

УДК 37.032
ББК 74.9
С13

Савинков С.Н.

С13 Правила семейного воспитания: рекомендации детского психолога. — М.: АРКТИ, 2019. — 72 с.

ISBN 978-5-89415-458-9

В книге представлены правила и рекомендации детского и семейного психолога по решению проблем воспитания, с которыми ежедневно сталкиваются многие родители. Предлагаются конкретные правила, помогающие в решении некоторых наиболее актуальных проблем семейного воспитания.

Книга будет интересна родителям, а также широкому кругу читателей, интересующихся вопросами семейного воспитания.

УДК 37.032
ББК 74.9

ISBN 978-5-89415-458-9

© Савинков С.Н., 2019
© АРКТИ, 2019

Введение

Современным родителям, особенно это касается городских жителей, в быстром потоке нынешней жизни трудно справиться с огромным количеством информации. Хватает и своих проблем, и детских. В то же время, каждый социальный институт нашего общества предъявляет свои требования, свои правила, порой противоречивые и не всегда понятные.

Школа требует выполнения одних правил, детский сад других, в армии третьи ценности. Интернет все это высмеивает, тематические группы в социальных сетях также не вносят ясности: тут каждый «знает, что и как надо делать», но только сам ничего не делает, в итоге получается большая путаница.

Пришло время немного остановиться, чтобы попытаться разобраться во всем по порядку.

Наиболее популярный запрос, с которым к детскому психологу приходят родители, — *ребенок перестал слушаться*.

Коллеги не дадут мне соврать. Это, действительно, самый распространенный и самый популярный вопрос к специалисту.

Так как же заставить ребенка слушаться?

Для начала важно понять, почему ребенок раньше слушался, а сейчас вдруг перестал. И когда родители отвечают на этот вопрос, они вспоминают те методы и «воспитательные» приемы, которыми они пользовались прежде. И оказывается, что прежние методы не работают по одной простой причине — они все являются манипуляцией.

Если раньше ребенок легко поддавался влиянию приказов, угроз наказания, отказа в покупке любимой игрушки и т.д., то теперь он/она безразлично отворачивается со словами: «Ну, и не надо» или «Только попробуйте», «А я все равно ничего не буду делать» и тому подобное.

Манипуляции в воспитании и их последствия

Для начала важно понять, что такое манипуляции и какие они бывают?

Манипуляция — это попытка использовать ресурсы другого человека в своих целях, с целью получения собственной выгоды.

Ресурсами являются не только материальные ценности, но также и умения, навыки, способности, знания человека.

Кто такой манипулятор?

Манипулятор — человек, вынуждающий другого различными способами выполнять нежелательные действия для получения собственной выгоды.

Самые распространенные способы манипулирования в семье:

1. Формирование чувства страха (например, «я сейчас позову отца, и он тебя накажет»; «Считаю до пяти, а потом беру ремень»).

2. Формирование чувства вины (например, «разве хорошие девочки так поступают?»; «Ай-ай-ай, как не красиво! Ты же мужчина. Не смей плакать»).

3. Формирование чувства стыда (Например, «тебе должно быть стыдно!»; «вот Вася так не делает»; «посмотри, Маша слушается родителей»; «не позорь меня перед гостями»).

Как распознать манипуляцию?

Если в общении с человеком вы испытываете чувство страха, чувство стыда или чувство вины, скорее всего, вами пытаются манипулировать.

Манипулируя детьми, взрослые часто преследуют свои собственные цели, так называемые *выгоды*.

Выгоды бывают первичные и вторичные.

Первичные выгоды — это явные материальные ценности и преимущества (деньги, недвижимость, связи).

Вторичные выгоды — это выгоды более высокого уровня, связанные с ценностью отношений (повышение самооценки, самоутверждение, чувство комфорта).

Первичные выгоды получить от маленького ребенка, как вы понимаете, очень сложно, именно поэтому наиболее часто в воспитании встречаются вторичные выгоды. Среди них наблюдаются следующие:

1) *Чтобы ребенком можно было гордиться.* Эта выгода лежит в основе родительских требований быть примером для других детей, быть лучшим в своем деле (а то и во всех делах сразу).

2) *Чтобы ребенок достиг тех целей, которые я сам не смог.* Эта выгода лежит в основе принуждений ребенка к тому или иному виду деятельности, в выборе его увлечений и хобби, например, музыка, моделирование, спорт, наука, различные виды творчества и т.д.

3) *Чтобы ребенок стал послушным и не доставлял никаких проблем.* Эта выгода наивна по своей сути, потому что ни один ребенок не может быть идеальным и беспроблемным — идеальных людей не бывает.

Не имея других способов влияния на ребенка, родители пользуются теми, которые знают сами. Соответственно, если их число ограничено, то и выходов из проблемной ситуации будет немного.

Как вы понимаете, если родители сумели разъяснить ребенку всю прелесть именно этого дела, сумели воспитать у него любовь и желание развиваться в каком-то определенном ремесле, тогда у него не возникает внутренних противоречий, и он успешно реализует ожидания своих родителей.

Если же требования родителей противоречат собственным желаниям ребенка, тогда у него возникает так называемый внутренний конфликт между ожиданиями значимых для него людей (родителей) и собственными представлениями о том, как он хочет жить. Это осознание порождает возникновение негативных эмоций у ребенка, а эмоции, как известно, требуют выхода.



Наше сознание устроено таким образом, что на первых этапах оно адаптируется к внешним условиям и «накапливает» негативные эмоции. Когда уровень негатива начинает превышать возможности нашего организма, этим эмоциям требуется выход. Это проявляется в поведении ребенка — плаксивость и капризы, частые обиды, недовольство собой и окружающими, претензии, и даже агрессия. Все это признаки «накопившегося» негатива в сознании ребенка, с которым он не может справиться самостоятельно.

Дети, в отличие от взрослых, не всегда могут понять свои чувства и эмоциональные состояния, дать оценку и назвать их. Например, так: *«Мама, ты знаешь, я что-то плохо себя чувствую. Сегодня, в школе, меня вывели из себя, я раздражен, поэтому не беспокойте меня, пожалуйста. Мне потребуется примерно полчаса, чтобы отдохнуть, а потом мы сможем вместе заняться домашними заданиями»*.

Да, что там говорить, не все взрослые умеют это делать.

По нашим наблюдениям, основной причиной такого поведения родителей, является то, что они сами — жертвы манипуляций. Их собственные страхи, чувство вины и чувство стыда мешает им адекватно оценивать реальность. А отсутствие собственного хорошего опыта, не дает возможности стать адекватным и счастливым родителем.

Погрузившись в свои страхи, стыд и вину, многие взрослые повторяют те же самые ошибки воспитания, доставшиеся им от собственных родителей. Так, формируется семейная история, которая повторяется из поколения в поколение. Мне, в своей работе, встречались семьи, в которых мужья постоянно изменяли женам, пары постоянно расставались,

еще до рождения ребенка, члены семьи оказывались в финансовом или личностном кризисе, примерно в одном и том же возрасте и т.д.

Никакой мистики тут нет. Совсем не обязательно вызывать экстрасенса, читать заговоры, снимать порчу и сглаз. Все гораздо тривиальнее — знания, полученные нами в детстве (образец поведения родителей), усваиваются лучше всего. Если ребенок видел только насилие и агрессию в поведении родителей, он, скорее всего, тоже будет повторять этот образец, считая, что именно так и нужно поступать в конфликтных ситуациях.

Последствия манипуляций в семье. Травмы воспитания

Определенный тип воспитания, формирует определенный тип личности. Чем более строгие и ригидные правила установлены в семье, тем меньше возможностей у ребенка действовать в трудных ситуациях.

Рассмотрим некоторые «травмированные» типы личности, формирующиеся под воздействием нарушенного воспитания.

1. С комплексом самоунижения.

Родительские установки:

- «Ты должен соответствовать нашим ожиданиям»;
- «Ты должен быть лучше других»;
- «Ты должен научиться такому чего не умеют другие, чтобы стать лучше, чем они»;
- «Если не соответствуешь, ты нас расстраиваешь и не достоин нашей любви»;
- «Не высывайся, не лезь, чтобы над тобой не смеялись. Ты не достоин, ты ничтожество».

Выводы ребенка:

- «Я не соответствую ожиданиям — я неполноценный»;
- «Любят только умных, успешных, достойных и т.д.»;
- «Мне нужна любовь, и я буду соответствовать, но я боюсь».

Результат: эгоцентризм, неуверенность в себе, завышенные требования к себе, чувство стыда, страх успеха, обидчивость, мстительность, не адекватное восприятие критики, неумение постоять за себя, хроническая неудовлетворенность жизнью, депрессии.

2. С комплексом мученичества.

Родительские установки:

- Отсутствие выраженной любви к ребенку и противоречивые реакции на одно и то же поведение;
- Неадекватная раздражительность родителей;
- Насилие, унижения, побои;
- «Ты должен заслужить нашу любовь»;
- «Мы делаем это для тебя, ты нам должен»;
- «Ты в ответе за наше здоровье»;
- «Не вздумай быть самостоятельным».

Выводы ребенка:

- «Я должен заслуживать любовь»;
- «Я причиняю одни беспокойства»;
- «Я не достоин любви»;
- «Я не должен выражать свои эмоции, желания, потребности и т.д.»;
- «Окружающие могут догадаться что я ничтожество — надо их контролировать».

Результат: страх одиночества, навязчивое стремление к любви, стремление к превосходству, самоуничижение, высокомерие, вспышки раздражительности и гнева, обидчивость, тайное презрение к себе, подмена ответственности (от меня зависят, они в ответе за мои несчастья).

3. С садистскими наклонностями.

Родительские установки:

- «Ты никто и ничто»;
- «Ты моя собственность»;
- «Я имею право на твою жизнь»;
- «Ты во всем виноват».

Выводы ребенка:

- «Я слишком плох и меня нельзя любить. Все решается наказанием и его не избежать»;
- «Быть плохим — единственный способ обратить на себя внимание»;
- «Окружающие люди — источник опасности. Никто не достоин уважения и любви»;
- «Меня наказывают, и я могу наказывать»;
- «Жизнь — борьба. Жизнь ничего не стоит».

Результат: высокая тревожность, эмоциональная нестабильность, импульсивность, отсутствие твердых жизненных принципов и установок, мстительность, обидчивость, агрес-

сивность, склонность к подчинению, самодеструкции (алкоголизация, наркомания, асоциальность, девиации, социопатия).

4. С нарциссизмом.

Родительские установки:

- «Ты необычный и тебе суждено многого добиться»;
- «Рассчитывай на нашу помощь, не утруждай себя»;
- «Я окружу тебя заботой, ни о чем не беспокойся»;
- «Мир — опасен, мы всегда тебя защитим. Никому не доверяй, только нам»;
- «Окружающие недостойны тебя».

Выводы ребенка:

- «Я должен быть талантливым, хорошим, успешным, умным»;
- «Все что я захочу, должно быть моим»;
- «Я не знаю, чего хочу, но должен это маскировать»;
- «Надо скрывать свои истинные чувства»;
- «Не важен способ, важны результаты».

Результат: низкая самооценка, тревожность, высокомерие, страх неудач, страх успеха, страх критики, потребность в восхищении, зависимость от мнения окружающих, апатия, безынициативность.

Воспитание в каждой семье индивидуально, так как зависит от опыта и знаний родителей, более того, каждый из родителей воспитывает своего ребенка «по-своему», применяя собственные знания и умения для получения определенного результата. Как показывает практика, наиболее эффективно такое воспитание, которое опирается на научные представления о развитии ребенка, на психологические и педагогические особенности функционирования детского организма и психики, а также формирует у ребенка те ценности и нормы поведения, которые приняты в обществе.

Семейное воспитание — это процесс формирования личностной позиции ребенка через знакомство с семейными традициями, общей культурой и личным опытом родителей. Таким образом, семья выполняет воспитательную функцию в обществе, а взрослые (родители, лица, их замещающие) транслируют младшему поколению, в первую очередь, отношение к разным аспектам жизни, на основе которого будут в дальнейшем формироваться знания, умения и навыки.

Проще говоря, *воспитание — это и есть передача своего отношения.*

Таким образом, главная и основная воспитательная задача родителей — передавать свое отношение детям. Свое субъективное (сугубо личное) отношение к самому себе и окружающим людям, а также к различным сферам жизни. Например, чтению, спорту, искусству, природе, религии, музыке, науке и т.д. Это единственное и самое важное, что родители могут дать своему ребенку, если не станут подменять родительскую роль на другую, например, роль учителя или надсмотрщика, или контролера и т.д. Почему так не должно происходить, мы разберем чуть позже.

Родительское отношение — это особый опыт общения, в котором ребенок получает возможность приобщиться к атмосфере своей семьи, получить представление о самом себе, об устройстве и функционировании мира, сформировать личностные качества и навыки взаимодействия с окружающими.

Передача жизненного опыта происходит в процессе семейного воспитания при помощи особенного стиля, которого придерживаются оба родителя. Так происходит процесс воспитания в семье.

В воспитании есть два важных понятия — **«можно»** и **«нельзя»**. Для успешной социализации — вхождения в мир социальных отношений — ребенок должен быть с ними знаком (а знакомятся с ними вынужденно). Он должен понимать, что ему можно делать, а что нельзя, и какие это может иметь последствия.

Кажется, что «можно» всегда расширяет возможности ребенка, а «нельзя» накладывает только ограничения, но, по большому счету, это не совсем так. И первое, и второе вводят ребенка в Мир, знакомят его с окружающим.

Поэтому запреты и дозволения — это *инструменты воспитания*. Это не единственное, чем могут пользоваться родители для достижения воспитательных целей, но от того, как профессионально они их применяют, зависит успешность формирования личности.

Ребенок с раннего детства начинает сталкиваться с правилами поведения, которые, с одной стороны, ограничивают его активность, но с другой стороны, преобразуют ее в адекватные формы поведения. Именно поэтому совсем обойтись без запретов невозможно.

Через запреты и поощрения формируется система ценностей человека, которая является неким внутренним контролем поведения, который в последствие помогает человеку действовать, принимая решения, преодолевать трудности, делать осознанный выбор.

Когда я пишу эти строки, моя дочь подходит ко мне и спрашивает: «Можно мне это взять?». Я вижу, что она учится оценивать и анализировать свои действия в границах дозволенного, не нарушая при этом установленные правила.

Многие родители спрашивают, можно ли наказывать ребенка? Отвечая на их вопрос, я всегда пытаюсь инициировать с ними диалог на эту тему, поэтому отвечаю, что можно, но делать это нужно без вреда для психики и здоровья ребенка. Естественно, что у них тут же возникает множество дополнительных вопросов: а возможно ли это вообще? А как лучше наказывать? И так далее.

У ребенка есть возрастные и психологические особенности, на которые нужно опираться — это помогает в решении множества непонятных нам проблем, возникающих каждый день.

Например, важно понимать, что наказание для ребенка в дошкольном и младшем школьном возрасте — это необходимость (да-да, именно необходимость), так как самостоятельно построить границы допустимого поведения ребенок еще не может, поэтому и нуждается в помощи взрослого.

Без границ дозволенного ребенок ощущает тревогу за себя и свою жизнь. Это похоже на то, как если бы взрослый вдруг оказался на необитаемом острове — кажется, вот оно счастье: море, песок, солнце, пальмы с кокосами, отдыхай и бездельничай. Но на душе все равно как-то тревожно — неизвестность пугает нас своей неопределенностью.

То же самое происходит в душе маленького человека — мир полон опасностей, и ему нужны четкие представления и контроль взрослого за своим поведением — так безопаснее и спокойнее. Поэтому дети, которые воспитываются в так называемых «попустительских» семьях, при противоречивых требованиях, по нашим наблюдениям, чаще имеют повышенную тревожность.

Исследователи отмечают, что, хотя наказание и дает нежелательные эффекты, тем не менее, порой оно может оказаться действенным средством модификации поведения. Так, бихевиористы утверждают, что наказание может вызвать

устойчивые изменения в поведении, если оно применяется в соответствии с определенными принципами.

Наказание должно быть напрямую связано с поведением ребенка, с тем, чтобы акт наказания регулярно и с высокой вероятностью осуществлялся после совершения проступка. Временной разрыв между неприемлемым действием и наказанием должен быть минимален, так как наказание непосредственно после проступка предполагает большую важность запрета определенной модели поведения.

Что же могут сделать родители, воспитывая ребенка?

Первое — создавать условия.

Когда в молодой семье появляется ребенок, родители почти всегда не готовы к этому — они все еще живут беззаботной жизнью, не подозревая, какие изменения их ждут в самом скором времени. Малыш очень скоро начинает ходить, ему интересен окружающий мир, и он его хочет познавать. Поэтому все что находится рядом, моментально попадает ему в руки (чтобы потрогать), в рот (чтобы попробовать). Соответственно, если это какие-то острые предметы, то малыш может порезаться, уколоться и т.д.

Чтобы ребенок полюбил математику, играйте с ним в математические игры так, чтобы ребенку было интересно (а не только вам). Чтобы ребенок полюбил музыку, водите его на концерты, рассказывайте про свои любимые песни и мелодии.

Не нужно делать это каждый день или даже через день. Потому что важнее, не сколько раз ребенок послушал Чайковского, а КАК он это сделал.

Вы понимаете, что можно ходить постоянно в оперу, но при этом все время зависать в буфете или спать во время исполнения.

Задача взрослых — создать условия для развития, а также безопасную среду, в которой ребенку будет безопасно. Когда ребенок подрастает, окружающее пространство можно расширять за счет других предметов.

Второе — действовать на опережение.

Если вы не хотите покупать ребенку какую-то игрушку, зная, что он ее будет просить, ну, не заводите его в магазин игрушек. Если вы знаете, что у ребенка аллергия на какой-то продукт, ну, не покупайте его.

Не вина ребенка, в том, что он не убирает игрушки, если его этому никто не учил. Соответственно, если ребенок разбрасывает свои машинки (или куклы) по всему дому и не убирает их, родители могут, например, убрать те, в которые ребенок не играет, а только раскидывает.

Однажды ко мне на консультацию привели ребенка, мальчика лет 5, которому врачи поставили диагноз синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). В моем кабинете стоял стол, на котором лежали документы, ручки, карандаши; у стены стоял шкаф, в котором стояли папки с документами, в шкафу на нижних полках стоял электрический чайник. Первое что сделал этот мальчик — подбежал к столу, схватил самую дальнюю папку (задев все остальные) и уронил ее на пол. Пока я поднимал бумаги с пола, он метнулся к шкафу и начал доставать чайник и другие приборы (в том числе нож и вилки), бросая их на пол. Честно говоря, это был кошмар.

Перед вторым занятием я предварительно запер все двери шкафов на ключ, убрал со стола все папки и документы. Таким образом, действуя на опережение, я создал среду, в которой у ребенка не было возможности что-то испортить или получить повреждения.

В принципе этого достаточно, чтобы справляться с большинством проблем.

Сегодня каждый родитель или педагог, так или иначе общаясь с ребенком, воздействует на него своим примером, словом, поступком. Процесс воспитания мало предсказуемый, поэтому он всегда творческий, и не секрет, что одни и те же действия педагога приводят к совершенно разным результатам у разных детей.

Работая с различными родителями, педагогами, детьми и взрослыми, как любой другой специалист «помогающих» профессий, я сталкивался с историями семейной жизни и развития. Меня всегда поражало, сколько боли, унижения было в жизни этих людей из-за неадекватных правил или неверного их толкования, что и привело к тем проблемам, с которыми люди сталкивались позже. Это похоже на наклоненную доску: начав идти по ней вниз, человек не может свернуть, а по инерции он начинает бежать все ниже и ниже, попытки же остановиться встречают сопротивление физических сил притяжения. С каждым разом все сложнее найти в себе силы и возможности остановиться, чтобы понять туда ли мы, вообще, бежим?

Случившееся когда-то насилие над ребенком приводит к тому, что он, не имея возможности преодолеть его, несет его в себе, затягивая все больше и больше в глубины своей личности.

Одна девушка попала в клинику неврозов из-за того, что родители в «воспитательных» целях, не сумев собственными силами усмирить подростковый дух свободы и противоречия, на время отправили ее в приют, перед этим уверив ее в том, что она им не родная, а приемная дочь. Позже они признались, что на самом деле очень даже любят ее, просто так хотели перевоспитать, немного припугнуть.

Про последствия и результаты такого воспитания написано много книг и статей, снято много фильмов как научных, так и художественных. Но, как показывает практика, положительного результата от этого очень мало, потому что как была агрессия среди детей во все времена, так она и осталась, как были несчастные судьбы детей, разрушенные насилием и оскорблениями взрослых, так они и остались до сегодняшних дней. Наверное, это происходит потому, что те, кто хочет изменить жизнь своих и чужих детей, находят в себе силы измениться, а вот тем, кто не находит, нужно помочь.

Но говорить и писать об этом все равно необходимо — это маленькое и каждодневное дело, ради которого стоит работать — помогать детям расти счастливыми и здоровыми.

В так называемых «деструктивных» семьях практикуется насилие (физическое, психологическое, сексуальное, экономическое), приводящее только к тому, что порождается новое насилие (продолжающееся в семьях из поколения в поколение). Чтобы этого не происходило, каждый родитель, каждый педагог на своем месте может создать условия, в которых ребенок будет развиваться полноценно.

Известный детский психолог Людмила Филипповна Обухова в одном из интервью сказала: «Не бывает абсолютного, полного счастья даже в детстве. Главное для ребенка — нормально развиваться, проживать полноценно каждый психологический возраст, осуществлять все виды деятельности, свойственные возрасту: играть, рисовать, конструировать, слушать сказки, помогать взрослым в домашней работе, общаться со сверстниками».

Современный этап развития семьи называют детоцентристским. Он возник примерно в конце XIX — начале XX века и его лозунгом является призыв: «Все лучшее — детям». Счи-

тается, что такой подход возник в современном обществе в результате отсутствия между супругами эмоциональной близости и понимания, в которых оба, на самом деле, остро нуждаются.

Мужчина дистанцируется от женщины, когда кольца надеты, а все обязанности разделены. Женщины, не находя отклика на свои эмоциональные порывы и старания, остывают. В итоге каждый уходит с головой в свои личные дела и ежедневные заботы.

Объединяет таких супругов только биологически и социально оправданное действие — забота о потомстве. В результате некоторые родители с энергичностью, достойной лучшего применения, начинают заботиться о ребенке. К сожалению, такая забота больше походит на насилие (эмоциональное, психологическое, материальное и даже физическое).

Мне известно много примеров, когда отцы живут с женой (которую давно разлюбили) из-за ребенка и ждут, пока он повзрослеет, чтобы уйти из семьи. Свое недовольство они постоянно выражают в претензиях к ничего толком не понимающей супруге и даже ребенку, которых подсознательно обвиняют в том, что терпят эти лишения.

Есть примеры, когда матери приносят свою жизнь в жертву, исполняя любую прихоть ребенка. Они не устраивают свою личную жизнь после развода, если этого не хочет ребенок; занимаются нелюбимой работой ради каких-то сомнительных выгод и т.д. Эту же модель поведения перенимает ее ребенок, когда повзрослеет. Такое «наследование» происходит по одной простой причине — другого ребенок не видел в своей семье (являющейся для него образцом).

Как известно, эффективное воспитание начинается с самовоспитания. Знания можно передать лишь, когда они сформулированы и закреплены в собственном опыте. Согласно исследованиям, до 90 % информации усваивается человеком в момент, когда он транслирует его другим, то есть обучает. Но поверьте, другие люди могут доверять нам, лишь убедившись, что этот опыт усвоен нами и проверен, когда мы искренни в своих чувствах и действиях.

Сложно создавать что-то прекрасное, находясь в плохом настроении. Невозможно вдохновить другого человека, если мы сами искренне не верим в хороший исход. Нельзя передать знания, которые мы не понимаем, а тем более, которых у нас нет. Воспитать и обучить можно лишь тому, что мы сами

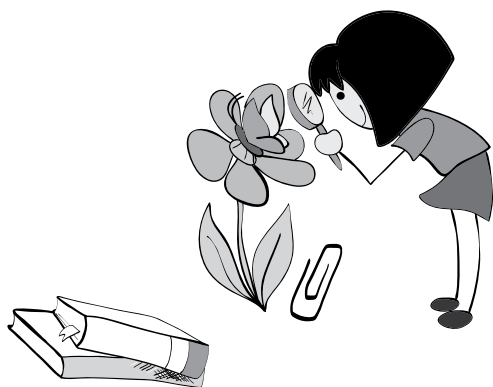
знаем и умеем, тому, что мы сами пробовали сделать много раз и закрепили это знание, сформировав к нему какое-то эмоциональное отношение.

С этим отношением учитель входит в класс, с этим отношением родитель объясняет что-то своему ребенку. Обучить эффективно может лишь тот, кто твердо верит в положительный результат и знает, какими путями к нему можно прийти.

Усвоенный опыт человека отличается от неусвоенного своей *спонтанностью и естественностью*. Например, если человек никогда не водил машину, а только видел это в кино, то его рассказ о том, как надо водить автомобиль, любому опытному водителю покажется, как минимум, подозрительным.

Знающий водитель, даже если в рассказе были соблюдены все важные правила, сразу поймет, что не хватает существенных деталей. Дети, восприятие которых особенно остро и эмоционально, всегда чувствуют неискренность взрослого, но, в силу малого опыта, не могут сказать об этом, зато выражают в своем поведении (например, непослушании). Вы никогда не обманете ребенка, потому что дети чувствуют фальшь и всем своим поведением будут показывать, что не принимают эти знания. В результате процесс обучения и воспитания может быть сорван.

Если вы хотите построить эффективную систему воспитания своего ребенка, то, думаю, вам будет полезно узнать о следующих правилах, которые помогут в этом деле. Они были навеяны моей многолетней практической работой с семьями и вдохновлены моими студентами, клиентами, друзьями, родными. Надеюсь, что они и для вас окажутся полезными.



Десять правил семейного воспитания



Первое. Не бойтесь делать ошибки

Некоторые родители очень боятся последствий неверных поступков как своих, так и детских. Этот страх настолько сильный, что просто затмевает им реальную картину происходящего.

В результате ребенок живет в настоящем кошмаре, когда каждый его шаг контролируется, а любой поступок, выходящий за рамки родительских представлений о норме, вызывает настоящую истерику у взрослых, доходя до рукоприкладства или запирания детей дома.

Одна мамочка заявила мне, что никогда не допустит, чтобы ее дочь попала в плохую компанию, ведь там (цитата): «одни наркоманы и проститутки, я не хочу, чтобы моя дочь даже пробовала наркотики». При этом она даже не была знакома с друзьями своей дочери.

Мои слова не нужно расценивать, как призыв к полной свободе. Важно помнить о том, что **реальность и наши страхи — это разные вещи**. Невозможно быть объективным и успешным в жизни, если руководствоваться только эмоциями (или же, наоборот, исключительно разумом).

Взрослый служит примером, а дети очень хорошо видят и прекрасно понимают, что родители (и учителя) говорят и что они делают. К сожалению, не всегда это совпадает.

Но все же бояться не стоит. Задача не столько в том, чтобы показать, гораздо полезнее сделать так, чтобы ребенок приобрел собственный опыт, на который он впоследствии сможет опереться. Поэтому, пока ребенок не обожжется, он не будет знать, что огонь опасен. До тех пор, пока ему позволяют не

соприкасаться с огнем, он не познает его силы и возможности. Это не значит, что нужно подталкивать малыша к огню специально или давать ему поддержать горящий факел в самом раннем возрасте.

Задача взрослого быть рядом, чтобы дать возможность приобрести новые знания и умения, но в то же время предотвратить нежелательное развитие событий. Другими словами, не довести ситуацию до опасной для здоровья и жизни ребенка.

Попробуйте организовать игру или любую другую совместную деятельность, во время которой можно создать условия для познания. Ведь чем шире опыт ребенка, тем больше у него возможностей, чтобы справиться с задачей. Если же ребенка ограничивают, оберегая от всех проблем, или родители хотят избежать последствий, которые придется исправлять (а на самом деле, бояться), то никакого опыта ребенок не приобретет, да еще и потеряет всякий интерес.

Опишу такой пример. На занятии сидит мама, рядом ребенок, мальчик 5 лет. Занимаются они тем, что выполняют задание учителя нарисовать «домик мечты». Малыш старается, пыхтит, усердно водит кисточкой по большому листу бумаги.

Мамочка во всем поправляет сына: «Ну, что ты так криво рисуешь? Ну, разве это домик? Давай я тебе помогу». С этими словами она берет кисточку и добавляет свои штрихи — ребенок в слезы. Скорбный взгляд мамы на педагога, а в глазах читается: «А что я сделала не так? Хотела же, как лучше».

Как бы тривиально это ни звучало, но нужно дать ребенку ошибиться. Любой опыт приобретается только благодаря ошибкам, которые мы совершаем и затем сами же исправляем. Более того, эта ошибка учит человека ответственности. Только когда ребенок знает о последствиях своих поступков, он задумывается о том, как ему достигать своей цели (и стоит ли эта цель потраченных усилий).

Может случиться и наоборот, например, ребенок заинтересуется тем, что так старательно от него скрывают, и захочет во что бы то ни стало испробовать «запретный плод».

Родители не вечны, и наступит момент, когда ребенок станет самостоятельным в жизни, и родителей уже не будет рядом. Он должен быть подготовлен к тому, чтобы не бояться своих ошибок. Ведь ошибка не характеризует его личность, она показывает, где существует «слабое» место наших умений, значит там и нужно работать.

Приведу еще один пример. Не знаю, секрет это для вас или нет, но ВСЕ (абсолютно все) дети знают слабые места своих родителей. Иногда притворяясь болеющими (и не болея на самом деле), они могут манипулировать поведением взрослых, когда те (что вполне естественно) обеспокоены здоровьем своего ребенка. И тогда ребенок начинает «болеть»: спать до обеда, лениться, отлынивать от домашних обязанностей, не интересоваться новыми знаниями и т.д. В результате он отстает от сверстников, упускает знания, и т.д. Иногда реальная болезнь приводит точно к такому же эффекту.

Чтобы предотвратить эти и многие другие манипуляции и дальнейший обман, я даю родителям такой совет: ***«важно понять, что болезнь — это не способ расслабиться, а ВОЗМОЖНОСТЬ стать лучше».***

Поэтому, если заболел — закаляйся, укрепляй организм. Если проиграл соревнование — тренируйся или сделай выводы и смени тактику. Упал — будь внимательнее и смотри под ноги (а сейчас иди ко мне, я тебя пожалею).

Надеюсь, эта логика понятна?

Родители должны подойти к этому пониманию без фанатизма и страхов — не надо запугивать ребенка, не надо бояться неизбежного. Просто передавайте ребенку адекватные знания и умения, помогайте ему приобретать собственный опыт. Будьте рядом, чтобы поддержать, но не делайте его дела вместо него.

В своей работе я очень часто сталкиваюсь с тем, что некоторые родители чрезмерно идеализировали свою родительскую роль. В итоге они становились жертвами собственной «роли» (всезнайки, либо спасателя-героя). Они боялись совершить любую оплошность, малейшую ошибку, считая это полным крахом и провалом своей родительской «функции».

Родителям сложно признаться и сказать ребенку: «Я не знаю». Таким образом им кажется, что они становятся хуже или теряют свой авторитет.

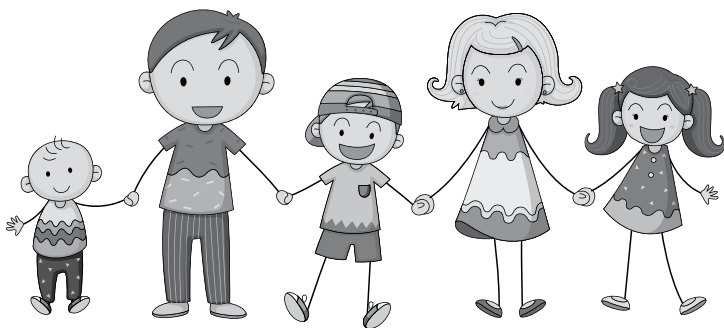
Быть родителями не просто, и, к сожалению, этому нигде не учат, а каждый взрослый, ставший родителем, практически в одиночку приобретает необходимые умения методом проб и ошибок. *Ошибка = возможность.* Поэтому нужно адекватно оценивать ситуацию, чтобы суметь ей воспользоваться. Если ребенок не научится признавать наличие ошибок, он не научится способам их решения и преодоления. Родители — это как раз те люди, на мнение которых ориентируются дети.

Боясь допустить ошибку в любом деле, всячески избегая любых ошибок, а по сути опасаясь их — взрослые воспитывают в своем ребенке «перфекциониста» — того, кто боится начинать любое даже самое «пустяковое» дело. Из-за перфекционизма (страха ошибок) люди не могут реализовать себя, оставаясь нерешительными, вечно сомневающимися «неудачниками» по жизни.

Дональд Вудс Винникот — замечательный английский педиатр и детский психоаналитик, ввел термин «достаточно хорошая мать». Этот термин означает, что даже если ребенка расстраивают строгость, требования и другие педагогические ошибки родителей, они все равно неизбежны и необходимы, поскольку являются проявлением заботы о ребенке, способствующим его развитию. В конечном итоге ребенок это понимает и постепенно формирует представление о любящем родителе, с которым он чувствует себя защищенным.

В заключение данного вопроса мне бы хотелось отметить еще один важный момент. Идеальных родителей не бывает, ошибаются все родители и даже самые опытные педагоги. Но важно понимать, что не ошибаются только те, кто ничего не делает. Ошибки необходимы, как ребенку, так и родителю, чтобы лучше понимать, как поступать в подобных ситуациях и к чему это может привести.

Советский и российский педагог Шалва Амонашвили говорил, что в каждом человеке с рождения заложены инстинкты продолжения рода, а раз есть такие инстинкты, значит должны быть и те, которые помогают заниматься воспитанием. Каждый родитель, продолжающий свой род в детях, может стать эффективным воспитателем для своих детей, так как имеет для этого все природные задатки. Нужно лишь доверять себе и своему ребенку.





Второе. Не путайте роли

Если вы мать или отец для ребенка, то не нужно пытаться быть для него кем-то другим. Семья первична для каждого человека, и каждый из нас одновременно является сыном/дочерью (для своих родителей), братом/сестрой (для родных) и отцом/матерью (для своих детей).

Но есть и другая — «профессиональная» сторона нашей личности. Мы повзрослели, выучились на врачей, учителей, строителей, экономистов, бизнесменов и так далее. При этом, для своих близких мы навсегда останемся родными, теми кого они знают почти с пеленок.

В ситуациях, когда мама ребенка (а по профессии врач) пытается лечить свое дитя, она сталкивается с тем, что ее малыш очень скоро перестает воспринимать ее как заботливого родителя, а увидит перед собой только узурпатора (я не говорю про всех-всех, но таких большинство среди обращающихся за помощью), который всеми правдами и не правдами, пытается засунуть в горло ребенка противное лекарство, потому как знает, что именно оно помогает лучше других.

И чем чаще такой родитель будет менять свою родительскую роль на профессиональную (или какую-то другую), тем меньше ребенок будет воспринимать его адекватно. А это, как вы понимаете, крайне отрицательно влияет на отношения между родными.

Такое происходит в самых разных семьях, с разным уровнем материального достатка, независимо от их интеллектуального и социального статуса. И бедные, и богатые, родители путают свои роли в семье. В результате ребенок перестает воспринимать отца как отца, а мать как мать. У него перед глазами стоит строгий надзиратель, следящий за выполнением домашнего задания с целью поступления в престижное учебное заведение. Какое уж тут доверие к родителям?

Вы думаете, что я утрирую? Вовсе нет. В моей практике встречался случай, когда ребенок в 10 лет страдал бессонницей, энурезом и невротическими страхами. А у родителей, на полном серьезе, была навязчивая идея, чтобы он учился ни больше ни меньше как в Гарвардском университете. Сам мальчик хотел научиться играть на гитаре и заниматься музыкой, однако у родителей была иная цель.

Связь между состоянием ребенка и идеей родителей, надеюсь, очевидна. В этом случае родители приняли на себя роль «путеводителей по жизни», определяя цели в жизни своего ребенка, принуждая его быть не собой, а тем, кто им нужен (выпускник престижного вуза). При этом родители мальчика — приличные люди, состоявшиеся в бизнесе, уважаемые среди коллег и друзей, но не педагоги. А в семье педагогов вообще беда. Тут типичная поговорка — сапожник, без сапог. Слышали о такой?

Расскажу еще одну историю, которая произошла в семье моей клиентки — она по образованию врач-терапевт. У ее пятилетней дочки заболел живот. В выходной день они всей семьей были на даче, далеко от города, а так как боль была разлитого характера (то есть по всему животу), то мама решила вызвать «Скорую помощь», чтобы отвезти ребенка в районную больницу для обследования и консультации детского хирурга.

Но приехавшая «скорая», узнав, что мама сама врач, очень удивилась, что их вызывают по такому пустяковому поводу. Мама долго объясняла коллегам, что, если она врач, это еще не означает, что ее ребенок не может заболеть и что она сходу должна определять диагноз и быстро лечить своего ребенка, для которого она, в первую очередь, имеет право быть просто мамой.

Многие мои клиенты задавали мне вопрос: «Почему так происходит, что с друзьями бизнес не клеится, а родных детей не удается научить»?

В этом случае, я всегда говорю одни и те же слова: *«учителей в жизни вашего ребенка будет очень много, а вот родителей уже не будет никогда»*.

Действительно, в нашей жизни встречается очень много людей, пытающихся «научить» нас, как надо делать и как не надо. А вот родителей...

Родители одни, и бывает плохо, если они не выполняют свои прямые родительские обязанности, а вместо этого строят из себя кого-то другого.

Вполне возможно, что каждый из нас обладает какими-то элементарными знаниями из медицины, педагогики, инженерии, физики, химии, психологии, торговли, рекламы и т.д. Даже если мы не имеем специального образования (мы же учились в школе, смотрим телевизор, «гуглим» в Интернете, общаемся с окружающими). Но для своих родных мы, в пер-

вую очередь, — родные, и никакие дипломы не докажут им обратное.

Дело в том, что, когда возникает проблема, но при этом наш родственник не специалист, он не пользуется своим авторитетом, он равен с нами, и он согласует свои действия, обсуждает разные варианты событий. Все потому, что он просто делится своим опытом.

Если же он в каком-то вопросе является дипломированным специалистом, то моментально превращается в «авторитета», то есть становится настойчив в своих советах, потому что он боится ошибиться, он чувствует на себе ответственность, что должен помочь, должен знать все на свете (не зря ведь учился!).

Что же лежит в основе такого поведения? Как правило, это тревожность. Тревога о том, что что-то не исполнится, что-то не получится. Из этого рождается страх — крайне неприятное чувство.

Люди хотят получать больше положительных эмоций от жизни, от общения с другими людьми, реализовываться в профессиональном и личностном плане, но не могут этого сделать из-за собственных страхов, приводящих к неуверенности. А сколько таких ситуаций приходится переживать современному человеку?

Результатом длительного пребывания человека в нервном напряжении является невроз, приводящий к проблемам в эмоциональной и интеллектуальной жизни. Половина населения нашей планеты, к сожалению, страдает от этого недуга.

Невроз вызывает внутренний конфликт, то есть расхождение между тем, что человек имеет и тем, что он хочет. Другими словами, потребности расходятся с возможностями. От этого современный человек, привыкший получать все и сразу (время ускоренно, мы получаем информацию по телефону, по Интернету, по телевизору мгновенно), думает, что в отношениях с людьми произойдет то же самое. Но этого не происходит и человек остается не удовлетворенным, от этого растет его внутреннее раздражение. Когда такое происходит постоянно, то сами понимаете, накопление негатива приводит к формированию невротического типа личности (вечно неудовлетворенного, озлобленного, завистливого, депрессивного и т.д.). Накопление излишнего негатива приводит к тому, что человек может стать апатичным, безразличным ко всему происходящему.

Наш мозг очень адаптивный орган, оказавшись в трудной ситуации, он начинает экономить свои ресурсы и приспосабливается к внешним обстоятельствам. Но такое приспособление не должно становиться привычкой, иначе, в какой-то момент ресурсы мозга закончатся, а взять новые будет неоткуда.

До наступления века прогресса люди никуда не спешили, информацию получали не сразу (письма, например, ждали месяцами, позвонить могли только из телефонной будки, а узнавать что-то новое могли только в библиотеке). Понимаете, о чем я?

Привыкнув один раз получать все и сразу, человек уже не может ждать, он не способен терпеть и переключаться на другие вещи. Нельзя однозначно сказать, что это плохо, потому что привычка к хорошему опыту учит нас стремиться к нему. Мы сравниваем хороший результат с плохим и делаем свой выбор на основе этого сравнения.

Но, тем не менее, как говорит статистика, невроз все больше поглощает современных людей, потому что жажда получать все и сразу выходит из-под контроля человека, в результате он не контролирует себя и свои эмоции.

Решение проблемы в том, чтобы **оставаться собой, принимать свою семейную роль, и не путать ее с профессиональной или какой-либо другой.**

Обучить и воспитать гармоничную личность, может только гармоничная личность — это одна из важнейших и актуальных проблем современной педагогики. Это значит, что родителям и педагогам нужно начать с самих себя — заняться поиском своей внутренней гармонии, когда почувствуют в этом потребность.

У каждого из нас есть родители, и эти роли нельзя отменить, их нельзя переиграть или поменять — мы все вышли из семьи и останемся в ней навсегда, как бы далеко друг от друга мы не находились.

Еще одна история произошла с одной женщиной, обратившейся за помощью. Она рассказала, что по медицинским показаниям не может иметь детей, и они с мужем активно занимаются этой проблемой. Поделившись однажды со своей мамой этой проблемой, она, вместо слов сопереживания и поддержки, столкнулась с полным непониманием и поучающей критикой: «Да, что вы по этим платным клиникам ходите!», «Да, когда ж, вы уже мне внуков родите», «Вокруг, одни хамы и жулики» и т.д.

Есть народная поговорка: «Родителей не выбирают». Это значит, что родители они такие, какие есть — не идеальные, не всегда правильные, не всегда принимающие, не всегда в настроении. Главное, чтобы родители не отрицали своего ребенка (это их единственная и наиважнейшая задача).

Будьте родителями для своего ребенка. Пусть его учат учителя, лечат врачи, дружат с ним друзья, а вы, просто, будьте родителями. Мама-врач или мама-учитель имеет право для своего ребенка быть просто мамой, не применяя к нему последние достижения науки и техники. Для воспитания полноценной личности, это очень важно.

Конечно, такое разделение вовсе не означает, что родители должны снизить свой бдительный контроль за тем, что происходит с ребенком на приеме у врача, юриста, педагога и т.д. Наоборот, родители как законные представители ребенка, обязаны быть в курсе всего, что с ним происходит, а до 14 лет, вообще, имеют полное право находиться рядом в любой ситуации.

Важно помнить, что с любыми проблемами можно справиться, и всегда найдется выход. Ведь, как мы уже выяснили, любая проблема — это всегда новая возможность.

Если же вы педагог, то не нужно быть родителем для чужого ребенка. Чрезмерно «любящий» детей учитель запросто ломает всю педагогическую систему, призванную, в первую очередь, обучить новым знаниям, привить определенные навыки и умения. Задача педагога — уважать личность ребенка, при этом дать ему необходимые знания, организовать педагогический процесс и т.д., а любить ребенка должны его родители и родственники.





Третье. *Не требуйте то, чему не обучали*

Очень хороший педагогический принцип, который, к сожалению, был несправедливо забыт — мы не в праве требовать от ребенка то, чему никогда его не учили.

То же самое и с другими людьми: с коллегами, друзьями, супругами, учениками и т.д., от которых нельзя требовать, выполнения каких-то действий, которым мы не обучали (не разъясняли) заранее — это всеобщие принципы взаимодействия между людьми.

Например, мужчина, которого в детстве родители специально обучали математике и часто играли с ним в шахматы всей семьей, удивляется, что его супруга не имеет тех же знаний и умений. Он заявляет ей: «Ну, почему ты не понимаешь таких простых вещей?» В данной ситуации он, конечно же, забывает, что знания и умения не берутся с потолка, они могут приобретаться только в результате систематических занятий.

Являясь примером, мы — родители и педагоги — предъявляем требования, но эти требования справедливы, только когда они разъяснены, что есть что, и как это можно сделать.

Необоснованные требования считаются манипуляцией, это значит, что один человек пытается использовать другого для достижения собственных целей, не прилагая никаких собственных усилий. Примером может служить тот же самый Гарвардский университет. Когда родители требуют от ребенка поступить именно в это конкретное высшее учебное заведение, но сами не смогли так сделать — это манипуляция. Потому что, скорее всего, этим поведением они показывают, что не так важны реальные знания ребенка, которые он получает, а важен статус, который **они** приобретут в результате.

«А вот, наш сыночек поступил в Гарвард» — мысленно заявляют они своим друзьям и соседям (которые, конечно же, обязательно должны быть глупее их самих).

При этом их совершенно не волнует состояние ребенка, его мнением никто даже не интересуется, его просто не спрашивают. Он должен, и точка. Иначе родители не смогут похвастаться его заслугами, утерев всем носы подтверждением своей уникальности.

Согласитесь, выполнять неразумные требования — дело, как говорится, «не из приятных». Не все взрослые могут

адекватно противостоять давлению кого-то более сильного, вышестоящего и уважаемого. А представьте, как чувствует себя в этот момент ребенок?

Перестаньте строить из себя всезнаек. Даже если вы родитель или учитель и ставите ребенку конкретное требование, все равно, и независимо от вашего желания, найдется вариант, противоречащий вашей позиции, но имеющий не менее веские основания и права. Это совершенно нормально и вполне естественно.

Ребенок не обязан выполнять ваши личные пожелания, он не должен соответствовать вашим представлениям и требованиям, потому что у него есть свой путь.

Наблюдая взаимодействие родителей и детей между собой, мы часто замечаем, как взрослые поторапливают своих детей (если спешат куда-то): «Давай уже быстрее!». Или дома, когда родителям внезапно понадобилась чистота в комнате: «Быстро убери», «Чтобы через минуту этого бардака не было».

Дети — не собачки (ведь к другим взрослым в такой форме претензии не предъявляются). Они не обязаны мгновенно, по желанию других людей (кем бы они ни были), бросать свои дела и выполнять то, что они не хотят выполнять. ***У ребенка должны быть выбор и время для исправления!***

Как показывает практика, причина таких семейных конфликтов именно в том, что родители, понимая, что ребенок имеет свои собственные интересы и желания, думают, что он станет *неуправляемым* и считают, что в этом их *вина*.

А с чувством вины жить не хочется никому. Вспомнили свои ощущения? Ну и как? — Страхи, одни только страхи!

Решением проблемы может стать реальная оценка своих возможностей, осознание своих страхов, а также истинных возможностей ребенка, понимание его физиологии и психологии. Поэтому повышайте свою родительскую компетентность и... прорабатывайте свои собственные страхи, чтобы они не стали страхами вашего ребенка.

Дети могут стать неуправляемыми только в том случае, когда методы воспитания, которые применяются к ним, не соответствуют их возможностям и психологическим особенностям возраста.

Сюда же можно отнести небольшое дополнение — не требуйте то, что уже отдали (или подарили). Многие родители любят контролировать то, как ребенок использует их подарок.

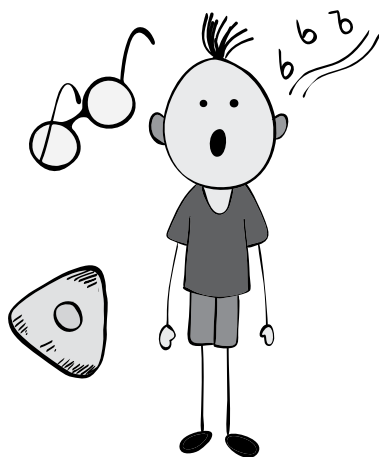
Не потерял ли он его? Не сломал ли, не отдал друзьям, не разрисовал ли цветными фломастерами?

Ребенок формирует представление о своих личных границах, в том числе по имеющейся у него собственности и степени свободы в распоряжении ей.

Однажды моя дочь подошла ко мне и совершенно невозможно попросила помочь ей отрезать волосы у куклы, которую ей недавно подарили. Как не было нам с супругой досадно, но мы разрешили дочери отрезать волосы у этой куклы, потому что так было задумано в ее игре. В то же время мы сделали выводы: либо дочь еще слишком мала, чтобы оценить красоту волос у куклы, либо надо обучить ее другим играм.

Если родители сначала отдают какую-то вещь в собственность ребенку, а потом спрашивают, что он с ней сделал, то это означает, что у ребенка, на самом деле, нет никакой собственности, никакого личного пространства, что его действия должны находиться под полным контролем взрослых, а он принадлежит их воле. Как вы понимаете свободная и творческая личность вряд ли будет воспитана в таких условиях.

У ребенка должна быть своя территория (если нет отдельной комнаты, то хотя бы свой угол), где он устраивает свой порядок и может там реализовать заложенные в него знания, например, наводить тот порядок, в котором ему удобно и комфортно играть и учиться.





Четвертое. Избегайте оценок

Ребенку для полноценного развития не нужны ваши оценки, ему нужно принятие любящих его родителей. Иногда родители спрашивают меня, как себя вести, если ребенок плачет, когда он напуган или не может решиться на что-то?

По привычке многие начинают выдавать нравоучения, предсказания типа: «А я тебе говорил(а)!» «Ну, куда ты полез(ла)?!» «Ну, и зачем ты это сделал(а)?!» или вообще указания: «Перестань плакать, ты меня позоришь!».

Говоря эти слова, мы, по сути, отдаляемся от реальной ситуации, произошедшей с ребенком.

А что слышит в ваших словах ребенок? Он слышит директивы: перестань быть собой, будь другим (идеальным, спокойным, безпроблемным и т.д.).

Хотя мы прекрасно знаем, что все родители говорят так, потому что им нужно преодолеть собственный внутренний страх от этой ситуации. Все взрослые сами когда-то были детьми, и в подобных случаях им говорили точно такие же слова. Этот опыт был усвоен. Не будем сейчас останавливаться на этом и давать оценку педагогическим умениям наших родителей (кажется, что они всегда оставляют желать лучшего), мы говорим о нас, о нашем поведении.

Любому человеку (как ребенку, так и взрослому) в трудный момент не нужны оценки — ему нужно простое человеческое сочувствие и понимание. Поэтому с обращающимися ко мне родителями я делюсь тем, что делаю сам со своей дочкой, если она плачет (по какой-то причине). Я просто обнимаю ее и даю понять, что я рядом, что она может быть собой, что она имеет право выражать свою душевную или физическую боль, что рядом с ней есть человек, которому не безразличны ее чувства.

Проходит немного времени и, успокоившись (как и все дети), она уже бежит куда-то, снова смеясь и играя. Всё, проблемы нет.

В то же время ребенок учится доверять самому себе. Понимая, что трудности бывают, а плакать, негодовать и просить о поддержке — это нормально. И вовсе не ужасно, от того, что тебя сейчас будут отчитывать и учить жизни, ставя, таким образом, в позицию «неудачника».

Девочки не обязаны быть самыми лучшими принцессами, самыми «правильными» дочками и идеально воспитанными «куколками». Они могут в силу возраста, отсутствия опыта или плохого настроения ошибаться, не нравиться кому-то, по-детски шалить и иметь свою точку зрения, отличную от других.

С мальчиками тоже самое — они не обязаны уже в 3 года быть «настоящими» бесчувственными мужчинами, которые все эмоции держат в себе (а также ни в 5, ни в 7, ни, даже, в 10 лет). Ребенок имеет право выражать свои чувства и хорошие, и плохие, и радость, и боль — это никак не характеризует его личность, не делает его «плохим» или «хорошим», потому что он живой, а одно из качеств живого человека — это отражение своего внутреннего эмоционального состояния.

Поэтому, дорогие взрослые, учитесь перерабатывать свои нравоучения, которые на самом деле являются показателем внутреннего страха и недостатка педагогических знаний. Сначала будет трудно, но постепенно, поверьте, это будет проще сделать, потому что сформируется адекватная замена одних знаний на другие.

Без оценок трудно в школе, но и там от них бывает больше вреда, чем пользы. Спросите любого школьного психолога, сколько ему приходится выслушивать историй о сломанных судьбах из-за жесткой и несправедливой оценки. О, я думаю, вы потратите много времени, пока прослушаете все истории до конца.

Главный недостаток оценки — она не дает реальной картины знаний человека. Задача оценки в том, чтобы помочь выявить лишь некоторые «слабые» места в знаниях и умениях, которые есть у человека. Задача оценки, также, обратить внимание ученика на пробелы в своих знаниях и заняться их заполнением для достижения определенной цели — получения верного знания.

В процессе воспитания совсем не должно быть оценок, поскольку оценивать можно только полученные и опробованные на практике знания.

Одна из целей воспитания — сформировать адекватное мировоззрение человека, его познавательную активность и помочь развить свои способности, которыми он сможет воспользоваться в разнообразных жизненных ситуациях. Оценку своему воспитанию и поведению должен дать сам

человек (которого уже воспитали) по результатам, которые он сам же и получит. А если человек обнаружит несоответствие своих знаний предъявляемым требованиям реальной жизни, он самостоятельно сумеет приобрести новые — более адекватные.

Как показывает практика, дети больше доверяют тем родителям, которые не дают никакой оценки их действиям, а просто предоставляют возможность поделиться чем-то личным. Дети ценят такое общение больше, чем занудные и однообразные нравоучения. Тем более что, говоря объективно, нравоучения — это лишь попытка прикрыть свое незнание в каком-то вопросе. За маской нравоучения, обычно, скрывается отсутствие реальных умений решить проблему.

Представьте, что вы можете обсудить что-то личное и важное (чувства, переживания, планы на будущее или что-то уже сделанное и т.д.) с двумя людьми. Первый просто выслушает вас и поделится своим мнением, ни к чему не обязывая, а второй будет оценивать ваши чувства, мысли, желания, сравнивать их со своими или начнет убеждать, как вам надо было бы поступить и как не надо. К кому из них вы обратитесь?





Пятое. Родители, не равны своим детям

Родители не равны своим детям во всех смыслах — ни по возрасту, ни по опыту, ни по выполняемым в семье задачам и занимаемым позициям. Родители всегда находятся в позиции «над» ребенком. Они стоят выше в силу имеющегося жизненного опыта и своей родительской роли — покровителей и защитников интересов ребенка.

Дети являются продолжением семьи, становясь впоследствии родителями для своих детей. Так продолжается жизнь рода человеческого.

Можно быть в доверительных отношениях со своим сыном или дочерью подростками, обсуждая какие-то совместные интересы или планы, но глупо пытаться заменить ему друзей. Если родители будут пытаться имитировать друзей для своего ребенка, он не сможет обзавестись настоящими друзьями.

И, как бы некоторым родителям не хотелось, но в восприятии ребенка родители — это всегда носители жизненного опыта, который надо признавать и уважать. Каким бы он ни был — хорошим или плохим.

Задача родителей передать свои знания и умения детям, свое отношение к жизни — *родители являются примером и ориентиром, просто потому что они родители*. Не нужно давать этому опыту оценку — этот опыт имеет право на существование в любом случае. Главное при этом донести до ребенка, что у него существует выбор, и он может делать его исходя из адекватной оценки ситуации, поступая так же, как его родители или как-то иначе.

Ребенок должен уважать опыт своих родителей, но поступать, в точности как и они, не обязан. Хотят того родители или нет, ребенок имеет свой жизненный путь, на который он должен влиять сам. В тех, случаях, когда этот факт отрицается самими родителями, ребенок не может принять ответственность за себя и свои поступки, в результате он попадает под влиянием родителей, которые не вечны, и которые, объективно, не имеют никакого влияния на жизнь своего ребенка (даже если им этого очень хочется).

Например, мать или отец ребенка очень хотят, чтобы их ребенок прожил счастливую жизнь, и они наивно верят в то, что могут на это повлиять каким-то образом — устроить в пре-

стижный вуз, свести с нужными людьми, оставить богатое наследство и т.д., и т.п. Но все это может оказаться совершенно бесполезным, если ребенок выберет иную сферу деятельности, в которой эти конкретные знакомства или это конкретное образование ему совершенно не понадобится. А также ребенок может распорядиться финансовыми средствами родителей по своему усмотрению.

Если так, то кажется, что родители попадают в собственную ловушку. Возникает вопрос: как сделать жизнь ребенка лучше, если он в итоге выберет что-то другое? Как избежать лишних совершенно не нужных действий (напрягать других людей, использовать материальные ресурсы), которые могли бы пригодиться им самим и т.д.? Как избежать обид и непонимания с ребенком, если родители хотели сделать как лучше, а получилось, как всегда?

Мне приходится отвечать на такие вопросы довольно часто. И задают их родители, которые слишком уж увлечены жизнью своих детей в ущерб своей собственной. Такие родители — жертвенники, готовые на все ради «счастья» своего ребенка.

Ответ, в этом случае, я даю им такой: *живите своей жизнью, делая ее счастливой, — это самый лучший воспитательный пример для вашего ребенка, который в дальнейшем он сможет применить к своей жизни и своему поведению.*

Когда ребенок еще мал, он не может решать, что ему подходит, а что нет, так как не имеет еще достаточного опыта. Когда же он повзрослеет (например, до школьного возраста), необходимо начинать интересоваться его мнением, предлагая ему выбор, доверяя его мнению и желаниям. Но для этого необходимо учесть ряд важных моментов.

Во-первых, ребенок должен научиться самостоятельно определять, что для него лучше. Это возможно, только если он умеет сравнивать и анализировать происходящее в его жизни, опираясь на свои чувства и ощущения. Когда ребенку дают такую возможность, и он имеет право ошибиться и исправиться. Так формируется собственный опыт решения жизненных трудностей.

А во-вторых, иметь возможность приобретать свой опыт, не боясь возможных трудностей и ошибок, зная, что рядом всегда есть люди, которые его поддержат, защитят при необходимости; а также существуют другие варианты действий, которые он может искать и применять.

Впоследствии это чувство внешней поддержки от родителей ребенок сможет сделать собственным (внутренним) — чувством уверенности в себе и своем выборе. Именно это ощущение уверенности помогает, уже взрослому человеку, поступать правильно, быть счастливым в жизни и успешным в любой деятельности.

Важно признавать, что опыт родителей ограничен лишь ситуациями, с которыми они сталкивались, в то же время, объективно, всегда существуют и другие способы решения проблемы, о которых они даже не догадывались.

Так, например, мало кто знает, что ничего не делать — это тоже способ решать проблему. Не без оснований люди говорят, что время лечит. Думаю, что именно это имели в виду наши предки, ведь надежда, что ничего не придется делать, а все проблемы разрешатся сами собой, живет в каждом человеке, и нужно быть ханжой, чтобы отрицать это.

Уверен, что такой подход к пониманию воспитания не совсем укладывается в общепринятые нормы. От педагога привычно ждут совсем другого — нравоведения, напутствия и четкого плана.

Но давайте будем честны перед собой. Повторюсь, что жизнь, не черная и не белая, она пестрая. Важно понимать, чего мы хотим: «волшебный» пинок или реальную картину происходящего?

Большинство людей выбирают пассивную позицию, сами того не подозревая. Просто ждут того, что произойдет само собой, надеясь на лучшее, объясняя такое поведение стремлением «плыть по течению». Нельзя их за это упрекать, потому что это тоже иногда «работает». К сожалению у меня нет статистических данных о том, в каких случаях пассивное ожидание эффективно, а в каких нет, уверен, что на этот вопрос обязательно найдут ответ британские ученые.

Если что-то в жизни не получается, если нет желаемого и эффективного результата — *просто пробуйте что-то другое*.

Не всегда дети обладают теми способностями, которых ждут от них взрослые, главное, чтобы ребенок знал, что у него есть возможность выбора — если не в этом, так в другом деле он может стать успешным — нужно только найти себя и то дело, которое ему «по душе».

Так, например, известный советский писатель, профессор, доктор философских наук Александр Александрович

Зиновьев, в детстве не имел ни голоса, ни слуха, поэтому музыкальная школа отпала сразу, рисование у мальчика тоже не получалось (и это несмотря на то, что его отец писал иконы). В юности Зиновьев мечтал о построении справедливого общества «для всех», зачитывался книгами Робеспьера, Герцена, Радищева, Грибоедова и т.д., поэтому сам начал заниматься философией и историей. Обучение на философском факультете МГУ имени Ломоносова давалось Александру Александровичу легко, ведь с работами таких философов как Аристотель, Кант, Гегель, Маркс и других он уже был знаком.

Многие известные личности, отмечали в автобиографиях, что они достигли многого в своей жизни не благодаря, а вопреки родительским попыткам вставлять «палки в колеса». Рудольф Нуреев стал артистом балета вопреки желаниям его родителей, так же как певица Виктория Дайнеко, актеры Майкл Дуглас и Дмитрий Харатьян и много-много других.

Детям в жизни многое приходится делать вопреки условиям среды — взрослеть, уметь, развиваться, влюбляться, создавать свою семью и осваивать профессию, встречая сопротивление, которое неизбежно и, более того, способствует процессу развития.

Давая однозначные или чересчур категоричные указания своим детям, родители рискуют получить совершенно неожиданный для них результат.

Что это значит?

Иногда родители говорят ребенку в каких-то ситуациях, что надо любить и уважать всех людей на Земле, ребенок воспринимает эти слова буквально (если ему не разъяснили, что конкретно имелось в виду).

Повзрослев, ребенок оказывается в коллективе сверстников-подростков. А как известно, подростковые коллективы существуют по своим, особым, законам (об этом мы говорили в соответствующей главе). Они сознательно отличаются от принятых в обществе норм, потому что их цель — проверка личности на прочность.

Подростковый возраст — период испытаний, и если сама жизнь не предоставляет этих трудностей, то они создаются искусственно, внутри подросткового коллектива. Ну, а наш герой, как мы помним, живет с твердым убеждением, что любить надо всех-всех людей на Земле, которое внушили ему

однажды родители, так и не разъяснив истинной сути своих слов. Я вовсе не утрирую, это реальность.

Как вы думаете, с какими проблемами столкнется этот ребенок, попав в подростковую среду? Совершенно верно, и я тоже так думаю, что ему будет очень нелегко. Сколько обид, боли, унижений он должен будет пережить, пока на собственном опыте убедится в ложности родительских намерков.

Нет. Не всех нужно любить на Земле. Нельзя любить предателей, нельзя любить тех, кто тебя унижает, кто не справедливо оскорбляет или причиняет страдания тебе и твоим родным. Простить и понять? Возможно, но любить он их не обязан.

Поэтому обязательно подумайте, прежде чем вносить в чистую голову ребенка какие-то однозначные и категоричные заявления.

Повторюсь, *мир не черно-белый, он пестрый, разноцветный*. Бывают ситуации в жизни, когда нужно поступить принципиально, и совсем не так, как тебя учили.





Шестое. Родители не обязаны быть едины в вопросах воспитания ребенка

Эта тема была навеяна моей практикой и многочисленными вопросами родителей: «Должны ли мы с мужем/женой быть единомышленны в вопросах воспитания детей?»

Вот какое письмо я получил однажды (орфография и пунктуация сохранены):

«Добрый день. Нужен совет. Я устала биться как горох об стенку.

С мужем, мы уже 9 лет вместе. У нас большая любовь, свадьба, долгожданный ребенок. Все счастливы.

Но после рождения дочки я поняла, что у нас разное видение в воспитании детей. Муж потакает ей во всем, лишь бы не плакала.

Дочке уже 1,5 года. Когда муж приходит домой, дочка постоянно что-то от него хочет, не дает ему отдохнуть.

В итоге муж срывается на мне, требует, чтоб я занялась ребенком. Но вечером у меня у самой много дел: приготовить еду, постирать (одежду в садик), помыть посуду, отдохнуть в конце концов.

Когда мужа нет дома, я все дела делаю спокойно, дочка сама себе находит занятие, особо мне не мешает.

Одновременно выполняя дела по дому, я ее кормлю, сажаю на горшок и т.д. Но, когда муж дома, я не могу ничего делать, дочка начинает капризничать, что-то требовать от мужа, а он опять хочет, чтоб я занялась ребенком.

В моем понимании “заниматься ребенком” это читать, собирать конструктор и т.д. Но, когда у родителей дела, ребенок может найти себе занятие. А в понимании мужа, ребенок всегда должен быть с родителем чем-то занят. Как ему объяснить, что так жить невозможно? Раскладываю ему все по полочкам, он соглашается. Через какое-то время все повторяется. С нетерпением жду ответа. Спасибо».

Во многих семьях остро стоит вопрос соотношения систем воспитания, которых придерживаются супруги. Распространено мнение, будто бы родители должны во всех вопросах, касающихся воспитания и жизни семьи, быть схожи, а если их мнения расходятся, то обязательно будет плохо. В жизни, конечно же, все не так категорично.

Простите, но начну я издалека.

В ранние времена на Руси (и не только) люди жили совсем другим укладом: первобытные общины постепенно превратились в большие семьи и проживали в селах или деревнях. Семьи создавались на основе договоренностей между родителями, но был в этом большой практический смысл. Родители знали тех, за кого отдавали свою дочь, или наоборот, чью дочь они берут в семью своему сыну. Подходящая эта семья или нет решалось на семейных советах.

Часто детей «женили» еще с малолетства, тогда вся деревня знала, что вот этот мальчик — жених вот этой девочки, и другие дети тоже знали, что эти дети впоследствии станут единой семьей (поэтому к «чужим» невестам другие не сватались). Да и сами дети росли точно и заранее зная, с кем и куда они будут идти по жизни. Поэтому будущие супруги присматривались друг к другу, знакомились, влюблялись и семейную жизнь начинали не на пустом месте.

Сейчас совсем другие устои, другие условия и ценности, эту данность нужно принять. В современном мире люди встречаются на работе, в ресторане, знакомятся через Интернет, мало представляя из какой семьи вышел человек, чем он жил, чему учился, где и как воспитывался.

Еще Михаил Зощенко в своем рассказе «Свадебное происшествие» (фильм Л. Гайдая «Не может быть», 1975 г.) описал подобную ситуацию, в которой молодой человек, Володька Завитушкин, знакомится зимой в трамвае с незнакомкой в пальто. Толком не рассмотрев друг друга, они решают пожениться, в итоге на свадьбе жених не может узнать свою невесту, из-за чего оба попадают в неприятную ситуацию.

Современные люди, не узнав друг друга, как следовало бы, встречаются и создают семью, имея совершенно разный уровень воспитания, различные ценности и представления о жизни, а самое главное — разный жизненный опыт.

В такой ситуации перед парой встает задача научиться уважать опыт друг друга, иначе различные представления будут постоянно напоминать о себе, проявляясь в виде конфликтов и разногласий. Супругам для улучшения качества семейной жизни надо уметь договариваться, сотрудничая друг с другом.

Но даже если они придут к единому мнению, также важно понимать, что для ребенка родители имеют разные статусы, разные задачи. Мама — тот, кто любит и жалеет, кто принимает своего ребенка безусловно, а также учит девочку женской роли, а мальчику показывает пример отношений с женщиной.

Отец — любит за какие-то поступки, результаты, достижения и поучает за проступки. Отец учит мальчика мужской роли и отношению к женщине.

В некоторых же семьях бывает с точностью до наоборот, когда мать берет на себя «ругательные» функции, а отец ими тяготится и поэтому балует детей подарками и сладостями. Это результат так называемого ролевого смещения.

К девочке в семье всегда предъявляются повышенные требования: она должна быть идеальной хозяйкой, отличницей, при этом смиренной и послушной; к мальчикам же никогда не предъявляются подобные требования.

В результате из мальчиков вырастают мужчины, не умеющие быть строгими и ответственными (ведь они никогда не знали, что это такое), а из девочек — мамы-перфекционистки, вечно всем не довольные (ведь их приучили во всем быть правильными, стремящимися к идеалу), не умеющие действовать адекватно ситуации и реагировать на происходящее в своей семье только истерикой или скандалом.

Но это все же отступление, немного из другой темы, вернемся к нашей — воспитательной.

Каждый родитель для ребенка — это знающий и понимающий человек, к которому можно обратиться в надежде на поддержку и понимание.

Представьте себе состояние ребенка, когда один родитель ругает его за проступок, и он идет к другому за сочувствием и поддержкой, а тот *(ну, чтобы быть единым с другим родителем, потому что ведь они же как бы договорились поддерживать друг друга)* тоже начинает ругать ребенка.

В итоге ругают оба. Молодцы, смогли быть едиными!

В такой ситуации ребенок чувствует себя отвергаемым, не понятым близкими и родными, не достойным их прощения и принятия. Но может оказаться, что родители не искренни в своих чувствах, что на самом деле они хотят поддержать ребенка, вместо этого пытаясь соблюдать «положенные» правила и отвергают его. Такое ложное единение хуже наказания.

В то же время не стоит действовать «от противного»: если вы не согласны с супругом по поводу методов воспитания, можно выяснять это в процессе совместной жизни, но эффективными способами — договариваясь, и сотрудничая друг с другом ради одной цели — адекватного отношения к ребенку и его потребностям.

Стремитесь к «золотой середине», как говорится: истина, всегда находится где-то между двух крайностей. Прежде чем ругать и наказывать, надо самим научиться это делать эффективно.

Если родители не ставят перед собой цель наказать ради наказания, а понимают, что проступок ребенка — это результат их неверного воспитания, тогда процесс наказания превращается в перевоспитание (как для ребенка, так и для самих родителей).

Важно чтобы ребенок понял, почему от него что-то требуют и почему не может быть другой альтернативы.

Не надо воспринимать все крайне, я знаю одну семейную парочку, где родители разъясняют в деталях суть своих претензий годовалому малышу и обращаются к нему подчеркнуто деловито по имени-отчеству.

Для них было принципиально уже с малолетства показать, что они правильно воспитывают ребенка и доносят до него свои идеи. Хочется спросить их: ну, что это такое? зачем? Ваш ребенок, реально, вас еще не понимает. Считаю, что это уже совсем неадекватное поведение родителей, все же лучше и адекватнее исходить из реальных возможностей ребенка, его физиологии и психологических особенностей возраста.

Такова особенность человеческого сознания: мы воспринимаем окружающих в соответствии с той ролью, которую человек изначально несет. Поэтому родитель, в любом случае, — пример для подражания, хочет он этого или нет.

В тех случаях, когда родители осознанно или не очень дают своему ребенку возможность выбирать, как поступить в какой-то ситуации, они расширяют его жизненный опыт. Когда в воспитании участвуют другие адекватные родственники: бабушки, дедушки, тети, дяди, и другие; когда проводится анализ поступков, оценка эффективности их советов и т.д.

Существует несколько стилей семейного воспитания. Эти жизненные стратегии условно выбираются родителями и неосознанно воспроизводятся в процессе взаимодействия с ребенком (чаще всего родители лишь воспроизводят тот опыт воспитания, который имеют сами, то есть доставшийся им от своих родителей).

Стиль семейного воспитания — это сочетание различных вариантов поведения родителей, которые в разных ситуациях и в разное время будут проявляться в большей или меньшей вместе степени. Под стилем семейного воспитания подразуме-

вается отношение родителей к ребенку, характер и контроль за его действиями, способ предъявления требований, формы поощрения и наказания.

В описании ниже приводятся стили родительского (семейного) воспитания из опыта работы с различными семьями:

Авторитарные родители

Такие родители не считают с мнением ребенка, все решают за него (пример с Гарвардским университетом). В результате ребенок таких родителей не имеет собственного мнения, как следствие, считает себя не способным, отрицательным персонажем с заниженной самооценкой. Дети таких родителей повторяют этот стиль в воспитании своих детей.

В авторитарных семьях чаще чем в других фигурирует насилие. Родители, применяющие его к своим детям, разрушают их ожидания в принятии, доверии, любви, заботы, что приводит к нарушению всего процесса здорового развития ребенка. Такие дети сами становятся агрессорами, перенося полученный опыт из семьи родителей в свои отношения.

Личная позиция родителя: «Ты будешь делать то, что я скажу, потому что я авторитет для тебя». Дома ребенку часто в приказном тоне даются указания без объяснения того, почему он должен их выполнять. Родители требуют начать выполнять что-то немедленно, но забывают, что ребенок не дрессированная собачка, который бросив все дела, обязан выполнять полученный приказ.

Рекомендация: дайте ребенку возможность закончить начатые ранее дела. Ваш малыш индивидуален и имеет свой внутренний биологический ритм. Конечно, режим и соблюдение порядка должны быть в семье, но постоянное принуждение приводит к сбою внутренних часов, нарушению обмена веществ и расстройствам психических процессов. Ребенок не дрессированная собачка и не может выполнять все, так как вы хотите. Требования должны быть адекватны возрасту ребенка. Все изменения, происходящие в жизни ребенка, должны учитывать его индивидуальные особенности.

Чрезмерно опекающие родители

Такие родители часто используют мелочные придирки, постоянно контролируют все перемещения ребенка, его действия подвергают анализу и критике, чтобы сделать более управляемым.

Забота плавно переходит в давящую опеку, которая подавляет любую инициативу и активность ребенка.

В результате из детей вырастают безынициативные люди, слабохарактерные, нерешительные, не умеющие за себя постоять, полагающиеся во всем на мнение старших, неспособные строить полноценные социальные отношения со сверстниками. Если вдруг в какой-то момент родитель оказывается готов дать свободу своему ребенку, то наедине с самим собой никак не может успокоиться, и перед его глазами всплывают ужасные картины происходящего с их чадом.

Более того, когда ребенок видит, что отец или мать со всеми из-за него ругается, он делает вывод, что мир — это сборище негативно настроенных людей, с которыми постоянно нужно выяснять отношения ссорами и руганью.

Личная позиция родителя: такой родитель не готов отпустить ребенка в жизнь. Постоянно переживает за его здоровье, тревожится о самочувствии, но мало беспокоится развитием личности ребенка. В их глазах ребенок — неспособное ни к чему, слабое, немощное создание, нуждающееся в постоянной заботе и защите от внешней опасности.

Рекомендация: во-первых, родителям стоит работать над своей повышенной тревожностью. Именно она заставляет их самих испытывать страх и переносить его на ребенка. Впечатлительность и тревожность — несомненно, помогают выживать в наше непростое время, но во всем должна быть адекватная мера. Это значит, пора объективно оценить, что может быть опасно, а что лишь кажется опасным.

Во-вторых, родителям надо работать над своим эгоизмом. Они боятся не за ребенка, а за самих себя, потому что не интересуются его мнением, его чувствами и интересами и тем, чего на самом деле боится ребенок. Соотнесите его страхи и свои. Только тогда вы поймете, где заканчивается ваша субъективная тревога и начинается реальность.

Эмоциональные, раздражительные родители

Такие родители своим ребенком всегда недовольны, предъявляют постоянные претензии и обвиняют во всех ошибках. Не выполнил урок — дурак, ошибся — кретин, не смог за себя постоять — размазня. При этом в отношениях отсутствует эмоциональная близость между взрослым и ребенком. Тактильные контакты осуществляются на уровне шлепков, подзатыльников, оплеух.

При этом инициатором какого-то действия становится родитель. Он сам подталкивает ребенка на совершение поступка и уже изначально не верит в возможный успех. Дети очень хорошо заражаются эмоциональным настроением взрослого и поэтому не умеют верить в самих себя — естественно, что в результате они делают все не так как надо. Как и в прежнем случае, в итоге развивается низкая самооценка, забитость, не умение отстаивать свои позиции, появляется страх самовыражения.

Как правило, такие дети становятся пассивными агрессорами, держат свое недовольство глубоко внутри себя. То есть проявляют они его не явно, а несколько иначе. Например, едкими замечаниями в адрес другого человека, выражают иронию, провоцируют сарказмом, переворачивают факты с ног на голову, выставляя виновными за свои ошибки других людей.

Личная позиция родителя: «Ну что ты за наказание такое?! Ну ничего сделать толком не умеешь» — эти слова говорила девочка Саша, пяти лет, своим игрушкам. Точь-в-точь повторяя слова своей матери.

Рекомендация: ребенок не рождается с умениями и знаниями о жизни. И эти самые знания не появятся у него до тех пор, пока он сам, своими руками не попробует сделать что-то, пока ребенок не совершит ошибки, которые потом сам исправит и не найдет способ решать проблемы по-своему, особенно.

Вы, конечно, не обязаны обожать своего ребенка, видеть в нем только плюсы и достоинства. Но хотя бы не мешайте ему развиваться естественным путем, не подавляйте в нем личность своими претензиями и утверждениями в его несостоятельности. Если не умеете делать это сами — тогда доверьте профессионалам, а для ребенка будьте не строгим учителем или врачом, а просто родителем. Все люди имеют недостатки — это нормально, поэтому меняйте свое отношение к ребенку как к личности со своими, не похожими ни на кого, особенностями, которые в дальнейшем могут стать его достоинствами.

Либеральные, попустительствующие родители

Либеральный, значит допускающий. Такие родители многое допускают в жизни ребенка. Они допускают его ошибки, влияние внешних факторов и случайностей на его жизнь.

Они умеют признать свою неправоту, могут извиниться за совершенные ими ошибки, но не всегда это делают. Зато

уважают желание ребенка самостоятельно принимать решения в своей судьбе, делать свой выбор. И, как правило, самоустраняются из его жизни, примерно к подростковому возрасту. По привычке могут посоветовать одеться тепло девочке-подростку, идущей на дискотеку зимой, но после того как та в ответ скажет что-то типа: «Засохни, кочерыжка, я сама знаю». В подобной ситуации они предпочитают не вступать в конфликт и удалиться по своим делам.

Личная позиция родителя: «Ничего в этой жизни невозможно предусмотреть. Если ребенок хочет вырасти и работать дворником или быть неучем, то никто его не сможет переубедить в этом», — так описала свой взгляд на воспитание одна мамочка на родительском собрании.

Считают, что у взрослого есть свой взгляд на жизнь, а у ребенка свой. Своими делами они и предпочитают заниматься, пока их не спрашивают или пока не попросят о чем-то.

Рекомендация: исправлять такую позицию, обычно, бывает бесполезно. В ней, в принципе, есть рациональное зерно: ребенок учится самостоятельности, отвечать за свои поступки и всего в жизни добиваться своими силами, рассчитывая только на себя. Правда находить эффективные пути взаимодействия с другими людьми он так и не научается, потому что он не видел примера в лице значимых для него людей (родителей).

Авторитетные родители

Авторитеты для ребенка — это пример личной активной позиции (в любом деле), весомое мнение, определяющее возникновение мотива к действию. Другими словами, с такими родителями дети советуются, выбирают их в качестве примера и делают так, как они поступили бы в этой ситуации.

«Как поступил бы отец в этой ситуации?», «А как сделала бы мать? Что она сказала бы сейчас?» — такой вопрос задают себе их дети, оказавшись в трудной ситуации. Это не значит, что именно так они сделают, но всегда учтут родительское мнение.

Личная позиция родителя: у таких родителей есть внутренняя жизненная позиция, что они являются спутниками ребенка на жизненном пути. Свои поступки они стараются комментировать, разъясняя, таким образом, главный принцип своих действий. Стараются избегать давления на ребенка, всегда в курсе состояния его дел. Бывают честными, в первую очередь, с самими собой, к этому приучают и ребенка.

Рекомендация: исправлять такие отношения не нужно, если они благоприятно влияют на развитие личности ребенка. Более того, в этом случае, обычно, ни от кого не поступает подобного запроса о помощи.

Демократичные родители

Дети демократичных родителей знают и умеют вести себя адекватно ситуации, в которой они оказались. Они достаточно критичны по отношению к себе и умеют оценивать поступки других людей. В конфликтных ситуациях предпочитают рассуждать последовательно, умело аргументируют свое мнение.

Личная позиция родителя: ставят честность и справедливость в приоритет. Стараются прислушиваться к мнению ребенка, выслушать его внимательно, чтобы понять. Собственным примером воспитывают в детях дисциплину, самостоятельность, уверенность, уважение к самому себе и другим людям.

Все эти стили воспитания могут быть как у обоих родителей, так и у каждого по отдельности, и совсем не обязательно, что позиция матери будет совпадать с позицией отца. Супруги не обязаны быть едины в вопросах семейного воспитания, поскольку у каждого есть свой опыт и своя личная позиция, но все равно им придется научиться договариваться между собой, уважать другое мнение, а самое главное — сотрудничать ради общего дела — гармонии в семье.





Седьмое. Правила и требования должны быть адекватными

В каждой семье существуют правила, *гласные и негласные*, которые, по своей сути, влияют не только на воспитание ребенка, но и в целом определяют психологический климат в семье.

Гласные правила — это озвученные правила, о которых проинформированы все члены семьи. Например, когда папа или мама говорят: дети должны ложиться спать в 9 часов вечера, а те, кто не ложится спать в это время, будут наказаны — лишением сладостей. Это гласное правило — родители озвучили и определили его границы, нарушение которых неодобряемо (или наказуемо).

Негласные правила — это не озвученные требования, но существующие незримо и соблюдаемые всеми членами семьи. И вот тут начинается самое интересное, когда правило существует (и наказание за его нарушение тоже существует), но о нем никто никогда не говорил.

С негласными правилами больше всего проблем, потому что они оказываются удобны только тем, кто их придумал, для остальных они являются обузой, отягощающей нормальную жизнь.

Например, в одной знакомой мне семье, есть негласное правило — с мамой не спорить, потому что мама всегда права. И как только кто-то пытается его нарушать, получает кучу наказаний и проблем. При этом озвучивание этого правила привело бы в недоумение всех членов семьи, потому что они бы вряд ли согласились с ним однозначно.

Однако не все негласные правила такие жесткие, встречаются и вполне адекватные варианты. Например, в семье одного моего знакомого существует негласное правило — если остался последний кусочек торта или чего-то вкусненького, надо сначала спросить всех членов семьи, не желают ли его съесть, и только, когда все отказались, можно съесть самому. Никто не говорил, что нужно так поступать, но все так поступали и осуждали тех, кто так не делал. Вот правило и появилось.

Точно так же гласные и негласные правила, существуют в школьном классе. Гласными являются требования учиться, слушаться учителя, не мешать учиться другим детям и т.д. А не гласными могут быть правила, например, пользоваться

помощью других учеников или нет, списывать во время зачета или нет, доносить на других детей или не делать этого и т.д.

Правила необходимы каждому коллективу, каждой семье, поскольку они являются регуляторами отношений между членами этого коллектива. Они помогают сделать жизнь удобной, понятной и последовательной. Адекватные правила в целом положительно влияют на процесс развития ребенка.

Как показали исследования, детям необходимы правила и четкие границы дозволенного поведения. Ребенок нуждается в адекватном сопротивлении от взрослого. Часто взрослые говорят о проступках детей: «Он это специально так сделал, ведь знает, что я буду ругаться, и он все равно проказничает, мне назло».

Нужно прояснить, что дети не делают что-то «на зло» взрослым, а только по необходимости, чтобы чувствовать сопротивление от них. Необходимость сопротивления, в том, чтобы были установлены конкретные и адекватные правила, которым нужно следовать — это психологическое качество каждого ребенка. Ребенок, таким образом, подсознательно требует от взрослого обозначить границы дозволенного и соблюдать их. Это необходимость, которая делает жизнь ребенка понятной, стабильной, спокойной — той, в которой он нуждается. Ребенок может капризничать, требовать, спорить.

Часто родители воспринимают эти капризы, как проявление упрямства, так и есть, ребенок вынуждает родителей проявить настойчивость. Поэтому если вы понимаете, что иначе нельзя, значит нужно объяснить это ребенку и настоять на своем решении.

Приведу пример. В раздевалке одной из групп детского сада мама пытается переодеть сына. Сын капризничает: «Одень меня ты. Я устал». Сыну 5 лет. Объективно, он способен одеться сам, он умеет это делать, и без мамы, он одевается спокойно. Мама опаздывает на работу, она спешит, нервничает.

Дальнейшие события могут развиваться по нескольким сценариям.

Первый сценарий. В этот момент мама начинает представлять себе, как она опаздывает на работу, и ее начальник отчитывает снова. Эта тревожная мысль вызывает в ней негативную эмоцию, эмоция вызывает неуправляемый гнев, который обрушивается на ребенка: «Опять ты меня доводишь?!

Быстро оделся и в группу!». Эти слова дополняет шлепок по попе ребенка и рассерженное лицо мамы. Сын в слезы. Через минуту, одумавшись, мать начинает просить прощения, объяснять, что не хотела наказывать, но ведь сын сам виноват и «она ж ему говорила».

Такой вариант заставляет маму испытывать муки совести, переживать.

Как можно изменить эту ситуацию?

Маме нужно понимать, что злится она не на ребенка, а на саму себя — ведь это она сама боится опоздать и получить выговор начальника. Эта мысль управляет ей, делая ее уязвимой, потому что вызывает негативные эмоции.

Второй сценарий. Мать быстро одевает сына сама и уходит на работу. При этом ребенок научается новому методу манипуляции — требовать, и не научается самостоятельности. Этот сценарий тоже имеет негативные последствия, потому что ребенок учится только манипулировать мамой, но в какой-то момент маме надоеет выполнять все указания сына, и это закончится очередным скандалом.

Возможен и третий вариант. Мама объясняет сыну, что она не может тратить много времени на переодевания, потому что опаздывает на работу. При этом оценивает, сколько времени у нее есть в запасе. Напоминает, что она очень любит сына и верит, что он справится самостоятельно, потому что умеет одеваться. Такой вариант подразумевает сотрудничество — мама поддерживает сына, сын учится быть самостоятельным, там, где может это сделать.

Выяснено, что детям спокойнее жить в более-менее стабильных условиях, чем в крайне непредсказуемых. Согласно нашим наблюдениям, дети, которые вынуждены переезжать с места на место вслед за родителями, не имея постоянного дома, часто страдают невротическими расстройствами.

Выяснено также, что дети раннего и дошкольного возраста, которые живут без стабильного режима дня, когда не соблюдаются режимные моменты (подъем, завтрак, обед, дневной сон, время для игр и занятий и т.д.), чаще страдают от нервных расстройств, чем их сверстники, в семье которых режим соблюдают.

Проблема заключается в том, что со временем гласные и негласные правила теряют свою актуальность и в определенный момент, становятся не адекватными реальной ситуации. Например, глупо требовать от подростка лечь так

же как и его младший брат в 22.00 или, например, требовать от маленького ребенка объяснить свое поведение, проанализировать его последствия и сделать соответствующие выводы на будущее. И первое, и второе, как вы понимаете, не соответствует ни реальным возможностям, ни возрастным особенностям детей.

Жизнь не стоит на месте, ребенок постоянно растет, меняются его физиологические возможности и психологические потребности. Правила в семье тоже должны меняться в соответствии с меняющейся обстановкой, тогда они и не будут мешать развитию, а станут только способствовать ему.

Мне известна одна семья, в которой запрещают детям смотреть телевизор дома. Родители убеждены в том, что современные телепередачи не приносят детям никакой пользы. При этом их дети общаются с другими детьми, приходят друг к другу в гости и не упускают возможность там смотреть телевизор. В результате все дети играют, не обращая никакого внимания на работающий телевизор (ведь им его смотреть не запрещают), а эти сидят, уставившись в «ящик», стараясь не пропустить ни одного мультфильма.

Другой пример. Родители — убежденные вегетарианцы, прививая своим детям основы правильного питания, исключили из их рациона мясо. Как известно, мясо помогает детям формировать правильный прикус — давая определенную (грубую) нагрузку на челюсть, формирует навык длительного пережевывания. Рацион ребенка должен содержать все необходимые аминокислоты и белок, которые являются строительным материалом для костно-мышечного аппарата (активно растущего в детском возрасте).

Взрослым людям (после 40 лет) рекомендуют снижать количество потребляемого мяса или даже совсем отказываться от него в некоторых случаях. Но детский организм нуждается в правильном и полноценном питании, лишая его животного белка, родители наносят непоправимый вред своему ребенку.

То, что подходит одному человеку, может не подойти другому. Более того, нельзя сравнивать ребенка и взрослого — они имеют свои особенности как психического, так и физического развития. Поэтому правила, существующие в семье, должны учитывать специфику каждого члена семьи (чтобы не грести всех под одну гребенку), только в этом случае возможен развивающий эффект.

Адекватные семейные правила помогают ребенку адаптироваться к внешнему миру, а также к режиму учебного заведения, которое он посещает (детский сад, школа, институт). Это значит, что дома можно создать условия, при которых ребенку будет легче адаптироваться к новым условиям и правилам.

Как известно, новые требования выполнять сложнее, чем те, которые уже знакомы. Новые незнакомые требования отличаются от тех, по которым мы привыкли жить, но если между ними не будет большой разницы, то выполнять их гораздо легче. Например, если ребенок посещает школу, в которой уроки начинаются в 8.30, а в семье привыкли просыпаться только в 9.00, то ему будет трудно начинать учебную неделю, просыпаясь так рано. Родители сталкиваются с проблемой «раннего подъема» и вынуждены начинать будний день с борьбы — поднять ребенка, преодолевая его сопротивление, мучаясь каждый день заботой о том, какие еще придумать угрозы и способы пробуждения.

Решением проблемы «ранних подъемов» может стать новая привычка просыпаться в 8.00 каждый день. Да, это будет трудно самим родителям — возможно это поменяет их режим. Но важно понимать ради чего это требуется и делать свой осознанный выбор, обучая этому выбору и ребенка.

Чтобы семейные правила не теряли свою актуальность и адекватность, периодически проверяйте их. Без сомнений утилизируйте те, которые приводят к скандалам, манипуляциям и нарушениям взаимодействия в семье.





Восьмое. Сепарация ребенка неизбежна и необходима

Сепарация (от латинского слова *separatio*) — означает отделение. Она происходит в процессе взросления ребенка несколько раз:

- первый раз, при рождении младенца, когда он отделяется от матери, к которой был прикреплен пуповиной, и, по сути, являлся ее частью;
- второй раз, в раннем детстве, когда научился ходить и символически отрывается от рук взрослого, которые ранее держали его;
- третий раз, в дошкольном возрасте, когда впервые он выходит из семьи к сверстникам (или в детский сад), где играет и общается с другими детьми;
- четвертый раз, уходя в школу, где принимает новые (учебные) правила;
- пятый раз, в подростковом возрасте, когда мнение группы сверстников становится важнее мнения родителей;
- шестой раз, в юности, когда создает интимные отношения, которые предшествуют созданию собственной семьи и полному отрыву человека от родительской семьи.

Все эти этапы являются естественными, необходимыми для полноценного развития человека и, сопровождаясь конфликтами, называются кризисными периодами (их мы рассмотрим подробнее в третьей части книги).

В чем заключается смысл сепарации? В том, чтобы ребенок научился быть самостоятельным, потому что рано или поздно ему придется повзрослеть и принимать ответственность за свои поступки. Без умения принимать ответственность ему не стать по-настоящему взрослым, зрелой личностью.

В то же время полное отделение человека от его семьи невозможно. Мы связаны со своими родственниками кровными связями, генетическими и социально-психологическими признаками. Даже во время длительного расставания или серьезного конфликта мы остаемся родными друг другу людьми, связанными общей семейной историей, которая продолжается независимо от нашего желания.

Конечно же, сепарация весьма условна, мы не отдаляемся от родителей буквально, но в то же время постепенно становимся на свой собственный жизненный путь, который можем

пройти либо по чужому примеру (родителей, прародителей и т.д.), либо по-своему собственному. Имея возможность как совершать ошибки, так и исправлять их.

Наиболее остро эта проблема встает, как вы уже наверняка догадываетесь, в подростковом возрасте, когда подросток устал от постоянных нравоучений и тревог своих родителей. Они так и говорят: «Родители, идите, погуляйте» или «Не учите меня жить, лучше помогите материально».

В то же время сепарация происходит постоянно, так как отрыв от родителя начинается с первых дней жизни. При нормальных условиях развития ребенок сначала хочет быть *самостоятельным* (к 3 годам), потом *умеющим* (к 5–6 годам), потом *знающим* (к 8–9 годам), потом *независимым* (к 11–12 годам), потом *свободным* (к 16–17 годам).

А когда он таким наконец становится, он начинает хотеть обратно, но уже перестает быть ребенком и вынужден стать взрослым. И если ребенок приходит к взрослости с разочарованием, это сигнал о том, что он к ней совершенно не подготовлен. И что этот процесс ему придется проходить еще раз, но уже в сопровождении психотерапевта, который поможет стать взрослым, найти себя и выбрать свой путь.

По-настоящему зрелый человек стремится быть самостоятельным, активным, целостным. Потому что эти личностные качества являются залогом полноценного развития и социального здоровья.

Родители могут сколько угодно сожалеть о происходящем, но это вовсе не значит, что ребенок стал их меньше любить. Просто его жизненная задача — идти по жизни к своим целям, развиваться, чтобы стать сильнее, умнее, креативнее и т.д.





Девятое. С каждым членом семьи у ребенка свой стиль взаимодействия

Это значит, что с мамой ребенок общается «по-своему», с папой «по-своему» (то же самое с бабушкой, дедушкой, братьями, сестрами и т.д.). Взрослый выстраивает свою линию взаимодействия с ребенком, не похожую на остальные (а далее с каждым новым человеком, встреченным в жизни).

Это является нормой, так как человек существо в высшей степени социальное, чем и отличается от животных. Человек нацелен на взаимодействие, и у него для этого есть все врожденные задатки. Каждый из нас способен выстраивать различные отношения с людьми и ориентироваться в них, не путаясь. В патологическом состоянии (при заболеваниях или расстройствах) человеку трудно сориентироваться и выстраивать линию отношений с окружающими, и тогда происходит деление субличностей человека, живущих отдельно друг от друга.

К психологу часто обращаются родители детей по вопросу построения эффективных отношений, потому что прежние по каким-то причинам перестали устраивать все стороны. Мне знакомы семьи, в которых папа и мама разведены, и тот, кто живет с ребенком (чаще это мама, хотя, конечно, бывает и наоборот), озабочены тем (в угоду своим собственным страхам или мести, и т.д.), как и с кем, ребенок будет общаться.

На практике это приводит к ограничениям встреч с другим родителем (папой или мамой). Но, объективно говоря, ребенок не виноват в том, что родители не смогли поладить между собой и относятся к нему как к вещи, как к своей собственности (путая ответственность за ребенка с нарушением его личных границ).

Родители не должны включать ребенка в свою систему отношений: все, что происходит между ними и не касается ребенка — это исключительно их дела. Также не справедливо пытаться влиять на отношения ребенка с другими членами семьи (если только эти отношения не являются деструктивными или насильственными).

Каждый человек одновременно является родителем в своем доме, сотрудником на работе, пассажиром в транспорте и т.д. Другими словами он играет определенную социальную роль со своими правилами и отношениями, и этих ролей у современного человека может быть очень много.

Ребенок учится многогранности общения, с каждым новым человеком он строит свою систему отношений, которая может быть не похожа на другие. В этом есть большой плюс — ребенок расширяет свои представления о Мире, о многообразии отношений, имея возможность выбрать ту стратегию общения, которая будет адекватна для конкретной ситуации. Закладывается такое умение в семье, когда ребенок выстраивает разные линии общения со своими родными.

Очень часто родители спрашивают меня, как наладить отношения с родителями супруга? Как наладить отношения с ребенком и бабушкой?

Один знакомый рассказывал, что в детстве он не слушался мать, и она просила мужа разобраться с поведением сына. То есть вместо того, чтобы самостоятельно наладить контакт с сыном, она «пряталась», перекладывая эту проблему на плечи мужа. Конечно, отца сын слушался, но с ним отношения и не портились. В итоге, по словам этого мужчины, с мамой он так и не смог наладить хорошие отношения.

Другой пример. Родители ребенка обратились ко мне за помощью с такой проблемой: ребенок плохо себя ведет у бабушки. Я спросил, как ребенок ведет себя дома? Они ответили, что очень хорошо, дома никаких проблем с поведением нет. А вот как только ребенок приходит к бабушке, он начинает манипулировать ей, вести себя демонстративно, капризничать и т.д. Выяснилось, что бабушка подсознательно выбрала модель поведения, при которой во всем угождала любимой внучке, что и привело к капризам, потому что ребенок стал этим пользоваться, не встречая сопротивления от самой бабушки. Бабушкам так хочется быть хорошими, к сожалению, ребенок может начать этим пользоваться, но не потому, что он такой плохой и коварный, а потому что бабушка это позволяет.

Графически модель внутрисемейного общения можно обрисовать следующим образом.

Простая (нуклеарная) современная семья выглядит так:

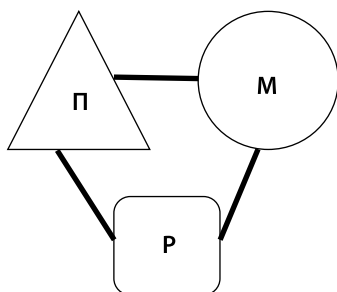
П — папа;

М — мама;

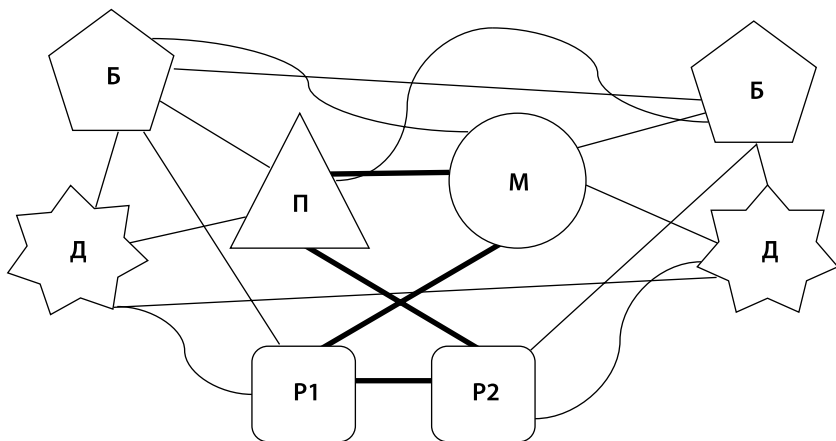
Р — ребенок.

Каждый член семьи имеет связь с другими (обозначены линиями). Папа имеет связь (отношения) с мамой и ребенком. В свою очередь, мама — с папой и ребенком, ну и ребенок, соответственно, с обоими родителями.

Важно! Отношения ребенка с мамой, отличаются от отношений с папой. Точно также, как и отношения ребенка с папой не похожи на отношения с мамой. Они разные и по своим задачам, и по своим целям, и по своей форме.



В реальной жизни помимо родителей есть еще и прародители (бабушки, дедушки), братья и сестры, другие родственники. Все они имеют отдельные отношения с каждым из родственников. Более полно эта схема выглядит примерно так:



Здесь, как мы видим, переплетаются отношения между детьми (Р1 и Р2), между бабушками и дедушками (Б и Д) и т.п. А также, между всеми родственниками в отдельности. Но самые важные для членов семьи — это внутренние отношения (обозначены жирными линиями).

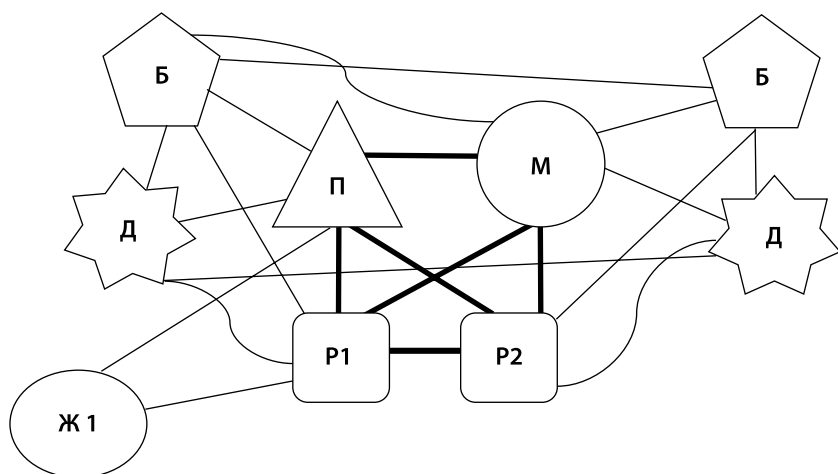
Для мужа и жены, наиболее важными являются отношения между ними. И в эти отношения никто (!) не должен

вмешиваться: ни дети, ни родители мужа, ни родители жены и т.д. Если другие люди имеют «допуск» в отношения супругов, это в 100 % случаев приводит к конфликтам и недопониманию между супругами. Каждый новый человек привносит что-то свое (родители мужа и родители жены, друзья, другие родственники).

Не забывайте, что есть еще и друзья, коллеги на работе, соседи, друзья друзей и т.д. Все они находятся в определенной связи с нами, с каждым, у нас свои особые отношения. Эти отношения индивидуальны, и в них никто не должен вмешиваться, кроме нас и того человека.

Когда, например, супруга пытается влиять на отношения мужа с его друзьями, коллегами, начальником и т.д. (которые ей по каким-то причинам не нравятся), это приводит к тому, что сам супруг путается в том, чего хочет он, в результате его отношения с коллегами нарушаются по одной простой причине — в них влез тот, кто не должен этого делать.

В семейной жизни бывает так, что у одного супруга был первый брак, и соответственно, есть дети от первого брака. И тогда в эту схему могут дополняться мужья или жены, которые являются родителями ребенка (от первого брака). Мне доводилось работать с такой семьей. В одной из них жена никак не могла примириться с тем, что муж все время общается с бывшей женой, а также позволяет общение старшего ребенка (от первого брака) со своей матерью. По ее словам, она не могла уснуть несколько ночей, так как переживала из-за



общения ребенка (которого она любила как родного) с его матерью.

После разъяснения сути отношений женщина поняла, что никак не может влиять на отношения ребенка с его матерью, поэтому и переживать из-за них не стоит. В то же время, она может влиять на свои отношения с этим ребенком, например, улучшая это взаимодействие, делая его более открытым, более честным, добрым и справедливым.

Ребенок не виноват, в том, что его родители расстались — это только их решение, за которое он не отвечает. Но он имеет право (и моральное, и юридическое) общаться и видеться с обоими своими родителями (если это желание обоюдное). А если ребенок живет вместе с новой женой отца, то с ней тоже может строить адекватные отношения, честные и позитивные. Так и сделала женщина в данной ситуации.

Развивая свои отношения с ребенком мужа от первого брака, женщина смогла укрепить эту «связь», не разрушая отношения ребенка с его родной матерью. Дочь повзрослела и была благодарна приемной матери за ту поддержку, которую от нее получала.

Некоторые родители боятся, что их ребенок может быть неуспешен в школе или «забит» среди сверстников, или не сможет чего-то достичь в выбранной им профессии. Рассуждая таким образом, они решают, что могут стать образцом и начинают вести себя с ребенком так, чтобы научить его справляться с трудными ситуациями. Например, чтобы обучить ребенка справляться с хулиганами, они начинают вести себя как хулиганы, задирают ребенка, провоцируют его на конфликты и применение самообороны, наивно полагая, что таким образом обучают его. И тогда ребенок не может понять, кто перед ним, папа (брат) или дворовый хулиган. Это приводит к внутреннему конфликту между тем, что он знает, и тем, что он видит.

В негативном варианте это может привести к серьезным нарушениям восприятия и ощущения, а также к психическим расстройствам в эмоциональной сфере (например, шизофрении).

Как известно, шизофрения исключительно человеческая болезнь (животные такой болезни не имеют). Как утверждают ученые, занимающиеся этой проблемой, шизофрению человечество получило в дополнение к развитию речи. Научившись говорить, мы также научились мыслить (а может и наоборот),

то есть говорить «про себя». Ведь речь бывает не только внешней, но и внутренней.

Как отмечается в специальной литературе, шизофрения (*dementia praecox*) имеет как генетические, так и социальные факторы своего появления. А в качестве стимула к проявлению заболевания может служить, так называемое, «шизофреническое» воспитание, когда взрослые не оказывают ребенку необходимой поддержки, эмоционально холодны в общении с ним, предъявляют неоднозначные и противоречивые требования или неадекватную критику. Например, могут подарить игрушку, а потом отобрать ее, утверждая, что ребенок в нее неправильно играет (то есть не так как родители себе это представляли). Развитию психических расстройств также могут способствовать противоречивые требования родителей, например, сначала они просят ребенка надеть красную рубашку, а потом критикуют, за то, что не надел синюю, потому что в ней лучше и т.д.

Конечно же, немалую роль играет наследственность (шизофрения чаще передается через гены, от одного из родителей), но постоянные и противоречивые требования могут дать разрушительный эффект (особенно, на чувствительного ребенка) либо спровоцировать ухудшение состояния.

Безопаснее, для отношений, оставаться в своей социальной роли (родителя или учителя) не путая их с другими, искать гармонию в себе и окружающем Мире, уметь признавать ошибки, а главное, стремиться к их исправлению (пусть и не быстрому), ради улучшения семейного взаимодействия.

В каждой семье (повторюсь: в каждой семье), ее члены имеют как явные роли, так и скрытые (то есть, не явные).

Социальные психологи (Lewin K., 1939; Kelman G., 1975 и др.) заинтересовались тем, как распределяются эти роли в группе людей и выявили так называемый закон групповой динамики. А так как семья — это малая группа, то, соответственно, эти законы на нее также распространяются.

Групповая динамика — это те изменения, которые происходят в группе людей при их взаимодействии между собой. Например, если взять несколько человек, совершенно не знакомых друг с другом, и поместить их на необитаемый остров (или любое другое изолированное пространство), то между ними начнут развиваться отношения. Главная особенность заключается в том, что они идут практически по одному и тому же сценарию. Среди них сразу определится

явный лидер, которого признает большинство, а также появляются:

- «козел отпущения» (он же, «мальчик для битья»);
- «серый кардинал» (он же, «неформальный лидер»);
- «ведомый» (он же, «простачок»);
- «агрессор» (он же, «вечно недовольный»);
- «весельчак» (он же, «шут гороховый») и др.

Ответив на вопросы анкеты **в Приложении 3**, вы сможете иначе взглянуть на те отношения, которые строятся в вашей собственной семье или учебном классе.

По нашим наблюдениям, в каждой семье все эти роли так или иначе присутствуют. Люди взаимодействуют между собой по этим сценариям, чаще всего не осознавая, почему они так себя ведут и почему с остальными у них складываются такие отношения. Ко мне не раз обращались родители с жалобами на одного или нескольких своих детей: не слушаются, дерутся, капризничают и т.д. Причиной этих проблем были именно устоявшаяся система взаимоотношений между членами семьи, а говоря точнее, не эффективная система взаимоотношений.

Эффективные отношения отличаются от неэффективных тем, что они приводят к развитию личности. Деструктивные отношения разрушают, влияя на всю семью (группу) в целом. Так, например, в одной семье, пришедшей ко мне на консультацию, явным лидером были родители (это их естественная социальная роль), но неформальным лидером (серым кардиналом) являлся мальчик 4 лет (средний ребенок), который устанавливал свои правила, вынуждая других членов семьи разными способами подчиняться ему. Он использовал все доступные ему средства: капризы, уловки, обман, истерики, драки и т.д.

«Козлом отпущения» стала его старшая сестра 9 лет (от старших всегда несправедливо требуют большего — быть помощником родителей, быть снисходительнее к младшим и т.д.). Девочка была до такой степени третирована братом, что начала часто болеть и хуже учиться. Родители не могли понять, что так повлияло на их дочь, откуда взялись эти конфликты и проблемы с поведением у детей?

Вместе с родителями мы смогли отрегулировать отношения между детьми, распределив обязанности по дому, найдя адекватные способы для удовлетворения потребности ребенка-лидера в самореализации, направив его энергию в позитивное

развивающее русло (аэробика и плавание). С другими детьми также проводились развивающие занятия на умение выстраивать личные границы, умение их отстаивать, искать эффективные способы сотрудничества.

В конце хотелось бы также добавить, что родителям полезно чаще задумываться о том, что их дети когда-то станут взрослыми, тоже станут родителями, которые обязательно дадут оценку тем методам и способам воспитания, которые к ним применялись. Поэтому методы воспитания, применяемые к личности ребенка, должны быть адекватными и осмысленными. То есть, они должны иметь конкретную цель и набор оправданных методов, согласованных с возрастными и психологическими особенностями конкретного ребенка.





Десятое. Учитывайте реальные потребности ребенка

Помимо уже обсуждаемого нами чувства страха, в российских семьях распространена еще одна, не менее актуальная проблема — чувство вины.

Современные родители — это активные пользователи Интернета, в который уже давно просочились продавцы различных, нужных и не нужных, товаров.

Их задача продать как можно больше, порой не гнушаясь никакими нормами морали и нравственности. Одним из самых распространенных и действенных приемов рекламы является формирование чувства вины у потребителей. А как показывают наблюдения, наиболее легко поддающаяся ей категория населения — это родители.

«Если вы хорошая мать, то вы обязательно купите наш товар», «Заботливые хозяйки выбирают...». Эти и другие рекламные слоганы на фоне радостной мамы, а также бабушки, дедушки (и папы) вызывают элементарную зависть у зрителя, который, чаще всего, совсем не подходит под звание «идеального». Противостоять своим желаниям и некоторым качествам очень сложно, особенно, когда окружающие давят на «больное» место. Всем людям хочется быть самыми умными, добрыми, талантливыми, чтобы вызывать зависть и уважение окружающих. Но развиваться и заниматься собой ради этого мало кто готов.

Есть ли какой-то путь, который может привести к решению данной проблемы? Как можно бороться со своими недостатками?

Для начала, важно понять, что не нужно бороться с самим собой, такая постановка проблемы не будет иметь хорошего результата, так как человек вынужден будет менять себя, не имея для этого достаточной мотивации.

Что нужно делать? Нужно лишь быть честным и не поддаваться полностью дезорганизующим эмоциям. Как показывает практика, это возможно. Секрет очень прост — идеальных людей не бывает, а идеальных родителей тем более. Вот и оказывается, что дезорганизующие чувства (страх, вина, стыд) являются либо результатом влияния рекламы, которая ставит лишь одну единственную цель — увеличить продажи товара; либо влиянием чужого мнения, навязанного извне.

Одна мамочка однажды призналась мне: «Оказывается, формировать у окружающих чувство вины — это так здорово. Обвинишь сына в непослушании да еще пристыдишь его, сравнив с соседским сыном, и он как шелковый». Хороший метод, не правда ли? Думаю, что каждый родитель, осознанно или нет, прибегал к такому «методу» хотя бы раз в жизни.

Эта мамочка, видимо, совершенно не понимает, что очень скоро ее обман будет раскрыт, ведь ребенок вырастет и поймет все мамины уловки. И даже если ребенок не осознает это в полной мере, то он будет на эмоциональном уровне ощущать, что мамины действия противоречивы.

Подобное внутреннее противоречие будет искать выход, который легче всего найти в непослушании. Так всегда и происходит, если родители начинают злоупотреблять одним из подобных методов воспитания.

Чтобы воспитывать человека без занижения его самооценки, без унижения его достоинства и чувств, нужно проработать собственные чувства.

К каким ситуациям в воспитании это может приводить? Приведу пример. В одной семье старший ребенок-подросток украл деньги, отложенные родителями на важную покупку. На тот момент работал только один из взрослых, а второй проходил лечение и ухаживал за младшим ребенком. Соответственно, бюджет семьи был рассчитан до мельчайших деталей. Деньги были не лишними, но ожидали своего часа. Ребенок-подросток не знал, на какие цели отложены эти деньги, и постепенно, день за днем (соблюдя все кажущиеся ему обдуманными меры предосторожности), забирал по чуть-чуть, а в итоге растратил почти всю сумму.

Когда пропажа обнаружилась, был большой скандал. Отец подростка и его мать расстроились, но оба были уверены, что не стоит чрезмерно наказывать провинившегося сына. Была проведена воспитательная беседа и наказание в виде лишения телефона. Но уже через неделю, когда все эмоции стихли, обиды забылись, а телефон... вернули.

Через месяц история повторилась. Опять пропали деньги, и нашелся похититель — тот же сын-подросток. Родители снова были расстроены и уже под воздействием эмоций применили физическую силу в качестве наказания.

Через полгода ситуация вновь повторилась. Потеряв терпение и еще больше расстроившись, родители обратились за помощью к детскому психологу.

Какой вывод делает в этой ситуации ребенок? Скорее всего, он решит, что не стоит обращать внимание на чувства и слова родителей. Ведь стоило чуть-чуть подождать, и они вернут телефон сами.

Стоит ли обращать внимание на родительские угрозы? Нет. Ведь грозились они много и не выполнили ничего из своих угроз.

Есть ли тут воспитательный и обучающий момент? Для ребенка, несомненно. Подросток понял, как можно воздействовать на родителей, чтобы получать от них определенную выгоду, он понял каковы пределы действий его родителей, где их «слабые места».

А для родителей, как вы думаете?



Вместо заключения

Как показывает практика, правил семейного воспитания может быть гораздо больше, очень много. И каждая семья устанавливает их ровно столько это необходимо, для достижения тех или иных целей, для решения определенных задач.

Как мы уже выяснили, правил в семье не должно быть слишком много. Их должно быть ровно столько, чтобы члены семьи имели возможность развиваться в соответствии с возрастом, выполняя необходимые задачи, иметь возможность реализовать себя. Более того, гораздо важнее не количество правил, а их качество.

Мы не станем расширять данный список правил, ограничившись теми, которые, по нашему мнению, наиболее часто приходится прорабатывать в процессе психолого-педагогической работы с семьей. Надеюсь, что основная логика этих правил ясна — избавляться от негативных мыслей и эмоций (таких как чувство страха, чувство вины и чувство стыда), которые мешают личностному развитию человека. Эти чувства, как правило, являются результатом чужих манипуляций, мешающих развиваться членам семьи, создавать гармоничные отношения и быть продуктивными в деятельности.

Все мы воспитаны в семье, и то воспитание, которое когда-то получили в детстве, мы передаем своим детям, хотим мы этого или нет. И вот уже наблюдаем, как наши дети повторяют за нами те же поступки, говорят те же слова и даже с такой же интонацией, что и мы.

Перед каждой семьей стоит не простая, но в то же время интересная и важная задача — воспитать маленького чело-

века, воспитать гражданина своей страны. Многим родителям хочется сделать это так, чтобы ребенок смог преодолеть все трудности жизни, смог поставить перед собой адекватные задачи, найти пути их решения и достижения своих целей. Этому может способствовать только личный рост самих родителей, на основе которого они смогут передать свое отношение ребенку.



Список рекомендуемой литературы

1. *Алексеева Е.Е.* Психологические проблемы детей дошкольного возраста. — СПб.: Речь, 2008. — 283 с.
2. *Арутюнянц Э.* Педагогический потенциал семьи и проблема социального инфантилизма молодежи // Отец в современной семье. — Вильнюс, 1988. — С. 26–33.
3. *Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г.* Когнитивная психотерапия депрессии. — СПб.: Питер, 2003.
4. *Вепренцева Т.А.* Материальное положение учителей и врачей в Российской провинции во второй половине XIX начале XX веков // Известия ТулГУ. — 2013. — Вып. 2.
5. *Винникот Д.В.* Маленькие дети и их матери. — М.: Класс, 2007. — 80 с.
6. *Геодакян В.А.* Эволюционная теория пола // Природа. — 1991. — № 8.
7. *Дистервег А.* Избранные педагогические сочинения. — М.: Учпедгиз, 1956. — 374 с.
8. *Доман Г.* Что делать, если у вашего ребенка повреждение мозга? / Пер. С.Л. Калинина. — Рига: Juridiskais birojs Vindex, SIA, 2007. — 330 с.
9. *Ежкова Н.С.* Дошкольная педагогика: Учеб. пособие для студентов педагогических колледжей и вузов. — М.: Юрайт, 2010. — 183 с.
10. *Зверева О.Л., Ганичева А.Н.* Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учеб. пособие. — М.: Академия, 2000. — 177 с.
11. История педагогики и образования. От зарождения воспитания в первобытном обществе до конца XX в. / Под ред. академика РАО А.И. Пискунова. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. — 512 с.

12. *Каган В.Е.* Психогенные формы школьной дезадаптации // Вопросы психологии. — 1984. — № 4.
13. *Коваль Н.А., Калинина Е.А.* Психология семьи и семейной дезадаптивности: Учеб. пособие. — Тамбов: ТГУ им. Р. Державина, 2007. — 351 с.
14. *Лесгафт П.Ф.* Семейное воспитание ребенка и его значение: Учеб. пособие. — М.: Просвещение, 1992. — 200 с.
15. *Литвинова С.Н.* Исследование динамики формирования нравственных норм у детей 4–7 лет // Вклад Л.И. Божович в развитие отечественной психологии: Материалы научно-практич. конференции. — М.: НОЧУ ВПО «МСГИ», Москва, 2009.
16. *Литвинова С.Н.* Образование как ресурс развития общества // Перспективные направления социально-экономического развития России: Сб. ст. по материалам участников международной научно-практической конференции. — М.: Научный консультант, 2015. — 116 с.
17. *Личко А.Е.* Психопатии и акцентуации характера у подростков. — М.: Медицина, 1983. — 256 с.
18. *Лосева О.К.* Половое воспитание детей и подростков в семье. — М: Просвещение, 2002. — 324 с.
19. *Луковцева А.К.* Психология и педагогика. Курс лекций: Учеб. пособие для студентов вузов. — М.: КДУ, 2008. — 190 с.
20. *Мардахаев Л.В.* Семейное воспитание: проблемы и особенности // Вестник Челябинского государственного университета. — 2014. — № 3. — С. 173–178.
21. Модели безумия: Психологические, социальные и биологические подходы к пониманию шизофрении / Под ред. Дж. Риды, Л.Р. Мошера, Р.П. Бенталла. — Ставрополь: Возрождение, 2008. — 412 с.
22. *Можгова Е.И.* Комплексные развивающие игры и упражнения с детьми от 1,5 до 3 лет. — СПб.: Детство-Пресс, 2017. — 112 с.
23. *Монтессори М.* Дом ребенка. Метод научной педагогики. — М.: Астрель, 2005. — 90 с.
24. *Немов Р.С.* Психология: в 3 кн. — М.: Владос, 2002. — 608 с.
25. *Никитин Л., Никитина Б.* Мы, наши дети и внуки. — М., 1989. — 275 с.
26. Педагогика / Под ред. Л.П. Крившенко. — М.: Проспект, 2010. — 432 с.

27. *Пиаже Ж.* Мышление и речь ребенка. — М.: Педагогика-Пресс, 1999. — 526 с.
28. *Козырева В.В., Савинков С.Н.* Профилактика семейного насилия: рекомендации психолога. — Казань: Бук, 2018. — 150 с.
29. *ЛеБон Г.* Психология воспитания — Густав ЛеБон. Упорядник Андрей Клеба. — Дрогобич: «Коло», 2017.
30. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Под ред. Е. Г. Силяевой. — М.: Академия. 2002. — 192 с.
31. *Савинков С.Н.* Кризис современной семьи: история, тенденции, перспективы // Высшее образование сегодня. — 2017. — № 8.
32. *Савинков С.Н.* Характеры: как изучить и приручить. — СПб.: Питер, 2013. — 192 с.
33. *Соломина Л.А.* Влияние стиля семейного воспитания на агрессивное поведение детей // Наука о человеке: гуманитарные исследования. — 2017. — № 4 (30). — С. 108–114.
34. *Уотсон Дж.* Психологический уход за ребенком. — М.: Либроком, 2010. — 96 с.
35. *Фрейд Р.* Введение в психоанализ. — М.: Азбука, 2009. — 416 с.
36. *Чистякова М.И.* Психогимнастика. — М.: Просвещение; Владос, 1995.
37. *Эльконин Д.Б.* Психология игры. — М.: Педагогика, 1978. — 228 с.
38. *Юнг К.Г.* Психологические типы. — СПб.: Азбука, 2001. — 352 с.

Содержание

Введение	3
Манипуляции в воспитании и их последствия	4
Десять правил для родителей	17
Первое. <i>Не бойтесь делать ошибки</i>	17
Второе. <i>Не путайте роли</i>	21
Третье. <i>Не требуйте то, чему не обучали.....</i>	26
Четвертое. <i>Избегайте оценок</i>	29
Пятое. <i>Родители не равны своим детям</i>	32
Шестое. <i>Родители не обязаны быть едиными в вопросах воспитания</i>	37
Седьмое. <i>Правила должны быть адекватными</i>	46
Восьмое. <i>Сепарация неизбежна и необходима</i>	51
Девятое. <i>С каждым членом семьи, свой стиль общения...</i>	53
Десятое. <i>Учитывайте реальные потребности ребенка...</i>	61
Вместо заключения.....	64
Список рекомендованной литературы	66

Станислав Николаевич Савинков

ПРАВИЛА СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ

Рекомендации детского психолога

Главный редактор	<i>И.Ю. Синельников</i>
Ответственный за выпуск	<i>В.Е. Дрёмин</i>
Корректор	<i>А.М. Юрсова</i>
Верстка	<i>Е.В. Мельникова</i>
Оформление обложки	<i>Е.В. Мельникова</i>

Подписано к печати 25.10.2018
Формат 60×90/16. Объем 4,5 п.л.
Печать офсетная. Бумага офсетная № 1
Заказ №

Издательство «АРКТИ»
127220, Москва, 2-я Квесиская ул, д. 24, корп. 3, офис 1
Тел.: +7 (903) 176-15-35; +7 (985) 939-52-85

Для заметок
