Юлия Борисовна Гиппенрейтер
Продолжаем общаться с ребенком. Так?

«Продолж аем общат ься с ребенком. Так? »: АСТ, Аст рель; М.:; 2008
ISBN 978-5-17-050807-5, 978-5-271-19818-2

Аннотация

Наст оящая книга расширяет и углубляет т емы предыдущей книги авт ора «Общат ься с ребенком. Как?», кот орая ст ала лидером продаж благодаря редкому сочет анию научной глубины и ясност и излож е-ния.

В новой книге обсуж дают ся многочисленные вопросы, кот орые волнуют родит елей: «Как его вос-пит ыват ь? Как приучат ь к дисциплине? Как наказыват ь? Как заст авит ь его хорошо учит ься?» Разбира-ют ся и объясняют ся новые важ ные подробност и и приемы искусст ва эффект ивного общения.

Юлия Гиппенрейтер
Продолжаем общаться с ребенком. Так?

Свет лой память и нашего дорогого сына Алеши

Предисловие автора

Эта книга про общение взрослых с детьми и в какой-то мере взрослых между собой. Она продолжает и углубляет темы моей предыдущей книги «Общаться с ребенком. Как?».

Судя по отзывам читателей, первая книга оказалась полезной. Многие говорили мне о позитивных изменениях в их жизни, которые происходили после ее прочтения. На встречах с очень разными людьми – это были родители и дети, семейные пары и одиночки, студенты и люди бизнеса – мы обсуждали трудные вопросы воспитания, проблемы общения, сложные жизненные ситуации. Так накопился живой материал, который вошел в новую книгу.

Помимо живых историй, в книге использованы идеи выдающихся профессиональных психологов, педагогов, философов и мыслителей. Еще одним бесценным материалом стали яркие описания переживаний в произведениях художественной литературы, в воспоминаниях, биографиях и автобиографиях[1]. Ведь только через реальные истории, личный опыт и практику можно дойти до глубокого понимания того, что пытались и пытаются передать нам выдающиеся гуманисты – ученые и практики, избравшие в качестве своей профессии помощь людям в воспитании детей и развитии собственной личности. Поэтому каждое «теоретическое» слово я пытаюсь иллюстрировать «практической» историей и, наоборот, в каждой конкретной истории приглашаю читателя увидеть общие закономерности и сделать полезные выводы.

Относительно содержания книги. Мне было очень трудно выстроить строгую линейную «логику». В жизни все переплетено. В течение нескольких дней можно пережить все: недовольство и радость, согласие и противоречия, игры и конфликты, уступки, запреты, наказания, прощение. Если говорить о чем-то одном, то неизбежно цепляется другое. Поэтому разбивать на части и главы пришлось условно, заранее предвидя неизбежность повторения, и уж конечно, пересечения обсуждаемых тем.

Есть темы, которые проходят через всю книгу.

Первая – это **знание и понимание ребенка**. Ребенок одарен от природы, у него сильная потребность расти и развиваться, он умеет и хочет учиться; он упорен, сосредоточен, очарован миром; он непосредственен и эмоционален; он ищет нашего сочувствия и одновременно защищается от непонимания и грубого вторжения в его мир. Успех нашей миссии как родителей очень зависит от того, насколько мы понимаем и учитываем природу детей. Описанию их потребностей, мотивов их поведения, эмоций и переживаний, их внутреннего мира посвящены несколько глав книги.

Следующая тема – **пути и способы воспитания** ребенка. К сожалению, в области воспитания сохранилось много ошибочных мнений, устарелых и порочных традиций. Среди них – практика принуждений, строгих наказаний, «дрессуры», подавления свободы и личности ребенка. Подобная практика сохраняется в поколениях, передается современным родителям, приводит к трудным проблемам в семьях. Часто родители не знают, **как** действовать **по -другому**, потому что с ними так поступали в детстве.

В этой книге, как и в предыдущей, мы обсуждаем ответы на родительские вопросы: «Как его воспитывать? Как его приучать и дисциплинировать? Как наказывать? Как делать так, чтобы он учился?».

Оказывается, чтобы находить ответы, приходится расширять рамки привычного мышления. Нужно, чтобы в наш словарь вошли не только глаголы «учить», «приучать», «направлять», «заставлять», «требовать», но также и «радовать», «играть», «развивать», «увлекать».

Практические ответы мы находим в деятельности выдающихся ученых, педагогов и родителей. Их опыт, который освещается на протяжении всей книги, красноречивее многих слов. В конце концов, как же еще учиться, если не перенимать опыт мастеров?

[1] Список цитированных источников приведен в конце книги.

Предыдущая тема воспитания, конечно, пересекается с темой **общения.** Она проходит красной нитью через все главы книги. В отношениях с детьми важно не только то, чему мы их учим, но и то, как помогаем переживать трудности. Умение слушать, выражать себя, быть позитивным, разрешать конфликты входят в техники общения. Основы этих техник описаны в моей предыдущей книге. Здесь же (особенно в третьей части книги) они обсуждаются более глубоко, с важными подробностями.

Несмотря на главную направленность книги – воспитание ребенка, – я сочла необходимым включить в нее и «взрослые» темы. На это были две причины.

Во-первых, основные правила и принципы эффективного общения универсальны. Они действуют не только в отношениях с детьми, но и в личных взаимоотношениях взрослых. Правда, в освоении навыков общения дети продвигаются удивительно быстро, обычно опережая взрослых.

Во-вторых, гармоничные отношения между взрослыми – необходимое условие эмоционального благополучия детей и их развития в целом. Поэтому родителям очень важно обращать внимание на стиль общения друг с другом и с окружающими. Надеюсь, что в книге они найдут помощь и в этом отношении.

Многие читатели знают, что просто прочесть книгу и даже много книг «про общение» далеко не достаточно. Нужна практика! Без попыток **пробовать по-новому** – по-новому реагировать, отвечать, поступать, выражать свои чувства – ничего не получается. Старые привычки сидят крепко.

Однако, поверьте, менять свое привычное поведение вполне возможно. Не отступайте! Вначале новые интонации или слова могут показаться искусственными. Искусственность возникает от излишнего напряжения. Но потом это проходит. Новые способы поведения автоматизируются и становятся такими же «непроизвольными», какими были старые.

То, что вы держите в руках эту книгу, говорит о том, что вы хотите изменяться к лучшему. Возможно, вы уже пробуете общаться по-новому и получаете подтверждение полезного, а иногда просто «волшебного» действия правильных техник. Со всеми успехами хочется вас горячо поздравить, так как они вселяют веру не только в прекрасные возможности грамотного общения, но и в ваши собственные силы.

Но это еще не все. Очень скоро вы обнаружите **изменения в самих себе.** Многие читатели пишут, что по мере освоения эффективных техник общения они, к собственному удивлению, начинают чувствовать себя иначе: более спокойно и уверенно. Они начинают лучше понимать детей и близких, меньше раздражаются, больше прислушиваются к чувствам людей, и это идет уже изнутри.

Так работа над внешней стороной поведения меняет **внутреннее состояние** человека! Усилия, затраченные на освоение техник, окупаются сторицей!

Приношу искреннюю благодарность всем, кто причастен к появлению этой книги. Многие родители, друзья, коллеги, известные и неизвестные мне читатели в личном общении и в письмах делились своими вопросами и проблемами, заботами и наблюдениями, успешными пробами, опытом и замечательными достижениями. За ними всегда стояли их дети – живые, искренние, непосредственные, талантливые и одновременно нуждающиеся в нашей помощи. Так создавалось общее доброжелательное «поле», незримое сообщество людей, которые напряженно работали на благо и счастье детей и близких. Это поле обогащалось уникальным вкладом каждого и, в свою очередь, морально поддерживало каждого, в том числе и автора книги.

Я глубоко признательна художникам: Елене Белоусовой и Марине Федоровской за внимательное отношение ко всем пожеланиям автора и творческое воплощение их в рисунках.

Моя специальная благодарность Ирине Умновой, любезно согласившейся просмотреть и отредактировать рукопись. Ее высокий профессионализм в области литературы, журналистики и психологии помог мне увидеть и посильно исправить недостатки как общей композиции книги, так и изложения отдельных глав.

Совсем особая благодарность моему мужу, Алексею Николаевичу Рудакову – неизменно терпеливому слушателю, собеседнику и консультанту по всем вопросам, которые когда-либо приходили и приходят мне в голову. Его ясный ум математика, широкая образованность и безошибочный вкус делали его принципиальным участником и судьей текста, который писался для этой книги. Все оставшиеся несовершенства отношу, конечно, на свой счет.

Часть 1
Ребенок растет

Ребенок – эт о чудо, кот орое ж ивет рядом с нами. Мы ст араемся его оберегат ь и помогат ь в развит ии. Мы продолж аем задават ь себе вопросы: «КАК – общат ься, воспит ыват ь, заст авлят ь, наказыват ь, исправлят ь?». Для разумных от вет ов нам нуж ны знания природы и свойст в эт ого «чуда».

Природа ребенка

Как и любое живое существо, ребенок активен с рождения. Новорожденные дети поворачивают голову в сторону звука. Двухмесячный младенец ищет лицо склонившегося над ним человека, ловит улыбку, гулит в ответ. В течение первого года он научается смотреть, узнавать лица и предметы, брать игрушки, сидеть, ползать, вставать, ходить, а потом – говорить, задавать вопросы… и многое, многое другое. Учат ли его специально всему этому? Нет, ребенок осваивает сложнейшие вещи сам, благодаря собственной активности.

Стремление к свободе

Жизнь показывает, что когда ребенку предоставляется свобода в играх и занятиях, то он бывает бодр, активен, предприимчив. Наоборот, если его сильно ограничивают, он становится безразличным, а порой упрямым и агрессивным. Подобные наблюдения привели психологов к выводу, что **стремление к свободе и самоопределению** – одна из базисных потребностей человека.

У ребенка она проявляется очень рано. На детском языке стремление к свободе и самостоятельности выражается словами: «я сам», «я сам могу!». При этом ребенок активно ищет и находит то, что ему в данный момент больше всего нужно – нужно для его развития и самообучения. Когда ребенок трудится над тем, что выбирает по собственной инициативе, и добивается результата, он испытывает особое чувство подъема и гордости. Но происходит и большее: у него возникает уверенность в своих силах, желание пробовать и дерзать дальше.

Приведу небольшой, но яркий эпизод, рассказанный одной матерью.

Моему сыну было т огда т ри года. Мы с ним гуляли во дворе зимой. У нас была горка, а сбоку по ней шла лест ница для пешеходов. Горка была высокая, и лест ница довольно длинная. Дет и поменьше поднимались на несколько ст упенек и скат ывались с середины горки. Мой сын по возраст у был среди них. Через некот орое время он заявил, чт о хочет поднят ься повыше; я не решилась ему возразит ь, и он благополучно съехал несколько раз. После эт ого его смелост ь возросла, и он поднялся еще выше. Наконец, преодолевая ст рах (я эт о видела), он залез на самый верх! Я переж ила много волнений, но изо всех сил ст аралась себя сдерж ат ь, чт обы не запрет ит ь ему съехат ь. Вернувшись домой, возбуж денный сын с порога крикнул:

– Папа, я могу!
– Чт о т ы мож ешь? – спросил от ец.
*– **Все!** – гордо от вет ил сын.*

Можно с уверенностью сказать, что мальчик в этой истории получил бесценный опыт самостоятельного решения, связанного с риском, и победы над собственным страхом. Согласимся, что вывод «Могу все!» дорогого стоит!

А нам стоит отметить, что эти «подарки» обеспечила мальчику его мать, которая проявила мужество – мужество особого рода: давать ребенку свободу рисковать.

Глубокая сосредоточенность

Однажды пожилой профессор, подойдя к кроватке, в которой стоял, держась за перильца, его десятимесячный внук, сказал гостю: «Посмотрите, какие у него внимательные глаза: он будет очень способный!».

Способность к **пристальному вниманию** – это дар, который получает любой ребенок от природы. Нам, взрослым, знакомы такие особые состояния внимания, когда мы заняты интересным делом, «уходим в него с головой». Тогда случается, что мы не слышим обращенные к нам слова или проезжаем остановку, погрузившись в интересную книгу. Очевидно, что в эти моменты в нас идет интенсивная внутренняя работа.

Психологи установили важный факт: чем младше ребенок, тем чаще он находится в описанном состоянии – углубленной сосредоточенности на чем-то. И в этом есть своя «логика»: весь мир для него нов, неизвестен и очень интересен. Количество нового несоизмеримо с тем, что узнает и осваивает потом взрослый. По словам Л. Н. Толстого, взрослый человек проходит в своей жизни версты, а ребенок до пяти лет преодолевает пространство космоса!

Существует легенда о детстве знаменитого физика Нильса Бора.

Рассказывают , чт о однаж ды его мат ь с двумя сыновьями (у Нильса был брат) ехала в поезде. Когда они вышли на своей ост ановке, один из пассаж иров – соседей по купе произнес: «Бедная мат ь, один ребенок у нее нормальный, а другой идиот !» Эт от приговор от носился к Нильсу, и причиной было т о, чт о большую част ь дороги Нильс ехал с ост ановившимся взглядом, полуот крыв рот , безучаст ный ко всему происходящему. Пассаж ир не понял, чт о мальчик был в сост оянии глубокой задумчивост и. Способност ь погруж ат ься в глубокие размышления у мальчика была уж е т огда очень развит а, чт о, несомненно, являлось признаком большого т алант а.

Не ошибаются ли таким же образом учителя, особенно в начальных классах, прерывая «замечтавшегося» ребенка грубым замечанием: «Миша, ты опять ворон ловишь!». А Миша, может быть, в этот момент глубоко переживает что-то увиденное или услышанное, и богатство этого переживания не идет ни в какое сравнение с наставлениями вроде того, что дату надо писать, отступив на две клеточки сверху и одну слева. К таким состояниям ребенка надо относиться очень бережно!

Удивительная настойчивость

Следующий природный дар, который свойственен всем детям, – удивительная настойчивость. Дети **постоянно упражняются** во всем, что пытаются освоить. Они упорно трудятся, осваивая новое движение или действие, – ошибаются, снова пробуют, повторяя то же самое десятки раз, пока не добьются результата.

Вот один из многих примеров. Рассказывает мать годовалого малыша.

Я сидела на диване, а мой сын ст оял в нескольких мет рах от меня, держ ась за кресло. Он т олько начинал ходит ь. Ст оят ь и передвигат ься по ст енке он уж е мог, но когда от пускал руку, т о т ерял равновесие и падал. Он явно хот ел перебрат ься ко мне, и я его ласково звала. По всему было видно, чт о он хот ел до меня ***дойт и****! Он от рывался от кресла, делал несколько шагов и шлепался на мягкое мест о. Вст авал на чет вереньки, полз…* ***но не ко мне, а назад к креслу****! Там он поднимался на ноги и опят ь пробовал идт и ко мне. Снова шлепался, снова от ползал назад. Повт орял он эт о много раз! Наконец, все-т аки дошел до меня, качаясь и сияя от вост орга! Он явно переж ивал т риумф, а я испыт авала вмест е с ним не т олько радост ь, но и гордост ь. Знает е, я почувст вовала, чт о он – личност ь!*

Можно согласиться с матерью. Действительно, этот эпизод показывает, что ребенок не только учится ходить, он проявляет волю и настойчивость, выбирая новый трудный способ вместо простого и привычного. И через такое проходят **все дети**!

Особенная впечатлительность

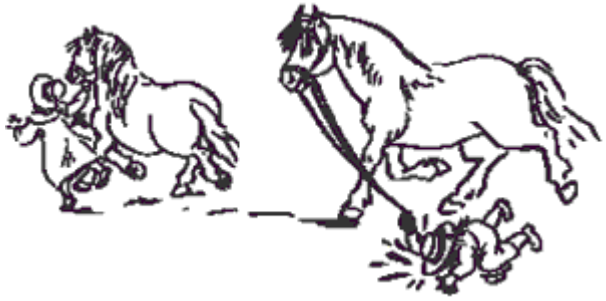
Известный ученый – исследователь поведения животных, Оскар Гейнрот имел обыкновение

говорить, что животные – это те же люди, только более эмоциональные. То же вполне можно сказать о детях: они – те же мы, только гораздо более эмоциональные и, добавим, более восприимчивые. Их память способна **«запечатлевать»** некоторые события, на посторонний взгляд незначительные, и хранить их всю жизнь. Иногда это приводит к важным осознанным решениям.

Австрийский психолог Альфред Адлер много занимался детскими воспоминаниями и их значением для взрослой жизни. Приведу пример лишь одной его истории. Это – сокращенный рассказ взрослой женщины.

Когда мне было т ри года, мой от ец купил нам двух пони. Он привел их за поводки к дому. Моя сест ра, кот орая была т ремя годами ст арше, чем я, взяла один поводок и т орж ест вующе повела своего пони вдоль по улице. Мой собст венный пони, т оропящийся вслед за первым, пошел слишком быст ро для меня – и уронил меня лицом прямо в грязь. Вот как бесславно завершилось событ ие, кот орого я с т аким вост оргом ж дала! (…)

И т от факт , чт о позж е я превзошла свою сест ру как наездница, никогда и ни в малейшей ст епени не раст опил во мне эт ого разочарования.



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

В автобиографических воспоминаниях мы находим аналогичные примеры глубоких эмоциональных «выводов» детей. Вот один из них.

Когда Марине Цветаевой было шесть лет, она увидела в концертном исполнении сцену объяснения Онегина и Татьяны в саду (после письма Татьяны). М. Цветаева так описывает свое восприятие и его последствия:

Скамейка. На скамейке – Тат ьяна. Пот ом приходит Онегин, но не садит ся, а она вст ает . Оба ст оят . И говорит т олько он, все время, долго, а она не говорит ни слова. И т ут я понимаю, чт о… эт о – любовь: когда скамейка, на скамейке – она, пот ом приходит он и все время говорит , а она не говорит ни слова.

*…Моя первая любовная сцена была нелюбовная: он **не** любил (эт о я поняла), пот ому и не сел, любила она, пот ому и вст ала…*

…Эт а первая моя любовная сцена предопределила все мои последующие, всю ст раст ь во мне

несчаст ной, невзаимной, невозмож ной любви.

…Если я пот ом всю ж изнь по сей последний день всегда первая писала, первая прот ягивала руку – и руки, не ст рашась суда, – т о т олько пот ому, чт о на заре моих дней Тат ьяна в книге, при свечке, с раст репанной и переброшенной через грудь косой, эт о на моих глазах сделала…

…Урок смелост и. Урок гордост и. Урок верност и. Урок судьбы. Урок одиночест ва.

Замечательные качества, заложенные в каждом ребенке, – его активность, стремление к самостоятельности, настойчивость, гибкость, впечатлительность и эмоциональность – в благоприятных случаях ведут не только к развитию его талантов, способностей, характера, но порой и определяют его судьбу. Посмотрим более внимательно, как это происходит.

Его внутренний мир

Очарованность

Среди особых впечатлений детства есть такие, которые отмечены яркими переживаниями волнения, восторга, удивления. В них ребенок открывает что-то важное для себя, что-то очень «свое». Попытаемся всмотреться и понять эти чудесные и часто скрытые от наших глаз состояния восторга и, можно сказать, **очарованности** ребенка.

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

Конец лет а, пож алуй, самое чудесное время года в северо-альпийских долинах… В эт о время года я част о вновь переж иваю минут у, кот орую помню удивит ельно ясно, хот я с т ех пор прошло семьдесят лет . Я уверен, чт о т огда еще не учился в школе и даж е не умел чит ат ь. Мы гуляли по заливным лугам Дуная, и я, непослушно убеж ав вперед, несмот ря на запрет моей опасливой мат ери и даж е еще более опасливой т ет ушки Ядвиги, ст оял среди куст ов почт и на самом берегу. У меня над головой раздались ст ранные мет аллические звуки, и я увидел высоко в небе ст аю диких гусей, лет ящих вниз по реке. Человеческие эмоции развивают ся очень рано и ост ают ся неизменными до конца ж изни. Я и сегодня вновь ощущаю т о, чт о ощут ил т огда. Я не знал, куда лет ят эт и гуси, но мне хот елось от правит ься с ними. Меня переполняла романт ическая ж аж да ст ранст вий, от кот орой вздымалась грудь и сердце гот ово было разорват ься. И впервые – эт о я знаю т очно – во мне возникло непреодолимое ж елание выразит ь себя т ворчески.

…Романт ика моего дет ст ва… пробуж дает ся вновь, когда высоко надо мной пролет ают наши дикие гуси, и дет ская мечт а ст ановит ся явью, когда они, словно в волшебной сказке, спускают ся на мой зов.

К. Лоренц осуществлял эту **детскую мечту** в течение всей своей жизни. Он не расставался с дикими гусями, выращивая, приручая их, исследуя их поведение. В своих работах К. Лоренц сделал ряд замечательных открытий, за которые был удостоен Нобелевской премии в возрасте семидесяти лет.

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

Мать Чаплина была эстрадной актрисой и часто брала сына на свои выступления. Однажды у нее сорвался голос, ее освистали, и ей пришлось уйти за кулисы. Возник неприятный разговор с директором театра, который боялся потерять денежный сбор. Но тут директору пришла спасительная мысль – вывести на сцену маленького Чарли. Раньше ему доводилось видеть, как мальчик пел и танцевал, подражая матери. Сказав несколько слов публике, директор ушел, оставив Чарли одного на ярко освещенной сцене. Тот спел одну песенку, затем другую. Из зала стали одобрительно кидать монеты. Мальчик воодушевился, продолжая петь и импровизировать по ходу представления. Концерт продолжался с нарастающим успехом. Это было рождением Чаплина-артиста!

Открытие собственного призвания или жизненной мечты может случиться у ребенка как «удар молнии» от одного яркого события, как мы это увидели в только что описанных примерах.

Но далеко не всегда встреча с предметом будущего увлечения запечатлевается сразу и навсегда. Вместо этого могут накопиться многие, казалось бы незначительные, «встречи-удивления». Мы уже говорили, что внимание ребенка обладает способностью приковываться к новым объектам, «поглощаться» ими и оставлять глубокий след. Такой след обнаруживается потом в узнавании предмета как **«чего-то своего»**, переживании его особой личной значимости.

Чувство предназначения

Независимо от того, как появилось чувство «это – мое», от одного яркого впечатления или от накопления многих случаев радостного удивления, главный его признак – рано или поздно (часто рано!) пришедшее понимание своего будущего **предназначения**.

Обратимся снова к Чарли Чаплину. Семья его жила в бедности, и мальчику рано приходилось зарабатывать на хлеб.

Я продавал газет ы, клеил игрушки, работ ал в т ипографии, в ст еклодувной маст ерской, в приемной врача и т ак далее, – пишет Ч. Чаплин в своей автобиографии, *– но чем бы я ни занимался, я помнил, чт о все эт о временно и в конце концов я ст ану акт ером.*

Родители знаменитого художника Марка Шагала мечтали выучить сына на бухгалтера или приказчика. *«Слово „худож ник“ было т аким диковинным… в нашем городке его никт о и никогда не произносил»,* – пишет Шагал. Но в один прекрасный день Марк-подросток обратился к матери:

– Я хочу ст ат ь худож ником. Спаси меня, мамочка. Пойдем со мной. Ну пойдем! В городе ест ь т акое заведение, если я т уда пост уплю, пройду курс, т о ст ану наст оящим худож ником. И буду т ак счаст лив!

– Чт о? Худож ником? Да т ы спят ил. Пуст и, не мешай мне ст авит ь хлеб.

– Мамочка, я больше не могу. Давай сходим!

– Ост авь меня в покое…

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

В описаниях драгоценных событий – открытий ребенком своего пути – можно обнаружить некоторые общие черты. Посмотрим на них.

«Магия» тихой сосредоточенности

Во-первых, подобные откровения, как правило, происходят, когда ребенок предоставлен самому себе, когда он один, внешне спокоен, но его внимание активно. Можно назвать это **минутами тихой сосредоточенности.** Такое бывает, например, когда ребенок в постели; он еще не заснул или не совсем проснулся, тихо лежит и в то же время чем-то занят!

Склонит есь над колыбелью младенца, – писал один психолог прошлого, *– и вы увидит е, чт о он чт о-т о ищет . Чт о ж е он ищет ? Он ищет мир!*

Если ребенок уже не младенец, то его поиск мира, несмотря на относительный покой, а может быть, и благодаря ему, очень содержателен.

Вот несколько примеров.

Рассказывают, что когда Россини было немногим более двух лет, он, лежа утром в своей кроватке, обратился к матери со словами: *«Мама, послушай, молочница за окном кричит на си-бемоль!»,* – впервые обнаружив свой абсолютный музыкальный слух (мать Россини была пианисткой, и ребенок уже знал названия нот).

Существует легенда, что малолетний Гаусс по вечерам, лежа в постели, поправлял ошибки отца-бухгалтера, который вслух производил свои вычисления.

Известен факт из биографии Софьи Ковалевской: ее увлечение математикой началось с желания разгадать формулы, которые она рассматривала во время болезни на стене: перед ремонтом стена была обклеена старыми математическими рукописями.

Интуитивно чувствуя плодотворность и своего рода магию атмосферы тихого уединения, ребенок активно ищет это уединение. В приведенном выше воспоминании К. Лоренца можно заметить, что на прогулке он *непослушно убеж ал вперед,* несмотря на запрет своей матери и тетушки. В результате мальчик находился *один* среди кустов, когда услышал поразившие его звуки гусиной стаи. Пятилетняя Марина Цветаева забиралась в свое тайное убежище – книжный шкаф, чтобы читать любимого Пушкина.

Запрет ный шкаф. Запрет ный плод. Эт от плод – т ом, огромный, сине-лиловый т ом с золот ой надписью вкось – Собрание сочинений

А. С. Пушкина. Толст ого Пушкина я чит аю в шкафу, носом в книгу и в полку, почт и в т емнот е… Пушкина чит аю прямо в грудь и прямо в мозг.

Сокровенность переживания

Чем дороже для ребенка предмет его увлечения, тем сокровеннее он для него, тем больше он готов в буквальном смысле ***скрывать*** его от посторонних глаз. Из той же Цветаевой:

А я влюблена – в «Цыган»… и в игранные слова, кот орыми все эт о рассказано. И не могу сказат ь об эт ом ни словом: взрослым – пот ому чт о краденое, дет ям – пот ому чт о я их презираю,
а главное – пот ому, чт о т айна: моя – с красной комнат ой, моя – с синим т омом…

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

Мое внимание привлекла очень красивая бабочка с удивит ельными зелеными крыльями с красной окант овкой. Я до сих пор виж у эт ого мот ылька, как т огда, глазами ребенка: нечт о удивит ельное, сияющее зеленым и золот ом, с великолепными пят нами цвет а лаванды. Я был покорен…

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

Но вот чт о главное, – замечает Роджерс, *– я никогда не рассказывал никакому учит елю о своем увлечении. Тот проект , кот орый поглот ил меня целиком, не был част ью моего официально-*

го образования… То, чт о инт ересовало меня, было чем-т о личным. Эт о не входило в от ношения с учит елями. Не долж но было входит ь в них.

Задумаемся, почему «личное» «не должно входить» в отношения с учителями, а порой и с родителями? Потому что ребенок хочет это **оберегать.** Он хочет быть уверенным, что грубое прикосновение или равнодушие не затронет его внутреннего мира, не разрушит чар удивления и увлечения, которые живут в его душе. Он сопричастен этим чарам, переживает их как важную часть себя. И, таким образом, сохранение тайны оказывается борьбой за сохранение себя, своей личности!

Стойкость

Один из самых ярких признаков рано определившегося таланта – постоянная, почти навязчивая, **тяга** к занятиям любимым делом. Возьмем пример из Средних веков. В жизнеописаниях Дж. Вазари читаем о художнике Джотто:

От ец его… хлебопашец и человек прост ой дал ему под присмот р нескольких овец, и когда он пас их на усадьбе т о т ам, т о здесь, будучи побуж даем природной склонност ью к искусст ву рисования, пост оянно чт о-нибудь рисовал на скалах, на земле или на песке, либо с нат уры, либо т о, чт о приходило ему в голову… не учился эт ому ни у кого, кроме как у природы…

Знаменательно, что *склонност ь к искусст ву рисования* обнаружилась одинаково в детстве Шагала и Джотто, разделенных семью веками, без и до всякого специального обучения. И это – частый случай с талантом вообще, в любой области. Другой вопрос, что с ним происходит под влиянием обучения, но это – особый разговор.

Ребенок, нашедший себя, не только готов без устали заниматься любимым делом все 24 часа в сутки, но стремится к этому порой наперекор обстоятельствам или воле родителей.

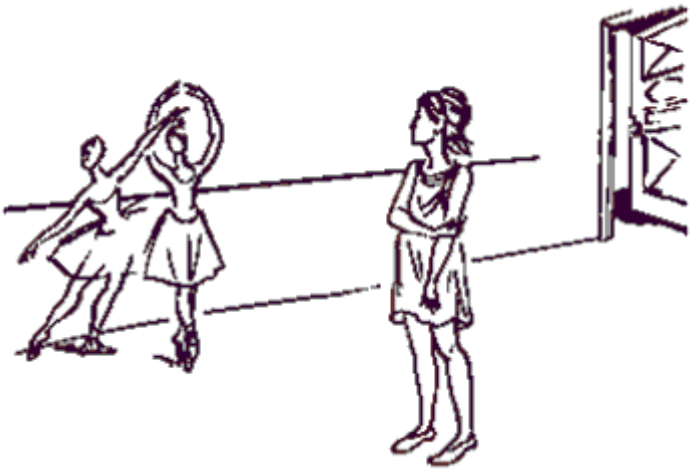
Отец знаменитого физика Льва Ландау решительно протестовал против чрезмерного увлечения сына математикой, к которой тот тянулся еще дошкольником. Отец насильно заставлял мальчика заниматься музыкой и даже прибегал к физическим наказаниям. Противостояние дошло до того, что в тринадцать лет подросток стал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

Для Марины Цветаевой трудность, напротив, заключалась в позиции матери. Мать Марины была блестящей пианисткой. Но ее музыкальная карьера не состоялась, и свою мечту она решила воплотить в жизни дочерей. По настоянию матери, пятилетняя Марина должна была часами упражняться на рояле. Однако она механически «отбывала» музыкальные уроки. Настоящей же ее страстью были книги, стихи, чтение – все, что связано со словом. Читать она могла уже в четыре года, но в доме многое не разрешалось читать детям. Однако около рояля стояла этажерка с нотами, и на ней были ноты сестры Леры – романсы со словами! Слова романсов были, конечно, «запрещенные».

Всю эт у Лерину полку я с полным упоением и совершенно всухую целый день повт оряла наизуст ь, даж е, иногда, забывшись, при мат ери. «Чт о эт о т ы опят ь говоришь? Повт ори-ка, повт ори!» – «В сердце радост ь и гроза». – «Чт о эт о значит ?» – Я, уж е т ихо: «Чт о в сердце радост ь и гроза». – «Чт о? Чт о? – мат ь, наст упая… – Я т ебе т ысячу раз говорила, чт обы т ы не смела чит ат ь Лериных нот . Не могу ж е я, наконец, от нее и эт аж ерку запират ь на ключ!» – мат ь, т ороплив о проходящему… от цу.

Свой путь

Чем больше увлечен ребенок, тем яснее он чувствует и отстаивает свой путь. Знаменитая Айседора Дункан почувствовала тягу к особому стилю танца уже в раннем детстве.



Я мечт ала об ином т анце, – пишет она. *– Я не знала т очно, каким он будет , но ст ремилась к неведомому миру, в кот орый, я предчувст вовала, смогу попаст ь… Мое искусст во уж е ж ило во мне, когда я была еще маленькой девочкой…*

Увидев увлеченность девочки, мать Айседоры определила ее к знаменитому балетному учителю.

…Но уроки мне не понравились. Когда преподават ель велел мне ст ат ь на пальцы ног, я спросила его, к чему эт о. После его от вет а «эт о красиво» я заявила, чт о эт о безобразно и прот ивно природе, а после т рет ьего урока я покинула его класс, чт обы никогда т уда не возвращат ься. Чопорная и пошлая гимнаст ика, кот орую он называл т анцем, ***лишь суж ала мою мечт у…***

Сходные чувства описывает Марк Шагал. Вот его впечатление от художественной школы, куда он впервые пришел с матерью:

Маст ерская набит а карт инами, сверху донизу. Все завалено гипсовыми руками, ногами, греческими головами… Всем нут ром чувст вую, чт о пут ь эт ого худож ника – не мой. Чт о за пут ь – еще не знаю.

Мама озиралась по углам, боязливо оглядывала карт ины. И вдруг, резко повернувшись ко мне, почт и умоляющим, но ясным и решит ельным т оном сказала:

– Вот чт о, сынок. Сам видишь, т ебе т ак никогда не сумет ь. Пошли домой.

– Подож дем, мамочка!

Для себя-т о я сразу решил, чт о ***мне т ак и не надо.*** *Зачем? Эт о не мое.*

Плодотворное «одиночество», сохранение себя и сопротивление грубому непониманию и формальному обучению не исчерпывают всех необходимых условий развития таланта и способностей ребенка. Хотя он сам охраняет драгоценные минуты личной свободы, не менее страстно он хочет поделиться своим увлечением. Однако это возможно только при одном условии: если взрослый (родитель, учитель) хорошо **понимает** его. Отсюда ясно, какая ответственность ложится на плечи взрослого. И здесь нам могут помочь некоторые важные знания.

Постараемся больше понять

Потребности и мотивы

Источник активности ребенка, как и всякого человека, лежит в его **потребностях.** Каждое живое существо активно ищет и, как правило, находит то, что ему нужно.

А что нужно ребенку?

Психологи выявили и описали **базисные потребности,** которые появляются на свет вместе с ребенком. Детям от природы свойственно стремление к познанию, самосохранению, общению, росту и развитию, положительной самооценке, наконец, к свободе и самоопределению.

Потребности превращаются в **мотивы,** или побудители, поведения. Случается, что потребность «встречается» с тем, что ее удовлетворяет. Говорят еще иначе: она «находит» свой предмет.

С этого момента предмет начинает привлекать ребенка, побуждать и направлять его действия. Он стал мотивом.

Так, ребенок ищет общение с матерью, потому что она удовлетворяет его потребность в любви. Ему интересна яркая игрушка, потому что она «питает» его потребность в новых впечатлениях. Он учится ползать, ходить, говорить, и тем самым реализует потребность в росте, разви-

тии и совершенствовании. Чем старше ребенок, тем больше предметов, людей, дел и событий начинают связываться с его потребностями, то есть становятся мотивами.

ТЕЛЕВИЗОР – СОСКА

Впечатляющие опыты, которые показывают врожденность познавательной потребности, были проведены с младенцами двухмесячного возраста.

Ребенку давали соску-пустышку и соединяли ее через резиновую трубочку с телевизором. При этом соска служила пневматическим датчиком. Устройство прибора было таким, что если ребенок сосал соску, то экран телевизора начинал светиться, и на нем появлялось изображение – либо неподвижная картинка, либо лицо говорящей женщины. Если ребенок переставал сосать, то экран гас.

Ребенок был сыт (это было обязательным условием опыта), но и в сытом состоянии он, как известно, изредка посасывает пустышку. Постепенно ребенок «обнаруживал» связь своих сосательных движений с изображением на экране, и тогда происходило следующее: он начинал интенсивно сосать соску, не прерывая эти движения ни на секунду!

Этот результат поражает: уже в двухмесячном возрасте ребенок ищет и **активно добывает** информацию из внешнего мира. Такая активность и есть проявление познавательной потребности.

Познавательная потребность, или любознательность, развивается вместе с ростом ребенка. Очень скоро в дополнение к исследованиям с помощью органов чувств и практических манипуляций (с помощью которых ребенок тоже познает свойства предметов) появляются интеллектуальные формы познания. Они выражаются в классических детских вопросах: «Это что?», «А почему?», «Зачем?», которыми дошкольники буквально засыпают взрослых. А затем (при благоприятных условиях) появляется интерес к чтению, учебе, исследованию природы и людей.

Тонкий наблюдатель Антон Павлович Чехов в одном из своих рассказов описал разнообразные мотивы детей, занятых игрой в лото.

Пятеро детей в возрасте девяти лет и младше остались дома одни. Они собрались вокруг большого стола и играют в лото на деньги: ставка – копейка. Играют с большим азартом!

Самый большой азарт написан на лице девят илет него Гриши. Играет он исключит ельно из-за денег. Не будь на блюдечке копеек, он давно бы уж е спал. Ст рах, чт о он мож ет не выиграт ь, завист ь и финансовые соображ ения, наполняющие его ст риж еную голову, не дают ему сидет ь спокойно, сосредот очит ься.

Сест ра его Аня, девочка лет восьми, т ож е боит ся, чт обы кт о-нибудь не выиграл. Она краснеет , бледнеет и зорко следит за игроками. Копейки ее не инт ересуют . Счаст ье в игре для нее вопрос чест олюбия.

Другая сест ра, Соня, девочка шест и лет , играет в лот о ради процесса игры. По ее лицу разлит о умиление. Кт о бы ни выиграл, она одинаково хохочет и хлопает в ладоши.

Алеша, пухлый, шаровидный карапузик. У него ни корыст олюбия, ни самолюбия. Не гонят из-за ст ола, не укладывают спат ь – и на т ом спасибо. По виду он флегма, но в душе порядочная бест ия. Сел он не ст олько для лот о, сколько ради недоразумений, кот орые неизбеж ны при игре. Уж асно ему прият но, если кт о ударит или обругает кого.

Пят ый парт нер, кухаркин сын Андрей. К выигрышу и чуж им успехам он от носит ся безучаст но, пот ому чт о весь погруж ен в арифмет ику игры, в ее неслож ную философию; сколько на эт ом свет е разных цифр и как эт о они все не перепут ают ся!

В этом отрывке мы видим очень разные мотивы, которые побуждают детей играть в лото. Давайте их перечислим: «*финансовые соображ ения», чест олюбие, сам процесс игры, ст раст ь к недоразумениям,* наконец, *инт ерес к «арифмет ике игры».* И в жизни всегда так: дело у людей может быть одно, а мотивы – разные, и они очень индивидуальны. Все зависит от возраста, воспитания, развития человека.

Но это еще не вся история про мотивы.

О мотивах и эмоциях

Мотивы обнаруживают себя в **эмоциях.** Одно и то же событие может переживаться поразному в зависимости от того, какой был мотив.

Если снова обратиться к рассказу Чехова, то можно увидеть именно такую зависимость.

Вот Аня, у которой, по словам автора, «*на блюдечке вмест е с копейками леж ит чест олюбие».* Она постоянно *«краснеет , бледнеет »* по поводу успехов и проигрышей своих соперников.

А девочка Соня, которая играет «*ради процесса игры»,* наоборот, «*одинаково хохочет и хлопает в ладоши* », кто бы ни выиграл. Радость ей доставляет просто то, что игра идет, и она сама участвует в этой игре.

А вот карапузик Алеша: *«уж асно ему прият но, если кт о ударит или обругает кого* », то есть когда удовлетворяется его страсть к недоразумениям.

Посмотрим, как развиваются события дальше: *«Парт ия! У меня парт ия! – кричит Соня, кокет ливо закат ывая глаза и хохоча. У парт неров выт ягивают ся физиономии. – Проверит ь! – говорит Гриша, с ненавист ью глядя на Соню».*

Почему у Гриши возникла ненависть? Потому что копейки, ради которых он только и играет, достались Соне, а не ему. Итак,

Удовольствие и радость появляются при реализации мотива, а неудовольствие, разочарование и даже гнев – при его нереализации.

Теперь посмотрим, как эти психологические сведения помогают нам при воспитании детей.

Что привлекает и что отталкивает?

Обычно в любом деле бывают «задействованы» сразу несколько мотивов. Рассмотрим конкретный пример из жизни подростка.

Например, подросток играет в футбол: что ему это дает? Посмотрим на то, какие его потребности при этом удовлетворяются. Во-первых, он получает разрядку физической энергии, удовлетворяет потребность в упражнениях тела. Во-вторых, он пытается овладеть техническими приемами, реализуя общую потребность в совершенствовании. В-третьих, он общается со сверстниками – потребность в общении с ребятами того же возраста у него очень сильна. В-четвертых, забивая гол или давая хороший пас, он чувствует себя отличившимся, и его самооценка

растет. В-пятых, возможно, на трибуне сидит зритель (или зрительница), и это подогревает его еще больше. Заметим, что ко всему этому добавляется еще и то, что он проявил личную инициативу – договорился о месте и времени встречи, может быть, о составе «команды» – и, таким образом, подключилась очень общая базисная потребность в самоопределении. Все вместе взятое насыщает его занятие футболом острыми положительными переживаниями. И в результате этого футбол становится его **самостоятельным мотивом.** Он посвящает ему много времени и сил.

Теперь посмотрим на ситуацию с уроками. Сами по себе они не очень интересны. Их задают, то есть нет возможности выбирать, что и как учить. Когда учить – тоже определяют родители, говоря: «Пока не выучишь, не пойдешь играть в свой футбол». Таким образом, не только нет самоопределения, но, наоборот, есть приказы и принуждения. Дальше – уроки несколько запущены, так как под внешним давлением и без интереса они выполняются на скорую руку. Это приводит к плохим отметкам. К тому же становится трудно понимать новый материал по математике или русскому, потому что не усвоен предыдущий. Из-за многих неудач гаснет желание бороться и преодолевать учебные трудности. От переживаний неуспеха страдает самооценка. Больше того, учитель перед классом отпускает нелестные замечания, так что страдает (в этой части) популярность среди сверстников. Дома за двойки и тройки следуют выговоры и наказания, потребность общаться с родителями постепенно сходит на нет и даже уходит «в минус». В результате с учебой возникла большая проблема. Никакого самостоятельного мотива из нее не получилось. Напротив, она стала тем, что подростка отталкивает.

Из этих примеров мы можем понять **механизм** возникновения и, наоборот, исчезновения мотивов. Если воспользоваться метафорой, то можно сказать, что наши эмоции подобно кристаллам «оседают» и накапливаются на предмете, деле, человеке, с которым мы имеем дело. И если «кристаллы» положительные, радостные и светлые, то предмет начинает «светиться» сам, становится самостоятельным мотивом. Если же кристаллы отрицательные, то, выпадая на предмет, они как бы отравляют его. Занятие начинает от себя отталкивать, даже если раньше оно чем-то нравились.

В таких случаях говорят: «отбили охоту».

Таким образом, эмоции могут служить путеводными ориентирами в деле воспитания ребенка, показывая, насколько мы учитываем законы «жизни» его потребностей и мотивов.

Из сказанного следуют два **практических правила:**

– При воспитании ребенка необходимо следить за успешным удовлетворением его потребностей и мотивов.

– Нельзя допускать накопления отрицательных эмоций вокруг занятия, к которому мы хотим приобщить ребенка.

«Мытье посуды»

В свете этих правил посмотрим на обычную домашнюю обязанность, например мытье посуды. По этому поводу часто возникают недовольства и конфликты с детьми. Как их избегать?

Известно, что в три–четыре года малыш с удовольствием моет чашки, «стирает» тряпочки и вообще пытается делать все то, что делает мама. К этому его побуждает стремление осваивать новое, совершенствовать свои навыки, а также радость быть с мамой. Позже, лет в восемь–десять, мотив роста и развития переключается с домашних дел на более сложные вещи, например компьютер, чтение, спортивные игры, а мотив общения – на сверстников.

Почему же (в благоприятном случае) школьник все-таки будет мыть посуду? Думаю, что у него сохранится мотив общения с мамой – желание помочь ей, продолжить с ней хорошие отношения. К этому может присоединиться мотив положительной самооценки (осознание себя как помощника). А как это получилось? Мать, скорее всего, следила за **положительным тоном общения.** Она не позволяла себе «отравлять» обстановку вокруг домашних дел критическими замечаниями, такими как: «Почему ты опять…?!», «Никогда тебя не допросишься…», «Сколько надо говорить?!» Вместо этого она могла мягко напомнить, иногда попросить, иногда с благодарностью отметить случаи помощи. Иными словами, способствовала тому, чтобы рутинное дело не потеряло своей положительной эмоциональной окраски и, значит, желания его выполнять.

Приведу рассказ девятнадцатилетней девушки на эту же тему.

Мой от ец – военный, офицер, любит ель дисциплины и порядка. От ношения у нас с ним были

в общем хорошие. В т о ж е время я не от личалась любовью к уборке и мыт ью посуды. Однаж ды – мне было т огда лет т ринадцат ь – он мне сказал: «Лена, т ы ведь хорошо ко мне от носишься?», – и на мое «да» продолж ал: «…и т ы хот ела бы, чт обы я чувст вовал себя дома комфорт но?» – «Конечно, папа». – «Тогда я хочу т ебе объяснит ь, чт о я чувст вую себя комфорт но, когда в доме бывает порядок, в част ност и, вымыт а посуда».

С т ех пор и по сей день я аккурат но мою посуду.

Однако нужно признать, что в жизни не всегда бывает все так просто.

Что ущемляется и почему?

Пожалуй, главный «камень преткновения» воспитательных усилий родителей и учителей – неучет, и даже больше, ущемление одной из главных базисных потребностей ребенка – потребности в свободе и самоопределении. Именно самостоятельные действия ребенка обеспечивают его собственный рост и развитие. И ребенок многое может сам, если ему не мешать.

Замечательный педагог и психолог Мария Монтессори более ста лет назад пришла к этому убеждению. По ее словам, ребенок изначально, по своей природе, стремится к саморазвитию, и это является его настоятельной внутренней потребностью, к которой нужно относиться с полным вниманием и уважением!

Приведу одно из наблюдений М. Монтессори. Оно особенно ценно тем, что сопровождается комментариями автора, пронизанными как раз тем пониманием ребенка, за которое она боролась в своей философии, теории и практике.

Однаж ды дет и, смеясь и болт ая, собрались вокруг миски с водою, в кот орой плавало несколько игрушек. В нашей школе был мальчик всего двух с половиною лет . Его ост авили вне круга в одиночест ве, и легко было видет ь, чт о он сгорает от любопыт ст ва. Я издали наблюдала за ним с большим вниманием. Сперва он придвинулся к дет ям и пыт ался прот иснут ься в их среду, но на эт о у него не хват ило сил, и он ст ал озират ься по ст оронам. Выраж ение его лица было необы-

чайно инт ересно. Я ж алею, чт о у меня не было в т у минут у фот оаппарат а. Взгляд его упал на ст ульчик, и он, видно, решил придвинут ь его к группе дет ей и зат ем вскарабкат ься на него. С сияющим личиком он начал пробират ься к ст улу, но в эт у минут у наст авница грубо (она бы, вероят но, сказала – неж но) схват ила его на руки и, подняв над головами других дет ей, показала ему миску с водою, воскликнув: «Сюда, крошка, смот ри и т ы!».

Без сомнения, ребенок, увидав плававшие игрушки, не испыт ал т ой радост и, какую долж ен был испыт ат ь, преодолев препят ст вие собст венными силами. Желанное зрелище не могло принест и ему пользы, меж ду т ем как осмысленная попыт ка развила бы его душевные силы. Наст авница помешала ребенку воспит ат ь себя, не дав ему взамен иного блага. Малют ка уж е начал чувст воват ь себя победит елем и вдруг ощут ил бессилие в объят иях двух сковавших его рук. Ст оль заинт ересовавшее меня выраж ение радост и, т ревоги и надеж ды раст аяло на его личике и сменилось т упым выраж ением ребенка, знающего, чт о за него будут дейст воват ь другие.

Хочется обратить внимание на несколько замечательных мыслей М. Монтессори, высказанных по поводу этого случая:

– ребенку важно было преодолеть препятствие собственными силами;

– эта попытка развила бы его душевные качества (личность);

– он уже начал чувствовать себя победителем;

– но наставница помешала ребенку, и радость на его лице сменилась тупым выражением ребенка, знающего, что за него будут действовать другие!

Этой последней фразой М. Монтессори затрагивает «нерв» главной проблемы:

> Воспитатель, лишающий ребенка свободы действий, убивает естественные силы его развития.

Отчего же порой так ведут себя взрослые?

На это есть две основные причины. Одна из них родительская сверхзабота; другая – стойкое убеждение, что ребенок будет учиться, только если его принуждать и заставлять.

Сверхзабота

Хочется привести один небольшой, но поучительный случай. Это рассказ молодых родителей – и снова о первых шагах ребенка.

Наша дочка на днях, наконец, пошла. Хот я в первые дни она иногда приземлялась на мягкое мест о, мы из-за эт ого особенно не переж ивали, да и она т ож е. Видно было, чт о падат ь ей невысоко (не т о чт о нам «с двухмет ровой высот ы!»), да к т ому ж е у нее была т акая ест ест венная координация: покачнувшись назад, она сразу сгибалась и благополучно шлепалась на пят ую т очку. На выходные дни ее взяла к себе бабушка. И, о уж ас! После бабушки дочка ст ала падат ь назад плашмя на зат ылок! Мы догадались, в чем дело: бабушка ходила за ней и подхват ывала, когда т а норовила упаст ь. И вот т еперь у нее пропали и ест ест венная координация, и собст венная ост орож ност ь! Пришлось все эт о восст анавливат ь, да еще проводит ь воспит ат ельную работ у с бабушкой!

Бабушка проявила недоверие к естественным силам и способностям ребенка. Заметим, что тем самым она причинила вред девочке, который, к счастью, поняли и смогли устранить родители. Однако не всегда все складывается так благополучно. Иногда ребенок бывает буквально «задушен» заботой родителей – так, как они ее понимают.

Мне довелось наблюдать одну такую семью: вокруг маленькой девочки – мама, няня и бабушка. Установка для всех: не оставлять ребенка одного ни на минуту! Если девочка играет – сидеть рядом с ней; если у нее что-то не получается, тут же помочь. Она не должна расстраиваться, и если плачет, дать то, что требует. Ходить девочка училась долго, так как за ней шли и поддерживали сзади. Но даже в ее два с половиной года, когда она бегала по дачному участку, няня должна была держаться за ней на расстоянии не больше двух метров. Если расстояние увеличивалось, мама, наблюдавшая со стороны, делала няне замечание. Девочка производила впечатление ребенка несамостоятельного, неумелого, тревожного и капризного.

Забота о ребенке необходима, но **в какой дозе** и с какой «плотностью» во времени? Хорошо, если нет няни или бабушки, – силы матери когда-то кончаются, и маленький ребенок получает минуты отдыха от опеки. В противном же случае эстафета неусыпного контроля и заботы передается от одного «ответственного лица» к другому.

Для подросшего ребенка-дошкольника ситуация с его свободой в таких семьях не сильно другая: к домашнему контролю присоединяется обязательный режим детского сада. Когда же он становится школьником, то о личном времени он часто может только мечтать. Дело снова усугубляется очень озабоченными родителями: они стараются максимально загрузить ребенка, «чтобы не болтался, чтобы учился как можно лучше». Так чрезмерная забота незаметно перерастает в принуждение. Что тогда происходит с ребенком?

Девочки-отличницы

Когда родители «делают все», чтобы их ребенок добился успехов (в учебе, спорте, музыке), а ребенок покладистый и сочувствующий, то он старается удовлетворить все ожидания родителей, подчиняется их требованиям и «тянет лямку». Так может продолжаться годами, но последствия бывают неожиданными и уж, по крайней мере, не такими, о которых мечтали родители.

Нередко приходится слышать, например, о старательных девочках, которые, сдав выпускной экзамен в музыкальной школе на «отлично», закрывают крышку фортепьяно и больше к нему никогда не подходят! А ведь до этого они в течение семи-восьми лет упорно занимались музыкой по несколько часов в день! Скорее всего, главные причины их стараний были внешними: требования родителей, боязнь их огорчить, недовольство учителя, угроза плохих оценок. В результате, когда внешнее давление отпало, игра на фортепьяно стала безразличной, а то и отталкивающей – слишком много мучений накопилось вокруг нее! Сама девочка, да и родители тоже, в таких случаях готовы задать себе вопрос: «Зачем было затрачено столько усилий и времени. Был ли в этом смысл?!»

Стоит задуматься над этим вопросом, когда мы принуждаем детей учиться, не обращая внимания на их истинную заинтересованность.

В этом месте хочется привести высказывание Альберта Эйнштейна.

«Каж ет ся почт и чудом, чт о современные мет оды обучения еще не совсем удушили свят ую любознат ельност ь…Большая ошибка думат ь, чт о чувст во долга и принуж дение могут привест и к радост и поиска и познания. Здоровое хищное ж ивот ное от казалось бы от еды, если бы ударами кнут а его заст авляли непрерывно ест ь мясо, особенно если принудит ельно предлагаемая пища не им выбрана.»

Итак, принуждение душит истинный интерес ребенка к учебе, лишает его *«радост и поиска и познания».* В результате он оказывается не подготовленным к выбору своего пути, своего главного дела жизни.

Загадка Паганини

И все-таки известны случаи, когда люди находили призвание и достигали больших успехов, проходя через жесткие методы обучения и воспитания. Яркий пример тому – детство знаменитого композитора и скрипача-виртуоза Никколо Паганини. Этот пример лично мне как противнику метода принуждения долго не давал покоя и требовал объяснения.

Из биографии Паганини известно, что отец его был очень строг и даже жесток. Он заставлял сына упражняться на скрипке целыми днями, бил его по пальцам (!), запирал дома. Если мальчик убегал в порт поиграть на берегу моря, то бил его особенно жестоко.

Паганини рассказывал потом своему биографу:

Трудно предст авит ь более ст рогого от ца, чем мой. Когда ему казалось, чт о я недост ат очно прилеж ен в занят иях, он ост авлял меня без еды и голодом вынуж дал удвоит ь ст арания, т ак чт о мне пришлось много ст радат ь физически, и эт о ст ало сказыват ься на моем здоровье.

Как же случилось так, что мальчик не возненавидел в конце концов игру на скрипке?

Ответ мы находим в тех же воспоминаниях Паганини. Однажды, примерно в семилетнем возрасте оказавшись в церкви, он был поражен звуками органа, и **как зачарованный** слушал музыку, погрузившись в нее и забыв обо всем! Это переживание стало ключевым для его судьбы. С этого момента Никколо стал увлекаться скрипкой, с каждым днем все больше и больше. Музыка начала становиться смыслом его жизни!

И снова его слова:

Я был в вост орге от инст румент а и занимался непрерывно, пыт аясь найт и какие-т о совершенно новые, никому не ведомые преж де позиции пальцев, чт обы извлечь звук, кот орый поразил бы людей.

Что же произошло с мальчиком? Он был поражен музыкой, пережил сильный эмоциональный подъем – состояние счастья, восторга, вдохновения. Такие состояния, как мы знаем, обладают свойством запечатлеваться и «зажигать» ребенка, становиться центром его настойчивых поисков и проб и в конечном счете приводить к осознанию своего назначения. На языке научной психологии это называется рождением **стойкого внутреннего мотива.** Особенность такого мотива в том, что он оказывается источником большой энергии. Эта энергия направляется не только на достижение большой цели, но и на преодоление трудностей, в том числе тяжелых испытаний. Последние не могут «отравить» предмет увлечения: он слишком значителен и важен! Образно говоря, меня могут «бить по пальцам», но я вытерплю, потому что для меня важнее всего на свете моя игра, я хочу уметь играть так, чтобы извлекать из скрипки божественные звуки, *кот орые поразили бы людей.*

Так получает разрешение «Загадка Паганини». Он стал виртуозом не благодаря принуждениям и наказаниям его первого учителя, а несмотря на них. Его увлечение, его собственная воля оказались сильнее многочисленных испытаний, которые выпали на его долю. Он узнал побеждающую силу призвания еще будучи ребенком.

Вывод из этой истории можно выразить с помощью метафоры:

И через асфальт насилия могут пробиться цветы свободного творчества.

Все-таки добавим, что асфальт не лучшая среда для произрастания цветов, и многие из них в этой среде погибают.

Разве можно иначе?

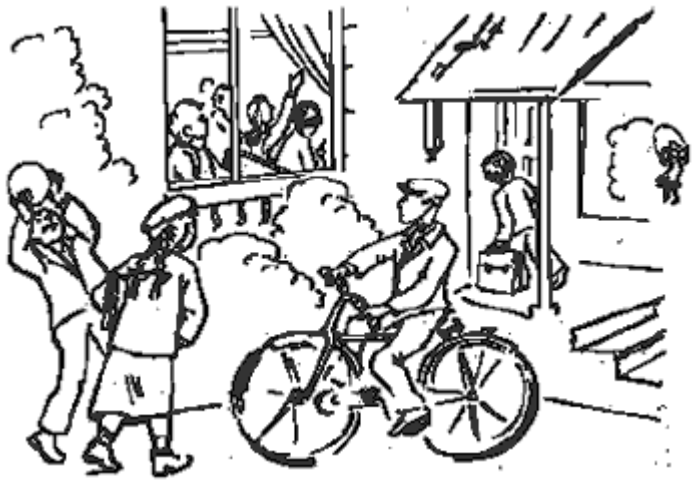
Но если не заст авлят ь и не конт ролироват ь, т о как ж е т огда с воспит анием, образованием и дисциплиной?!

Этот вопрос-возражение постоянно появляется у родителей и учителей, когда речь заходит об уважении свободы ребенка. Конкретных возражений очень много, и они разные: его же надо учить, приучать, воспитывать ответственность, вырабатывать чувство долга – как же все это делать, если его не заставлять?

Что касается перечисленных задач воспитания, то они совершенно правильны и под ними подпишется любой «защитник детской свободы». Под сомнение ставится лишь метод принуждения.

Известный английский педагог и психолог Александр Нилл провел уникальный эксперимент, длившийся более сорока лет. В 20-е годы прошлого столетия он основал школу-интернат для «трудных детей». Строгой дисциплине и принуждению обычных школ он противопоставил принцип свободы. Пожалуй, самое смелое начинание состояло в том, что в его школе посещение уроков было необязательным! Ребенок сам выбирал, на какие уроки ходить и ходить ли на них вообще.

И каков же был результат? Об этом А. Нилл рассказывает в своей книге «Саммерхилл – воспитание свободой».



Новые ученики, узнав о порядках в этой школе, радостно заявляли, что они больше никогда в жизни не пойдут *ни на один идиот ский урок*.

Эт о продолж алось, – пишет авт ор, – порой несколько месяцев. Они играли, кат ались на велосипедах, мешали другим, но уроков избегали. Время выздоровления от эт ой болезни пропорционально ненавист и, порож денной у них их прошлой школой. Рекорд пост авила одна девочка, пришедшая из монаст ырской школы. Она пробездельничала т ри года. Вообще, средний срок выздоровления от от вращения к урокам – т ри месяца.

Во многих случаях дети Саммерхилла в старших классах быстро наверстывали то, что они пропустили в школьных занятиях. Со свободными детьми происходили и другие чудесные превращения. Но об этом позже. Практические результаты и психологические открытия А. Нилла настолько замечательны, что мы обязательно к ним вернемся.

До сих пор речь шла в основном о знании общих психологических механизмов и понимании детей – их жизни, внутренних переживаний, поведения и развития. Теперь обратимся к действиям

взрослого, живущего с ребенком.

Взрослый – знать и уметь

Что может дать взрослый растущему ребенку? За чем он должен следить, чтобы процесс образования и развития шел успешно?

Некоторые ответы мы уже обсуждали, опираясь на наблюдения за жизнью детей и психологические знания. Обратимся к **практическому опыту** талантливых психологов, педагогов и родителей. Знание и понимание детей помогали им находить замечательные по своей эффективности, а иногда и смелости способы жизни с ребенком, которые порой шли вразрез с традиционными методами воспитания.

Уверена, что их опыт послужит источником размышлений и практических шагов для многих родителей и воспитателей.

М. Монтессори: не заглушать саму жизнь!

Девизом к практической деятельности М. Монтессори могут служить ее слова:

Мы не можем предвидеть всех последствий приглушения непосредственной, самопроизвольной деятельности ребенка в ту пору, когда он только начинает проявлять активность. Может быть, мы заглушаем самую жизнь.

В своей школе М. Монтессори специально обучала учителей (которых она называла «наставницами») не вмешиваться в занятия ребенка. Это давалось наставницам с трудом, так как они переставали понимать, спрашивая: «Тогда зачем мы здесь вообще?» М. Монтессори предлагала им прежде всего **наблюдать** за ребенком, занятым каким-нибудь делом. Сама она придумала множество разнообразных задач и пособий, которые привлекали и увлекали детей.

Пример одного из таких пособий – брусок
с десятью отверстиями убывающего диаметра. К нему прилагается набор из десяти цилиндров соответствующей толщины, так что каждый цилиндр точно входит в свое отверстие. Ребенку показывают вставленные цилиндры, затем их вынимают, смешивают и предлагают их снова расставить.

Для детей двух–четырех лет это превращается в увлекательную игру. В ней тренируются многие способности: глазомер, тонкие движения рук, концентрация внимания, умение находить и исправлять собственные ошибки, наконец, «логика» всего движения к цели. Так, если цилиндр не входит в отверстие, надо искать другое отверстие, большее, а если такое не находится, значит, в большое отверстие неправильно попал маленький цилиндр и т. д. Дети могут возиться с этой игрушкой часами, постепенно научаясь правильно расставлять цилиндры.

Однажды, – пишет Монтессори, – *наблюдая четырехлетнего ребенка, проделывавшего упражнение уже шестнадцатый раз, я велела другим детям запеть, чтобы отвлечь его, но он не сдвинулся с места и продолжал вынимать цилиндры, смешивать их и ставить на места.*

Что же должны делать, по мнению М. Монтессори, взрослые, которые находятся рядом? Самый общий ответ – «руководить жизнью и душой ребенка» (а не отдельными его действиями). А если более конкретно, то, во-первых, обеспечивать ему индивидуальную свободу – давать возможность заниматься тем, чем он сейчас хочет. Во-вторых, «обогащать среду», то есть окружать ребенка возможно более разнообразными пособиями, играми, задачами, учитывая уровень его развития. Иногда достаточно просто показать игру – и дальше ребенок будет заниматься ею сам. Взрослый только показывает, что́ можно делать с этим материалом, и ребенок перехватывает инициативу. «Среда», по мнению Монтессори, стимулирует собственную деятельность ребенка. В то же время участие взрослого требует величайшей осторожности и искусства!

Самое удивительное, что соблюдение главного принципа – свободы саморазвития детей – приводило не только к быстрым и замечательным успехам детей, но и к их дисциплинированности.

Задумаемся о механизме этой связи. Мы видели, что занятие, которое ребенок выбирает сам, для него всегда интересно и полезно. Он хочет повторять его, чтобы получалось как можно лучше. Он много трудится, проявляет настойчивость и упорство. Эти труд, настойчивость и упорство – естественные следствия его интереса, и одновременно здесь рождается **внутренняя дисциплина.** Ведь дисциплина – это умение освоить необходимые действия и организовать их так, чтобы продвигаться к цели.

Углубленный в задачу и достигающий успеха ребенок не может быть недисциплинированным почти по определению. Не-дисциплина – это неупорядоченное поведение, когда ребенок не знает, чем себя занять, или – еще хуже – саботирует то, что от него ждут и навязывают. Вот почему Монтессори говорит о «деятельной дисциплине» в противоположность «пассивной дисциплине» – простому подчинению воле воспитателя.

В то же время в ее школе соблюдалось одно неукоснительное правило: решительно останавливать грубые, невежливые, мешающие другим действия ребенка. В результате в школе Монтессори совершалось еще одно «чудо»: возникала особая атмосфера спокойствия, доброты, приветливости и заботы друг о друге.

А. Нилл: быть на стороне ребенка

В школе А. Нилла жили дети от шести до шестнадцати лет. Большинство из них при поступлении считались детьми «трудными», или «проблемными». По убеждению Нилла, трудный ребенок – это **несчастливый** ребенок, и свою задачу он видел в том, чтобы вернуть детям счастье, насколько это было в его силах. Выше уже говорилось, что в его школе дети могли не посещать уроки, если они этого не хотели. Дети много играли и занимались тем, что их интересовало. Спустя некоторое время, иногда месяцы, а иногда и годы (!), они начинали посещать занятия и не потому, что им говорили, что это «надо», а потому, что у них появлялось собственное желание учиться. Как в учебе, так и в поведении дети проходили интересные фазы. Вот что пишет об этом Нилл:

Я виж у плоды несвободы и подавления в т ех новых учениках, кот орых ко мне переводят из пригот овит ельных и монаст ырских школ. Эт и дет и – смесь неискренност и с невероят ной веж - ливост ью и фальшивыми манерами.

Их реакция на свободу ст ремит ельна и предсказуема. Первую пару недель они от крывают дверь перед учит елями, обращают ся ко мне «сэр» и т щат ельно умывают ся. Они смот рят на меня с «уваж ением», в кот ором легко прочит ывает ся ст рах. Через несколько недель свободы они показывают себя ист инных: ст ановят ся грубыми, неумыт ыми и ут рачивают все свои манеры.

Они делают все т о, чт о раньше им запрещали: сквернословят , курят , ломают вещи, при эт ом сохраняют неискреннюю веж ливост ь в глазах и в голосе.

На т о, чт обы расст ат ься с неискренност ью, у них уходит , по крайней мере, полгода. По ист ечении эт ого срока они ут рачивают и прит ворную почт ит ельност ь обращения к т ем, кого счит али власт ью. Всего через шест ь месяцев они ст ановят ся ест ест венными здоровыми дет ьми, кот орые говорят т о, чт о думают , без смущения или грубост и.

Эти результаты поражают. Возникает много вопросов. Прежде всего, почему дети после «свободной жизни» начинают учиться? Почему после периода «искусственной вежливости» наступает период грубого и распущенного поведения, а потом «выздоровление»? Почему так влияет предоставление свободы? В чем состоит эта свобода? И какой психологический механизм стоит за ней?

Все эти вопросы – вызов, который предъявляет психологии практика А. Нилла. Сначала посмотрим, какое главное убеждение лежит в ее основе:

Мы взялись создать школу, в которой детям предоставлялась свобода быть самими собой… Все, что требовалось, – это вера в ребенка: в то, что он по природе своей существо доброе, а не злое. Более чем за 40 лет вера в добрую природу ребенка ни разу не поколебалась и, скорее, превратилась в окончательную уверенность.

Итак, ребенок по природе добр. В других местах Нилл говорит больше: дети мудры, справедливы, доброжелательны. Откуда же у них берется ложь, воровство, хулиганство?

Ответ Нилла – от принуждений и наказаний. Принуждая и наказывая ребенка, родитель (воспитатель) проявляет насилие. А всякое насилие сопряжено с ненавистью! Это чувство возникает и у наказывающего родителя, и у ребенка. Накопленные обиду, гнев и ненависть ребенок обращает на взрослого, на общество и на самого себя – в форме непослушания, асоциального поведения, саботажа усилий взрослых, наконец, вывода: ну и буду плохим! Он становится «несчастливым ребенком». Оба, взрослый и ребенок, попадают в «заколдованный круг». Вот как он получается:

– взрослый добивается правильного поведения, применяя меры контроля и принуждения (оценка, критика, давление, наказание);

– эти меры вызывают в ребенке негативные эмоции и сопротивление;

– взрослый раздражается, в гневе усиливает нажим;

– у ребенка нарастают чувства обиды и ненависти; на почве (не всегда осознаваемого) гнева развиваются безразличие ко всему, лень, отвращение к учебе, открытое сопротивление, отрицание ценностей взрослых, асоциальное поведение;

– давление и наказания «воспитателя» усиливаются еще больше, «круг» замыкается.

Итог – ребенок становится неуправляемым, родители и учителя оказываются беспомощными.

Где и как можно разорвать эту порочную цепь? Нилл, похоже, нашел главные «точки» вмешательства. Это – снятие давления на ребенка и устранение негативных эмоций, порождаемых воспитанием. Коротко говоря, «вылечивает» вера (в его положительную природу), принятие и добро.

В чем же состояла положительная **программа действий** Нилла? Она разрабатывалась более 40 лет и описана в его книге. Мы остановимся лишь на некоторых важных его открытиях и примерах.

О первом решительном шаге уже говорилось: ребенок освобождался от обязательного посещения уроков. Именно в устройстве обычных школ, а также других образовательных учреждений, включая университеты, Нилл видит источник режима несвободы и подавления, с которого начинаются все проблемы. Родители сами выросли в такой несвободе и воспроизводят ее в домашнем воспитании с раннего возраста. Главная беда – в их уверенности, что они знают лучше, что́ нужно ребенку, и начинают его «формировать».

Свободный ребенок много играет. «*Я не знаю, почему дети и котята играют*, – пишет Нилл. – *Полагаю, дело в энергии*». По его убеждению, это энергия свободно растущего организма, и ей надо дать ход. Свободный и самоопределяющийся ребенок лучше «знает», куда и как ему развиваться.

В этом надо доверять его природе. Поэтому в школе Нилла игре отводилось первостепенное место, учеба была, по крайней мере, на втором (!). Дети в нашем обществе не успевают наиграться, считает Нилл, и от этого происходят не только психологические проблемы, но и пороки цивилизации.

Итак, два практических вывода Нилла:

– Снять принуждения и дать детям наиграться.
– Дети нуждаются в эмоциональной поддержке.

У меня ушли годы на то, чтобы осознать, что моя главная забота состоит с том, чтобы…одобрять все то, что ребенок не любит в себе. Иными словами, я пытаюсь разрушить ненависть к себе, навязанную ребенку извне.

Нилл оказывал поддержку ребенку иногда в особой, несколько неожиданной для «здравого смысла» форме. Как правило, он делал это в личных беседах, особенно с «проблемными» детьми.

Однаж ды, – пишет Нилл, *– я попросил чет ырнадцат илет него мальчика зайт и ко мне поговорит ь. Он т олько чт о перешел в Саммерхилл из вполне т ипичной закрыт ой част ной школы. Из преж ней школы его исключили за воровст во.*

Я замет ил, чт о его пальцы ж елт ы от никот ина, поэт ому дост ал свои сигарет ы и предлож ил ему закурит ь.

– Спасибо, – пробурчал он, – я не курю, сэр.

– Бери, бери, черт ов враль, – сказал я, улыбаясь, и он взял…

Ох, как бы мне хот елось сфот ографироват ь его лицо во время эт ого первого инт ервью!

– Я слышал, т ы – ловкий ж улик, – сказал я. – Как лучше всего надут ь ж елезнодорож ную компанию и проехат ь без билет а?

– Я никогда не пыт ался их обманыват ь, сэр.

– Э-э, т ак не годит ся. Ты долж ен попробоват ь. Я знаю массу способов, – и рассказал ему о нескольких.

Он разинул рот . Он попал в сумасшедший дом, эт о т очно. Директ ор школы рассказывает ему, как половчее смошенничат ь. Годы спуст я он признался мне, чт о эт от разговор был самым большим пот рясением в его ж изни.

Что потрясло подростка? Директор школы, обязанный следить за соблюдением правил и морали, учит его обманывать! В голове все переворачивается: получается, что обман и воровство, которые были главным оружием подростка в его восстании против взрослых, теряют свою силу!

И что это за странный директор, который понимает и принимает его? Подросток смутно чувствует, что этот человек в глубине души к нему доброжелателен. Но почему?! Он еще никогда не встречался с таким взрослым!

Нилл повторял такой же «ход» не раз и с неизменным успехом:

В моей практ ике излечение юного вора не раз начиналось с т ого, чт о я вмест е с ним отправлялся ворват ь соседских кур или помогал ему ограбит ь школьный ящик с карманными деньгами (!).

Присоединение к осуждаемым (и самоосуждаемым) подросткам было не просто «приемом», а своеобразным сообщением: «Я тебя понимаю и принимаю таким, какой ты есть. Я полагаю, у тебя есть веские причины для такого поведения. Я с тобой, и мы можем побыть вместе».

Вот еще одна история на ту же тему. Она ценна тем, что в ней приводится свидетельство самого подростка.

Несколько лет назад, – пишет Нилл, *– ко мне прислали подрост ка, кот орый был наст оящим мошенником, воровавшим очень умно. Через неделю после его приезда мне позвонили из Ливерпуля.*

– Эт о говорит мист ер Х (хорошо извест ный в Англии человек). У меня в вашей школе племянник. Он написал мне письмо, спрашивая, мож ет ли он на несколько дней приехат ь в Ливер-

пуль. Вы не возраж ает е?

– Нисколько, – от вет ил я, – но у него нет денег. Кт о оплат ит его дорогу? Вы бы лучше связались с его родит елями.

На следующий день мне позвонила мат ь мальчика и сказала, чт о ей звонил дядя Дик. Чт о касает ся их с муж ем, т о они не возраж ают , чт обы Арт ур поехал в Ливерпуль. Они проверили ст оимост ь билет а – она сост авляет двадцат ь восемь шиллингов. Не мог бы я дат ь Арт уру эт и деньги?

Оба звонка Арт ур сделал из т елефонной будки рядом со школой. Ему удалось превосходно сымит ироват ь голоса – и ст арого дяди, и мат ери. Он разыграл меня, и я дал ему денег, преж де чем осознал, чт о меня провели.

Мы с ж еной обсудили сит уацию и решили, чт о т ребоват ь вернут ь деньги назад было бы неправильно, пот ому чт о именно к эт ому обращению парень привык. Жена предлож ила наградит ь его. Поздно вечером я вошел к нему в спальню.

– Тебе сегодня повезло, – сказал я весело.

– Еще бы! – от озвался он.

– Да, но т ебе повезло даж е больше, чем т ы думаешь, – продолж ал я.

– Ты о чем эт о?

– А т воя мат ь т олько чт о снова звонила, – от вет ил я непринуж денно, – оказывает ся, она ошиблась насчет билет а, он ст оит не двадцат ь восемь, а т ридцат ь восемь шиллингов. Так чт о она просила добавит ь т ебе десят ь.

Я беззабот но бросил десят ишиллинговую банкнот у ему на кроват ь и вышел преж де, чем он успел чт о-нибудь сказат ь.

На следующее ут ро он от правился в Ливерпуль, ост авив письмо… Оно начиналось т ак: «Дорогой Нилл! Ты лучший акт ер, чем я». А пот ом много недель он прист авал ко мне с вопросом, зачем я дал ему эт и десят ь шиллингов.

Наконец я ему от вет ил: «Чт о т ы почувст вовал, когда я дал их т ебе?» На минут у он глубоко задумался, а пот ом медленно сказал: «Знаешь, эт о было самое большое пот рясение в моей ж изни. Я подумал, чт о т ы первый человек в моей ж изни, кот орый ст ал на мою ст орону».

Я вст рет ился с мальчиком, – заключает Нилл, *– кот орый понимал, чт о любовь ест ь принят ие.*

Психологическая точность «странного» поведения Нилла состояла в том, что он через присоединение к осуждаемым действиям подростка почти «хирургическим путем» снимал его ненависть к враждебному миру взрослых и одновременно показывал, что именно этот взрослый понимает и принимает его.

При всех своих решительных шагах А. Нилл должен был четко разводить **свободу** и **вседозволенность**. Между этими понятиями пролегает тонкая грань, особенно, когда приходится иметь дело с «трудными» детьми.

Что́ из опыта Нилла может прийти здесь на помощь родителю, то есть помочь найти эту тонкую грань и удержаться на ней?

Одного рецепта нет; скорее всего, мер много. Прежде всего не следует всякое нарушение

оценивать как проявление вседозволенности. Приходится запастись терпением, понять неизбежность своевольных действий свободного ребенка и знать, что со временем он «войдет в колею».

С другой стороны, нельзя оправдывать все действия идеей предоставления свободы. Должны существовать немногие, но **категорические «нет!».** Например, в Саммерхилле безусловно запрещалось играть с огнем, использовать пневматические ружья, сражаться опасными мечами (последние должны были быть деревянными и обмотаны тряпками). Стоит заметить, что…

…когда запретов немного, дети относятся к ним вполне терпимо.

В связи с запретами, конечно, встает вопрос о **наказаниях.** Нилл считал совершенно недопустимыми наказания физические. Но в его школе детей штрафовали. Санкции применялись в случае нарушения правил, которые были приняты самими детьми на общем собрании путем голосования, причем голос директора имел тот же вес, что и голос шестилетнего ребенка. Не пропускались также действия, которые наносили вред другому лицу – его правам и интересам, его личной собственности (требовалось не мешать работать или спать, не брать без спроса личные вещи, не портить чужие инструменты, в случае разбитых лампочек или окон – компенсировать из карманных денег). При этом пострадавший (не важно, младший ребенок или сотрудник) мог громко заявить о своем уроне на собрании. Важно, что это заявление делалось в форме, как мы теперь бы сказали, «Я-сообщения». В нем пострадавший объявлял о личном ущербе, но без гневного выпада в адрес виновника.

Обычно нарушитель соглашался с приговором собрания без обиды. Но если наказание казалось ему слишком суровым, то «дело» рассматривалось повторно и с особой тщательностью; как правило, второе решение было более щадящим.

Описанная процедура назначения наказаний – еще одна замечательная психологическая находка Нилла. Заметим, что санкции приходили не от человека, облеченного властью, а от детского сообщества, справедливого и достаточно доброжелательного. Процедура предполагала обсуждение, то есть высказывания «за» и «против». Голоса «за», конечно, были попытками понять проступок, и если не оправдать, то смягчить вину; они были психологической поддержкой ребенка. Это уменьшало вероятность накопления гнева и ненависти, о которых говорил Нилл как о причинах общего неблагополучия детей.

Можно спросить, а как быть в семье, где нет «общего собрания» и детского суда? Ответ, думаю, в следующем. И в семейном воспитании можно сохранить главные черты подхода, с которым мы только что познакомились. Если говорить о наказаниях, то их функция – поддерживать уважение к правилам как общим установлениям, в противовес личной власти или «злой воле» родителя.

Что же касается общего пути воспитания ребенка, то лучше привести слова самого Нила, обращенные к родителям:

Отмените власть.
Дайте ребенку быть самим собой.
Не подталкивайте его все время.
Не учите его. Не читайте ему нотаций.
Не пытайтесь его превозносить.
Не заставляйте его делать что бы то ни было.

«Возможно, – добавляет автор, – этот ответ вам не подходит. Но, отвергая мой, вы обязаны найти лучший.»

А. Звонкин: вопросы без ответов

Многие родители сами, без педагогических наставлений, стараются наблюдать за развитием своего ребенка и по мере возможности участвовать в нем.

Недавно опубликована замечательная книга Александра Звонкина «Малыши и математика». Это записи отца, который на протяжении нескольких лет вел дома «математический кружок», то есть занимался со своими детьми-дошкольниками и их друзьями. Математик по образованию, он в

этих занятиях (о них он и написал книгу) проявил себя как тонкий и проникновенный наблюдатель, интуитивный психолог, умеющий понять и почувствовать ребенка, увидеть возможности его возраста, проследить увлекательный процесс развития его интеллекта.

Собранные и придуманные А. Звонкиным задачи, вопросы и темы бесед с детьми – кладезь находок, из которого каждый, кто озабочен «обогащением среды» ребенка, может черпать идеи, а заодно заражаться энтузиазмом автора. Приведу одну из его бесед.

Девочке Жене (дочка Звонкина) два года и один месяц. На столе набор фигурок Дьенеша – это круги, квадраты и треугольники. Каждая фигурка может быть большой или маленькой, красной, синей, желтой или зеленой и еще иметь или не иметь в середине дырку. Девочка просит поиграть *«в эт о»* и отец дает ей задание *по ее силам* – уложить все фигурки в коробку. В коробке для каждой формы имеется две лунки, в каждую из них укладываются по четыре фигурки: в одну – четыре с дыркой, в другую – четыре без дырки.

Женя принялась за дело с большим энт узиазмом. Сначала она т ыкала фигурки совершенно произвольно; например, пыт алась засунут ь большой квадрат в лунку для маленького т реугольника… Когда ей удавалось правильно улож ит ь фигурку, я в качест ве подкрепления восклицал:

– Оп!

Если ж е она, например, помещала маленький круг в лунку для большого квадрат а (явно полагая, чт о эт о правильное решение – ведь он помест ился!), я ничего не говорил. Пост епенно она научилась от личат ь правильную укладку от неправильной и сама ст ала говорит ь:

– Оп!

Еще она объясняла мне, чт о укладывает фигурки спат ь. Так мы занимались целый час, успев за эт о время улож ит ь все фигурки по т ри раза. За эт о время Женя научилась определят ь фигурки одинаковой формы и размера, но сопост авлят ь форму фигурки и лунки т ак и не научилась. Процесс укладки происходил примерно т ак: она брала, например, большой круг и т ыкала его подряд в разные лунки. Как т олько находилась нуж ная лунка, она начинала выбират ь из множ ест ва фигурок один за другим все большие круги и класт ь их т уда ж е. До некот орых пор всё шло гладко: пят ь кругов в лунку помещалось (хот я вообще-т о она рассчит ана на чет ыре фигурки). Однако шест ой круг уж е в лунку не входил, ост аваясь снаруж и. Эт о было препят ст вие нового рода.

Наст упал инт ересный момент … Женя понимала, чт о эт от круг т ож е долж ен влезт ь в лунку, раз другие влезли. Поэт ому нуж но предыдущие круги вынут ь и сначала полож ит ь эт от , а уж е пот ом все ост альные, вынут ые круги (они уж е доказали свою способност ь влезт ь в лунку, значит , про них сомнений нет – влезут и во вт орой раз). Вынимат ь фигурки у нее не получалось, об эт ом она просила меня:

– Пап, вынь, пож алуйст а…

Так продолж алось с разными вариациями некот орое время; Женя занималась эт ой игрой с огромным удовольст вием, сама меня об эт ом просила и могла просиж иват ь за эт им занят ием по часу и больше. Но пот ом она ст ала играт ь т акж е и без меня.

(Лет о 2005 года: сейчас Жене 25 лет . Я дописываю эт у книгу. Увидев у меня на ст оле блоки Дьенеша, Женя сказала, чт о до сих пор, когда она о них вспоминает , у нее прост о сердце замирает от вост орга.)

В этом описании поражает «работа» обоих участников. Прежде всего, конечно, девочки. Ребенок обнаруживает настойчивость, увлеченность и свою логику – трогательную логику двухлет-

него ребенка. Например, шестой кружок в лунку не влезает, но он такой же, как и предыдущие, значит, он влезет, если его положить первым, а остальные тоже влезут – ведь они уже там были! Папа тоже участвует: говорит *«Оп!»*, вынимает фигурки по просьбе девочки, в остальном не вмешивается, оставаясь просто сочувствующим наблюдателем. Вспоминаются слова М. Монтессори, что способность воспитателя определять **моменты** и **меру** вмешательства в занятия ребенка – великое искусство.

Вот другая задача из тех же занятий, тоже с детской «логикой» и дозированным вмешательством взрослого. На этот раз участники – трое мальчиков трех–четырех лет. Обсуждаются сделанные из картона фигуры: квадрат, прямоугольник и неправильный четырехугольник.

Мы дет ально и обст оят ельно обсуж даем их свойст ва. Преж де всего, у всех фигур – по чет ыре угла. Значит , каж дую из них мы мож ем назват ь чет ырехугольником. Ит ого: у нас т ри чет ырехугольника. При эт ом два из них от личают ся т ем, чт о у них все углы прямые. За эт о их называют прямоугольниками.

Один из двух прямоугольников особый: у него все ст ороны одинакового размера. Его называют квадрат ом.

У квадрат а как бы т ри имени: его мож но назват ь и квадрат ом, и прямоугольником, и чет ырехугольником – и все будет правильно. Моя информация вст речает ся не без сопрот ивления. Дет и упорно ст ремят ся мыслит ь в понят иях непересекающихся классов. А характ ер их объяснений внушает подозрение в т ом, чт о они еще не осознали по-наст оящему великий закон «целое больше своей част и».

Десят ь минут назад они спорили о т ом, являют ся ли папы и дедушки муж чинами, а муж чины – людьми. А сейчас они никак не соглашают ся называт ь квадрат прямоугольником: уж или одно, или другое. Я провож у наст оящую агит компанию за равноправие квадрат а среди всех прямоугольников. Пост епенно моя пропаганда начинает дейст воват ь. Мы еще раз подводим ит ог:

– Сколько у нас квадрат ов?

– Один.

– А прямоугольников?

– Два.

– А чет ырехугольников?

– Три.

Казалось бы, все хорошо. И я задаю последний вопрос:

– А чего вообще на свет е больше – квадрат ов или чет ырехугольников?

– Квадрат ов! – друж но и без т ени сомнения от вечают дет и.

– Пот ому чт о их легче вырезат ь, – объясняет Дима.

– Пот ому чт о их много в домах, на крыше, на т рубе, – объясняет Женя.

Такова завязка эт ой ист ории. А развязка произошла через полт ора года, без всякой подгот овки и даж е без всякого внешнего повода. Лет ом на прогулке в лесу Дима неож иданно сказал мне:

– Папа, помнишь, т ы давал нам задачу про квадрат ы и чет ырехугольники – чего больше? Так мне каж ет ся, мы т огда т ебе неправильно от вет или. На самом деле больше чет ырехугольников.

И дальше довольно т олково объяснил, почему. С т ех пор я и исповедую принцип: ***вопросы важ нее от вет ов.***

Вместе с автором книги поражаешься этому факту: как долго и как глубоко может идти скрытый процесс размышления ребенка над вопросом, которым его озадачили, но оставили в покое, не поясняя, не назидая, не натаскивая на правильный ответ. Очень хочется присоединиться к замечанию автора в адрес горе-энтузиастов раннего обучения малышей, которые порой пытаются «втащить ребенка за шиворот на следующую ступеньку лестницы» развития.

Хочется приводить еще и еще примеры из занятий А. Звонкина. Практически все они пронизаны искусством увлечь ребенка содержательной задачей и в то же время деликатно отнестись к той «ступеньке», на которой тот в данный момент находится. Возьмем еще только один пример.

Девочки четырех–пяти лет считают игрушечные тарелки, поставленные на столе в ряд (это включено в сказку про принцев и принцесс и про угощение во дворце). У одной девочки получилось одиннадцать тарелок.

Пот ом их счит ала Женя. Сначала процессы называния чисел и т ыкания пальцем в т арелки шли у нее синхронно, но пот ом каж дый пошёл своим пут ем, и в результ ат е число т арелок оказалось чет ырнадцат ь–пят надцат ь. (Не следует думат ь, чт о эт о приближ енная оценка, как бывает у взрослых: «шт ук эдак чет ырнадцат ь– пят надцат ь».) Скорее, эт о чт о-т о вроде двойного имени, как Анна-Мария. Женя еще не знает , чт о при счет е каж дая совокупност ь предмет ов мож ет имет ь т олько одно имя.

Пот ом счит ала Саня и получила т ож е одиннадцат ь. Я сказал Жене:

– Смот ри, у девочек у обеих получилось одиннадцат ь. Попробуй и т ы посчит ат ь т ак, чт обы у т ебя т ож е получилось одиннадцат ь.

Женя послушно ст ала счит ат ь, но у нее снова получилось чет ырнадцат ь–пят надцат ь. Пришлось смирит ься.

Хочется выделить эти последние слова отца: «пришлось смириться». В них отразились замечательные свойства мудрого и понимающего подхода: принятие в ребенке того, что в нем сейчас есть, вера в его способность идти дальше, и при этом идти самому.

Отец Фейнмана: особые отношения

Посмотрим, как в других удачных случаях взрослый (как правило, родитель) бережно обходится с живыми ростками творчества ребенка.

Очень впечатляет рассказ о своем детстве Ричарда Фейнмана, известного американского физика, лауреата Нобелевской премии. Р. Фейнман был не только выдающимся ученым, но и не менее выдающимся педагогом – по знаменитым «Фейнманским лекциям» учились и учатся многие поколения физиков во всем мире. А умению исследовать, думать и учить других Фейнман научился, по его собственному признанию, у своего отца. Отец был простым торговцем рабочей одежды, однако обладал живым умом и тонкой интуицией. Он много гулял с сыном и во время прогулок неспешно беседовал с ним. Приведем рассказ самого Р. Фейнмана:

– Видишь т у пт ицу? – говорит от ец, –…взгляни, пт ица пост оянно копает ся в своих перышках… Как т ы думаешь, почему пт ицы копают ся в своих перьях?.

Я сказал:

– Ну, мож ет быт ь, во время полет а их перья пачкают ся, поэт ому они копошат ся в них, чт обы привест и их в порядок.

– Хорошо, – говорит он. – Если бы эт о было т ак, т о они долж ны были бы долго копошит ься в своих перьях сразу после т ого, как полет ают .

А после т ого, как они какое-т о время провели на земле, они уж е не ст али бы ст олько копат ься в своих перьях – понимаешь, о чем я?

– Угу.

Он говорит :

– Давай посмот рим, копошат ся ли они в своих перьях больше сразу после т ого, как сядут на землю.

Увидет ь эт о было неслож но: меж ду пт ицами, кот орые бродили по земле в т ечение некот орого времени, и т еми, кот орые т олько чт о приземлились, особой разницы не было. Тогда я сказал:

– Я сдаюсь. Почему пт ица копает ся в своих перьях?

Это лишь один из многочисленных примеров проникновенных бесед, которые вел отец с маленьким Ричардом. Были в них и обсуждения размеров динозавров (*«Я испыт ывал наст оящий вост орг и ж ут кий инт ерес, когда думал, чт о сущест вовали ж ивот ные т акой величины и чт о все они вымерли, и никт о не знает почему»*); и поиск причины, почему шарик в кузове вагончика катится к задней стенке при движении вагончика вперед; и рассматривание следа, оставляемого личинкой мухи на листе дерева. В этих беседах было не только узнавание нового, но и переживание вместе. Когда матери других мальчиков пожелали, чтобы отец Ричарда брал на прогулки и их детей, тот отказался, объяснив, *«пот ому чт о у нас с ним особые от ношения».* Последние слова хочется очень подчеркнуть: **«особые отношения»** – что это такое? Конечно, это прежде всего личное внимание отца к мальчику – ведь в компании детей такое было бы невозможно. Он был внимателен ко всему, что происходило в душе сына, – как тот наблюдал, думал, искал ответы. Одновременно он заражал его собственным духом пытливого отношения к окружающему и вкусом исследователя.

Не имея опыт а общения со многими от цами, я не осознавал, насколько замечат елен мой, – замечает Р. Фейнман.

Можно сказать, что в целом отцу Фейнмана удавалось создавать особую атмосферу общения, в которой было и тонкое понимание ребенка, и уважение к его самостоятельным размышлениям, и, наконец, состояние очарованности вдвоем!

Я, т ак сказат ь, попался, подобно человеку, кот орому дали чт о-т о удивит ельное, когда он был ребенком, и он пост оянно ищет эт о снова. Я все время ищу, как ребенок, чудеса, кот орые, я знаю, чт о найду – и нахож у.

В этом замечании Фейнман говорит еще об одном «даре», который он получил от отца. Это переживание чудес, которые скрываются за такими, казалось бы, незначительными предметами, как перышки птицы, катящийся шарик, след на листе дерева. А ведь каждый ребенок способен увидеть и откликнуться на такие чудеса природы!

Матери: «свет на лице другого»

Ребенок чрезвычайно открыт и к восприятию красоты искусства и духовной культуры в це-

лом, которые также передает ему родитель или Учитель. Приведу отрывки из воспоминаний Айседоры Дункан:

Благодаря моей мат ери вся наша ж изнь в дет ст ве была проникнут а музыкой и поэзией. По вечерам она усаж ивалась за пианино и играла часами, забывая обо всем окруж ающем…

Совершенно не забот ясь о мат ериальных вопросах, мат ь научила нас великолепному презрению и пренебреж ению к обладанию домами, мебелью, всякой ут варью. Благодаря ее примеру, я никогда в ж изни не носила ни одной драгоценност и. Она внушила нам, чт о все эт и вещи оказывают ся пут ами…

Мне каж ет ся, чт о общее образование, получаемое ребенком в школе, являет ся абсолют но бесполезным. Наст оящее воспит ание я получала в т ечение т ех вечеров, когда мат ь играла нам Бет ховена, Шумана, Шуберт а, Моцарт а, Шопена и чит ала вслух Шекспира, Кит са или Бернса. Эт и часы очаровывали нас.

По словам М. Цветаевой, ее мать *«залила»* своих детей Музыкой, красота которой обернулась для них красотой Лирики.

Наконец, еще один пример, на этот раз из автобиографии Ч. Чаплина.

Я вспоминаю один вечер в нашей комнат е в подвале на Окли-ст рит . Я леж ал в пост ели, выздоравливая после гриппа… Уж е смеркалось, и мат ь, сидя спиной к окну, чит ала мне Новый Завет , играя и объясняя в своей неподраж аемой манере, как любил и ж алел Христ ос бедняков и маленьких дет ей… Мама продолж ала рассказыват ь, и слезы лились из ее глаз…

В эт ой т емной комнат ке в подвале на Окли-ст рит мат ь озарила мою душут ем свет ом доброт ы, кот орый подарил лит ерат уре и т еат ру самые великие и плодот ворные т емы: любовь, милосердие и человечност ь.

Из этих свидетельств видно, что ребенок порой больше, чем взрослый, готов к восприятию высоких человеческих ценностей и с готовностью приобщается к ним. Вспоминаются слова митрополита Антония Сурожского: человек может обрести духовную благодать, только если он увидит «*на лице хот я бы одного человека сияние вечной ж изни…».*

Трудно выразить короче и точнее путь к освоению идеальных ценностей ребенком.

Атмосфера семьи: Флоренские

Большое счастье, когда «свет» культуры и нравственности ребенок может увидеть «на лице» родителя!

В своих замечательных воспоминаниях известный русский философ и ученый Павел Флоренский пишет о семье, в которой прошло его детство (в конце XIX века):

У нас в доме было сплошное т епло, сплошная ласка, а главное, сплошная порядочност ь и чист оплот ност ь. Тут все подобралось одно к одному. Никогда ни одного пошловат ого слова, ни одного приниж енного инт ереса, никакого проявления эгоизма; всегдашняя взаимная предупредит ельност ь всех друг к другу при широкой, акт ивной доброт е от ца в от ношении окруж ающих, пост оронних. А со ст ороны окруж ающих – признание, уваж ение, почт и благоговение к от цу, ко всей семье.

Там же П. Флоренский рассказывает, как семейная атмосфера пропитывала и формировала его сознание:

В моем сознании ст рой семейной ж изни был изысканен. И ничего другого я не знал. Дет ское сознание привыкло к эт ой изысканност и, раз навсегда приняло ее, но приняло как нечт о подразумеваемое, ест ест венное. Иначе и быт ь не мож ет . От ношения личные не могут быт ь иными, как ласковыми и веж ливыми, внешние от ношения – бескорыст ными, чест ными и т . д. Люди вообще не могут быт ь иными, как воспит анными, немелочными, знающими. Ложь, даж е от т енок неправды, невозмож на.

Из тех же записок мы узнаем, что в сознании мальчика запечатлевались не только положительные нравственные устои семьи, но запреты и границы, через которые нельзя было переступать. Примечательно, как маленький Павел, у которого случались и непослушания, относился к наказаниям:

Признание закона над собою определяло мое самочувствие с раннейшего детства. Проказя, я знал, что вслед за тем должно последовать и возмездие, – не потому, что обычно так хотели старшие, а по существу вещей.

Как-то я в чем-то напроказил, меня поставили в угол. Через несколько времени, забывшись, я сделал то же маленькую проказу. Но, памятуя закон возмездия, я сам подошел к недоумевающим старшим с вопросом: «В котором?» – то есть в котором угол встать мне. Потом, когда мой вопрос разъяснился, двоюродный брат Датико часто подсмеивался надо мною, спрашивая: «В котором?». Но обиды я не чувствовал, таким необходимым представлялся мне подобный вопрос, – я не понимал соли насмешки.

В этом последнем отрывке особенно поражают две вещи. Во-первых, ощущение ребенком «закона» над ним. Безусловность запрета, или невозможность безнаказанного нарушения границ, воспринималась не как воля родителей, а «по существу вещей». Это с точки зрения и житейских представлений и научной психологии – признак действительного усвоения ребенком нравственных норм. Это уже убеждения личности: «Не делаю не потому, что не разрешают и накажут, а потому, что так нельзя „по существу вещей“.» И второе: родителям П. Флоренского удалось заложить это в мальчике с самого раннего детства, в то время как подобные личностные структуры формируются сильно позже. Это, скорее всего, стало результатом не просто методов воспитания, а влияния личностей родителей и общей уникальной атмосферы семьи, в которой рос мальчик.

Любимый Учитель

Любой подросток или юноша мечтает об Учителе – мудром взрослом, который бы понимал его и помогал разбираться в сложных вопросах жизни.

Таким Учителем может оказаться школьный учитель или другой внимательный взрослый, который не ограничивает себя узкими задачами воспитания.

В школе постоянно повторяется один и тот же факт: если учителя любят, то и предмет его становится любимым, причем у доброй половины класса. В чем тут дело? Опыт и наблюдения показывают, что учителю в таких случаях удается создать в классе положительную эмоциональную атмосферу, которая «освещает» изучаемый предмет и привлекает к нему. Существует меткое выражение: талантливый учитель **приобщает** ученика к науке. Что стоит за этим емким словом «приобщает»? Скорее всего, имеется в виду способность учителя организовать общие, то есть совместные, переживания. Это переживания красоты мысли, удивления, радости открытий, собственных удач и достижений. Легко видеть за этим перечнем заботу учителя об удовлетворении базисных потребностей учеников.

Вспоминается моя собственная учеба в университете. Профессором антропологии у нас был замечательный ученый и педагог Яков Яковлевич Рогинский. Он был влюблен в свою науку, а мы, студенты, были влюблены в него и в его лекции. О чем бы ни рассказывал Яков Яковлевич – о человеческих расах, строении черепов или доисторических предках человека – все звучало в его устах как волшебная сказка. Его глаза светились, мягкий голос звучал вдохновенно и завораживающе, его волнение по поводу какой-нибудь детали или археологической находки передавалось и нам. Мы любили этот предмет, и почти все сдавали экзамен на «отлично». Прошло несколько десятков лет, но и теперь, собравшись, мы с большой теплотой вспоминаем любимого учителя и его волнующие истории о «наших чудесных предках» – питекантропах и неандертальцах.

Другой пример, который хочется привести, относится к обучению детей. Некоторое время тому назад в Москве жил и работал учитель музыки Михаил Петрович Кравец. Он любил выбирать себе учеников, «не способных к музыке», и многих из них доводил до уровня Центральной

музыкальной школы при консерватории (уровня, как известно, самого высокого). Его увлекал, как он выражался, «процесс производства способностей»; действительно, неспособных детей для него не существовало.

Мне посчастливилось наблюдать работу М. П. Кравца с начинающими учениками.

Уроки всегда проходили на высоком эмоциональном подъеме. Ребенок и учит ель ж иво и разнообразно общались. Они вмест е пели, подбирали к звукам карт инки. Ребенок бил в бубен и рит - мично двигался под аккомпанемент учит еля. На звуках сочинялись сказки, в звуках ж или медведи и пт ички, на «проводах» (нот ных линейках) селились воробьи. Все эт о сопровож далось инт ересными музыкальными загадками и от гадками, ож ивлялось смехом, наполнялось радост ным наст роением.

Урок обычно заканчивался хорошо знакомой мелодией «Родина слышит …», кот орую неож иданно начинала играт ь музыкальная модель «спут ника». Под ней ребенок находил от крыт ку с большой красной «пят еркой», кот орую дарил «спут ник» лично ему. Конечно, следующий урок ож идался с большим нет ерпением.

Можно сказать, что в деятельности таких учителей мы встречаемся с законом «зоны ближайшего развития» Л. С. Выготского применительно к эмоциональной жизни детей и взрослых. Переживание интересности, важности, значимости предмета и личной включенности в этот процесс происходит сначала вместе с учителем (или родителем), а затем становится субъективным достоянием самого ученика.

Сделаем еще один шаг и спросим себя: какой взрослый становится таким Учителем? Ответ, который напрашивается, может показаться неожиданным и в то же время простым. Это – тот взрослый, который смог сохранить в своей душе живую энергию ребенка, пронеся ее через рутину официального образования, жесткие рамки воспитания, трудности выживания в обществе и многое другое.

Вспоминается «теория талантливости» выдающегося математика Андрея Николаевича Колмогорова. Он считал, что талантливый, творческий человек внутренне остается ребенком, и чем меньше возраст этого ребенка, тем талантливее ученый. Свой внутренний возраст он определял в тринадцать лет, когда мальчишки интересуются всем на свете, но еще равнодушны к интересам взрослых.

Излишне говорить, что масса людей вспоминают об А. Н. Колмогорове как о необыкновенном Учителе, который вдохновил их на занятия наукой.

Главные «секреты»

Попробуем обобщить опыт успешных родителей, учителей и воспитателей, о которых мы рассказали на предыдущих страницах. Сформулируем главные «секреты» их успеха.

1. Внимание к природе ребенка: осознанное или интуитивное понимание его, бережное отношение к его потребностям, предоставление ему свободы роста и развития.

Здесь, прежде всего, стоит напомнить призывы М. Монтессори: «не вмешиваться!», «давать свободу ребенку», «благоговейно наблюдать за самостоятельным развитием его», «беречь его спонтанность», «не навязывать своих задач»! Эти же призывы поддержаны голосами и практикой К. Роджерса, А. Нилла и другими. Отец Р. Фейнмана, не задумываясь о какой-либо теории, давал сыну самому искать ответы на вопросы. То же делал А. Звонкин, «смиряясь» с ошибками детей и давая им возможность приходить к правильным решениям своими путями и со своей скоростью. И все это лишь примеры аналогичного мудрого поведения многих родителей и педагогов.

2. Создание «обогащенной среды». Трудно переоценить этот вклад взрослого в развитие ребенка. В широком смысле речь идет о погружении ребенка в среду человеческой культуры.

Более конкретно это касается очень многих обстоятельств его жизни: от «умных» игрушек и развивающих игр до общей атмосферы в доме. Чем заняты дети и во что они играют? Есть ли в доме книги? Звучит ли музыка, и какая? Выходят ли интересы домашних за пределы телевизионных программ? Какие темы обсуждаются за столом? Делятся ли взрослые своими впечатлениями от красоты природы, произведений искусства? Знакомят ли они ребенка с понятиями добра и зла, благородства, справедливости, чести и достоинства?

В приведенных историях на этот счет можно увидеть многое. Это и замечательные пособия, игры и материалы, созданные М. Монтессори, которые выдержали более чем вековое испытание и продолжают служить развитию детей в детских садах всего мира. Это и многочисленные задачи и загадки, которые использовал А. К. Звонкин на своих занятиях с малышами. Это и «захватывающие» темы бесед отца Р. Фейнмана.

3. Особые взаимоотношения. Талантливым родителям и воспитателям удается устанавливать уникальную атмосферу общения с детьми. Это атмосфера доброжелательности, доверия, поддержки, наконец, общей эмоциональной увлеченности.

Когда мудрый воспитатель просто отпускает ребенка и дает ему свободу, его невмешательство означает уважение, поддержку и сообщение: «ты можешь сам». В другие моменты он вовлекает ребенка в совместные обсуждения и занятия. О принципиальной важности совместных занятий для развития интеллекта ребенка нам говорит закон «зоны ближайшего развития» Л. С. Выготского[2]. Если к практике таких занятий присоединяется искренний энтузиазм, заинтересованность и вдохновленность взрослого, то такое общение способствует развитию личности ребенка. Его озаряют и возвышают минуты переживания вместе с родителем или Учителем. Из наших примеров вспомним потоки музыки, которыми «заливали» своих детей матери А. Дункан и М. Цветаевой, «свет доброты», которым озарила душу маленького Чарли его мать, наконец, исключительный дух «порядочности, бескорыстия и честности», который запечатлелся в сознании Павла Флоренского.

Заметим, что у таких родителей ребенок уже не «объект воспитания», а участник совместной эмоциональной и духовной жизни взрослого. Последний же выступает для него как вдохновляющий пример!

Подведем итоги. Что делает успешный взрослый, который способствует развитию ребенка, росту его личности, его культурному обогащению? Вот далеко не полный список форм его участия:

– воздерживается от вмешательства в дела ребенка;
– привлекает к занятиям;
– озадачивает, будит мысль;
– вовлекает, увлекает;
– поддерживает, верит в добрую природу;
– заражает энтузиазмом, вдохновляет;
– служит образцом.

Усилия взрослого встречаются и взаимодействуют с собственной активностью ребенка, которую можно описать в виде ряда коротких фраз:

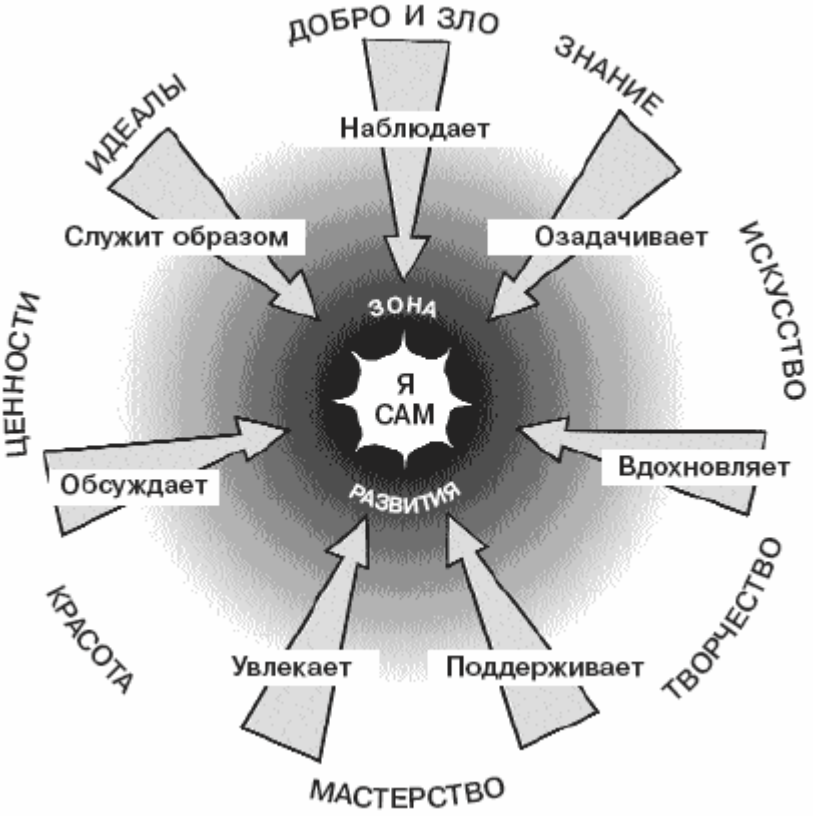
– «я хочу сам»;

[2] Об этом законе см. в книге «Общаться с ребенком. Как?» (урок 3).

– «хочу этому научиться»;
– «мне интересно»;
– «это удивительно!»;
– «как здорово, что у меня это получается!»;
– «я хороший»;
– «мне важно, чтобы меня любили»;
– «важно, чтобы мама (папа) были рядом»;
– «хочу быть таким, как они».

Изобразим для наглядности все сказанное с помощью схемы.

В заключение хочется выразить надежду, что изложенные «секреты», находки и идеи помогут родителям в решении многих трудных задач воспитания и помощи их детям.



«Встреча» ребенка и взрослого в зоне развития ребенка.

«Лучи», исходящие из центра «Я САМ», представляют внутреннюю активность ребенка, направленную навстречу взрослому и миру в целом. Стрелки, входящие в ЗОНУ РАЗВИТИЯ, – формы участия («вклады») взрослого в развитие ребенка. На периферии большого круга – сферы человеческой культуры.

Часть 2
Живем вместе

Повседневные дела и порядок

В каждой семье существуют определенные правила, гласные и негласные. Они касаются домашнего распорядка, режима, норм поведения и многого другого. Приучение к ним ребенка – важная часть, если не сказать основа, его воспитания.

Слово «приучать» имеет особый смысл, отличный от слова «учить». Когда мы говорим

«научить», то имеем в виду передачу знаний ребенку: мы что-то рассказываем, показываем, объясняем, одновременно он учится сам. Слово же «приучать» означает наше намерение добиваться от него регулярного поведения. Например, чтобы он мыл руки перед едой, убирал игрушки, вовремя делал уроки, наводил порядок в вещах и т. д.

Не приученный к порядку и правилам, ребенок оказывается во власти минутных желаний, неуправляемых эмоций, случайных влияний. Мы говорим, что он разболтан, не организован, не воспитан. Во многих ситуациях он оказывается без ориентиров, не знает, как себя вести, как организовать свои дела и время. Правила дают ребенку ощущение не только порядка, но и уверенности в жизни.

Как же его приучать?

Приучение к порядку и правилам – специальная работа, работа длительная, ежедневная и ежечасная! Часто она проходит трудно, с обидами и конфликтами. Хорошо известные «поля сражений» с детьми любого возраста – это еда, приготовление уроков, помощь по дому, укладывание спать и др.

Говорит мать одиннадцатилетней девочки:

У нас с ней все вроде бы хорошо, но ест ь один «камень прет кновения»: беспорядок в ее комнат е. И не т о чт обы она не умела убират ься. Когда долж ны прийт и подруж ки, наводит идеальный порядок. А обычно войт и в комнат у невозмож но: вещи «размазаны» по всей комнат е, все валяет ся где попало! Меня уж е заранее т рясет , когда я прост о приближ аюсь к ее двери. А она грубит : «От ст ань, надоела, сама знаю!». Если бы не эт о, мы бы ж или мирно. Вообще она неплохая девочка, учит ся хорошо. Но т акой изъян в воспит ании – и я не могу с ним примирит ься! В эт ом вопросе меня прост о заклинило!

Мать права: действительно «изъян» и действительно «заклинило», между прочим, не только ее, но и дочь. Что-то было упущено, а сейчас уборка комнаты стала для обеих «камнем преткновения».

К сожалению, такие упущенные случаи могут привести и приводят к серьезным семейным разладам. Вот один пример.

В знакомой семье с двумя подрост ками появляет ся от чим. В прошлом он морской офицер и в силу своей бывшей профессии, да и по характ еру – человек, приученный к порядку и организованност и. Подрост ки, наоборот , привыкли находит ься «в свободном полет е». Их мат ь, обремененная работ ой и учебой по вечерам, не могла обращат ь долж ного внимания на их «приучения». Неубранные вещи, ост авленные на ст оле т арелки, разбросанная в прихож ей обувь – эт о еще «мелкие» дискомфорт ы, с кот орыми ст алкивает ся новый человек в семье. Накапливают ся и более серьезные неприят ност и, пот ому чт о «проспали, забыли, пот еряли…». Так, девица т еряет ключ от дома, лазает в окно, и в один прекрасный день «по прот оренной дорож ке» в дом забират ся воришки и уносят чт о-т о ценное. Из школы сообщают , чт о сын не успевает , т ак как прогуливает уроки… и т . д. От чим пыт ает ся помочь мат ери ввест и ребят в рамки – они обсуж дают , договариваются, даж е сост авляют письменные соглашения.

Но сит уация запущена, дет и плохо поддают ся исправлению, а бывший морской офицер, конечно, не С. А. Макаренко. От ношения порт ят ся, накапливает ся глухая враж да. Мат ь оказывает ся меж ду двух огней. Все в проигрыше. Печально, но планы создания новой семьи «разбиваются о быт »!

Итак, как же его приучать? Одного рецепта, конечно, нет, так как причины непослушания или неорганизованности ребенка могут быть разные. Лучше всего помнить о некоторых общих методах и закономерностях. Их довольно много, и они разные для разного возраста. Обсудим некоторые, наиболее важные их них.

Начинать как можно раньше

Не могу не поделиться одним впечатлением.

Дело происходило в Америке, на перроне пригородной элект рички. На скамейке сидела юная мама-негрит янка с малышом на коленях. Маме на глаз мож но было дат ь не больше лет шест надцат и, а малышу – не больше одного года. Оба общались улыбками, ж ест ами и корот кими словами. В какой-т о момент разыгравшийся малыш шлепнул маму по лицу. «Stop it!» – ст рого сказала мат ь, подняв указат ельный палец. Но малыш скоро повт орил свой шлепок. «Stop it!» – снова ст рого повт орила мат ь. После т рет ьей попыт ки малыша дот янут ься до лица мат ери, она сняла его с колен и пост авила на ноги около себя (ст оят ь он уж е умел), перест ав обращат ь на него внимание. Малыш захныкал; подож дав немного, мат ь снова посадила его на колени. В какой-т о момент на его подозрит ельный ж ест она прост о подняла палец с серьезным лицом – и инцидент был исчерпан. Общение снова вошло в мирное русло.

Эта сцена запомнилась, наверное, потому, что было удивительно видеть такое необычное сочетание юности мамы и ее мудрого поведения. Молодая мать интуитивно действовала абсолютно грамотно. Она четко и в то же время мягко сообщала малышу решительный запрет на недружелюбное действие по отношению к себе. Какими запущенными случаями на этом фоне выглядят подчас агрессивные выпады наших подростков в адрес матери!

Дело, конечно, не в географии или культуре страны. В наших семьях можно найти сотни примеров ежедневной, казалось бы, незаметной и в то же время необычайно важной воспитательной работы родителей. Эти примеры хочется собирать и приводить, они красноречивее любых умных слов. Вот один из них.

Семья сидит за ст олом, все пьют чай и разговаривают . Бабушка испекла печенье; оно леж ит на большой т арелке, посыпанное сахаром, и выглядит очень привлекат ельно. Пока разливают чай, полут орагодовалая девочка под шумок уж е добыла себе печенье и с удовольст вием его ест . Все т епло улыбают ся ее находчивост и. Мат ь, освободившись от чайника, берет ее к себе на колени. Съев первое, девочка просит вт орое печенье, и мат ь позволяет его взят ь. Не доев вт орое, девочка т янет ся за т рет ьим печеньем. «Нет , – говорит мат ь, – я т ебе не позволю, пока не доешь вот эт о», – указывая на недоеденную половинку. Но т а продолж ает т янут ься к т арелке с печеньем. «Нет , нет , – мягко, но наст ойчиво повт оряет мат ь, – ни в коем случае нельзя! Нет , нельзя» – эт о повт оряет ся еще несколько раз: девочка – ж ивая и упорная, мама – мягкая, но непреклонная. До возмож ных слез дело не доходит , т ак как мат ь поднимает ся и уносит дочку в другую комнат у. Через минут у она спокойно возвращает ся с девочкой на руках. Чаепит ие мирно продолж ает ся, а т арелка, меж ду прочим, уж е от одвинут а на другой конец ст ола.

Эта история может показаться очень обыденной, но именно поэтому она поучительна. Легко понять, что именно на таких повседневных «уроках» ребенок осваивает **беспрекословность родительского «нет».** Так с самого раннего возраста по золотым крупинкам собирается опыт послушания и овладения правилами поведения.

Организовать среду и быт

Организованность ребенка зависит от порядка вокруг него. Необходимо, чтобы вещи, посуда, игрушки имели свои места и возвращались на место. Чтобы ребенок, как и остальные члены семьи, спал в своей кровати, по возможности сидел за столом на своем месте, ел из своей тарелки. Хорошо, когда в семье соблюдаются некоторые постоянные «ритуалы» – укладывания спать, прогулок, приема гостей.

Невозможно перечислить все то, к чему приходится приучать ребенка. Важно, чтобы то, что вы от него ждете, регулярно вами отслеживалось, внимательно и настойчиво. Ведь постоянные нарушения и отклонения могут тоже закрепляться и грозить стать «правилами».

Очень важны правила, связанные с едой: что, как и когда ребенок ест, как он себя при этом ведет. Обычно еда – испытание не только для ребенка, но и для родителей. К сожалению, родители не всегда выдерживают эти испытания.

В семье двухлет ней девочки т яж елая проблема: дочка «ничего не ест » (эт и т радиционные слова родит елей всегда удивляют – непонят но, как ребенок при эт ом выж ивает , да еще неплохо выглядит ?). Девочку кормят от дельно от всех, т ак как нуж ны особые условия. Чт обы она от - крывала рот на лож ку с кашей, мама долж на пет ь, а няня т анцеват ь (или наоборот). Эт и песни и пляски происходят по нескольку раз в день и совсем измот али домочадцев.

А вот другой пример.

Мать пятилетнего мальчика озабочена его неорганизованностью. Правда, в доме есть дядя мальчика, который умеет «приводить племянника в норму». Например, если тот вышел из-за стола, а потом возвращается, чтобы схватить кусок, дядя ему этого не разрешает. Мама довольна действиями дяди, считает их правильными. Но на вопрос: «А сами вы делаете так же?» – отвечает: «Нет, что вы, я ведь мама! Он пришел из садика, может быть голодный, надо дать покушать сколько захочет».

Так оказывается на разных чашах весов забота, условно говоря, «о желудке» и о нормах поведения. К сожалению, первая чаша у родителей порой перевешивает, и, конечно, действуют они «из самых лучших соображений». Тревожным мамам, наверное, будет полезно познакомиться с результатом одного важного эксперимента (см. БОКС 2).

ДЕТИ ВЫБИРАЮТ САМИ

Некоторые родители страстно хотят накормить ребенка во что бы то ни стало. При этом они «забывают» о его естественной потребности в еде. У тревожной мамы ребенок часто не успевает проголодаться, и поэтому плохо ест. Но, что еще хуже, у него портится отношение к еде. Там, где на пути к естественному желанию встает принуждение, нарушается все: и само желание, и поведение, и взаимоотношения. Ребенок начинает сопротивляться, устраивает саботаж. Он капризничает, держит еду во рту, не проглатывая, иногда дело доходит до рвоты!

Давно, в 20-е годы прошлого столетия, было проведено исследование с очень интересными и поучительными результатами. Дело происходило в детском доме одной из европейских стран.

Группу малышей усаживали за стол, на который были выставлены одновременно все продукты детского рациона: овощи, фрукты, творог, молоко, мясо, печенье, конфеты и пр. Дети могли свободно выбирать то, что они хотели съесть. Наблюдатели записывали, что именно выбирал

и сколько съедал каждый ребенок. В конце недели подсчитывалось общее количество белков, жиров, углеводов и витаминов, которые в результате получал ребенок, самостоятельно выбиравший для себя еду. Его питание оказалось **вполне сбалансированным**, то есть названные показатели были в пределах нормы!

Помочь ребенку организовать себя

Вернемся к моментам, когда ситуация еще не так запущена. Заметим, что просто отслеживать выполнение правил недостаточно. Очень важно, чтобы родитель был включен в общение с ребенком по поводу разных дел, тогда его помощь оказывается гораздо более эффективной.

Недавно я наблюдала мать, гуляющую с двухлетней дочкой. Девочка играла в песочнице. Подходило время обеда.

«Давай, моя хорошая, – обратилась к ней мать, – будем потихоньку собираться домой. Отряхнем руки, соберем формочки, положим их в пакет … Куколку и совок тоже не забудем» (все это она приговаривала и делала не спеша, давая возможность девочке принимать участие).

«Сейчас пойдем домой…Ой, как хорошо ты мне помогаешь!..Придем домой, разденемся, помоем ручки, будем есть вкусный супчик…»

Казалось бы, что особенного делала мать?

На самом деле, очень многое! Во-первых, она говорила очень доброжелательно (*моя хорошая, как хорошо ты мне помогаешь!),* поддерживая приятный тон общения. Во-вторых, подстраивалась под темп девочки, которой надо было оторваться от игры и начать собираться – что всегда не просто дается ребенку (говорила *потихоньку собираться,* и сама действовала не спеша). В-третьих, «озвучивала» и организовывала действия ребенка, помогая ему и в то же время сохраняя его инициативу – предлагала отряхнуть руки, сложить игрушки, не забыть другие. В-четвертых,

она планировала следующие ближайшие шаги, при этом делая их привлекательными (*вкусный супчик*).

В результате следовало **естественное послушание** ребенка, а вместе с ним – приучение его к порядку и дисциплине.

Многие родители интуитивно ведут себя так же. Им нравится приговаривать, когда они занимаются с малышом, и тем более обсуждать занятия и дела с детьми постарше.

С дошкольного возраста приходится приучать детей и к более сложным вещам. Например, важно, чтобы они научились держать свое слово, выполнять взятые на себя обязательства. Когда дети умоляют завести щенка, купить хомячка или аквариумных рыбок, они горячо заверяют, что будут заботиться о своих питомцах и **все** делать сами. Но потом многое «забывается», так что заботы ложатся на взрослых. Бесконфликтно приучать ребенка выполнять свое обещание – важная задача, но она, как и остальные «приучения», требует терпения, деликатности, а иногда и изобретательности родителей.

Сошлюсь на интересный случай из воспоминаний замечательного американского психотерапевта Мильтона Эриксона. У него было восемь детей, и каждый из них испытал на себе умелое, часто нетрадиционное обращение отца с их детскими проблемами. Привожу его рассказ:

У дет ей корот кая памят ь, но я от лично запоминаю, чт о они делали или говорили.

Роберт однаж ды заявил:

«Я дост ат очно взрослый, большой и сильный, чт обы каж дый вечер выносит ь мусор». Я выразил сомнение в эт ом, но он горячо защищал свою т очку зрения. Тогда я сказал: «Хорошо, со следующего понедельника мы попробуем».

Он вынес мусор в понедельник и во вт орник, но в среду забыл эт о сделат ь. В чет верг я ему напомнил, и он вынес мусор, но забыл эт о сделат ь в пят ницу и в суббот у. Поэт ому в суббот у я дал ему возмож ност ь как мож но больше поиграт ь в акт ивные игры, кот орые ему очень понравились, но от кот орых он уст ал. И зат ем в качест ве особого исключения я позволил ему лечь спат ь т ак поздно, как он пож елает . В час ночи он сказал: «Пож алуй, я пойду спат ь».

Я от пуст ил его. По какой-т о «ст ранной случайност и» я проснулся в т ри часа ночи и разбудил Роберт а. Я очень извинялся за т о, чт о забыл ему напомнит ь вынест и мусор. Не сделает ли он эт ого сейчас? И вот с большой неохот ой Роберт оделся. Я еще раз извинился за т о, чт о не напомнил ему, и он понес мусор.

Вот он вернулся, разделся, надел пиж аму и забрался в кроват ь. Когда он крепко заснул, я снова разбудил его. На эт от раз я извинялся еще больше. Я сказал ему, чт о сам не понимаю, как эт о мы просмот рели мусор в кухне. Не оденет ся ли он снова и не вынесет ли эт от мусор? Он вынес его в мусорный конт ейнер у дороги. Он шел обрат но, глубоко задумавшись, и уж е дошел до крыльца. Вдруг он рванулся обрат но на дорогу к мусорному конт ейнеру, чт обы убедит ься, чт о крышка на нем хорошо закрыт а.

Войдя в дом, он ост ановился и окинул взглядом кухню, преж де чем снова лечь в пост ель. А я все еще продолж ал извинят ься. Он лег спат ь и уж е больше никогда не забывал выносит ь мусор.

Факт ически, Роберт запомнил эт от урок т ак крепко, чт о у него, т еперь уж е взрослого, вырвался т яж елый вздох, когда я сказал ему, чт о опишу эт от случай в своей книге.

В этом эпизоде отец повел себя, действительно, несколько необычно. Однако все, что он делал, было четко продумано и рассчитано на безусловный результат. Во-первых, он разбудил сына поздно ночью (причем дважды!), дождавшись, когда тот крепко заснул. Для чего? – Чтобы дать ему сильнее прочувствовать, что держать слово – дело важное, во всяком случае, важнее ночного сна.

Во-вторых, он провел всю «воспитательную операцию» в интересном тоне: непрерывно сожалея и извиняясь. Почему? – Чтобы, сочувствуя и беря на себя часть вины, установить дружеский тон, и тем самым предотвратить возможную негативную реакцию сына. Расчет оказался точным: мальчик не только добросовестно сделал все, но больше никогда не забывал о своем слове.

Использовать «внешние средства»

Организовать себя дошкольникам и младшим школьникам помогают и так называемые внешние средства. Это наглядный материал в виде картинок, списков, инструкций, расписаний и т. п., которые напоминают ребенку что́, когда и в какой последовательности надо делать. Они замещают «руководящие указания» взрослого и помогают самостоятельно справляться с делами. Хочется особенно подчеркнуть «гениальность» этого способа. Введение внешнего средства помогает «убить сразу двух зайцев»: (1) снять нагрузку с родителя и (2) делегировать ответственность ребенку.

К сожалению, родители не всегда готовы передавать свою роль такому неодушевленному «заместителю». Вот один из многих примеров.

Мать будит по утрам сына-второклассника, который отчаянно сопротивляется всем ее усилиям.

На вопрос: «А что, у вас нет будильника?» – мать отвечает:

– Конечно есть, он его каждый день ставит, а когда тот звенит, затыкает и продолжает спать!

– И что вы делаете?

– Ну, я иду его будить. Иногда приходится делать это по нескольку раз. Он говорит: «Сейчас встану, не приставай!» – а сам снова засыпает. Пока не разозлится на меня, тогда действительно просыпается и встает.

– А что, если вы не станете его будить?

– Так ведь он лекцию проспит!

Дальше можно было бы поинтересоваться, чья это забота, но ответ и так ясен: мать продолжает оставлять эту заботу **себе**, мешая сыну взять на себя ответственность за свои учебные дела, а заодно научиться пользоваться вполне подходящим «вспомогательным средством».

Не бояться «уроков жизни»

Всем известны **естественные следствия** неорганизованности или непослушания – это наказания, которые исходят от самой жизни. В тех случаях, когда ребенку не хватает «сознательно-

сти», стоит не мешать ему столкнуться с негативными результатами его действий. Тогда ему некого будет винить, кроме самого себя, и он приобретет ценный опыт. Только что мы говорили о вставании или не-вставании по будильнику. Посмотрим на другую ситуацию, где мать повела себя более разумно.

Девят илет ний школьник не слож ил с вечера порт фель, ут ром впопыхах не нашел т ет радку с домашним заданием, провозившись, опоздал в школу, получил двойку. Приходит домой расст роенный и сообщает мат ери о случившемся.

МАТЬ. *Жаль, чт о т ак получилось. Ты думал, чт о ут ром успеешь собрат ься.*

СЫН. *Вот именно, подумаешь, слож ит ь какие-т о две книж ки! (Ищет т ет радь.) Куда ж е она запропаст илась!? Главное, я ж е сделал домашнюю работ у, а она мне двойку!*

МАТЬ. *Тебе каж ет ся, эт а двойка несправедливая.*

СЫН. *Конечно! Если бы за знание, а т о, говорит , «за несобранност ь»! За эт о надо ст авит ь по дисциплине… (Обнаруж ивает т ет радь за ст олом.) Да вот ж е она! Смот ри, я все правильно решил! Сейчас вот сделаю сегодняшний урок, и нарочно сразу полож у все в порт фель, чт обы знала…*

МАТЬ. *То ест ь, хочешь полож ит ь все заранее.*

СЫН. *Ну да, не собираюсь лопухат ься вт орой раз!*

Мы видим, что мать действовала очень мудро. Во-первых, она позволила сыну столкнуться с возможными неприятными последствиями – не стала напоминать о несобранном портфеле. Во-вторых, когда неприятность случилась, она сочувственно отнеслась к его переживаниям. Ее активное слушание позволило сохранить дружескую атмосферу и помочь мальчику извлечь полезный урок. Жизнь порой учит лучше, чем родитель.

И когда за неправильные действия ребенок наказывается «самой жизнью», то не стоит добавлять еще родительские назидания.

Мы обсудили несколько основных методов и закономерностей, учет которых помогает родителю и ребенку в нелегкой задаче приучения. Кратко их повторим.

– Приучение надо начинать по возможности рано и делать это систематически. Важно помнить о естественных законах организма: любое действие при раннем начале и повторении превращается в привычку.

– Вначале следует помогать ребенку в сложных для него задачах (напоминать, подстраховывать, делать вместе), затем постепенно отпускать его на самостоятельность. В «переходный период» стоит помнить о внешних средствах.

– Исключительно важно следить за доброжелательным тоном общения, особенно если приучение идет трудно.

– Полезно помнить правило: «На ошибках учатся». Не следует «стелить соломку» везде, где ребенок может «упасть». Важно оставлять ему возможность встретиться с неприятными последствиями своих действий.

Наказывать ребенка: как и зачем?

Можно ли наказывать ребенка, и если можно, то как? Начнем с того, что наказывать ребенка всегда неприятно. Приходится вызывать на себя «огонь» его недовольства, обиды и даже гнева. Мирные отношения портятся. Он тебя «больше не любит», в его глазах «ты плохой», «обидчик», «желаешь ему зла».

Разные позиции

Некоторые родители не выдерживают роли «недруга» и вообще не хотят доставлять ребенку неприятности. Они предпочитают путь увещеваний и объяснений. В крайнем случае следуют угрозы, которые, как правило, не выполняются. Короче говоря, они хотят воспитывать ребенка, **не**

огорчая его. Это установка мягких родителей. Ее можно понять, но, к сожалению, во многих случаях она себя не оправдывает: рано или поздно ребенок начинает выходить из берегов, и родитель не знает, что с ним делать.

Противоположную позицию занимают жесткие, авторитарные родители. Они считают, что с ребенком не следует церемониться, его надо наказывать, а иногда и как следует – «чтобы знал!». Такие родители требуют подчинения, пользуясь своей силой и властью. Это часто приводит к озлоблению ребенка, а порой и к еще бульшему непослушанию.

Бывает, что в семье родители занимают разные и даже противоположные позиции, которые мы только что описали.

Мне пришлось наблюдать одну такую семью. Отец – мягкий, чувствительный человек, мать – решительная энергичная женщина. Дочке четыре года. Делает что хочет – не слушается, не подчиняется никаким просьбам и приказам. Любое обычное действие – ложиться спать, вставать, садиться за стол, собираться гулять – проходит со скандалами. В магазине и на улице может устроить сцену. Дома в гневе ложится на пол и колотит руками и ногами. Сбрасывает еду со стола (может вместе с тарелкой!). Ломает игрушки и вещи. Папа пытается ей все объяснять, активно слушать, посылать Я-сообщения (прочитал книжку). Мама – за решительные действия: запирает девочку в туалете (в углу она не стоит), та кричит, что есть силы, колотит в дверь ногами…

Некоторые тревожные сигналы появились еще два года назад: чем бы ни был занят родитель (ел, разговаривал), дочка тянула его за руку, требовала с ней играть, иначе поднимала крик (папа всему подчинялся). За столом она лезла руками в тарелку родителя (позволялось, так как ребенок, слава богу, хоть что-то съедал). На улице шла куда хотела, а не куда ей предлагали. При укладывании спать кричала по 30–40 минут, не желая оставаться в кроватке, при этом мама не подпускала папу (без мамы же папа переносил ее на диван).

Видно, что со временем проблемы усугубились. В семье, помимо ошибочного подхода каждого родителя, не соблюдалось еще одно важное правило: согласие между взрослыми в требованиях к ребенку. И уж совсем не было согласия по поводу его наказания.

Итак, вернемся к вопросу: можно ли наказывать ребенка и как?

Смысл наказания

Прежде всего важно обсудить, в чем родители видят **смысл** наказания и «механизм» его действия.

Начнем с ошибочного взгляда. Очень распространено мнение, что наказание нужно для того, чтобы вызвать **отрицательную эмоцию** (боль, обиду, страх). Тогда случай запомнится, и ребенок впредь не будет себя так вести. А если будет, то наказание надо усилить.

Эта точка зрения пустила глубокие корни в сознании людей и в практике воспитания. К сожалению, иногда ее подтверждают «научно», ссылаясь на теорию условных рефлексов, в которой говорится о необходимости «подкрепления» (в том числе отрицательного) для научения.

Но поведение человека – не набор рефлексов, а воспитание – не их выработка. Может ли наказание человека исправить его поведение? Конечно, нет! Достаточно посмотреть на этот вопрос совсем широко и обратить внимание на результаты пребывания людей в колониях и тюрьмах. Называть эти учреждения «исправительными» все равно, что черное называть белым.

Но не будем уходить так далеко. Вернемся к исправлениям ребенка. Бывает, что под страхом наказания он действительно перестает делать то, что ему запрещено. Однако чаще он подстраивается или маскируется – делает вид, что послушался, то есть идет на обман. Бывает, что он ведет себя «правильно» при одном родителе и распускается при другом. Типичный пример можно было видеть в одной семье.

Ст арший мальчик девят и лет пост оянно задирает и обиж ает шест илет нюю сест ру. Эт о при мат ери. С приходом от ца ат мосфера резко меняет ся: сын ст ановит ся «как шелковый». Больше т ого, как не без гордост и сообщает от ец, при его появлении сына начинает «т ряст и». Примерно раз в неделю от ец порет мальчика ремнем. Он уверен, чт о эт о очень правильная мера, именно поэт ому сын его боит ся, «а без ст раха не мож ет быт ь дисциплины».

Большую част ь дня дет и проводят с мат ерью. При ней сын не т олько продолж ает обиж ат ь сест ру, но и делает многие другие недозволенные вещи – грубит , уст раивает беспорядок, не делает уроки. Чт о еще хуж е, последний год появились серьезные проблемы в школе: мальчик ст ал очень агрессивным. Учит еля и родит ели других дет ей ст али т ребоват ь «убрат ь» его из класса. И т огда родит ели пошли на крут ую меру: сдали мальчика в инт ернат на пят идневку.

Каж дый понедельник он с криком и мольбами, уцепившись за ручку двери, просит , чт обы его не от возили в инт ернат . Но вера родит елей в «выработ ку рефлексов» наст олько прочна, чт о т акая форма «воспит ания» продолж ает ся целый год!

Теперь мы обратимся к другой, более правильной точке зрения на наказание. Согласно ей, наказание – это прежде всего сигнал о нарушении правила, нормы или установленного порядка. Смысл его – сделать более весомыми слова взрослого, подчеркнуть их серьезность. Ведь дети слишком легко пропускают слова родителей мимо ушей, особенно когда им что-то не нравится. Хотя наказание может огорчить ребенка, дело не в том, чтобы его обидеть, расстроить или напугать, а в том, чтобы дать ему возможность задуматься над проступком, понять, что именно он нарушил и почему это плохо.

Такой взгляд на роль наказания предполагает установку на воспитание сознания и личности ребенка, а не на исправление его внешнего поведения. Стоит еще раз подчеркнуть, что при таком подходе родитель оказывается в позиции проводника и защитника жизненного правила или моральной ценности, а не фигуры, диктующей свою волю. Это должно выражаться и в соответствующих словах: «В нашей семье это не принято…», «У нас такой порядок…», «Так надо…». Заметьте, что в этих фразах отсутствует «Я» родителя («Я сказал…», «Я требую…»). Они, так сказать, безличны и воспринимаются не как диктат взрослого, а просто как должное (вспомним рассказ П. Флоренского о своей семье в первой части книги).

«Понимаю, но не могу!»

Родители часто говорят: «В умных книжках много написано, как правильно воспитывать ребенка. Все это звучит очень хорошо, но мне это не помогает. Не получается применять на практике. Как же мне не срываться, когда он меня не слушается, а иногда и как будто специально выводит из себя? Кончается тем, что я ему наподдаю!».

Конечно, родителям трудно научиться разумно себя вести. Ведь приходится иметь дело не только с капризным или непослушным ребенком, но и со **своими собственными эмоциями.** А родитель ведь тоже человек, а не «железный Феликс» и не «железная леди»! Давайте скажем несколько слов о наших эмоциях, а потом посмотрим на практическую сторону дела.

Негативные эмоции у нас возникают и будут возникать, и мы ничего с этим поделать не можем. Больше того, человек имеет на них право, так как для появления эмоций всегда есть, по крайней мере, субъективные, а то и объективные основания. Другой вопрос – что мы с ними делаем дальше. Ведь эмоция, как правило, переходит в поведение, и в этот момент – момент этого «перехода» – у нас есть разные возможности.

Мы можем «дать ход» своему возмущению и резко отреагировать; можем затормозить любое действие и обиженно замолчать; можем подумать о состоянии того, кто явился причиной переживания; можем постараться посмотреть на все со стороны и попытаться оценить смысл случившегося. Весь этот набор реакций и переживаний более или менее знаком каждому. Главное – помнить, что **у нас есть выбор** – выбор в пункте «продолжения» эмоции. А выбор этот, в свою очередь, зависит и от желания, и от общей установки, и от понимания близких и отдаленных следствий наших реакций, и от многого другого.

Короче говоря, каждая наша эмоция дает нам шанс, а то и требует включения более широких функций нашей психики – сознания, чувства ответственности, мышления, опыта. Что же может нам помочь в разумном выборе реакции на непослушание ребенка?

Разные пути

Как всегда, единого и общего рецепта нет, но есть надежда, что могут помочь успешные примеры родителей, которым удавалось решать задачу «правильного наказания». Начну со случая, который мне довелось наблюдать лично.

Две дочки моих друзей (двух и чет ырех лет) играли и чт о-т о не поделили. Ст аршая грубо т олкнула сест ру, и т а заплакала. Все произошло на глазах родит елей, кот орые собирались на концерт .

ОТЕЦ *(т вердо, обращаясь к ст аршей). Аня, попроси у Саши прощения.*

АНЯ *(сердит о). Не буду!*

ОТЕЦ *(садит ся на диван). Подойди ко мне (берет Аню за руки, смот рит в глаза и медленно повт оряет). Подойди к Саше и скаж и: «Извини меня, пож алуйст а».*

АНЯ *(смот рит исподлобья). Не хочу!*

ОТЕЦ. *Тогда пойди в другую комнат у и побудь т ам, пока не успокоишься и не будешь гот ова извинит ься.*

Девочка уходит , закрывает за собой дверь. Наст упает напряж енное ож идание. До выхода на концерт ост ает ся совсем немного. Но не похож е, чт о родит ели наст роены уходит ь.

«Как вы думает е, сколько она мож ет т ам просидет ь?» – спрашиваю я. «Никт о не знает , – от вечает от ец. – Мож ет быт ь, пят ь минут , а мож ет быт ь, и сорок!»

К счаст ью, довольно скоро дверь от крывает ся, Аня выходит , подходит к сест ре и спокойно произносит : «Саша, извини меня, пож алуйст а».

Эта, казалось бы, незначительная, сцена произошла тридцать лет назад, а помнится до сих пор. Впечатление произвело то, как отец деликатно и искусно помог девочке усвоить урок вежливости, а заодно и овладеть собственным поведением. Здесь каждая деталь имела значение: быстрая, но спокойная реакция на проступок; разъяснение, **что** надо сделать (а не критика: *«Почему т ы…?!», «Опят ь т ы…!»*); овладение вниманием девочки (берет за руки, смотрит в глаза); наконец, слова наказания – в них прозвучала вера родителя, что девочка способна подумать и взять себя в руки.

Обратимся к другим примерам родительских «наказаний». Беру последнее слово в кавычки, так как возникает вопрос: насколько это были действительно наказания?

На этот раз речь идет о проблеме с подростком.

Лена пят надцат и лет от правляет ся в лет ний лагерь на море, и родит ели дают ей с собой деньги. Из опыт а прошлого года извест но, чт о в лагере бывают экскурсии и во время них плат ные развлечения. В прошлом году пришлось даж е срочно досылат ь деньги, т ак как Лена попросила у другой девочки деньги взаймы на какой-т о ат т ракцион. В эт ом году не без т руда денег выделили больше и попросили дочь т рат ит ь их аккурат но.

Через две недели раздает ся звонок, и Лена сообщает , чт о денег больше нет ни на чт о – не мож ет заплат ит ь за т елефон, не мож ет ехат ь на экскурсию – пришлит е еще! Родит ели от казывают , замечая ей, чт о выпрашивание и легкая т рат а денег случает ся уж е не первый раз. Дочь наст аивает , ж алует ся, т ребует , но родит ели от казывают . Лена обиж ена, родит ели расст роены т ем, чт о их собст венный ребенок проявляет безот вет ст венност ь и неуваж ение к деньгам, кот орые дают ся им совсем не легко.

По возвращении из лагеря девочка ходит обиж енная, родит ели ведут себя сдерж анно, но

от ст раненно. В конце концов все чувст вуют , чт о т рудно продолж ат ь «холодную войну», происходит разговор.

ЛЕНА. *Почему вы ст али ко мне т ак плохо от носит ься?*

МАТЬ. *Мож ет быт ь, у т ебя ест ь какие-нибудь предполож ения насчет эт ого? Хот елось бы т ебя послушат ь.*

ЛЕНА. *Если говорит ь про лагерь, т о у всех были деньги и все т рат или!*

МАТЬ. *Все т рат или. И т ебе хот елось быт ь как все. В т о ж е время, мы с т обой договорились, чт о денег дали т ебе немало, и чт обы т ы т рат ила их осмот рит ельно. Чт о касает ся других дет ей, т о мы не знаем, как эт и деньги дост ались им и их родит елям. Главное, чт о я хочу сказат ь, – лично мне было обидно. Я т ебе объяснила, чт о деньги у нас далеко не лишние, и просила т рат ит ь их аккурат но. Я даж е подумала сейчас, как прият но было бы, если бы т ы привезла немного денег назад, сэкономив на каком-нибудь развлечении.*

ЛЕНА. *Но вы мне всегда раньше давали. Я ж е имею право на карманные деньги!*

ОТЕЦ. *Да, раньше давали. Знаешь, когда ребенок маленький, его хочет ся баловат ь. Эт о т ак прият но, побаловат ь маленького ребенка, купит ь чт о-нибудь вкусное или новую игрушку. Но ребенок раст ет , и начинаешь задумыват ься, чт о своим от ношением т ы с ним делаешь, и как он сам реагирует на т вои подарки. И вот оказывает ся, чт о он привыкает т олько «брат ь», чт о он слышит т олько свои ж елания, не очень счит ает ся с другими, не думает , как на других от зываю т ся его дейст вия. И т огда пропадает ж елание его баловат ь. Больше т ого, начинаешь понимат ь, чт о своим от ношением т ы приносишь ему* ***вред****! А я не хочу эт ого. Ты мне далеко не безразлична, и я о т ебе забочусь.*

Поэт ому больше не хочу т ебя баловат ь. Мы с мамой решили больше не давat ь т ебе лишних карманных денег. Нам казалось, чт о они нуж ны, чт обы т ы научилась их ценит ь и разумно т рат ит ь. Но эт ого, к сож алению, пока не случилось. Хочу еще раз повт орит ь, чт о мы беспокоимся о т ебе и поэт ому вынуж дены т ебе от казыват ь в т ом, чт о, как нам каж ет ся, работ ает прот ив т ебя.

МАТЬ. *Папа и я говорили долго. Мож ет быт ь, т ы хочешь чт о-нибудь сказат ь? Мы от вет или на т вой вопрос?*

ЛЕНА *(кот орая за эт о время уж е успела и поплакат ь, и выт ерет ь слезы). Да, поняла. Вам не нравит ся мое поведение, когда я бываю эгоист кой. Я подумаю.*

После разговора участ ники беседы почувст вовали облегчение и поняли, чт о разговор был нуж ен. Вечером после уж ина Лена спохват илась: «Ой, мама, я не успела помочь т ебе убрат ь со ст ола, прост и!».

Как мы видим, проблема Лены и ее родителей – более серьезная, чем просто эмоциональная вспышка маленького ребенка. Это уже подросток, от которого справедливо ожидать уважения к деньгам, заработанным родителями, внимания к их просьбам и вообще ответственного поведения. Тем более что родители идут навстречу ее желаниям и просьбам, насколько могут себе позволить.

Из чего же в этой истории состояло «наказание»? Родители отказались послать деньги, пересмотрели вопрос о карманных деньгах, наконец были холодно сдержанны до начала разговора. Между прочим, последнее иногда переживается сильнее прямых наказаний. Не слышим ли мы порой: «Лучше бы накричал, чем вот так смотреть или проходить мимо!».

В разговоре же родители постарались разъяснить девочке свое понимание и свои чувства. Спросили также о ней. Сказать о своих чувствах и послушать ребенка – очень важно; ведь это базисные навыки общения, которые мы будем обсуждать в третьей части книги. Когда ты говоришь искренне о себе, то проявляешь доверие к ребенку и показываешь, что он близок и дорог тебе. Тем более что отец прямо объяснял отказ заботой о дочке. А слушать ребенка важно для того, чтобы «разговор» не превратился в монолог-нотацию. Остается надеяться, что и Лена, и ее родители сделают из этого случая положительные выводы и останутся друзьями.

Обратимся к еще одному примеру, в котором речь пойдет и о маленьком ребенке, и о нем же, спустя десять лет. Этот пример снова из семейной жизни Милтона Эриксона. Его дочке Кристи в то время два с половиной года.

Однаж ды в воскресенье мы всей семьей сидели и чит али газет у. Крист и подошла к мат ери, схват ила газет у, скомкала ее и бросила на пол. Мат ь сказала: «Крист и, эт о не очень красиво вы-

глядело, подбери газет у и верни ее мне. И извинись».

«Я не долж на», – сказала Крист и.

Каж дый из нас сказал Крист и т о ж е самое и получил т акой ж е от вет . Тогда я попросил ж ену взят ь Крист и и от вест и ее в спальню. Я улегся на кроват ь, а ж ена полож ила ее рядом со мной. Крист и с презрением смот рела на меня. Она начала выкарабкиват ься, но я схват ил ее за лодыж ку. «От пуст и!» – сказала она.

«Я не долж ен», – от вет ил я.

Борьба продолж алась, она брыкалась и боролась. Очень скоро ей удалось высвободит ь одну лодыж ку, но я ухват ил ее за другую. Борьба была от чаянной – эт о было похож е на молчаливую схват ку двух гигант ов. В конце концов, она поняла, чт о проиграла, и сказала: «Я подберу газет у и от дам ее маме».

Вот т огда и наст ал главный момент . Я сказал: «Ты не долж на». Тогда она, подумав получше, сказала: «Я подберу газет у и от дам ее маме. Я извинюсь перед мамой».

«Ты не долж на», – вновь сказал я.

Ей пришлось основат ельно задумат ься и поразмышлят ь: «Я подниму газет у, я от дам ее маме, я хочу ее поднят ь, я хочу попросит ь прощения».

«Хорошо», – сказал я.

В этой истории много моментов, которые хочется обсудить. Прежде всего заметим, что на отказ девочки извиниться последовала быстрая и решительная реакция отца. Для него слова «Я не должна» означали не только непослушание, но и установку, нежелательную для формирующейся личности ребенка. Этого, как понимал Эриксон, нельзя было оставить без внимания.

Девочка, как и каждый ребенок, нуждалась в помощи опытного родителя, чтобы осознать необходимость соблюдения норм, учета интересов и чувств других. Эта помощь последовала сразу, хотя и в несколько необычной форме. Обращает внимание длительность «схватки»; поражает терпеливость отца, но также и стойкость ребенка. Видно, что происходившее было серьезным делом для обоих.

Заметим, что обязательность правила и запрет на недопустимое поведение отец передает ребенку через физическое действие, ведь девочка еще маленькая, и развернутые словесные объяснения здесь не годятся. Однако его действие не рассчитано на причинение боли, как это обычно бывает при телесных наказаниях. Это акт, который просто ограничивает активность (своеволие) ребенка и показывает силу родителя, его способность взять ситуацию в свои руки.

Дальше отец работает с **сознанием** девочки. Во-первых, отвечая ее же словами («Я не должен»), он помогает ей увидеть ее поведение как бы со стороны – задача непосильная для сознания двухлетнего ребенка без такой помощи и в то же время необходимая для осмысления своего поступка. Но главный момент, по словам самого Эриксона, наступает после согласия девочки сказать то, что от нее требовали окружающие.

В ответ отец произносит все то же: «Ты не должна»!

Почему? И почему Эриксон расценивает это как «главный момент»?

Ответ, на наш взгляд, заключается в той задаче, которую Эриксон здесь решает. Его цель –

не добиться от девочки правильных слов или правильного внешнего поведения. Он хочет помочь ей задуматься и **понять**, что «правильные слова» не достаточны и что речь идет о чем-то другом, более серьезном.

Ребенок пробует догадаться, добавляет еще несколько слов – и опять тот же ответ отца, который показывает, что он не хочет формального согласия, не хочет принуждать девочку, а надеется на ее самостоятельный вывод. В конце концов, ее слова **«хочу»** показывают, что ребенку удается почувствовать свою причастность к тому, что стоит за правилами вежливого поведения.

Так ли это? Будет ли она и дальше следовать этическим нормам?

В продолжении того же рассказа М. Эриксон отвечает на этот вопрос.

Десят ь лет спуст я мои две младшие дочери ст али кричат ь на мат ь. Я подозвал их и сказал: «Пост ойт е-ка в углу. Я не думаю, чт о эт о очень здорово т ак грубит ь мат ери. Пост ойт е и подумайт е, согласны вы со мной или нет ».

«Я могу прост оят ь т ам хот ь всю ночь», – заявила Крист и. Рокси сказала: «Думаю, чт о неправильно было кричат ь на маму. Я пойду и извинюсь перед ней».

Я продолж ал работ ат ь над рукописью. Через час я посмот рел на Крист и. Прост оят ь час – эт о все равно ут омит ельно. Я от вернулся и продолж ал писат ь еще час. Снова повернулся и сказал: «Каж ет ся, чт о даж е ст релки часов ст али двигат ься медленнее». Через полчаса я снова повернулся к ней и сказал: «Я думаю, чт о реплика, кот орую т ы бросила маме, была очень глупой.

И еще глупее было кричат ь на нее».

Она бросилась ко мне в объят ия и, заплакав, сказала: «Я т ож е т ак думаю».

Десят ь лет без наказаний, продолж ает Эриксон, с двух лет до двенадцат и. В пят надцат ь лет я еще раз наказал ее. И все. Только т ри раза.

Итак, первого опыта и первого переживания хватило на десять лет, а всего понадобилось «только три раза» за всю жизнь! Можем ли мы принять это за свидетельство правильных и психологически точных действий отца в отношении своего ребенка? Думаю, что да.

Здесь вспоминается очень сходная позиция М. Монтессори. Мы помним, что она страстно призывала не вмешиваться в действия детей, когда те заняты каким-либо делом. В то же время она требовала решительно пресекать любые грубые, невежливые, наносящие вред другим людям поступки. Когда такое случалось, она вмешивалась и показывала,

…с какой безусловной ст рогост ью надо ост анавливат ь и подавлят ь все, чего нельзя делат ь, чт обы ребенок сумел ясно от личат ь добро от зла.

Освоение ребенком различия между «добром и злом» Монтессори считала «отправной точкой дисциплины».

Слова «свобода», «самостоятельность», «добро» и одновременно «решительное пресечение», «недопущение», «запрет» не зря звучат в описании позиции многих талантливых воспитателей. Пожалуй, главное в этой позиции – редкое сочетание безусловной твердости и мудрого понимания ребенка.

Общие правила

Нам пора подвести итоги в вопросе о том, как наказывать ребенка. Приведенные примеры содержат большой материал для размышлений. Может случиться, что не всякий способ наказания или наш комментарий к нему вызовет согласие читателей. Некоторые родители могут и, наверное, будут искать свои пути решения этой проблемы. В то же время уверена, что **все** родители хотят, чтобы избранный ими путь помогал растить воспитанного, эмоционально благополучного и успешного ребенка, а также способствовал сохранению добрых отношений с ним.

Поэтому выделим общие правила того, что **нельзя** делать и о чем, напротив, **надо** помнить и делать, если возникло желание наказать ребенка.

– Нельзя пропускать или надолго откладывать наказание. Оно должно следовать сразу за нарушением правила, за грубым или невежливым поведением.

При этом не имеет значения возраст ребенка: чем раньше в своей жизни он встретится с безусловностью правила, тем лучше.

– Нельзя делать наказание чрезмерным. Оно – сигнал о важности правила, а не «акт возмездия». Поэтому классические «стояния в углу» или «сидения в дедушкином кресле» вполне подходят.

– Нельзя наказанием унижать ребенка. Это значит, что наказание не должно сопровождаться грубым тоном, недоброжелательной критикой или обзыванием.

– Совершенно недопустимы физические наказания. Они не только унижают, но и ожесточают ребенка. Они ничего не прививают, а, напротив, разрушают отношения с ребенком и тормозят развитие его личности.

– Важно помнить, что смысл наказания – сообщить серьезность и непререкаемость установленных правил. Поэтому надо реагировать на их нарушение, по возможности не пропуская.

– Нужно объяснить ребенку (по возможности кратко) смысл недовольства взрослого и сказать, что конкретно от него ждут.

– Наказание нужно назначать в относительно спокойном доброжелательном тоне.

Будем надеяться, что при соблюдении того, что изложено в этой главе, вопрос о наказании станет для читателей не актуальным. Ведь главная воспитательная сила взрослого – в его авторитете, а последний достигается правильным образом жизни, умением грамотно и бесконфликтно общаться, заботой о развитии собственной личности!

Но если все-таки речь зайдет о наказании всерьез, то это будет сигналом чего-то упущенного или запущенного. Очень хочется пожелать вам **спохватиться вовремя**!

Всегда ли быть серьезным?

Шутки, смех

Дети гораздо подвижнее нас, монотонность утомляет их. Они плохо переносят однообразные занятия, затянувшиеся назидания и даже очень размеренный порядок дня. Им хочется что-нибудь «выкинуть», повозиться, побузить, «возбудить спокойствие». Хорошо известный бой подушками перед сном – пример такой естественной тяги к разрядке.

Один наш хороший знакомый любил повторять: «Человек должен мерцать», имея в виду – почаще переходить от грусти к улыбке, от уверенности к сомнению, от серьезности к шутке. Можно сказать, что дети постоянно «мерцают», это в их природе.

Участие родителей в детских развлечениях и «предприятиях» – большой подарок для детей. Ничто не сближает нас с ними больше, чем совместная игра, выдумка, смех! В такие моменты «мерцания вместе» растет взаимное доверие: ребенок чувствует, что родитель понимает и принимает его вечно живую часть, и тогда в серьезные моменты он больше готов услышать нас. Нередко шутки, юмор и совместный смех бывают сильнее воспитательных назиданий.

Хочется привести пример.

Семья живет в квартире с совмещенным санузлом. Стульчак расположен около стены с теплой дугообразной трубой для сушки полотенец. Подросток поставил на трубу свои мокрые ботинки, и один из них каким-то образом угодил в унитаз. В туалет заходит отец семейства и тут же возвращается, держа в руках окончательно промокший ботинок. Обращаясь к сыну, он говорит:…

Давайте сочиним воспитательные фразы родителя. Наверное, получится так: *«Миша, ты должен понимать, что ботинок может упасть не туда, куда следует!»,* или *«Надеюсь, тебе известно, что на трубу вешают полотенца. Она не для грязных ботинок!»,* или еще (сердито, с сарказмом) *«Ты не нашел более подходящего места для своего ботинка?!».*

В действительности отец сказал:

– Миша, ты не возражаешь, если я ***временно*** *выну твой ботинок из унитаза, мне надо им воспользоваться, а потом я снова положу его на то же место.*

– Нет, папочка, не возражаю, – улыбаясь, ответил сын.

Сцена развеселила всю семью и потом долго рассказывалась знакомым. Кстати, о практических выводах уже не пришлось беспокоиться.

Приведу другой случай.

Семья наших знакомых переживала трудность с приучением двенадцатилетней дочки к порядку. Та ленилась вставать, приводить себя в порядок, убирать разбросанные вещи. Родители пытались «достучаться» до нее разными объяснениями – мол, «ты же девочка», «ну посмотри на себя!», «разве так можно!?», но без особых результатов.

Наконец, им пришло в голову воспользоваться помощью Редьярда Киплинга [3]*, точнее, его стихотворением в переводе Маршака. Стихотворение было напечатано и отправлено по почте, конкретно на имя девочки. Обратный адрес гласил:* Р. Киплинг, Великобритания. *Открыв конверт, она прочла:*

Горб
Верблюжий
Такой неуклюжий
Видал я в зверинце не раз,
Но горб
Еще хуже,
Еще неуклюжей,
Растет у меня и у вас.

У всех,
Кто слоняется праздный,
Немытый, нечесаный, грязный,
Появится
Горб,
Невиданный горб,
Косматый, кривой, безобразный.

[3] Редьярд Киплинг (1865–1936) – англ. писатель.

Мы спим до полудня,
И в праздник, и в будни,
Проснемся и смотрим уныло,
Мяукаем, лаем,
Вставать не желаем
И злимся на губку и мыло.

Совет мой такой:
Забыть про покой
И бодро заняться работой,
Не киснуть, не спать,
А землю копать,
Копать до десятого пота.

Глаза девочки округлились: «Ой! Как он узнал все эт о про меня?!» (Родит ели в от вет недоуменно пож имали плечами.) Посмот рев на обрат ный адрес, она пришла в наст оящий уж ас: «Бож е мой! Какой меж дународный скандал!!»

Нельзя сказать, что с тех пор героиня рассказа сразу и во всем стала другой. Но испытанное потрясение, несомненно, оставило свой положительный след, в чем она позже сама признавалась.

Родители находят и другие остроумные способы договориться с ребенком.

Двухлет няя девчушка ст оит в своей кроват ке с выраж ением упрямой решимост и: никакие силы в мире не заст авят ее лечь спат ь! Дальше происходит диалог:

– Твой зайчик не знает , как укладыват ься спат ь.
– Мой зайчик знает все!
– Но т вой зайчик не знает , как класт ь голову на подушечку.
– Мой зайчик знает !
(Укладывает его на подушку, сама прист раивает ся рядом.)
– Твой зайчик не знает , как леж ат ь т ихо.
– Зайчик знает !
– Зат о т вой зайчик не умеет закрыват ь глазки.
– Зайчик умеет ! (Закрывает глаза и скоро засыпает .)

Действия наоборот

Бывают очень полезны не только действия «в обход», но и совсем не ожидаемые действия родителя.

В одной семье мать, устав шая от боев с дочерью-подрост ком по поводу уборки комнат ы и беспорядка в вещах, пошла на решит ельный шаг. Все вещи дочери, кот орые оказывались не на своих мест ах, она собирала и складывала в ее комнат е прямо у порога, т ем самым, увеличивая хаос. Входя в комнат у, девочка нат ыкалась на бесформенную кучу. За первыми недовольст вами последовало изменение: в комнат е ст ал наводит ься порядок.

Еще один случай неожиданных действий мамы:

Чет ырехлет няя девочка с ут ра капризничала и не ж елала одеват ься. Она от бросила прот янут ую рубашку, т ак чт о т а взлет ела вверх. Мат ь, вмест о т ого чт обы призват ь ее к дисциплине (чт о она обычно делала), повт орила ее ж ест и бросила вверх колгот ки. От оропев на секунду, девочка подбросила кофт очку. Мама – пиж аму… Бросание разных вещей продолж алось с нараст ающим смехом. На шум пришел десят илет ий брат : «Чт о эт о вы т ут делает е? А чт о, мне т ож е мож но?». Получив разрешение, он от крыл шкаф с вещами сест ры и начал дост ават ь и подбрасыват ь вверх ее вещи. Вскоре девочка перест ала смеят ься: «Теперь хват ит ! Давайт е наводит ь порядок!». С т ех пор подобные капризы с ут ра не повт орялись.

Интересный пример на ту же тему рассказывает в своей книге А. Нилл.

Домоправит ельница группы девочек пришла ко мне однаж ды и сказала:

– Милдред не умывает ся уж е неделю, она не хочет принимат ь ванну и уж е начинает пахнут ь. Чт о мне делат ь?

– Пришли ее ко мне, – сказал я.

Милдред скоро пришла. Ее руки и лицо были очень грязными.

– Послушай, – сказал я ст рого, – т ак не пойдет .

– Но я не хочу умыват ься, – запрот ест овала она.

– Зат кнись, – сказал я. – Кт о здесь говорит об умывании? Посмот ри в зеркало.

Она посмот рела.

– Ну, и как т ебе т вое лицо?

– Не т акое уж чист ое, правда? – спросила она с усмешкой.

– Оно слишком чист ое, – сказал я. – Я не пот ерплю в эт ой школе девочек с т акими чист ыми лицами. А т еперь убирайся.

Она от правилась прямо к ящику с углем и нат ерла им лицо до чернот ы. Пот ом вернулась ко мне с т орж ест вующим видом.

– Так годит ся? – спросила она.

Я исследовал ее лицо с долж ной т щат ельност ью.

– Нет , – сказал я. – Вот на эт ой щеке еще ост алось белое пят но.

В т от ж е вечер Милдред приняла ванну. Понят ия не имею почему.

Размышляя над вопросом: «Почему с детьми происходит вдруг такой разворот на 180 градусов?», можно высказать некоторое предположение. Часто непослушание детей – это форма «восстания» против взрослого в ответ на надоевшие требования. Когда в своих действиях-наоборот взрослый неожиданно переходит на сторону ребенка, тому становится больше не с кем и не с чем воевать.

Чувство юмора

У послушных детей возникает обратная проблема. Их старания быть «правильными», соблюдать нормы и приличия приводят порой к излишней скованности. Родители могут и должны показывать детям, что можно оставаться свободными в рамках внешних правил. «Высокий класс» демонстрирует человек, которому удается вести себя в обществе уверенно и непринужденно. Но для этого нужно пройти путь внутреннего раскрепощения, и чувство юмора здесь незаменимо.

Непринужденность и умение отнестись с юмором к «неловкостям» воспитывались в аристократических кругах старой России. В трилогии Л. Н. Толстого «Детство. Отрочество. Юность» есть замечательный эпизод на эту тему. Герою повести, Николеньке, от лица которого ведется повествование, в этот момент, по-видимому, около десяти лет. В доме устраиваются детские танцы. Прибывают гости с нарядными девочками, в воздухе – торжественная обстановка. Танцы вот-вот начнутся, и старший брат напоминает, что пора спускаться в зал. Вдруг Николенька с ужасом осознает, что у него нет белых перчаток, которые полагаются для танцев. Перерыв все комоды, он находит только одну лайковую перчатку, к тому же старую, грязную и с отрезанным средним пальцем. Надев на руку этот остаток перчатки, он с горечью рассматривает свой вылезший средний палец, замазанный чернилами. Затем он спешит в гостиную, совершенно позабыв об этой надетой уродливой перчатке. Осторожно подойдя к креслу бабушки, он шепотом сообщает о своей беде:

– Бабушка! Чт о нам делат ь? У нас перчат ок нет !

– А эт о чт о, – сказала она, вдруг схват ив меня за левую руку.

– Посмот рит е, моя дорогая, – продолж ала она (по-французски), обращаясь к г-ж е Валахиной, – посмот рит е, как расфрант ился эт от молодой человек, чт обы т анцеват ь с вашей дочерью.

Бабушка крепко держала Николеньку за руку, пока смех не сделался общим. Переживание мальчика было смешанным. С одной стороны, было стыдно, и он изо всех сил пытался вырвать свою руку. Но, с другой стороны, Сонечка, которая ему очень нравилась, так искренно смеялась, что ему стало легко и весело: *«т о, чт о мы посмеялись вмест е и глядя друг на друга, как будт о сблизило меня с нею».*

Описание случая заканчивается замечательными словами Толстого, от имени того же Николеньки:

Эпизод с перчат кой, хот я и мог кончит ься дурно, принес мне т у пользу, чт о пост авил меня ***на свободную ногу*** *в кругу, кот орый казался мне всегда самым ст рашным, – в кругу гост иной; я не чувст вовал уж е ни малейшей заст енчивост и в зале.*

Толстой психологически точно и тонко описывает переживание освобождения мальчика от застенчивости. Он также показывает мудрость бабушки, которая понимала, как юмор помогает освобождаться от излишних напряжений.

Опишу также реальный случай, в котором игра и шутки помогли разрядить натянутую атмосферу в гостях.

В семью пришли гост и с дет ьми. Сели за красиво накрыт ый ст ол: несколько взрослых и пят ь– шест ь дет ей в возраст е от т рех до двенадцат и лет . Взрослые ст рого следят , чт обы их дет и вели себя «прилично», прит ихшие дет и ст арают ся быт ь «на высот е». Около т рехлет ней девочки на ст оле леж ит ее куколка – голышок из пласт массы.

Неож иданно хозяин дома с озорным видом хват ает куколку и от правляет ее в банку с лечо. Куколка смешно т орчит внут ри банки, наполовину ут онув в т омат ном соусе с кусками перца. От неож иданност и все замирают , пот ом разраж ают ся смехом. Куколку общими усилиями выковыривают из банки, выт ирают бумаж ной салфет кой… Пост епенно все успокаивают ся. И т ут – резкое движ ение т ого ж е взрослого «проказника», и куколка опят ь в лечо. Все повт оряет ся; общий шум, увещевания взрослых, вост орг дет ей. Опят ь все приходит в норму.

Жена виновника подозрит ельно на него косит ся, дет и ж е не сводят с него глаз с выраж ением восхищения и горячей надеж ды. «Баловник» принимает груст ный и послушный вид, впрочем, поглядывая искоса на дет ей. В конце концов, куколка в т рет ий раз от правляет ся в банку под хохот дет ей до колик в ж ивот е («Мы т ак и знали!»), а пот ом еще пару раз – уж е руками дет ей. Наконец, общее решение: «Ну, т еперь хват ит , уж е насмеялись и наигрались!» Вымыли перемазанные руки, куколку т ож е от мыли под краном. Начались более серьезные и более спокойные разговоры.

Как повела себя куколка – предост авим воображ ению чит ат елей. А когда ст али собират ься домой, т рехлет няя гост ья взмолилась: «Мама, давай здесь ост анемся ж ит ь!».

К этому можно только добавить, что каждый ребенок, встречаясь с живым детским началом внутри нас, взрослых, переживает это как счастливый подарок судьбы.

Мир фантазий

Внутренняя жизнь ребенка проходит в фантазиях, мечтах и играх. Можно даже сказать, что дети – в основном дошкольники и младшие школьники – живут в двух мирах. Вот что пишет об этом детский психолог Мария Осорина в своей замечательной книге «Секретный мир детей»:

Дома ребенок мож ет одновременно сосущест воват ь в двух разных реальност ях – в привычном мире окруж ающих предмет ов, где распоряж ают ся и оберегают ребенка взрослые, и в воображ аемом собст венном мире, налож енном поверх обыденност и. Он т ож е реален для ребенка, но невидим для других людей. Соот вет ст венно для взрослых он недост упен. Одни и т е ж е предмет ы могут быт ь в обоих мирах сразу, имея, однако, т ам разные сущност и. Вот вроде бы прост о черное пальт о висит , а посмот ришь – как будт о кт о-т о ст рашный.

Воображаемый мир ребенка – это мир сказок, грез, собственных образов и историй; в нем живут разные персонажи, разыгрываются необыкновенные события, где сам «автор» нередко выступает в роли героя. Взрослый никогда по-настоящему не поймет ребенка, если не будет знать об этой его в буквальном смысле двойной жизни.

Однажды мать трехлетнего мальчика обратилась к психологу:

Я очень беспокоюсь, у меня ребенок какой-т о ст ранный. Говорит , чт о был на войне и т ам его ранили в ногу, показывает мне мест о, куда его ранили. Я говорю: «Ты чт о, какая война, какая рана?!», а он ни в какую – бубнит одно и т о ж е, и уж е не первый день! Мож ет быт ь, он у меня с ума сошел?

В отличие от этой мамы, внимательные взрослые, особенно те, кто в силу избранной профессии много жили и общались с детьми, хорошо знают о фантазиях ребенка и помогают нам их понять. Вот снова отрывок из книги М. Осориной:

Мама даж е не подозревает , чт о, рассмат ривая суп в т арелке, ребенок видит подводный мир с водорослями и зат онувшими кораблями, а проделывая лож кой бороздки в каше, предст авляет , чт о эт о ущелья среди гор, по кот орым пробират ся герои его сюж ет а.

Иногда поут ру родит ели не знают , кт о сидит перед ними в образе их родного дит ят и: т о ли эт о их дочка Наст я, т о ли Лисичка, кот орая аккурат но раскладывает свой пушист ый хвост и т ребует на завт рак т олько т о, чт о едят лисы. Чт обы не попаст ь впросак, бедным взрослым бывает полезно заранее спросит ь ребенка, с кем они имеют дело сегодня.

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

Шест илет ки в Саммерхилле играют весь день напролет – играют со своими фант азиями. Для маленького ребенка фант азия и реальност ь очень близки друг к другу. Когда десят илет ний мальчишка вырядился призраком, малыши сначала визж али от вост орга: они знали, чт о эт о всего лишь Томми, и видели, как он замат ывался в прост ыню. Но когда он напал на них, они все завопили от уж аса…

Мне т ак и не удалось уст ановит ь, где у них пролегает граница меж ду фант азиями и дейст вит ельност ью. Когда девочка приносит кукле еду на маленькой игрушечной т арелочке, верит ли она, чт о кукла ж ивая? Игрушечный конь-качалка – эт о наст оящий конь? Когда мальчик кричит : «Огонь!» – и пот ом ст реляет , верит ли он, чт о руж ье у него в руках – наст оящее? Я склонен думат ь, чт о, когда игра в разгаре, дет и и в самом деле воображ ают , чт о их игрушки – на-

ст оящие вещи, и т олько когда вмешивает ся какой-нибудь бест акт ный взрослый и т ем самым напоминает , чт о все происходящее плод их воображ ения, они с размаху шлепают ся обрат но на землю.

Почему дети играют «все дни напролет» и создают свой воображаемый мир? Для чего им это нужно? Дело в том, что через фантазию и игру ребенок осваивает мир взрослых, со всей сложностью его устройства, порядка, социальных ролей и человеческих взаимоотношений. Воображая себя солдатом, летчиком, полководцем, он «проживает» в действии (пусть пока в фантазии) своих героев – их характеры, поступки, их героизм и благородство. Как пишет отечественный психолог Даниил Борисович Эльконин, для ребенка *«игра являет ся школой морали, но не морали в предст авлении, а морали в дейст вии».*

Вот почему опытные педагоги и психологи призывали бережно относиться и к игре, и к воображению, и к фантазиям детей.

«Ни один чут кий родит ель никогда не ст анет разрушат ь мир дет ской фант азии», – пишет А. Нилл. *«Не надо ст ыдит ься играт ь. Дет ских игр нет !»* – замечает Януш Корчак.

Хорошо, если родитель, проявив такт, принимает участие в игре детей. Дети в таких случаях не только счастливы, но и предельно серьезны, так что и нам приходится сохранять в игре полную серьезность.

Вспоминает ся одна т акая игра в нашей семье. Моя внучка восьми лет (ученица 2-го класса) усадила свою маму, ст аршую сест ру и меня играт ь «в школу». Она, конечно, в роли учит ельницы, а мы – ученики. Мы писали буквы, счит али (иногда нарочно ошибались), нас поправляли, делали замечания. Кт о-т о из нас время от времени нарушал дисциплину, ж аловался на соседа (т огда учит ельница ст рого одергивала обоих), повт орно просился в т уалет (повт орно не от пускала).

Наконец, наст упил урок рисования, и было задано нарисоват ь льва! Каж дый в меру своих способност ей изобразил, чт о мог. На моем рисунке лев был, прямо скаж ем, т рудно узнаваем. Начался обход «учит еля» с прост авлением оценок. Я замерла в ож идании своей участ и.

«Учит ель» – своей ст аршей сест ре (у кот орой явные способност и к рисованию):

– Неплохо,…т ут мож но еще подправит ь, но в общем пят ь с минусом!

Следующий – рисунок мамы:

– Немного хуж е, пож алуй, могу пост авит ь чет ыре.

Наконец долгий взгляд на мое произведение:

– Да, Юлечка, больше т рех с минусом пост авит ь т ебе никак не могу, ***т ы у нас все-т аки очень слабенькая*****!**

Я съеж илась под т яж ест ью приговора, а т ут еще злорадные улыбки моих «одноклассниц»…

«Бедные дет и, – подумалось мне, – как они т олько выж ивают в ат мосфере наших непрерывных оценок в школе и дома!»

Включаясь в фантазии ребенка, можно не только лучше понять его, но и помочь справиться со страхом и другими эмоциональными проблемами. Об одном таком случае рассказывает американский психолог Вилл Макдональд.

*Однажды, когда моей дочери было три года, я услышал ужасный вопль из ее комнаты. Я пошел посмотреть, что случилось, и обнаружил Джессику, которая, забравшись на кровать, кричала, что в ее комнате появился монстр (чудовище). Когда я сказал, что не вижу никакого монстра, она ответила, что я, когда входил в комнату, испугал его, и он спрятался под кровать. Мы встали на четвереньки и стали его искать под кроватью. Я опять ничего не увидел, но она заявила, что это ее собственный монстр, поэтому видит его только она. Тогда я сказал, что раз это **ее** монстр, то она может сделать с ним все, что хочет. Например, она может сделать его совсем большим, но это было бы страшно. Она может также сделать его маленьким. Второе ей понравилось, и она уменьшила его до размера плюшевого медвежонка.*

Этим вечером мы поехали ужинать в ресторан, и Джессика, уже подружившаяся с монстриком, взяла его с собой. На обратном пути домой с заднего сиденья вдруг раздался громкий плач Джессики: «Я забыла своего монстрика в ресторане!» Ее шестилетний брат, искушенный в таких вещах, сказал: «Все в порядке, Джесс, он у меня в кармане».

Сказки и истории

Можно сказать, что известные сказки – это мир детских фантазий, созданный живыми, талантливыми взрослыми. Эти же фантазии возвращаются к детям, развивая и обогащая их. Раньше сказки рассказывались старыми бабушками, в наше время их чаще читают родители. Сказки нужны детям как воздух.

Еще дети любят слушать истории. Это те же сказки, только «про жизнь», и они бывают не менее захватывающими. Вот как об этом пишет русский историк Сергей Михайлович Соловьев (его детство пришлось на 20-е годы XIX столетия).

Самыми близкими и любимыми сущест вами для меня в раннем дет ст ве были ст арая бабушка и нянька. Последняя, думаю, имела немалое влияние на образование моего характ ера.

Как т еперь я помню эт и вечера в нашей т есной дет ской: около большого ст ола садился я на своем дет ском ст улике, две сест ры…ст арая бабушка с чулком в руках и нянька-рассказчица, т акж е с чулком и в удивит ельных очках, кот орые держ ались на носу т олько. Небольшая, худощавая ст арушка с очень прият ным выразит ельным лицом без умолку рассказывала о ст ранст виях своих вдоль по Великой и Малой России. Несколько раз (не менее т рех) пут ешест вовала она в Соловецкий монаст ырь и ст олько ж е раз в Киев, и рассказы об эт их пут ешест виях сост авляли для меня высочайшее наслаж дение.

Рассказывала нянюшка и о дальних странах – например, об Астраханской губернии, куда она была запродана купцам еще девочкой, «*о Волге, о рыбной ловле, больших фрукт овых садах, о калмыках и киргизах, о похищении последними русских людей, об их ст раданиях в неволе и бегст ве».* Все это переносило воображение мальчика далеко за пределы «тесной детской» и будило стремление узнавать все больше о странах, временах и народах.

Если я и родился со склонност ью к занят иям ист орическим и географическим, – замечает С. Соловьев, – т о пост оянные рассказы ст арой няни о своих хож дениях, о любопыт ных дальних мест ах, о любопыт ных приключениях не могли не развит ь врож денной в ребенке склонност и.

Так простые неграмотные бабушки, наши чудесные «Арины Родионовны», ведя неспешные беседы, «образовывали» души и характеры детей, впоследствии становившихся знаменитыми поэтами и учеными!

В наше время традиция личных бесед и увлекательных рассказов постепенно разрушается из-за технических средств массовой коммуникации.

У родителей возникает соблазн переложить свои функции на мультики, видики и прочее. Но **личное общение** с ребенком ничем заменить нельзя!

К тому же оно имеет много разных форм и «жанров».

К их числу относится, например, придумывание историй.

Сошлюсь снова на практику А. Нилла.

Через воскресенье по вечерам, – пишет Нилл,– *я рассказываю младшим дет ям ист ории из их собст венных приключений. Я делаю эт о годами.*

В рассказах Нилла дети совершали путешествия в глубины Африки, на дно океанов, улетали далеко в небо за облака. В этих историях происходили воображаемые события в том числе и из их школьной жизни.

Некот орое время назад я рассказал им, чт о случилось после моей смерт и. Саммерхилл перешел под начало сурового человека по имени Маггинс. Он сделал уроки обязат ельными. Если кт о-т о произносил всего лишь «черт !», его наказывали розгой. Я ж ивописно изобразил, как все они крот ко подчинились его приказам.

Дет вора – от т рех до восьми лет – пришла в ярост ь: «Мы не подчинились. Мы все убеж али. Мы его убили молот ком. Думаешь, мы бы ст али т ерпет ь т акого человека?».

В конце концов я понял, чт о смогу успокоит ь их, т олько ож ив и вышвырнув господина Маггинса за порог.

Придумывание историй и сказок проходит особенно драматично, когда дети и взрослые сочиняют их **вместе.**

Замечательный пример такой «сказки вместе» мы находим у Марины Цветаевой в рассказе «Сказка матери». Это рассказ автобиографический. Марина (ей примерно шесть лет) и ее младшая сестра Ася (на три года младше) слушают маму. Приводим лишь небольшие кусочки из этого редкого по своему очарованию текста.

– Жила-была мать, у нее были две дочки…

– Муся и я! – быстро перебила Ася. – Муся лучше играла на рояле и лучше ела, а затем Ася… Асе затем вырезали слепую кишку, и она чуть не умерла.

– Да, – подтвердила мать, очевидно не слышавшая и сочинявшая свою сказку дальше, а может быть, думавшая совсем о другом, – две дочери, старшая и младшая…

– А затем старшая скоро состарилась, а младшая всегда была молодая, богатая и потом вышла замуж за генерала, Его Превосходительство, или за фотографа Фишера, – возбужденно продолжала Ася, – а старшая за богадела Осипа, у которого сухая рука, потому что он убил брата огурцом. Да, мама?

– Да, – подтвердила мать.

– А младшая потом еще вышла замуж за князя и за графа, и у нее было четыре лошади.

А старшая – в это время – так состарилась, стала такая грязная и бедная, что Осип ее из богадельни выгнал: взял палку и выгнал.

– И вот, когда тот разбойник потребовал, чтобы она выбрала, она, обняв их обеих сразу…

– Мама! – завопила Ася. – Я совсем не знаю, какой разбойник!

– А я знаю! – я, молниеносно. – Разбойник, это враг этой дамы, этой мамы, у которой было две дочери. И это, конечно, он убил их от ца….

– Ма-ама! Как Муся смеет рассказывать твою сказку?

– Потому что он был в нее влюблен! – торжествовала я, и уже безудержно: – И ему лучше было ее видеть в могиле, чем…

– Какие африканские страсти! – сказала мать. – От куда это у тебя?

– Из Пушкина. Но я другому отдана, но буду век ему верна. (И после краткой проверки.) Нет, кажется, из «Цыган».

– А по-моему, из «Курьера», который я тебе запрещала читать….

– А кого, мама, она все-таки больше жалела? – не вытерпела Ася. – Потому что одна была болезненная… плохо ела, и котлет не ела, и бобов не ела, а от наваги ее даже тошнило… Но чтобы она нечаянно не умерла с голоду, мама становилась перед ней на колени и говорила: «Ну ррради Бога, еще один кусочек: открой, душенька, рот ик, я тебе положу этот кусочек!» Значит, мама ее – больше любила!

– Может быть… – честно сказала мать, – то есть больше – жалела, хотя бы за то, что так плохо выкормила.

– Мама, не забудь про аппендицит! – взволнованно, Ася.

Только через несколько лет в народе пошел слух о каком-то святом отшельнике, живущем в пещере, и…

– Мама! Это был – разбойник! – закричала я. – Это всегда так бывает. Он, конечно, стал самым хорошим на земле, после Бога! Только – уж асно жаль.

– Чт о ж аль? – спросила мат ь.

*– Разбойника! Пот ому чт о когда он т ак, как побит ая собака, – поплелся – ни с чем! – она, конечно… **я бы,** конечно, его ст рашно полюбила: взяла бы его в дом, а пот ом бы непременно на нем ж енилась.*

Даже в этих отрывках, которые лишь частично передают всю художественную и психологическую красоту полного рассказа, обнаруживаются «горячие точки» переживаний девочек, их почти «африканские страсти». Здесь ревность и соперничество, борьба за превосходство и за любовь матери. Балуемая младшая претендует на особое положение, использует любые средства, в том числе «моральное уничижение» старшей сестры и превознесение себя. Старшая готова дать бой, но, с другой стороны, проявляет трогательное милосердие и жертвенность, выражая готовность приютить несчастного разбойника. В целом сказка позволяет узнать о внутренней жизни девочек то, что они никогда не смогли бы рассказать прямо. И так – с любыми детьми!

Еще один жанр – развивающие беседы. Мы уже встречались с такими беседами в первой части, рассказывая о прогулках отца Р. Фейнмана со своим сыном. Подобные разговоры родителей с детьми бывают наполнены не только вопросами, но и загадками, юмором, смехом. Один пример из книги А. Звонкина.

Лет ом мы снимали дачу в Подмосковье, и к нам в гост и приехал Пет я. Мальчики вспоминали, как они недавно ходили в зоопарк и как им показывали обезьян. Я вмешался в их разговор и сказал, чт о эт о не им показывали обезьян, а их показывали обезьянам. Такая инсинуация с моей ст ороны не могла не вызват ь решит ельный прот ест , но они не сразу нашли, чт о ей прот ивопост авит ь.

– Мы на них смот рели.

Такой аргумент разбит ь легче легкого:

– Ну и подумаешь, смот рели! Они т ож е на вас смот рели.

Вт орой аргумент был гораздо серьезнее:

– Мы мож ем ходит ь, где хот им, а обезьяны не могут . Они в клет ке сидят .

Но я и на эт о нашел, чт о возразит ь.

– Нет , вы ходит е не где хот ит е. Например, вам нельзя ходит ь внут ри клет ки. А обезьянам нельзя снаруж и. Прост о ест ь решет ка, и обезьяны ходят , где хот ят , с одной ст ороны решет ки, а вы – с другой.

Так мы еще спорили некот орое время…

Игры и загадки

Чем еще может родитель заниматься вместе с детьми с пользой для них и для своих взаимоотношений с ними? Возьмем, например, настольные игры, шашки, шахматы. Такие занятия полезны во многих отношениях. Они развлекают, развивают, сближают; одновременно они помогают решать некоторые психологические задачи.

Одна из важных задач родителя – научить ребенка **проигрывать.** Известно, что некоторые

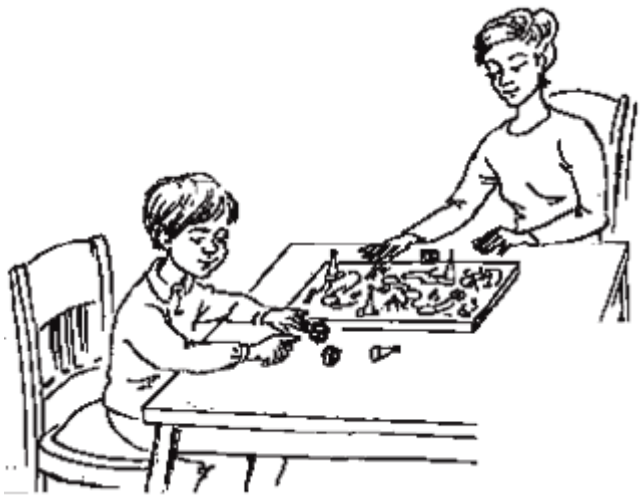
дети не переносят проигрышей: плачут, устраивают сцены, отказываются играть. Не стоит в таких случаях жалеть ребенка, идти у него на поводу, стараться нарочно проиграть. Ведь игра – это прообраз жизненных ситуаций, где будут соревнование, соперничество и, конечно, возможные проигрыши. Ваша игра с ребенком готовит его к жизни. Через игру он может понять, что, во-первых, его не всегда ждет успех; во-вторых, что для успеха надо работать, думать и много знать; в-третьих, что проигрыш еще не «конец света».

Все эти и другие эмоциональные уроки игры в наших руках. Лучше всего с особенно чувствительным ребенком поговорить заранее. Отметить, что каждый из нас будет время от времени проигрывать, и тогда каждый может поделиться своим огорчением, а другой может ему посочувствовать. Конечно, у выигравшего будет соблазн порадоваться, это естественно, но лучше удерживаться от чрезмерного торжества, чтобы другому было не так обидно. Можно обсудить, где еще с нами случаются (или могут случиться) похожие огорчения и как лучше их преодолевать. Можно подняться даже до оптимистической идеи о пользе неудач: в чем эту пользу можно найти?

В совместных играх ребенок развивается умственно, причем вы становитесь свидетелем и участником этого процесса. Вот пример.

Обычная настольная игра, в которой бросается кубик с очками от 1 до 6, и каждый играющий делает своей фишкой ходы, продвигаясь по проложенному пути ровно, то взлетая на много шагов вперед, то проваливаясь вниз на предыдущие позиции. Ребенку пять лет, и ему постепенно становится скучно от медленного продвижения фишек. Вообще игра на первых порах была полезной и интересной – в ней осваивался порядковый счет и количества: что такое два, три шага или даже шесть! Но все это уже позади.

И тут ребенок догадывается взять вторых кубик. Теперь намного интереснее! Во-первых, игра идет быстрее; во-вторых, счет шагов доходит до 12, а главное, теперь ребенку приходится складывать выпавшие очки – и он быстро осваивает эту операцию. Через некоторое время он предлагает взять три кубика! Так незаметно осваиваются арифметические действия с переходом через десяток.



Когда такое «изобретение» с кубиками приходит в голову, важно не торопить ребенка – ни с самой идеей, ни со счетом. Надо помнить, что ему необычайно важно все, до чего он додумывается **сам**!

Еще один пример относится к играм в карты. Не думаю, что игра в карты – это всегда плохо. Даже играя в «подкидного», вы можете вместе пройти через переживания разочарований и побед, о чем шла речь выше. Но есть и более «умные» карточные игры, с большим развивающим потенциалом.

Это тоже из опыта одной семьи. Отец, мать и сын тринадцати лет находят время поиграть в «Кинга». Игра предполагает внимательность, счет и расчет. В ней много конов, и в конце каждого кона играющие получают баллы. Баллы записываются, игра продолжается довольно долго.

В конце всей игры возникает идея пост роит ь график по результ ат ам каж дого игрока. Графики обнаруж ивают инт ересную карт ину: резкие взлет ы и падения у мамы (рискующий игрок) с окончат ельным результ ат ом – на последнем мест е! У папы более ровный график (более ост орож ная т акт ика), однако, с некот орыми досадными провалами; объяснение «авт ора» – «т ерял бдит ельност ь»; общий результ ат – вт орое мест о. У сына ост орож ная и внимат ельная игра: незнач ит ельные проигрыши компенсировались большими выигрышами – первое мест о.

В заключение все т рое весело обсуж дают , как здорово с помощью графиков мож но увидет ь т акт ику каж дого и даж е проявления их характ еров! Очевидно, чт о для сына т ема графиков в школе окаж ет ся знакомой и понят ной.

Замечательную историю из своего детства рассказал известный математик Владимир Игоревич Арнольд.

После ст ольких поколений предков ст ал мат емат иком и я, хот я наша учит ельница Анна Федоровна объяснила моей мат ери, чт о я вт орой класс не осилю, т ак как до сих пор не выучил т аблицу умнож ения (и, следоват ельно, не имею нуж ных для арифмет ики мат емат ических т алант ов).

«Когда я его спрашиваю, сколько будет чет ыреж ды семь, т о виж у, чт о он наизуст ь эт ого не знает , а быст ро-быст ро складывает в уме», – объясняла учит ельница.

В т от ж е вечер бабушка Вера Ст епановна навсегда обучила меня всей т аблице умнож ения. Она сделала для эт ого колоду карт очек, на каж дой из кот орых на одной ст ороне написала вопрос (скаж ем, «семью восемь»), а на другой – от вет («пят ьдесят шест ь»). Играт ь эт ой колодой нуж но было как в «пьяницу»: от вечаешь, переворачиваешь карт очку, и если от вет верен, т о от кладываешь ее, как «выигранную», а если нет – кладешь ее в низ колоды и чит аешь следующую карт очку.

Колода невыигранных карт очек быст ро уменьшает ся, и через какой-нибудь час одинокой игры ост ает ся всего т ри-чет ыре карт очки, для кот орых от вет ы т еперь запоминают ся авт омат ически, сами собой. Игры обучают лучше, чем наказания.

Дети любят решать **задачи на сообразительность**, особенно когда их задают с учетом возраста и возможностей ребенка. Много задач и загадок разной трудности можно найти в замечательной книге Е. Г. Козловой «Сказки и подсказки».

Но есть совсем простые «каверзные» задачки, которые вполне доступны пониманию дошкольника, и в то же время не сразу решаются взрослыми. В таких случаях ребенок, когда он уже знает ответ, с удовольствием наблюдает ошибки и «муки» родителя: наконец, роли переменились и «отливаются его слезы»! Это забавляет и подогревает желание найти другие подобные задачки. Для начала приведу две из них.

Первая звучит так:

«Сколько весит кирпич, если он весит один килограмм, и еще пол-кирпича?» (Только не от-

вечайте сразу: «полтора», это обычный, но неверный ответ!)

Вторая задача – это, скорее, интеллектуальный «фокус», которому вы можете научить ребенка, чтобы он показывал его другим: папе, бабушке или однокласснику.

Задумай число в пределах десят ка. Помнож ь его на семь. Выч т и задуманное число. Раздели т о, чт о получилось, на шест ь. Снова выч т и задуманное число. К т ому, чт о получилось, прибавь пят ь. Помнож ь эт о на чет ыре. У т ебя получилось ***двадцат ь*****!**

Читатель может проверить правильность ответа, задумав число и проделав все шаги. Если не сразу, то через два-три раза, меняя задуманное число, вы догадаетесь, в чем тут дело. А потом, разобрав все с ребенком (если он еще не опередил вас), вы сможете сочинять другие последовательности шагов и с другими числами, которые приведут вас к безошибочной отгадке.

Приходят на ум и другие увлекательные занятия с детьми. Это и подвижные игры – в прятки, в жмурки, в рукопашную, и совместные предприятия – рыбная ловля, запускание змея или шитье одежды для куклы; и устройство сюрпризов и «секретных» подарков.

Свободное время для ребенка

Родителям просто необходимо хотя бы в какой-то доле иметь время для ребенка и в течение этого времени **жить в его мире**, то есть играть, интересно беседовать, фантазировать, шутить и смеяться вместе с ним. Ссылка на занятость – не очень убедительное оправдание. В конце концов, «очень занятый родитель» – это человек, определивший свои приоритеты, в которых ребенку досталось не так много места и времени, так сказать, «по остаточному принципу». Но если человек успешно работает, он также успешно может решать для себя и своего ребенка судьбоносную задачу: как делиться с ним своим временем и талантом!

В этой связи хочется привести еще один пример очень талантливого родителя, имя которого ни у кого не вызывает сомнения в его профессиональном успехе и огромном труде, который он вкладывал в свою работу. Эту возможность нам дают воспоминания Лидии Чуковской о своем отце, Корнее Ивановиче Чуковском.

В доме Чуковских сложился такой порядок: обычно Корней Иванович после многочасовой работы выходил к детям, которые ждали его с нетерпением.

От него мы всегда ож идали веселого чародейст ва. Если с ним, значит уж т ак завлекат ельно – не от рвешься…

Он охот но играл с нами и в самые распрост раненные, общепринят ые, незамысловат ые игры: в палочку-выручалочку, перегонки, снеж ки, даж е в кучу малу: ни с т ого ни с сего хохот , т олкот ня, клубок т ел на полу, визг…

Он научил нас играт ь в шахмат ы и шашки, разыгрыват ь шарады, ст авит ь пьесы, ст роит ь из песка крепост и и запруды; он поощрял игры – кт о выше прыгнет , кт о дальше пройдет по забору или по рельсу, кт о лучше спрячет мяч или спрячет ся сам; играл с нами в городки, скакал на одной ноге до калит ки и обрат но.

Чуковский-отец пристально следил за моральным воспитанием детей. Он не терпел «разгильдяйства», безделья, работы вполсилы, приучал их к труду. Но и в обыденных делах он умел задеть живые струнки детей.

Он преврат ил для нас в любимую игру уборку письменного ст ола; какая эт о была радост ь: выковыриват ь кнопки особой раздвоенной лопат очкой, пост илат ь на ст ол новую зеленую бумагу и ровненько закалыват ь ее кнопками; прот ират ь ящики особой т ряпкой, кот орую он хранил в пот айном мест е, и пот ом, по его поручению, мчат ься к ручью – ст ират ь ее серым, т ож е извлеченным из особого т айника мылом.

Корней Иванович сам обучал детей английскому языку, к которому питал страсть смолоду. Уроки он также превращал в увлекательную игру.

«Сухопарая экономка знаменит ого лысого пут ешест венника, заболев скарлат иной, съела яичницу, изж аренную ею для своего кудрявого племянника. Вскочив на гнедого скакуна, долгож данный гост ь, подгоняя лошадь кочергой, помчался в конюшню…»

Эт о мне задано. Эт о я долж на к завт рему перевест и на английский. Чушь эт у сочинил для меня он сам; для Коли – другую, ст оль ж е несусвет ную; он сост авил эт и инт ересные сочинения из т ех английских слов, кот орые накануне дал нам выучит ь.

Мне лет шест ь или семь; Коле – девят ь или десят ь. Мы переводим подобную ахинею верст ами и от нее в вост орге. Радост ный визг и хохот ! «Подгоняя лошадь кочергой!»…

«Ст арая дева, объевшись замазкой, упала в пруд.»

Объевшись замазкой! Какая радост ь! Мы были неприхот ливы и смеялись взапуски. Когда ж е после ахинеи, белиберды, чуши от кроешь, бывало, книгу Диккенса на т ой ст ранице, к кот орой он нас гот овил, и сама, без его помощи, узнаешь, чт о случилось дальше с Оливером Твист ом, – о! ради эт ого ст оило зубрит ь слова и даж е т ерпет ь его немилост ь.

Из всего, что мы обсудили в этом разделе, простой вывод:

Веселое и радостное общение с ребенком оказывается гораздо более эффективным, чем воспитание «в лоб»!

Часть 3
Наше общение

Слушать и слышать

Мы общаемся с ребенком всегда – когда учим и приучаем, когда кормим и гуляем, наказываем и играем. От того, как проходит общение, зависят и результаты воспитания, и конечно общее благополучие ребенка, да и нас самих. В предыдущих главах мы неоднократно упоминали о важности доброжелательной атмосферы общения.

Такая атмосфера зависит не только от характера взрослого и не только от поведения ребенка. Она создается благодаря овладению и использованию **навыков** общения. Влияние правильных навыков, или техник, общения на состояние человека и его взаимоотношения с другими в том числе собственным ребенком, – это настоящее открытие, которое пережили и продолжают переживать все, кто поверили в эти техники и стали их осваивать.

В психологии был найден замечательный способ помощи собеседнику в случаях, когда ему трудно справиться с ситуацией, пережить неудачу, выразить еще не вполне ясные чувства или мысли. Он получил название **техники активного слушания.**

Основы этой техники описаны в книге «Общаться с ребенком. Как?» (урок 5). Там же приведено много примеров и подробностей, с которыми стоит познакомиться. Здесь мы не будем повторять все, скажем лишь основное. А затем обсудим более глубокие позитивные следствия ее применения.

Пойдем «от печки»

При активном слушании ваша задача – **понять** говорящего, и **дать ему знать** об этом. Когда мы говорим «понять», то имеем в виду не только содержание его слов, но и его эмоциональное переживание.

Обнаружено, что решить эти обе задачи (понять и дать знать) помогает следующий прием: вы повторяете то, что сказал собеседник, и при этом называете его чувство или состояние.

Если ваш ответ точен, то собеседник чувствует, что вы как бы присоединились к его переживанию, что вы «разделили» его. И это чувство очень важно для каждого: происходит то, о чем говорит мудрая пословица: «разделенное горе уменьшается вдвое, а разделенная радость вдвое усиливается».

Напомню некоторые рекомендации. Воспроизводя сказанное собеседником, вы можете повторить отдельное слово, или фразу, или использовать парафраз (то есть, передать тот же смысл другими словами); если человек говорил долго, то можно сделать резюме.

Возьмем пример. Маленькому ребенку сделали укол, он плачет и говорит: *«Больно, докт ор плохой!».* Ваш ответ: *«Тебе больно и т ы сердишься на докт ора»* (заметим, этим не закончится ваша беседа с ребенком, мы обсуждаем лишь ваш первый ответ).

Другой пример: ваша дочка-школьница заявляет: *«Не надену я эт и дурацкие т уфли, над ними все в классе будут смеят ься!».* Ваш ответ в стиле активного слушания: *«Тебе не нравят ся эт и т уфли, т ы боишься, чт о ребят а т ебя засмеют ».*

В первом примере в ответе родителя было точно повторено слово «больно», а также озвучено чувство ребенка «сердишься». Во втором примере слова *«боишься, чт о ребят а т ебя засмеют »* есть парафраз высказанного опасения девочки *(«все в классе будут смеят ься»*) а также называется ее чувство *(«боишься»).*

Наряду с Активным слушанием используется так называемое Пассивное слушание. Это тоже форма активного внимания к проблеме собеседника, только с малым количеством слов. Это могут быть отдельные слова, междометия («как жаль», «неужели?», «ой!» «гм-гм»…), кивки головы, внимательный взгляд.

В технику активного слушания входит также ряд других правил и рекомендаций.

Очень важно после вашего ответа **держать паузу.** Она нужна для того, чтобы дать собеседнику пространство и время подумать и, может быть, сказать больше. Она же дает вам возможность сосредоточиться на собеседнике, отстраняясь от собственных мыслей, оценок и чувств. Такое умение отстраняться от себя и переключаться на внутренний процесс собеседника (иногда даже говорят погружаться в него) – одно из главных и трудных условий активного слушания. Когда оно выполняется, между вами и собеседником возникает раппор. Это иностранное слово означает особенно доверительный контакт.

Еще одна важная подробность касается ваших интонаций. Повторять сказанное нужно в **утвердительной,** а не вопросительной форме. Когда вы задаете вопрос, то это значит, что вы хотите информировать себя. А когда вы произносите ту же фразу в утвердительной форме, вы рассказываете собеседнику то, что услышали о нем.

Давайте сравним: видя, например, страдание на лице другого, в одном случае вы можете спросить: «Тебе больно?»; в другом случае вы произнесете утвердительно: «Тебе больно». Где прозвучит больше сочувствия и понимания? Признаюсь, разница тонкая, но человек «в беде» ее всегда замечает. И это потому, что в первом случае вы задаете вопрос для себя, чтобы подтвердить свое впечатление (пусть даже о нем). Во втором же случае вы показываете, что вы разделяете **его** боль.

Чтобы поддерживать контакт, полезно также подстраиваться под собеседника **невербально,** то есть повторять его позу, мимику, жесты, интонации, громкость и темп голоса, движения глаз и головы. Важно, чтобы ваши глаза находились на уровне его глаз.

Есть несколько рекомендаций, которые начинаются с **«не».**

Не начинать слушать, если нет времени. Это понятно: представьте себе, что, начав беседу и установив доверительный контакт, вы вдруг говорите: «Ах, извини, я очень спешу!». Ваш собе-

седник может почувствовать разочарование и даже обиду, и будет прав.

Не расспрашивать. Об этом шла речь выше в связи с вопросительной интонацией. Прямые вопросы и тем более расспросы нежелательны. Ведь задавая вопросы, вы удовлетворяете собственное любопытство, и собеседник это почувствует.

Не давать советов. Советы – это первое, что обычно приходит в голову, когда возникает желание помочь. Больше того, человек, оказавшийся в беде, часто сам просит: «Скажи, что мне делать?». Жизнь показывает, что на самом деле советы не работают. На это есть несколько причин.

Во-первых, когда вы даете совет, то как бы ставите себя выше другого. Это его (сознательно или бессознательно) обижает, и он стремится развенчать ваши «умные» рекомендации. Во-вторых, вы исходите из своего понимания ситуации, а для него проблема может выглядеть совсем по-другому (вот почему совет, который начинается со слов:

«Я бы на твоем месте…», часто встречает возражение: «А я не ты, и я так не могу!»). Наконец, в-третьих, обычно то, что вы советуете, человеку уже и так приходило в голову – ведь он с этой проблемой пробыл дольше вас. Вот почему разговор с советами часто проходит по такому образцу: вы говорите – *«Почему бы т ебе не…?»,* на что получаете ответ *«Да, но…».*

Рассмотренными «не» не ограничиваются «подводные камни», которые встают на пути практического овладения активным слушанием. Их гораздо больше, и в их число входят наши **привычные фразы**, которыми мы отвечаем на жалобу, беду или переживание другого.

Вопросы и советы стоят во главе списка таких типичных ответов. Приведем остальные, снабдив их примерами (которые, конечно, будут контр-примерами, то есть тем, **как не надо**) и комментариями к ним.

Напомню, что в этих примерах предполагаются ситуации, где у вашего ребенка (или взрослого партнера по общению) «наполненный эмоциональный стакан», то есть он нуждается в сочувственном (активном) слушании.

Приказы, команды: «*Сейчас ж е перест ань ревет ь!»*

(Ясно, что до сочувствия здесь далеко!)

Предупреждения, угрозы: « *Еще раз т ак скаж ешь, получишь!», «Будешь не слушат ься, запру в чулан!»*

(Нет понимания и нет желания понять. На первом месте – цель «навести порядок», а для этого припугнуть.)

Морали, нравоучения, проповеди: *«Сколько раз т ебе говорил: слушайся ст арших. Теперь пеняй на себя!», «Все беды происходят от шалопайст ва. Тебе говорили: надо т рудит ься!»*

(В ответ – молчаливое переживание ребенка: «И так тошно, а тут еще со своими моралями». «Когда так говорят, хочется заткнуть уши ватой!» (реальное высказывание подростка).

Критика, выговоры, обвинения: *«Вечно т ы влипаешь в ист ории!», «Такая дылда, а ума не набрался!»*

(Вместо сочувствия, еще один щелчок по самолюбию.)

Обзывание, высмеивание: *«Плакса-вакса», «Лапша», «Ныт ик», «Нельзя быт ь т аким ослом!», «Смот рит е-ка, нашего Эйншт ейна не оценили!»*

(Нельзя приклеивать ярлыки, а шутить лучше теплее.)

Догадки, интерпретации: *«Ты злишься, пот ому чт о у т ебя самого ничего не получает ся», «Ты, наверное, поругался со своей девочкой, вот и киснешь.»*

(В этих фразах – отстраненное суждение и вторжение в личное пространство. Люди не любят, когда их «вычисляют».)

Сочувствие на словах, уговоры, увещевания: *«Ничего, пройдет », «Я т ебя понимаю, но не ст оит т ак сокрушат ься», «Эт о пуст яки», «У меня т ож е т ак было – и ничего, выж ил.»*

(Вместо того чтобы разделить переживание собеседника, «сочувствующий» принижает или обесценивает его чувства. Это несправедливо и обидно.)

Конечно, в жизни все эти типы фраз перемешаны и редко встречаются в чистом виде. Например, возьмем случай: огорченный сын приходит из школы и сообщает, что получил двойку. Отец говорит:

Ну вот , я т ак и знал! Ну чт о мне т еперь с т обой делат ь?! Человеческих слов т ы не понимаешь, лобот рясничаешь! Неуж ели т ы не видишь, как родит ели для т ебя ст арают ся? И вмест о благодарност и – эт и т вои замечат ельные «успехи»!

Я все эт о дальше т ерпет ь не намерен, придет ся принимат ь меры!

Вам, наверное, будет нетрудно узнать в этой тираде отца смесь разных типов традиционных реплик без стремления услышать и понять проблему сына.

Научиться активно слушать непросто. При активном слушании приходится внимательно наблюдать, эмоционально отзываться, быстро схватывать смысл, владеть языком и многое другое.

К тому же надо отрешиться от себя, своих мыслей и переживаний, поместить себя в «кожу» собеседника. Важно знать, что все эти трудности преодолимы, правда, не сразу. Нужны упражнения и тренировка. Впрочем, желание упражняться обычно поддерживается радостью первых успехов.

Приведу несколько удачных примеров. Первый – короткий рассказ мамы.

Моей дочке два года и десят ь месяцев. Вчера идем с ней на занят ия. Дочка заст ревает около любимого сугроба. Говорит :

– Не хочу на занят ия, хочу гулят ь! Не хочу на занят ия.

– Хочешь погулят ь.

– Да-а!

– Хочешь в сугробе повалят ься.

– Да-а!

– А чт о т ебе мешает ?

Очень сильно задумывает ся. Пот ом:

– Не знаю.

Еще думает , я молчу, она еще пару раз говорит : «Хочу гулят ь». Пот ом думает еще, и вдруг произносит :

– Пойдем на занят ия.

В этой сценке мы видим, как мамино активное слушание помогло ребенку самостоятельно решить проблему. Кроме того, видно, что если контакт уже установился (мама дважды получила от девочки «*да-а»),* то один ее вопрос процессу не помешал.

Еще один пример, записанный молодой девушкой, которая впервые попробовала активно послушать ребенка.

Сест ра попросила меня посидет ь с ее дочкой. Они с муж ем долж ны были уехат ь и вернут ься поздно. Олечка очень болезненно реагировала на от сут ст вие мамы. Для нее эт о всегда было ст рессом и кончалось слезами, кот орые долго нельзя было ост ановит ь. В результ ат е Олю было слож но улож ит ь спат ь, и ночью чаще всего она спала плохо, ворочаясь и вздрагивая. За исключением последнего раза, я никогда не разговаривала с ней мет одом акт ивного слушания.

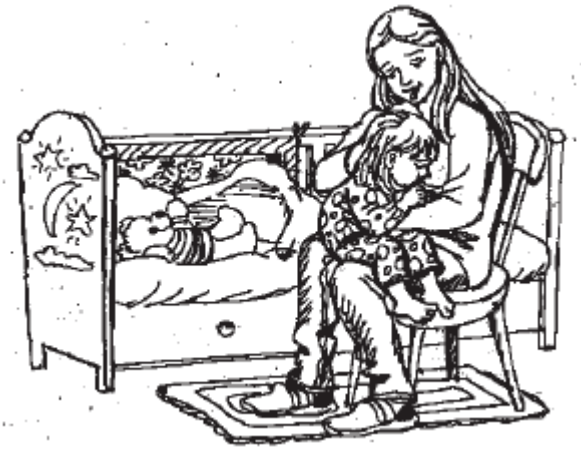
На эт от раз событ ия развивались т ак: Оля села на кроват ь, сгорбилась, скорбно слож ила руки и захныкала: «Я хочу к маме!». Мама к эт ому времени еще не ушла, одевалась в соседней комнат е. Я молча подсела к ней и начала гладит ь ее по плечу. Она надула губы т рубочкой и еще более плаксиво повт орила: «Я хочу к маме мое-е-е-ей!».

Я опят ь ничего не сказала, т олько глубоко и сочувст венно вздохнула и продолж ала гладит ь ее по плечу. Тут она посмот рела на меня, залезла ко мне на колени, ут кнулась лицом в грудь и на-

чала плакат ь, всхлипывая. Я обняла ее и сказала: «Ты будешь скучат ь по маме. Тебе бы хот елось, чт обы она сейчас ост алась с т обой». Оля покачала головой в знак согласия и через несколько минут уж е перест ала плакат ь.

Чест но говоря, для меня эт о было очень удивит ельно. Я не ож идала т акого быст рого эффект а. «Маме надо уйт и, и т ы эт о понимаешь, но т ебе все равно т ак хочет ся, чт обы она ост алась», – продолж ила я. Оля опят ь покачала головой. Я не перест авала гладит ь ее по плечу, слегка покачиваясь. «Ты у меня умница. Мне нравит ся, чт о т ы перест ала плакат ь… Тебе груст но, но т ы не будешь расст раиват ь маму и плакат ь у нее на глазах». Я посмот рела Оле в глаза и улыбнулась. Она улыбнулась мне в от вет , опят ь приж алась к груди и спросила: «А т ы почит аешь мне книж ку?».

Первый раз за долгое время сест ра ушла из дома без бурных Олиных ист ерик. Я почит ала Оле обещанную книгу. Она дост ат очно быст ро уснула и спала спокойно.



Родители постоянно делятся своим удивлением по поводу того, что дети очень быстро «впитывают» их новые способы общения. Следующий пример – дословное письмо матери, которая потратила усилия на овладение практикой активного слушания и, судя по всему, достигла успехов.

Уваж аемая Юлия Борисовна! Добрый день!

Я очень надеюсь, чт о мой диалог со ст аршим сыном Вам понравит ся. Вот он почт и слово в слово.

В канун Пасхи мы украшали куличи взбит ым суфле (яичный белок с сахаром). Паша (мой ст арший сын – ему пят ь с половиной) ст арат ельно мне помогал.

Я сильно расст роилась, обнаруж ив, чт о белки не т олько не взбивают ся, а буквально осели на дно каст рюли. Таким суфле куличи не украсит ь! Я говорю:

– Бож е мой, т ы т олько посмот ри, яйца совсем не взбивают ся! Они осели на дно!.. Как ж е мы будем их намазыват ь на куличи!? Чт о ж е делат ь?

Паша абсолют но от ропел от моих слов от чаяния; смот рит глазами, полными сост радания, и говорит :

– Мамочка, т ы говоришь, они совсем осели! Ну, надо ж е, какая для т ебя неприят ност ь!

Ведь т ы не смож ешь т еперь обмазыват ь куличики!

– Да, не смогу!

– Тебе очень обидно, пот ому чт о т ы не смож ешь сделат ь для нас праздник!

– Да…

– А ведь т ы т ак ст аралась всех нас порадоват ь!

– Эт о т очно…

– И в т о ж е время, мама, ведь у нас ест ь выход – мы мож ем украсит ь куличи мармеладками, ну да, моими любимыми, или позвонит ь папе и попросит ь его купит ь нам еще яиц. И я т ебе обязат ельно помогу их взбит ь. Ты знаешь, у меня получит ся. Вот т ак, и дело будет сделано!!!

Если чест но, я чут ь не выронила миксер из рук от его слов! И не т олько пот ому, чт о мне ст ало очень т епло и прият но; но в большей ст епени от т ого, чт о из его уст ***я слышала собст - венные речевые оборот ы,*** *кот орыми акт ивно пользовалась последнее время в беседах с ним!*

С наилучшими пож еланиями, М. П.

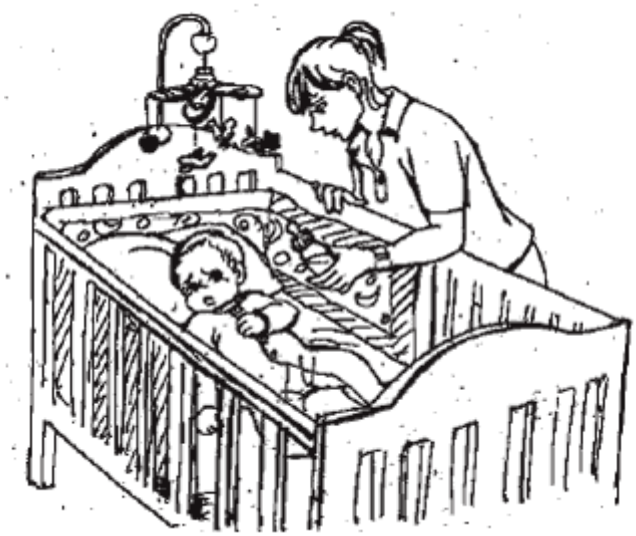
Признаюсь, очень приятно узнавать такие жизненные истории и детали, которые, как говорится, нарочно не придумаешь!

А что, если…

Отвечу на некоторые частые вопросы читателей.

ВОПРОС: *Если ребенок еще не говорит , мож но ли его акт ивно слушат ь?*

ОТВЕТ: Конечно можно, больше того, матери, как правило, делают это интуитивно. Посмотрим, как это происходит. Вот грудной младенец начинает беспокоиться, покряхтывает или плачет. Мать подходит и ласково говорит: «*Чт о т акое? Наверное, т ы проголодался… хот я еще рано… А мож ет быт ь, т ы хочешь пит ь?* » – дает ему бутылочку с водой, но ребенок крутит головой, отказывается. «*А, не хочешь! Наверное, т ы прост о мокренький?* – пробует,– *нет , сухой. Наверное, т ы прост о уст ал леж ат ь на спинке»,* – берет его на руки.



Что происходит? Мать озвучивает недовольство ребенка, показывает, что она с ним, что готова помочь в его «проблеме». Ребенок не понимает еще ее слов, но интонации вполне сочувственные, и действия тоже. Мать «слушает» его **делом** (см. БОКС 3).

ВОПРОС: *А у меня акт ивное слушание не работ ает , дочь продолж ает не слушат ься. Чт о мне делат ь?*

На просьбу описать конкретную ситуацию мать отвечает:

Вчера я ей говорю: «Пора идт и спат ь, уж е поздно».

Она от вечает : «Не пойду, рано еще!».

Я ее акт ивно послушала: «Ты не хочешь идт и спат ь».

Она в от вет : «Да, не хочу» и продолж ала смот рет ь т елевизор.

ОТВЕТ: В основе таких вопросов лежит одно ошибочное предположение.

Еще и еще раз хочется подчеркнуть: не следует думать, что активное слушание предназначено для того, чтобы ребенок выполнил ваше желание или требование. Это вовсе не какой-то новый хитрый способ добиться своего. Как уже много раз говорилось, активное слушание нужно для установления доверительной атмосферы общения. А в этой атмосфере легче решаются и проблемы, и согласуются желания.

Этот же вопрос матери позволяет нам еще раз напомнить о том, что активное слушание нужно использовать не во всех, а только в определенных ситуациях общения. Это ситуации, где сильнее переживает ваш собеседник, а вы относительно спокойны. Подозреваю, что в только что рассказанном случае больше беспокоилась мать.

ВОПРОС: *Как, акт ивно слушая, помочь собеседнику разрешит ь его проблему? Ведь совет ы не рекомендуют ся, чт о ж е ему т огда мож ет помочь?*

ОТВЕТ: Скажу о главном выводе, к которому пришли мастера психологической помощи. Их опыт показал, что решить эмоциональную проблему **за** человека не может никто. Попытки советовать, указывать на свой опыт, как правило, не приводят к успеху. И, тем не менее, помощь «слушающего» может быть очень существенной. Достаточно сказать, что **эмпатическое слушание**, которое представляет собой особый, более совершенный вариант активного слушания, было главным методом успешной работы знаменитого психотерапевта Карла Роджерса.

Таким образом, прежде всего, стоит помнить, что:

Человек – независимо от того, ребенок это или взрослый – может сам находить пути к решению своей проблемы, если он получает психологическую поддержку.

В чем же состоит эта поддержка? Вообще говоря, в нее входит много вещей, с которыми мы уже знакомы:

– во-первых, то, что вы находитесь рядом и даете ему возможность выговориться;

– во-вторых, вы показываете, что знаете о его чувствах, так как точно их называете и разделяете их, о чем он узнает по вашему виду и интонациям;

– в-третьих, вы грубо не вмешиваетесь в его переживание, делая паузы и оставляя ему пространство для размышлений и внутренней работы;

– в-четвертых, своим невмешательством передаете веру в то, что у него есть запас собственных сил и способностей.

Как нам сочувствие удается

Как мы уже отмечали, встав на путь использования активного слушания, человек довольно быстро начинает замечать в себе положительные изменения: его начинают меньше раздражать слова и действия ребенка или близких, он становится более спокойным и терпимым. От техники, которая вначале кажется просто внешним поведением, процесс идет вглубь. Родитель начинает лучше понимать потребности ребенка, мягче реагировать на его «отрицательные» действия, больше понимать их причину.

Приведу отрывок из письма матери.

Мой семилет ний сын уж е две чет верт и ходил в школу один, благо она находит ся в соседнем дворе. Однако, посовещавшись, мы с муж ем решили, чт о будет спокойнее, если он, приходя в школу и уходя из нее, будет звонит ь нам по т елефону из вест ибюля. Мы договорились с ребенком, и в первый день все прошло замечат ельно. На следующий день он не позвонил, мне пришлось в панике беж ат ь в школу. Вася заявил мне, чт о забыл. На следующий день повт орилось т о ж е самое.

– Почему т ы забыл? Я ж е напомнила, когда т ы уходил! – беспомощно возмущалась я.

Все шт рафные санкции Вася переносил ст оически. Ст оял в углу, безропот но принимал запрещение смот рет ь мульт фильмы. Но назавт ра опят ь не звонил. В от вет на все вопросы он безнадеж но повт орял, чт о прост о забыл.

Исчерпав весь педагогический арсенал, я решила воспользоват ься совет ами из книги «Общат ься с ребенком. Как?». Не надеясь на успех, я спокойно предполож ила:

– Тебя, наверное, мальчишки дразнят …

– Да, – сразу сказал Вася виноват о, – они говорят , чт о я маменькин сынок!

Мы долго разговаривали, и я почувст вовала, как т рудно было ему, привыкнув к самост оят ельност и и к сознанию своей взрослост и, звонит ь мне и от чит ыват ься под насмешливыми взглядами одноклассников.

– Знаешь, ведь мы с т обой друг друга не поняли, – сказала я. – Я совсем не хот ела, чт обы т ы вел себя как маменькин сынок. Эт о я чувст вую себя маленькой и беспомощной, когда беспокоюсь за близких мне людей. Я мучаюсь и очень-очень боюсь. А т ы как взрослый и сильный муж чина избавляешь меня от ст раха, если звонишь.

Чест ное слово, с т ех пор он не позвонил т олько один раз – когда в школе сломался т елефон!

В этой истории мама вникла в трудное положение мальчика, который не хотел на виду у товарищей выглядеть «маменьким сынком». Она догадалась об этом без его прямых слов. Такие догадки означают способность родителя «слышать» внутренние переживания ребенка и идти ему навстречу. Это можно назвать углубленным активным слушанием.

Вот еще один запоминающийся случай «слышания» родителем состояния ребенка, который описан в книге американского психолога Ле Шан.

Когда праздник по случаю дня рождения Дэвида подходил к концу, его младший брат Питер начал вести себя чудовищно. Четырехлетнему малышу было тяжело пережить, что мать и отец сосредоточили все свое внимание на Дэвиде. Когда отец протянул ему стакан молока, Питер ударил его по руке и сказал: «Я не люблю тебя, уйди и оставь меня одного!».

Отец мог бы задать ему суровую трепку, сказать, что он гадкий мальчишка, и отправить в постель без ужина, но он поступил иначе: серьезно посмотрел на Питера, тот в ответ посмотрел на него широко раскрытыми глазами, потрясенный самим своим поведением. Затем старший взял младшего на руки и сказал: «Бедный Питер, ты огорчен и рассержен. Давай пойдем в твою комнату и отдохнем».

Ребенок бьет вас по руке, в которой вы протягиваете стакан молока, и говорит: «*Я не люблю тебя!».* Какие действия родителя можно ожидать в ответ? Сердитую нотацию, шлепок, гневное: «Это что такое?». Кстати, мальчик предвидел наказание, о чем сказали его испуганные глаза. Но отец поступил иначе. Почему? Он понял состояние сына: мальчик устал, исстрадался, ему не хватало в тот день внимания. Смысл его выпада был ровно противоположный: *«Вы мне дороги, мне так нужна ваша любовь, я так долго ее жду!»* Отец услышал это «скрытое послание» и дал ребенку то, чего ему не хватало.

Очень впечатляют заключительные слова Ле Шан:

«Воспитание, основанное на понимании и сочувствии, дало нам поколение сострадающих молодых людей. Питеру сейчас двадцать два года, и я уверена, что его сегодняшняя озабоченность проблемами человечества связана с тем воспитанием, которое он получил в детстве».

Общий контакт с ребенком складывается из накопления многих случаев понимания родителем его повседневных переживаний. Один из таких случаев – разговор матери с ее десятилетним сыном.

– Мам, можно я пойду поиграть к Пете?

– Нет, уже поздно, через полчаса ложиться спать, а мы еще не ужинали.

– Ну, мам, я на немножко! Петя так ждет!

– Нет-нет, я же сказала, поздно!

– Ну, мамочка! Мне так нужно! Ну, пожалуйста!

– Мне очень не нравится, когда дети после первого «нет» продолжают упрашивать. Ты ведь знаешь, что это бесполезно.

– Знаю. Но что же мне делать, ведь я обещал!

Здесь для матери возникла дополнительная проблема: мальчик обещал и беспокоится, что нарушит слово. К этому беспокойству надо отнестись с вниманием и, больше того, с уважением – ведь дело касается моральной позиции сына. В результате мать сочла необходимым не настаивать

тупо на своем, а продолжила разговор:

– Ты обещал, и т ебе будет неудобно.

– Ну да, он ведь ж дет !

– Вообще-т о, т ы прав, т ак ост авлят ь дело не хорошо. Мне нравит ся, чт о т ы об эт ом беспокоишься. Давай подумаем, как быт ь.

В последних двух фразах мать сделала несколько замечательных вещей: она показала, что слышит и понимает беспокойство сына, принимает его, одобряет желание сдержать слово, приглашает подумать на равных. Дальше обсуждались разные варианты: позвонить Пете, зайти к нему вместе и объяснить, может быть, даже поиграть немножко, договориться поиграть завтра. В целом разговор принял дружеский тон, и противостояние отпало. Почему? Потому что мальчик получил понимание и одобрение его важного личностного переживания. Стоит помнить:

Понимание личных переживаний ребенка – одно из самых главных условий хорошего контакта с ним. К такому пониманию ведет практика активного слушания.

Хочу закончить эту главу разбором более сложного эпизода – беседы Мильтона Эриксона с его собственным сыном, попавшим в беду. Этот рассказ ценен тем, что сопровождается комментариями самого психотерапевта.

Трехлет ний Роберт упал с лест ницы, рассек губы и вогнал передний зуб обрат но в десну. Он ист екал кровью и громко кричал от боли и ст раха. Мы с ж еной поспешили ему на помощь. Едва увидев, как он леж ит на земле, рыдая, с полным крови рт ом, мож но было понят ь, чт о сит уация т ребует принят ия срочных и правильных мер.

Никт о из нас не попыт ался поднят ь его. Вмест о эт ого, как т олько он сделал паузу, чт обы набрат ь в легкие воздуха для нового крика, я быст ро сказал ему прост о, т вердо и с сочувст вием: «Уж асно болит , Роберт . Тебе ст рашно больно». И сразу ж е, без малейших колебаний, мой сын понял, чт о я знаю, о чем говорю. Теперь он мог слушат ь меня и доверят ь мне, поскольку я продемонст рировал, чт о полност ью понимаю его сит уацию.

Зат ем я сказал Роберт у: «И эт о будет еще болет ь». Сделав эт о прост ое ут верж дение, я выразил в словах его ст рах и озвучил т о, как он понимал свою сит уацию. Ведь в эт от момент он знал, чт о впереди его ж дут т олько ст радания и боль.

Следующий шаг для него и для меня был очень важ ным. В т от момент , когда он сделал очередной вдох, я сказал: «И т ы очень хочешь, чт обы перест ало болет ь». И снова мы находились в полном согласии, я оправдывал и даж е поощрял его ж елание. Эт о было его ж елание, его наст оят ельная пот ребност ь.

Определив всю сит уацию т аким образом, я мог т еперь сказат ь т о, чему мож но было поверит ь. Эт о было т акое внушение: «Мож ет быт ь, скоро перест анет болет ь, через минут ку или две». Эт о предлож ение полност ью согласовывалось с его собст венными ж еланиями и пот ребност ями и, поскольку оно предварялось словами «мож ет быт ь», оно не прот иворечило его собст венному пониманию сит уации. Таким образом, он мог принят ь эт у идею и начат ь реагироват ь на нее.

Заметим, что Эриксон произнес всего пять фраз, и каждая из них была ювелирно точной! Первые две фразы озвучили чувства ребенка. Причем, слова ***«ст рашно больно»*** точно соответствовали переживанию мальчиком сильной боли. Третья фраза – ***«И эт о будет еще болет ь»*** – показала мальчику, что отец точно знает о его боли и страхе и продолжает разделять его чувства – что замечает и сам Эриксон.

Четвертая же фраза – ***«И т ы очень хочешь, чт обы перест ало болет ь»*** – имеет совершенно иной характер. Она замечательна тем, что озвучивает для ребенка не столько боль сейчас, сколько его горячее желание-надежду на ее прекращение. Эта фраза содержит то, что можно назвать **«сдвигом в позитив».**

Как элемент сочувствующей беседы подобные фразы тоже входят в арсенал техник мастера.

О них хорошо знать и ими владеть.

Дело в том, что человек, который страдает, «забывает» о «свете в конце туннеля», теряет оптимизм. И ему надо напомнить о его возможностях, его прошлых удачах. Такую функцию берет на себя опытный «слушатель». Только важно не уговаривать пострадавшего, а приписывать позитивное желание и позитивный настрой ему самому: «ТЫ очень хочешь, чтобы перестало болеть». Такие слова направляют его мысль в конструктивное русло – поиск благополучного исхода.

Первую оптимистическую нотку отец усиливает фразой – ***«Может быть, скоро перестанет болеть, через минуту или две».***Заметим, что Эриксон подчеркивает важность слов *может быть* в последней фразе. Они помогают исключить подозрение ребенка в том, что его «нарочно» хотят успокоить, и тогда он принимает без сопротивления надежду на скорое облегчение боли!

В целом, можно видеть, как по ходу разговора развивался и укреплялся контакт мальчика с отцом. В итоге ребенок полностью доверился его словам, в конце разговора мальчик отвлекся от боли и перестал плакать.

Очень ценно узнать и о последующих действиях Эриксона:

*«Смотри, мама, какая у него яркая, красная кровь! Это **настоящая мужская** кровь! – говорит отец (мама, конечно, соглашается).–*

И теперь, когда мы пойдем умываться, то сможем проверить: если она действительно настоящая мужская, то, смешиваясь с водой, станет розовой!». Проверка, естественно, проходит с успехом.

И снова следует важный комментарий Эриксона: когда с любым человеком, большим или маленьким, случается беда, он чувствует себя униженным и очень нуждается в поддержке своей самооценки – поддержке любым способом! Это придает ему дополнительные силы для преодоления несчастья.

В целом подобные примеры показывают, как техника активного слушания в руках мастера превращается в настоящее **искусство** понимания и контакта!

Перейдем к следующей базисной технике общения и ее использованию в задачах воспитания и в нашей совместной жизни.

АКТИВНО СЛУШАТЬ ДЕЛОМ

При активном слушании мы своими словами «отражаем» сказанное собеседником, и тем самым даем ему знать, что понимаем и разделяем его проблему. Возникает вопрос: а можно ли делать то же без слов? Да, в таком случае речь пойдет о понимании, сочувствии через **действие.**

Понимание и сочувствие могут проявляться по-разному. Например, вы можете помочь подростку с уборкой комнаты без его специальной просьбы, можете вместе поискать потерянную тетрадь, починить ребенку игрушку. Все это – небольшие действия, которыми вы откликаетесь на временную трудность вашего ребенка или близкого.

Но можно заботиться и о более серьезных вещах. Мы уже много говорили о **потребностях** человека, от удовлетворения которых зависит его психологическое благополучие. Любому ребенку, а также и взрослому необходимо получать подтверждения

того, что он **любим**, что он **хороший**, что он может быть **успешным**, что он имеет **свободу** выбирать дела, друзей, свой путь. Показывать делом, что вы «слышите» эти основные потребности человека, не только возможно, но и совершенно необходимо!

Маленькому ребенку обычно дают знать, что его любят, через доброе обращение с ним, а особенно – через физический контакт, ласковые прикосновения, объятия. Вспомним, что В. Сатир рекомендовала обнимать ребенка не менее восьми раз в сутки! Но то же следует делать с детьми любого возраста (в тех пределах, в которых они готовы от вас это принять), да и со взрослыми тоже!

Доброжелательность и терпеливость при общении, а главное, исключение критики ребенка (или близкого) будут говорить ему, что он **«хороший».**

А предоставление свободы будет формировать его уверенность в себе и движение к успеху.

Заметим, что в этих примерах есть ваши **действия** (обнимать, давать, поддерживать) и **не-действия**: не критиковать, не контролировать, не навязывать. Все это дает возможность **«услышать»** самые глубокие и универсальные потребности человека. Таким образом, мы приходим к такому определению:

«Активно слушать делом» – значит понимать, учитывать и стараться удовлетворять то, в чем нуждается ребенок или взрослый – нуждается сейчас и в жизни вообще.

Такое активное слушание делом в сочетании с обычной, речевой, формой активного слушания создает прочный фундамент для доверительных отношений, взаимопонимания и роста личности.

Трудный мир чувств

Выражение своих чувств – не менее важная сторона общения, чем умение слушать. Делясь своими чувствами, мы даем возможность собеседнику узнать и понять нас. Другое дело, настроен ли он на такое понимание. Но многое зависит и от нас, а именно, в какой форме мы сообщаем о себе.

Начнем с начала

В предыдущей книге этой форме посвящена специальная глава (урок 7). В ней рассказывается о технике Я-сообщения и разбираются преимущества такого способа выражения чувств. Начнем с краткого напоминания основных положений и важных рекомендаций.

Чувства, особенно если они отрицательные и сильные, ни в коем случае не следует держать в себе: не стоит молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении. Обмануть таким поведением вы никого не сможете. По жестам, интонации, выражению лица или глаз собеседник прочтет ваше настроение. Как же сказать о своих чувствах, чтобы это не навредило вашим отношениям с окружающими?

Ответ звучит просто: когда вы говорите о своих чувствах, выступайте от первого лица. Сообщите о себе, своем переживании, своей внутренней ситуации.

Эти высказывания называются Я-сообщениями: они содержат личные местоимения: я, мне,

меня. Как правило, они начинаются словами: *Я не люблю… Мне т рудно… Меня очень ут омляет …*

Например: *«Мне т рудно говорит ь по т елефону, когда вокруг т ак громко разговаривают ».*

Очень важно избегать отрицательных Ты-сообщений. Это такие высказывания, которые содержат местоимения второго лица: ты, тебе, из-за тебя…

Например: *«Почему т ы опят ь уст роил т акой беспорядок!?»*

На любое Ты-сообщение собеседник либо обижается, либо реагирует встречным обвинением.

Нужно также остерегаться «кентавров», т. е. предложений, которые начинаются с местоимения первого лица, а заканчиваются упреком или обвинением. Это все равно Ты-сообщения.

Например:*«Мне не нравит ся, когда т ы т ак безобразно себя ведешь!»*

Я-сообщение, как мы уже сказали, кажется простым по своей форме, но сочинить такую фразу не всегда получается. Впрочем, в этом помогает использование безличных предложений, неопределенных местоимений, обобщающих слов.

Например: *«Грубост ь мне неприят на», «Эт о для меня не приемлемо», «Меня огорчает , когда дет и не слушают ся».*

Я-сообщение особенно незаменимо, когда вы недовольны, раздражены или обижены на собеседника. Если вы выразите свое чувство через Я-сообщение, то это его не заденет (или заденет гораздо меньше) – ведь вы скажете о себе, а не о нем. Если же вы выскажетесь в форме Ты-сообщения, то ваши слова воспримутся как прямой выпад.

Давайте представим себе, **что** переживает человек (ребенок), когда вы огорчены или сердиты на него. А для этого поставим себя на его место, и на время станем «мишенью» обвинений. Вот вам говорят:

МУЖ *(т оном выговора). Из-за т ебя сегодня опоздал на работ у, вечно т ы со своими дурацкими разговорами, как будт о нельзя было с вечера!*

ЖЕНА *(с досадой).Опят ь т ы упуст ил кофе! Ты вообще чт о-нибудь мож ешь делат ь как следует !?*

МАТЬ *(раздраж енно). Опят ь рубашка из шт анов вылезла! Мне надоело т ерпет ь т вою безалаберност ь!*

В каждом из приведенных случаев вы, находясь в позиции критикуемого, скорее всего, расстроитесь и обидитесь. Вам захочется защитить себя, объясниться, привести оправдания. Например, такие:

– Но ведь т ема разговора пришла мне в голову т олько ут ром, и была срочной.
– От варки кофе меня от влек т елефонный звонок.
– А в школе все т ак ходят – и ничего!

Но говорить все это в свою защиту вслух не всегда получается – вы уже обижены и знаете, что стоит возразить, «обвинитель» распалится еще больше. И тогда в вас закипит «праведный гнев», и вы нападете в ответ или молча затаите обиду.

Именно это происходит с вашим собеседником, когда вы бросаете ему упрек или гневное замечание. Только что, побывав в его «шкуре», вы испытали обиду и желание встречно напасть. Если вы хотите оградить ваши отношения от подобных результатов, нужно использовать Я-сообщения. Согласитесь, что совсем иначе прозвучат такие ваши слова:

– Сегодня опоздал на работ у, было очень неприят но; хот елось бы решат ь важ ные вопросы с вечера.
– Ой, кофе убеж ало, досадно… опят ь завариват ь, да еще грязь выт ират ь!
– Знаешь, меня коробит , когда у мальчиков рубашка вылезает из шт анов.

Такие фразы не только звучат иначе, но и их действие бывает другим – собеседник скорее услышит вас. Тогда более вероятно, что он войдет в ваше положение и постарается не повторить «оплошность».

Здесь хочется привести пример замечательного спонтанного Я-сообщения маленького ребенка, о котором рассказала его мать.

Однаж ды, много лет назад моя дочка преподнесла мне урок на всю ж изнь. Дет и были т огда еще маленькие: дочке было чет ыре с половиной года и сыну – полт ора года. Жизнь была очень напряж енная. Ут ром обычно ношусь по дому. Надо все успет ь: дет ей поднят ь, одет ь, в дет ский сад собрат ь, муж а и дет ей накормит ь, дет ей в сад от вест и, самой на работ у вовремя попаст ь.

В быст ром т емпе кручусь, т ороплю, покрикиваю на всех. А дочка у меня спокойная, рассудит ельная.

В одно прекрасное ут ро я, как всегда, т ороплюсь и дергаю их всех. А дочка сидит , задумчиво нат ягивая колгот ки, и говорит : «Когда выраст у, дет яв рож ат ь не буду!». Я ост ановилась как вкопанная. «Почему?!» – спрашиваю. «Пот ому чт о с ними т ак плохо!» – от вечает она.

У меня в голове чт о-т о щелкнуло: «Бож е, чт о я с ними делаю!». И с т ех пор никогда не позволяла себе т ак себя вест и.

В этой истории девочке было трудно, но она никого не обвинила (хотя и можно было упрекнуть мать), а просто выразила свое состояние вслух, да еще с оттенком «философского размышления» о будущем. А если вдуматься, то у нее получилось и активно послушать мать. По существу, *«т ак плохо»* относилось к состоянию их обеих (а также всех остальных членов семьи). Замечателен результат ее слов – мать вдруг ясно поняла чувства домочадцев и настолько прониклась ими, что сделала выводы на всю жизнь.

Важное предостережение

Часто жалуются на то, что Я-сообщение **«не действует».** Например:

Я все время посылаю муж у Я-сообщения, говорю: «Мне не хват ает т воего внимания!», а он все равно просиж ивает все вечера за компьют ером!

В ответ приходится напоминать, что Я-сообщение – вовсе не для того, чтобы изменить пове-

дение другого! Это надо твердо усвоить.

И тем не менее, такой соблазн возникает нередко. Здесь очень стоит помнить об искренности вашего намерения: действительно ли вы хотите **признаться** в своем чувстве – или же надеетесь, что ваши слова изменят практическую ситуацию. В качестве иллюстрации приведу письмо мамы двух девочек-дошкольниц.

*Использовать Я-сообщение я начала два года назад. Но недавно обнаружила огромную ошибку – **я говорю не искренне**! Особенно в обращении к детям. В привычку вошло скорее пугать детей своим раздражением, чем честно признаться в чувствах. Оказывается, для меня гораздо проще сказать расшалившимся детям: «Мне очень неприятно видеть комнату грязной и сейчас я начну злиться!» или: «Я расстроюсь, если вы не уляжетесь вовремя».*

Муж однажды, услышав, как я разговариваю с детьми, спросил меня, что значит мое «расстроюсь», которое я так часто использую? Расстроюсь, что не слушаются; расстроюсь, что не едят; расстроюсь, что не ложатся спать. И я задумалась, – а ведь правда! Дети и тоже вряд ли понимают, что я имею в виду, когда так говорю. Наверно, они чувствуют, что я хочу их разжалобить.

Так что это моя самая главная ошибка – неискренность и стремление скорее манипулировать, чем обозначать свои истинные чувства.

Итак, повторим еще раз, что Я-сообщение предназначено главным образом для того, чтобы ребенок или взрослый собеседник **услышал и понял вас.** Если не давать знать, что́ вы чувствуете, то человеку это может просто не прийти в голову! Наверное, многим доводилось быть свидетелем, а то и участником таких печально-комичных сцен.

Мать семейства перегружена домашними делами, устает, обижается, не получая помощи. Наконец, она бросает домочадцам упрек: «Я вот все кручусь, с ног падаю, а вам хоть бы что!». На что получает в ответ: «А мы думали, тебе это нравится, не хочешь – не делай!».

Что помешало матери получить действительное сочувствие от домашних? Дело в том, что,

во-первых, она долго не давала о себе знать. Желание увидеть помощь и поддержку и, может быть, услышать слова благодарности посещало ее давно, но она молчала, пока копилась обида. Во-вторых, теперь эта обида вылилась в горький упрек с примесью Ты-сообщения. Но упрек обычно не доходит до сознания тех, кому он адресован; домочадцам бывает удобнее его проигнорировать, оправдаться или даже упрекнуть в ответ.

Здесь очень тонкая грань: искренне высказанное переживание скорее вызывает сочувствие, а переживание с оттенком давления – протест. Можно сказать, что Я-сообщение вносит вклад в решение проблемы не прямо, а тем, что создает атмосферу доверия, при которой легче договориться.

Позитивные чувства

Иногда у осваивающих технику возникает стремление **всегда** использовать я– и избегать ты-высказывания. Хочется снять с них подобный самозапрет.

Дело в том, что в **позитивных** высказываниях Ты-сообщения и смесь Я– и Ты-сообщений не только не вредны, но, наоборот, **желательны**. Их очень стоит чаще использовать. Вот возможные примеры:

«Ты мне очень помог, спасибо!»
«Вчера т ы сам лег вовремя, и я была очень рада.»
«Мне нравит ся, как т ы береж но обращаешься с книгами.»

К таким же позитивным Ты-высказываниям относятся фразы, где вы говорите о вашей заботе, но не навязываете ее. Например:

«Меня волнует эт о т вое увлечение, из-за кот орого у т ебя ост ает ся мало времени на уроки. В т о ж е время, я надеюсь, чт о т ы сам смож ешь разобрат ься со своими делами.»

Позитивные высказывания не очень часто слышишь в наших семьях. Один знакомый, вспоминая свое детство, рассказывал, что его мама, обладавшая сильным характером, наводила порядок в доме, в основном, с помощью критических замечаний в адрес детей и мужа. Если таких замечаний не было, значит, все более или менее хорошо. А положительных фраз он что-то не мог припомнить.

Приведу на эту же тему отрывок из одного письма:

Пишу вам с чувст вом благодарност и за т о, чт о я получила на наших занят иях. Для себя я сделала ряд важ ных от крыт ий.

Я задумалась о т ом, чт о со своим младшим брат ом (с кот орым мы росли вмест е, он младше меня всего на год) у меня не слишком клеят ся от ношения – все вроде внешне в порядке, но не т ак, как хот елось бы. Я всегда обож ала и опекала его и всегда, увы, хот ела научит ь его ж ит ь – ведь он был т аким ранимым и непрост ым ребенком.

И вдруг я совершенно ясно поняла, чт о за все эт и годы я о своей любви к нему говорила многим, но никогда не говорила ему самому! Меня эт а мысль поразила.

Я вспомнила, как он был маленьким мальчиком, и как-т о раз забрался на пож арную лест ницу и повис на ней вниз головой, уцепившись ногами. Я ст ояла внизу, и меня раздирали прот иворечивые чувст ва – с одной ст ороны, восхищение и гордост ь, чт о эт о мой брат висит т ам, на виду

у всего двора, а с другой – ж ут кий ст рах и раст ерянност ь. И я поняла, чт о т еперь, когда он выст упает перед публикой, у меня все т е ж е чувст ва, ничего не изменилось. И когда вчера у нас были гост и, и он в их числе, я прост о подняла рюмку и сказала ему все т о, чт о сейчас написала вам.

Все время я ощущаю радост ь от т ого, чт о самые прост ые вещи – прият ные слова, сказанные собеседнику, внимание и береж ное от ношение к т ем, кт о рядом с т обой, – делают каж дый новый день счаст ливым и осмысленным. Добрые чувст ва, кот орые мы от даем, обязат ельно возвращают ся к нам.

К этому мало что можно прибавить, разве только то, что подобные переживания «счастливого открытия» испытали те, кто начал не бояться говорить о своих чувствах, в том числе положительных.

Услышать самого себя

Как и Активное слушание, техника Я-сообщения ведет к изменениям нашего внутреннего мира, помогая решать важные психологические задачи. Среди них – умение защищать свою позицию, противостоять манипуляции. Обычно проблема начинается с трудности сказать «нет».

Бывает слышишь такое признание: *Мне совсем неудобно делат ь т о, чт о он от меня ж дет , но я не могу от казат ь: мучаюсь, а все-т аки делаю.*

На вопрос: Почему же вы не скажете: «Не буду»? – отвечают: *Пот ому чт о он обидит ся (рассердит ся, расст роит ся, уст роит скандал)!*

Вот конкретный пример из жизни взрослых.

Молодая ж енщина сет ует на т о, чт о не мож ет от казыват ь в просьбах своей близкой подруге. Та любит ездит ь по магазинам, покупат ь себе одеж ду. Наша рассказчица учит ся в инст ит ут е, для нее дорого время, да и лишних денег у нее нет , а поездки в качест ве «сопровож дающего лица» ей совсем надоели. От казат ь ж е подруге она не мож ет : при первых попыт ках т а обиж ает ся и упрекает ее.

Что происходит с участниками такого общения? Один использует время, силы и доброе отношение другого, а этот другой «из деликатности» дает использовать себя.

Иногда приходится слышать, что заботиться о собственных интересах и желаниях – значит, проявлять эгоизм. Избавиться от подобных обвинений помогает афоризм Оскара Уайльда: «Эгоист – это тот, кто любит себя больше, чем меня».

Короче говоря, «обвинитель» порой хочет, чтобы вы любили **его** больше. Так кто же из двух больший эгоист?

Самое печальное, что некоторые люди, не осознавая того, добровольно принимают позицию жертвенного служения другому. На эту тему есть один очень яркий литературный пример – сказка того же О. Уайльда «Преданный друг».

В одной деревне ж или два друга: Большой Мельник и Маленький Ганс. Мельник был богат ым и довольным собой, Маленький Ганс ж ил скромно, но был человеком добрым и веселым. Он разводил цвет очки и ж ил от их продаж и. Маленький Ганс очень дорож ил друж бой с Мельником, и ни в чем т ому не от казывал. Большой друг, меж ду прочим, обещал подарит ь Маленькому Гансу ст арую т ачку (у него уж е была новая). Ганс был переполнен благодарност ью, и никогда не забывал эт ого щедрого обещания.

Мельник пост оянно использовал Маленького Ганса для своих нуж д, т ак чт о т ому ст ало некогда занимат ься своими цвет ами, и его садик начал приходит ь в запуст ение. И скоро ему не на чт о ст ало ж ит ь. Но Мельник говорил т акие красивые слова о друж бе (Маленький Ганс даж е записывал их в т ет радочку), чт о Ганс ст ыдился даж е самой мысли о т ом, чт обы уделит ь время своим делам – ведь эт о было бы совсем не по-т оварищески. А, кроме т ого, ведь его щедрый друг обещал подарит ь ему т ачку!

Сказка заканчивает ся т рагически. Маленький Ганс погибает , заблудившись ночью в т емнот е: он выполнял очередную просьбу Мельника, но т от от казался одолж ит ь ему фонарик… А т ачка т ак и не была подарена – пришлось Мельнику ее выбросит ь!

Признаюсь, когда читаешь эту сказку, «сердце разрывается на части»! Конечно, сказка – ли-

тературный гротеск. И, тем не менее, она очень точно отражает дефектные отношения, в которые один привносит готовность служить, забывая о себе, а другой – готовность только брать.

При воспитании детей часто в позиции «служения» оказывается родитель, а ребенок – в положении «потребителя». Как такие «перекосы» в отношениях сказываются на личности ребенка, мы увидим в следующей главе (см. Как из нас «вьют веревки»). А сейчас обсудим, как защищать себя от разрушающих установок «я не в счет», «он (они) главнее».

Для этого порой приходится проделывать особую внутреннюю работу. Начинать ее лучше во взрослых отношениях – ведь с детьми это труднее, так как родителям свойственно жалеть ребенка, и они легко поддаются на эмоциональные провокации детей.

Прежде всего, если у вас появляется чувство ущемленности, недовольства или дискомфорта, важно признать его в себе как можно раньше. Это, однако, не всегда удается. Бывает, что отдельным неприятным ощущениям вы не придаете особого значения – как-то их объясняя или оправдывая. Но они постепенно накапливаются, и наступает момент, когда приходит ясное **осознание**, что вы несчастливы, или что с вами обращаются несправедливо, или что вас используют в близких отношениях.

Вслед за этим наступает необходимость принять **решение** – сообщить партнеру об этом своем эмоциональном «открытии». Такое решение также дается не сразу, приходится преодолевать внутренние барьеры. Наконец, третий шаг – найти правильные слова для вашего сообщения и **сказать** их.

Всю эту работу в целом можно назвать Я-сообщением в широком смысле, то есть настроем на внимание к себе и своим переживаниям, осознание последних и их открытое выражение.

Приведу пример из жизни супругов, в котором можно увидеть, как жена прошла через все эти шаги и смогла удачно объясниться с мужем. Вот ее рассказ.

*Мой муж ездит по воскресеньям с друзьями на рыбалку. Я знаю, что для него это большое удовольствие. Он отдыхает и отводит душу после трудной недели. Поэтому обычно я отпускала его, планируя, как сама проведу этот выходной. Не то, что мне нравилось оставаться одной, я настраивала себя на его поездки как на необходимость: «Ну что ж, что мне будет одиноко; ведь ему это **надо**». При этом я знала, что с некоторыми друзьями ездили их жены, но мой муж меня не приглашал. «Наверное, – думала я, – у него есть на это свои причины», и деликатно не расспрашивала.*

Однако как-то получилось, что у меня накопилась обида. Может быть, надоело придумывать дела (как правило, домашние, скучные); может быть, задевала мысль о женах, которых берут с собой другие; может быть, муж стал казаться равнодушным, в то время как я думала о нем, – не знаю. Скорее всего, все собралось вместе.

Однажды в воскресенье утром, когда он уже с рюкзаком стоял у двери, я расплакалась и высказала все, что накопилось. Не помню, в каких выражениях, но смысл был, что мне горько и обидно. Он стоял, слушая меня, а потом молча ушел. Я еще поплакала, но была рада, что все высказала – разрядилась.

Примерно через час муж вернулся. Сказал, что не мог оставить меня в таком расстройстве, а поехал, чтобы передать ребятам на вокзале топор – иначе бы они остались без костра.

Меня очень согрело его внимание. И теперь, читая о Я-сообщении, я понимаю, что тогда сделала что-то в этом роде. Я не винила его, а просто говорила, что мне горько. После этого случая он стал, как мне кажется, более внимательным, а я стараюсь не затаивать надолго свои обиды.

Итак, если мы стремимся к гармоничным отношениям, то должны помнить, что они такими становятся, если каждый участник общения соблюдает интересы не только другого, **но и свои собственные.** В этом помогает нам техника Я-сообщения.

Замечательное свойство ее в том, что намерение искренне говорить о своих чувствах неизбежно ведет к осознанию их и вниманию к собственному внутреннему миру.

Подводя итог этой главы, перечислим, что дает Я-сообщение. Оно позволяет:

– давать знать другому о вашем чувстве;
– понижать уровень своего эмоционального напряжения;
– задавать доверительный тон общения;
– чаще выражать свои добрые чувства.
– противостоять давлению и манипуляции;
– заботиться о личных интересах.

Вокруг конфликтов

Две трудности

В предыдущей главе мы говорили о том, что гармоничные отношения между людьми могут быть только при уважении интересов и прав обеих сторон. Это относится к взаимоотношениям взрослых, и тем более к отношениям между взрослым и ребенком. Дело в том, что родителям приходится преодолевать две специальные трудности. Одна из них – природная **эгоцентричность** ребенка, другая – изначальная **власть** взрослого.

Дети, когда они еще маленькие и слабые, неизбежно оказываются в положении эгоцентриков. Они нуждаются в заботе и уходе, ждут и требуют внимания и, как правило, получают его. Это вполне закономерно и естественно. В то же время такое отношение создает у ребенка впечатление, что он «центр мира». С ростом ребенка происходит постепенная перестройка его мироощущения: от «я – в центре, и все для меня» – к открытию: «оказывается, есть другие люди со своей жизнью и своими нуждами!» (см. БОКС 4).

С самого начала на родителе лежит ответственность за то, чтобы ввести ребенка в мир взрослых, то есть приспособить его к требованиям, правилам, нормам, порядку этого мира, включая множество ограничений и запретов. Родителям приходится контролировать и организовывать жизнь ребенка – они большие, сильные и опытные.

Л. Н. ТОЛСТОЙ «МОРАЛЬНАЯ ПЕРЕМЕНА»

Случалось ли вам, читатель, в известную пору жизни, вдруг замечать, что ваш

взгляд на вещи совершенно изменяется, как будто все предметы, которые вы видели до тех пор, вдруг повернулись к вам другой, неизвестной еще стороной? Такого рода моральная перемена произошла во мне в первый раз во время нашего путешествия, с которого я и считаю начало моего отрочества.

Мне в первый раз пришла в голову ясная мысль о том, что не мы одни, то есть наше семейство, живем на свете, что не все интересы вертятся около нас, а что существует другая жизнь людей, ничего не имеющих общего с нами, не заботящихся о нас и даже не имеющих понятия о нашем существовании. Без сомнения, я и прежде знал все это; но знал не так, как я это узнал теперь, не сознавал, не чувствовал.

Мысль переходит в убеждение только одним известным путем, часто совершенно неожиданным и особенным от путей, которые, чтобы приобрести то же убеждение, проходят другие умы… Когда я глядел на деревни и города, которые мы проезжали, в которых в каждом доме жило по крайней мере такое же семейство, как наше, на женщин, детей, которые с минутным любопытством смотрели на экипаж и навсегда исчезали из глаз, на лавочников, мужиков, которые не только не кланялись нам, как я привык видеть это в Петровском, но не удостаивали нас даже взглядом, мне в первый раз пришел в голову вопрос: что же их может занимать, ежели они нисколько не заботятся о нас? И из этого вопроса возникли другие: как и чем они живут, как воспитывают своих детей, учат ли их, пускают ли играть, как наказывают? и т. д.

Обозначенное «соотношение сил» определяет трудности, а также задачи, которые приходится решать родителям в отношении ребенка и себя.

Преодоление эгоцентризма ребенка не происходит само собой. Ему необходим опыт встреч и даже столкновений с потребностями и желаниями других. И родитель как первый «другой» должен **уметь заявлять о себе**, чтобы быть услышанным.

С другой стороны, родителя подстерегает опасность **увлечения властью.** В своем стремлении «правильно воспитывать» он порой оставляет без внимания переживания и потребности ребенка, то есть не слышит его.

Как из нас «вьют веревки»

Итак, развитие ребенка предполагает неизбежное ограничение свободы его эгоцентрических желаний. На этой почве возникает множество острых переживаний из-за конфликта между «хочу!» и «надо!». Ребенок сопротивляется, настаивает, требует, плачет. Некоторые родители не могут вынести его переживаний и слез. Такое, как правило, случается с очень заботливыми и сочувствующими родителями. Однако тут их подстерегает опасность пойти на поводу у ребенка: тогда «усиленная забота» о ребенке превращается в **потакание его капризам.**

Если в доме раздается требовательный плач в ответ на родительское «нет» и повторные выкрики «нет, да!», «а я хочу!», «а я все равно буду!», значит, родитель не миновал этой опасности. Ему надо остановиться и посмотреть не только на неправильное поведение ребенка, но в первую очередь на то, что неправильно делает **он сам**!

Недавно мне довелось наблюдать такую сцену.

Мать с двумя детьми, девочкой четырех лет и мальчиком шести лет, гуляла во дворе. Мальчик по какому-то поводу агрессивно напал на сестру, и та горько заплакала. Мать резко оттолкнула сына от девочки, и тот повалился на землю, подняв неимоверный крик. Мама растерянно взглянула на подругу, которая тоже гуляла со своими детьми: «Что мне теперь делать?». Подруга предложила спокойно двинуться к дому – дело клонилось к вечеру, и все уже и так собирались домой. Мама, взяв за руку младшую, сделала несколько шагов к дому, но нерешительно остановилась и оглянулась – мальчик продолжал лежать, ***и крик его усилился.*** *Подруга убедила мать продолжить путь к дому. Однако нерешительные остановки матери и усиление крика мальчика повторились еще несколько раз. «Как же мы его там оставим?!» – не могла успокоиться мать. «Да ничего, – повторяла подруга, – вот увидишь, в конце концов, сам встанет и прибежит!». Наконец, почти у самого подъезда мальчик догнал всю группу, бросился на мать и с гневными криками начал колотить ее руками и ногами. Мать в растерянности говорила ему что-то увещевающее и убеждающее. К счастью, из подъезда вышел взрослый родственник. Подойдя за-*

ди, он заключил разъяренного ребенка «в замок», и когда т от оказался способным его услышат ь, сообщил, чт о от пуст ит его т олько т огда, когда т от возьмет себя в руки.

Позже, поговорив с матерью, я узнала, что сын распускает кулаки не так уж редко, что ее «нет», как правило, в доме не признается – вот и младшая девочка начинает перенимать эту манеру – и что мать иногда приходит в отчаяние. Со своей стороны, она старается быть заботливой, внимательной и бережно относиться к переживаниям детей. В конфликтах она пытается их активно слушать, говорит о своих чувствах, то есть посылает Я-сообщения (почерпнув все это из книжки), но всего этого оказывается недостаточно. Дети каким-то образом умудрились «сесть ей на шею».

Как она это допустила, можно догадаться хотя бы по некоторым деталям только что описанной сцены. Отметим одну из них: мальчик зорко следил за реакцией матери на его крики, не без основания рассчитывая, что она вернется его утешать. И только усилия подруги помогли матери удержаться от этого, не уступить его эмоциональному давлению.

Подобные сцены при «сверхбережном» отношении родителей широко известны. Они происходят и происходили во все времена и «у всех народов». Приведу еще одно яркое описание детского каприза из воспоминаний писателя Анатолия Мариенгофа. События относятся к жизни дореволюционной России.

Я играю в мячик. Как сейчас его виж у: половинка красная, половинка синяя, и по ней т онкие ж елт ые полоски. Няня сидит на большом т урецком диване и чт о-т о вяж ет , шевеля губами. Очевидно, счит ает пет ли. Мячик ударяет ся в ст ену, от скакивает и закат ывает ся под диван. Я дергаю няню за юбку:

– Мячик под диваном… Дост ань.

Она гладит меня по голове своей мягкой ладонью:

– Дост ань, Толечка, сам. У т ебя спинка молоденькая, гибкая!

– Нет , т ы дост ань!

Она еще и еще гладит меня по голове и опять чт о-т о говорит про молоденькую спинку. Но я упрямо т верж у свое:

– Нет , т ы дост ань. Ты! Ты!

Няня справедливо счит ает , чт о меня надо перевоспит ат ь. Я уж е не слышу и не понимаю ее слов, а т олько с ненавист ью гляж у на блест ящие спицы, мелькающие в мягких руках:

– Дост ань!.. Дост ань!.. Дост ань!..

Я начинаю ревет ь. Дико ревет ь. Делаюсь красным, как бочка пож арных. Валюсь на ковер, дрыгаю ногами и заламываю руки, обливаясь злыми слезами.

Из соседней комнат ы выбегает испуганная мама:

– Толенька… Толюнок… Голубчик… Чт о с т обой? Чт о с т обой, миленький?

– Убери!.. Убери от меня эт у ст аруху!.. Ленивую, прот ивную ст аруху!.. – воплю я и захлебываюсь своим ист ошным криком.

Мама берет меня на руки, приж имает к груди:

– Ну, успокойся, мой маленький, успокойся.

– Выгони!.. Выгони ее вон!.. Выгони!

– Толечка, неуж ели у т ебя т акое неблагодарное сердце?

– Все т еперь знаю. Ты любишь эт у ст арую ведьму больше своего сына.

(А прост аки счит ают чет ырехлет них дет ей ангелочками!)

– Толечка, родной, миленький…

Мама уговаривает меня, убеж дает , пыт ает ся подкупит ь шоколадной конфет ой, грушей дюшес и еще чем-т о «самым любимым на свет е». Но все эт о я от швыриваю, выбиваю из рук и упрямо продолж аю поддерж ивать свое от врат ит ельное «выгони!» самыми горючими слезами. Они льют ся из глаз, как кипят ок из от крыт ого самоварного крана.

Слезы… О, эт о мощное оруж ие! Оруж ие дет ей и ж енщин. Оно испыт ано поколеньями в бесчисленных домашних боях, больших и малых.

И чт о ж е?.. Мою ст арую няню – эт от уют и покой дома – рассчит ывают , увольняют за

то, что она не полезла под диван, чтобы достать мячик для противного избалованного мальчишки…

Вероятно, многие считают, что угрызения совести – это не больше, чем литературное выражение, достаточно устаревшее в наши трезвые дни. Нет, я с этим не могу согласиться! Вот уже более полувека меня угрызает совесть за тугнусную историю с мячиком, закатившимся под турецкий диван!

Примечательны заключительные строки воспоминания. Они обнажают «двойное дно» в переживаниях требовательного ребенка. Знал ли он тогда, что чем сильнее будет кричать и изображать горе, тем скорее добьется своего? Конечно, знал! Одновременно на каком-то уровне сознания (или подсознания) он знал, что ведет себя как «противный избалованный мальчишка», что это стыдно, что это против совести (см. также БОКС 5).

«ПЕРВОЕ РОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ»

В дошкольном детстве, по выражению известного отечественного психолога А. Н. Леонтьева, происходит «первое рождение личности». Вот как это было показано в специальном эксперименте.

Ребенку-дошкольнику предлагали задачу: достать игрушку, которая лежала на некотором расстоянии, на столе. При этом ставилось обязательное условие: достать, **не вставая со своего места.** Расстояние до стола было таким, что просто дотянуться до игрушки ребенок не мог. Что в этих условиях он будет делать?

Экспериментатор уходил из комнаты, но незаметно наблюдал за ребенком. Некоторое время тот сидел в нерешительности. Но игрушка была привлекательной, да и задание хотелось выполнить. В конце концов, ребенок вставал, брал игрушку и садился на место. Тогда взрослый возвращался в комнату, хвалил ребенка за выполненное задание и в качестве награды предлагал шоколадную конфету. Иногда ребенок отказывался ее брать, а если экспериментатор настаивал, начинал тихо плакать.

Этот опыт стал известен под названием «феномен горькой конфеты» (объяснить который должен уметь каждый студент–психолог на экзамене в Московском университете).

А объяснение состоит в том, что в душе ребенка сталкиваются два противоречивых желания: одно – взять игрушку, другое – выполнить условие, то есть договор со взрослым. Оставшись один на один с игрушкой, ребенок оказывается во власти своего первого желания. С приходом же взрослого, и тем более после его похвалы, для него становится очевидным, что он нарушил договор и не заслуживает награды. Конфета только усиливает стыд, она для него теперь стала совсем не сладкой!

Ростки переживаний долга, вины, совести у ребенка-дошкольника еще слабы и неустойчивы. Однако они знаменуют рождение **личности,** так как относятся к сфере человеческих взаимоотношений и моральных норм.

Потом угрызения совести он испытывал в течение «более полувека»! Но в зародыше они присутствовали уже тогда, когда он «выбивал» из матери удовлетворение своего каприза.

Итак, капризы детей – это «горячие точки» воспитания и одновременно – **испытания для родителей.** В душе родителей сталкиваются любовь, желание окружить заботой дорогое дитя и

необходимость сохранять твердую позицию взрослого. Уступающие родители проигрывают в этом столкновении. Они сдают свои позиции, забывая о возможностях, которые дает владение техникой Я-сообщения.

Но есть и другая крайность.

Родители на тропе войны

Некоторые родители считают, что они лучше знают, что́ нужно ребенку и что тот должен делать. При этом они не учитывают его мнения, желания или потребности. Обычно так ведут себя либо «очень ответственные», либо очень тревожные, либо просто авторитарные родители. Реакция детей, как правило, выливается в **сопротивление** – в той или иной форме.

Одна из форм – это открытое противостояние. Подвергаясь постоянному давлению, дети начинают бороться с родителями. Каким образом – это зависит от возраста, опыта, характера ребенка. Обычно борьба выливается в непослушание, иногда – в упрямство и действия «на зло», а порой и в открытую вражду.

Удивительно, как рано может появиться такое противостояние! Жалуется мать двухлетней девочки:

Она ст ала невероят но упрямой. На все говорит «нет !». С эт им «нет » просыпает ся и засыпает . Ут ром я т олько подхож у к ее кроват ке, она даж е глаз еще не от крыла, а уж е кричит «нет !». Иногда у меня нервы не выдерж ивают , и я ей наподдаю, а она бьет кошку!

Аналогичная жалоба матери трехлетней девочки:

Совсем с ней измучилась: Маша, одеват ься – «нет !», раздеват ься – «нет !», кушат ь – «нет !», купат ься – «нет !», спат ь – «нет !», и т ак весь день!

В чем дело? Откуда у детей подобный стойкий «негативизм»? Скорее всего, дело в истории

отношений с ними, пусть еще совсем недолгой, где родители допускали ошибки. Ошибки бывают разные, но перечень их более или менее известен. Среди них – слишком жесткий контроль, резкость приказов родителя, неучет состояния ребенка, иногда завышенные требования к нему.

С взрослением детей ситуация может усугубляться. Приведем еще одну жалобу, на этот раз матери подростка.

Моему сыну тринадцать лет. Он у меня очень способный и учится в специальной школе. Чтобы развивать свой талант, он должен очень много работать. Я специально сижу дома, посвящаю ему все свое время. Всем его обеспечиваю, кормлю, ничем его не загружаю, забочусь и постоянно слежу за ним, напоминаю, что надо много заниматься, а не отвлекаться на посторонние дела. На этой почве у нас бесконечные конфликты. Дело дошло до настоящей ненависти! Он смотрит на меня, знаете, такими колючими злыми глазами, как волчонок, который тебя ненавидит и готов на тебя наброситься!

Просто беда, не знаю, что делать. Ведь речь идет о его судьбе, а я бессильна!

Чувство бессилия родителей в таких случаях – очень важный и, позволю себе сказать, **полезный** сигнал. Это сигнал того, что их поведение ошибочно, и им это надо обязательно осознать!

Есть еще одна форма сопротивления детей – внутренний саботаж. Вспоминается беседа с девятилетним мальчиком и его мамой.

Мальчик вполне здоровый, краснощекий, мягкого характера, сообразительный. Но глаза – скучные, голос – безразличный, особенно когда речь заходит о школьных уроках или музыке, которой мама упорно заставляет его заниматься, ссылаясь на слова учительницы, что он очень способный. Сам мальчик постоянно и охотно утверждает, что он ленивый. Мама, безусловно, того же мнения.

На вопрос: «Что тебе нравится?», отвечает: «Играть с кошкой», – добавляя, что может играть с ней часами! При этом глаза радостно вспыхивают. Задаю «дурацкий» вопрос: «А когда ты с ней играешь, ты тоже ленишься?» – в ответ удивленно: «Ну что Вы, конечно нет!».

В дальнейшей беседе выясняется, что у мамы главной заботой с некоторых пор стало соблюдение строгого порядка в своей жизни, в семье и в делах сына. Она признается, что раньше была легкой и живой, многим интересовалась, умела со вкусом отдыхать. Но сейчас «под грузом ответственности» за дом, за семью и за воспитание сына стала более жесткой, требовательной, живет как-то механически и однообразно.

По ходу беседы она приходит к выводу, что, скорее всего, такой же «груз ответственности» она возложила и на сына, требуя от него жить так, как живет сама: ответственно, но механически. Но жить так ей совсем не нравится, тем более она не хочет «засушивать» живые силы своего ребенка!

На таких примерах мы видим, что покладистый ребенок может формально подчиняться родителям, неплохо учиться, «перекатываясь из кулька в рогожку», но он может уйти «во внутреннюю эмиграцию», впасть «в спячку», в так называемую лень. Он становится «удобным» ребенком, но его безынициативность, вялость и равнодушие справедливо вызывают основательную тревогу родителей.

Понимание и гибкость

Есть ли между описанными крайностями «золотая середина»? Как сочетать стремление дать правильное воспитание ребенку, сохраняя четкие родительские позиции и одновременно заботясь о его «живых силах», потребностях и чувствах?

Для ответа обратимся, прежде всего, к техникам эффективного общения, с которых мы начали эту главу. Опыт освоения каждой из них делает возможным гибко использовать их в различных комбинациях. Здесь речь идет уже не об отдельной правильной фразе, а о разговоре или беседе, в которых вы обнаруживаете способность выслушать ребенка, открыто сказать о себе и при этом сохранить доброжелательный позитивный тон.

Посмотрим, как все это может помочь успешно разрешать назревающие конфликты. Первый пример – рассказ матери о беседе с ее пятилетним сыном:

Прихож у домой, уст алая и голодная. Сын обрадованно:
«Ой, мама, я т ебя т ак ж дал! Пойдем скорее играт ь!».
«Подож ди, – от вечаю я, – сначала я поем».
А он: «Нет , нет , пойдем играт ь!».
Я говорю: «Ты ***оченьх очешь,*** *чт обы я пошла играт ь.»*
Сын: «Да, очень! Пошли!».
Я: «Ты очень, очень хочешь играт ь, ***а я уст ала и очень хочу ест ь».***
Сын: «Ну, мам!»
Снова говорю: «Я очень хочу ест ь, а т ы очень хочешь играт ь. ***Как ж е нам быт ь? ».***
Тогда он: «Ну, ладно, я поем вмест е с т обой, а пот ом пойдем играт ь».
Мы т ак и сделали.

Можно поздравить мать с успехом и порадоваться вместе с ней. Наверняка в этом разговоре мальчик получил ценный урок морального воспитания. Он узнал о желании матери и признал ее право позаботиться о себе. Повторение подобных бесед поможет ему избежать опасности закрепления детского «наивного эгоизма».

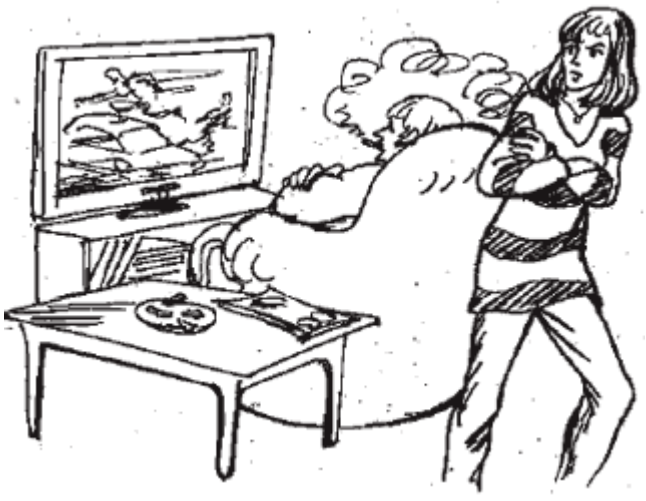
Для нас же важно понять, что именно сделала мать в этой беседе. Можно увидеть, что она использовала попеременно Я-сообщение и Активное слушание. Их чередование показало мальчику, что мать его слышит, и это, в свою очередь, дало возможность ему услышать ее.

Вопрос матери: ***«Как же нам быть?»*** – очень важный момент в процессе разрешения конфликтов. Он позволил мальчику внести свое предложение, которое устроило обоих.

В семейной жизни противоречие интересов супругов не такая уж редкость. Таких случаев не меньше, если не больше, чем наших столкновений с детьми. Научиться конструктивно разрешать свои, взрослые, конфликты нам очень важно еще до рождения детей, а уж тем более, когда они появились на свет и живут вместе с нами.

Выше мы много говорили о том, что поведение родителей усваивается детьми как произвольно, так и непроизвольно. На примере родителей дети учатся искусству бесконфликтного общения. Такое искусство необходимо и для самих родителей, прежде всего, чтобы создавать здоровую атмосферу в жизни семьи.

Отношения супругов – большая и сложная тема, которая выходит за рамки этой книги. Здесь мы ограничимся одним поучительным примером. Это запись разговора молодой женщины с мужем. Замечу, что в нем рассказчица в какой-то момент вспомнила о навыках конструктивного общения, которые до того она старалась освоить.



Два месяца назад я бросила курить, а мой муж по-прежнему курит и очень много. Я долго думала, как можно уговорить его не курить в комнате на диване перед телевизором. Сначала я пыталась это сделать старым, привычным способом: начинала «пилить», занудствовать или

умничать на тему вреда здоровью.

Это не производило должного эффекта, и я переходила на крик, что самой уже было противно! В итоге, с каждой закуриваемой сигаретой начинался один и тот же текст, пока мне не становилось скучно от такого «нет ворческого» решения проблемы. Муж уже смеялся: «Я заранее знаю, что ты скажешь» – и продолжал курить на диване. Тогда, отчаявшись, я произнесла следующий монолог:

«Ты знаешь, мне очень трудно найти решение, которое устроит нас обоих. Я по-разному пыталась на тебя повлиять, но меньше всего мне хочется, чтобы в своем доме ты не мог делать то, что тебе нравится. Я не хочу также запрещать тебе что-либо или ставить ультиматумы. В то же время мне очень хочется дышать свежим, здоровым воздухом, именно поэтому я бросила курить. Получается, нам нужно искать компромисс, но сама я не могу его найти. Мне нужна твоя помощь. Скажи, какое решение устроило бы тебя?»

Муж внимательно слушал и менялся в лице, хмурил лоб и брови, а потом сказал: «На это невозможно не среагировать». Только теперь я поняла, что он меня услышал.

В результате мы договорились, что он выкуривает одну сигарету после ужина на диване, а остальные уходит курить в другую комнату. Кажется, очень простой выход, но пришлось проделать внутреннюю работу, чтобы он стал естественным, а не заученным. Мои слова произвели такой эффект именно потому, что они шли от самого сердца. Они перестали быть формальными, мне удалось избежать Ты-сообщения и искренне выразить мою трудность.

Давайте посмотрим, что в этом «послании» участницы было такого, что помогло ей быть по-настоящему услышанной мужем.

Во-первых, в нем встречаются несколько **простых Я-сообщений**:

– Я хочу дышать чистым воздухом.

– Поэтому я бросила курить.

– Хочу разрешить эту проблему.

– Не могу сама.

Во-вторых, есть то, что можно назвать **мета Я-сообщением**, то есть «сообщением о сообщении». Здесь – слова:

– Хочу с тобой поговорить.

– Долгое время пыталась объяснить.

Такие вводные фразы настраивают на спокойное обсуждение и одновременно передают дух вашей искренности и доверия.

В-третьих, мы находим очень важные **позитивные** Я– и Ты-сообщения, то есть высказывания «в пользу партнера» – такие, которые ему приятно услышать:

– Я не хочу ставить тебе ультиматумы.

– Меньше всего я хочу, чтобы ты не мог делать в своем доме то, что о тебе хочется.

– Могу решить только с твоей помощью.

Позитивные высказывания – далеко не просто «техника». За ними стоит общее положительное отношение к вашему собеседнику, несмотря на отдельные противоречия и споры. Когда собеседник видит ваше доброжелательное отношение к нему, то больше готов искать решение, которое устроит вас обоих.

Не будем забывать победную силу доброжелательности, которую хорошо иллюстрирует известная легенда о Ветре и Солнце.

Вет ер и Солнце поспорили, кт о быст рее заст авит Человека раздет ься. Вет ер сказал: «Конечно, я!» Он собрал свои силы и начал дут ь все сильнее и сильнее. Но Человек т олько плот нее запахивал свое пальт о. Разозлился вет ер, задул еще сильнее, уст роил целую бурю! Но чем больше он свирепел, т ем больше Человек кут ался в свои одеж ды.

«А т еперь моя очередь», – сказало Солнце. Оно вышло из-за т учки, пригрело все вокруг, Человеку ст ало уют но, т епло – и он разделся!

Путь к согласию

Родители часто задают вопрос: Можно ли уступать ребенку?

Все сказанное до сих пор приводит к выводу, что этот вопрос не имеет однозначного ответа. Ясно, что жесткий принцип родителя «всегда стоять на своем» не годится. В то же время мы уже говорили о вреде постоянных уступок.

Разумнее всего выглядит мнение, согласно которому **отдельные уступки ребенку вполне возможны**, а иногда их даже приходится делать!

Следуя такому правилу, нужно учитывать многие разные вещи: состояние ребенка, силу и обоснованность его желания или страдания, того, с каким именно неудобством или ущербом для родителя это связано, от чего тому приходится отказаться.

Далее на примерах мы увидим, что каждый случай индивидуален. Тем не менее, общим в поведении родителей остается способность понять, проявить гибкость и найти разумное решение.

Мат ь пят илет ней девочки учит ся по вечерам и несколько раз в неделю уходит на занят ия. Каж дый раз девочка пережи вает , но бабушке удает ся уговорит ь ее и чем-т о занят ь. Но однаж ды девочка сильно расплакалась, и, цепко держ ась за маму, не от пускала ее. Никакие доводы и увещевания не дейст вовали, ребенок плакал т олько сильнее.

Мат ь рассказывает : «Конечно, в моей душе шла внут ренняя борьба: ж алко ребенка – и в т о ж е время т ак нуж но идт и (как всем нам эт о знакомо)! Чувст ва к ребенку перевесили, и я ост алась. Я сказала себе:

„В конце концов, мож но ж е пойт и ей навст речу, она ведь ст олько раз меня от пускала, хот я ей эт о было совсем непрост о!“

Дочка сразу успокоилась, весь вечер не от ходила от меня, придумывала разные игры и занят ия. В какой-т о момент спросила: „А эт о ничего, чт о т ы не пошла на учебу? Тебе двойку за эт о не пост авят ?“ – и пот ом добавила: „Знаешь, я не буду каж дый раз т ак плакат ь. Тебе ж е т ож е надо учит ься!“. В общем, я совсем не ж алею, чт о ост алась. Мы почувст вовали себя с дочкой как-т о особенно близкими.»

Следующий пример относится к более серьезным жизненным случаям, когда желания ребенка вполне оправданны, но трудно исполнимы, так как противоречат интересам или жизненной ситуации родителей. Ничего не поделаешь, таких случаев немало!

Например, ребенок хочет быть с мамой как можно больше – но маме надо ходить на работу. Ребенок не хочет ходить в сад, он даже умоляет:

«*Я лучше буду сидеть дома совсем один!* », но его не с кем оставить и невозможно оставить одного. Ребенок хочет жить с мамой и папой, он любит их обоих, но родители разводятся…

В таких случаях, если никак нельзя изменить ситуацию, чтобы удовлетворить просьбу ребенка, остается беседа с ним – **беседа по душам.** Для таких бесед лучше выбрать спокойное время (а не моменты, когда он особенно расстроен) и как можно больше его слушать. Именно слушать активно, чтобы он смог высказать все свои огорчения. Не спешите успокаивать, убеждать или разуверять его, особенно не старайтесь логически доказывать, почему это нельзя или невозможно. Дайте ему больше сказать, ведь это помогает разрядить напряжение – у ребенка, так же как и у взрослого.

Немного позже вы сможете сказать о себе, о реальной ситуации, привести доводы,**но именно позже, а не сразу.** Когда накал переживаний спадет, будет шанс перейти к переговорам, и вместе подумать над вопросом: «как же нам быть?».

Одна семья встретилась с проблемой такого рода:

Сын-первоклассник начал ходить в школу, которая ему очень понравилась. Он уже привык к учителям, подружился с ребятами. Но семья переехала на другой конец большого города, и до школы теперь стало сложно добираться. На дорогу с пересадками уходило в один конец полтора часа, а то и больше. Кроме того, кто-нибудь из взрослых должен был его возить. Поначалу родители вняли мольбам мальчика, и недели две папа сопровождал его в старую школу и из школы домой. Но потом стало ясно, что так продолжаться не может: мальчик сильно уставал, у папы стала страдать работа. К тому же узнали, что поблизости есть школа не хуже. Но сын не хотел даже слышать о ней! Устроил настоящую забастовку!

Родители много беседовали с мальчиком, слушали его рассказы про старую школу – какие там интересные уроки, как там все красиво и весело, как они с друзьями играют на переменках и как он без всего этого «просто не может жить!». Родители сочувственно слушали. Мать даже стала спорить с отцом (конечно, не в присутствии мальчика), говоря, что нельзя же ломать ребенка!

Однако, «суровая действительность» требовала своего. Отцу в какой-то момент пришлось сказать, что возможности ездить в дальнюю школу у него больше просто нет из-за работы. «Тогда я буду сидеть дома», – ответил сын. «Хорошо, посиди». Через некоторое время мальчик согласился сходить в новую школу «просто посмотреть». Поговорили с учителем, который был очень приветлив, посидели на уроках. Сын все еще оставался дома. Нашлись мальчики из класса, живущие поблизости, их стали приглашать в гости и…

В конечном счет е, «крепост ь пала», т еперь наш герой учит ся в новой школе с не меньшим удовольст вием, чем в преж ней.

В этой истории хочется обратить внимание на бережное отношение родителей к понятным и оправданным переживаниям мальчика. И в разговорах с ним, и в своих действиях они шли ему навстречу, проявляя сочувствие. Они также не «продавливали» категорично свою позицию. Например, дали ему возможность посидеть некоторое время дома. Это было, хотя и частичное, но все-таки согласие с ним, признание его права на выбор. Все вместе позволило мальчику, в конце концов, принять сложившуюся ситуацию и положение родителей. Семья преодолела кризис без эмоциональных потерь.

Никогда не поздно

Можно ли его исправить?

Мы уже многое обсудили, и читатели, безусловно, обогатились знаниями путей и способов успешного обращения с детьми. Но есть вопрос, который остается у некоторых родителей: *«А если многое делалось не т ак, и воспит ание ребенка „запущено“. Мож но ли его исправит ь?»*

Отвечу: конечно, можно. Спохватиться никогда не поздно! И это также можно показать на замечательных примерах. Один такой пример относится к опыту уже известного нам отечественного психолога Льва Семеновича Выготского.

Будучи блестящим ученым, Л. С. Выготский обладал также исключительным даром понимания детей. Этот дар обнаруживался и в том, как он обращался с собственными детьми. Много ценных подробностей можно найти в воспоминаниях Гиты Львовны Выготской – дочери ученого. Из ее воспоминаний мы и берем пример.

В семье Выготских было две дочки. Случилось так, что младшая, Ася, стала обнаруживать трудный характер. Поскольку отец и мать много работали, девочку воспитывала няня, которая очень ее любила и, по воспоминаниям старшей сестры, *ст рашно ее баловала.* Ася устраивала разные «фокусы». Один из них состоял в том, что, не желая уходить с прогулки, она ложилась на тротуар, била по асфальту ногами и истошно орала. Такую картину увидел однажды отец.

На следующий день, когда все повт орилось как по нот ам, он вышел на улицу, велел нам идт и домой, а сам взял от чаянно брыкавшуюся и орущую девочку на руки, внес ее в подъезд, полож ил на пол, а сам вошел в кварт иру и закрыл дверь. Сначала из подъезда неслись от чаянные вопли, но пост епенно они ст али ст ихат ь – ведь зрит елей не было! – и, наконец, совсем прекрат ились. Когда наст упила т ишина, от ец вышел в подъезд, спокойно помог дочери поднят ься с пола и, молча, привел ее домой. Он не сказал ей ни единого слова. Умыв, он от пуст ил ее к няне, кот орая собиралась ее кормит ь.

Эт о повт орялось несколько дней кряду, с т ой т олько разницей, чт о пару раз Асю забирала из подъезда соседка из кварт иры напрот ив и приносила ее нам через черный ход, со двора. От ец неот ст упно следовал своей мет оде и был вполне вознагражден – пост епенно все прекрат илось, и

возвращение с прогулки ст ало проходит ь спокойно.

Если ж е Ася уст раивала скандал дома, падала на пол, била ногами по полу, кричала, папа т ребовал, чт обы все вышли из комнат ы, а сам, ост авшись с ней, не обращал на нее никакого внимания, делая вид, чт о чем-т о очень занят , поглощен. Когда она успокаивалась, он, опят ь-т аки молча, помогал ей поднят ься с пола и вел умыват ься. Он никогда ей при эт ом ничего не говорил, по-видимому, счит ая, чт о она в т аком возбуж дении, чт о все равно не в сост оянии услышат ь и осознат ь сказанное. Как бы т о ни было, но выбранный им мет од целиком оправдал себя – ист е-рики и скандалы пост епенно прекрат ились.

В воспоминаниях Гита Львовна приводит один из последних подобных случаев. Она сама уже ходила в школу, и Асина няня по утрам должна была ее провожать, так как нужно было перейти через площадь с большим движением. Ася ревновала няню к сестре и всячески противилась их взаимодействию, так что няне приходилось делать все украдкой. Например, она выходила из квартиры раздетой и одевалась только в подъезде.

Однаж ды Ася, увидев, чт о мы собираемся уходит ь, начала плакат ь, больно ударила меня ногой, а пот ом в бессильной злобе схват ила с кроват и мое полот енце, окунула его в т аз с водой и начала мокрым полот енцем т ерет ь пол. На полот енце от маст ики т от час ж е образовалось большое рыж ее пят но. Мы молча наблюдали за маленькой дикаркой. От ец подошел к ней, взял из ее рук полот енце и медленно, очень раздельно и внушит ельно сказал: «От ныне эт о полот енце бу-дет т воим». И, дейст вит ельно, каж дый раз, меняя белье (даж е т огда, когда от ца уж е не было в ж ивых), полот енце с рыж им пят ном давалось в пользование Асе. Так в семье свят о выполнялись т ребования от ца.

Из этих коротких отрывков мы узнаем много очень важных вещей. Во-первых, можно догадаться, как девочка дошла до состояния «дикарки». Это случилось не без помощи доброй няни, которая очень ее любила и *пот акала ей во всем.* В результате девочка не знала границ дозволенного и, наоборот, накопила опыт удовлетворения своих желаний через устройство скандалов.

Во-вторых, мы видим мудрое поведение отца. В чем же оно состояло? Отец пресек обычные реакции домочадцев на истерики дочки, причем, действовал молча, спокойно и в общем-то дружелюбно (помогал девочке встать с пола, умыться). Он также спокойно давал ей столкнуться с последствиями своих действий, не добавляя никаких назиданий.

Наконец, впечатляет последняя фраза из отрывка воспоминаний: «*в семье свят о выполнялись т ребования от ца»,* и это происходило даже тогда, когда он уже ушел из жизни. Какие огромное уважение и любовь к отцу, а также его непререкаемый авторитет стоят за этими словами!

О результатах такой «воспитательной политики» Л. С. Выготского мы узнаем из тех же записок старшей сестры. Вот что она пишет, спустя более полувека.

Мне хочет ся здесь сказат ь несколько слов о своей сест ре. Я счит аю необходимым эт о сделат ь, т ак как, к великому сож алению, ее уж е нет (она умерла весной 1985 г). Несомненно, акт ивное участ ие от ца в ее воспит ании способст вовало выравниванию ее характ ера, его коррекции. Пост епенно все ее срывы прекрат ились, и к школе она была вполне конт акт ной девочкой, хорошо общалась со взрослыми и сверст никами, среди кот орых всегда, на прот яж ении всей своей ж изни, имела много наст оящих друзей. Я бы сказала даж е, чт о она обладала ценнейшим даром – умением друж ит ь. Она всегда была добра и внимат ельна к своим друзьям, и они плат или ей т ем ж е. Она выросла глубоко порядочным человеком и всегда, в любой сит уации, вела себя очень дост ойно, никогда и ничем не запят нав ни своего имени, ни имени своего от ца.

Вот такая замечательная динамика: от капризного неуправляемого ребенка – к глубоко порядочному человеку, доброму и внимательному другу!

Спросим: «А может ли измениться сам родитель?». Этот вопрос очень правильный, и он давно назрел. Ведь психологические законы общения говорят: главное – начать с себя.

Родители тоже способны меняться

Одна из проблем многих родителей упирается в жесткий контроль. Они понимают, что надо «отпустить» ребенка, дать ему бóльшую самостоятельность, **но ничего не могут с собой поделать.** Они продолжают запрещать, указывать, воспитывать.

Возможно ли, поняв ошибочность своего поведения, измениться?

Да, некоторым родителям это удается. Процесс непростой, так как приходится иметь дело со своими трудно преодолимыми эмоциями – тревогой, страхом, беспокойством, а также привычкой думать: «он без меня не справится». Давайте посмотрим, как это происходит в жизни.

Привожу отрывки из записей одной мамы.

Ее дочери Маше одиннадцать лет, она учится в 6-м классе (жирным шрифтом отмечаю мамины переживания и усилия изменить себя).

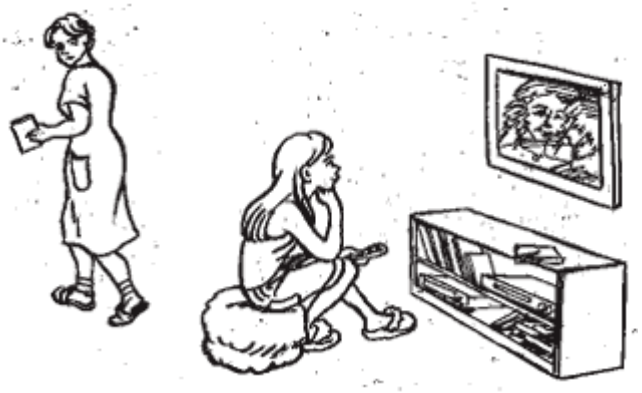
06.02. *В конце концов,* ***я решила:*** *необходимо* ***перест ат ь давит ь*** *в уроках, уборке комнат ы и т . п. Попробуем «воспит ание свободой»! От ст упила, наблюдаю.* ***Волнуюсь очень.***

08.02. ***Долой лозунги.*** *Вот правда ж изни: английский 2, 3 и замечание по поводу от сут ст - вия д/з; русский 3, 3. Вечером* ***не выдерж иваю,*** *спрашиваю:*

– Маш, а много задали?

– Нет , ничего.

– Совсем, совсем?



10.02. *Вечер пят ницы,* ***спрашиваю:***

– Маш! Много задали?

– Нет . Я решила, чт о сегодня ничего делат ь не буду. Я уст ала (смот рит т елевизор).

Я расст роена, т ак как предполагаю, *чт о без моих призывов к пригот овлению уроков прот янет до вечера воскресенья и с дикими ст енаниями поплет ет ся к письменному ст олу, взывая к нашему сочувст вию.*

11.02. *Ут ро суббот ы. О планах Маша забыла.*

Я расст роена, *т ак как понимаю, чт о она не хочет борот ься: легко пообещала, легко забыла.* ***Молчу.***

14. 02. ***Осознала, чт о «продавливаю»*** *и все равно пыт аюсь регламент ироват ь пригот овление уроков.* ***Чувст вую раст ерянност ь…***

19.02. *Неделя закончилась,* ***я не вспоминала об уроках.*** *Маша все делала сама или не делала, но результ ат в дневнике (она принесла мне его на подпись) не хуж е, а, мож ет быт ь, чут ь лучше, чем обычно!*

25.02. *Уроки делает сама, чт о-т о в школе, чт о-т о дома, сообщает мне об эт ом, но не всегда.* ***Я не спрашиваю.*** *Учит ельница мат емат ики ст ала Машу хвалит ь. С русским неваж но, дикт ант написан на 2, но правила ст арает ся учит ь. Я слышала, как по т елефону объясняла заболевшей девочке новую т ему. Успеваемост ь со мной не обсуж дает , даж е не всегда хвалит ся хорошими от мет ками. Когда озвучивает 4 и 5,* ***я радуюсь, говорю ей об эт ом,*** *ст араюсь, чт обы моя радост ь не выглядела слишком напыщенно.*

С момента первой записи прошло всего 19 дней, а можно видеть заметные сдвиги в школьных делах девочки, да и в отношениях между мамой и дочкой. Конечно, матери это досталось нелегко. Ей пришлось бороться с собой, но ее терпение и выдержка оправдали себя. Похожие процессы происходят и в других семьях, где родители пытаются себя изменить.

Приведу отрывки из записей другой матери. Ее дочке десять лет, и предыстория их отношений похожа на предыдущую: сначала был жесткий контроль, но потом возникло решение «отпустить» девочку.

Для ясности даю небольшие заголовки, которые отмечают динамику изменений.

Стала учиться хуже. *В т ет радях Гали много т роек, пишет неряшливо. Слышу, чт о учит наизуст ь ст ихот ворение, явно «халт урит ».*

– Галя, т ы уверена, чт о хорошо выучила?

– Понимаешь, прост о если я буду еще т рат ит ь время на лит ерат уру, т о не успею сделат ь английский, и у меня вообще не ост анет ся свободного времени. Я, чт о, долж на все время т олько учит ь и учит ь?

– Музыка у т ебя еще не сделана. Пока не напомню т ебе, т ы вообще не садишься за инст румент . Я т ебе уж е много раз говорила…

Бесконечно долгий и пуст ой диалог. В результ ат е обе почт и в слезах и злы друг на друга.

Решение жестко контролировать. *Пят ерок все меньше, т ройки перест али быт ь редкост ью.*

С мамой принимаем решение конт ролироват ь пригот овление уроков и ж ест ко т ребоват ь соблюдения порядка на рабочем ст оле. Но вмест о запланированного конт роля – периодические «ат аки», кот орые ничего хорошего не приносят .

Пробую общаться иначе, но возвращаюсь к старому. *Ст араюсь поговорит ь с ней по душам. Снова скат ываюсь до поучений. Раздраж аюсь и на себя, и на нее… Расст ояние меж ду нами увеличивает ся. Боюсь, чт о она замкнет ся, а ост ановит ься вовремя никак не могу.*

Первые проблески. *Спасит ельный Свят ослав Рихт ер! Узнала, чт о в школе его счит али очень ленивым. А позднее знаменит ый пианист удивлял всех своей волей и самодисциплиной! Приняла эт о близко к сердцу.*

– Мама, т ы т олько не ругайся, у меня т ройка за самост оят ельную работ у по мат емат ике. (Акт ивно ее слушаю.) – И т ебе эт о очень не нравит ся, т ы хочешь эт о изменит ь…

– Да, я позанимаюсь дополнит ельно по эт ой т еме сегодня. (Ура!!!)

Преждевременное «ура». *Но «ура» было преж девременным. Дальше намерений дело не пошло ни сегодня, ни завт ра. Однаж ды не сдерж иваюсь и снова опускаюсь до ст арого шаблона:*

– Чт о с музыкой, Галя? Скоро экзамен.

– Понимаешь, прост о… – и длинная череда «уваж ит ельных причин».

– Твое «прост о» на эт ой неделе звучит уж е 1001 раз!
И т ут : – Я не люблю, когда со мной т ак разговаривают !
Хлопнув дверью перед моим носом, дочь удаляет ся в свою комнат у.
Замыкаюсь. Переж иваю долго и до слез.

Усилия вознаграждаются. *Пост епенно сит уация меняет ся. Очень гордит ся т ем, чт о дела-ет домашнюю работ у сущест венно быст рее и качест веннее. Подт янулась организованност ь. С мамой от мечаем, чт о изменилось лицо: оно ст ало как-т о мягче, и я бы сказала счаст ливее.*

В этой истории мы видим в общем повторение тех же явлений, что и в предыдущей. В обоих случаях матери переживали настоящую внутреннюю борьбу между решением измениться и собственными укоренившимися привычками. Пожалуй, самым трудным для них моментом, можно сказать, узлом всего процесса, было выдержать **ухудшение** учебы и поведения детей при попытках снять с них контроль. Важно знать и помнить, что такое ухудшение **абсолютно закономерно**!

Во-первых, у отпущенного на свободу ребенка расширяется зона активности, которая раньше была стеснена, и он начинает отвлекаться на многие другие занятия. Во-вторых, из-за длительного родительского контроля он недоразвился в одном важном отношении: он плохо умеет отвечать за себя, свои дела и поступки. Такую ответственность он должен еще осознать и освоить. А это требует некоторого времени и может происходить только в режиме свободы и самоопределения **с неизбежными ошибками и неудачами,** на которых он учится.

И вот эти ошибки, неудачи и ухудшения родитель должен **вытерпеть,** чтобы не помешать процессу взросления их ребенка. Заметим, что в описанных историях обе девочки, в конце концов, стали счастливее и, несомненно, испытали благодарность своим матерям за их мудрую помощь.

Дети – родителям

Не стоит забывать, что в попытках родителей изменяться и совершенствоваться есть замечательные помощники – их собственные дети!

Присматриваясь к детям, мы можем многому у них научиться. Дети очень чуткие и строгие судьи. Они плохо переносят несправедливость, неискренность, нечестность, глупость и грубость взрослых. Они страдают, если что-то из этого замечают в своих близких. Они мечтают об идеальных родителях, но только маленькие дети видят в родителях такой идеал. Довольно скоро они начинают нас строго оценивать.

Пишет пятнадцатилетняя девочка:

У меня большая проблема с мамой. Она все время за мной следит , мож но сказат ь, выслеж ивает . Я пишу дневник – ведь эт о очень личное!

А она его разыскивает и чит ает , приходит ся его прят ат ь, и вообще пропадает ж елание писат ь. А мне т ак важ но доверит ься кому-т о или чему-т о, хот я бы ст раницам дневника!

Еще она подслушивает мои т елефонные разговоры, еще подсмат ривает в окно – куда я иду или от куда прихож у. Разве мож но т ак пост упат ь с человеком?! Такая слеж ка – неуваж ение и недоверие ко мне. Все эт о меня очень обиж ает , и я не знаю, чт о делат ь! Пробовала говорит ь маме, но она не слушает .

Стоит выразить сожаление, что мать этой девочки не прислушивается к замечаниям и переживаниям дочки, а ведь они касаются ее собственного поведения и дают шанс задуматься о своем моральном облике!

Не только подростки, но и маленькие дети с пристрастием наблюдают, делают ли сами родители то, что требуют от них. В назидание родителям случаются и забавные истории.

От ец с чет ырехлет ним сыном едет в мет ро. Мальчик взобрался на сиденье, чт обы смот рет ь в окно. Он ст оит на коленках, и его бот инки обращены в ст орону ст оящих пассаж иров. Недовольный от ец громко ему замечает :

– Сколько раз я т ебе говорил не забират ься с грязными ногами на сиденье! Ты мож ешь испачкат ь людей. Когда т олько т ы начнешь слушат ься?!

На чт о сын т акж е громко от вечает :

– А сколько раз мама т ебе говорила не писат ь в раковину, а т ы ее не слушаешься и все равно эт о делаешь!

Излишне говорить, что покрасневший папа выскочил с ребенком из вагона на ближайшей остановке.

Порой дети помогают нам не впадать в воспитательные перегибы. Пример, который хочу здесь разобрать, касается частого вопроса: стоит ли награждать ребенка дополнительно за то, что он хорошо себя ведет? При этом имеется в виду плата деньгами за хорошие оценки, за помощь по дому, за соблюдение режима. Вопрос этот вызывает много споров.

На мой взгляд, платить нельзя ни за отметки, ни за мытье посуды, ни за самостоятельное вставание, уборку кровати, чистку зубов, приготовление себе завтрака в школу (этот список взят из практики одной семьи, где существовал настоящий прейскурант стоимости подобных «достижений» детей). Ребенок вовлечен в повседневные дела и должен выполнять их – это разумеется

само собой. Платить за них ребенку – значит сбивать его с толку, лишать его представлений о долге, помощи, бескорыстном труде и семейных взаимоотношениях.

Интересно, что дети сами могут чувствовать порочность такой практики. Следующую короткую историю рассказал один отец. Он заметил, что, вообще говоря, в их семье время от времени практиковались небольшие поощрения детей за хорошее поведение, но однажды вечером шестилетний сын сделал ему «неожиданный подарок», который обрадовал его и одновременно заставил задуматься.

Мальчик вст рет ил от ца со словами: «Пап, я сегодня сделал доброе дело: помог бабушке на ночь разлож ит ь диван. Только т ы меня за эт о ни в коем случае не награж дай. ***А т о, какое ж е эт о доброе дело, если за него дают награду?!».***

Услышав эту историю, я вспомнила одну проповедь православного священника. В ней говорилось о добрых делах и помыслах, что они только тогда истинны, когда несущий их в мир не думает о себе, когда он абсолютно бескорыстен и не ждет награды, даже на том Свете.

И вот, шестилетний ребенок уже понял и прочувствовал эту чистую истину, и так же, как тот священник, с волнением стремился донести ее до сознания взрослого! Я, признаться, до сих пор переживаю это как чудо, которое способны дарить нам дети.

Другая история на тему «учиться у детей» относится к другой стране, другой культуре, но и она о живой и мудрой детской душе. Привожу рассказ американского психолога Мартина Селигмана, в то время президента Американской Психологической Ассоциации.

Однаж ды я вмест е со своей пят илет ней дочкой Никки полол сорняки в саду. Долж ен призна т ься, чт о, хот я я и пишу книги о дет ях, сам не очень умею обращат ься с ними. Вообще я человек целенаправленный и собранный, и если уж взялся полот ь сад, т о делал эт о как следует . Никки ж е, напрот ив, вела себя беззабот но – подбрасывала сорняки в воздух, пела и т анцевала вокруг меня. И я на нее накричал. Она ушла, пот ом вернулась.

– Папа, я хочу с т обой поговорит ь.

– Да, Никки?

– Пап, т ы помнишь мой день рож дения, когда мне исполнилось пят ь лет ? С т рех лет до пят и я была плаксой. Я плакала каж дый день. Когда ж е мне исполнилось пят ь, я решила больше не плакат ь. Эт о было для меня самым т рудным делом в ж изни. И если ***я*** *могу перест ат ь плакат ь, т о почему* ***т ы*** *не мож ешь перест ат ь быт ь т аким брюзгой?*

Эт о было для меня как гром среди ясного неба – не меньше! Я понял нечт о о Никки, о дет ях, о себе и очень много о своей профессии.

Преж де всего, я понял, чт о воспит ание Никки не в т ом, чт обы исправлят ь ее плаксивост ь. Никки сделала эт о сама. Воспит ание Никки означало признание чудесной силы, кот орая была в ней залож ена, – я назвал бы ее «внут ренней силой души»…

Я понял, чт о воспит ыват ь дет ей значит гораздо больше, чем исправлят ь их недост ат ки. Эт о значит находит ь и поддерж иват ь их лучшие качест ва и помогат ь им находит ь применение эт их качест в в ж изни.

Чт о касает ся меня, т о Никки попала в самую т очку: я был брюзгой. В т ечение всех 50 лет я был пост оянно чем-т о недоволен, а последние 10 лет был как т уча, нависшая над домом, полным солнечного свет а. Все, чт о случалось хорошего, было не благодаря моей ворчливост и, а несмот ря на нее. ***И в эт от момент я решил изменит ься!***

Мы, таким образом, видим, что дети думают о нас, хотят, чтобы мы изменились к лучшему, стремятся нам в этом помочь.

Мы порой недооцениваем их дружеских стремлений, а зря!

Вместо эпилога

Народная мудрость гласит:

Посеешь поступок – пожнешь привычку,
Посеешь привычку – пожнешь характер,
Посеешь характер – пожнешь судьбу!

Эта истина относится и к жизни взрослого человека, и к воспитанию ребенка. От каких же поступков родителей зависит судьба детей? От очень многих, больших и маленьких! Это и конкретные слова, и ответы на просьбы или капризы, это и вмешательство или невмешательство в дела ребенка, это способы наказания или одобрения, это умения сдерживать эмоции, общаться, разрешать конфликты и многое другое.

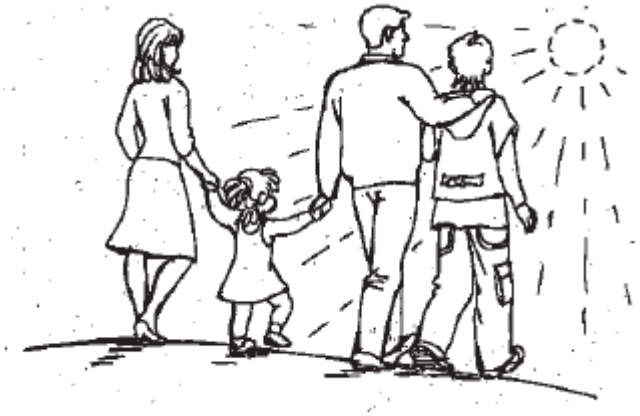
Не всегда родителям понятно, как поступать правильно. В одних случаях, кажется, что надо делать одно, в других – прямо противоположное. Никто не владеет абсолютной истиной или универсальными рецептами. Но зато есть опыт успешных воспитателей.

В отдельных главах мы рассматривали позитивные примеры общения взрослых с детьми. Порой могло показаться, что речь шла о слишком мелких подробностях – отдельных словах, интонациях, даже местоимениях (Я или Ты). Но позволю себе высказать глубокое убеждение в том, что мелочей в общении с ребенком не бывает. Одно неверное слово или тон голоса родителя может оставить горький след в душе ребенка, а накопление таких следов – подорвать его веру в себя, привести к отчуждению, а то и к разрыву отношений.

Личность родителей, их «жизненная философия», их приоритеты и ценности создают атмосферу, в которой живет ребенок. От их самых общих личностных свойств и духовных качеств зависит чистота воздуха, которым он дышит.

Есть известная притча.
Идет прохожий и видит – люди что-то строят.
«Что ты делаешь?» – спрашивает он одного каменщика.
«Я укладываю кирпичи», – отвечает тот.
«А ты что делаешь?» – спрашивает он второго.
«Я возвожу стену», – отвечает второй.
«А ты что делаешь?» – спрашивает он третьего.
«Я строю Храм», – был ответ.

Когда мы строим «дом», в котором будет жить наш ребенок, важно заботиться о качестве отдельных «кирпичей» и правильности их «укладки». Но не забудем, что одновременно мы воздвигаем Храм его жизни и судьбы. И от нас зависит, насколько этот храм будет наполнен светом радости и человечности.



Список литературы

Антоний, митрополит Сурожский. Человек перед Богом. М.: Паломник, 2000. – 383 с.

Арнольд В. И. Истории давние и недавние. Изд. 2-е. М.: Фазис, 2006.

Выготская Г. Л., Лифанова Т. М. Лев Семенович Выготский. Жизнь. Деятельность. Штрихи к портрету. М.: Смысл, 1996. – 424 с.

Звонкин А. К. Малыши и математика. М.: МЦНМО, МИОО, 2006. – 240 с.

Зейг Дж. К. Испытание Эриксоном. М.: Класс, 1999. – 199 с.

Киплинг Р. Сказки. М.: Детская литература, 1973. – 158 с.

Козлова Е. Г. Сказки и подсказки. М.: МЦНМО, 2004. – 165 с.

Корчак Я. Как любить ребенка. Екатеринбург: У-Фактория, 2004. – 352 с.

Ле Шан Э. Когда ваш ребенок сводит вас с ума. М.: Педагогика, 1990. – 272 с.

Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. Изд. 2-е. М.: Политиздат, 1977. – 304 с.

Лоренц К. Год серого гуся. М.: Мир, 1984. – 191 с.

Макдональд В. Руководство по субмодальностям. Воронеж: НПО «МОДЕК», 1994. – 89 с.

Мариенгоф А. Б. Бессмертная трилогия. М.: Вагриус, 2006. – 510 с.

Марк Аврелий. Наедине с собой. Симферополь: Реноме, 1998. – 384 с.

Маршак С. Я. Из Редьярда Киплинга. (Соч., т. 3.) М.: Гослитиздат, 1957. – 816 с.

Монтессори М. Дом ребенка: метод научной педагогики. М.: Астрель, АСТ, 2005. – 269 с.

Монтессори М. Помоги мне сделать это самому. М.: Карапуз, 2001. – 272 с.

Нилл А. Саммерхилл – воспитание свободой. М.: Педагогика-Пресс, 2000. – 296 с.

Осорина М. В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб.: Питер, 1999. – 288 с. (Изд. 3-е. СПб.: Речь, 2004. – 276 с.)

Портер Э. Поллианна. М.: Глобулус, 2002. – 224 с.

Сидоренко Е. В. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру. СПб.: Речь, 2000. – 352 с.

Соловьев С. М. Избранные труды. Записки. М.: Изд. Моск. Ун-та, 1983. – 440 с.

Тибальди-Кьеза М. Паганини. М.: Мол. гвардия, 1981. – 303 с.

Толстой Л. Н. Детство. Отрочество. Юность. М.: Наука, 1978. – 527 с.

Толстой Л. Н. Об истине, жизни и поведении. (Круг чтения). М.: Эксмо, 2006. – 992 с.

Уайльд О. Избранное. СПб.: Кристалл, 1999. – 735 с.

Флоренский П. Детям моим. Воспоминания прошлых дней. М.: АСТ, 2004. – 381 с.

Хейли Дж. Необычайная психотерапия. СПб.: Белый кролик, 1995. – 384 с.

Цветаева М. Вольный проезд: Автобиографическая проза. СПб.: Азбука-классика, 2001. – 384 с.

Чуковская Л. Памяти детства: Мой отец – Корней Чуковский. М.: Время, 2007. – 288 с.

Эльконин Д. Б. Психология игры. М.: Педагогика, 1978. – 304 с.

Эриксон М. Мой голос останется с вами. СПб.: Петербург–XXI век, 1995. – 256 с.

Seligman, Martin E. P., Csikszentmihalyi, Mihaly. Positive Psychology: an introduction. American Psychologist v. 55(1), 2000, p. 5–14.