

Росс Кэмпбелл



Как по-настоящему любить своего ребенка



Росс Кэмпбелл

Как по-настоящему любить своего ребенка

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2447315

*Как по-настоящему любить своего ребенка: Пер. с англ: Мирт; Санкт-Петербург; 2004
ISBN 5-88869-182-8*

Аннотация

Перед вами одна из тех книг, о которых мечтают многие родители, жаждущие теплых, доверительных отношений со своими детьми. Эта книга о любви – любви искренней, без всяких условий, способной сотворить чудо с вашим ребенком.

Она ориентирована на родителей, чьи дети еще не достигли подросткового возраста. Ее назначение – показать мамам и папам понятный и практически полезный путь к решению удивительной, хотя и трудной задачи, – задачи воспитания ребенка.

Содержание

Предисловие к русскому изданию	5
От автора	7
Глава 1	8
Глава 2	14
Глава 3	20
Глава 4	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Росс Кэмпбелл

Как по-настоящему любить своего ребенка

Одна из самых больших и грозных бед нашего времени – это разрушение семейного уклада. В семье – человек дома, бездомный человек лишается своего места в мире. Можно ли возродить семью? Как жить в семье, которая уже почти и не семья, а какое-то преддверие ада? Как воспитать детей достойными людьми? Может ли семейная, да и вообще жизнь, быть полноценной, если нет в ее основе любви или даже простого уважения к другому человеку? Вопросам числа нет, и в этих вопросах часто звучит отчаяние. Недостаточно просто дать ответы на них, надо помочь людям выработать продуманную линию жизненного поведения. Сейчас и незамедлительно. Не только мы задумываемся над этими вопросами, не только перед нами они стоят. И в зарубежном опыте можно найти немало дельного и полезного. Возрождая родные отечественные традиции, не стоит игнорировать то, что написано христианами Запада. Особенно если вспомнить, до какой скудости и убогости были доведены у нас рассуждения о семье в недавнем прошлом. У всех народов были свои Павлики Морозовы, но не все, слава Богу, возводили им памятники.

Думается, что книга д-ра Кэмпбелла может оказаться полезной и для православных христиан.

Ответственный секретарь Отдела религиозного образования и катехизации Московского Патриархата /В. Л. Шленов/

Предисловие к русскому изданию

Перед вами одна из тех книг, о которых мечтают многие родители, жаждущие теплых, доверительных отношений со своими детьми. Эта книга – о любви, любви искренней, без всяких условий, способной сотворить чудо с вашим ребенком.

Автор книги Росс Кэмпбелл, известный психиатр и глубоко верующий человек, пишет: «Считается, что родители естественно выражают, передают свою любовь ребенку. Это величайшее заблуждение на сегодняшний день! Большинство родителей не проявляют свою любовь, спрятанную в их сердцах, главным образом потому, что они не знают, как это сделать. Следовательно, многие дети сегодня не чувствуют, что их искренне, безусловно, безоговорочно любят и принимают такими, какие они есть. <...> Если у родителей нет с ребенком отношений, основанных на любви, все остальное (дисциплина, взаимоотношения со сверстниками, успехи в школе) строится на неверной основе и тогда неизбежно возникают проблемы».

В этой книге не только предлагается целостный подход к вопросам воспитания, но и дается информация, «которая поможет родителям принимать верное решение в каждой конкретной ситуации».

Прежде чем перейти непосредственно к проблемам воспитания ребенка, Росс Кэмпбелл счел необходимым поговорить о супружеских отношениях. Он считает, что эти отношения важнее даже отношений родителей с детьми, потому что это та психологическая и эмоциональная основа, которая, в случае правильной ориентации, способствует развитию у ребенка лучших природных качеств, а в противном случае, может исказить или даже изуродовать личность маленького человека.

Читая эту книгу, вы узнаете, как передать свою любовь ребенку. Автор выделяет три важнейших аспекта в общении с детьми, способствующих заполнению их «эмоциональных емкостей»: зрительный и физический контакты и безраздельное внимание.

На протяжении всей книги Росс Кэмпбелл постоянно напоминает читателям, что взаимоотношения с ребенком должны строиться на любви. Но, оказывается, любовь может принимать и неподобающие формы; речь идет о собственнической, амбициозной, соблазняющей любви и о полной перемене ролей. И здесь автор не ограничивается лишь теоретическими рассуждениями; его задача – показать практический выход из каждой конкретной ситуации, о которой он пишет.

И конечно же, речь обязательно пойдет о дисциплине. Переходя к этой теме, Росс Кэмпбелл высказывает свои опасения, он боится быть неверно понятым, «потому что многие родители читают книги, подобные этой, только для того, чтобы извлечь информацию, которая им нужна для оправдания уже сложившихся у них представлений о принципах воспитания». Он пишет: «Я боюсь, что родители используют на практике лишь одну эту главу и совершенно упустят тот факт, что к наказанию надо прибегать только в крайних случаях».

Надо сказать, что Росс Кэмпбелл рассчитывает на мудрых родителей, которые действительно думают о благе своих детей. Он предлагает приучать ребенка к дисциплине «позитивными методами, такими, как руководство, пример, образец, инструкция».

В последней главе автор обращается к теме, которую не принимают в расчет люди, воспитанные в атеистических традициях; глава называется «Духовная помощь ребенку». Многие, в лучшем случае, подменяют духовное воспитание эстетическим, приучая детей к музыке, живописи и т. д., что само по себе весьма полезно, но не способно удовлетворить духовные запросы ребенка.

Прочитав эту книгу, вы увидите, что о сложнейших проблемах воспитания Росс Кэмпбелл говорит просто и очень понятно. Если вы с доверием отнесетесь к его советам, успешно

примените их на практике, то ваш ребенок станет счастливым, отзывчивым, с радостью будет откликаться на все ваши просьбы, а в дальнейшем с уважением отнесется к вашей жизненной позиции и унаследует ваши нравственные и духовные ценности.

От автора

Эта книга ориентирована на родителей, чьи дети еще не достигли подросткового возраста. Ее назначение – показать мамам и папам понятный и практически полезный путь к решению удивительной, хотя и трудной задачи, – воспитанию ребенка.

Я попытался изложить свою идею по возможности ясно и основательно. Главное в воспитании – это выяснение потребностей ребенка и поиск путей к их удовлетворению.

Воспитание ребенка – сложный процесс, большинство родителей сегодня испытывают серьезные затруднения и не в силах справиться с огромным количеством проблем. К сожалению, лавина книг, статей, лекций и семинаров, посвященных детям, скорее привели в смятение родителей, нежели помогли им. А жаль, так как большинство источников просто великолепно.

Я полагаю, проблема в том, что многие из них касались лишь одного или чаще всего небольшого круга очень частных вопросов, не охватывая предмет целиком или не указывая конкретно ту специфическую область, которую они затрагивают. В результате чего многие добросовестные родители, честно пытаясь применить полученную информацию, используя ее в качестве основополагающего метода, часто терпят неудачу. И неудача обычно происходит не из-за ошибочности услышанной или прочитанной информации и даже не вследствие неправильного ее применения. Я обнаружил, что огромное количество проблем возникает потому, что родители не имеют общей сбалансированной перспективы по вопросу, как строить отношения с ребенком. Большинство родителей, по существу, владеют основной информацией, но происходит путаница в вопросах, когда, как, какой принцип и при каких обстоятельствах применять. Эта путаница понятна. Многие учат родителей, что делать, а не когда и как делать.

Классический пример – вопрос о дисциплине. Отличные книги и семинары по проблемам детского возраста посвящались этому вопросу, но при этом всегда забывали пояснить, что дисциплина – это только один из аспектов общения с ребенком. Вследствие этого многие родители делают заключение, что дисциплина – это первый и основной способ воспитания. Эту ошибку легко совершить, особенно когда слышишь такое заявление: «Если любите своего ребенка, вы должны приучать его к дисциплине». Это утверждение, конечно, справедливо, но трагедия в том, что для многих родителей дисциплина становится самоцелью, и они проявляют слишком мало любви, которая могла бы принести ребенку утешение. Поэтому большинство детей сомневаются, что их любят искренне и независимо ни от каких обстоятельств.

Итак, вопрос не в том, нужно ли следить за дисциплиной, а проблема в том, как показать свою любовь к детям, приучая их к дисциплине, и показать ее наиболее деликатным способом.

Я постараюсь поговорить об этих проблемах просто и понятно, чтобы продемонстрировать, как в целом надо подходить к воспитанию ребенка. К тому же я надеюсь дать информацию, которая поможет родителям принимать верное решение в каждой конкретной ситуации. Конечно, правильно овладеть каждой ситуацией невозможно, однако чем ближе мы к идеалу, тем лучшими родителями мы становимся, тем больше удовлетворения получаем сами и тем счастливее наши дети.

Значительная часть этой книги содержит информацию, взятую из серии лекций, прочитанных мною за последние три года на многочисленных конференциях по вопросам взаимоотношений родителей с детьми.

Глава 1

Главная проблема

«Он был таким хорошим мальчиком, так хорошо вел себя, – печально начали свою горькую историю в моем кабинете Эстер и Джим Смит. – Он выглядел довольным и никогда не причинял нам неприятностей. Мы следили, чтобы он развивался правильно, – бойскауты, бейсбол, церковь и прочее. Правда, он всегда воевал со своими братом и сестрой, но это всего лишь соперничество между детьми, не правда ли? Помимо этого, Том никогда не доставлял нам хлопот. Он иногда бывал не в настроении, надолго уходил в свою комнату. Но никогда не проявлял неуважения или непослушания и не препирался. Его отец следил за этим: уж чего-чего, а дисциплины ему хватало. Для нас это самый поразительный факт: как может такой дисциплинированный ребенок носиться по округе с разболтанными сверстниками и делать то же самое, что и они? Они даже лгут, воруют и употребляют алкоголь. Мы не можем доверять сыну. Не можем говорить с ним, и он не говорит с нами, он такой угрюмый и тихий! Он даже не смотрит на нас. Похоже, что он вообще не хочет иметь с нами дела. И он так плохо успевает в школе в этом году!»

«Когда вы заметили перемены в Томе?» – спросил я.

«Дайте припомнить, – ответил Джим Смит, – сейчас ему 14, его оценки были первой проблемой, на которую мы обратили внимание около двух лет назад. В последние месяцы шестого класса мы заметили, что ему надоела школа, а потом и все остальное. Он перестал ходить в церковь. Позднее Том даже потерял интерес к друзьям и проводил все больше времени в одиночестве, обычно в своей комнате, он говорил все меньше и ел все меньше.

Но все стало гораздо хуже, когда он перешел в среднюю школу. Том потерял интерес к своим любимым занятиям, даже к спорту. Именно тогда он совершенно забросил своих старых надежных друзей и начал носиться с мальчишками, которые вечно имели неприятности. Взгляды Тома изменились и приблизились к их взглядам. Он мало придавал значения оценкам и перестал заниматься. Эти друзья часто вовлекали его в неприятные истории.

Уж мы все испробовали. Сначала мы шлепали его. Затем лишили его привилегий: смотреть телевизор, кино и т. д. Однажды мы лишили его всех удовольствий на целый месяц. Мы попробовали поощрять его за хорошее поведение. Я полагаю, мы попробовали все рекомендации, которые когда-либо слышали или читали. Уж не знаю, может ли кто-нибудь помочь нам или Тому?

Что мы делали неправильно? Разве мы плохие родители? Господь свидетель, мы старались изо всех сил. Может быть, это врожденное что-то, унаследованное Томом? Может быть, это связано с его физическим состоянием? Но наш педиатр обследовал его пару недель назад. Может, нам свести его к эндокринологу? Может быть, ему нужно более серьезное обследование? Нам необходима помощь. Мы любим нашего мальчика, доктор Кэмпбелл. Что нам сделать, чтобы помочь ему? Что-то надо делать...»

Позже, когда мистер и миссис Смит вышли, в кабинет вошел Том. На меня произвели приятное впечатление его поведение и привлекательная наружность. Его взгляд был устремлен вниз, и если наши глаза встречались, то лишь на краткий миг. Будучи, очевидно, умным мальчиком, Том тем не менее объяснялся короткими, резкими фразами и хмыканьем. Однако вскоре Том достаточно освоился и, делясь своей историей, воспроизвел буквально тот же фактический материал, что и его родители.

Продолжая, он сказал:

– На самом деле, никому, кроме моих друзей, до меня нет дела.

– Никому? – переспросил я.

– Может быть, родителям, я не знаю... Наверное, они беспокоились обо мне, когда я был маленьким. Как бы то ни было, сейчас это не имеет значения. Все, что их в действительности занимает, – это их собственные друзья, работа, занятия и вещи. Им незачем знать, чем я занимаюсь. Это не их дело. Я только хочу быть подальше от них и вести свою собственную жизнь. Зачем им так беспокоиться обо мне? Они никогда не беспокоились раньше.

По ходу разговора стало ясно, что Том впал в депрессию от постоянного ощущения неудовлетворенности самим собой и своей жизнью. Том, с тех пор как он себя помнит, всегда жаждал близких, теплых отношений с родителями, но в течение последних месяцев он постепенно отказался от своей мечты. Он ушел к сверстникам, которые приняли его, но его неудовлетворенность еще больше усилилась.

Вот обычная, но трагическая ситуация сегодняшнего дня. Перед нами – приближающийся к подростковому возрасту мальчик, который был вполне благополучным в ранние годы. До 12–14 лет никто и не догадывался, что Том несчастлив. В те годы он был всем удовлетворен и мало что требовал от своих родителей, учителей и кого бы то ни было. Поэтому никто не подозревал, что Том не чувствовал себя любимым и не был уверен, что его принимают в расчет. Несмотря на то что родители сильно любили его и заботились о нем, Том не чувствовал искренней любви. Конечно, Том знал о любви родителей и их заботах о нем и никогда бы не стал этого отрицать. Тем не менее ни с чем не сравнимое эмоциональное состояние, когда можно чувствовать себя безоглядно любимым и безусловно принимаемым, Тому было не знакомо.

Это весьма трудно понять, потому что родители Тома – действительно хорошие родители. Они любят его и заботятся о нем, как можно лучше сообразуясь с имеющимися у них познаниями. При воспитании Тома мистер и миссис Смит применяли услышанное и прочитанное и искали совета у других. И их брак определенно выше среднего уровня. Они действительно любят и уважают друг друга.

ЗНАКОМАЯ ИСТОРИЯ

Большинство родителей сталкиваются с большими трудностями при воспитании детей. Учитывая давление и напряжение, которые каждый день испытывает американская семья, легко потерять веру в свои силы. Рост числа разводов, экономический кризис, падение качества образования и потеря веры в руководство – все вносит эмоциональный вклад в каждого. По мере того как родители чувствуют себя все более истощенными физически, эмоционально и духовно, становится невыносимо трудно воспитывать ребенка. Я убежден, что на ребенка ложится тяжелейшая часть этих трудностей. Ребенок – наиболее нуждающийся человек нашего общества, и больше всего он нуждается в любви.

История Тома знакома сегодня многим. Родители Тома глубоко любят его. Они старались изо всех сил, что-то упустили и... Вы заметили, что это было? Нет, не любовь, родители любят его. Основная проблема в том, что Том не чувствует любви. Надо ли винить родителей? Есть ли тут их вина? Я не думаю. Суть в том, что супруги Смит всегда любили Тома, но никогда не знали, как это показать. Как и у большинства родителей, у них смутное представление о том, что нужно ребенку: Еда, кров, одежда, образование, любовь, советы и т. д. – все эти потребности были удовлетворены, за исключением любви, любви без всяких условий. Хотя любовь в глубине души испытывают почти все родители, сложность состоит в том, чтобы выразить эту любовь.

Я верю, что, несмотря на сложности сегодняшнего дня, родители, которые искренне желают дать ребенку все необходимое, могут этому научиться. Для того чтобы сделать все возможное для ребенка в то короткое время, что они бывают вместе, все родители должны знать, как в действительности нужно любить своего ребенка.

КАКАЯ ФОРМА НАКАЗАНИЯ НАИБОЛЕЕ УМЕСТНА?

«Я помню случай, когда мне было 6 или 7 лет. Даже сейчас мысли об этом портят мне настроение, а иногда даже приводят в бешенство, – продолжил Том через несколько дней. – Играя в бейсбол, я случайно разбил окно. Я был в ужасе от этого и прятался в лесу пока мама не нашла меня. Я чувствовал себя таким виноватым, мне было ужасно стыдно. Когда отец пришел домой, мама рассказала ему об окне, и он выпорол меня». На глазах Тома выступили слезы.

Я спросил: «Ты объяснил ему что-нибудь?»

Он хмыкнул: «Нет».

Этот случай касается другой запутанной области воспитания – наказания. В этом примере способ наказания Тома вызвал у него чувства боли, злости и обиды по отношению к родителям, которые он никогда не забудет и не простит им без посторонней помощи.

Спустя 7 лет Тому все еще больно вспоминать об этом. Почему именно этот случай так болезненно запечатлелся в памяти Тома? Были ведь и другие случаи, когда его шлепали, и он принимал это как должное. Может, это потому, что он почувствовал свою вину и раскаялся в том, что разбил окно? Разве не достаточно он уже выстрадал и без физической боли? Может, порка убедила Тома, что родители не понимают его чисто по-человечески или равнодушны к его чувствам? Может, Тому нужно было родительское тепло и понимание в этот момент, а не грубое наказание? Если это так, как могли узнать об этом родители Тома? И какая форма наказания была бы наиболее подходящей в данном случае?

Что вы думаете об этом, дорогие родители? Нужно ли придерживаться определенной линии поведения в процессе воспитания? Должны ли мы проявлять твердость? И в какой мере? Следует ли применять наказание всякий раз, когда ребенок ведет себя плохо? Если да, то должно ли оно всегда быть одинаковым? Если нет, то в чем альтернатива? Что такое наказание? Действительно ли дисциплина и наказание неразрывно связаны? Следует ли нам всем пройти одну школу, скажем, «школу эффективного обучения родителей», и следовать ее целям? Или нам нужно обращаться к собственному здравому смыслу и интуиции? Или всего понемногу? Тогда в каком количестве? Когда?

Вот вопросы, которые одолевают сегодня всех сознательных родителей. Нас бомбардируют книгами, статьями, семинарами и институтами по воспитанию детей. Подходы самые различные: от выкручивания уха ребенку до поощрения конфетой.

Короче говоря, как могут родители совладать с ситуацией так, чтобы, с одной стороны, приучать Тома к дисциплине и, с другой стороны, сохранить его любовь и теплые отношения с ним? Мы обратимся к этому сложному предмету позже.

Я полагаю, все родители согласятся, что воспитывать ребенка сегодня очень сложно. Одна из причин в том, что ребенок много времени находится под контролем и влиянием посторонних, например, школы, церкви, соседей, сверстников. Именно поэтому многие родители испытывают чувство, что все их усилия напрасны и что они оказывают слабое воздействие на своего ребенка.

ВЕРНО ПРОТИВОПОЛОЖНОЕ

На самом деле все исследования, которые я читал, показывают, что влияние дома оказывается решающим во всех случаях. Влияние родителей сильно перевешивает все остальное. Дом держит первенство по влиянию на ребенка: счастлив ли он, чувствует ли безопасность и надежность своего положения; как он ладит со взрослыми, со сверстниками и

другими; насколько он эмоционален или равнодушен; как он ведет себя в незнакомой ситуации. Да, дом, несмотря на многое, что отвлекает ребенка, имеет огромное влияние на него.

Но дом не единственное, что определяет будущее ребенка. Не следует делать ошибку, целиком возлагая ответственность на семью за каждую проблему или разочарование. Во имя справедливости и чтобы быть более объективным, я полагаю, нам следует обратить внимание на второй по значению фактор, который оказывает влияние на ребенка.

ВРОЖДЕННЫЙ ТЕМПЕРАМЕНТ

В действительности существует много типов врожденного поведения. Идентифицировано девять составляющих. Исследование было проведено Стеллой Чесс и Александром Томасом. Данные приведены в их книге «Темперамент и нарушение поведения у детей» («Temperament and Behavior Disorder in Children»).

Эту книгу причислили к классике, и она действительно внесла огромный вклад в мировую науку о поведении. В ней подробно объясняется, почему дети имеют те или иные индивидуальные характеристики. Она помогает понять, почему одних детей легче воспитывать, чем других; почему одни дети вызывают больше любви или более управляемы; почему дети, выросшие в одной семье или в сходных условиях, могут быть такими разными.

И что самое ценное – доктора Чесс и Томас показали, что ребенок формируется не только под влиянием домашнего окружения, но и собственными личностными особенностями. Это привело к поразительным результатам, так как смягчило несправедливые обвинения в адрес родителей, имеющих «трудных» детей. К сожалению, многие (включая и профессионалов) полагают, что родители полностью виноваты во всем, что касается их ребенка. Исследования Чесс и Томаса доказали, что одни дети более склонны к осложнениям, чем другие.

Давайте вкратце рассмотрим результаты этих исследований. В книге описаны девять слагаемых темперамента, которые можно идентифицировать уже у новорожденных. Эти врожденные составляющие имеют тенденцию сохраняться в дальнейшем. Характеристики могут модифицироваться окружением ребенка, однако темперамент глубоко вплетается в индивидуальность, нелегко изменяется и может сохраняться всю жизнь. Обратимся к составляющим темперамента:

1. Уровень активности. Это степень двигательной активности, которой ребенок обладает от рождения.

2. Ритмичность (регулярность по отношению к нерегулярности). Предсказуемость таких функций, как голод, режим питания, очищение организма и цикл сна-бодрствования.

3. Приближение или отстранение. Естественные детские реакции на новые стимулы, такие, как незнакомая еда, игрушки, люди.

4. Адаптация. Скорость и легкость, с которой поведение может быть изменено в ответ на изменение внешних условий.

5. Интенсивность реакций. Количество энергии, использованной на выражение настроения.

6. Порог реакции. Уровень интенсивности стимула, необходимого для получения отклика.

7. Качество настроения (положительные реакции по отношению к отрицательным). Игривость, удовольствие, веселость, дружелюбие в противоположность неудовольствию, плачу, недружелюбному поведению.

8. Рассеянность. Степень влияния внешнего окружения на способность концентрировать внимание.

9. Внимательность и настойчивость. Продолжительность активной деятельности ребенка и способность сохранять активность при наличии препятствий.

Как вы, возможно, заметили, 3-е, 4-е, 5-е и 7-е слагаемые темперамента являются наиболее решающими при определении, легко или трудно будет воспитывать ребенка и заботиться о нем.

Ребенок с высоким уровнем реакций (эмоциональный), ребенок, который предпочитает избегать новых ситуаций, ребенок, которому трудно приспособиться к новым ситуациям (не переносит перемен) или ребенок, который часто пребывает в плохом настроении, чрезвычайно подвержен стрессам, особенно если у родителей большие ожидания. И, к сожалению, именно эти дети, как правило, получают меньше любви и ласки от взрослых.

Отсюда ясно, что ориентируясь на основные характеристики ребенка, необходимо решать, какой тип воспитания ему подходит.

При помощи этих девяти составляющих темперамента Чесс и Томас предложили многочисленные формулы для оценки новорожденного. По этим данным они в состоянии предсказать, какие дети будут «легкими», т. е. легкими во взаимоотношениях, за которыми нетрудно будет ухаживать и несложно (относительно, конечно) воспитывать. Дети, за которыми трудно ухаживать, с которыми трудно общаться и воспитывать, были названы «трудными» детьми. Они требуют от матери большего напряжения, нежели «легкие» дети.

Затем Чесс и Томас сравнили, как дети развиваются в зависимости от типа общения с матерью. Чесс и Томас изучали детей, у которых были «ласковые» матери (матери, которые хотели, чтобы их дети росли в атмосфере любви, и создавали такую атмосферу, где дети чувствовали себя уютно), изучали «неласковых» мам, которые сознательно и бессознательно отторгали своих детей или были неспособны создать им атмосферу, где дети чувствовали бы себя любимыми и удовлетворенными.

Таблица суммирует эти наблюдения:

	«Ласковые» мамы		«Неласковые» мамы	
«Легкие» дети	+	+	+	-
«Трудные» дети	+	-	-	-

Как видите, «легкие» дети и «ласковые» мамы дают прекрасную комбинацию. Эти дети хорошо развивались и практически без негативных последствий. «Ласковые» мамы с «трудными» детьми имели некоторые проблемы, но эти ситуации в подавляющем большинстве случаев были позитивными. В итоге, в атмосфере любви, созданной их матерями, эти дети росли благополучно.

«Легкие» дети, у которых «неласковые» мамы, как правило, были не так благополучны. Они имели больше трудностей, чем «трудные» дети с «ласковыми» мамами. Их опыт был чаще отрицательным, чем положительным.

Как вы уже, вероятно, поняли, «трудные» дети с «неласковыми» мамами давали наиболее неблагоприятную комбинацию.

Эти бедные дети были поставлены в тяжелые условия, их называли детьми «группы риска». Ситуация с такими детьми поистине душераздирающая. Они находятся под постоянной угрозой издевательств или предоставлены сами себе. Это, действительно, дети, подверженные риску.

Итак, если связать все эти факты воедино, можно выявить весьма существенные явления. Во-первых, существование ребенка в этом мире зависит не только от его окружения

и родителей. Основные врожденные характеристики сильно влияют на процесс развития и взросления.

Эти черты также влияют, а часто и определяют то, насколько трудно или легко будет ухаживать за ребенком и сколько расстройств принесет он своим родителям. А это в свою очередь влияет на родительское отношение к ребенку. Здесь имеется двусторонняя связь.

Знание этих фактов помогло многим родителям, испытывающим комплекс вины.

Другой важный урок, который следует извлечь родителям, заключается в том, что, независимо от врожденного темперамента, тип общения с ним матери и отца является решающим фактором в его воспитании. Взгляните опять на таблицу. Хотя «трудного» ребенка, конечно, труднее растить, тип эмоционального воспитания в конечном счете определяет результат воспитания. Родительское влияние может изменить врожденные характеристики в позитивную или негативную сторону.

Именно этому посвящена книга. Она о том, как строить отношения с ребенком, чтобы он развил свои лучшие качества, как оказать ребенку эмоциональную поддержку, в которой он так нуждается. Невозможно в одной книге охватить все аспекты воспитания, поэтому я включил только те, что считаю основными и наиболее эффективными.

Неоспоримо, что большинство родителей испытывают чувство любви к своим детям. Считается, что родители естественно выражают, передают свою любовь ребенку. Это величайшее заблуждение на сегодняшний день! Большинство родителей не проявляют свою любовь, спрятанную в их сердцах, главным образом потому, что они не знают, как это сделать. Следовательно, многие дети сегодня не чувствуют, что их искренне, безусловно, безоговорочно любят и принимают такими, какие они есть.

Мне кажется, что это является причиной большинства трудностей, возникающих у детей. Если у родителей нет с ребенком отношений, основанных на любви, все остальное (дисциплина, взаимоотношения со сверстниками, успехи в школе) строится на неверной основе, и тогда неизбежно возникают проблемы.

Из этой книги вы узнаете, как установить правильные взаимоотношения с ребенком, построив их на взаимной любви.

чает их отсутствие, просто они подавлены и похоронены; такой человек меньше осознает свои чувства, а порой и просто слеп к ним.

Удивительный факт состоит в том, что так называемый рациональный человек (из правой части) контролирует себя своими чувствами так же, как и эмоциональный, хотя и не осознает это. Например, сухой, рациональный интеллеktуал тоже имеет глубокие чувства, но тратит огромную энергию на подавление их, чтобы они его не беспокоили. К сожалению, они все-таки беспокоят его. Как только кто-то эмоциональный, например жена или ребенок, начинает от него требовать любви или тепла, то он, оказывается, не только не способен ответить взаимностью, но, наоборот, испытывает раздражение от того, что его драгоценное равновесие нарушено.

ИНИЦИАТИВА ПРИНАДЛЕЖИТ ОTCY

«Фред – настоящий кормилец семьи, и его так уважают, – объясняла мне смущенно миссис Мэри Дейвис, – поэтому мне так стыдно за свое отношение к нему. Я так сержусь на него; потом я чувствую, что виновата, и ненавижу сама себя. Я пытаюсь говорить с ним о своих чувствах и о детях. Но он становится таким колючим, замыкается и злится на меня. Тогда я расстраиваюсь, тоже злюсь и пытаюсь задеть его. Я даже стала фригидной и не могу любить его. Что мне делать? Я так беспокоюсь за нашу семью и за детей, но я даже не могу говорить об этом с мужем. Как наш союз может существовать дальше? Мы даже не можем поговорить по душам, поделиться своими мыслями и чувствами».

Вот такая старая, как мир, история! Мистер Дейвис – компетентный бизнесмен, хорошо знающий свое дело. Он оперирует фактами. Фред чувствует себя хорошо в мире, где эмоции исключены и где, как правило, в них не нуждаются. Свои отношения он строит по рациональному типу. Но дома он как рыба на берегу. Он женат на нормальной женщине с нормальными женскими потребностями и запросами. Мэри ждет от мужа тепла и поддержки. Она хочет делиться с ним своими заботами, страхами и надеждами. Мэри тяготеет к эмоциональному типу общения. Ей необходимо чувствовать, что муж готов разделить с ней ответственность за семью. Эти ее потребности естественны и не означают ее слабости, сверхчувствительности или нежелания брать на себя ответственность. Я пока не встречал истинно счастливой семьи, где муж и отец не принимал бы на себя ответственности за семью. У жены и матери – своя мера ответственности, но ее муж должен проявлять желание помочь ей и поддержать ее во всем. Это существенно еще и потому, что женщине сложно быть инициатором любви к мужу, в то время как она чувствует, что он не желает поддерживать ее на все 100 процентов во всех областях семейной жизни, в особенности в эмоциональной сфере. Безусловно, тоже справедливо и по отношению к той ответственности, которая падает на мужа. Он должен знать, что жена готова помочь ему и даже подменить в случае необходимости.

Иными словами, когда женщина вынуждена взять ответственность на себя, потому что муж просто игнорирует ее, т. е. уклоняется от своих обязанностей, ей трудно чувствовать себя спокойной и уверенной в его любви. Например, одна женщина, которую я консультировал, жаловалась, что она не была уверена в любви мужа и поэтому испытывала трудности в проявлении собственных чувств. Как оказалось, вследствие безразличия мужа к своим обязанностям в семье, она была ответственна практически за все аспекты семейной жизни, начиная с уборки двора и кончая распределением финансов. Такое положение можно считать нормальным при условии, что муж и жена удовлетворены этим; но и тогда муж должен быть готов принять всю ответственность на себя в случае необходимости, если супруга перегружена. Готовность мужа быть полностью в ответе за свою семью – величайшее благо для жены и детей.

Жена может проявлять чудеса, принимая любовь, инициированную ее мужем, умножая ее многократно и отражая ее обратно на него и на детей, наполняя дом волшебной атмосферой. Но муж должен взять на себя ответственность за проявление инициативы. Мужьям, которые раскрыли этот секрет, можно только позавидовать. Любовь, возвращенная ему женой, – бесценна. По моему мнению, это самая большая ценность в мире. Поначалу трудно быть инициатором любви, но, узнавая ответную любовь жены, наблюдая, как возрастает эта любовь, становится все легче начинать первым.

Если и есть исключения, то я их еще не встречал. Муж, который возьмет на себя всю ответственность за семью и будет первым в проявлении своей любви к жене и детям, испытывает огромное удовлетворение: наградой ему будет любящая, внимательная, готовая помочь жена, которая проявит свои лучшие качества; и дети, чувствующие себя спокойно, надежно, удовлетворенно и способные реализовать лучшие свои наклонности. Лично я никогда не видел неудачных браков среди тех, кто соблюдает подобное правило. Отцы, инициатива должна принадлежать нам!

Но, скажете вы, как может муж быть инициатором любви и отвечать за ее проявление в семье, если он, как правило, более рационален и неуклюж в области чувств? Мой друг, вот мы и наткнулись на один из самых частых, неизученных и сложных вопросов современного брака. К нему трудно подступиться, потому что большинство мужчин, как и Фред, не замечают проблемы. Вместо того чтобы увидеть, как живительна эмоциональная жизнь его жены и детей, он видит в ней лишь раздражителя, которого следует избегать. Результатом, конечно, является то, что мы только что видели на примере Фреда и Мэри: разочарование, недоумение, и в конечном итоге, – разрыв отношений.

Похоже, что все сегодня сознают, какую решающую роль играет общение в семейной жизни. Вы заметили на примере Фреда и Мэри, как увязли в трясине их отношения из-за того, что «рациональный» муж не мог вести разговор на эмоциональном уровне, или из-за того, что «эмоциональная» жена не могла разделить с ним свои глубокие чувства и желания? В чем здесь проблема? Мужья, мы должны посмотреть фактам в лицо. А они говорят о том, что наши жены более компетентны в области любви, проявления заботы и выражения эмоциональных потребностей, заложенных в нас и наших детях. А мы ведь обычно следуем рекомендациям экспертов, не так ли? Тогда ясно, что мы, мужчины, отчаянно нуждаемся в помощи наших жен, они – наши поводыри в незнакомом мире чувств. Мы не только должны уважать жен и следовать за ними известными им путями в сфере эмоций, мы должны воодушевлять их и поддерживать в решении ежедневной задачи – создания благоприятного климата в семье. Если мы препятствуем этой трудной работе или становимся помехой жене, то она способна впасть в такое уныние, что, в конечном счете, ее дух окажется сломленным. О, как много милых жен вижу я в своей приемной, мужья которых отвергли все их попытки проявления эмоциональной любви к ним и детям! Дух этих женщин сломлен, и депрессия уродует их.

Но взгляните на семьи, где муж ценит глубокие чувства жены и ее потребность раскрыть их. Он не только слушает ее, он учится у нее. Он узнает, насколько благодарное и переполняющее чувство удовлетворения дает общение на эмоциональном уровне, даже если эмоции не всегда положительные. Это семьи, которые прошли через годы. Муж и жена становятся близкими людьми и все больше ценят друг друга. Такое супружество – величайший подарок судьбы.

СЛЕПА ЛИ ЛЮБОВЬ?

«Понимаете? Джон больше меня не любит. Он только критикует меня», – жаловалась прелестная Ивонн. Она и ее муж обратились ко мне в последней надежде спасти семью.

Ивонн продолжала: «Разве ты ничего хорошего обо мне сказать не можешь?»

К моему великому удивлению, Джон действительно не мог придумать ничего в качестве комплимента своей жене. Ивонн была привлекательна, интеллигентна, артистична и талантлива, но Джон, казалось, был в состоянии подмечать только ее недостатки. Они были женаты уже шесть лет. Откуда же такая очевидная несовместимость?

Трудно поверить, глядя на впечатляющие данные о числе разводов, что почти все браки начинаются с больших надежд, ожиданий, любви и прекрасных чувств по отношению друг к другу. Поначалу все кажется замечательным и мир – идеальным. Так начиналась и жизнь Ивонн и Джона. Что за дикая перемена? Как это могло произойти?

Один из факторов – незрелость. Но что такое незрелость? Обычно она соотносится с возрастом, но это не обязательно. В аспекте этой проблемы «незрелость» можно определить как неспособность справляться с противоречиями на уровне сознания. Противоречивость – это наличие противоположных, или противоборствующих, чувств по отношению к одному и тому же человеку.

Это объясняет поговорка: «Любовь слепа». Когда мы влюблены, то в первые недели или месяцы совместной жизни идеализируем предмет своей любви и абсолютно не можем выносить неприятных чувств по отношению к избраннику. Поэтому мы подавляем (отрицаем, игнорируем) все, что нам может не понравиться в супруге. Тогда мы можем замечать только его (ее) хорошие черты. Мы не обращаем внимания на такие вещи, как несовершенство фигуры, болтливость, молчаливость, склонность к полноте, обидчивость, угрюмость, неспособность к спорту, музыке, рисованию, шитью или приготовлению пищи.

Это «упрятывание» нежелательных сторон нашего супруга от самих себя поначалу действует превосходно. Но в процессе совместной жизни, день за днем, месяц за месяцем, мы делаем открытия в своем избраннике. Одни приятные, а другие не очень. Некоторые просто отвратительны. Но пока мы подавляем в себе неприятное впечатление, оттесняя его в подсознание, нам удается продолжать видеть нашего возлюбленного близким к идеалу, и все кажется прекрасным.

Но вот проблема. Мы не можем продолжать подавлять свои чувства вечно. Однажды мы достигаем критической точки. К этому времени за спиной у нас – уже несколько месяцев, а может быть, и лет совместной жизни. Все зависит от:

а) нашей способности подавлять неприятные ощущения и

б) нашего уровня зрелости, т. е. нашей сокровенной способности управлять своими смешанными чувствами.

Итак, критическая точка достигнута, и мы не можем продолжать подавлять отрицательные эмоции. Неожиданно наступают дни (месяцы, годы) противоречивых чувств по отношению к нашему супругу. Опять, вследствие незрелости (неспособности справляться с противоречиями), мы делаем сальто-мортале: подавляем добрые чувства и акцентируем внимание на дурных. Теперь мы видим нашего супруга в противоположном свете, считая его абсолютно плохим, поразительно неприятным или почти лишенным привлекательности.

И это может произойти весьма быстро. Два месяца назад Джон видел в Ивонн совершенство. Теперь он едва может выносить ее присутствие. Ивонн осталась прежней. Восприятие Джона сменилось на противоположное.

Как нам совладать с этой типичной проблемой, которая является проклятием нашей социальной структуры и угрожает прочности нашего благополучия? Как правило, совет дать легко, но выполнить его трудно. Во-первых, мы должны уяснить, что идеальных людей нет. Это удивительно! Мы слышим это утверждение ежедневно, но не верим ему. Играя в игру с подавлением чувств, мы показываем свое желание и свое ожидание совершенства от наших любимых.

Во-вторых, мы должны постоянно помнить о достоинствах и недостатках своих партнеров. Я должен признать и не забывать, что у моей жены есть такие качества, которые мне хотелось бы изменить, что она такая же, как и все женщины. Прошло много времени, прежде чем я научился думать о ее положительных качествах в те моменты, когда она меня разочаровывала.

В-третьих, мы должны принимать наших супругов такими, какие они есть, включая все их недостатки. Вероятность найти кого-то и чего-то лучшего путем развода и новой женитьбы или в любовном приключении слишком мала, тем более если учесть чувство вины и другие проблемы, возникающие при таких действиях. Помните, что ваша жена или муж поистине незаменимы.

БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ

«Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит» (1 Кор. 13:4–7).

Это доброе утверждение дает нам основу для отношений, построенных на любви. Секрет прост – любовь должна быть безусловной, не зависящей от таких вещей, как поведение супруга, его возраст, вес в обществе, ошибки и т. д. Такая любовь говорит: «Я люблю свою жену независимо ни от чего. Независимо от того, что она делает, как она выглядит и что она говорит, я всегда буду любить ее». Да, безусловная любовь – идеал, и она трудно достижима, но чем ближе я подхожу к этой любви, тем более совершенной делает мою жену Господь, Который любит нас, и чем больше Господь изменяет ее по Своему подобию, тем большей радостью она будет для меня и тем больше я буду доволен ею.

На этом мы закончим обсуждение брака как такового. Мы коснулись только нескольких моментов, но существует много хороших книг на эту тему, и поэтому мы вернемся к изначальной теме: как научиться любить нашего ребенка.

Изучая мир ребенка, мы должны помнить, что супружеские отношения остаются, безусловно, самой сильной связью семьи. Они оказывают огромное влияние на всю последующую жизнь ребенка.

Вот пример из моей практики, который подтверждает это. Он взят из жизни христианской семьи, которую я консультировал несколько месяцев назад. Пятнадцатилетнюю Дженифер привели ко мне ее родители. Девочка была беременна. Она оказалась очень милым ребенком с ярко выраженной индивидуальностью, была талантлива во многих областях. У Дженифер были очень глубокие, здоровые отношения с отцом – большая редкость в наши дни. Ее отношения с матерью тоже казались прочными. Поначалу я был поставлен в тупик. Почему Дженифер предпочла начать сексуальную жизнь именно таким образом? Она не испытывала никаких особых чувств к мальчику, ставшему отцом ее ребенка, она не обладала бурным темпераментом, который во что бы то ни стало заставляет искать мужского внимания. Дженифер всегда была уважительна, уступчива, родители не испытывали с ней никаких трудностей. Тогда почему Дженифер забеременела? Я был озадачен.

Затем я встречался с родителями вместе и поодиночке. Вы уже догадались? У родителей Дженифер в супружестве были конфликты, тщательно скрываемые от посторонних. Эти раздоры имели далеко идущие корни, но семье удавалось существовать довольно стабильно многие годы. А Дженифер была счастлива своими отношениями с отцом. По мере того как девочка росла, мать все больше начинала ревновать к этим отношениям. Но, несмотря на эту ревность, мать поддерживала прочные отношения с Дженифер. Но вот девочка достигла подросткового возраста. Когда она физически стала оформляться в женщину, ревность матери

неизмеримо возросла. Различными формами иносказания (о которых мы поговорим позже) мать заронила в голову Дженифер одну весьма простую и ясную мысль. Мысль состояла в том, что теперь Дженифер стала женщиной, а женщине следует заботиться о своих собственных эмоциональных запросах, о внимании со стороны мужчин. Как и многие девочки ее возраста, Дженифер попыталась сменить любовь отца на внимание со стороны мальчиков-сверстников. Она поступила точно так, как ее иносказательно инструктировала мать.

Мать сознавала, что ее собственная супружеская жизнь не удалась, что отразилось и на сексуальных отношениях супругов. Она также сознавала неподдельную близость дочери и отца. Но она не отдавала себе отчета, насколько сильна была ее ревность к женщине в лице дочери. И она не осознавала своей роли в сексуальном поведении дочери.

В подобных случаях часто бесполезно, а порой и опасно ставить человека (особенно мать, в данном случае) перед лицом собственной вины или ошибочного поведения. Таким образом, на поверхности была проблема с дочерью, а на глубинном уровне – проблема в супружеских отношениях. Чтобы помочь этой семье, врач должен заострить внимание на их собственных отношениях, а не на поисках вины каждого и на обсуждении ошибок. Врач должен придерживаться идеи всепрощения Господа, давая облегчение истинно виноватым в данном случае. После того как супружеские отношения наладятся и грех будет искуплен, восстановятся и испорченные отношения дочери и матери.

Эта иллюстрация показывает, насколько велико влияние супружеских отношений на ребенка. Чем крепче и здоровее эти отношения, тем меньше проблем у родителей. И тем больший эффект сможет оказать эта книга, когда вы попытаете применить полученную информацию. А теперь давайте дружно обратимся ко вторым по важности отношениям в семье.

Глава 3 Фундамент

Подлинная любовь не ставит условий и должна проявляться во всех любовных отношениях (см.: 1 Кор. 13:4–7). Главной основой прочных отношений с вашим ребенком является безусловная любовь. Только такой тип любви может обеспечить развитие всех потенциальных возможностей, заложенных в ребенке. Только на основе любви без всяких условий можно предотвратить такие проблемы, как отчуждение, возникновение у ребенка чувства, что его не любят, чувства страха, вины, неуверенности в своем положении.

Мы можем быть уверены, что правильно воспитываем ребенка, в том случае, если в основе наших отношений лежит безусловная любовь. Если нет в качестве основы безусловной любви, невозможно понять ребенка и правильно реагировать на его плохое поведение.

Безусловную любовь можно считать путеводной звездой в воспитании ребенка. Без нее мы, родители, будем бродить впотьмах, не зная, где мы находимся, и не имея указаний, куда нам идти дальше. С нею у нас будут ориентиры, определяющие нашу позицию при решении сложных проблем, включая проблемы дисциплины. Это краеугольный камень, на котором следует строить свои отношения с ребенком, удовлетворяя его ежедневные потребности, и в первую очередь – эмоциональные. При отсутствии безусловной любви наши родительские обязанности превращаются в тяжелое бремя.

Что такое безусловная любовь? Безусловная любовь означает любовь к ребенку независимо ни от чего. Независимо от его недостатков и достоинств. Независимо от того, чего мы от него ожидаем, и – самое трудное – независимо от его поведения. Это не означает, конечно, что нам всегда должны нравиться его действия. Безусловная любовь означает, что мы все равно любим ребенка даже в то время, когда осуждаем его поведение.

Как уже упоминалось при обсуждении безусловной любви в супружеских отношениях, это всего лишь идеал, которого мы никогда не достигнем на все 100 процентов. Но все-таки, чем ближе мы к нему, тем больше удовлетворения и уверенности почувствуем мы в себе, как в родителях. И тем более доволен и счастлив будет наш ребенок.

Как бы мне хотелось иметь право сказать: «Я люблю своих детей все время, независимо ни от чего, даже от их поведения».

Но, как и все родители, я не могу этого сказать. Тем не менее я оставляю себе надежду, стремясь к достижению этой чудесной цели, – любить детей без всяких условий. Я работаю над этой задачей, постоянно напоминая себе:

- 1) они – дети;
- 2) они всегда будут стремиться вести себя как дети;
- 3) поведение детей по большей части доставляет неприятности;
- 4) если я честно выполню то, что зависит от меня, как от отца, и буду любить детей, несмотря на их детское поведение, у них будет возможность повзрослеть и отказаться от детских привычек;

- 5) если я буду любить их только тогда, когда они улаживают меня (любовь при условии), и выражать им свою любовь только в такие моменты, они не будут чувствовать, что их искренне любят. Это в свою очередь вызовет у них чувство неуверенности, нарушит их самооценку и, в конечном итоге, помешает развить самоконтроль и проявить себя более смело. А значит, ответственность за их поведение и развитие лежит скорее на мне, чем на них;

- 6) если я буду любить их без всяких условий, они будут находиться в согласии с самими собой и на душе у них будет спокойно. Тогда они будут в состоянии контролировать свои чувства и, в свою очередь, – поведение, по мере того как они будут подрастать;

7) если я буду любить их только тогда, когда они выполняют мои требования или оправдывают мои ожидания, они будут чувствовать собственную некомпетентность. Они поверят, что бесполезно стараться самим сделать что-то хорошо, так как этого всегда будет недостаточно. Чувство неуверенности, беспокойства и низкой самооценки будет преследовать их. Эти чувства будут постоянным препятствием в процессе их эмоционального и поведенческого развития. Итак, опять ответственность за их развитие ложится на меня, а не на них.

Ради спасения своих детей и ради самого себя, как отца, я молюсь, чтобы моя любовь к детям была безусловной, насколько возможно. Будущее моих детей зависит от этой основы.

РЕБЕНОК И ЕГО ЧУВСТВА

Помните простую шкалу во второй главе? Как вы думаете, где на этой шкале располагаются дети? Правильно! В левой ее части. Ребенок является в этот мир с удивительной способностью познавать его эмоционально. Ребенок так восприимчив к чувствам матери! Замечательное зрелище – новорожденный, которого в первый раз принесли к матери, если, конечно, мать искренне жаждет его видеть. Тогда он прижимается к телу матери, и его счастье очевидно для всех.

Но в том случае, когда мать не рада ребенку, мы наблюдаем совсем иную картину. Такой ребенок неудовлетворен и часто плохо сосет, пугается и совершенно очевидно несчастлив. Это часто можно и не заметить в обращении с ребенком. Поэтому очень важно осознать, что с рождения дети чрезвычайно чувствительны к эмоциям. Поскольку их знания о мире слишком малы, их общение с миром происходит на чувственном уровне. Это является решающим фактом. Вы видите? Первые впечатления ребенка о мире рождаются из его ощущений. Это замечательно, хотя и пугает, если задуматься о важности эмоционального состояния ребенка, ведь это определяет его видение мира, то, как он воспринимает родителей, дом, самого себя.

Это закладывает основу всего остального. Например, если ребенок встречается с нелюбящим, незаботливым миром, тогда, как я считаю, главный враг ребенка – беспокойство – вредно повлияет на его речь, поведение, способность общаться и обучаться. Дело в том, что ребенок не только эмоционально сверхчувствителен, но и чрезвычайно уязвим.

Почти во всех исследованиях, которые я знаю, подчеркивается, что ребенок постоянно задает родителям вопрос: «Ты меня любишь?» Ребенок задает вопрос чаще своим поведением, а не словами. Ответ на этот вопрос имеет огромную важность в жизни ребенка.

«Ты меня любишь?» Если мы любим ребенка безусловно, он чувствует, что наш ответ – «да». Если мы любим его с оговорками, то он не чувствует себя в безопасности и беспокоится. Ответ, который мы даем ребенку на этот самый важный вопрос: «Любишь ли ты меня?», формирует его понимание жизни и является решающим.

Ребенок обычно задает нам этот вопрос своим поведением, и ответ мы ему даем тоже своим поведением. Не только тем, что мы говорим, но и тем, что мы делаем. Своим поведением ребенок подсказывает нам, что ему необходимо: то ли ему недостаточно любви, то ли дисциплины, то ли одобрения или понимания. (Позднее мы еще углубимся в детали, но сейчас сконцентрируем внимание на незаменимом фундаменте – безусловной любви.)

Своим поведением мы удовлетворяем эти потребности, но сделать это можем только в том случае, если наши отношения построены на безусловной любви. Надеюсь, вы уловили фразу «своим поведением». Чувство любви к ребенку в нашем сердце может быть весьма сильным. Но этого недостаточно. Видит ли ребенок по нашему поведению, что мы любим его? Свою любовь к ребенку мы раскрываем своим поведением, тем, что мы говорим и что делаем. Но то, что мы делаем, значит больше. На ребенка гораздо большее впечатление производят наши действия, чем слова. Позже мы рассмотрим, как это надо делать.

Важное положение, которое надо усвоить родителям, это то, что каждый ребенок имеет как бы эмоциональную емкость.

Емкость – в фигуральном смысле, конечно, но тем не менее она реальна, точнее, реально существует. У каждого ребенка есть эмоциональные потребности, и очень многое зависит от того, удовлетворены ли его потребности (любовью, руководством и т. д.). В первую очередь от этого зависит, как чувствует себя ребенок: доволен он или рассержен, подавлен или весел. Во-вторых, это влияет на его поведение: послушен он или нет, игрив или угрюм и т. д. Естественно, чем полнее емкость, тем больше положительных эмоций и тем лучше поведение.

В этом месте позвольте мне сделать одно из самых важных утверждений этой книги: только в том случае, если эмоциональная емкость ребенка заполнена, можно ожидать, что он проявит свои лучшие качества.

А кто отвечает за то, чтобы поддерживать эту емкость полной? Вы уже догадались? Конечно, родители. Поведение ребенка является индикатором полноты емкости. Чуть позже мы поговорим о том, как наполнить емкость, но сейчас давайте уясним, что эту емкость необходимо держать наполненной, и только мы, родители, можем это сделать. Только если эта емкость заполнена, ребенок может быть счастливым, может использовать максимум своих потенциальных возможностей и правильно реагировать на дисциплинарные меры. «Господи, помоги мне удовлетворить все нужды ребенка, как Ты удовлетворяешь мои!» «Бог мой да восполнит всякую нужду вашу» (Флп. 4:19).

ДЕТИ ОТРАЖАЮТ ЛЮБОВЬ

Ребенка можно сравнить с зеркалом. Он отражает, а не излучает любовь. Если ему дать любовь, он возвращает ее. Если ничего не дать, ничего в ответ и не получишь. Безусловная любовь отражается безусловно, любовь с условиями отразится такой же любовью с оговорками.

Любовь между Томом и его родителями (глава 1) являет пример любви, зависящей от условий. Пока Том рос, он нуждался в тесной, теплой связи с родителями. К несчастью, родители считали, что они должны постоянно подталкивать его к совершенствованию, воздерживаясь от похвалы, теплоты, сердечности, за исключением случаев выдающегося поведения, когда они поистине могли им гордиться.

Другими словами, они были строги, потому что считали, что слишком частые поощрения и проявления любви испортят его и заглушат его стремление к дальнейшему самоусовершенствованию. Они выдавали любовь Тому, когда он заслуживал похвалы, и лишали его любви во всех остальных случаях. Возможно, этот метод срабатывал, когда Том был маленьким. Но когда он стал старше, он начал чувствовать, что родители в действительности не любят его, не признают за ним никаких прав и заботятся только о том, чтобы их уважали.

В подростковом возрасте любовь Тома к родителям стала очень сильно напоминать любовь родителей к нему. Он научился любить их в зависимости от обстоятельств и вел себя так, чтобы угодить родителям, когда те делали ему что-то приятное. Естественно, так как Том и родители избрали одинаковую тактику, никто из них не имел возможности проявить свою любовь, поскольку каждый ждал, что другой должен сделать что-то хорошее. В такой ситуации они все более и более разочаровывались друг в друге, терялись и оказывались в тупике. В итоге, в семье поселились депрессия, отчуждение и озлобление, заставившие Смитов обратиться за помощью.

Как бы вы справились с такой ситуацией? Некоторые порекомендовали бы родителям заявить о своих родительских правах на уважение, послушание и т. д. Другие поругали бы

Тома за его отношение к родителям и потребовали бы от него уважения. Кое-кто посоветовал бы сурово наказать Тома. Задумайтесь об этом.

Сегодня многие дети не чувствуют себя искренне любимыми в семье. Однако я мало встречал родителей, которые бы не любили своего ребенка. Это отнюдь не академический вопрос, поразмыслив над которым можно было бы глубокомысленно заключить: «Да-а, это очень плохо». Ситуация весьма тревожная. Десятки религиозных сект и других организаций овладевают умами тысяч наших молодых людей. Почему нашим детям так легко задурить головы, обратить их против собственных родителей и других авторитетов и увлечь эксцентричными доктринами? Главная причина в том, что эти молодые люди не были искренне любимы своими родителями. Они чувствуют, что были лишены чего-то важного, что их родители не дали им нечто жизненно необходимое. Чего же? Да, безусловной любви. Когда вы задумаетесь, как мало детей чувствуют на себе истинную заботу, любовь, вы поймете, что такие группы могут далеко пойти.

Отчего возникла эта ужасная ситуация? Я не думаю, что целиком следует винить родителей. Когда я разговариваю с родителями, я бываю счастлив обнаружить, что они не только любят своих детей, но и искренне интересуются, как можно было бы помочь вообще всем детям. Я вновь и вновь убеждаюсь, что проблема в том, что родители не знают, как донести свою любовь детям.

Я не пессимист. Когда я разъезжаю с лекциями по стране, сердце мое согревается тем, что сегодня родители не только слушают, но буквально жаждут отдать себя и все свои силы на пользу детям. Многие изменили свои взаимоотношения с детьми и построили их на основе безусловной любви. Когда им это удалось, они обнаружили, что эмоциональные емкости детей впервые наполнились и родительские заботы начали приносить удовлетворение, радость и награды. Только после этого родители получают в свое распоряжение генеральную линию, указывающую, когда и как учить и дисциплинировать своих дорогих деток.

КАК ПРОЯВЛЯТЬ СВОЮ ЛЮБОВЬ

Давайте подумаем, как проявлять свою любовь к ребенку. Как вы помните, дети – создания, которые общаются с помощью эмоций. Кроме того, дети (чем они лучше, тем в большей степени это проявляется) своим поведением выражают чувства к нам. Легко определить, что чувствует ребенок, в каком он настроении, просто наблюдая за ним. В свою очередь дети обладают просто сверхъестественной способностью (которую большинство людей теряет, когда взрослеет) понимать наши чувства по нашему поведению.

Очень часто моя шестнадцатилетняя дочь задавала мне такие вопросы, как «Что тебя тревожит, папа?», когда сам даже не сознавал еще своего состояния. Но когда я задумывался, то понимал, что она абсолютно права.

Таковы дети. Они прекрасно могут улавливать наши чувства по нашим действиям. Поэтому, если мы хотим, чтобы они знали, какие чувства мы к ним испытываем, что мы их любим, мы должны своими действиями проявить свою любовь. «Дети мои! станем любить не словом или языком, но делом и истиною» (1 Ин. 3:18).

Цель книги – научить родителей выражать свою любовь действием. Только так смогут родители донести свою любовь до ребенка, чтобы он чувствовал себя любимым, принимаемым таким, какой он есть, уважаемым и чтобы он мог уважать самого себя и нравиться себе. Только тогда родители смогут помочь детям любить других безусловно, особенно своих будущих супругов и детей.

Но прежде чем говорить о том, как надо любить ребенка по-настоящему необходимо сделать одно предположение. Нужно допустить, что родители действительно любят своего ребенка. То есть отталкиваться надо от того, что родители искренне хотят применить то,

что они узнают. Существует известная разница между чувством теплоты по отношению к ребенку и истинной заботой о ребенке, подразумевающей готовность пожертвовать всем, чем угодно, в интересах ребенка. Совершенно бессмысленно продолжать чтение этой книги, если у вас нет желания серьезно воспринять все, что здесь написано, понять и применить практически. Иначе ее можно прочитать и оценить информацию поверхностно, как упрощенную и нереальную.

Проявление любви подразумевает четыре составляющих. Выразить свою любовь к ребенку мы можем:

- 1) при обмене взглядами;
- 2) при физическом контакте;
- 3) в момент безраздельного внимания;
- 4) в процессе дисциплинирования.

Каждая составляющая также важна, как и все остальные. Многие родители (и многие авторитетные лица) выбирают одну-две формы проявления любви и пренебрегают всеми другими. В настоящее время придается чрезмерное значение дисциплине, во вред остальным формам. Я встречаю много детей из христианских семей, которые хорошо вышколены, но чувствуют себя нелюбимыми. В большинстве из этих случаев родители, к тому же, путают дисциплину с наказанием, как будто это одно и то же. Впрочем, это объяснимо, если вы читаете книги, статьи и посещаете семинары на эту тему. Я часто слушал от авторитетных лиц совет использовать ремень или прибегнуть к иной физической расправе без единого упоминания о любви к ребенку. Без всякого намека на то, как помочь ребенку найти равновесие в отношении к самому себе, к родителям и другим людям. Без упоительных упоминаний о том, как сделать ребенка счастливым.

Каждый день я вижу результаты такого подхода к воспитанию. Эти дети хорошо ведут себя, пока они малы, хотя часто чересчур тихи, замкнуты и угрюмы. У них отсутствует естественность, любопытство и жизнерадостность ребенка, выросшего в любви. И эти дети, как правило, становятся трудноуправляемыми по мере их приближения к подростковому возрасту, потому что им недостает прочной эмоциональной связи со своими родителями.

Поэтому мы, родители, не должны упускать из виду все формы проявления любви к ребенку. Теперь давайте перейдем к первой из них – к обмену взглядами.

Глава 4

Обмен взглядами

Если вы впервые задумались об обмене взглядами, это может показаться вам не слишком существенным фактором в общении с ребенком. Однако в нашей работе с детьми, наблюдая общение детей и родителей и изучая результаты исследований, мы пришли к выводу, что обмен взглядами чрезвычайно важен. Обмен взглядами имеет решающее значение не только в установлении хорошего контакта с ребенком, но и в удовлетворении его эмоциональных потребностей. Сами того не сознавая, мы используем обмен взглядами как первый способ проявления любви, особенно к ребенку. Ребенок смотрит в глаза родителям (или другим людям), чтобы удовлетворить свои эмоциональные потребности. Чем больше родители встречаются взглядами с детьми, выражая таким способом любовь, тем больше ребенок насыщается любовью и тем полнее его эмоциональная емкость.

Что такое обмен взглядами? В первую очередь это подразумевает необходимость глядеть прямо в глаза другому человеку. Большинство людей не осознает, насколько важен этот фактор. Вам когда-нибудь приходилось вести разговор с человеком, который отводит глаза в сторону и избегает встречаться с вами глазами? Это непросто. Наши чувства к человеку очень сильно зависят от обмена взглядами (зрительного контакта).

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.