фрейд говорил: «У ребенка нет более сильной потребности, чем потребность в отцовской защите». С самого раннего младенчества ребенок должен знать, что у него есть отец, который может защитить его от опасности.

Все возможные опасности можно разделить на три главные области, где требуется направляющее присутствие отца. Ребенок нуждается в защите от опасностей внешнего мира, от опасностей, связанных с его внутренними страхами, и в защите от избыточной опеки матери. Внешний мир – очень опасное место для маленького ребенка. Просто для того, чтобы выжить, он нуждается в защите от хитроумных приспособлений домашнего хозяйства и окрестных хулиганов. Среди прочего он должен научиться так переходить улицу, чтобы его не сбила машина, и так пользоваться домашними приборами, чтобы его не ударило током.

Отец также нужен ребенку для того, чтобы справляться с мстительными желаниями и страшными фантазиями. Каждый маленький мальчик хочет, чтобы мать находилась в его полном и нераздельном распоряжении. Он не терпит никакого соперничества и в своих снах и фантазиях избавляется от отца и братьев. Эти фантазии могут быть очень жестокими, а сны могут превратиться в кошмары. Так как ребенок в этом возрасте не способен отделить воображение от действительности, он отчаянно пугается своих фантазий. Он не может понять, что его мысли никогда не станут реальностью. В этой ситуации у отца двоякая роль: сочувственное отношение к фрустрации, ярости и страху ребенка и демонстрация невысказанной силы, которая успокаивает ребенка, давая ему знать: «Не бойся, сынок, я не позволю тебе воплотить в жизнь твои кровожадные устремления».

Некоторые родители не понимают необходимости защитить ребенка от инцестных и разрушительных фантазий. В некоторых семьях детям разрешают заходить в спальню родителей в любое время дня и ночи. В других семьях дети словесно, а иногда и физически оскорбляют мать при полном попустительстве отца. Такую практику нельзя признать терпимой. Такой подход к воспитанию вызывает тревожность у ребенка и причиняет страдания родителям.

Точно так же, как отец должен защищать мать от нападений и оскорбления детей, он должен защищать ребенка от избыточной материнской опеки. Я не хочу сказать, что все матери склонны к избыточной опеке, но некоторые из них склонны нянчить детей даже тогда, когда они уже вышли из младенческого возраста. Именно отцовская функция заключается в том, чтобы показать ребенку, как можно любить, не просто обеспечивая защиту, но и предоставляя свободу. Если материнская любовь показывает ребенку, что его любят, уверенная любовь отца показывает ребенку, что он компетентен. Поскольку отца, как правило, воспитывали в менее стесненной форме, чем мать, постольку ему легче, чем матери, позволить ребенку экспериментировать с независимостью. Желание отца увидеть и разрешать новые предприятия сына побуждает ребенка расти без ненужного чувства вины.

При этом не особенно важен контекст, в котором отец оказывает ребенку доверие. Такое отношение может проявлять себя в любое время и в любом месте. Предоставление ребенку независимости и свободы необязательно требует навыков в спорте или наличия хобби. Это отношение требует способности чувствовать нужды ребенка и желание служить твердым руководителем и дружественным ангелом-хранителем.

Стандарты для девочек и мальчиков

Как мальчики, так и девочки нуждаются в помощи в осознании ими своих будущих биологических ролей. Родители могут оказать такую помощь, устанавливая для мальчиков и девочек разные нормы и стандарты поведения. Мальчикам можно позволить большую предприимчивость и подвижность, так как они отличаются большей энергией; кроме того, общество потребует от них, когда они вырастут в мужчин, большей напористости.

Матери и учителя не должны поддерживать у мальчиков женственное поведение. Мальчиков нельзя называть девчачьими прозвищами, им не стоит позволять носить стесняющую одежду или отращивать длинные кудри. От них не следует ждать, что они будут милы и послушны, как девочки, или обладать дамскими манерами. Постулат «мальчики есть мальчики» очень ценный и требует, чтобы мальчикам предоставлялась возможность разряжать свою энергию в подвижных играх, требующих силы и выносливости.

Родители должны избегать искушения воспитывать сына как девочку в тех случаях, когда у них нет дочерей, которых им хотелось иметь. Красивенький, кудрявый, как ангелочек, сын нравится родителям и родственникам, но товарищи по играм будут считать его неженкой и сосунком – если у такого мальчика будут товарищи по играм. Такие стигмы глубоко въедаются в личность ребенка. Они искажают представление ребенка о себе и его положении в группе.

Девочки тоже не должны страдать от неисполненного желания родителей иметь ребенка противоположного пола. Хотя престиж девочки страдает меньше, если она растет сорвиголовкой, по сравнению с мальчиком-неженкой, очень важно помочь ей находить удовольствие в женственном поведении и гордиться им. Девочки должны чувствовать, что им радуются и ценят их именно за то, что они – девочки. Такие чувства лучше всего внушает мать, если она гордится тем, что она – женщина. Однако оба родителя должны понимать потребность культивировать в детях мужественность или женственность в зависимости от пола. Отец может похвалить дочь за ее красивую внешность, одежду и женские манеры. Со стороны отца неразумно увлекать девочку боксерским поединком с тенью и грубыми играми, так как это может заставить девочку думать, что отец больше любил бы ее, если бы она была мальчиком.

Семейная жизнь предоставляет большие возможности показать детям фундаментальный факт, что мужчины отличаются от женщин, играют разные роли, но при этом нуждаются друг в друге и должны заботиться друг о друге.

Воспитание мужественности и женственности

Воспитание мужественности и женственности начинается в раннем детстве. Однако детей не следует понуждать к восприятию половых ролей слишком рано. В дошкольном возрасте как мальчики, так и девочки любят играть с куклами и в игре выполнять материнские функции. Так и должно быть, хотя некоторые отцы и матери ужасаются, видя, как их пятилетний сын кормит куклу.

Девочкам и мальчикам дошкольного возраста следует позволять играть в одни и те же игрушки, если сами дети того желают. В этом возрасте не надо проводить строгую границу между играми мальчиков и девочек. Отцы не должны пытаться воспитать чемпионов по боксу из своих четырех– или пятилетних сыновей, которые в этом возрасте более охотно возьмется с кукольными домиками. Дети дошкольного возраста должны играть как в женские, так и в мужские игры, не боясь неодобрения взрослых.

В школьные годы половые различия начинают проявляться со все возрастающей силой. У девочек и мальчиков появляются разные интересы и устремления. Мальчикам хочется достичь престижа в мужских играх и занятиях, а девочкам – в женских. Половая самоидентификация укрепляется интересами и деятельностью, которая в данной культуре считается мужской или женской.

Школьные годы – самый подходящий период для усиления и углубления отношений между сыном и отцом и дочерью и матерью. В это время девочки начинают знакомиться с кулинарным искусством и другими домашними занятиями. Девочек можно учить варить, печь и готовить простые блюда, шить, вязать и поддерживать порядок в доме. Надо оставить им большой допуск для обучения и не реагировать на возникающий в процессе обучения беспорядок и неудачи в работе. Следует обращать больше внимания на радость, которую приносит работа по дому, а не на досаду, которая возникает от неудач при ее выполнении. Это золотое время для матери – показать дочери, какое удовлетворение приносит роль женщины, жены и матери.

Отец тоже должен приветствовать готовность сына стать похожим на отца, желание ребенка ходить, говорить и одеваться, как отец. Не следует высмеивать это подражательство, напротив, его надо поощрять. Подражание языку, речи и манерам может привести к подражанию в интересах и ценностях. В близких контактах отец на собственном примере показывает сыну, что значит быть мужчиной в семье и в обществе. Дети гордятся навыками, усилиями и самоотверженностью отца, которые он проявляет вне дома. Время, проведенное с отцом на его рабочем месте, во время выполнения им гражданских или политических обязанностей, позволяет детям понять интересы и гордость, которую мужчины испытывают от пользы, которую приносят производству и обществу.

Различные типы семей

Лучшая модель для идентификации – родители, которые уважают свою и чужую половую роль. Многими скрытыми способами их ежедневное поведение показывает детям, что надо ценить как мужественность, так и женственность.

В некоторых семьях детям исподволь дают понять, что предназначение мужчины – оставить след в мире и истории, навеки обессмертив свое имя. Такая атмосфера питает великие мечты об исследованиях, открытиях и достижениях на ниве искусства и науки. От женщин тоже ждут вклада в общество, а не только работы по дому. Такой подход с успехом оправдывает себя в том случае, если отец и мать с удовлетворением воспринимают свои разные роли, понимают и уважают положение друг друга и искренне интересуются достижениями друг друга.

В некоторых семьях дети получают совершенно другие скрытые послания. Там, где женщина измучена воспитанием детей и ведением домашнего хозяйства, или там, где отец не ценит сложности и тяжести, которые приходится нести на своих плечах женщине и матери, дети приучаются свысока смотреть на традиционную роль женщины. Девочки в таких семьях становятся склонными к конкуренции и чувствуют себя вынужденными превосходить мальчиков (а позднее и мужчин) в их традиционных играх.

Совершенно иное послание получают дети в семьях, в которых супруги меняются традиционными ролями. Женщина – босс на словах и на деле. Не важно, кто обеспечивает семью, но за женщиной остается последнее слово во всех важных делах. Как сказал один муж: «Я решаю глобальные проблемы: принимать ли Китай в ООН и надо ли приватизировать угольные шахты. А жена решает более мелкие проблемы: купить ли новую машину, поменять ли дом и в какой колледж отправить детей». Муж в такой семье избегает роли главы семьи. Он честно и откровенно называет свою жену «боссом». Когда дети спрашивают совета у такого отца, он обычно отвечает: «Спросите у мамы».

В таких семьях дети вырастают, не испытывая восхищения или даже уважения к мужчинам. Мальчики и девочки видят отца глазами матери. Это милый, но не до конца «испеченный» мальчик, добродушный неудачник, карикатура на мужчину.

Как мальчики, так и девочки испытывают сильное воздействие, видя слабого отца и доминирующую в семье мать. Чтобы компенсировать это положение, мальчики начинают вести себя, как им кажется, по-мужски: они пьют, заводят беспорядочные половые связи, безобразничают или жестоко ведут себя по отношению к женщинам. Девочки часто повторяют во взрослой жизни выбор матери и выбирают себе партнера, который позволяет им брать на себя извращенную роль в семье следующего поколения.

Социальные роли

Важность воспитания из сыновей и дочерей индивидов не затемняет того факта, что из сыновей надо воспитывать мужчин, а из дочерей – женщин.

В нашем стремлении к равенству полов мы не должны забывать, что некоторые биологические функции неизменны и имеют как социальные, так и психологические следствия. Хотя социальные роли не должны основываться на узком фундаменте половой функции, они не могут быть полностью от них отделены. Так как большинству женщин суждено стать женами и матерями, их общественное образование и семейные надежды должны сделать их способными извлекать глубокое удовлетворение из этих ролей. Конечно, некоторые исключительные женщины могут избрать себе другую роль. Женщина может захотеть стать механиком, моряком или астронавтом. Женщина может заниматься бизнесом или стать членом конгресса. Хотя надо проявлять достаточную гибкость, чтобы человек любого пола мог реализовать себя в любой профессиональной или политической роли, жизнь, тем не менее, становится легче, если большинство мужчин и женщин не вступают во взаимные конкуренцию и соперничество.

Глава 11

Дети, нуждающиеся в профессиональной помощи

Многие дети, не имеющие серьезных нарушений, реагируют необычайно сильными эмоциональными расстройствами на стрессовые ситуации и внутренние конфликты. Они страдают страхами и ночными кошмарами, грызут ногти, издеваются над братьями и сестрами, страдают тиками, вспышками раздражительности. Проявляется у них и другая психическая симптоматика. В типичных случаях это желанные дети из благополучных семей, добросовестно воспитываемые родителями, которые, однако, проявляют повышенную опеку, допускают вседозволенность или тиранию. Такие дети и их родители могут получить существенную пользу от помощи профессиональных психологов.

Ниже мы приводим краткое описание особенностей детей, которым показана неотложная психотерапевтическая помощь, и детей, которые могут получить несомненную пользу от психотерапевтических сеансов.

Дети, которым показана экстренная психотерапевтическая помощь

Избыточное соперничество между братьями и сестрами

Детям, которые испытывают сильную ненависть к братьям и сестрам, необходима медицинская помощь. Это дети, у которых ревность пропитывает всю их личность и окрашивает всю жизнь. Они желают исключительного внимания к себе и готовы уничтожить всякого, кого они считают конкурентом. Они оскорбляют своих братьев и сестер действием и словесно, органически не способны поделиться с кем-то любовью родителей и хорошим отношением учителей и воспитателей. Точно так же не способны они делиться «мирскими благами». На утренниках, вечеринках и дома они, не колеблясь, съедают львиную долю конфет, мороженого, пирожных или забирают себе все игрушки. Они скорее спрячут то, что не могут использовать, чем поделятся этим с другими.

Необычайно склонные к конкуренции, они всегда испытывают острую потребность превзойти других. Если они не могут победить честно, то прибегают к нечестным приемам и обману, так как считают, что должны выиграть любой ценой. Конкуренция становится образом их жизни, заменяя собой все иные жизненные цели. Если не уменьшить проявления ревности у таких детей, то, вырастая, они идут по жизни, относясь к другим людям так, как когда-то относились к своим братьям и сестрам. Эти люди борются за первенство не на жизнь, а на смерть даже в пустяках; любую потерю в спорте или на работе рассматривают как сокрушительный удар по своему статусу. Если они управляют автомобилем, им обязательно надо перегнать все машины; если они играют в шахматы, им надо победить, иначе они испытывают сильнейший стресс и начинают считать себя безнадежными неудачниками. Кроме того, они продолжают ненавидеть своих братьев и сестер и в течение всей жизни ищут способы унижить их (см. главу 7). Здоровые дети тоже ревнуют своих братьев и сестер, но их ревность не представляет собой основу поведения и не является доминирующей чертой характера. Такие дети могут считать, что их братьям и сестрам достается больше любви и они могут бороться с ними за привязанность родителей. Но если они получают нужное, то есть лишнее проявление любви, то сразу успокаиваются. Эти дети также могут иметь склонность к соперничеству и превосходству, но они могут получать удовольствие и радость от самого процесса игры. Более того, они способны воспринимать поражения без особой боли или напряжения.

Повышенный интерес к сексу

Некоторые дети проявляют преждевременный и постоянный интерес к сексуальным вопросам. Они мечтают, думают и говорят о сексе. Они привычно мастурбируют втайне или даже при всех, стараются исследовать половые признаки у других детей, включая братьев и сестер. Они подсматривают и подслушивают, пытаются «застукать» родителей во время полового акта.

Это дети, которые подверглись повышенной сексуальной стимуляции. Возможно, они спали в спальне родителей или делили постель с братом или сестрой, или их эротически ласкали взрослые с половыми отклонениями от нормы. У этих детей на уме слишком много секса, и эти мысли появляются слишком рано для их возраста. Их поглощенность сексом указывает на нарушения в психосексуальном развитии. Они определенно нуждаются в лечении, причем неотложном.

Нормальные дети тоже проявляют интерес к сексуальным вопросам. Они могут дразнить представителей противоположного пола, высмеивать мальчиков и девочек, говорить о браке и рождении детей. Они также с удовольствием сознают свою половую чувственность, могут трогать свои половые органы и иногда мастурбировать. Однако такая сексуальная активность остается лишь малой частью их жизни.

Чрезмерно скромные и целомудренные дети также нуждаются в профессиональной медицинской помощи. Это дети, которые впадают в панику, когда их застают не одетыми; они чувствуют себя стесненно в спортивных школах и на медицинских осмотрах, даже если врач – человек одного с ними пола.

Нормальным детям тоже может не нравиться необходимость раздеваться в спортивных залах и на медицинских осмотрах, они могут стесняться и протестовать, но при этом никогда не впадают в панику.

Чрезмерно агрессивные дети

Дети, настроенные слишком враждебно к окружающим, также нуждаются в медицинской помощи. Значение такой агрессивности должно быть исследовано, а ее причина – понята. Так как враждебность может возникать от многих причин, необходимо найти причину агрессии в каждом конкретном случае, чтобы можно было назначить соответствующее случаю адекватное лечение.

Иногда встречаются дети, агрессивность которых не уменьшается после того, как она выражена, а деструктивное поведение не сопровождается формированием чувства вины. Некоторые из таких детей способны на очень жестокие поступки без тревоги и видимого раскаяния. Представляется, что у них отсутствует способность к сочувствию, они никогда не проявляют интерес к благополучию других людей. Ничто не производит на этих детей впечатление. Ограничения и критика оказывают на них весьма малое воздействие; этих детей совершенно не волнует то, что думают о них окружающие. Их поведение не улучшается даже после наказаний, включая телесные. Такие дети нуждаются в помощи опытного врача.

Некоторые дети ведут себя агрессивно только в некоторые промежутки времени. Вспышки агрессии могут наблюдаться только дома, но не в школе и, наоборот, – в школе, но не дома. Такое явление называется реактивной враждебностью. Драки, жестокие выходки, прогулы или склонность к разрушению является реакцией на действительные или мнимые родительские несправедливости. Так как эти дети считают, что родители махнули на них рукой, они с подозрением относятся ко всем взрослым вообще. Они боятся взрослых, не доверяют их доброте и отвергают услуги с их стороны. Установление отношений с такими детьми – задача не из легких. Дети с таким анамнезом получают пользу от психотерапии, если врачу удастся установить с ними доверительные отношения, основанные на взаимном уважении.

Здоровые дети также иногда отличаются деструктивным поведением. Чаще всего это проявление избытка энергии и нормального любопытства. Иногда деструктивное поведение становится следствием подавленности и негодования. Дети ломают свои игрушки из любопытства или от злости, но проявляют осторожность в отношении собственности других детей. Здоровый ребенок не слишком озабочен сохранностью своих игрушек. Он может убрать их после игры, но может этого и не сделать, оставив их другим детям, не опасаясь, что те сломают его игрушки. Ломая игрушку, здоровый ребенок не слишком сильно расстраивается. Он спокойно пожимает плечами и отправляется искать другую игрушку. Он не чувствует никакой потребности убрать в комнате после игры. Более того, закончив играть, он может уйти из комнаты, не бросив даже прощальный взгляд на беспорядок, который он там учинил.

Склонность к воровству

Дети, которые в течение длительного времени воруют чужие вещи, нуждаются в неотложной медицинской помощи. Упорное воровство – это серьезный симптом, который свидетельствует о сильном возмущении и недовольстве властью взрослых. Некоторые из таких детей проявляют полное неуважение к правам собственности и упорствуют в этом. Они часто совершают мелкое или не очень мелкое воровство, стараясь при первой возможности стянуть любую вещь, которая попадает им под руку. Они воруют дома, в школе, в скаутских лагерях, в супермаркетах и у соседей. Лечение этих детей может оказаться длительным: глубокая враждебность устоям искореняется не слишком легко.

К этой категории не относятся дети, которые воруют исключительно дома. Если ребенок ворует деньги из материнского кошелька, это может говорить о потребности в привязанности или о возмущении по поводу реальной или мнимой несправедливости и неправильном обращении. Здоровый ребенок может иногда украсть что-либо и вне дома: взять без спроса фрукты или сладости, забыть вернуть «одолженную» или «найденную» вещь. Фрэнсис Л. Илг и Луис Б. Эймс пишут:

«В пятилетнем возрасте ребенок предпочитает пенни доллару. В шестилетнем возрасте он реагирует на красоту какой-нибудь безделушки, которую может взять у вас на глазах, но отрицать факт кражи, когда вы обвините его в ней. В семь лет его страсть к карандашам и резинкам становится такой сильной, что он берет все, какие попадают ему под руку. К восьми годам лежащие в ящике кухонного стола деньги становятся для него настоящим искушением: он уже знает, что такое деньги и что можно на них купить. Когда воровство открывается, ребенка наказывают и предостерегают. Он, вероятнее всего, попросит прощения и скажет, что «не хотел украсть»; пообещает, что никогда больше этого не сделает. На следующий день кража повторяется».

Однако такое поведение является преходящим и продолжается небольшой период времени. Когда дети вырастают, они начинают признавать и уважать права собственности.

Недавно перенесенная травма

У детей, переживших внезапную катастрофу, могут развиваться тяжелые симптомы, даже если до этого у них отсутствовали какие-либо личностные нарушения. Ребенок может отреагировать сильной тревожностью на пожар, дорожно-транспортное происшествие, смерть любимого человека; при этом степень выраженности симптомов может стать поистине драматической.

В этих случаях показано экстренное лечение. Тревожность, возникшая в результате недавнего несчастья, уменьшается, когда рядом находится сочувствующий и понимающий ребенка взрослый. В этом случае ребенок воспроизводит событие с помощью игрушек, а потом обретает способность словами выразить страшное событие и страшное воспоминание.

В своей книге «Дети во время войны» Анна Фрейд описывает разницу в реакциях маленьких детей и взрослых на бомбежки Лондона. После пережитой страшной ночи взрослые испытывали непреодолимую потребность много раз рассказывать о своем испуге и страхе. Дети, пережившие ту же самую бомбардировку, редко говорили о ней. Их страхи и напряженность находили исход в играх. Дети строили из кубиков дома и сбрасывали на них бомбы, выли сирены, бушевал огонь, машины «Скорой помощи» увозили раненых и убитых. В течение нескольких недель такие игры позволяли детям изжить потрясение и страх.

Только после длительного символического воспроизведения события дети обретали способность говорить о своих ощущениях и воспоминаниях без страха и тревоги.

Психотерапия обеспечивает адекватное окружение и подходящие материалы, а сочувствующий взрослый человек помогает ребенку в час наибольшей подавленности. Психотерапевт помогает ребенку заново пережить с помощью игры и слов страшное событие так, чтобы он смог переварить его и подавить в себе панику и тревогу.

Нестандартный ребенок

Когда у маленького ребенка часто проявляется неадекватное поведение, показана консультация специалиста, чтобы определить, имеет ли в данном случае место тяжелое душевное расстройство. При крайней выраженности расстройства ребенок разительно отличается от других детей. Он отчужден и замкнут, выглядит незнакомцем в собственном доме. Он ни к кому не обращается и не отвечает, когда к нему обращаются другие. Он с полнейшим равнодушием относится как к дружескому расположению, так и к злости. Ничто не меняется в его реакциях: нет никакого намека на интерес, улыбки радости, никаких признаков печали.

Если уходит мать, ребенком овладевает апатия, он пассивно идет вслед за любым человеком, который берет его за руку. Или, напротив, он может в панике уцепиться за подол матери, словно предстоит вечная разлука. Здоровые дети тоже плачут при расставании с матерью, но быстро успокаиваются, когда их приласкают и уверят в том, что мама скоро придет. Плач и переживания нестандартного ребенка нельзя успокоить или изменить никакими способами.

Нестандартный ребенок, кажется, не обращает никакого внимания на окружающий его мир. Он может долго оставаться неподвижным в одном положении или может долго раскачиваться из стороны в сторону. Главное, что его интересует, это его собственное тело. Показывая полное пренебрежение к цивилизованным правилам, он может открыто мастурбировать, мочиться при людях или без смущения наложить в штаны. Он не делает разницы между съедобными и несъедобными предметами; он жует все. Он может глотать песок, есть глину или набивать рот всяким мусором. Здоровые дети тоже иногда экспериментируют с мелом или грязью, но не упорствуют в этом.

Атипичный ребенок может в течение нескольких часов выполнять одно и то же действие. Он может часами крутить нитку, открывать и закрывать ящик стола, крутить волосы или ковырять пальцем в трещине стены. С монотонностью зачарованного человека такой ребенок бесконечно вращает колесо, щелкает выключателем или вращает туда-сюда дверную ручку. Он любит играть в кубики и мозаику, стремясь к тому, чтобы эти элементы были всегда выстроены в одной и той же форме или последовательности. Он обладает необычной памятью в отношении вида, числа и расположения игрушек в его комнате и страшно расстраивается, если этот порядок нарушается или ломаются игрушки. Слезы и переживания стихают сразу, как только восстанавливается привычное положение вещей.

Нетипичный ребенок может давать странную реакцию на физическую боль. Он может наносить себе серьезные травмы, не произнося ни одной жалобы. Он может изо всех сил биться головой о стенку, зажимать пальцы дверью, сидеть на горячей батарее парового отопления или специально до крови порезать руку. Единственной реакцией на эту боль может быть глупая улыбка и бессмысленный смех. Всякие попытки выразить сочувствие остаются при этом незамеченными.

Даже если ребенок научится говорить, он не проявляет интереса к общению. Если он говорит, то использует фразы, не подходящие к ситуации. Когда такому ребенку задают прямой вопрос, он может, как попугай, ответить повторением вопроса. Иногда такой ребенок

вообще не обретает способности к членораздельной речи, оставаясь безучастным ко всем попыткам побудить его говорить.

Дети, которые получают ощутимую пользу от медицинской помощи

Слишком хорошо, чтобы быть правдой

Некоторые дети бывают неправдоподобно хороши. Они послушны, порядочны и опрятны. Они беспокоятся о здоровье матери, интересуются делами отца и с удовольствием заботятся о младших братьях и сестрах. Кажется, что вся их жизнь направлена на то, чтобы доставить удовольствие родителям. У них остается слишком мало сил, чтобы играть со своими сверстниками.

В школе и во дворе такие дети продолжают выдерживать свою роль очень хорошего ребенка. Они покорны и мягки, тратят массу времени и энергии, чтобы доставить удовольствие учителю, которого они боятся. Они могут принести учительнице пресловутое яблоко, нарисовать для нее картинку или вызваться вымыть классную доску. С первого дня эти дети могут начать в глаза говорить учительнице, какой она милый человек и как они ее любят. Compliments и изъявления любви нельзя принимать как признание истинной ценности; такие дети могут обращаться с такими же комплиментами к незнакомцам или классным хулиганам и двоечникам. Нежный разговор может служить маскировкой страха, который они испытывают перед своими враждебными импульсами и перед возможным возмездием, если посмеют показать свое «истинное лицо».

Самый частый симптом, который проявляется у таких детей – это хроническая усталость. Под маской очень хорошего ребенка скрывается масса злых импульсов. Усилия, которые ребенок тратит на то, чтобы трансформировать враждебные порывы в ангельское поведение, вечная бдительность по поводу сохранения благопристойного фасада поглощают жизненную энергию такого ребенка. Неудивительно, что он постоянно выглядит измученным и уставшим.

Психотерапия обеспечивает адекватное окружение, для того чтобы модифицировать излишне примерное поведение. Новое окружение поощряет ребенка оставить рабскую податливость и усвоить нормальную напористость. С помощью наблюдения и приобретения опыта они понимают, что нет необходимости улаживать других людей и истощать этим себя. Такие дети начинают медленно допускать внешнее выражение своих порывов. Они приходят к тому, что открывают свои желания, познают свои чувства и устанавливают свою идентичность.

Незрелые дети

Под этим определением мы имеем в виду детей, которые желанны и любимы как младенцы, а не как растущие и развивающиеся личности, у которых есть собственные идеи и потребности. Такие дети, которых сверх всякой меры оберегают и защищают, не готовы к реальностям жизни за пределами семейного дома. У таких детей не было возможности развить в себе способность признавать потребности и чувства других людей; они с трудом делятся и плохо воспринимают отсутствие немедленного одобрения своим действиям. Они, что называется, испорчены: если им что-то надо, они хотят получить это немедленно и без возражений. У них есть избыточная зависимость от родителей, братьев, сестер и товарищей по играм; они раздражают всех своими постоянными требованиями внимания, помощи и одобрения. Вместо того чтобы прилагать усилия, они требуют, чтобы их обслуживали. Они могут требовать, чтобы их одевали, ждали, кормили. Дети, которые слишком долго задер-

живаются на стадии младенчества, часто вовлекаются в конфликты. Они создают напряженность в семье, создают хаос в школе и ссоры во дворе.

Психотерапия, проводимая в тщательно подобранных группах, оказывает неоценимую помощь незрелым детям. Группа предлагает мотивацию и поддержку для роста и развития, а также безопасную арену для испытания новых моделей поведения. В группе дети узнают, какие именно аспекты их поведения являются неприемлемыми, какого поведения от них ждут. В результате дети начинают предпринимать попытки овладения стандартами поведения своих сверстников. В группе дети осваивают разнообразные социальные методики: умение поделиться с друзьями игровым материалом, умение участвовать в общих играх и разделить с другими детьми внимание дружелюбно настроенного взрослого. Дети учатся соревноваться и сотрудничать, ссориться и улаживать конфликты, торговаться и идти на компромиссы. Такие методики учат детей вступать в равноправные отношения с ровесниками.

Отчужденные дети

Таких детей можно описать следующими словами: застенчивые, боязливые, подчиненные, одинокие, подавленные, молчаливые и покорные. Им трудно выражать даже обыденные чувства привязанности и агрессии, у них мало друзей, они избегают групповых игр и развлечений. Им очень трудно во всех ситуациях межличностного общения, они избегают знакомиться с людьми и заводить друзей. Они всегда хотят, чтобы другой человек сделал первый дружественный шаг навстречу, но даже в этом случае могут не ответить тем же.

Отчужденным детям трудно налаживать отношения со школьным учителем или со сверстниками во дворе. Они до смерти пугаются, когда их вызывают к доске, заставляют читать вслух или отвечать на вопросы. Они склонны отвечать «да» или «нет» или вообще не отвечать. Большую часть времени они проводят, неподвижно сидя на месте и глядя в пространство. На игровой площадке они тоже одиноки. Когда они все же играют, то выбирают тихие, спокойные и безопасные игры, в которых не надо что-то брать и давать другим участникам игры. Когда они бывают вынуждены вступать в социальные контакты, то тревожность может достигнуть степени паники.

Отчужденным детям может помочь психотерапия. Дружелюбный взрослый, интересный материал и специально подобранные члены группы заставляют отчужденного ребенка покинуть свою скорлупу. Созданное таким образом окружение ускоряет переход от изоляции и поощряет свободу в игре и разговорах с другими детьми.

Боязливые дети

Дети и их страхи всегда выступают вместе, как яйцо и бекон. В одном исследовании было показано, что более девяноста процентов детей, по крайней мере один раз в жизни, испытывают специфический страх. Трехлетние дети больше всего боятся собак, четырехлетние – темноты. Эти страхи постепенно уменьшаются с возрастом и к восьми годам исчезают совсем. Сообщалось также, что многие дети боятся пожарных машин, воя сирен, землетрясений, похищения, быстрой езды, змей и высоты. Некоторые дети немного понимали беспочвенность страха и не покидали страшное место, если рядом были родители. Другие дети испытывают больший дискомфорт; они спят при свете, сильно напрягаются, если мимо проезжает пожарная машина или в их присутствии говорят о воровстве и кражах со взломом.

Некоторым боязливым детям необходима медицинская помощь. Это дети с интенсивными и упорными страхами. Интенсивность страха – его ключевой момент. Тревога парализует и лишает рассудка ребенка, даже если причина страха очевидно иррациональна. Ребенку может казаться, что небо падает на землю, молния ударила в дом или вся семья попала в

наводнение. Калейдоскоп детских страхов перед людьми и неодушевленными предметами бесконечно разнообразен.

Некоторые дети отличаются слишком сильным стремлением к чистоте. Весь мир кажется им грязным, и они изо всех сил стараются не запачкаться. Они боятся мельчайшего пятнышка грязи на руке или одежде и испытывают настоящий стресс, если не могут немедленно смыть это пятнышко. Другие дети боятся громких звуков, высоких мест, новых людей, текущей воды, темных углов, мелких насекомых и крупных животных. Дети пытаются избавиться от тревоги, избегая мест и деятельности, связанных со страхом: они не ходят возле воды, не взбираются на стремянки или отказываются оставаться одни в темной комнате.

В ходе психотерапии боязливый ребенок получает возможность видеть, как другой ребенок занимается деятельностью, которая вызывает у него самого страх. Дети стреляют из игрушечных ружей, заряженных пистонами; окунают пальцы в краску; вымазываются грязью или выключают свет. Группа делает невозможным для боязливого ребенка покинуть помещение, и ему приходится так или иначе справляться со своим страхом. Если развиваются реакции на травмирующую ситуацию, то ими занимается психотерапевт. Он помогает ребенку в ходе игры изжить и выговорить словами бешеный страх, уменьшить смутную неопределенную тревогу и обуздать ее.

Женственные мальчики

Иногда врачебная помощь требуется мальчикам, которые живут без отца или в семьях, где численно преобладают женщины. Поскольку идентификационные модели в этих семьях почти исключительно женские, то ребенок волей-неволей усваивает немужскую идентификационную модель и некоторые женские роли. У таких мальчиков часто отсутствует характерная для нашего современного общества мужская агрессивность. Они застенчиво уклоняются от грубых мальчишеских игр, не умеют свободно входить в группы других мальчиков и более комфортно чувствуют себя в обществе девочек. Такие мальчики обычно страдают от грубого отношения к себе со стороны других мальчиков. Их дразнят, дают обидные прозвища и бьют. Социально меченные и эмоционально травмированные, они могут вырасти во взрослых людей с неадекватной психикой.

Таким мальчикам нужна профессиональная медицинская помощь. В ходе психотерапевтических сеансов им предложат нужную модель идентификации, поощрят напористость и заставят усвоить мужские черты личности.

Тики и манерность

Некоторые дети проявляют упорную манерность, которая сильно раздражает родителей. Дети кривятся, морщат нос, гримасничают, трясутся, шмыгают носом, трут глаза, откашливаются, пожимают плечами, грызут ногти, сосут пальцы, трещат суставами или топают ногами. Кривлянье и манерность могут быть такими очевидными и гротескными, что сразу привлекают к себе внимание. Пальцы постоянно искривлены, ногти обкусаны до «мяса», кожа становится сухой и грубой. Некуда деться от неприятных звуков шмыгающего носа, кашля, треска суставов и топота ног. Такие дети нуждаются в психологическом консультировании и в медицинском обследовании, чтобы назначить адекватное лечение.

Здоровые дети также могут проявлять манерность и страдать разнообразными тиками. Однако эти проявления у них отличаются менее упорным характером. Тики и манерность проявляются, главным образом, когда ребенок переутомлен, сонлив, чем-то озабочен или эмоционально напряжен.

Энурез и энкопрез

Установлено, что 10–15 процентов детей в возрасте старше четырех лет продолжают мочиться в постель. Некоторые из них страдают непроизвольным мочеиспусканием и в дневное время. Большинство таких детей никогда не овладевает контролем мочеиспускания. Некоторые перестают мочиться на некоторое время, но потом болезнь возвращается.

Энурез (недержание мочи) обычно считается указанием на эмоциональное расстройство; только в пяти процентах случаев недержание мочи имеет органическую причину (для исключения которой ребенок должен быть обследован врачом).

Сам по себе энурез не говорит о степени эмоционального расстройства. При легких расстройствах недержание мочи встречается так же часто, как и в тяжелых случаях. Иногда недержание мочи исчезает после короткого курса психотерапии. В других случаях от него бывает трудно избавиться.

Энкопрез (недержание кала), который сохраняется в возрасте старше четырех лет, надо рассматривать как симптом эмоционального расстройства, если врачом исключены органические причины. Недержание кала распространено среди детей дошкольного возраста, но встречается у школьников и подростков. Чем старше ребенок, тем серьезнее проблема. Недержание кала представляет собой бунт ребенка против родительской власти вообще и против строгого обучения туалетным навыкам в частности. Поэтому попытки пристыдить и заклеить ребенка позором только усиливают внутренний конфликт и сопротивление ребенка.

Недержание мочи и кала является очень тревожным симптомом даже в легких своих проявлениях, поэтому родителям следует немедленно после появления недержания обращаться за медицинской помощью. В любом случае улучшение отношений между родителями и ребенком вносит значительный вклад в решение этой проблемы.

Глава 12

Родители, нуждающиеся в медицинской помощи

Характер родителей и поведение детей

Личность ребенка окрашена атмосферой, царящей в доме. Эта истина кажется очевидной, но лишь совсем недавно мы начали понимать значимость связи характера родителей и поведения детей. Некоторые свойства родительского характера открыты и очевидны; их легко наблюдать и определять их влияние. Другие свойства могут быть скрытыми и не такими очевидными; их наличие может быть лишь предположено, а воздействие гипотетично.

Можно составить список нежелательных отношений и черт характера родителей, которые чаще всего отрицательно влияют на развитие детей. Неблагоприятное влияние на поведение ребенка оказывают слишком эмоциональные родители и родители, которые избыточно опекают детей. Плохо, когда родители инфантильны, злоупотребляют алкоголем, соблазняют детей, отвергают их или являются слишком добросовестными.

Слишком эмоциональные родители

Детей, у которых слишком эмоциональные родители, можно узнать с первого взгляда. Их всегда видно и слышно. С самого раннего детства они приучаются кричать, чтобы быть услышанными, и говорить быстро, чтобы их не успели перебить. В этих детях, как в зеркале, отражается вихревая натура их родителей. Очень часто такие дети и их родители даже не подозревают, что они слишком эмоциональны и обладают взрывным характером. Когда им говорят об этом, они часто не без гордости относят это на счет своей этнической принадлежности и ссылаются на расхожие стереотипы: «Вы же сами видите, что я рыжий», «Это мой ирландский характер».

Пока эти люди находятся внутри своей субкультуры, они не доставляют никому хлопот. Недоразумения возникают, когда таким людям приходится сталкиваться с внешним миром. Они великие спорщики и отнимают у людей массу времени. Они много и громко говорят, но не умеют никого слушать. Они склонны к мелодрамам, но сами не понимают, какое неприятное впечатление производят на окружающих.

У таких родителей может не быть никаких психиатрических нарушений, но сами они – большое несчастье для общества. Им требуется медицинская помощь, чтобы изменить частные отношения и публичное поведение.

Родители, склонные к избыточной опеке

Излишняя мелочная опека по сути своей означает беспощадное внимание к любым мелочам в жизни и деятельности ребенка. С самого рождения ребенка такие родители могут бесконечно заботиться о выживании ребенка. То, что является повседневной жизнью для большинства родителей, становится выбором между жизнью и смертью для опекающей мамы. Она напоминает человека, который ведет машину с поднятым капотом, чтобы во время езды следить за работой двигателя.

Несколько раз в день такая мать может прислушиваться к тому, как дышит ее ребенок, измеряет, сколько пищи он съел, сколько раз он сходил в туалет и хорошо ли он спит. Когда ребенок встает, мать боится, что он упадет; когда бежит, боится, что он разобьется; а когда у него повышается температура, она считает, что ее дитя на волосок от смерти.

Такая мать действительно тяжело трудится всю свою жизнь. Она, не переставая, делает массу ненужных вещей для своего ребенка. Если она может что-то сделать за него, то делает, невзирая на то, что ребенок хочет и может сделать это самостоятельно. Такая мать кутает и перекармливает своего ребенка; если бы она могла, то переваривала бы за него пищу.

Короче говоря, мать принимает на себя все дела ребенка, всю его жизнь, и последствия бывают поистине катастрофическими. Ребенок растет, но не становится зрелым. Вырастая за счет одолженного ему (если можно так выразиться) чужого «я», он теряет способность к самостоятельному развитию. Он остается младенцем, целиком зависимым от матери. Он не знает своих чувств и желаний, у него нет элементарных социальных навыков. Поскольку мать всегда думает за него, у него возникают трудности с самостоятельным мышлением. Он плохо понимает как самого себя, так и окружающий его мир. Он не сопоставляет причину и следствие, удовлетворяется магическими объяснениями. Такие дети тратят массу сил на постоянный конфликт между зависимостью от матери и смутным стремлением к независимости и самостоятельности. Если эти родители хотят, чтобы их дети стали самодостаточными, им надо обязательно обратиться за профессиональной медицинской помощью.

Инфантильные родители

Некоторые женщины, становясь матерями, не могут поддерживать устойчивые и длительные отношения с ребенком, хотя в отдельные моменты радуются своим детям и играют с ними, как другие играют с игрушками. Такие женщины способны только играть, им не по плечу бремя материнства.

Они сами нуждаются в материнской опеке и ищут ее у своих детей. Родители и дети меняются ролями. Мать требует услуг и защиты от своих отпрысков. Дети начинают чувствовать, что они вынуждены защищать, развлекать мать и беспокоиться за нее. Так как дети еще не способны соответствовать таким требованиям, у них неизбежно возникает чувство вины и тревожность. Они вырастают лишенные детства и обуреваемые чувством вины. Подобные матери нуждаются в профессиональной помощи, чтобы специалист помог им повзрослеть.

Родители-алкоголики

Ребенок пьющего родителя часто становится жертвой неожиданных вспышек. Он становится свидетелем, как его пьющий родитель непредсказуемым и пугающим образом внезапно меняет свое поведение и отношение. Ребенок знает, что в такие моменты для родителя нет на свете ничего важнее, чем бутылка виски. Ребенок чувствует себя покинутым и беспомощным.

Сцены пьянства навсегда остаются в памяти ребенка. Он видит, как символ его безопасности рушится на его глазах. Он видит огуленного отца или мать, видит, как они становятся потерянными, слабыми и многословными, слезливыми и тираническими, уходя в недоступный и непостижимый мир. Ре плохо и которых тошнит.

Пьющие родители могут очень сильно любить своих детей, но из-за своей собственной болезни не могут как следует заботиться о детях. Такие родители нуждаются в профессиональном лечении от алкоголизма.

Соблазняющие родители

Ребенок должен созреть в целомудрии. Некоторые родители не понимают, что их собственные дети могут смотреть на них как на эротический объект и реагировать сексуальным возбуждением на это зрелище. Непроизвольно такие родители могут усиливать сексуальные притязания детей к ним самим. Отец, который раздевается перед своими дочерьми, или мать, которая продолжает купать своего сына-школьника, стимулируют половые чувства и фантазии. Некоторые родители позволяют детям спать с ними в одной постели и склонны слишком много физически ласкать их. Некоторые родители не видят ничего предосудительного в том, чтобы целовать детей в губы или слишком крепко их обнимать. Некоторые родители пользуются словесными эквивалентами полового акта в присутствии детей. Они относятся к детям как к любовникам и ждут от них рыцарского поведения. Некоторые матери любят танцевать со своими сыновьями. Даже будучи одетыми в купальник, они не прочь исполнять с ними твист.

Такое поведение оказывает повреждающее воздействие на половое развитие ребенка. Девочки, воспитанные отцами-соблазнительями, склонны вступать в половые связи с мужчинами, которые намного старше их, а сыновья матерей-соблазнительниц поддаются эротическим импульсам и преждевременно, будучи незрелыми, вступают в половые отношения. Но некоторые дети так сильно пугаются эротических отношений со стороны родителей, что, став взрослыми, избегают половой жизни или предпочитают половые отношения с представителями своего пола. Соблазняющие детей родители нуждаются в помощи психотерапевта.

Родители, отвергающие детей

Многие родители не могут даже в страшном сне представить себе мать, которая действительно ненавидит свое дитя. Они бывают потрясены, когда из газет узнают о жестоком обращении с детьми или о случаях, когда родители бросают своих детей. Сама идея физически бросить ребенка на произвол судьбы кажется невероятной.

Напротив, эмоциональная заброшенность – явление куда более распространенное. Значительная часть родителей не дает детям той заботливой любви, которая жизненно необходима для их развития и роста. Эмоциональное отторжение имеет множество источников, среди которых можно назвать незрелость, нарциссизм, неадекватность и неприятие своей половой роли.

Эмоциональное отторжение многолико. Оно может проявиться в постоянных придирках и чрезмерной требовательности к ребенку, а также в отсутствии интереса к его делам и отчужденности от него. Такая отчужденность может даже проявляться под маской чрезмерной заботливости и повышенной опеки.

Отвергнутые дети получают от своих родителей безмолвное ядовитое послание: «Не суйся ко мне со своей жизнью. Расти скорее и убирайся вон». Такие родители хотят, чтобы их отпрыски скорее вышли из младенчества и детства, избавив их от докучных и трудных обязанностей. Они кормят детей полуфабрикатами, спешно приучают их самостоятельно ходить в туалет и взваливают на них ответственность, к которой дети еще не готовы. Втолкнутые в независимость до наступления зрелости, дети бывают подавлены страхом неудачи и критики. Они ждут обвинений и наказаний и озабочены тем, что подбирают аргументы в свою защиту. Они живут, словно в зале суда, где им приходится отстаивать право на самое свое существование. Они одержимы идеей искупления старых грехов, желанием избежать будущих опасностей, поэтому не могут правильно выполнять текущие задачи.

Постоянная озабоченность опасностью и защитой – это тяжелый груз, который эмоционально опустошает и физически изматывает детей. Для того чтобы получить свою меру счастья, эти дети, так же как и их родители, должны получить помощь специалиста.

Слишком добросовестные родители

Многие совестливые родители нуждаются в руководстве, чтобы правильно воспитывать детей. Эти родители, как правило, любят своих детей и преданы им, но они слишком сильно сосредоточены на ребенке. Они непременно хотят сделать своего ребенка счастливым, даже если это их убивает. Такие родители всеми силами стремятся оградить детей от любых печалей, даже если в процессе такого воспитания они сами становятся несчастными и измотанными.

Счастье – это, мягко говоря, иллюзорная цель. Это не цель, а способ странствия по жизни. Счастье – это не желанная цель. Это побочный продукт работы, игры, любви и жизни. Жизнь, по необходимости, есть некоторая задержка между желаемым и достигнутым, между планами и реальностью. Другими словами, жить – это значит испытывать печаль и учиться ее преодолевать.

Нам не надо планировать несчастья и неприятности, так же как мы не лечим заранее болезнь, которая еще не развилась. Но если ребенок опечален, родителям нет никакой необходимости разбиваться из-за этого в лепешку. Если ребенок плачет, то матери не стоит делать сальто-мортале только ради того, чтобы ребенок снова улыбнулся. Превыше всего ребенок нуждается в разумном воспитании, которое основано не на чувстве вины и мученичестве.

Когда самые мелкие требования ребенок встречает слезами и криками, лучше всего настоять на выполнении требования и пережить этот мелкий шторм. Заискивание и убаживание ребенка не разрядят обстановку. Невзирая на это, некоторые облака обязательно прольются дождем. Все, что может сделать родитель, это подождать, когда пройдет внезапный дождь, позаботившись о том, чтобы ребенок не промочил ноги. Дети черпают силу и чувство безопасности из нашей способности оставаться невозмутимыми и сочувственными.

Разведенные родители

Развод, как ампутация, вызывает душевное потрясение у всех, кто к нему причастен. Для родителей это конец многих лелеемых ранее планов и надежд. Для детей развод часто выглядит как конец света. Среди горечи и растерянности семейного развала родители должны избрать курс, который в наименьшей степени повредил бы их детям.

Самое худшее, что могут сделать родители, – это использовать ребенка в качестве оружия в борьбе друг с другом. Чувства до предела обнажены, возможность предоставлена, а искушение просто громадно. Можно обвинить и опорочить другого родителя и вынудить ребенка или исподволь убедить его принять одну сторону в беспощадной битве за верность, опеку, деньги, образование и посещения. Эффект может оказаться бедственным для ребенка.

Самое лучшее, что могут сделать разведенные родители, – продолжать оставаться родителями, хотя они и перестали быть мужем и женой. Это не очень легко сделать, так как требует подобия сердечности среди горечи и вражды. Профессиональная помощь психотерапевта может потребоваться родителям для того, чтобы справиться со своими горестями более беспристрастно и объективно и сделать то, что является наилучшим для их детей. Как утверждает доктор Дж. Луиза Десперт в своей книге «Дети развода»: «Мужчина и женщина могут потерпеть неудачу в своем браке. Но они могут извлечь некоторую пользу из своего развода. Прилагая усилия, мудрость, пользуясь умелым руководством, они могут использовать развод как источник зрелости, каким не смог стать их брак».

Эпилог

Новые решения, которые предлагает эта книга, могут облегчить задачу родителей, только если применять эти решения избирательно и соответствующим образом. Дети различаются между собой своими реакциями на требования. Некоторые дети послушны; они легко воспринимают изменения в обыденной жизни и отношениях. Другие дети более консервативны, они воспринимают изменения на фоне протестов и понукания со стороны родителей. Другие дети еще большие реакционеры – они активно сопротивляются всем новшествам в своей жизни. Мудрое приложение новых подходов не может игнорировать основное зерно детского темперамента и личности.

В человеческих отношениях достижение конечной цели зависит от способа этого достижения. Личность и характер расцветают только в том случае, если воспитание ребенка выполняется с уважением и симпатией. Можно надеяться, что новый подход создаст более глубокое понимание чувств и большую чуткость по отношению к потребностям, возникающим в трудных отношениях между родителями и детьми.

2