

Ю. ГИППЕНРЕЙТЕР

Большая
КНИГА
общения
С РЕБЕНКОМ

ВСЯ
СЕРИЯ
В ОДНОЙ
КНИГЕ

- Безусловное принятие
- Помощь ребенку
- Активное слушание
- Понимание ребенка

Юлия Гиппенрейтер

**Большая книга
общения с ребенком**

«Издательство АСТ»

2016

УДК 159.9
ББК 88.37

Гиппенрейтер Ю. Б.

Большая книга общения с ребенком / Ю. Б. Гиппенрейтер —
«Издательство АСТ», 2016

ISBN 978-5-17-092653-4

«Большая книга общения с ребенком» – представляет собой дополненное и переработанное издание книг «Общаться с ребенком. Как?», «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» и специальных глав, посвященных детям из книги «У нас разные характеры. Как быть?». Тексты расширены, дополнены новым материалом, и новыми примерами. Особое внимание обращено на логическую стройность и последовательность изложения глав. В местах, написанных специально для настоящего издания, нашли отражение опыт автора обучения родителей практическим способам общения с ребенком. Обсуждаются ошибочные воспитательные шаблоны, создающие эмоциональное напряжение в семье. Разбираются шаги преодоления эмоциональных трудностей, создания теплых доброжелательных отношений. Уделено специальное внимание индивидуальному подходу к детям разного характера. Рассказывается об удачных опытах, радостных переживаниях родителями новых отношений, и удивительных трансформациях самих детей. В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 159.9
ББК 88.37

ISBN 978-5-17-092653-4

© Гиппенрейтер Ю. Б., 2016

© Издательство АСТ, 2016

Содержание

Предисловие	7
Часть I	8
Глава 1. Его внутренний мир	9
Фантазии, мечты, игры	9
Детская впечатлительность	13
Наедине с собой	16
Свой путь	20
Глава 2. Безусловное принятие	25
Домашние задания	38
Вопросы родителей	40
Глава 3. Воспитываем осторожно!	41
Как же родителю вести себя перед лицом этого дара?	42
Конец ознакомительного фрагмента.	44

Юлия Гиппенрейтер

Большая книга общения с ребенком

Иллюстрации Г. Карасевой, П. Егорушкиной, В. Хмары, К. Елькиной

© Гиппенрейтер Ю. Б., 2016

© ООО «Издательство АСТ», 2016

Предисловие

Снова и снова приходится думать о том, как общаться с ребенком, и как рассказывать об этом понятно и доходчиво! Встречи с родителями и детьми, их истории, консультации, тренинги дают новый жизненный материал. Вопросы журналистов заставляют снова искать слова и формулировки. Иногда кажется, что все главное уже написано, иногда – что можно многое добавить, уточнить, разъяснить. Эти мысли и переживания еще раз нахлынули на меня, когда поступило предложение издать объединенную книгу на тему Общения с ребенком, в которую вошли бы лучшие главы моих предыдущих изданий.

В результате основу этой книги составили значительно переработанные и дополненные тексты из книг «Общаться с ребенком. Как?», «Продолжаем общаться с ребенком. Так?», и книги «У нас разные характеры. Как быть?» – в той ее части, которая касается характеров детей. В серии «карманных» изданий в последние годы выходили отдельные части и главы первых двух книг, и те дополнения, которые были для них написаны, также вошли в это снова переработанное издание.

Объединение всех трех книг потребовало существенной перестройки композиции и логики изложения. Более подробно обсуждаются вопросы дисциплины, остро волнующие родителей темы наказаний и особенностей детей, в частности их характеров.

В дополнительных текстах, написанных специально для этого издания, нашел отражение мой опыт обучения родителей принципам и навыкам гуманистического общения.

Описанные техники общения выдержали испытание временем, они служат и помогают тысячам родителей. Одновременно становилось все более явным, что голой техники недостаточно. Необходимы терпение и настойчивость в преодолении шероховатостей первых проб, знание, как выбираться из возникающих иногда тупиков. Необходимо было донести, как важны настрой и установки родителей, пересмотр традиционных ошибочных мнений и заученных «воспитательных» шаблонов, в том числе речевых. Этим моментам, равно как и моральным аспектам поведения детей (и самих родителей!), пришлось уделять особенное внимание.

Не все содержание трех книг вошло в настоящее издание. Ранее вышедшие книги, на мой взгляд, сохраняют свое значение: первое – как компактное практическое введение в принципы и методы общения, второе – как содержащее развитие и углубление отдельных тем, и новые примеры, их иллюстрирующие. Наконец, книга о характерах в основной своей части освещает характеры взрослых людей (что не вошло в объединенное издание). Она может служить ценным руководством в желании глубже узнать себя, своих близких, а также более успешно налаживать бесконфликтное общение с людьми сильно отличающегося характера.

В заключение хочу снова поблагодарить всех, с кем мне довелось обсуждать проблемы воспитания детей, – родителей, учителей, слушателей, корреспондентов, многие из которых были сами родители.

Все участники нашего общения искренне делились своими проблемами и переживаниями, пробами и ошибками, вопросами и открытиями, писали о трудностях и успехах. Ваши поиски и достижения нашли отражение в моих книгах и, без сомнения, вдохновят многих и многих родителей, педагогов и воспитателей на труд и подвиг воспитания счастливого ребенка.

Хочу принести глубокую личную благодарность моему мужу Алексею Николаевичу Рудакову, с которым я имела счастье обсуждать все основные идеи книг. Он также оказал бесценную помощь в продумывании ее структуры, стиля и оформления. Без его участия, идейной и моральной поддержки эта книга вряд ли могла бы выйти.

*Ю. Б. Гиппенрейтер,
ноябрь 2015 года*

Часть I

Ребенок и мы

Ребенок появляется на свет маленьким, слабым и беззащитным. Он выживает и становится человеком только с участием взрослого. Стремление к человеческому контакту с родителями заложено в ребенке.

Давайте поговорим о том, **что же ребенок ждет** от нас, взрослых?

Глава 1. Его внутренний мир

Ребенок – это чудо, которое живет рядом с нами.

Мы стараемся его оберегать, воспитывать, развивать, учить.

Мы продолжаем задавать себе вопрос: «КАК все это делать как можно лучше?»

Для разумных ответов нам нужны прежде всего знания **природы и свойств** этого чуда.

С одной стороны, ребенок как будто у нас на ладони. Милый, ласковый, капризный, непослушный, любознательный, активный, то лезет не туда, то надоедает вопросами... «На ладони» его внешняя жизнь и наши с ним заботы.

А что происходит у него внутри?

У нас, взрослых, бывает много сложных скрытых переживаний. Дети кажутся нам проще. Однако это совсем не так!

Давайте, прежде чем заняться вопросами воспитания, посмотрим на некоторые важные особенности внутреннего мира детей.

Фантазии, мечты, игры

Мать жалуется психологу:

«Я очень беспокоюсь, у меня ребенок – недавно ему исполнилось три года – стал какой-то странный. Говорит, что был на войне, и там его ранили в ногу, показывает мне место на ноге, куда его ранили. Я говорю: «Ты что, какая война, какая рана?!», а он ни в какую – бубнит одно и то же, и уже не первый день! Может быть, он у меня сошел с ума?»

– это жалоба матери в психологической консультации.

В другом случае родители весь день недоумевали на странный оскал лица, с которым их пятилетняя девочка существовала целый день. Только вечером она сообщила измученным родителям, что «сегодня она была волком»!



Дело в том, что – и это редко понимают родители – внутренняя жизнь ребенка очень своеобразна! Она проходит в фантазиях, мечтах и играх. Можно даже сказать, что дети – в основном дошкольники и младшие школьники – живут **в двух мирах**. Один мир – вполне реальный: дом, привычные предметы, родители. Другой мир – невидимый взрослыми – это мир сказок, грез, собственных образов и историй; в нем живут разные персонажи, разыгрываются необыкновенные события, где сам «автор» нередко выступает в роли участника.

В отличие от упомянутых родителей девочки, внимательные взрослые, особенно те, кто в силу избранной профессии много жили и общались с детьми, хорошо знают о фантазиях ребенка и помогают нам их понять. Вот отрывок из замечательной книги М. Осориной «Секретный мир детей»:



«Мама даже не подозревает, что, рассматривая суп в тарелке, ребенок видит подводный мир с водорослями и затонувшими кораблями, а проделывая ложкой бороздки в каше, представляет, что это ущелья среди гор, по которым пробираются герои его сюжета.»

Иногда поутру родители не знают, кто сидит перед ними в образе их родного дитяти: то ли это их дочка Настя, то ли Лисичка, которая аккуратно раскладывает свой пушистый хвост и требует на завтрак только то, что едят лисы. Чтобы не попасть впросак, бедным взрослым бывает полезно заранее спросить ребенка, с кем они имеют дело сегодня».

А. Нилл, прошедший несколько десятилетий в ежедневном общении с детьми разного возраста, рассказывает нам о том же:

«Шестилетки в Саммерхилле играют весь день напролет – играют со своими фантазиями. Для маленького ребенка фантазия и реальность очень близки друг к другу. Когда десятилетний мальчишка вырядился призраком, малыши сначала визжали от восторга: они знали, что это всего лишь Томми, и видели, как он заматывался в простыню. Но когда он напал на них, они все завопили от ужаса...»



Мне так и не удалось установить, где у них пролегает граница между фантазиями и действительностью. Когда девочка приносит кукле еду на маленькой игрушечной тарелочке, верит ли она, что кукла живая? Игрушечный конь-качалка – это настоящий конь? Когда мальчик кричит: «Огонь!» – и потом стреляет, верит ли он, что ружье у него в руках – настоящее?»

Почему дети играют все дни напролет и создают свой «воображаемый мир»? Для чего им это нужно? Дело в том, что через фантазию и игру ребенок **осваивает реальный мир**, со всей сложностью его устройства, порядка, социальных ролей и человеческих взаимоотношений. Воображая себя летчиком, воином, полководцем, эльфом или хоббитом, он «проживает» в действии своих героев – их характеры, поступки, их героизм и благородство.

Как написал отечественный психолог Даниил Борисович Эльконин, для ребенка «игра является школой морали, но не морали в представлении, а морали в действии». Школой многого, и морали тоже!

У ребенка нет четкой границы между миром воображения и реальным миром, что взрослые очень часто недооценивают.

«Я склонен думать, – пишет А. Нилл, – что, когда игра в разгаре, дети и в самом деле воображают, что их игрушки – настоящие вещи. Только когда вмешивается какой-нибудь бестактный взрослый и тем самым напоминает, что все происходящее плод их воображения, они с размаху шлепаются обратно на землю».

Опытные педагоги и психологи постоянно призывают бережно относиться и к игре, и к воображению, и к фантазиям детей. Не быть небрежным или бестактным!

«Ни один чуткий родитель никогда не станет разрушать мир детской фантазии».
А. Нилл

*«Не надо стыдиться играть. Детских игр нет!»
Януш Корчак*

Детская впечатлительность

Необходимо знать и помнить еще одно важное отличие детей: **они гораздо более эмоциональны и впечатлительны, чем мы, взрослые!**

Их память способна «запечатлевать» некоторые события, на посторонний взгляд незначительные, и хранить их всю жизнь. Австрийский психолог Альфред Адлер много занимался детскими впечатлениями и их значением для взрослой жизни. Среди многих, он приводит такую историю (сокращенный рассказ взрослой женщины).

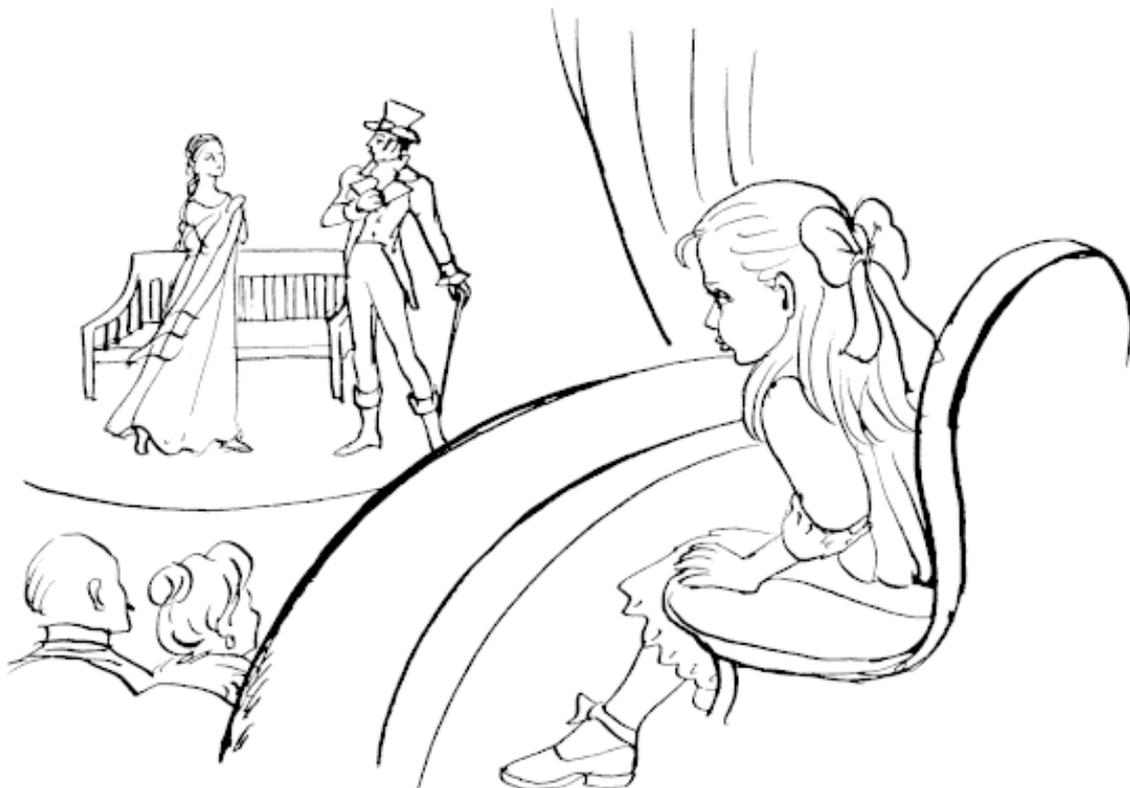
«Когда мне было три года, мой отец купил нам двух пони. Он привел их за поводки к дому. Моя сестра, которая была тремя годами старше, чем я, взяла один поводок и торжествующе повела своего пони вдоль по улице. Мой собственный пони, торопящийся вслед за первым, пошел слишком быстро для меня, – и уронил меня лицом прямо в грязь. Вот как бесславно завершилось событие, которого я с таким восторгом ждала!..И тот факт, что позже я превзошла свою сестру как наездница, никогда и ни в малейшей степени не растопил во мне этого разочарования».



А. Адлер справедливо замечает, что этот эпизод не случайно запомнился девочке. Как выяснилось, он определил ее важный вывод и жизненную установку: «Если я не буду осторожна, моя старшая сестра всегда будет побеждать. А я всегда буду терпеть поражение, всегда буду оказываться в грязи. Единственный способ обезопасить себя – это быть первой».

Важно отметить, что среди особых впечатлений детства случаются такие, которые отмечены яркими положительными переживаниями – **радостным волнением, удивлением, восторгом**. В них ребенок открывает что-то важное для себя, что-то очень «свое». Попробуем

всмотреться и понять эти чудесные и часто скрытые от наших глаз состояния восторга и, можно сказать, **очарованности** ребенка.



Приведу одно из воспоминаний, которое принадлежит выдающемуся австрийскому ученому, исследователю поведения животных и человека, Конраду Лоренцу.

«Конец лета, пожалуй, самое чудесное время года в североальпийских долинах... В это время года я часто вновь переживаю минуту, которую помню удивительно ясно, хотя с тех пор прошло семьдесят лет. Я уверен, что тогда еще не учился в школе и даже не умел читать. Мы гуляли по заливному лугам Дуная, и я, непослушно убежав вперед, несмотря на запрет моей опасливой матери и даже еще более опасливой тетушки Ядвиги, стоял среди кустов почти на самом берегу. У меня над головой раздались странные металлические звуки, и я увидел высоко в небе стаю диких гусей, летящих вниз по реке. Человеческие эмоции развиваются очень рано и остаются неизменными до конца жизни. Я и сегодня вновь ощущаю то, что ощутил тогда. Я не знал, куда летят эти гуси, но мне хотелось отправиться с ними. Меня переполняла романтическая жажда странствий, от которой вздымалась грудь, и сердце готово было разорваться. И впервые – это я знаю точно – во мне возникло непреодолимое желание выразить себя творчески.»



...Романтика моего детства... пробуждается вновь, когда высоко надо мной пролетают наши дикие гуси, и детская мечта становится явью, когда они, словно в волшебной сказке, спускаются на мой зов».

К. Лоренц осуществлял эту **детскую мечту** в течение всей своей жизни. Занимаясь поведением животных, он не расставался с дикими гусями, наблюдал их, выращивал, исследовал их поведение. В своих работах К. Лоренц сделал ряд замечательных открытий, за которые был удостоен Нобелевской премии в возрасте семидесяти лет.

Похожий случай «судьбоносного» переживания произошел в жизни Чарли Чаплина, когда ему было пять лет.

Мать Чаплина была эстрадной актрисой, и часто брала сына на свои выступления. Однажды у нее сорвался голос, ее освистали, и ей пришлось уйти за кулисы. Возник неприятный разговор с директором театра, который боялся потерять денежный сбор. Но тут директору пришла спасительная мысль – вывести на сцену маленького Чарли. Раньше ему доводилось видеть, как мальчик пел и танцевал, подражая матери. Сказав несколько слов публике, директор ушел, оставив Чарли одного на ярко освещенной сцене.

Тот спел одну песенку, затем другую. Из зала стали одобрительно кидать монеты. Мальчик воодушевился, продолжая петь и импровизировать по ходу представления. Концерт продолжался с нарастающим успехом. Это был день рождения Чаплина-артиста!



Так, от одного яркого события – как от удара молнии – у ребенка может случиться открытие собственного призвания и определиться направление жизненного пути!

Наедине с собой

Нам, взрослым, знакомы особые состояния внимания, которые случаются, когда мы заняты интересным делом, «уходим в него с головой». Проезжаем остановку, погрузившись в интересную книгу. Мы уходим в себя, не слышим обращенные к нам слова, в эти моменты в нас идет интенсивная внутренняя работа. Иногда мы специально ищем уединения, чтобы вчувствоваться в себя, попереживать, подумать. В большей степени это свойственно детям. Интуитивно чувствуя плодотворность и своего рода магию атмосферы **тихого уединения**, ребенок временами активно ищет уединение.

В приведенном выше воспоминании К. Лоренца это случилось. На прогулке он *«непослушно убежал вперед»*, несмотря на запрет своей матери и тетушки. В результате мальчик находился *один* среди кустов, когда услышал поразившие его звуки гусиной стаи.



Пятилетняя Марина Цветаева неоднократно забиралась в свое **тайное убежище** – книжный шкаф, чтобы читать любимого Пушкина.

«Запретный шкаф. Запретный плод. Этот плод – том, огромный, синелиловый том с золотой надписью вкось – Собрание сочинений А. С. Пушкина. Толстого Пушкина я читаю в шкафу, носом в книгу и в полку, почти в темноте... Пушкина читаю прямо в грудь и прямо в мозг».

Известный психолог Карл Роджерс пишет о том, как он скрывал свое детское увлечение. Будучи подростком, он заинтересовался одним из видов ночных бабочек. И началось так же, как в описанных выше случаях – с первого сильного впечатления.

«Мое внимание привлекла очень красивая бабочка с удивительными зелеными крыльями с красной окантовкой. Я до сих пор вижу этого мотылька как тогда, глазами ребенка: нечто удивительное, сияющее зеленым и золотом, с великолепными пятнами цвета лаванды. Я был покорен...»

Несколько лет мальчик увлеченно занимался разведением этих мотыльков у себя дома: изучал условия их жизни, как они питаются, растения, на которых они живут, циклы превращения из гусениц в бабочки и многое другое, став хорошим специалистом в этой области.

«Но вот что главное, – замечает Роджерс, – я никогда не рассказывал никакому учителю о своем увлечении. Тот проект, который поглотил меня целиком, не был частью моего официального образования... То, что интересовало меня, было чем-то личным. Это не входило в отношения с учителями. Не должно было входить в них».

Задумаемся, почему «личное» сохраняется в тайне, не обсуждается с учителями, а порой и с родителями? Почему ребенок хочет это **оберегать**?



Он хочет быть уверен, что грубое прикосновение или равнодушие не потревожит чар удивления и увлечения, которые в этот момент живут в душе. Создается особый мир, частично это – мир фантазии, и ребенок не хочет «с размаху шлепнуться на землю» от неосторожного замечания взрослого.

Однако при особенной интенсивности внутренняя работа идет в душе ребенка постоянно, независимо от внешних обстоятельств. Существует легенда о детстве знаменитого физика Нильса Бора.

«Рассказывают, что однажды его мать с двумя сыновьями (у Нильса был брат, в будущем успешный математик) ехала в поезде. Когда они вышли на своей остановке, один из пассажиров – соседей по купе – произнес: «Бедная мать, один ребенок у нее нормальный, а другой идиот!». Этот приговор относился к Нильсу, и причиной было то, что большую часть дороги Нильс ехал с остановившимся взглядом, полукрыв рот, безучастный ко всему происходящему. Пассажир не понял, что мальчик был погружен в глубокие размышления».



Вряд ли стоит напоминать читателю, что позднее размышления привели Бора к революционным открытиям в физике – к изобретению квантовой механики.

Не ошибаются ли родители и учителя, прерывая «замечтавшегося» ребенка грубым замечанием: «Миша, ты опять ворон ловишь!» А Миша, может быть, в этот момент глубоко переживает что-то увиденное или услышанное, и богатство этого переживания не идет ни в какое сравнение с наставлениями вроде «ешь сейчас же кашу!» или «пиши, отступив на две клеточки сверху!»

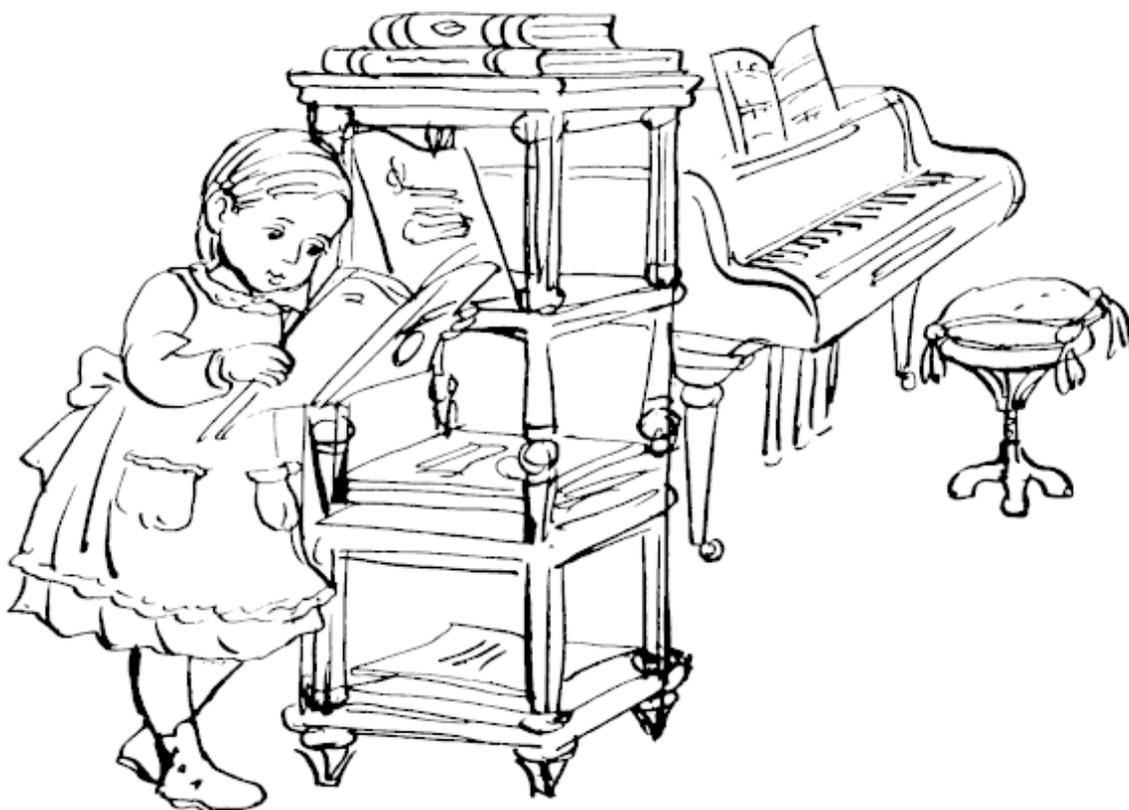
К состояниям задумчивости ребенка надо относиться **бережно!**

Свой путь

Чувство «то мое», тяга к «этому» может появиться у ребенка очень рано. Тогда с большой энергией он начинает отстаивать свое увлечение, иногда вопреки желаниям родителей и мнениям авторитетов.

Отец знаменитого физика Льва Ландау решительно протестовал против увлечения математикой, к которой сын тянулся еще дошкольником. Он насильно заставлял мальчика заниматься музыкой, и даже прибегал к физическим наказаниям. Противостояние дошло до того, что в 13 лет подросток стал серьезно задумываться о самоубийстве. Положение спасла мать, вставшая на сторону сына.

Для Марины Цветаевой трудность заключалась, напротив, в позиции матери. Мать была блестящей пианисткой, но ее музыкальная карьера не состоялась, и свою мечту она решила воплотить в жизни дочери. Пятилетняя Марина должна была часами упражняться на рояле, но механически «отбывала» свои музыкальные уроки. Настоящей же страстью были для нее книги, стихи, чтение – все, что связано со *словом*. Читать она могла уже в четыре года, но в доме многие книги были под запретом. К счастью, была открытая этажерка с нотами сестры Леры, а в них – романсы **со словами!** Эти слова были, конечно, «запрещенные».



«Всю эту Лерину полку, – пишет Цветаева, – я с полным упоением и совершенно всухую целый день повторяла наизусть, даже иногда, забывшись, при матери».

– Что это ты опять говоришь?

– В сердце радость и гроза...

– Что? Что? – мать, наступая... – Я тебе тысячу раз говорила, чтобы ты не смела читать Лериных нот!

Знаменитая Айседора Дункан почувствовала тягу к танцам уже в раннем детстве.

«Я мечтала об ином танце, – пишет она. – Я не знала точно, каким он будет, но стремилась к неведомому миру, в который, я предчувствовала, смогу попасть... Мое искусство уже жило во мне, когда я была еще маленькой девочкой...»

Увидев увлеченность девочки, мать Айседоры определила ее к знаменитому балетному учителю. Но уроки ей не понравились. Она **хотела танцевать иначе!**

«Когда преподаватель велел мне стать на пальцы ног, я спросила его, к чему это. После его ответа «это красиво» я заявила, что это безобразно и противно природе, а после третьего урока я покинула его класс, чтобы никогда туда не возвращаться. Чопорная и пошлая гимнастика, которую он называл танцем, лишь сужала мою мечту...»



Родители знаменитого художника Марка Шагала мечтали выучить сына на бухгалтера или приказчика. «Слово «художник» было таким диковинным... в нашем городке его никто и никогда не произносил», – пишет Шагал. Но в один прекрасный день Марк-подросток обратился к матери:

– Я хочу стать художником. Спаси меня, мамочка. Пойдем со мной. Ну, пойдем! В городе есть такое заведение, если я туда поступлю, пройду курс, то стану настоящим художником. И буду так счастлив!

– Что? Художником? Да ты спятил. Пусты, не мешай мне ставить хлеб.

– *Мамочка, я больше не могу. Давай сходим!*

– *Оставь меня в покое...*

(*«Все равно буду художником, – думаю я про себя, – но выучусь сам».*)



Наконец, пробив сопротивление матери, Марк приходит с ней в «святой храм» искусства – местную художественную школу. Интересно увидеть, как его чувства в точности повторяют переживания Айседоры Дункан. Вот их описание:

«Мастерская набита картинами сверху донизу. Все завалено гипсовыми руками, ногами, греческими головами... Всем нутром чувствую, что путь этого художника – не мой. Что за путь – еще не знаю.

Мама озиралась по углам, боязливо оглядывала картины. И вдруг, резко повернувшись ко мне, почти умоляющим, но ясным и решительным тоном сказала:

– Вот что, сынок. Сам видишь, тебе так никогда не сумеешь. Пошли домой.

– Подождем, мамочка!

Для себя-то я сразу решил, что мне так и не надо. Зачем? Это не мое».



Я ограничилась здесь примерами ранней увлеченности детей, ставших впоследствии знаменитыми. Их чувство «своего», «самого важного» порождало недюжинную энергию и настойчивость, сопротивление родителям, да и другим внешним обстоятельствам. Но такая настойчивость, в общем, свойственна **всем детям** – иногда она не так видна, а иногда проявляется и в форме «отрицательных» увлечений.

Каждый раз, встречаясь с увлечением или настойчивым желанием ребенка, мы должны помнить, что имеем дело с **активным «борцом»**, который рано начинает отстаивать себя. Бойцовские качества ребенка сами по себе вызывают уважение, их важно знать и принимать! А то, **куда и как** направить его энергию – вопрос наших разумных действий и искусства нас как воспитателей. Их обсуждение мы продолжим в следующих главах.

Подведем итоги:

Итак, мы познакомились с особенными свойствами, заложенными в каждом ребенке. Напомню их:

- с первых шагов он активно исследует окружающий мир, учится и развивает свои силы,
- очень эмоционален и впечатлителен,
- много живет в мире воображения, размышлений и мечты, часто скрытом и охраняемом,
- способен сильно увлекаться,
- умеет с большим упорством отстаивать свои увлечения, сопротивляясь ограничениям и запретам.

Вдумываясь в этот перечень, начинаешь больше осознавать, какая **драгоценность** в твоих руках! Для родителей (и учителей, конечно) из этого следует целый ряд практических выводов. Попробуем их сформулировать:

- Бережно относиться к переживаниям ребенка. Знать, что даже мелкие эмоциональные эпизоды могут оставлять **глубокий след**, как положительный, так и отрицательный.
- Деликатно обращаться с его миром фантазии и воображения; знать, что в нем нередко **вынашиваются мечты о будущем** и своем предназначении.

- Давать ребенку **свободу** в его активных устремлениях исследовать мир и развивать свои способности.

Хочется выразить уверенность, что эти выводы помогут вам сделать вашу любовь к собственному ребенку – **такому, какой он есть**, – более осознанной и безусловной.

Глава 2. Безусловное принятие

Ребенок любого возраста нуждается в любви и внимании. Ему необходимо ощущение, что он – «мамин», «папин»... Любые знаки принятия нужны ребенку **как пища** растущему организму. Они его **питают эмоционально**, помогают выживать.

Для родителя это означает **безусловно принимать** своего ребенка.

О безусловном принятии приходится специально говорить, так как это сложное чувство, которое не всегда удается удерживать в себе.

Что же означает безусловное принятие?

Безусловно принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Как же ребенок узнает, что вы его принимаете? Он это чувствует, когда вы говорите, что он вам дорог, нужен и важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся не только в словах, но и в приветливых взглядах, улыбках, прикосновениях. Замечательный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день. Она известна своей крылатой фразой:

«Четыре объятия совершенно необходимы ребенку просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день!» И, между прочим, объятия нужны не только ребенку, но и взрослому.*

* «Критики» иногда иронизируют: «Что, мне так и считать свои объятия?» Готова их успокоить: считать не обязательно.

Бывает, правда, что дети, особенно подростки, сторонятся объятий. Они скорее посидят прислонившись. Это тоже «ласковое прикосновение» и выполняет ту же роль, что и объятие. Заметим, что такой «телесный контакт» далеко не исчерпывает необходимых знаков любви и принятия. Важны и слова, и тон разговоров, и особенно то, насколько взрослому удастся сохранять с ребенком атмосферу дружелюбия и радости.

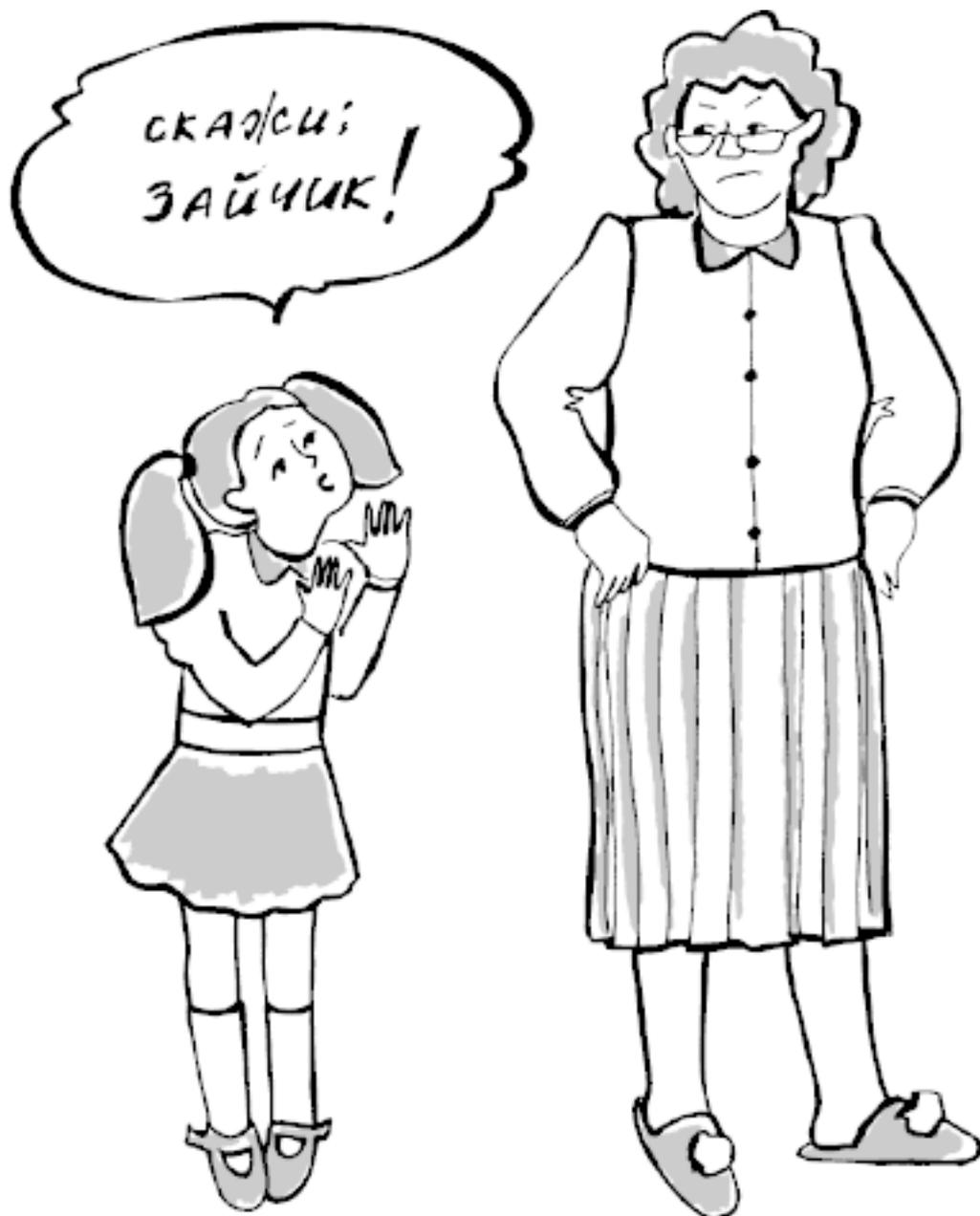
В общении с родителем ребенок не остается пассивным, он **постоянно ищет и даже борется** за хорошее отношение к нему. Особенно это заметно у малышей.



Каждый малыш ждет подтверждений того, что он – **хороший**, что его **любят**, что он уже большой и **может справиться** со сложными, по его мнению, делами. Взглядом и всем своим видом (когда еще не умеет говорить), а потом и прямо словами он постоянно просит: *«Посмотри, что у меня получилось!»*, *«Смотри, что я уже умею!»*. А в двухлетнем возрасте появляется знаменитое *«Я сам!»* – требование признать его самостоятельность!



Иногда родитель в запальчивости бросает маленькому сыну: «*Плохой мальчик!*», на что тот гневно возражает: «*Нет! Я хо-ло-сый!*». Одна знакомая девочка реагировала на сердитое лицо бабушки требованием: «*Скажи зайчик!*». «*Зайчик*» на домашнем языке означал ласковое: «*Ты моя хорошая*», и девочке было очень нужно получать это подтверждение любви, особенно в критические моменты.



Почему ребенок так нуждается в принятии и позитивном отношении родителей?

Дело в том, что с самых первых лет у него начинает складываться одна очень важная психологическая функция – **чувство себя**, или **отношение к себе**.

Представьте себе эпизод: вы встречаете взрослого друга и спрашиваете: «Как дела? Ты в порядке?» – и получаете бодрый ответ: «Все хорошо, со мной все нормально!», а в другом случае слышите хмуро-невнятное: «Да так, не очень, ведь невезучий!». Эти ответы отражают то, как человек себя чувствует в целом. Это некий «общий знаменатель», который делает каждого из нас скорее оптимистом или пессимистом, больше или меньше удовлетворенным собой и своей жизнью. Психологи называют это **самооценкой**. Как же она формируется?



У маленького ребенка нет «внутреннего зрения», он не знает, какой он. О себе он узнает из слов и отношения окружающих, прежде всего родителей.

Если родители его понимают и принимают, терпимо относятся к его «недостаткам», просто его любят, то он вырастает с хорошим отношением к себе. Если же его много критикуют и «воспитывают», самооценка оказывается плохой, можно сказать, ущербной. Он будет считать себя неудачником, никчемным, «никуда не годным»!

Такие переживания прекрасно описал Г.-Х. Андерсен в гениальной сказке «Гадкий утенок». Вспомните, каково было Утенку на птичьем дворе, и к какому заключению о себе он

пришел! Невозможно отделаться от мысли, что Андерсен, детство которого было очень непростым, описывает знакомые ему чувства.

К сожалению, в нашей культуре при воспитании детей гораздо чаще используются то, что можно назвать **условным** принятием. Ребенок получает знаки одобрения, только когда он хорошо себя ведет, хорошо учится и выполняет свои обязанности. Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь... (ленишься, драться, грубить), не начнешь... (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)». В этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают, любят, **«только если...»**. Такое отношение внедряется и в сознание самих детей.

Пятиклассник из Молдовы нам пишет: «А за что тогда любить ребенка? За лень, за невежество, за неуважение к старшим? Извините, но я этого не понимаю! Своих детей я буду любить, только если...».

Причина кроется в твердой вере родителей, что награды и наказания – их главные воспитательные средства. Вот типичная реплика одной мамы.

*«Как же я буду его обнимать, если он еще не выучил уроки? Сначала дисциплина, а потом уже добрые отношения. **Иначе я его испорчу!**».*

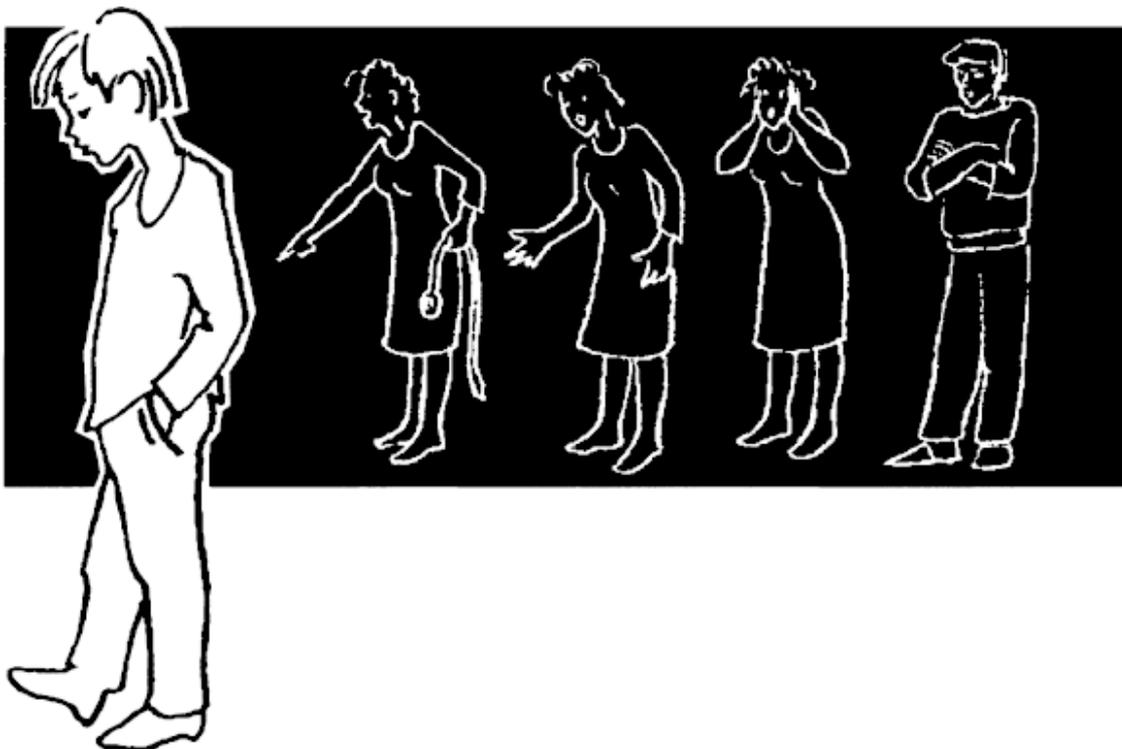
А что из этого получается?

Когда мать встает на путь исправлений и требований, кому из нас не известно, что вероятнее всего сын отреагирует всякими отговорками, оттягиваниями, а если приготовление уроков – старая проблема, то и открытым сопротивлением. Мать из, казалось бы, правильных «педагогических» соображений попадает в заколдованный круг взаимных недовольств и конфликтов. Где же ее ошибка? Ошибка в самом начале:

*Дисциплина должна быть **не до, а после** установления добрых отношений, **и только на базе них.***

А теперь более внимательно присмотримся к детям. Важно помнить, что их душевная копилка работает непрерывно. Чем младше ребенок, тем сильнее и неизгладимее влияние того, что в нее ежедневно «бросает» родитель. К счастью, с маленькими детьми мы более ласковы и внимательны – срабатывает органический инстинкт. Однако по мере взросления ребенка наша «воспитательная струна» начинает звучать все сильнее. И если мы часто выражаем недовольство, допускаем требовательный и сердитый тон, то они приходят к заключению: «Меня не любят!», «Я плохой!» И не стоит рассчитывать на доводы: «Я же о тебе забочусь», «Ради твоей же пользы!» Их дети не слышат! Точнее, они слышат слова, но не их смысл. У них своя, эмоциональная бухгалтерия!

У некоторых детей отрицательный вывод о себе выражается не столько в словах, сколько в появлении эмоциональных проблем и нарушении поведения.



*Мать одной пятилетней девочки, обнаружив у дочери симптомы невроза, обратилась к врачу. В разговоре выяснилось, что однажды дочь спросила: «Мама, а какая самая большая неприятность была у вас с папой до моего рождения?». «Почему ты так спрашиваешь?» – удивилась мать. «Да потому, что **потом** ведь самой большой неприятностью у вас стала я», – ответила девочка.*

Попробуем представить, сколько же десятков, если не сотен раз слышала эта девочка, что она «не такая», «плохая», «всем надоедает», «сущее наказание», прежде чем прийти к подобному заключению. И все пережитое воплотилось в ее неврозе.



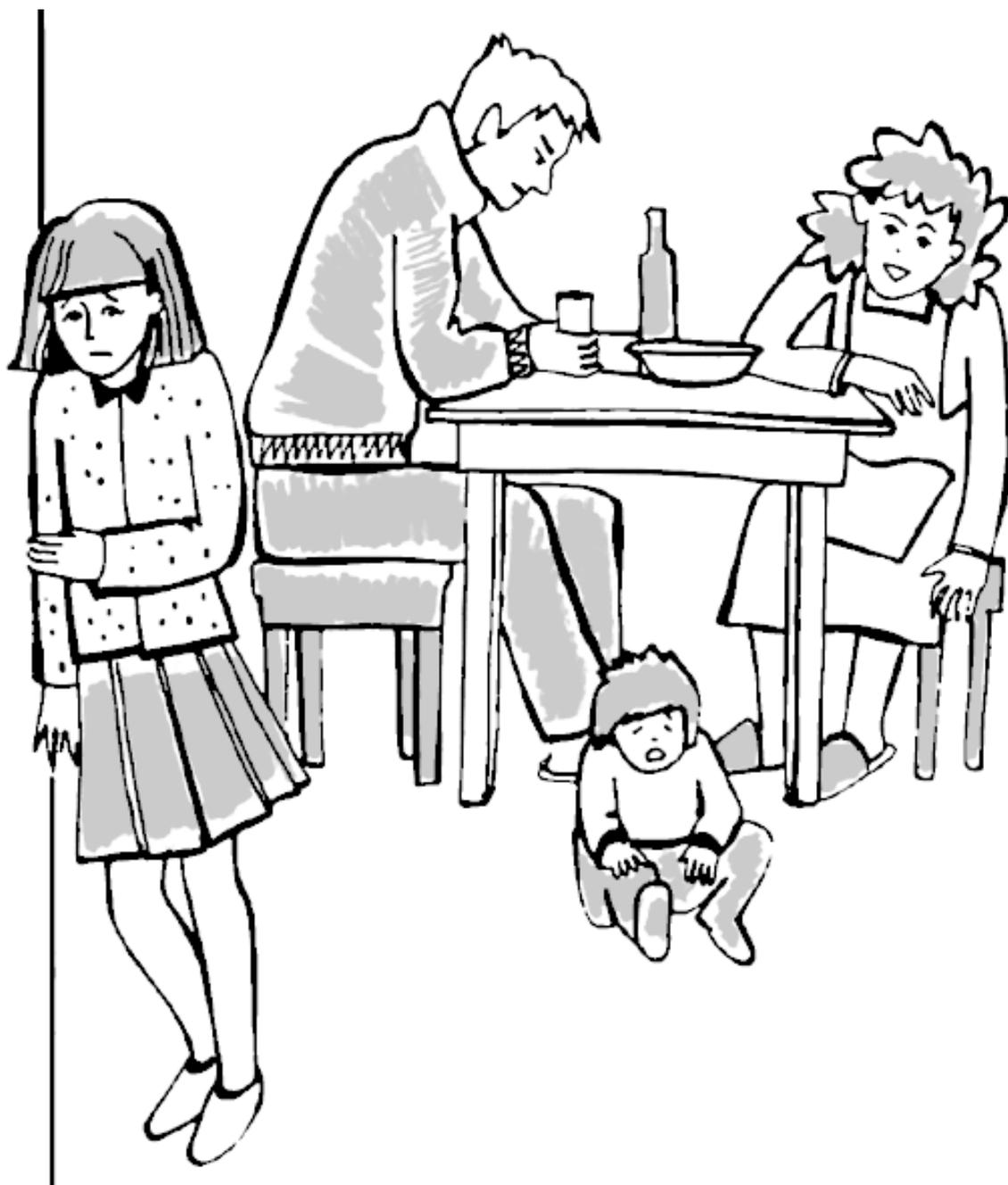
Другой пример, к сожалению, тоже из реальной жизни.

Девочка – подросток 15 лет, отношения с матерью почти разорваны. Проводит дни «по подъездам», неизвестно с кем, неизвестно как.

*В детстве мать довольно круто ее воспитывала, а когда ей было 4–5 лет, стали повторяться такие сцены: девочка подходила к стене и сильно билась об нее головой. На окрик матери: «Что ты делаешь?! Перестань!» – дочка отвечала: «Нет, буду! Я себя наказываю, **потому что плохая!**»*



Эта история потрясает. К пяти годам девочка уже не чувствовала, что она хорошая. Об этом, как мы знаем, могло бы сообщить ей доброжелательное отношение родителей. Однако обстановка в семье была куда хуже: отец пил, денег не хватало, появился второй ребенок... Задержанная мать нередко срывалась на старшей дочери. Стремление девочки быть «хорошей» заставляло ее искать пути само-«исправления». Но она знала только один путь так называемого исправления – **наказание**, и совсем не знала, что этот путь безнадежен!



Регулярное наказание, а тем более **самонаказание** ребенка, только усугубляет его ощущение неблагополучия и несчастья. В результате он в конце концов приходит к ужасному выводу: «Плохой, ну и пусть! И буду плохой!» Это – вызов, за которым скрывается горечь и отчаяние.

Всегда ли мы это отчаяние слышим? Жизнь показывает, что далеко не всегда. Неблагополучного ребенка продолжают наказывать, критиковать, а затем и вовсе отвергать в семье и школе (см. БОКС 001).

Многие дети уже не надеются на улучшение обстановки дома и ищут помощи на стороне. Обращаясь в редакцию газет и журналов («Помогите!», «Что мне делать?», «Не могу дальше так жить!»).

А у родителей не меньше горечи и обид: «Не жизнь, а одно мучение...», «Иду домой как на поле битвы», «По ночам перестала спать – все плачу...».

Почему же все-таки родители ведут себя так «неразумно»?

О главной причине мы уже сказали: это узкий ошибочный взгляд на воспитание как на дрессуру или «выправление» поведения. Но бывают и другие причины неприятия или даже отталкивания ребенка. Иногда родители о них не подозревают, иногда осознают, но стараются заглушить свой внутренний голос. Например, ребенок появился на свет, так сказать, незапланированным. Родители его не ждали, хотели пожить «в свое удовольствие»; вот и теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка. Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые жесты или выражения лица вызывают у нее глухую неприязнь.

«УХОДИ, ТЫ ПЛОХОЙ!»

Как живет в школе детям, которые уже в первых классах получили оценку «хороших» или «плохих», стало предметом одного исследования.

Психолог регулярно посещал уроки в 1–2-х классах обычной московской школы. Он молча сидел на задней парте, объяснив учителю, что наблюдает за поведением детей. В действительности его интересовало, сколько раз и как учитель обращается к «отличникам» и «двоечникам» (для этого в каждом классе было выделено по 3–4 ученика каждой группы).

Цифры оказались поразительными. Каждый «отличник» получал в день в среднем по 23 одобрительных замечания, таких как: «Молодец», «Берите с него пример», «Я знаю, что ты все выучил», «Отлично, как всегда»... и только 1–2 отрицательных замечания.

У «двоечников» все оказалось наоборот: критических замечаний в среднем было по 25 в день («Опять ты!», «Когда же ты наконец!», «Никуда не годится!», «Просто не знаю, что с тобой делать!») и только 0–1 положительных или нейтральных обращений.

Это отношение передавалось детям-соученикам.

Обычно ребята на переменах окружали психолога, охотно с ним беседовали. Они трогательно выражали свое расположение, стараясь подойти как можно ближе, прикоснуться, подержаться за его руки, иногда даже деля между собой его пальцы. Когда же к этому плотному кольцу детей приближался «двоечник», ребята его прогоняли: «Уходи, тебе сюда нельзя! Ты плохой!»

Представьте себя на месте такого ребенка – по 25 раз в день вы слышите только критику в свой адрес от авторитетных и уважаемых людей, и так изо дня в день, из месяца в месяц, из года в год! А в промежутках вас отталкивают ваши же сверстники или сослуживцы. Что с вами станет? Как вы сможете выжить?

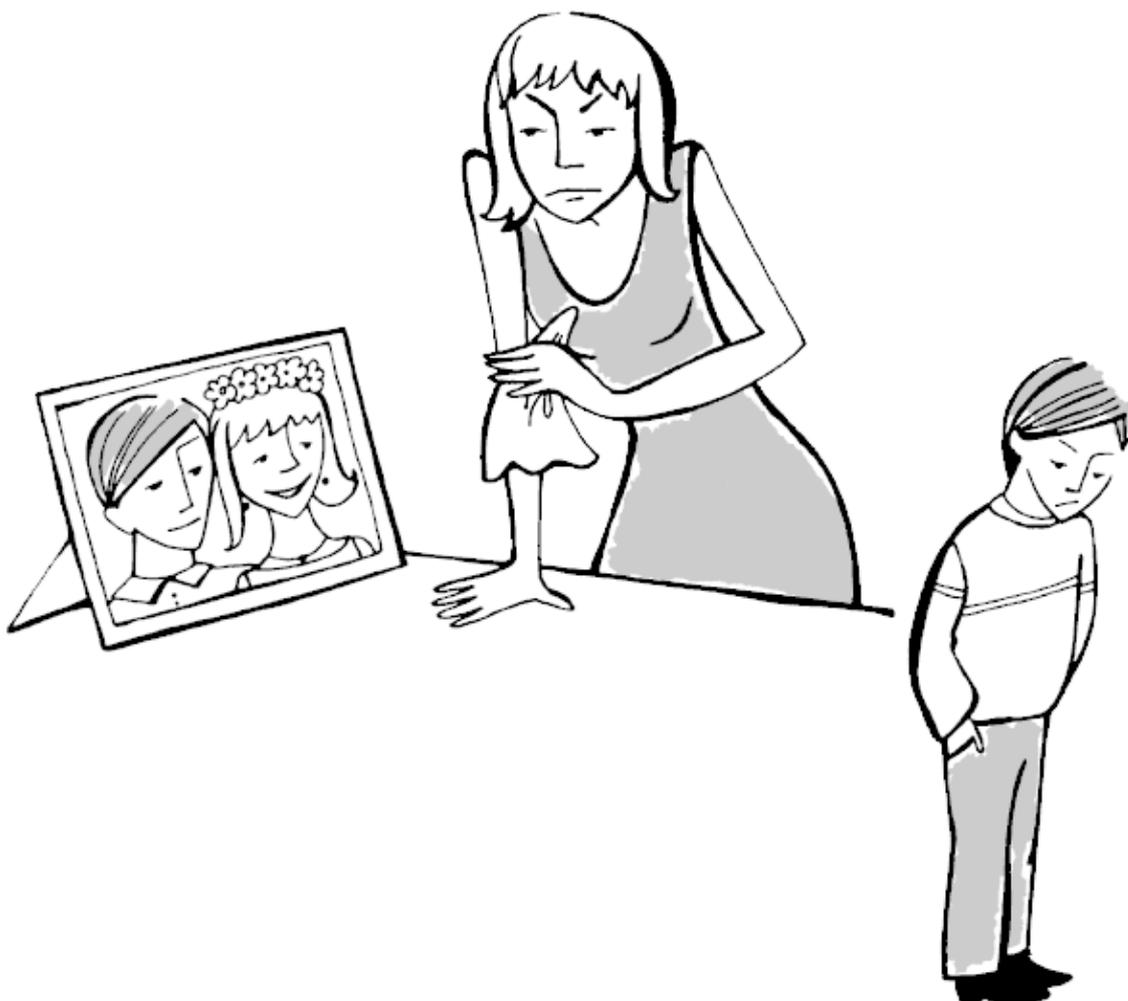
Как «выживают» дети, стало ясно, когда исследование было продолжено в колонии для несовершеннолетних правонарушителей. Оказалось, что из всех подростков, помещенных в колонию, 98 % не принимались сверстниками и учителями, начиная с первых классов школы!

(По материалам диссертационной работы Гинтаса Валицкаса)



Скрытая причина может стоять и за желанием компенсировать свою жизненную неудачу или доказать супругу и всем домашним «тяжесть бремени», которое приходится нести – воспитывать «этого ужасного ребенка!».

Какая бы причина ни была, согласитесь, она не стоит разрушения жизни, вашей и вашего ребенка. Даже если дело дошло до крайностей, еще не все потеряно: **родители способны вернуть мир в семью.** Но для этого надо начинать с себя. Почему с себя?



Потому что у взрослого больше знаний, способность понять и контролировать свое поведение, больше жизненного опыта. Наконец, у вас есть желание искать, как жить иначе – об этом говорит, ваше обращение к книгам, в частности и к этой. Надеюсь, во всех следующих главах вы будете находить если не советы, то направления ваших новых успешных действий.

Подведем итоги:

Наши первые шаги на пути согласия с ребенком – его безусловное принятие. Оно не очень просто, потому что предполагает определенное поведение родителя, не во всем привычное.

На самом деле, способов показать ребенку, что вы безусловно его принимаете, очень много. Мы описали наиболее простые и очевидные. Это, прежде, всего, доброжелательные слова, знаки внимания, объятия. Они естественны, когда все хорошо – и ваш ребенок вас радуется. Однако они трудны, когда ребенок, например, капризничает. Тогда вам на помощь может прийти терпение и терпимость, а главное – понимание причин этих капризов.

Когда ребенок чувствует, что родитель понимает причину его «плохого» поведения, чувство принятия переживается им глубже, чем просто приветливые слова.

То же благодарное чувство ребенок испытывает, если вы находите для него время поиграть или поговорить с ним. Он чувствует, что вы понимаете его потребность в вас!

Ребенок чувствует, что вы его принимаете, если позволяете ему быть не таким, как вы или ваш любимый «герой», иметь другие черты характера, любить не такую музыку или носить одежду, которая ему нравится, а вам нет.

Взрослеющие дети ждут от нас более сложного понимания по более сложным поводам.

Мы не будем дальше углубляться, так как разные пути жизни в согласии с детьми мы будем разбирать в последующих главах книги. Здесь же мы хотели дать первое **представление о безусловном принятии ребенка**, и объяснить его **абсолютную и безусловную важность!**

В заключение несколько рекомендаций:

1. Говорите ребенку чаще: «Ты мне дорог», «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе...», «У тебя все будет хорошо!»

2. Обнимайте его не менее четырех раз в день, а лучше по восемь раз в день.

3. Находите для него время – с ним поиграть, почитать, просто побыть вместе.

4. Иногда беседуйте «по душам» – при этом делитесь своими переживаниями, мыслями.

И многое другое, что подскажут вам интуиция и любовь, незамутненные огорчениями, которые хоть и случаются, но ей-богу, вполне преодолимы!

Удачи вам и душевного благополучия!

А он действительно хороший, ваш ребенок!

Домашние задания

Задание первое

Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка. Для этого в течение дня (а лучше двух-трех дней) постарайтесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько – с отрицательными (упреком, замечанием, критикой). Если количество отрицательных обращений равно или перевешивает число положительных, то с общением у вас не все благополучно.



Задание второе

Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок? А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок. Вот он приходит домой из школы, и вы показываете, что рады его видеть. Представили? Теперь вам легче будет сделать это на самом деле, до всяких других слов и вопросов. Хорошо, если вы продолжите эту встречу в том же духе в течение еще нескольких минут. Не бойтесь «испортить» его в течение этих минут, это совершенно немыслимо.



Задание третье

Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные утренние приветствия и поцелуй на ночь не считаются). Примечание: Неплохо то же делать и по отношению ко взрослым членам семьи.

Задание четвертое

Выполняя два предыдущих задания, обратите внимание на реакции ребенка, да и на свои собственные чувства тоже.

Вопросы родителей

«Если я принимаю ребенка, значит ли это, что я не должна никогда на него сердиться?»

ОТВЕТ: Нет, не значит. Скрывать и тем более копить свои негативные чувства ни в коем случае нельзя. Их надо выражать, но выражать особым образом:

- Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.
- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они ни были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания и с ними надо разбираться.
- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.

Глава 3. Воспитываем осторожно!



Какой родитель не мечтает вырастить живого, активного и деятельного ребенка. Хотим вас обрадовать: ваш ребенок, как и все дети, **от рождения** такой!

Посмотрим на трехмесячного малыша. Он еще почти ничего не может делать, например, схватить рукой игрушку, но уже давно активен. Как хорошо знают детские психологи, с первых дней он «изучает мир». В первые год, два природная **любопытность** ребенка интенсивно развивается. Ему все интересно! Тянет в рот, подбирает, пробует «на зуб», хватает, кидает – что будет, – залезает, заглядывает, смотрит. Вот на дороге попадаются всякие листики, стеклышки, камешки – останавливается, подбирает, долго рассматривает. Вокруг бегают дети, лают собаки, тархтят машины – оглядывается, застывает, изучает.



Вместе с любознательностью дети поражают необыкновенной **настойчивостью**. Стоит посмотреть, как ребенок упорно трудится в одиночку, осваивая какое-нибудь новое движение: ошибается, снова пробует, повторяет десятки раз, пока не добьется результата.

Рассказывает мать годовалого малыша.

*«Я сидела на диване, а мой сын стоял в нескольких метрах от меня, держась за кресло. Он только начинал ходить. Стоять и передвигаться по стенке он уже мог, но когда отпускал руку, то терял равновесие и падал. Он явно хотел перебраться ко мне, и я его ласково звала. По всему было видно, что он хотел до меня **дойти!** Он отрывался от кресла, делал несколько шагов и шлепался на мягкое место. Вставал на четвереньки, полз... **но не ко мне, а назад к креслу!** Там он поднимался на ноги и опять пробовал идти ко мне. Снова шлепался, снова отползал назад. Повторял он это много раз! Наконец, все-таки дошел до меня, качаясь **и сияя от восторга!** Он явно переживал триумф, а я испытала вместе с ним не только радость, но и гордость. Знаете, я почувствовала, что ведь он – **личность!**»*

Хочется присоединиться к эмоциональному выводу матери.

Да, в любознательности, настойчивости и упорстве маленьких детей уже видно стремление к **саморазвитию и самосовершенствованию**, которое продолжается во взрослой жизни личности.

Это природный дар наших детей!

Как же родителю вести себя перед лицом этого дара?

Ответ поначалу может показаться странным: в мудрых рекомендациях мы находим частичку «НЕ»: **не вмешиваться, не мешать, не заглушать!** А в положительном ответе – слова **поддерживать, уважать, оберегать!**

Кратко это означает: **предоставлять свободу ребенку!**

И здесь, как и с безусловным принятием, – снова серьезное поле работы родителей со своими «рефлексами» и установками.

Посмотрим, как это происходит.

Довольно обычная картина: малыш увлеченно возится с мозаикой. Получается у него не все как надо. Мозаинки рассыпаются, перемешиваются, не сразу вставляются, да и цветочек получается «не такой». **Вам хочется вмешаться**, научить, показать. И вот вы не выдерживаете: «Подожди, – говорите вы, – **надо не так, а вот так**». Но ребенок недовольно отвечает: «Не надо, я сам».

А вот – ребенок постарше. Часами простаивает у раковины, смотрит, как вода льется в чашку, кричит маме: «Посмотри, какие брызги, пузырьки, фонтанчики!». А то сядет в ванне и смотрит, как из крана капает вода – ему и это очень интересно. **«Ну, сколько можно!» – возмущается мама.**

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.