

Росс Кэмпбелл

*Воспитание
в общении*



Росс Кэмпбелл

Воспитание в общении

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2447425
Воспитание в общении: Мурм; СПб; 2002
ISBN 5-88869-131-3

Аннотация

Эта книга откроет для вас совершенно новый подход к воспитанию, цель которого – формирование типа личности, а не типа поведения. Вы научитесь общаться со своим ребенком, и это полностью изменит ваши отношения с ним. Книга будет весьма полезна тем родителям, которых не удовлетворяют современные методы воспитания, а также молодым родителям, которые хотят избежать общераспространенных ошибок.

Содержание

Вступительное слово от автора	4
Глава 1	5
Рассказ Мэри	6
Два принципа воспитания	7
Ключ к эффективному воспитанию	8
Каким «экспертам» можно доверять?	10
Четыре краеугольных камня успешного воспитания	11
Мэри и краеугольные камни воспитания	12
Изменить свой подход к воспитанию	15
Взгляд в будущее	16
Глава 2	17
Золотые «пятидесятые»	18
Неспокойные «шестидесятые»	19
Модификация поведения и «семидесятые»	20
Современная концепция модификации поведения	21
В чем причина наших неудач?	22
Где же ответ?	24
Мэри и ее родители	25
Вновь четыре краеугольных камня	26
Что нужно нашим детям?	27
Глава 3	28
Наилучшее место для выражения любви – семья	29
Важнейший фактор: безусловная любовь	30
Что же такое безусловная любовь?	31
Младенческая чувствительность	32
Эмоциональное питание души ребенка	33
Возвращаясь к истории Мэри	34
Как выразить безусловную любовь	36
Правильно расставить приоритеты	40
Источник блага	41
Глава 4	42
Конец ознакомительного фрагмента.	43

Росс Кэмпбелл

Воспитание в общении

Вступительное слово от автора

«Еще одна книга о воспитании детей? Но у нас их уже пять!» Не этими ли словами вы отреагировали на заголовок данной книги?

Да, это еще одна книга о воспитании, но она, скорее всего, совсем не похожа на те, что стоят у вас на полке: мы хотим предложить вам ясную и четкую ориентацию в ваших взаимоотношениях с детьми.

Эта книга предназначена для тех родителей, которые обескуражены и смущены результатами рекомендованных им воспитательных методов. Они применяли их в течение многих лет, но, увы, обещанных плодов не последовало. Что-то не получилось, и вы никак не можете понять причины этих неудач, поскольку и сами авторы предлагавшейся вам методики не в состоянии объяснить их. Книга эта пригодится также и молодым родителям, желающим избежать проблем, которые они видят в других семьях.

С началом нового века – и нового тысячелетия – этот быстро меняющийся мир ставит перед нашими детьми все больше проблем и сложностей. У многих из этих детей прекрасный, теплый дом и замечательные родители-христиане. Однако эти родители не могут понять, что же случилось с их некогда прекрасными семьями.

Позвольте мне помочь вам разобраться в возможных причинах этих бед. Именно этому посвящена данная книга. Дело в том, что ваш ребенок – сложно организованная личность, а не просто набор определенных поведенческих навыков. Воспитание не сводится к контролю за поступками; конечная его цель – помочь ребенку принять на себя ответственность за свое поведение. Ориентируясь, как на маяк, на эту дальнюю и важнейшую цель воспитания, вы будете контролировать свою реакцию на конкретные поступки вашего ребенка, стремясь к тому, чтобы она укрепляла его самосознание, научала правильным взаимоотношениям и оберегала в нем бессмертную душу. Это значит, что вам, как родителю, недостаточно лишь реагировать на происходящее, но необходимо и предвидеть последствия своих шагов.

Воспитание, основанное только на реакции на конкретные поступки, обычно не способно задействовать весь огромный потенциал личности ребенка, сотворенной по подобию Божьему. Я надеюсь, что эта книга поможет вам проникнуться чувством священной ответственности, которую родители несут за прошлое, настоящее и будущее своих детей. Любой другой, более приземленный подход к воспитанию – обкрадывает вашего ребенка и чреват для вашей семьи самыми серьезными последствиями. Я уверен, что никто из вас не хочет совершать подобные ошибки в своей жизни. Книга «Воспитание в общении» укажет вам путь к воспитанию благополучных и здоровых детей в неблагополучном мире.

Любящие родители, которые заботятся о будущем своего взрослеющего ребенка, непременно обретут в его лице друга на всю жизнь. Я уверен, что этого жаждет каждый из вас, и даже если сегодня у вас не лучшие времена, не отчаивайтесь, ибо выход есть. Просто читайте дальше.

*РОСС КЭМПБЕЛЛ, доктор медицины
Чаттануга, штат Теннесси
Июль, 1999 г.*

Глава 1

Два подхода к воспитанию

Подобно морской волне, гонимой ночным штормом, наше общество мечется во тьме в поисках истины. Семьи, нерожденные дети, стабильность, мир – все поставлено сегодня под удар.
Джозеф Стоуэлл

«Мэри была таким замечательным, таким послушным ребенком, – с горечью сказала Бэт, мать Мэри, во время нашей беседы, на которой присутствовал также ее муж Дэн. – Она всегда доставляла нам радость и редко огорчала нас. Наши друзья восхищались ею. Ведь мы старались приобщать ее только к хорошему: церкви, музыке, спорту. Дэн даже занимался с ней каратэ.

Бывало, она конфликтовала с сестрой и братом, – продолжала мать, – хотя сейчас они дружны. Иногда она выглядела унылой и замыкалась в себе, но мы приписывали это издержкам ее характера. В основном же она была доброжелательна и спокойна, и у нее всегда было много друзей.

Не могу сказать, чтобы она относилась к нам неуважительно, хотя временами и проявляла упрямство. Тем не менее Мэри была дисциплинированной девочкой, Дэн всегда следил за этим. Как же могло такое случиться с ребенком, который имел все и который казался вполне хорошо воспитанным? Разве мы могли представить себе, что она пристрастится к наркотикам? И нас очень тревожит круг ее знакомых – люди, с которыми она общается с тех пор, как окончила колледж. Подумать только, ведь мы специально выбрали христианский колледж, чтобы исключить подобные вещи! А теперь она собирается выйти замуж за нелегального иностранца, от которого она беременна. Это же настоящий кошмар!»

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

«Во время нашего посещения ее на первом курсе колледжа, – ответил Дэн. – Она тогда не обрадовалась нам так, как мы того ожидали, но мы как-то не придали этому большого значения, поскольку оценки у нее были хорошими, и она, как нам показалась, вполне адаптировалась к новым условиям. Но затем оценки становились все хуже, она несколько раз меняла специализацию, и мы забеспокоились. В итоге она получила диплом низшего уровня».

«Рассказывала ли вам Мэри о том, как она проводила свободное время?»

«Вот это беспокоило нас больше всего. Хотя она говорила о различных мероприятиях, в которых принимала участие, мы не имели четкого представления о ее личной и духовной жизни. Мы считали, что она занята в каких-то христианских организациях студенческого городка и живет обычной студенческой жизнью. Мы понятия не имели ни о том, что она употребляет наркотики, ни о ее связи с этим Дейвидом.

Где наша ошибка, доктор Кэмпбелл? Что нам делать сейчас, как помочь ей? Мы любим ее и ищем близости с ней, но она так холодна с нами. Не то чтобы враждебна, а просто далека. Невозможно поверить, что это та же самая девочка, которую мы привезли в колледж несколько лет назад. Помогите нам!»

Рассказ Мэри

Когда я пригласил Мэри на беседу, она сначала отказалась, но молодежный служитель, посвященный в ее проблемы, убедил ее, и она пришла. Я увидел привлекательную 22-летнюю девушку, с грустным выражением лица, одетую несколько неряшливо и небрежно. Ее беременность была уже заметна, она двигалась медленно, лицо ее было почти бесстрастным, и вообще она казалась ко всему безразличной. После короткой беседы о колледже, семье и друзьях Мэри поведала мне свою удручающую историю.

«Не знаю даже, с чего начать, доктор Кэмпбелл. Я люблю своих родителей и свою семью, и у меня было хорошее детство. Со мной не происходило ничего плохого – того, что происходило со многими моими друзьями. Я просто не понимаю, почему у меня все так получилось. Я мечтала стать морским биологом, но из этого ничего не вышло. Когда я отстала в учебе, то потеряла интерес ко всему, и, хотя у меня было много друзей в колледже и перспективы были неплохими, я не чувствовала себя счастливой. Мои преподаватели всячески пытались помочь мне, но все было безрезультатно».

«Как складывалась твоя личная жизнь до колледжа и позднее?» – спросил я.

«Я встречалась с мальчиками в старших классах, и довольно часто, но о сексе речь у нас не шла, если вы это имеете в виду. И в колледже у меня не было интимных отношений ни с кем, пока я не встретила Дейвида. Мы познакомились, когда я подрабатывала официанткой, а он тоже там выполнял кое-какую работу – ведь у него еще даже нет разрешения на жительство. Его семья хочет переехать в США, и он надеется помочь им, но ему самому нужно прежде устроиться как следует».

«Мэри, расскажи мне о Дейвиде поподробнее», – попросил я.

«Он действительно прекрасный человек и по-настоящему заботится обо мне. Он не очень религиозен, но очень добр. Он заботится о людях и хочет помочь своей семье. Он говорит, что любит меня, и помогает мне отвыкать от наркотиков. Здесь дела у меня идут не очень хорошо: я сейчас прохожу шестимесячный курс лечения, но пока не могу сказать, что избавилась от этой зависимости. Иногда у меня получается, но потом я опять возвращаюсь к старому. Можете ли вы помочь мне?»

В истории Мэри нет ничего необычного. Она отзывчива, эмоциональна, доброжелательна, однако не способна принимать самостоятельные решения, а потому легко поддается влиянию более волевых и более эгоистичных людей. Мэри представляет собой типичный пример неумения адаптироваться к окружающей обстановке. Это свойственно современным взрослеющим детям, входящим во взрослую жизнь, – явление, до недавнего времени крайне редкое. Прекрасные и, по всем признакам, нормальные дети из хороших семей, родители которых делали для них все возможное, вдруг, на пороге взрослой жизни, попадают в тяжелейшие кризисные ситуации. Для знавших ее людей Мэри менее всего подходила на роль неудачницы такого рода. Впрочем, как и множество других молодых людей, столкнувшихся с похожими, разрушающими жизнь обстоятельствами. Как же эти подростки оказываются на таком пути? Нам часто кажется, что это характерно для детей из неблагополучных семей, где нищета и насилие, или для жертв разводов, но только не для тех детей, которые воспитывались в любящих и стабильных христианских семьях.

Два принципа воспитания

Можно ли объяснить, почему все больше и больше подростков оказываются на пагубном пути, включая даже тех, у кого были, по всей видимости, хорошие семьи? Да, есть определенные ответы на вопрос, почему такое множество детей и родителей имеют сегодня столь сложные проблемы. Ответы эти не просты, и тем не менее можно утверждать, что многие проблемы происходят от одного главного корня, определяющего процесс воспитания: все дело в том, как мы реагируем на нужды наших детей. Все возможные нюансы, существующие в отношении родителей к потребностям своих детей в процессе воспитания можно вместить в две формулировки: *принцип реагирования* и *принцип активного взаимодействия*. Ключевое различие этих двух подходов к воспитанию заключается в следующем:

Воспитание, основанное на принципе реагирования, опирается в основном на поведение детей.

Воспитание, основанное на принципе активного общения, опирается в основном на потребности детей.

Первый тип воспитания ориентирован на наказание за проступки; второй – на внимательное отношение к главным потребностям детей и их удовлетворение. Несомненно, такой активный, обращенный к личности ребенка подход является более эффективным методом воспитания.

Ключ к эффективному воспитанию

Постоянное и разумное проявление любви к ребенку – основа успешного воспитания. Выражение родительской любви может варьироваться в зависимости от времени и места, главное – чтобы ребенок всегда *чувствовал* себя искренне любимым.

Основные потребности детей не меняются. Конечно, меняются социальные условия, внешние обстоятельства, общественные отношения – и все эти изменения, наблюдаемые нами в течение последних десятилетий, не могут не тревожить родителей, ибо серьезно осложняют деликатное искусство воспитания детей.

Создается впечатление, что сегодня все общество сплотилось против тех ценностей, которые мы стараемся укоренить в наших семьях. Но, несмотря ни на что, мы должны помнить, что жизненно важные потребности наших детей не меняются, и первая из них – это потребность быть любимым.

Большинство родителей, без сомнения, любят своих детей, но не все из них выражают свою любовь таким образом, чтобы детская потребность в ней была полностью удовлетворена. Если ценности, которые предлагают господствующая культура и общество, идентичны духовному климату семьи, то родители могут в значительной степени освободить себя от нелегкого воспитательского труда, так как кто-то другой непременно займется воспитанием их детей. Но если то, во что верят и что ценят родители, радикально расходится с общепринятыми ценностями, тогда ответственность за удовлетворение нужд детей полностью ложится на их плечи. Сегодня у нас нет права на ошибку.

Как родители, искренне желающие воспитать своих детей в начале нового века ответственными и добропорядочными людьми, вы не можете не понимать громадность стоящей перед вами задачи. Вы не можете надеяться на полноценную помощь школы или соседей. В таком деле, как созидание духовной атмосферы в своей семье, вы часто не можете полагаться даже на родственников, даже на вашу церковь, и, уж конечно, вы не можете доверять масс-медиа (средства массовой информации. – *Примеч. ред.*) со всеми их установками. Мы живем в обществе, которое в сущности своей вопиюще враждебно детству. Вот что происходит сегодня:

- потребности детей повсеместно игнорируются. Даже преступники-рецидивисты имеют больше социальных гарантий, чем большинство детей;
- большинство наших школ, вместо того чтобы быть надежными учебными заведениями, превратились в цитадели беспорядка и непослушания. Согласно данным Центров учета заболеваемости в Атланте, школьное насилие стало приоритетной проблемой здравоохранения США;
- рекламодатели используют слабости и пристрастия молодежи для извлечения прибыли;
- практика абортот превратила детей просто в материал, пригодный для утилизации. Если взрослые не нуждаются в ребенке, он просто уничтожается в утробе ради «защиты интересов женщины», причем интересы ребенка вообще не принимаются в расчет;
- оскорбление и унижение детей остается позорным пятном на обществе в начале XXI века¹.

¹ Отрывки из книги Росса Кэмпбелла «Дети в опасности», (*Kids in Danger*. Colorado Springs: Chariot Victor, 1995, 21–22). (В издательстве «Мирт» эта книга вышла под названием «Как справляться с гневом ребенка». – *Примеч. ред.*)

Из всего этого следует, что вы, как родители, в настоящее время как никогда ответственны за нынешние и будущие нужды ваших детей. И вам придется постоянно трудиться, чтобы удовлетворять эти нужды все то недолгое время, пока ваши любимые дети будут находиться в вашем родительском гнезде.

Каким «экспертам» можно доверять?

В последние годы на родителей обрушилась лавина консультативной информации на тему воспитания. Этот поток материалов – новшество последнего времени – зародился в начале 1970-х годов, а затем необычайно быстро разрастался последующие два десятилетия. Сегодня система консультационных услуг по вопросам воспитания превратилась в крупную индустрию со своими издательствами и организациями, конкурирующими друг с другом за сферы влияния.

Как ориентироваться в этом огромном потоке информации? Кому довериться? Ведь среди этих «экспертов» далеко не всегда царит согласие. Даже между быстро развивающимися религиозными издательствами отмечаются многочисленные разномыслия в подходах к ключевым вопросам воспитания. Нелегко разобраться во всем, что слышишь и читаешь, а особенно это нелегко думающим и ответственным родителям.

Мои книги тоже влились в этот поток пособий, хотя и отличались от большинства из них. Так, в 1976 году, желая как-то помочь родителям моих маленьких пациентов, я написал свою первую книгу для родителей «Как по-настоящему любить своего ребенка». Эта и все последующие книги появились в результате моих многолетних наблюдений как детского врача-психиатра и моего личного опыта как преданного и заботливого отца. Они основаны на научных изысканиях и на свидетельствах многих прекрасных матерей и отцов, а также, разумеется, на истинах Священного Писания. Принципы, изложенные в этих книгах, подтверждены многочисленными семейными ситуациями по всему миру.

Когда книга «Как по-настоящему любить своего ребенка» была готова, мой пастор Бен Хейден ввел меня в издательство «Victor Books», которое опубликовало ее расширенным тиражом. Я удивился, узнав, что моя книга стала бестселлером и была переведена затем на более чем тридцать языков, найдя читателей во многих странах². Мой компьютер сейчас набит тысячами благодарных писем от родителей, которые сумели применить изложенные там принципы в воспитании своих детей.

Когда я написал свою первую книгу, наши собственные дети были в возрасте трех, семи и пятнадцати лет. Сейчас они уже взрослые и имеют свои семьи. Пока что они порадовали меня и Пэт только одной внучкой, но мы надеемся увидеть и других наших внуков. Каждый день мы благодарим Бога за наших детей: они оправдали наши надежды и стали теми взрослыми, о которых мы молились.

Поскольку мои взгляды на воспитание расходятся с точкой зрения некоторых известных специалистов, то я бы хотел в самом начале определить свой подход к данному вопросу. Похоже, сейчас родителям предлагается четкий выбор между двумя направлениями: одно настойчиво рекомендует подходить к детям с позиций реагирования на конкретное поведение; другое – видеть свою священную цель в понимании жизненно важных нужд детей и в их удовлетворении (я и некоторые мои коллеги придерживаемся второй позиции). Первый подход я назвал методом «реагирования на поведение», и надо сказать, он, как правило, малоэффективен. Второй подход основан на понимании и удовлетворении главнейших нужд ребенка. Успешное воспитание обязательно активно, оно строится на тесных и доверительных взаимоотношениях между детьми и родителями.

² С тех пор в США и за границей продано более 1,4 миллиона экземпляров. (Эта книга была выпущена издательством «Мирт» в 1995 г. и затем неоднократно переиздавалась. – *Примеч. ред.*)

Четыре краеугольных камня успешного воспитания

Я считаю, что детские нужды могут быть представлены в виде четырех пунктов, каждый из которых является ключом к правильному воспитанию. Я называю их краеугольными камнями воспитания. В этой книге мы рассмотрим разнообразные пути удовлетворения нужд ребенка, а затем поговорим о том, как заложить этот четырехгранный фундамент для их настоящей и будущей благополучной и счастливой жизни.

Внешнее выражение вашей любви должно соответствовать возрасту и уровню развития личности вашего ребенка. Проявление любви, о котором мы говорим как об основе успешного воспитания, складывается из следующих четырех краеугольных камней:

- удовлетворение эмоциональных и всех жизненно важных потребностей ребенка;
- дисциплинирование в атмосфере любви;
- обеспечение физической и эмоциональной безопасности ребенка;
- развитие у ребенка навыков управления своим гневом.

Стараясь удовлетворять нужды маленьких детей в возрасте от 2 до 12 лет, никогда нельзя упускать из виду главную цель воспитания: подготовку их к ответственной, счастливой и успешной взрослой жизни. Именно вы закладываете сейчас фундамент их будущего, поскольку сами они сделать этого еще не могут. Если же вы ограничитесь реакцией на конкретные поступки детей и устранились от активного участия в их жизни, пока не придет беда, то чувство безнадежности и отчаяния станет вашим спутником, ибо вы всегда будете плестись в хвосте событий. Такое положение, в свою очередь, не может не отразиться на ваших детях: они будут постоянно разочарованы и в себе, и в вас, потому что их собственное незрелое сознание приведет их к опрометчивым поступкам. Они нуждаются в вашем руководстве и наставлении, а не просто в ваших реакциях на их поведение.

Если вам удастся применить четыре основополагающих принципа, указанных нами выше, вы сможете с течением времени ослабить контроль над детьми, поскольку будете уже достаточно уверены в их готовности и способности принимать правильные решения, что является залогом их продуктивной и счастливой взрослой жизни.

Мэри и краеугольные камни воспитания

Давайте теперь посмотрим на историю Мэри и ее семью с точки зрения указанных четырех краеугольных камней успешного воспитания.

Эмоциональные и все жизненно важные нужды

Полное и постоянное восполнение эмоциональных потребностей ребенка – первый элемент фундамента успешного воспитания. Чтобы дети имели здоровую уверенность и стойкость и могли справляться с ударами и неприятностями в своей жизни, они, прежде всего, должны чувствовать любовь и искреннюю заботу родителей. Но, как известно, многие дети и взрослые страдают от беспокойства, депрессии и чувства неполноценности, что не позволяет им достойно функционировать в нашем сложном, исполненном соперничества, обществе. В результате многие избирают наиболее простой, как им кажется, выход, – деструктивное поведение.

Мэри открыла мне, что никогда не ощущала глубокой родительской любви. Она признает, что о ней всегда заботились в детстве, однако, она никогда не чувствовала, что ее искренне любят. Осознание этого факта сильно поразило ее, потому что она росла в хорошем доме, где все ее физические потребности щедро удовлетворялись. На самом деле она часто испытывает неловкость и чувство вины за свое неполноценное и скудное общение с родителями. И, хотя она любит их, она совсем не умеет выражать свою любовь, и эта неспособность наводит ее на мысль о своей неполноценности. В результате она сторонится родителей и оказывается лишенной того общения с ними, которое она хотела бы иметь.

Беседуя с родителями Мэри, я убедился в том, что они глубоко ее любили и любят. Однако они опасались, что дочь может «испортиться», и поэтому приоритетным способом общения с ней избрали постоянную корректировку ее поступков и наказание или угрозу наказания. Если бы они могли объективно оценить свое поведение по отношению к дочери, они бы поняли, почему она не чувствовала себя любимой. Все внимание они сосредоточили на ее поведении и своей реакции на него наказанием, а отнюдь не на ее душевных потребностях. А ведь дисциплинирование ребенка проходит гораздо эффективнее в атмосфере любви.

Если бы родители Мэри были внимательны к ее глубокой потребности в любви и заботились о ее удовлетворении, она бы не страдала комплексом неполноценности и не нуждалась бы в постороннем руководстве, создавшем такие серьезные проблемы в ее жизни³. Она умела бы правильно ставить акценты и противостоять давлению извне. Она смогла бы в самом деле достигать желаемого, а не становиться жертвой своих подсознательных мотивировок, порождающих бунт, гнев и деструктивное поведение.

Хотя для наблюдательного человека совершенно очевидно, что Мэри постоянно испытывала недостаток необходимого ей эмоционального питания, сама она этого не понимала. Это поселило в ее душе смятение и эмоциональное напряжение, лишило ее чувства защищенности, в котором она так остро нуждалась, и, как результат, вылилось в пренебрежение к учебе и преждевременные взрослые отношения. Родительская любовь – вот что ей было нужно больше всего, и дефицит этой любви стал причиной ее большого несчастья.

³ Принцип удовлетворения эмоциональных потребностей ребенка рассматривается подробно в главе 2. Дополнительно см. Gari Chapman and Ross Campbell, *The Five Love Languages of Children* (Chicago: Northfield, 1997), 17–20.

Дисциплинирование

Многие родители введены в заблуждение рекомендациями неверных воспитательных методов, которые постоянно пропагандируются вполне благонамеренными людьми, не умеющими, однако, увидеть всю картину в целом. Метод реагирования на поступки, как кажется, работает неплохо, пока дети малы, и родители успокаиваются, полагая, что выбрали правильный путь. Но со временем они обнаруживают, что метод больше не срабатывает, а в семье начинают возникать проблемы. Позднее, когда дети отходят от дома и обращаются к дурному образу жизни, родители оказываются в полном недоумении. Так произошло в семье Мэри. Главная ошибка ее родителей – чрезмерное увлечение методом наказания за проступки.

Физическая и эмоциональная защищенность

Каждый ребенок нуждается в родителе, способном защитить его от физического и душевного вреда. Поразительно, что приходится напоминать об этом сегодня, когда наше общество просто кишит негативными явлениями, которые угрожают нашим детям. О некоторых из них просто страшно говорить, тем не менее они постоянно совершаются втайне, и бессовестные люди добиваются до детей за спинами их родителей и делают на них деньги.

Не секрет, что родительские представления о собственных детях нередко резко расходятся с реальностью. Об этом свидетельствуют результаты опросов молодых людей, откровенно рассказывающих о своей жизни и о своих родителях, которые склонны идеализировать поведение своих детей.

Мы благодарны Богу за то, что наше общество все еще сохраняет множество прекрасных, здоровых, возвышенных и вдохновляющих стимулов, которые мы призваны отстаивать. Однако нельзя преуменьшать угрозу роста негативных и разрушительных начал, готовых нанести урон нашим детям.

Так Мэри рассказала мне о своей незащищенности перед вредным воздействием разнообразных форм масс-медиа и Интернета. Не научившись принимать самостоятельные решения, она часто поддавалась влиянию более сильных сверстников и не умела противостоять тем соблазнам, с которыми столкнулась, оказавшись вне дома.

Хотя Мэри воспитывалась в христианской семье и была активна в церкви, она нуждалась в более крепкой защите от вредного воздействия общества. Неравнодушным родителям следует вместе подумать о разнообразных здоровых видах деятельности, которыми можно занять своих детей, включая и физическую нагрузку. В противном случае, их детей может соблазнить обилие вредных и даже губительных занятий. Нам нужна и помощь церковных общин, их лидеров и учителей – всех тех, кто разделяет наши ценности.

Ответственные родители нередко чувствуют себя как на поле боя, впрочем, так оно и есть. В нашем обществе немало откровенно циничных людей, которые используют детей ради прибыли или других прихотей. Стал более агрессивным бизнес по развращению детей в сети Интернет. Детская порнография выросла в целую индустрию, а наше правительство недостаточно активно противостоит этой угрозе. Ради наших детей нам следует взять на себя ответственность за оздоровление социального климата. И здесь нам необходимы сплоченность и единство. Мы, христиане, должны рассматривать это как наш долг и возможность потрудиться вместе ради Царства Божьего.

Умение справляться с гневом

Развитие умения контролировать свой гнев является наиболее сложной сферой воспитания. Действительно, очень трудно научить детей позитивно управлять собственным гневом. Впрочем, немногие взрослые могут похвастать умением справляться со своим гневом, поскольку никто никогда их этому не учил. И совсем немногие родители видят свою задачу в выработке этого навыка у своих детей.

За последнее время мы стали свидетелями крупных проявлений гнева в нашем обществе, так что ожидать какой-то действенной помощи в этом направлении от большинства воспитательных учреждений нам не приходится. Мы, как родители, должны хорошо осознавать чрезвычайную важность выработки у детей навыков контроля над гневом, хотя многие из нас все еще плохо представляют себе, как это делается.

Не получив надлежащего родительского воспитания, нынешнее поколение не умеет справляться с приступами агрессивности и гнева сознательными и зрелыми методами, и мы повсюду видим доказательства этого – насилие над личностью, неподчинение законным властям, враждебные взаимоотношения. В главе 6 мы более подробно рассмотрим эту важнейшую проблему.

Мэри рассказала, что в своей семье она столкнулась с сильными всплесками родительского гнева, когда была еще ребенком. Родители ее часто ругались, и это создавало в семье атмосферу напряженности и дискомфорта, особенно вредную для ребенка. Мэри очень боялась родительского гнева, особенно отцовского. Это мешало ее свободному общению с родителями и вызывало в душе сильный протест. Ей иногда хотелось огорчить или даже навредить им, чтобы еще больше разозлить их. Внутреннее противостояние родителям подчас принимало форму неподчинения, хотя в открытый конфликт с родителями она вступала довольно редко.

Мэри было нелегко говорить об этом, потому что она все-таки любит своих родителей и не хочет причинить им боль своими словами. Но именно в результате частых ссор родителей у Мэри тоже были приступы агрессивности, с которыми она не умела справляться, так как никто никогда не учил ее этому. И поведение родителей не стало для ребенка хорошим примером для подражания.

Изменить свой подход к воспитанию

Возможно, читая эти строки, вы подумали: «Да, я поступал(а) неправильно и теперь, если еще не слишком поздно, я не знаю, с чего начать». Но не отчаивайтесь. Если ваш ребенок все еще с вами и вы хотите пересмотреть свой подход к воспитанию, то вы еще сможете многое изменить в жизни вашего ребенка с тем, чтобы достичь конечной цели – подготовить его к взрослой жизни.

Когда я думаю о подобных переменах, я вспоминаю о Жанне и Майке, родителях мальчика по имени Джим. Когда ему было 15 лет, Жанна позвонила мне и сказала: «Джим очень хороший, очень добросовестный; он был послушным и дисциплинированным ребенком, особенно в младшем возрасте. И он всегда хорошо ладил с другими детьми и участвовал в молодежных программах церкви. У нас с мужем не было проблем, пока Джиму не исполнилось 12 лет, когда он стал вдруг необычайно замкнутым. Он перестал разговаривать с нами и с другими как прежде. Мы решили, что это обычная подростковая депрессия. Однако его оценки в школе сильно ухудшились, он захотел бросить спорт и оставить молодежные церковные мероприятия. Вот почему я позвонила вам».

Позднее, при встрече, я узнал, что родители Джима были по-настоящему активными христианами, искренне любили своего ребенка и заботились о нем. И они не могли понять причины депрессии сына и того факта, что их воспитательный метод только усугублял его состояние. Они полагали, что строгая дисциплина должна определять их отношения с ребенком, и потому видели свой первейший долг в непреклонной реакции на поведение и поступки Джима. Они находились под сильным влиянием христианских книг для родителей, сфокусированных на «дисциплине» и упустивших из вида столь необходимую для ребенка заботу о его эмоциональных потребностях.

При малейшей ошибке или непослушании Джима тотчас следовала негативная реакция родителей: резкие, подчас оскорбительные обличения и физическое наказание. Естественно, во всем этом присутствовал гнев и раздражение. Жанна и Майк не понимали, что напряжение в душе Джима росло. Они искренне верили, что воспитывают сына «правильно» – именно так, как им было рекомендовано многочисленными «экспертами».

В ходе наших бесед Жанна и Майк вскоре осознали, что им нужно пересмотреть свое понимание жизненно важных потребностей детей. Они сумели сместить акценты и перейти от негативной реакции к активному общению, в котором раскрывалась вся их любовь к сыну, и удовлетворялись тем самым его эмоциональные потребности. В результате мальчик стал быстро выходить из депрессивного состояния.

С тех пор уже в течение года Жанна и Майк неуклонно следуют этим путем, поставив в центр своего внимания важнейшие нужды сына, и Джим стал прежним счастливым и активным ребенком. Эта история закончилась хорошо, потому что родители мальчика научились щедрости и готовности отдавать, то есть восполнять эмоциональные нужды детской души.

Взгляд в будущее

Сколько бы лет ни было нашим детям, пять или пятнадцать, мы всегда думаем о их будущем, о том времени, когда они станут вполне самостоятельными. В каком-то смысле, все наши воспитательские усилия имеют одну цель – подготовить детей к ответственному отношению к себе и умению правильно поступать во взрослой жизни. Это последовательный процесс, совершающийся постепенно, шаг за шагом.

Сегодня он проходит еще медленнее, чем раньше, потому что взрослеющим детям требуется теперь больше времени для обретения полной самостоятельности. Такое положение повлекло за собой определенные последствия в психологической, физической и финансовой сферах. Нам, родителям, необходимо понимать этот феномен последнего времени и обратить его на пользу нашим детям. В условиях культуры, которая представляет серьезную угрозу для детей и сбивает их с правильного пути, мы обязаны сосредоточить усилия на подготовке их к будущей жизни.

Родителям Мэри, когда они отпустили дочь в самостоятельную жизнь, не удалось защитить ее от беды, потому что они не сумели выполнить ее потребности в соответствии с четырьмя основополагающими принципами, перечисленными в этой главе. Но теперь они знают, что никогда не поздно начать исправлять свои ошибки, уповая на Божью помощь. Бог – великий Мастер превращать в благословение даже самую безнадежную ситуацию.

Глава 2

Почему все это произошло с нами?

Когда разрушены основания, что сделает праведник?
Пс. 10:3

Когда я оглядываюсь на свое детство, то вспоминаю его как чудесное время и для детей, и для родителей. Все мы знали тогда, что должны делать. Мир вокруг нас был дружелюбен и предсказуем. Закончилась Вторая мировая война; люди испытывали огромное облегчение и подъем. Кругом создавались молодые семьи, которые дали большой «бэби бум» в период с середины 1940-х до начала 1960-х годов. Преступность была невелика, улицы – безопасны, а единственным наркотиком был алкоголь. Большинство людей имели одни и те же ценности – во всяком случае, так казалось. Было общее согласие в понимании добра и зла.

Золотые «пятидесятые»

При взгляде на собственное прошлое всегда кажется, что трава раньше была зеленее, и забывается, что каждое поколение имеет свои проблемы. Однако эти проблемы тогда сильнее сказывались на других социальных и расовых группах, чем на наших собственных семьях и на судьбах наших друзей. Так было в пятидесятые годы – период «традиционной семьи» с его большими семьями, низким уровнем разводов и даже низкой инфляцией.

Это время, однако, тоже имело свои проблемы. Американцы стали свидетелями разгула расизма, явного неравенства и классового разделения общества. Тем не менее при всех этих несправедливостях стабильность общественного уклада и семейных отношений обеспечивали предсказуемость и всеобщую безопасность.

В своей книге «Война против родителей» («The War Against Parents») авторы Сильвия Анна Хьюлетт и Корнел Уэст – белая и чернокожий – анализируют время пятидесятых. Не сглаживая сложности и недостатки этого десятилетия, они, однако, считают, что мы должны со вниманием отнестись к положительным моментам той культуры. Уэст говорит о том, что существовавшие тогда сплоченные, трудолюбивые семьи и сеть многочисленных организаций, поддерживающих семью, а также церкви создавали атмосферу стабильности, что позволяло ему, чернокожему, хорошо жить даже в условиях сегрегации⁴.

Да, я хорошо помню то время, когда телевидение еще не контролировало жизнь детей, а насилие над детьми было делом неслышанным. Жизнь была гораздо понятнее. Учителя разделяли взгляды родителей на воспитание, а родители поощряли уважение к учителям и другим государственным служащим. Молодые люди оканчивали школы и поступали в колледжи или шли работать. Все мужчины были годны для шестилетней военной службы, из которых, как минимум, два года они проводили в действующей армии. Все молодые люди, желающие работать, могли получить место. В это послевоенное время всеобщего подъема увольнения были редкостью. Если жизнь и не была для всех счастливой, то она была, как минимум, стабильной. Тогда никто не слышал таких слов, как «жертва стресса» или «безнадежно».

⁴ Mary Stewart Van Leeuwen. "Parenting and Politics: Giving New Shape to 'Family Values'", *Christian Century*, 29 July 1998, 719.

Неспокойные «шестидесятые»

В период «холодной» войны нашим общим врагом был Советский Союз, и мы вошли в 1960-е годы как нация, сплотившаяся против советского коммунизма. В 1962 году разразился Кубинский кризис, и напряженность достигла максимума, когда советский лидер Никита Хрущев получил возможность расположить баллистические ракеты среднего радиуса действия на расстоянии всего 90 миль от американского побережья. Будучи тогда молодым морским офицером, я был готов отдать приказ нашему конвойному эсминцу в любой момент открыть огонь по советскому судну, которое с грузом ядерных ракет направлялось на Кубу и которое мы потом развернули.

В конце концов русские отказались от своих притязаний, однако предстояла еще длительная борьба с советской угрозой. Все мы жили тогда одной мыслью: защитить себя от этой «империи зла». Да, мы чувствовали себя американцами и чрезвычайно гордились этим. Мы спасли мир от Гитлера и теперь спасали его от СССР.

А потом пришел Вьетнам, и появилась молодежная контркультура. Волна насилия и протестов прокатилась по нашим студенческим городкам, сопровождаясь захватом административных зданий, поджогами пунктов подготовки офицеров запаса и битвами с полицией. Многие молодые люди осуждали военную политику Вашингтона и даже считали, что она способствует разгулу секса и распространению наркотиков. Привычный для всех нас образ жизни оказался под угрозой. Некоторые миссионеры, жившие в конце 1960-х в Южной Америке и узнававшие о новостях обычно только из журналов, таких, как «Time» и «Newsweek», опасались возвращаться в США в 1970 году, боясь уличных стычек, бомбежек и поджогов. Им казалось, что вся страна вышла из-под контроля.

В 1999 году телезрители увидели документальный фильм о том тревожном времени, показавший всем так называемую сексуальную революцию, затем законодательное разрешение абортов в 1973-м, политические интриги, вылившиеся в Уотергейтское дело, а также как следствие всего этого, – всеобщее разочарование. Сан-Франциско и затем Вудсток стали местами слетов хиппи, наслаждавшихся внезапно обретенной юношеской «свободой».

Модификация поведения и «семидесятые»

Пока на улицах бушевала молодежная революция 1960-х, в университетских офисах и лабораториях происходил скрытый от глаз процесс – разработка нового образа мышления, называемого *бихевиоризмом*. Бихевиоризм появился на свет в результате десятилетних экспериментирований с поведением животных. Методика приложения этой концепции к детям и молодежи получила название *модификации поведения*. Ее ростки, только появившиеся в 1960-х, расцвели пышным цветом в 1970-е годы, когда ее влияние на воспитание американских детей и в светских, и в религиозных семьях стало повсеместным.

Согласно этой концепции, поведением детей можно управлять, используя либо *позитивное подкрепление* (посредством введения позитивных факторов в окружающую обстановку), либо *негативное* (устраняя позитивные факторы из окружающей среды), либо применяя *наказание* (через введение негативных факторов в окружающую ребенка обстановку). Примером позитивного подкрепления является награждение ребенка за хорошее поведение конфетой или фруктом; примером же отрицательного может быть запрещение смотреть телевизор. В качестве наказания можно использовать, например, такой прием. Слегка нажать трапециевидную мышцу, в результате чего в плечо посылается болевой импульс, который закрепляется в сознании как реакция на неправильное поведение.

Методика управления поведением стала необычайно популярной в 1970-е годы под воздействием сеансов, на которых ее авторы демонстрировали свои достижения на животных. Я помню, как нам показывали голубя, танцевавшего шотландскую джигу. Если поведением животных можно так успешно управлять, то чего можно достичь в случае с детьми!

Бихевиоризм стал доминирующей концепцией всех психологических воспитательных программ и вскоре методика управления поведением приобрела статус основного психологического подхода к воспитанию. К сожалению, активное применение ее на практике было чревато серьезными потерями. Все внимание она сосредоточивает на поведении, несколько не интересуясь чувствами и психикой ребенка. Между лабораторными крысами и детьми огромная пропасть, а эти «эксперты» просто забыли о том, что крысы и дети устроены совершенно по-разному. В течение всех последующих лет методика модификации поведения была главенствующей воспитательной концепцией в Америке, даже если об этом не говорилось вслух. Дети, воспитанные в соответствии с ней, усваивают стойкие и прочные навыки на всю жизнь, о чем свидетельствует жизненная позиция возвращенных в этом духе подростков. Когда их просят сделать что-нибудь, то вместо положительного и доброжелательного отклика от них часто слышат следующее: «А что я буду за это иметь?»

Когда в конце 60-х годов протесты американской молодежи против войны во Вьетнаме рассматривались как проявления революционной контркультуры, многие психологи обвинили в этом семью с ее «вседозволенностью». Однако причина была другой, потому что семейное воспитание детей не имело никакого отношения к молодежному движению. Я согласен с мнением покойного великого христианского философа Фрэнсиса Шеффера, утверждавшего, что движение контркультуры было порождением возраста, статуса и зрелости нашей культуры и было предопределено Вьетнамской войной, а не родителями. Тем не менее психологи-бихевиористы и некоторые благонамеренные социологи настаивали на том, что именно родительская мягкость и попустительство способствовали появлению контркультуры, восставшей против законных институтов власти. Этот аргумент стал превалирующим, и концепция дисциплинирования посредством корректировки поведения была единогласно одобрена, что расчистило ей путь в семидесятые годы.

Современная концепция модификации поведения

Сущность бихевиоризма – это непосредственная реакция на поведение ребенка и полное игнорирование его важнейших эмоциональных потребностей. Главная проблема сегодня в том, что бихевиористы взяли верх в сфере воспитания, и это особенно очевидно в христианской среде. Все это привело к многочисленным разногласиям и конфликтам при выборе методов воспитания детей. Я допускаю, что в некоторых случаях модификация поведения может быть эффективной и вполне уместной, однако она никогда не может играть главную роль в отношениях с ребенком.

Большинство бихевиористов, включая христиан, не заявляют открыто о своей приверженности этому течению. Их теории звучат весьма убедительно. Посредством своих книг и программ эти специалисты убедили обеспокоенных родителей использовать методику бихевиоризма, даже не поставив их в известность о ее названии, поскольку в этом случае многие религиозные семьи и общины просто отвергли бы ее.

Представительница бихевиоризма, уважаемый мною доктор Рут Петерс, автор книги «Не бойтесь приучать к дисциплине» («Don't be Afraid to Discipline»), – одна из немногих, честно признающих свою позицию⁵, – так говорит о любви:

«Любить – значит быть готовым идти на риск ради того, чтобы помочь своим детям выработать стандарты поведения, которыми и они, и вы можете гордиться. В этом основа формирования здоровой самооценки. Не научившись различать доброе и злое, ребенок никогда не сможет правильно оценить себя. Любовь подразумевает постановку границ, которые сегодня, возможно, озлобляют и разочаровывают вашего ребенка, но которые помогут ему развить в себе высокий уровень нравственности, с которым он войдет во взрослую жизнь»⁶.

Петерс совершенно права в том, что для формирования правильного мировоззрения ребенку просто необходимо чувствовать себя любимым. А любовь к ребенку предполагает его воспитание. Однако воспитание даст свои плоды, и личность ребенка максимально раскроется только в атмосфере любви. Бихевиоризм очень мало говорит о любви к детям – о том, как важно, чтобы детская душа постоянно встречала потоки любви и была всегда наполнена ею. Я могу порекомендовать книгу доктора Петерс в качестве сборника полезных мыслей и методов разъяснения ребенку последствий его поступков, но не как руководство в общении с ним. Если мудрые родители строят свои отношения с ребенком на любви, он будет адекватно реагировать на дисциплинарный контроль. *Бихевиористский подход фокусируется исключительно на поступках и считает, что ребенок чувствует любовь просто потому, что родитель корректирует его поведение.* Эта предпосылка в корне ошибочна.

В литературе по модификационной теории я нахожу многочисленные примеры результатов воспитания методом наказания, но почти ни слова о передаче любви из родительского сердца в сердце ребенка. Петерс с похвалой отзывается о других подобных книгах. К примеру, она называет работу Джеймса Добсона «Новый взгляд на дисциплину» («The New Dare to Discipline») «классической книгой». К великому сожалению, многие книги для родителей, написанные представителями бихевиористской концепции, не содержат указания на приверженность авторов этой теории. И верующие родители полагают, что содержание их чисто «христианское» только потому, что написаны они религиозным языком и авторы их являются христианами.

⁵ Ruth Peters, *Don't Be Afraid to Discipline* (New York: Golden Books, 1997), 71.

⁶ Ibid., 189.

В чем причина наших неудач?

Когда в семидесятых годах начали появляться книги для родителей, пропагандирующие метод модификации поведения, большинство серьезных специалистов в области семьи и детства были шокированы. Они просто не могли поверить в то, что опытные профессионалы не задумались об эмоциональном развитии личности ребенка. Они предсказали тогда, что если родители, будь они самые религиозные и равнодушные, примут эту тонко завуалированную бихевиористскую систему воспитания как руководство к действию, то у молодого поколения возникнут такие психологические и поведенческие проблемы, которые приведут к деградации всего общества, и произойдет это, по их подсчетам, примерно через 14 лет.

Трагедия в том, что эти люди оказались правы. Мы стали свидетелями тяжелых проблем с молодыми людьми из так называемых «хороших» семей. Родители этих детей, связывавшие с ними самые радужные надежды, не могли и подумать о тех плодах, которые им придется вкушать. Они тем более обескуражены такими результатами, что следовали советам известных «экспертов».

А причиной всех несчастий было то, что большая часть христианской общественности приняла философию бихевиоризма, о которой мы уже говорили в главе 1. Согласно этой теории все родительские усилия направляются на корректировку поведения ребенка, а нужды ребенка как личности остаются в забвении. Если главной целью родителей трех-, десяти- или пятнадцатилетнего ребенка становится изменение его поведения, то их действительно мало заботят потребности детской души. Миллионы по-настоящему заботливых родителей взяли на вооружение систему поощрения и наказания, совершенно упустив из виду эмоциональную сторону личности своего ребенка.

В 1994 году Джош Мак-Дуэлл и Боб Хостетлер в своей книге «Между добром и злом» («Right from Wrong») проанализировали проблемы, существующие в большинстве семей. Они опирались на данные статистических исследований («Статистика церковной молодежи 1994 г.»), проведенные Научным центром Барны среди 3700 молодых людей из тринадцати евангелических деноминаций на основании подробного и строго конфиденциального опроса. Все эти молодые люди активно участвовали в жизни церкви и характеризовали своих матерей и отцов как любящих родителей и очень положительно отзывались о своих семьях. Несмотря на это, исследования показали, что эти подростки жили на грани морального срыва, находясь гораздо ближе к катастрофе, чем могло показаться со стороны. Опрос выявил не только истинный характер поведения своих участников, но и перспективы – то, чем эта молодежь станет через несколько лет.

Оказалось, что нашим молодым людям, большинство из которых заявили о своей личной посвященности Иисусу Христу, свойственно недопустимое, аморальное и даже преступное поведение. Только за предшествующие три месяца:

- двое из каждых троих (66 %) подростков в возрасте 11–18 лет лгали одному из родителей, учителю или другому взрослому;
- шесть из десяти (59 %) лгали своим сверстникам;
- почти половина (45 %) смотрели канал MTV, как минимум, раз в неделю;
- один из троих (36 %) списывал на экзамене;
- один из четырех (23 %) курил сигареты или что-то подобное;
- один из девяти подростков (12 %) пил спиртное до состояния опьянения;
- один из десяти (8 %) пробовал запрещенные наркотики.

Эти данные показывают, что молодежь из хороших христианских семей находится под сильным влиянием современного общества и его соблазнов. К 18-летнему возрасту, как оказалось, более 50 % этих молодых людей уже познали интимные ласки и имели половые связи. Половина всех (50 %) сказали, что находятся в состоянии стресса⁷.

Сравнивая эту картину с положением дел у остальной части общества, мы видим, что в христианской среде дела обстоят много лучше. И, тем не менее, огромное число наших подростков постоянно лгут, хитрят, крадут, употребляют наркотики, вредят окружающим и занимаются различными видами секса.

Джош Мак-Доуэлл сказал: «Мы можем стать одним из немногих цивилизованных обществ в мире, которое неспособно передать свои нравственные ценности своим детям. И это вызывает у нас огромную тревогу, потому что, если мы не сможем передать огонь веры и чувство ответственности нашим детям, они никогда не оправдают наших надежд, а последствия этого для общества будут самыми тяжелыми».

⁷ Josh McDowell and Bob Hostetler, *Right from Wrong* (Dallas: Word, 1994), 8–9.

Где же ответ?

Для того чтобы дети подражали своим родителям, последние должны быть внимательны к внутренним потребностям своих детей. Ребенок не может идти за родителями по пути веры и нравственного совершенства, если он не идентифицирует себя с ними как личность, а это невозможно, если родители не отвечают на чувства и эмоциональные потребности ребенка.

Принцип реагирования на поведение не может восполнить нужды ребенка. Чем глубже бихевиористские установки входят в процесс воспитания, тем активнее родители заняты своей реакцией на поступки детей. Преувеличивая роль поведения ребенка в формировании его жизненной позиции, они применяют принцип поощрения и наказания в строгом соответствии с его поступками. Конечно, поведение ребенка очень важно, даже принципиально важно, но когда родители неоправданно завышают его значение в ущерб духовным и душевным потребностям ребенка, столь же жизненно важным, то они подготавливают тем самым почву для серьезных проблем в будущей жизни своих детей.

Методика бихевиоризма поощряет наказание, и особенно физическое. Разумеется, воспитание немыслимо без наказания, однако неоправданно часто ему уделяется слишком большое внимание. Сторонники этой теории, особенно христиане, называют шлепки и щипки чуть ли не основными видами наказания, и в некоторых популярных книгах для родителей физическое наказание объявляется главным средством воспитания ребенка.

Применяя наказание, родители должны хорошо подумать над тем, какой вид наказания оправдан в данном случае, с данным ребенком, с учетом конкретного проступка. Бывает, что шлепанье просто губительно для ребенка. Родители, заботящиеся о психическом и духовном развитии ребенка, не будут «зацикливаться» на модификации его поведения. Конечно, совсем без наказания обойтись нельзя, но надо очень осторожно выбирать подходящий и оправданный вид наказания в каждом случае. Об этом мы поговорим в следующих главах.

Мэри и ее родители

В первой главе я рассказал вам о Мэри, о том, что в детстве ее родители очень боялись, что она «испортится». Дэн и Джейн очень любили свою дочь и хотели быть уверены, что она не станет жертвой своего дурного поведения, как многие другие. Поскольку родители Мэри не знали никаких других способов воздействия, кроме физического наказания, ей иногда доставались шлепки по несколько раз в день. Если девочка сразу же реагировала на них, родители считали, что наказание «подействовало», а когда они беседовали об этом со своими верующими друзьями, то находили у них полное одобрение физического наказания дочери, хотя чувство собственной вины не покидало их.

К сожалению, Дэн и Джейн не искали других средств помочь Мэри и научить ее управлять своим поведением; они даже не задумывались над причинами ее непослушания. Они не стремились понять свою дочь и найти более мягкий метод воспитания. Шлепки оставались единственным способом корректировки поведения дочери. Дэн и Джейн не искали путей к ее сердцу, чувствам и мыслям. Иногда ее поощряли подарками за хорошие оценки в школе и другие успехи. Они понимали процесс воспитания так, как понимают его большинство современных родителей, – как управление и контроль посредством наказания. Они не догадывались о необходимости разумного удовлетворения жизненно важных душевных потребностей Мэри.

Будучи послушным ребенком, Мэри не доставляла больших хлопот родителям до тех пор, пока не повзрослела. А когда дремавшие в ней внутреннее сопротивление и гнев вырвались наружу, они выразились в ее опрометчивом, губительном для нее самом поведении.

Дэн и Джейн – умные и отзывчивые люди, и если бы они не доверились воспитательным теориям модификации поведения, упрятанным в христианскую упаковку, результат был бы совсем иным. Они могли бы, размышляя и раздумывая, сами найти правильный путь общения с ребенком, во всяком случае, достаточно правильный, чтобы предотвратить катастрофу, разразившуюся в жизни их дочери. Если бы родители Мэри осознавали, насколько важно было понимать ее душевные нужды, они научились бы идти им навстречу и восполнять их, и тогда в жизнь их дочери не пришла бы беда.

Вновь четыре краеугольных камня

Воспитание в атмосфере сердечного общения подобно сооружению фундамента, составленного из четырех крупных угловых блоков. Чтобы выдержать вес жизни, строящейся на них, их должно быть не менее четырех. Об этих краеугольных камнях воспитания мы говорили в первой главе:

- удовлетворение эмоциональных и всех жизненно важных нужд ребенка;
- умение приучать к дисциплине в атмосфере любви;
- обеспечение физической и душевной безопасности;
- развитие навыков контроля над гневом.

В случае потери или неправильного толкования одного из них родители будут иметь серьезные проблемы со своими детьми. В некоторых семьях последний строительный блок – управление гневом – явно недооценивается. Самый первый блок часто также бывает очень мал. Даже если родители глубоко любят своих детей, они, оказывается, не умеют выражать свою любовь. Можно себе представить, каким неустойчивым будет здание, построенное на таком фундаменте.

Когда родители действуют лишь методом корректировки конкретных поступков, они не могут увидеть душевные потребности ребенка и удовлетворить их. В этом случае воспитание не будет всесторонним, а такие его аспекты, как управление гневом ребенка, просто выпадают из поля зрения. Дети перестают признавать авторитеты и начинают противодействовать родителям, что кончается отрицанием духовных ценностей и веры родителей.

У таких детей отсутствует уважение к представителям законной власти, преподавателям и работодателям. Не это ли мы наблюдаем сегодня в нашем обществе? Всем сердцем я желаю, чтобы родители прежде всего позаботились о душе ребенка, и тогда управлять его поведением станет значительно проще. А главное – будет здоровое отношение и к самим себе, и к властям, и к родителям. В этом преимущество воспитания, основанного на постоянном общении в любви.

Метод модификации поведения может работать эффективно пока дети малы, и поэтому большинство родителей, доверившихся ему, его приняли. Например, шлепки, как правило, дают мгновенный результат, и, когда известные специалисты рекомендуют этот метод воздействия, родители охотно пользуются им. Я признаю, что шлепки бывают очень результативны, однако недолго. По мере того как дети растут, а подобные приемы воспитания продолжают к ним применяться, в сердцах их зреет протест и стремление подорвать родительский авторитет и планы. И тогда заботливые родители, уверенные в своей правоте, испытывают настоящее потрясение, узнав о том, что их дети ведут дурную жизнь и имеют губительные пристрастия. Эти родители, пытавшиеся сделать все возможное для своих детей, теперь угнетены чувством вины, обвиняют себя во всех несчастьях и постоянно ищут свои ошибки в воспитании.

Их главнейшая ошибка состоит в том, что они слепо следовали бихевиористской теории наказания и угодили в капкан, но об этом мы поговорим в главе 3.

Что нужно нашим детям?

В 1995 году Ассоциация Карнеги по воспитанию подростков опубликовала список «устойчивых человеческих потребностей», важных для здорового развития личности. Вот в чем нуждаются молодые люди:

- тесные и устойчивые отношения с другими людьми;
- ощущение своей ценности как личности;
- формирование надежных предпосылок для сознательного выбора;
- здоровая любознательность и умение познавать;
- быть полезными другим людям;
- вера в будущее⁸.

Тем временем, Научно-исследовательский институт в Миннеаполисе предложил четыре ключевых аспекта, формирующих умение делать разумный выбор:

- здоровые ценности как основа правильных решений и действий;
- общественно полезные знания и умения;
- интерес к познанию;
- положительная самооценка.

Чтобы наши молодые люди смогли воспринять эти ключевые аспекты как свои собственные, эти аспекты должны стать таковыми для их родителей и для широкой общественности⁹.

Мы, как родители, хотим видеть наших детей эмоционально и интеллектуально полноценными людьми. Размышляя над разнообразием ситуаций на их жизненном пути, мы понимаем свою обязанность передать им свои духовные ценности, чтобы лучше подготовить их к жизни. Но это невозможно без тесной душевной, духовной, интеллектуальной и физической близости с ними. Мы должны знать, что нам поручена самая важная работа на земле – отвечать на все нужды наших любимых детей. Для этого требуется прочный фундамент, скрепленный четырьмя краеугольными камнями: *1) свободная отдача своей любви детям, 2) дисциплинирование в атмосфере любви, 3) обеспечение физической и эмоциональной безопасности и 4) привитие им навыков управления собственным гневом.*

Это благородная задача. Ее нельзя сводить к элементарному контролю за поведением детей. Она требует нашей полной погруженности в жизнь каждого ребенка и единства всей семьи.

Когда мы думаем о наших детях, нам не мешало бы обратить свой взгляд на много лет назад, на маленькое семейство в Вифлееме. Их первенец Иисус «преуспевал в премудрости и в возрасте и в любви у Бога и человеков» (Лк. 2:52). Какой глубокий смысл вложен в эту короткую фразу, как много любви и труда скрыто за этим благословенным взрослением! Прекрасный пример показывают нам Мария и Иосиф как родители, какими мы хотели бы быть. Двадцать первый век далек и непохож на первый век в Палестине, однако Божьи благословения нам ничем не отличаются от дарованных тогда Марии и Иосифу, и цель не изменилась: воспитать детей мудрыми, сознательными людьми, любящими Бога и людей.

⁸ “Assets”, Minneapolis: Search Institute, 1997, 2.

⁹ Ibid.

Глава 3

Первый краеугольный камень: воспитание в любви

Дети мои! станем любить не словом или языком, но делом и истиною.

1 Ин. 3:18

Все родители знают, что их детям нужна любовь, однако немногие из них отдают ее детям в необходимом им объеме. Для успешного и всестороннего развития ребенок нуждается в здоровом и постоянном общении со взрослыми, которые искренне заботятся о нем и непрестанно восполняют эмоциональные потребности детской души.

Очень немногие дети чувствуют искреннюю любовь и заботу родителей или кого-нибудь еще. Этим, главным образом, и объясняются душевные кризисы подростков. И все же, почему это происходит, если большинство родителей, несомненно, любят своих детей, если большая часть общественности принимает судьбу молодежи близко к сердцу?

Как и во всех других человеческих взаимоотношениях, дела говорят громче слов. Любовь к детям и заботу о них нужно активно проявлять, а не просто провозглашать. По двум причинам. Во-первых, нам свойственно сомневаться в словах, не подкрепленных делами, и это относится к людям всех возрастов, включая детей, хотя, конечно, взрослые понимают, что любовь может существовать даже там, где отсутствуют адекватные формы ее выражения.

Вторая причина важности внешнего проявления любви касается потребностей растущих детей. Дети приходят в этот мир уже с определенными психологическими и поведенческими задатками, но вербальному общению они учатся не один год. Это значит, что родителям приходится на начальных этапах жизни ребенка передавать ему свою любовь через эмоции и собственное поведение. Конечно, мы должны ежедневно выражать нашу любовь и словесно, ибо мы сами нуждаемся в этом больше, чем наши дети. Наши поступки, а не наши слова скажут ребенку, как мы его любим.

Однако недостаточно просто испытывать теплые чувства к детям, как недостаточно только говорить им об этом. Передавать свою любовь в их сердца – вот что важно, а для этого нужно любить их такими, какие они есть, любить активно, открыто выражая свою любовь. Такое выражение любви намного ценнее в глазах ребенка, чем ее простое провозглашение, хотя оба подхода могут успешно сочетаться. Когда наши слова и дела гармонично соединяются, наполняя детскую душу потоками любви, личность ребенка получает хорошее питание, достаточное для его всестороннего роста и взросления.

Наилучшее место для выражения любви – семья

Как нам совершенствовать свое умение постоянно выражать любовь? Наилучшее место для этого – домашняя обстановка.

«Важнейший фактор семейного климата – взаимоотношения супругов. И качество отношений между родителями и детьми, и присутствие у детей чувства защищенности во многом зависят от степени прочности брачных уз. Поэтому так важно помочь мужу и жене наладить свои взаимоотношения, прежде чем приступать к решению проблем воспитания детей». Я написал эти строки в книге «Как по-настоящему любить своего ребенка» двадцать пять лет назад – в то время, когда давление и атаки на семью не были столь сильными.

В этой книге вы много раз будете читать о безусловной любви. Только здоровая семья – источник благотворного питания ребенка и удовлетворения его душевных потребностей – способна передавать ему свою безусловную любовь. Атмосфера, лишенная безусловной любви, не позволит вам ярко и убедительно выражать ребенку свою любовь, ваши слова и действия будут противоречить самому воздуху, которым он дышит в семье каждый день. Хотя иногда вам будет сопутствовать успех, вы не достигнете полного взаимопонимания со своим ребенком.

Важнейший фактор: безусловная любовь

Настоящая любовь всегда безусловна. Это основа искренних, полноценных взаимоотношений с детьми, ибо только такая любовь может обеспечить здоровое психологическое и духовное питание ребенка. Только безусловная любовь способна обезопасить ребенка от спонтанного гнева, враждебности, чувства вины, депрессии, тревоги и чувства незащищенности, только она ставит потребности ребенка на первое место. Именно она является главным элементом первого краеугольного камня воспитания, основанного на активных взаимоотношениях.

За тридцать лет работы с семьями я еще не встречал ни одного исключения из следующего правила воспитания: *Невозможно приучить ребенка к дисциплине, если не построить свои отношения с ним на безусловной любви.* Сегодня многочисленные «эксперты» пытаются убедить родителей пренебречь этой истиной. Некоторые из них уговаривают родителей подходить к воспитанию прежде всего с позиций наказания, другие – довериться бихевиористским теориям, однако почти никогда не называя их открыто. Оба метода – это путь к будущим катастрофам в жизни детей и родителей, потому что в них ставятся акценты на поведение, а чувства детей и их духовное воспитание остаются в забвении. Опора на принцип реагирования на поступки ребенка может принести поначалу некоторые положительные результаты, однако многих неприятностей удалось бы избежать, если бы потребности детей стали приоритетными для родителей.

Вашему ребенку нужна эмоциональная поддержка. Только безусловная любовь поможет вам понять поведение ребенка и правильно действовать. Она – ваш маяк, без нее вы будете двигаться во тьме, без всяких опознавательных знаков, ободряющих и помогающих в пути. В таких условиях вы можете легко сбиться с верной дороги и потерять способность справиться с трудными ситуациями в жизни ребенка и своей собственной.

Безусловная любовь станет вашей опорой и укажет вам, как поступать в разных ситуациях, включая дисциплинирование. Только безусловная любовь поможет вам найти баланс между излишней строгостью и излишней мягкостью; только безусловная любовь позволит вам сохранить привязанность и уважение вашего ребенка; только она научит вас неустанно удовлетворять нужды ребенка как личности, а само воспитание больше не будет для вас унылой и безрадостной обязанностью.

Что же такое безусловная любовь?

Любить ребенка безусловно – значит любить его таким, каков он есть, невзирая ни на что, – ни на его способности, ни на внешний вид, ни на свойства характера. Любить, кого бы он вам ни напоминал, какой бы ни была история его жизни, какие бы надежды вы на него ни возлагали. Но самое главное – каким бы ни было его поведение. Это не значит, что оно вам всегда нравится; это значит, что вы всегда любите ребенка, даже когда его поступки вызывают у вас отвращение.

Безусловная любовь труднодостижима даже для многих идеальных родителей. Только Бог способен любить безусловно; только Он любит нас, когда мы этого совсем не заслуживаем. Мы же неспособны любить детей постоянно, но хотя бы большую часть времени – можем. Чем ближе мы к этому идеалу, тем лучше мы, как родители, становимся.

Когда наши дети были маленькими, нам с женой Пэт очень хотелось сказать: «Мы любим наших детей всегда, невзирая на их поведение». Но мы, как и многие другие, не могли сказать этих слов. И все же мы можем отдать должное самим себе за то, что всячески стремились к этой прекрасной цели – любить их безусловно.

Возможно, вам помогут некоторые установки, о которых мы с женой старались помнить постоянно:

1. Это дети.
2. Они ведут себя как дети.
3. Поведение детей часто не радует.
4. Если я, воспитывая их, проявляю свою любовь, несмотря на их поведение, они смогут осознать свои недостатки и отказаться от них.
5. Если я люблю их только тогда, когда они радуют меня (условная любовь), и выражаю свою любовь только в этих случаях, они не почувствуют себя любимыми искренне. А это, в свою очередь, породит у них чувство незащищенности и повредит их самооценке, что, в конце концов, будет *препятствовать* дальнейшему формированию у них самоконтроля и умения управлять своим поведением. Следовательно, за их поведение и его совершенствование я несу не меньшую ответственность, чем они сами.
6. Если я люблю их безусловно, они будут в мире с собой и свободны в общении с другими. Они вступят во взрослую жизнь, научившись контролировать чувство тревоги и беспокойства и, следовательно, свое поведение.
7. Если я буду любить их только тогда, когда они выполняют мои требования и оправдывают мои надежды, это поселит в них чувство неуверенности в себе. Они утвердятся во мнении, что прилагать большие усилия в каком-то деле бесполезно, поскольку все равно их будет недостаточно. Чувства незащищенности и беспокойства станут их постоянными спутниками и препятствиями для их эмоционального взросления и умения контролировать свое поведение.

В период моего становления как родителя и ради благополучия моих сыновей и дочери я молился о том, чтобы моя любовь к ним стала настолько безусловной, насколько это возможно для меня. Будущее моих детей зависело от этого; от этого зависит и будущее ваших детей.

Младенческая чувствительность

Дети необычайно чутки. С момента рождения младенец чувствует материнские эмоции. Ощущение ребенком малейшей неприязни к нему со стороны матери тормозит его развитие, отрицательно влияет на его питание и сон, делает его капризным и вообще несчастным. При временных осложнениях – болезни или депрессии матери – ребенок отражает ее настроение на протяжении всего этого неблагоприятного периода, а если неблагоприятие затягивается, то это может повлиять на всю его жизнь. Дело в том, что младенец не может правильно истолковать материнские чувства и невольно принимает их за нелюбовь к себе, даже когда это совсем не так.

Маленький ребенок выражает свое восприятие мира через свои эмоции и чувства, лишь позже вместе с родителями он научится управлять своим поведением. Его душевное состояние зависит от того, как он воспринимает своих родителей, самого себя и свою семью. Это означает, что детским чувствам мы должны уделять максимум внимания, и не только в младенческом возрасте, но и как можно дольше.

Воспитывая своего ребенка на основе безусловной любви, вы закладываете надежный фундамент его судьбы. Если же младенец ощущает мир как нечто враждебное, чуждое и равнодушное, то в душе его поселяются тревога и волнение со всеми тяжелыми последствиями во всех сферах его будущей жизни. Такой ребенок неизбежно будет иметь проблемы в общении с людьми, в учебе, в умении выражать свои мысли и управлять своим поведением. Испытывая постоянное беспокойство, ребенок становится восприимчивым ко всевозможным негативным воздействиям нашей культуры. Основная причина употребления наркотиков детьми заключена в желании справиться с чувством тревоги.

Бихевиористский подход к воспитанию закрывает глаза на этот важнейший фактор. Хотя некоторые бихевиористы признают необходимость выражения любви для блага ребенка, однако никто из них до сих пор не объяснил, как это осуществить в условиях системы «поощрение-наказание».

Вознаграждая хорошее поведение и наказывая плохое, бихевиоризм поощряет условную любовь, которая никогда не сможет дать ребенку того, в чем он нуждается как личность, – доброту, тепло и участие. Все свои силы эта теория бросает на анализ поступков, оставляя в стороне актуальнейшие нужды ребенка, и это мешает ему правильно реагировать на замечания взрослых. Лишенный жизненно важного фундамента любви, ребенок вскоре начинает сопротивляться воле родителей и протестовать, хотя это может и не проявиться до наступления подросткового возраста.

Эмоциональное питание души ребенка

Используем метафору: душа ребенка – вместилище положительных эмоций. Этот образ создает правильное представление об эмоциональных потребностях ребенка, которые должны удовлетворяться родителями с любовью, пониманием и терпением. Степень наполненности этой емкости оказывает решающее влияние на дальнейшую жизнь ребенка. Во-первых, она определяет его душевное состояние: будет ли он испытывать тревогу или спокойствие, озлобленность или удовлетворенность и радость, депрессию или счастье. Этих вопросов, как правило, не касаются сторонники бихевиористской теории воспитания.

Во-вторых, наполненность души вашего ребенка положительными эмоциями активно влияет на его поведение, на процесс выработки полезных навыков и дисциплины, то есть определяет, каков он – послушен или непокорен, нытик или весельчак, активен или отрешен. Чем выше этот уровень, тем лучше чувствует себя ребенок и тем лучше его поведение.

Важнейший принцип эффективного воспитания можно сформулировать так: *Только при максимальной наполненности души ребенка положительным содержанием возможно оптимальное раскрытие всех его задатков и способностей.* Кто же отвечает за регулярное наполнение этого сосуда положительными эмоциями? Конечно, родители. Поступки вашего ребенка – это индикатор состояния его души. Никто не отрицает важную роль выработки полезных навыков и дисциплины, но все ваши усилия окажутся тщетными, если уровень наполнения эмоциональной емкости души ниже требуемого. Только при одном условии ребенок бывает по-настоящему счастливым, его потенциальные возможности полностью раскрыты, а его реакция на требования дисциплины и, при необходимости, на наказание – адекватной: если эмоциональная емкость его души постоянно пополняется любовью.

Если мы будем молиться: «Господь, научи нас так отвечать на нужды наших детей, как Ты отвечаешь на наши», мы можем быть уверены, что Он удовлетворит нашу просьбу. В Послании к Филиппийцам, 4:19 мы читаем: «Бог мой да восполнит всякую нужду вашу, по богатству Своему в славе, Христом Иисусом».

Дети не способны генерировать любовь, они способны только отражать или возвращать любовь, полученную от других людей. Если они не получают любви, им нечего отдавать; если они принимают безусловную любовь, они учатся отражать и возвращать именно ее. Источник этой безусловной любви – Бог, от Которого происходит наше трепетное отношение к потребностям наших детей в такой любви и умение приучать их к дисциплине через такую любовь (см. также 1 Ин. 4:19 и Прит. 3:5,6).

Если дети получают лишь условную любовь, они никогда не научатся сознательно и безусловно отдавать свою любовь. Они будут просто любить вас на определенных условиях, что можно назвать самым примитивным способом человеческого общения. Поведенческая воспитательная концепция не оставляет места для безусловной любви, поэтому для родителей, попавших в эту ловушку, единственным способом общения с ребенком становится наказание, – ситуация, в которой сосуд детской души не сможет наполняться любовью.

Возвращаясь к истории Мэри

Именно это стало главной причиной состояния безысходности и депрессии, в котором оказалась Мэри, молодая женщина, с которой мы познакомились в начале первой главы.

Родители Мэри, Дэн и Джейн, выражали любовь к дочери только тогда, когда ее поведение доставляло им удовольствие. В остальных случаях они относились к ней весьма критически, полагая, что тем самым стимулируют ее к исправлению. Если она приносила домой оценку «хорошо», они спрашивали, почему не «отлично». Конечно, они любили свою дочь, но их любовь искажалась неправильным подходом к воспитанию.

В результате Мэри росла с чувством постоянной тревоги и беспокойства. Она, конечно же, знала, что родители ее любят, но она никогда *не чувствовала* эту любовь. Она всем сердцем желала близких и теплых отношений с родителями, но, к несчастью, постоянно чувствовала лишь их критическое отношение к себе. Они сдерживали свои нежные чувства к дочери, полагая, что только строгость может пойти ей на пользу, иначе она никогда и ни в чем не добьется успеха. Но Мэри была обычным ребенком с обычными способностями, она не часто «отличалась» и преуспевала, и поэтому ей редко доставались одобрение или похвала, столь необходимые для формирования ее личности.

Как и многие родители, Дэн и Джейн опасались одного – как бы их дочь не «испортилась». Они неукоснительно следовали советам специалистов, утверждавших приоритет принципа «поощрение-наказание», жертвами которого они и оказались. Не умея восполнять потребность своего ребенка в любви, они не смогли наладить теплое, дружеское, полноценное и доверительное общение с ней.

Такой подход как будто оправдывал себя в младшем возрасте, но по мере взросления девочка все острее чувствовала, что родителей гораздо больше заботит их собственный авторитет, чем ее чувства и ожидания. К тому времени, когда Мэри стала подростком, дефицит безусловной любви достиг критического уровня, что проявилось во внутреннем противостоянии родителям и неосознанном стремлении подорвать их авторитет бунтом и непослушанием. Раньше Мэри всегда была послушным ребенком, и для Дэна и Джейн такой поворот оказался полной неожиданностью. Мэри не была научена любить своих родителей безусловно, и вот теперь она поступала так, как им нравилось, только в тех случаях, когда они делали что-то приятное ей. А поскольку и родители вели себя по отношению к ней точно так же, то ни одна из сторон не получала любви: каждая ожидала приятных для себя поступков от другой.

Как все это печально! И, тем не менее, мы постоянно наблюдаем эту ситуацию – когда дети, достигающие подросткового возраста, оказываются в пассивно-агрессивном состоянии, о чем мы будем говорить в следующей главе. В конце концов Дэн и Джейн так отчаялись, что решили обратиться за помощью. А между тем проблема все более усложнялась и казалась уже совсем безнадежной. Некоторые друзья убеждали их быть с Мэри построже и требовать от нее уважения и послушания; другие говорили, что это ее расплата за прежнее дурное поведение и ее беды послужат ей уроком.

Но никогда не поздно повернуть трагическую ситуацию в противоположную сторону – к исцелению, что в итоге удалось и родителям Мэри. Бог, по Своей необыкновенной милости, хочет исцелить наши семьи даже сильнее, чем мы сами этого хотим. Он всегда вознаграждает терпение и мужество, стремление любить своих детей безусловной любовью и вместе с ними переживать их беды и испытания. Как бы это ни выражалось в каждом отдельном случае, многие дети сегодня ощущают, причем вполне обоснованно, опустошенность и оторванность от чего-то очень важного для формирования своей личности. То, чего они лишены, это безусловная любовь – любовь до избытка наполняющая сосуды детских

душ. Наши дети лишены любви, которую можно уподобить «топливу», обеспечивающему их энергией для успешной навигации по лабиринтам и изгибам нелегкого жизненного пути.

Как выражать безусловную любовь

Отлученные от безусловной любви, наши дети оказываются обездоленными: не наполняется позитивными эмоциями емкость их души – нет горячего, и поэтому они не имеют энергии для успешного плавания по жизненному морю. Родителям не следует концентрироваться на поведении ребенка; им нужно научиться выражать свою любовь к нему через свое собственное поведение и таким образом постоянно поддерживать уровень наполнения детской души любовью. Давайте будем помнить, что дети ориентированы на наше поведение, поскольку действия они понимают лучше, чем слова.

Существуют четыре основных способа, или пути, посредством которых родители могут практически передавать свою безусловную любовь. Три из них мы рассмотрим в этой главе, а последний – умение приучать к дисциплине – в следующей.

Общение «глаза в глаза»

Каждый ребенок постоянно ищет родительской любви. Когда запасы положительных эмоций в его душе уменьшаются или иссякают, он своим поведением начинает задавать один и тот же вопрос: «Ты меня любишь?» Он как бы ищет родительского взгляда: «Мама, посмотри на меня!» или «Папа, посмотри на меня!» Ребенок выражает этим свою насущную потребность – ему очень нужны ваша любовь и внимание.

Установить общение в любви посредством взгляда совсем нетрудно, однако немногие родители прибегают к нему, так как не придают должного значения этому способу передачи детям своей любви. Однако чем чаще родители используют его, тем полноценнее эмоциональное питание ребенка.

Разговаривая со взрослым человеком, мы обычно ищем его глаза, стремясь установить общение на уровне взгляда. Однако некоторые люди избегают чужого взгляда, потому что в детстве их родители не общались с ними таким образом. И они не осознают, что это обедняет их жизнь.

Мамы и папы, избравшие бихевиористский метод воспитания, смотрят на ребенка с любовью только в случае его хорошего поведения, когда им есть чем гордиться. Такая условная любовь чревата серьезными последствиями. Нужно помнить, что общение глазами – это один из основных источников полноценного эмоционального питания ребенка. Когда же родители пользуются им исключительно в негативном контексте, ребенок начинает видеть своих маму и папу тоже в негативном свете. Маленький ребенок обычно послушен из-за страха, но по мере взросления страх часто выливается в гнев, протест, а иногда – депрессию.

Беседуя с Мэри, я узнал, что ей было нелегко поддерживать длительный и нежный зрительный контакт с родителями, хотя она пыталась решать эту проблему. В состоянии же стресса ей было просто не под силу смотреть на родителей с любовью.

Есть одна ошибка, которую подчас совершают даже те родители, которые следуют принципу активного общения: они избегают смотреть в глаза детям, когда хотят выразить свое недовольство ими или наказать. Это очень неприятная форма наказания, приносящая ребенку немало вреда. *Визуальный контакт должен быть постоянным средством выражения любви.* Дети учатся жить, наблюдая за своими родителями. Если у них с родителями постоянный и добрый визуальный контакт, они привыкают к позитивному и здоровому общению. Но если они постоянно читают в глазах родителей раздражение и приговор, они вообще теряют способность к нормальному общению с людьми, которые просто не встретят с их стороны доброжелательного и открытого взгляда. Это не может не создавать проблем в жизни такого ребенка, ибо по мере взросления он столкнется с массой неблагоприятных

ситуаций, и если не исправит свое поведение, то будет страдать от одиночества и чувствовать себя изгоем среди сверстников. И действительно, самыми приятными людьми обычно считают тех, которые умеют поддерживать доброжелательный контакт, глядя собеседнику в глаза¹⁰.

Известно, что взгляд младенца начинает фокусироваться в возрасте двух-четырех недель. Прежде всего его внимание привлекает человеческое лицо, особенно глаза. По мере того как глаза младенца обретают координацию, они начинают двигаться в поиске другой пары глаз. Вначале это могут быть чьи угодно глаза, но вскоре дитя начинает искать (в первую очередь) материнские глаза. Глаза младенца, как радарная антенна, постоянно ищут и, найдя другую пару глаз, фиксируются на ней. Уже в таком нежном возрасте дитя ищет эмоциональную подпитку, пытаясь пополнить свой запас любви.

Еще прежде чем маленький ребенок научится управлять своим взглядом, он уже ищет любви в глазах матери, когда не отрываясь смотрит в них во время кормления грудью. Именно так на самых первых этапах своей жизни эта кроха уже познает мир. Маленькое дитя спешит: основы его личности, образ мышления, речь и другие важные качества уже будут сформированы к пятилетнему возрасту. Как это просто – смотреть в глаза ребенка любящими глазами, и как это важно для его будущей жизни!

Физический контакт

Сколько любви способно передать обычное прикосновение, когда оно оправдано и уместно, но как мало детей познали эту радость! Большинство родителей прикасаются к своим детям только по необходимости – купая, одевая, усаживая в машину и пр., и на этом все кончается, так что объятия и поцелуи переппадают детям лишь изредка. Очень немногие родители пользуются этой прекрасной и совсем не требующей усилий возможностью пополнить эмоциональный запас детской души. Если физический контакт сочетается с визуальным, тем лучше для ребенка, так он скорее почувствует себя любимым.

Говоря о физическом контакте, я не имею в виду только объятия и поцелуи, вы не можете бесконечно обнимать и целовать ребенка. Я говорю о любом виде физического контакта, будь то прикосновение к плечу, к руке, похлопывание по спине, можно также взъерошить волосы сына или слегка подтолкнуть его под ребро и т. д. Все эти жесты говорят ребенку о том, что вы любите его, и таком случае запас его положительных чувств не иссякнет. Поступая так, мы выражаем свою безусловную любовь к ребенку.

Исследования, проведенные Медицинским институтом при Университете в Майами, показали, что прикосновения к детям способствуют их физическому и умственному развитию. Как сообщает журнал «Reader's Digest», оказалось, что недоношенные дети, получавшие три сеанса интенсивного пятнадцатиминутного массажа ежедневно, набрали на 47 % больше веса, чем дети, не получавшие такого внимания. Физический контакт улучшал сон и повышал подвижность, а через восемь месяцев эти дети проявляли лучшие мыслительные и физические способности¹¹.

Визуальный и физический контакт может стать частью вашего ежедневного общения с детьми. В чем бы и как бы часто ни выражалось ваше любящее отношение, главное в том, что оно всегда благотворно для детской души.

¹⁰ Классическое исследование, проведенное в 1971 году Отделом детской психиатрии при Медицинском колледже Университета во Флориде, показало, что дети из педиатрического отделения, которых посещали часто, были общительны и хорошо поддерживали визуальный контакт. Дети же, в чьи комнаты медсестры и другие посетители входили редко, избегали при общении смотреть людям в глаза, ограничиваясь беглым взглядом, а затем обычно опускали или отводили глаза в сторону.

¹¹ Lowell Ponte, "The Sense That Shapes Our Future", *Reader's Digest*, January 1992, 87.

К несчастью, Мэри не имела ни визуального, ни физического общения с родителями. Она не чувствовала себя защищенной и поэтому искала внимания и ласки у других людей – искала на стороне то, что должна была найти в своей семье. Это и стало причиной обрушившихся на нее несчастий.

Физический контакт с маленьким ребенком обычно приносит хорошие плоды и позже – в подростковом возрасте. Родители, которые раньше щедро делились любовью с малышом, теперь с удовлетворением замечают, что и подросший ребенок тоже доставляет им много радости. Подростки, в детстве имевшие полноценное общение с родителями, в том числе и через физический контакт, чувствуют себя вполне комфортно и в дальнейшем, поскольку, когда у них возникают определенные проблемы с родителями, их эмоциональные потребности продолжают восполняться именно через этот канал. Если подростки избегают визуального контакта, отвергают пристальное внимание, то физическое прикосновение может остаться чуть ли не единственным способом передать им тепло вашего сердца, чтобы они по-прежнему чувствовали себя любимыми.

Следует сказать еще несколько слов о подростковых реакциях. Иногда подростки уклоняются от общения с родителями и избегают их присутствия. Но даже в таких случаях необходимо поддерживать уровень наполнения их души положительными чувствами, хотя это нелегко, когда ребенок замкнут и погружен в себя. В таких-то случаях на помощь и приходит ласковое родительское прикосновение, которое, однако, подростки, углубленные в свои мысли, часто просто не замечают. Поэтому в такие периоды старайтесь прикасаться к ребенку как можно чаще.

Прикосновение – это вполне доступный способ выражения безусловной любви, и вы можете бесконечно разнообразить его.

Безраздельное внимание

Следующий, третий аспект эффективного воспитания – безраздельное внимание к вашему ребенку. Оно требует гораздо больше усилий, чем первые два, ибо связано с определенными жертвами со стороны родителей, – например, времени, которого и без того всегда не хватает. Оно может потребоваться от вас, когда вы устали, или вам нездоровится, или вас ждут неотложные дела.

Безраздельное внимание подразумевает полное внимание к личности вашего сына или вашей дочери – такое внимание, которое скажет им о том, что их действительно любят. Вы помогаете им ощутить себя теми, кто для вас дороже всего на свете. Смысл в том, чтобы ребенок чувствовал свою ценность в ваших глазах как личности, которая достойна вашего безраздельного внимания и искреннего расположения.

Вас может тревожить одно опасение: не испортит ли ребенка такое постоянное внимательное отношение? Однако детей портит не излишек любви, а наше неумение их правильно воспитывать. Вот что говорит Евангелие о том, как к детям относился Господь:

«Приносили к Нему детей, чтобы Он прикоснулся к ним; ученики же не допускали приносящих. Увидев *то*, Иисус вознегодовал и сказал им: пустите детей приходить ко Мне и не препятствуйте им, ибо таковых есть Царствие Божие. <...> И обняв их, возложил руки на них и благословил их» (Мк. 10:13–16).

Очевидно, что Иисус Христос ценил детей и не считал общение с ними пустой тратой времени. Также и в Ветхом завете о детях говорится с большой любовью: «Вот наследие от Господа: дети; награда от Него – плод чрева» (Пс. 126:3). Когда через много лет разлуки Исав встретил своего брата Иакова, он спросил: «Кто это у тебя?», а Иаков ответил: «Дети, которых Бог даровал рабу твоему» (Быт. 33:5).

Если вы действительно хотите стать хорошим родителем, уделяйте своему ребенку максимально полноценное внимание, потому что только таким образом вы удовлетворите его самую насущную потребность. К сожалению, немногие родители умеют разглядеть эту важнейшую нужду ребенка и восполнить ее. Гораздо легче заменить этот нелегкий труд разными приятными подарками – ведь это не требует больших затрат времени и сил.

Помните: ваши усилия обернутся огромной экономией вашего времени и энергии, а главное – благополучием вашего ребенка. Дети становятся не только прилежными и отзывчивыми, но их самочувствие и поведение радикально меняются к лучшему, кроме того, чудесным образом налаживаются отношения между родителями и детьми. Впоследствии вам не придется устранять тот вред, который вы нанесли своему ребенку, если пренебрегали важнейшей потребностью его личности.

Правильно расставить приоритеты

Дети требуют от нас много времени и сил. Мы же, родители, выполняем множество функций: как домовладельцы, как работники, как члены церковной общины. И мы подчас приходим к выводу о своей неспособности справляться со всеми обязанностями так, как нам хотелось бы, из-за постоянного дефицита времени. Это значит, что чем-то надо жертвовать. Если мы не признаем этого факта, мы можем стать рабами суеты, которые заняты сиюминутными делами в ущерб более важным вещам. Если мы наивно полагаем, что все само собой образуется, и продолжаем фокусироваться на своих срочных проблемах, мы можем проглядеть то, что действительно важно. Если нашей жизнью управляют суета и неотложные дела, мы не сможем уделить нашим детям необходимого им внимания.

Учитывая постоянную нехватку времени, мы должны пересмотреть свои приоритеты и определить свои цели, а затем, соответственно, планировать свое время, то есть учиться правильно его распределять. В самом верху списка наших самых важных дел должны располагаться наши дети, потому что они растут и больше всего нуждаются в нашем внимании. Если мы поступим так, мы пожнем многократно больше.

Как родитель, вы должны определить степень значимости для вас интересов ваших детей. Если вы не сделаете этого, ваш ребенок останется на *низшей* позиции в списке ваших ценностей и будет страдать от недостатка внимания. Я знал многих замечательных людей, которые преуспели в различных областях, но потерпели жестокое поражение в своих детях, потому что не поставили их в своем списке на первое место. Такие «проблемные» дети нередко выходят из хороших семей и от родителей, которые действительно прекрасные люди, не сумевшие, однако, отдать все лучшее своим детям.

В чем же цель внимательного отношения к ребенку наряду с визуальным и физическим контактом с ним? Да в том, чтобы ваше дите могло с радостью думать: «Это мои мама и папа, и они любят меня. Я для них важнее всего на свете». Подарите ребенку это сокровище, и вы пойдете дальше по пути успешного воспитания.

Источник блага

В этом агрессивном мире самое важное и ценное, что мы можем дать нашим детям – это наше безраздельное внимание и наша безусловная любовь. Никогда прежде чувство уверенности в себе, мир с самим собой, эмоциональное и духовное равновесие не были им так необходимы. Без всего этого они будут страдать от постоянного беспокойства и незащищенности, что плохо отразится на их эмоциональном и психическом развитии.

Решая, как расставить свои приоритеты, помните, что наилучший способ уделять ребенку искреннее и глубокое внимание – это проводить время с ним наедине. Когда мои дети были маленькими, мне было нелегко выкраивать время, но я старался изо всех сил. Когда моя дочь училась в музыкальной школе, я так перестраивал свое расписание, чтобы заехать за ней после урока и поехать куда-нибудь вместе пообедать, где я мог отдать Кэри все мое внимание и выслушать то, чем она хотела поделиться со мной.

Общение с сыном или дочерью наедине окупится сторицей. В такие периоды между вами и ребенком укореняются такие взаимоотношения, в которых он больше всего нуждается, которые помогут ему подготовиться к сложностям взрослой жизни. Дети будут вспоминать это время спустя многие годы, когда в их жизнь войдут проблемы, а их стремление к независимости станет причиной непонимания и конфликтов. По мере взросления ребенок будет утешаться и укрепляться воспоминаниями о проведенном вместе с вами времени.

Сегодня ставки необычайно высоки, ибо что может быть хуже капризного ребенка, неуравновешенного подростка или сбившегося с пути молодого человека? И что может быть прекраснее уравновешенного, счастливого сына или дочери!

В этом ваша ответственность и ваша привилегия. Самое главное – быть доступными для своих детей, быть всегда рядом, когда они нуждаются в этом. Детям-подросткам нужно время, чтобы проникнуться к вам доверием и начать делиться своими тайными мыслями. Какое благословение – иметь такие взаимоотношения со взрослыми детьми, которые готовы делиться с нами своими чувствами!

Мы уже говорили о том, насколько важно проводить время наедине с ребенком. Это не всегда получается, однако иногда можно создать обстановку общения наедине, даже в присутствии других людей, например, обменявшись выразительным взглядом с ребенком или просто повернувшись в его сторону и задержавшись в таком положении на какое-то время. И, конечно, можно выразить свое внимание простым прикосновением, подмигнуть или дать какой-то иной знак вашей причастности. Я обычно приставлял указательный палец к носу, потом направлял его в сторону сына или дочери. Они непременно возвращали мне мой жест, сопровождая его широкой улыбкой.

Да, полноценное внимание к ребенку требует времени и нелегко дается и без того измотанным родителям. Но это самое эффективное средство поддержания необходимого уровня наполнения детской души добрыми чувствами, и это – весомая инвестиция в их будущее.

Глава 4

Второй краеугольный камень: умение приучать к дисциплине

*Мы поставлены жить на земле совсем не для того,
чтобы пренебрегать друг другом, а для того, чтобы друг друга
поддерживать.*

Питер Де Вриз

Однажды, после посещения дантиста, я так проголодался, что решил зайти в ближайший ресторан пообедать. Когда я стоял в ожидании своей очереди, вдруг какая-то мама с двумя детьми узнала меня – я когда-то давно консультировал ее в подростковом возрасте. Она обняла меня и сказала: «Доктор Кэмпбелл, вы помните меня? Я Мишель Морган. Я бы хотела поговорить с вами».

Было ясно, что короткая поверхностная беседа за ланчем не удовлетворит ее. По ее словам, у нее были проблемы, которые разрушали всю ее жизнь. К счастью, Мишель была вместе с друзьями, которые с готовностью взялись присмотреть за ее детьми; одному из них, как я потом узнал, было три, а другому полтора года. Я согласился, и мы уселись за отдельный столик. Мишель горестно рассказала мне о своем полнейшем неумении приучать детей к дисциплине.

«Я просто не знаю, как мне быть, доктор Кэмпбелл. Я чувствую себя никуда не годной матерью, кроме того, я помню свою мать и очень боюсь последовать ее примеру. Мой муж твердит мне, что я замечательная мама, но я сомневаюсь в этом. Я вижу, какие проблемы с детьми имеет большинство моих друзей, и не уверена, что смогу справиться с ними. Я так хочу, чтобы мои дети были счастливы и стали хорошими людьми!»

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.