

М.В. Барышева

«Почините» моего ребенка!



Задача этой статьи не в том, чтобы осудить за ошибки, а в том, чтобы помочь увидеть и исправить их. Хотя практически все родители действительно любят своих детей, тем не менее, они не знают, как выразить эту любовь, чтобы дети чувствовали, что их любят и понимают. Но те, кто по-настоящему хочет дать своим детям любовь, в которой они так нуждаются, могут научиться этому. А подростки — самые уязвимые члены общества и больше других нуждаются в любви. Растить ребенка — это и великая радость, и великая ответственность. Эта статья не учит тому, как нужно воспитывать детей. Но она приглашает задуматься, какие мотивы заставляют ребёнка быть непослушным, а какие порождают у взрослого желание наказывать, какие результаты могут дать те или иные методы воспитания. Выбор же остается за вами.

Ключевые слова: непослушный ребенок, ошибки воспитания, возрастное развитие, детско-родительские отношения, причины конфликтов.

Часто у родителей возникает вопрос: «Почему мой ребёнок непослушный?». А дальше начинают сравнивать и сетовать:

- вот у других...
- а вот мой старший (или младший) совсем не такой...
- где мы его пустили?..

Чем же непослушные дети не угодили родителям? Мы, родители, желаем, чтобы наши дети были идеальными. Для этого нам приходится прилагать усилия: контролировать, повторять по многу раз одно и то же, отказывать им в развлечениях, упрашивать, предупреждать, угрожать и даже наказывать. Вот в чём всё дело: нам не хочется напрягаться, воспитывая детей. Было бы удобнее, чтобы ребенок был управляем, как игрушка с пультом.

Под послушанием часто подразумевают и отсутствие у детей негативных эмоций: «хорошие» мальчики и девочки никогда не злятся, покорно реагируют даже на родительскую агрессию. Их приучают «не беспокоить» родителей и других важных людей, «не создавать им проблем». Выросшие в условиях жестких табу, вместе с плохими эмоциями они подавляют и позитивные. Они не умеют радоваться даже на своём дне рождения.

Меня настораживают послушные, зависимые от родительской воли дети. В трудных или непривычных, нестандартных ситуациях вместо того, чтобы мобилизовать свои силы, они скисают, теряются, пасуют перед трудностями. В семье это может быть не

Барышева Марина Викторовна — окончила Московский институт психологии и психотерапии Российской академии наук (РАН); курсы по высшей квалификации Российского православного университета. Опыт работы в Национальном фонде защиты детей от жестокого обращения, координатор программы, в Российском православном университете (преподаватель, психолог), в детском доме и детском саду комбинированного вида. Работа с зависимостями и созависимостями.

Сфера профессиональных интересов: духовноориентированная психотерапия, консультации в области детских проблем и семейных отношений, личностноориентированное консультирование, сказкотерапия.

Основные направления деятельности: индивидуальные психологические консультации по вопросам семьи и брака, супружеские конфликты, измены, ревность; потеря смысла жизни, ощущения ненужности, опустошенности, неуверенности в себе, снижение самооценки; кризис среднего возраста; кризис самореализации; помощь в решении трудных жизненных обстоятельств; проблемы созависимости.

Личное кредо: человек — это духовно свободная личность, которая может изменить свою жизнь и своё отношение к жизни, к себе и другим людям в любой момент. Человек может наладить гармоничные отношения с собой и своими близкими, научиться жить искреннее и радостнее.



очень заметно. Но, выходя в социум, они показывают очень низкий уровень адаптивности и выживают только в закрытых, построенных на строгой дисциплине сообществах или в условиях полной стагнации, когда один день похож на другой.

Стиль воспитания моделирует не только общую направленность личности ребёнка, но ещё и его степень послушания.

Авторитарный стиль, к которому тяготеют сегодня не только отцы, но даже в большей степени матери, состоит в активном подавлении воли ребёнка. Вначале ребёнка буквально дрессируют, называя это воспитанием. То есть заставляют по многу раз повторять команды, пока исполнение не достигнет высокой скорости, так чтобы и думать было некогда. Задача образования решается в том же ключе: не надо рассуждать, что интересно, а что — нет, учи все наизусть, если не понимаешь.

Демократический стиль предполагает, напротив, право голоса и включённость ребёнка в деятельность. И хотя некоторые вещи не обсуждаются, поскольку не входят в круг ответственности ребёнка, основной формат общения родителя и ребёнка — не приказы, а совещание и распределение ответственности на всех.

Пример из практики 1.

Родители трехлетней Сони обеспокоены: девочка, кажется, плохо соотносит. Попытки разговаривать с ней, объяснить, что и как делать, были почти напрасными. Девочка смотрела своими большими красивыми глазами и улыбалась. А потом повторяла последнее слово, как бы дразнясь. «Скажи, что сказала только что мама?.. Ну!» Молчание. «Мама сказала по-русски, что нужно снять ботиночки, аккуратно их поставить в угол, потом снять пальто. Аккуратно повесить его на вешалку». Инструкция была слишком длинная и многоступенчатая. Я спросила у мамы: «А как малышке запомнить всё это? Она вообще не понимает, зачем Вы ей это говорите, нужно просто поделаться с ней всё, о чём Вы говорите. Шаг за шагом!» Ответ мамы: «Но со старшим ребёнком у меня не было проблем!»

Дети могут не выполнять требования просто потому, что не в состоянии запомнить и понять инструкцию. До 6 лет лучше показывать, как делать, и вместе с ребёнком потренироваться. У детей пока не сформировано произвольное внимание и вербальная память, но они запоминают последовательность операций.

Обращение к ребёнку должно соответствовать его уровню понимания и уверенности. Никогда не кричите через комнату, он может просто не понять, что это именно его о чём-то просят. Не используйте давящее «Почему ты до сих пор это не сделал?». Вы же не считаете, что ребёнок сядет на стульчик и объяснит вам, почему ему трудно понять и выполнить определенные просьбы! Огромная ошибка сравнивать детей. Все люди разные и очень индивидуальны.

Пример из практики 2.

Мама девятилетнего Алексея обеспокоена. Ей кажется, что он не всегда слышит, когда к нему обращаются. «Проверяли слух — все нормально. Алёша — средний ребенок в семье, но именно из-за него все не могут вовремя сесть за стол. Утром он создает очередь в ванной, зависая над раковиной. Забывает завязать шнурки по дороге в школу, рискуя упасть. Даже если говорить строго и громко, он может быть невозмутим. Ничего на него не действует. Никогда на его лице не было сильных эмоций: ни страха, ни радости.»

Мама спрашивает: «Здоров ли он? Не является ли это формой аутизма, а то и шизофрении, или это форма умственной отсталости? И как расшевелить ребенка?»

Мы обратились за помощью к медикам. Обследование показало, что непослушание оказалось следствием высокой интенсивности работы головного мозга и концентрации на внутреннем решении сложных задач.

На приёме у меня он активно участвовал в разговоре, показал очень высокий интеллект, живые реакции. Назвал шахматы своей любимой игрой, с удовольствием и толково рассказал, что недавно читал. Самое интересное: за два часа разговора Алексей не только не устал, а, напротив, был очень активен и у него явно нарастал интерес к происходящему. Кажется бы, мама должна радоваться, но она расстроилась: «Мне нужно, чтобы он слушался и вместе с другими детьми выполнял мои требования...»

Детям с высоким интеллектом просто скучно заниматься рутинной. Они могут часами корпеть над сложной задачей, такой, которая и родителям не всегда по плечу. Неосознанно они стремятся занять «особое» положение, что раздражает членов семьи и противоречит принципу равенства. Они не реагируют на повышение тона, чувствуя, что родители просто пытаются давить.

А должен ли ребёнок быть послушным? Может быть, мы перепутали понятия «счастливый», «добрый», «любящий» с «послушным»? А ещё говорим: «Если ты не будешь послушным — то никогда не будешь успешным!» А что, успех приходит от послушания?

Родители задают вопрос: как воспитать послушного и успешного ребёнка?

Я вообще не понимаю этого противопоставления, как будто непослушные не бывают успешными. А что, успешность зависит от послушания?

А что такое успех? Кого мы называем успешным человеком? Высокооплачиваемая работа, автомобиль дорогой марки, одежда от известных дизайнеров, жильё в престижном районе и доме? Одни думают, что это исполнение всех желаний, другие считают, что успех — это много денег и свободы, третьи — публичность, популярность, чтоб все позавидовали. Убедена, что много людей именно так и думает, — радуется, что не все. Далеко не все хотят быть богаты-

ми, известными или занимать высокий пост. Успех не может к нам прийти, это мы должны дойти до него! Ведь каждый человек сам для себя определяет, что такое успех. *Успех — это, прежде всего, движение, элемент самовыражения, когда мы получаем удовольствие не только от результата, но и от процесса.*

Ещё успех — это значит успеть. Успеть что-то сделать или не сделать. Возможно, успеть вовремя остановиться и не обидеть человека, не сболтнуть что-то лишнее. Успеть попросить прощения, успеть навесить заболевшего. Успеть семь раз отмерить, чтобы потом один раз отрезать. Ведь важно не сохранить себя, а грамотно истратить!

Когда в адрес детей вместе с поздравлениями и пожеланиями говорят: «*Слушайся родителей*», я всегда поправляю: «*Не слушайся, а слушай, прислушайся*». То есть не подчиняйся, а прислушавшись к мнению взрослых и опытных и, анализируя, делай свои выводы. Но этому обязаны научить родители. Иначе он не научится принимать решения самостоятельно, а будет ждать, когда такое решение примет кто-то другой.

Замечательный педагог Януш Корчак писал: «*Вежлив, послушен, хорош, удобен, а и мысли нет о том, что будет внутренне безволен и жизненно немошен. Все современное воспитание направлено на то, чтобы ребёнок был удобен, последовательно, шаг за шагом, стремится усыпить, подавить, истребить всё, что является волей и свободой ребёнка, стойкостью его духа, силой его требований и намерений...*»

Послушный ребенок — гордость родителей. Он вырастет и станет послушным взрослым. Так ли это хорошо? Не скрывается ли за подобным воспитанием опасность вырастить человека, который не несет ответственности за свои поступки. Послушный ребёнок не совершает произвольных поступков, не отвечает за свои действия — он только слушает, что ему говорят старшие, и выполняет это не потому, что считает нужным, а потому, что быть послушным — похвально.

Пример из практики 3.

Жалуется мама девочки. Она пошла в первый класс, но никто не хочет с ней дружить. «Хорошая, умная, послушная девочка», — удивляется мама. Оказывается, дело в том, что она любит, подняв руку, сообщить учительнице: «А у Кати кукла под партой. А вы сказали, что с игрушками на урок нельзя». Что стоит за ябедничаньем? Желание похвалы, стремление быть отмеченной учительницей, страх оказаться «непослушной», плохой ученицей.

Есть такое удивительное меткое и ёмкое выражение — «упустить шанс», «упустить возможность», «упустить ребёнка». Упустить из рук, из вида, из жизни. В воспитании нет жёстких правил, всё очень индивидуально и зависит от особенностей наших детей. Главное внимательно прислушиваться и приглядываться к своему ребёнку. Помогут подсказки:

1. Чем больше мы уважаем своих детей — тем у них больше шансов и возможностей вырасти уважаемыми людьми.

2. Нельзя заставлять ребёнка реализовывать наши планы и мечты — лучше реализовать их самим. Никогда не бывает поздно. Дети копируют либо одно, либо другое. Дети копируют своих родителей. Нет смысла ругать детей за недостатки, которые они переняли у нас.

3. Узнайте психотип своих детей, он сильнее воспитания. У кого два ребёнка и больше, точно это знает. Даже у близнецов разные потребности и желания. На что один человек даже не обратит внимания, для другого может оказаться психологической травмой.

Пример из жизни.

Отмечали день рождения пятилетнего мальчика. Среди гостей были близнецы. Прадедушка виновника торжества вынул изо рта вставную челюсть, облизал её и обратно вставил. Один из близнецов посмеялся, а его брата вырвало, потом поднялась высокая температура. Вот такие разные реакции у «одинаковых» детей.

Даже новорожденный малыш лучше мамы знает, жарко ему или он замёрз, хочет кушать, пить или спать. Он просто не может об этом сказать, а маме важно научиться это чувствовать. Важно предоставлять детям выбор. Сколько и что кушать, когда и сколько гулять, во что играть. Так он учится, приобретает свой опыт. По-возможности, не мешать получать негативный опыт, он тоже очень важный. Лучше подстраховать ребёнка в опасности, чем запугивать возможными ужасами. Забота может проявляться в том, в чём он сам о себе позаботиться не может. Важно не лишать его права делать для себя то, что он уже может и умеет. Лучший способ обучения — это делать что-то вместе. Просто рассказать, поделиться, как и что делается. Но если ребёнок получает наше внимание, когда болеет, он будет делать это чаще. Важно с ним играть, когда он здоров.

Мы имеем право чего-то не знать, мы имеем право ошибаться. И дети имеют такие же права. Выглядит смешно, когда мы демонстрируем свою непогрешимость. То, что мы старше и сильнее, ещё не значит, что мы всегда правы. Наша способность отстаивать свои интересы, заботясь о себе, — прекрасный пример для подражания. Мы можем учить детей, задавая им вопросы. Самостоятельно найденный ответ намного ценнее подсказанного нами.

Главным условием существования приемлемых отношений служит уважение ко всему своеобразию возможных вариантов.

— Важно, чтобы родители замечали и принимали изменения своих детей на протяжении каждого возраста их жизни.

— Родители не должны служить интересам детей. Они могут помочь найти для них что-то главное, но решение всегда должно оставаться за ребёнком.



- Родители должны относиться к детям не как к центру или периферии их существования, а найти ту золотую середину, где будет комфортно всем.
- Дети не должны быть смыслом жизни матери и отца, но им необходимо чувствовать важность своего существования для родителей.
- Родители должны избегать в своём отношении к детям как пренебрежения, так и экстремальных проявлений заботы. *Оба проявления отражают бессознательную враждебность по отношению к детям.* А дети очень чувствительны и обязательноотреагируют, как правило, девиантным поведением.

Ко мне обращаются как женщины, так и мужчины разного возраста и с различного рода проблемами. Но чаще на приёме у психолога оказываются мамы или бабушки с вопросами о своих детях и внуках. Иногда и мама, и бабушка приводят единственного ребёнка. Они уверены, что все житейские проблемы заключаются именно в нём.

Да, конечно, обращаются и отцы с проблемами взаимоотношений со своими детьми, и их немало, но за всю мою практику запомнились два отца, и оба по поводу своих дочерей. Один спросил: *«А можно продолжать бить дочку, когда ей через неделю исполнится 18 лет?»* Сможет ли девушка, которую пороли в детстве и юношестве, понять своего отца, что он хотел для неё только хорошего? Сможет ли она поддерживать с отцом тёплые, доверительные отношения?

А второй отец крайне переживал: *«Как рассказать 11-летней дочке про менструальный цикл? Мы с женой договорились, что она воспитывает сына, а я — дочку».* Почему надо воспитывать детей шиворот-навыворот? Что мешает воспитывать их вместе? Взрослым следует чаще задумываться, на что направлено их воспитание. Чего они добиваются, желая ребёнку счастья? Что ждёт их в будущем?

Что делает человека нежным, внимательным, заботливым по отношению к близким людям? Только гармоничное воспитание. А это взаимопонимание с родными, это вера в то, что они всегда поймут и простят. Ребёнок, для того чтобы правильно развиваться, должен чувствовать себя комфортно с родителями. Не бояться наказаний, а стремиться избегать дурных поступков. А если уж что-то случилось, суметь объяснить, попросить совета. В психологии есть термин «базовое доверие к миру». Это доверие формируется в раннем детстве, а закладываться начинает ещё до рождения. Что значит «базовое»? То, что оно является фундаментом для развития у ребёнка положительного отношения к действительности, чувства защищённости. Оно является гарантией того, что ребёнок воспринимает окружающий мир с доверием, интересом, радостью. Многие черты характера, такие, как чуткость, смелость, оптимизм, любознательность и др., определяются наличием этого фундамента. К сожалению, слишком жёсткое воспитание или гиперопека способны разрушить у ребёнка это «доверие к миру».

Каждый психолог знает, что детские проблемы являются ширмой, за которой скрываются проблемы родителей. А именно того родителя, который приводит ребёнка, — чаще мамы. В большинстве случаев женщины не удовлетворены теми отношениями, которые сложились с супругом за период совместной жизни или с ближайшими родственниками.

Как известно, именно женщина формирует семейный микроклимат. И если женщина тревожна, фрустрирована, запроблематизирована, она не даст жить ни себе, ни супругу, ни детям.

С какой бы проблемой ни обратилась женщина к психологу — сложности с ребёнком, измены супруга, дисгармония взаимоотношений с мужем, развод, неурядицы на работе или проблемы со здоровьем, — психолог, прежде всего, будет работать на развитие её личности, станет помогать процессу её индивидуации. Через понимание себя женщина раскрывает ресурсы женственности и материнства. К ней приходит покой, чувство юмора, самоирония, желание заботиться и любить, принимать и отдавать, создавать и дарить. Со временем уйдёт желание опекать, требовать, упрекать, читать нотации, ворчать, хмуриться. Личная психотерапия позволит женщине увидеть собственный внутренний мир и, изучив, понять его. Важно освободиться от внутренних конфликтов, а именно: от излишнего чувства долга перед всеми, от чувства вины, от чувства обиды, от всех этих гирь и камней, которые тянут душу женщины, жены, матери в болото, в пропасть, в бездну. Необходимо исключить источник внутреннего конфликта из своей жизни. Каждый знает: то, что мы не принимаем в других, — это то, что мы не принимаем в себе. И как только мы начнем расставаться с ненавистными качествами, мы перестанем их замечать и в других, в том числе и в своих детях. И тогда мы начинаем потихоньку их понимать и оправдывать. Но полюбить — это процесс. Это очень трудный постоянный процесс работы над собой. Немногие готовы идти на такие жертвы даже ради своих детей и их будущего! Работать с ребёнком и параллельно не работать с его родителями — это всё равно, что хорошенько протопить печку в доме, а потом открыть все окна и дверь. Ребёнок — это симптом семьи.

Женщина приходит с запросом: *«Почините мне ребёнка!»*, поэтому самое сложное для психолога — замотивировать женщину пройти свою психотерапию, которая становится спасательным кругом, помогающим выплыть и постепенно изменить свою жизнь. А последующие перемены детей, мужа, родителей, друзей, сотрудников — женщина воспринимает как чудо. Хотя это так естественно, меняем только одну, неисправную, часть механизма — и весь механизм начинает работать безупречно. Можно объяснить это на таком примере. Представьте, что в вашем теле один орган заболел. Плохо при этом становится всему организму. И неважно, что болит: зуб, голова, сердце, палец порезали. Страдает весь человек! Верно? В конце концов, неважно, кто перед нами, важно жела-

ние реализовать принцип «Возлюби ближнего своего, как самого себя»! Короче, не пытайтесь изменить ребёнка, меняйте своё отношение к нему через перемены в себе!

Пример из практики 4.

На приёме женщина 32-х лет. На дворе май месяц, дама одета в чёрное длинное платье и чёрную косынку. Запрос: «10-летний сын хулиганит в школе: учится неплохо, а поведение... Сплошные замечания в дневнике. Прогуливает школу, ворует, дерётся, залез на крышу дома, спрыгнул и сломал ногу». Женщина говорит громко с раздражением и злостью. На мой вопрос про траурную одежду прозвучал тихий ответ: «Муж умер», — а голос стал мягкий и кроткий.

— Как отреагировал на смерть отца сын?

— Ему тогда меньше годика было. Он папу только на фотографии видел.

— И Вы носите траур больше десяти лет?!

— Так я храню верность мужу.

Что может чувствовать ребёнок, живущий с полумёртвой мамой? Своим девиантным поведением он говорит: «Мне нужна живая мама! Живая и счастливая!» И ещё мама научила сына, что любить мёртвого легче, чем живого. Поэтому мальчик так экстремально себя ведёт. Когда он спрыгнул с крыши гаража и сломал ногу — мама от него не отходила.

Пример из практики 5.

На приёме мама с сыном. Маме — 46 лет, сыну 14, а выглядит мальчик, на 10–11 лет. Говорит мама: «Девки дылды в школе Павлика обижают. Издеваются, что маленького роста. Да, папа у нас — высокий, но я-то маленькая, наверно, в меня пошёл». Задаю вопросы мальчику, но отвечает за него мама.

— А можно мне поговорить с Вашим сыном?

— Да он неразговорчивый.

— Может, у меня получится.

— Ну, попытайте счастья.

— А как тебя называет папа?

Отвечает мама: «Павел Сергеевич, папа взрослит Павлика не по годам!»

— А как тебя называет бабушка?

Опять отвечает мама: «Павлик-кораблик, Павлушка-галушка. Мама любит всякие прибаутки».

— А что любит Ваш сын?

Пока мама замялась, я дала ей лист бумаги и ручку.

— У меня к Вам важное задание: перечислите всё, что любит Ваш сын, письменно, не меньше десяти позиций. На это у Вас есть 10 минут. Пишите, мы Вам не будем мешать.

Я завела будильник и строго попросила маму не отвлекаться, а сосредоточиться на задании. За это время мне удалось полушёпотом поговорить с мальчиком.

Семья из 4-х человек (папа, мама, бабушка и мальчик) проживают в двухкомнатной квартире. Комната в 20 метров принадлежит папе и маме. А в комнате из 8 метров — проживают бабушка с внуком. Спят они в одной полтораспальной кровати. Когда родился Павлик, бабушка так решила, что всем будет спокойней, если они будут спать вместе.

На все мои вопросы:

— кто убирает в комнате?

— кто помогает делать уроки?

— кто собирает портфель?

— кто завязывает шнурки?

ответ был один: «Бабушка!»

— А ты хочешь всё делать сам?

— Да, очень! Но кто мне это позволит?

Прошло 10 минут, прозвенел звонок будильника и мама прочитала: «Мой сын любит шоколад, который ему нельзя, смотреть телевизор, от которого портится зрение, и спать один в кровати, когда бабушка уходит готовить завтрак».

Мне удалось убедить маму, что у её сына уже давно должно быть своё место для сна, для уроков, для самостоятельной жизни.

— Без Вас я не смогу помочь Вашему сыну. Приходите одна. К моему удивлению, женщина согласилась. С каждой встречей она менялась не только психологически, но и внешне. Оказалось, что, у её гиперопекающей мамы есть такая же квартира в соседнем подъезде, в которой проживает её муж, отец женщины и дедушка Павла!!!

Когда Павел с мамой пришли через два месяца, мальчика я узнала только по маме. Он вырос на 12 сантиметров, его было не узнать. У Павла появилось личное пространство. А бабушка переехала к дедушке. Изменился не только рост, но и взгляд, спокойный, уверенный.

— А девки-дылды обижают?

— Нет, я с ними подружился!

Как только всё встало на свои места — удивительным образом нормализовалась жизнь каждого члена семьи и всей семьи в целом. Мальчика обижали в школе, потому что его обижали дома — тем, что препятствовали его взрослению. Делая из сына жертву, родители становились насильниками, агрессорами. И привыкший к такому паттерну Павел подсознательно провоцировал «девок-дылд» на издевательства. А следовало сказать им «спасибо». Если бы не эта ситуация — не обратилась бы мама к психологу. И спал бы сорокалетний мальчик Павлик с бабушкой или мамой в одной кровати. «Ведь так всем спокойней».

И ещё очень важное, на мой взгляд, замечание: ни дедушка, ни папа не были вовлечены в воспитательный процесс Павла. Всем руководила бабушка, передавая опыт доминирования своей дочери. И возника-



ет вопрос: хорошо ли, правильно ли быть послушным ребёнком?

Часто родители сталкиваются с тем, что ребёнок становится просто неуправляемым, всё делает наоборот. Всякий контакт с ним приводит к скандалу. За скандалом следует наказание, за наказанием — взаимные обиды и потеря доверия. Эти проблемы растут, как снежный ком: родители кричат, и ребёнок перестает слышать спокойную речь, родители жестоко наказывают, ребёнок учится врать и изворачиваться. Есть родители, которые, столкнувшись с проблемами воспитания, машут на всё рукой: «Делай что хочешь. Только потом не жалуйся. Это твоя жизнь».

Есть такие, которые считают, что ребёнка необходимо «сломать», иначе он «сядет на шею», избалуется. Их слово всегда, при любых обстоятельствах и любой ценой останется последним.

Но есть и такие родители, которые пытаются предугадать каждый шаг своего ребёнка (который останется «малышом» и до 20, и до 30 лет, а иногда и до старости), предупредить, защитить, оградить от всего. У психолога-телесника и замечательного автора книг Ирины Константиновны Сёминой есть сказка-притча «Мешок проблем».

Мешок проблем

Однажды к Богу пришла женщина. Её спина была согнута под тяжестью большого мешка, голова наклонена вперёд, а взгляд исподлобья был тревожным и бдительным.

— Ты устала, милая женщина? — обеспокоился Господь. — Сними свою ношу с плеч, присядь, отдохни.

— Спасибо, но я не могу тут расслабляться, я ненадолго, — отказалась женщина. — Только попрошу — и сразу назад! А то вдруг за это время уже что-нибудь стряслось? Никогда себе этого не прощу!

— Чего же ты не готова себе простить?

— Если с моим ребенком что-нибудь случится. Я как раз и пришла попросить тебя: Господи, спаси и сохрани его!

— Я только этим и занимаюсь, — серьезно сказал Господь. — Разве я дал тебе повод усомниться в моей заботе?

— Нет, но... В этой жизни столько всяких опасностей, плохого влияния, крутых поворотов! А у него возраст такой — всё хочется попробовать, повсюду влезть, во всём как-то самоутвердиться. Я очень боюсь, что его занесёт на повороте, он ушибётся, и ему будет больно.

— Что ж, в следующий раз он будет осторожнее, потому что на своей шкуре узнает, что такое боль, — ответил Господь. — Это очень хороший опыт! Почему же ты не хочешь дать ему научиться?

— Потому что хочу избавить его от этой боли! — страстно воскликнула мать. — Ты видишь — я всегда ношу с собой мешок соломы, чтобы подстелить её там, где он может упасть.

— А упасть он может везде... — задумчиво ответил Господь. — Даже с собственной кровати можно упасть, разве нет?

— Ну да... Но ведь есть же такая пословица: «Знал бы, где упасть, так соломки б подстелил». Вот я и пытаюсь обезопасить его.

— И теперь хочешь, чтобы я обложил его соломой со всех сторон? Хорошо. Смотри же!

И Господь мигом сотворил целый ворох соломы и бросил его в мир. Солома попала точно в цель: она кольцом легла вокруг сына той женщины, отгородив его от всех опасностей, от всех невзгод, от всех соблазнов и искушений, а заодно и от жизни. Женщина видела, как её сын пытается двигаться то туда, то сюда, раздвинуть стебли, пробраться сквозь солому, но всё тщетно: солома передвигалась вместе с ним, готовая, если что, смягчить удар. Сын метался, пробовал разорвать соломенное кольцо, впадал то в отчаяние, то в ярость. А в конце концов он достал откуда-то спички и поджег солому. Взметнулось пламя, и всю картину мгновенно затянуло дымом.

— Сынок! — закричала женщина. — Сынок, я иду на помощь!

— Хочешь подбросить в костёр еще соломки? — спросил Господь. — Имей в виду: чем больше соломки подстилают родители, тем сильнее желание прорваться сквозь неё любой ценой. Если же это не удастся, человек может и вовсе начать прожигать жизнь. Ведь он не будет знать, что такое боль, и что такое свобода выбора — тоже...

— Но я не могу этого допустить! — прорыдала женщина. — Мой мешок соломки спасёт его!

— Ты думаешь, что это мешок соломки, но ты ошибаешься, — ответил Господь. — На самом деле это — Мешок Проблем. Все ужасы, которые тебе чудятся, все опасения, которые в тебе живут, все страхи, которыми ты наполнена, находятся в этом мешке. Всё, о чем ты думаешь и тревожишься, набирает силу и разрастается, потому что ты даёшь этому энергию. Поэтому твоя ноша столь обременительна, а твоя спина устала...

— Выходит, я не должна заботиться о сыне? — в раздумье наморщила лоб женщина. — И это говоришь мне ты, Господи?

— Заботиться — сколько угодно. Это дело матери. Но вот беспокоиться ты не должна — это точно. Ведь я-то тоже о нём забочусь. Позволь и мне делать моё дело. Просто не мешай мне! Но это, как я понимаю, вопрос веры...

— Знаешь что, Господи? — немного подумав, заговорила женщина. — Ты можешь дать мне... спички?

— Разумеется. А что ты хочешь делать?

— Сжечь свой Мешок Проблем, — улыбнулась женщина. — И научиться наконец доверять тебе по-настоящему. Падать и подниматься. Ошибаться и исправлять ошибки. С благодарностью принимать и радость,

и боль. И подарить моему сыну право делать то же самое.

— Это верное решение, — улыбнулся Господь. — Ну их, эти тревоги! Гори они все огнём!

— Я доверяю миру, себе и сыну, — шептала женщина, глядя, как пылает, корчится, рассыпается и становится пеплом её заранее припасённая соломка, её Мешок Проблем. И спина её теперь была прямой, голова высоко поднятой, а взгляд чистым и ясным. — Я верю, Господи, что всё, что происходит, ниспослано тобой — во имя и для блага нас самих. Теперь я и правда верю!

Пример из практики 6.

А вот родители десятилетнего Кирилла обеспокоены тем, что никогда не понятно, о чём мальчик думает, чего он хочет. Если его попросить о чем-то, он делает молча. Сам инициативу не проявляет. Никогда не возмущается. Никогда мама не слышала его громкого заливистого смеха. Удивляло и то, что даже несправедливость со стороны взрослых не вызвала сопротивления, несогласия. Подружка завидует: «Чудо, а не ребенок!» А маме не по себе: «Какой-то он несчастный растет. Будто со всем смирился заранее».

Когда родился Кирилл, семья жила в коммунальной квартире. В соседних комнатах жили пожилые люди, и мама относилась к ним уж слишком чутко. А вот ребёнка не пожалела, задавила все живые реакции.

Но есть пути «оживить, реанимировать» Кирилла.

Ребёнок с подавленными эмоциями требует реабилитации. Ему нужно напомнить, как переживать эти эмоции, как радоваться, сердиться, удивляться. Для этого нужно:

1) чтобы взрослые не ходили дома насупленные и напряженные, будто в ожидании конца света. Если ребёнок не видит, как взрослые смеются, как этому научиться? Ведь первые реакции ребёнка просто копирует у взрослых;

2) к детскому шуму должно быть лояльное отношение. Дети никогда не помышляют о зле, у них просто не всё получается. Если члены семьи со всех сторон гасят проявление чувств у ребёнка, как ему противостоять группе взрослых людей?

3) не должно быть табу на выражение негативных эмоций — злости, негодования, раздражения, плача и т. д. При определенных обстоятельствах это абсолютно адекватное поведение. Есть даже шуточные игры по развитию отрицательной экспрессии: ребёнка наряжают в костюм отрицательного персонажа, и от его имени он может вести себя сколь угодно разнузданно. Если вы присоединитесь, ребёнок полностью освободится от страха быть наказанным. Есть ещё игра в смешные «обзывалки»: все участники по кругу бросают мяч, придумывая необычные имена тому, кому летит мяч: «Ты — капуста! Ты — шляпа! Ты — кирпич!» Это игра на психологическое сближение. Ведь

если в присутствии другого человека мы можем проявить сильные отрицательные эмоции, значит, он нам безразличен.

Что же необходимо, чтобы восстановить контакт со своим ребёнком?

1. Искреннее, осознанное послушание возможно только в доверительных отношениях, когда ребёнок признаёт, что родитель пока лучше справляется с проблемами. В отличие от строгого, безусловного подчинения в доверительных отношениях ребёнок может задать вопросы, которые его интересуют, не опасаясь навлечь на себя гнев родителя. Нам следует чаще задавать встречные вопросы ребёнку, давая понять, что у проблемы может быть несколько решений, и сейчас вы размышляете, какой вариант предпочесть. «Как ты думаешь, лучше поступить? Могу я рассчитывать на твою помощь? Я могу тебя попросить сделать это? Можешь мне помочь?»

2. Если вы хотите попросить ребёнка о чём-то важном, не кричите ему через всю комнату, а подойдите и приобнимите его. Физический контакт — это способ передать своё спокойное и заинтересованное отношение.

3. Ещё одно правило: смотреть доверительно в глаза ребёнку. Если ваши движения грубы, а взгляд жёсткий, ребёнок воспримет это как угрозу, стремление оказать на него психологическое давление, а просьбу что-то выполнить воспримет как ультиматум.

4. Ваши просьбы будут выполняться, если вы не забудете поблагодарить ребёнка за оказанную услугу и выполненное поручение. Тёплые слова усиливают в ребёнке чувство, что его любят и что в его власти улучшать отношения. Ради этого стоит трудиться. Моральное, психологическое поощрение ценится детьми гораздо выше сладостей, новых игрушек и т. д. Если ребёнок выбивается из этой закономерности, значит, вы не нашли слов или воспринимаетесь ребёнком как человек, на чувства которого нельзя положиться, а словам нельзя верить.

5. Правила одинаковы для всех. Покажите, что вы сами готовы к ним. Дайте понять своему ребёнку, что с родителями можно договариваться.

Внимание! Если вы все же решили наказывать ребёнка за тот или иной проступок, будьте последовательны.

Представьте себе такую ситуацию: малыш за завтраком вылил компот на стол. Мать, сдвинув брови, погрозила ему пальцем и отобрала чашку. За обедом малыш повторяет эксперимент. Но у мамы хорошее настроение, она смеется, целует его. За ужином — та же ситуация, но мама выходит из себя, выгоняет ребёнка из-за стола, шлепает его. Что в итоге? Малыш обижен. Он получил противоречивую информацию относительно правильности данного поступка. Он не может понять, в чем же его вина.

Здесь мне хотелось бы сделать еще одно очень важное замечание. Ругая ребёнка, представьте себе,



что это взрослый или даже вы сами попали в аналогичную ситуацию. Итак, вы в гостях опрокинули чашку. Или даже она соскользнула на пол и разбилась. Какой реакции вы ждете от окружающих: «Не страшно, со всеми бывает... На счастье! Чепуха, сейчас убережем». А теперь представьте себе, что вы услышите фразу, которую говорите в таких случаях своему ребенку: «Ну, ты раззява! Руки, что ли, у тебя не оттуда растут? Ну и свинья у меня выросла! И т. д.». Обидно? Но почему же мы считаем, что детей можно обижать, а взрослых нет? Разве в этом отношении у них не равные права? Нет, не равные. Взрослый все-таки имеет большой опыт, а ребенок только учится. И это нормально, что у него что-то не получается, что-то ломается, проливается, бьётся. Задумайтесь над этим.

Психологами были выделены четыре основные причины нарушения поведения детей, в том числе и их нежелания выполнять требования взрослых.

1. Недостаток внимания. Ребенок не получает того количества внимания, в котором нуждается. Родителям часто не хватает времени и сил, чтобы уделить время для игр, разговора, занятий с ребенком, но для того, чтобы поругать или наказать, они всегда его найдут.

Папа гуляет с двухлетним сыном. Мальчик играет в песочнице, вдруг берет горсть песка и кидает в отца. «Не делай этого. Нельзя!» Ребенок смеется и кидает снова. «Не делай этого, а то задам!» — повышает голос отец. Малыш повторяет еще раз. Отец с гневом выполняет свою угрозу.

Попробуем представить себе, что чувствует отец. Он обижен, недоумевает, почему ребенок так себя ведет. Ещё ему стыдно, что другие родители, гуляющие во дворе, видели, что сделал его сын, и подумали, что ребенка плохо воспитывают. А потом видели, как он сынишку отшлёпал, и подумали, что он плохой отец. А что чувствует ребенок? Сперва он звал папу поиграть вместе, но папа разговаривал с соседкой. Потом кинул песок, и папа сразу перестал разговаривать и обратил на него внимание. Но вместо того, чтобы посмеяться вместе, накричал и отшлёпал.

2. Борьба за самоутверждение. Непослушанием ребенок проявляет свою самостоятельность, свой выбор, протестует против чрезмерной родительской опеки. Это происходит в том случае, когда родители пытаются предупредить каждый шаг ребенка.

3. Желание отомстить. Мы порой не замечаем, что тот или иной наш поступок пошатнул веру малыша в нас, нанёс вред доверию и чистоте наших взаимоотношений. Что-то пообещали и не выполнили, договорились никому не рассказывать, но тут же по телефону: «А мой-то...» Несправедливо наказали, не выслушали его объяснения. И ребенок начинает действовать по принципу «Вы мне сделали плохо, и я вам».

4. Потеря веры в собственный успех. Если взрослые слишком часто повторяют ребенку, что он тупица, что у него кривые руки и что вообще он в жизни никогда ничего не добьётся, ему ничего другого не остается, как только всем своим поведением подтверждать сложившееся о нём мнение. Самое важное — понять, что ребенок делает что-то «не так» не «вам назло». Его поступок вызван вескими причинами, разобравшись в которых — задача взрослого.

5. Сбой «программы». Как часто мы говорим своим детям: «Ты уже большой, поэтому ты должен...» И почти сразу: «Мал ещё, нос не дорос». Ребенок не понимает, когда родители дают двойной посыл: «Я уже большой или ещё маленький?». Крайне важно проговорить с ребенком те правила, по которым ему жить.

Отечественный психолог Ю.Б. Гипенрейтер в своей замечательной, для многих родителей настольной, книге «Общаться с ребенком. Как?» рекомендует родителям следующее:

- если вы раздражены, то, скорее всего, непослушание вызвано борьбой за ваше внимание;
- если переполнены гневом, то ребенок пытается противостоять вашей воле;
- если поведение ребенка вас обижает, то скрытая причина — месть;
- если вы находитесь во власти безнадежности и отчаянья, то ваш ребенок глубоко переживает свою несостоятельность и неблагополучие.

Внимание! Если ваш ребенок не слушается, обратитесь к собственным чувствам!

У детского писателя Александра Раскина есть великолепная книга «Как папа был маленьким». Она родилась из историй, которые писатель рассказывал своей больной дочери о своем детстве. Вот что он пишет: «Ей понравилось, что папа тоже был маленьким, тоже шалил и не слушался и его тоже наказывали. Я выбирал истории посмешнее, ведь нужно было развеселить больную девочку. И еще я старался, чтобы моя дочка поняла, как нехорошо быть жадным, хвастунишкой, зазнайкой. Но это вовсе не значит, что я сам всю жизнь был таким. Просто я старался вспоминать только такие случаи. А когда мне их не хватало, я брал их у других знакомых пап. Ведь каждый из них тоже был когда-то маленьким».

Прочитайте эту книгу вместе со своим ребенком, и, может быть, многие проблемы решатся сами собой и не придется никого наказывать за непослушание.

Желаю успехов!!!