

« БАЛОВАТЬ НЕЛЬЗЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ»

Современные родители впали в очередную педагогическую крайность: сегодня считается правильным всячески баловать, поощрять детей, одобрять каждый их шаг и ни в коем случае не ругать и не огорчать. Звучит вроде бы неплохо, однако на деле такой подход угрожает психологическому здоровью будущих поколений не меньше, чем родительская тирания, общепринятая для прошлых десятилетий. Избалованные, не привыкшие к самостоятельности дети вырастают инфантильными и фактически незрелыми личностями. Предлагаю взять лучшее от прежней системы воспитания (когда потребности детей никого не интересовали) и от современной. Итак, как надо проявлять родительскую любовь и заботиться о своих детях, чтобы они выросли уверенными в себе, самостоятельными, счастливыми людьми, умеющими любить и делать счастливыми других.

Сегодня поколение вечно отвергнутых детей выросло – и хочет уделять своим детям больше внимания, чем доставалось от родителей им самим. Эти новые родители читают книги, ходят на лекции, усваивают прогрессивные взгляды. Многие из них всерьез заботятся о том, чтобы воспитать в своих чадах самоуважение. Мне нравится их подход. Но, как во время игры в испорченный телефон, по ходу действия теряется его смысл. В итоге вместо того, чтобы просто получить не принадлежавшее им прежде право голоса, дети становятся центром вселенной. Привычная семейная иерархия рушится, и ребенок становится боссом, помыкая старшими, как ему заблагорассудится. Каким-то образом идея воспитания у ребенка адекватной самооценки превратилась в стремление предоставить ему право вести себя как заблагорассудится, трястись над каждым его шагом, осыпать его чрезмерными похвалами, никогда не говорить «нет» – и все это из опасения задеть его чувства.

ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ О СЛОВЕ «НЕТ»

Нет – законченная фраза.

Нет – это мой окончательный ответ.

Нет – это значит, что торговаться бесполезно.

Нет – не значит «может быть».

Для начала давайте проясним, что не входит в ваши родительские обязанности. Вы не должны быть для ребенка великовозрастным товарищем по играм в песочнице, многофункциональным развлекательным центром в формате 3D и тем более «живой пустышкой», то есть подручным успокоительным средством. Если вы принимаете близко к сердцу любой детский каприз, помните: тем самым вы превращаете ребенка в эгоиста, не способного думать о нуждах других. Давайте остановимся на минутку и разберемся, какое послание мы передаем ребенку, бьющемуся в истерике в кафе или на дне рождения. Мы как бы учим его: «Вопи громче, кричи истеричнее – и тогда ты получишь и печенье, и шоколадный коктейль, и все это – в придачу к ванильному мороженому, из которого, смотри, я уже выковыряла все кусочки бисквита!» Учить детей пониманию и сочувствию, объяснять, что мир отнюдь не крутится вокруг них, – значит, давать им куда более ценные жизненные уроки.

Всегда думайте о том, что вы внушаете ребенку своим поведением, чему учите его. В разгар конфликта постарайтесь глубоко вздохнуть, взять паузу и взглянуть на происходящее со стороны. А потом загляните вперед и спросите себя: способствуете ли вы воспитанию в ребенке тех качеств, которые сами считаете значимыми? Поможет ли ваше теперешнее поведение развитию ребенка в долгосрочной перспективе, или вы просто стремитесь любой ценой решить сиюминутную проблему?

Реакция ребенка не должна влиять на вашу родительскую позицию. Уверяю вас, этот компас заведет вас в никуда. Помните: вы старше, мудрее и адекватнее судите о происходящем. Не позволяйте своим чадам ввергать вас в сомнения, и даже если ваш ребенок скандалит все сильнее, не заводитесь сами.

Лучше всего дети учатся, если вы настаиваете на своем постоянно. Мы называем это «фиксированным подкреплением». Именно такое ваше поведение учит детей тому, что вы говорите, что думаете, и делаете то, о чем говорите. Если же вы не умеете добиваться своего, дети приходят к выводу, что вы не заслуживаете доверия. Способ подкрепления, который мы используем, имеет решающее влияние на то, как действует ребенок, как он на нас реагирует и каким образом себя ведет. Ваши требования воспринимаются лучше всего, если они постоянны. Вы удивитесь, насколько быстро изменится поведение ребенка, если вы научитесь постоянно и неизменно настаивать на своем.

В современной семейной практике меня больше всего поражает и ужасает то, что дети бьют своих родителей! Увы, подобное чудовищное и категорически неприемлемое поведение сегодня – отнюдь не редкость. Конечно, когда предшествовавшие поколения родителей считали нормальным поднимать руку на ребенка – это было не менее ужасно. Родители никогда не должны использовать физические наказания, и из этого правила не может быть исключений. Подобным дурным примером вы учите ребенка тому, что можно решать проблемы с помощью насилия. Вы сами, своими руками, учите его неконтролируемому поведению. Давайте подумаем, какое послание вы передаете таким образом: «Мой ребенок отвратительно себя ведет. Отлуплю-ка я его как следует – и пусть знает, что если он чем-то расстроен, ему нужно лишь пойти и кого-нибудь побить!» Вот что он усваивает, вот чему вы его учите. Да, вам удастся добиться немедленного послушания – здесь и сейчас, но в долгосрочной перспективе вы, скорее всего, породите множество проблем. Исследования показывают, что дети, которых подвергали физическим наказаниям, чаще оказываются неспособными подчиняться требованиям дисциплины, чаще проявляют физическую агрессию, чаще становятся жертвами разного рода зависимостей и испытывают проблемы с психикой.

«Меня поролы – и ничего, вырос нормальным человеком!» – это оправдание весьма распространено, но от этого оно не становится менее подлым. Воспоминания о пережитых в детстве физических наказаниях до сих пор мучительны для многих взрослых. И тот факт, что родители поролы детей веками, не делает порку правильным или хотя бы приемлемым методом воспитания.

Однако не менее отвратительно, когда сегодня, при вывернутой наизнанку иерархии власти, дети поднимают руку на родителей.

Сегодня отцы и матери посылают своим чадам такое послание: «Ты расстроен – что ж, иди сюда и отвесь мне хорошую оплеуху!» Вы, пусть и ненамеренно, учите его поднимать руку на близких – делать то, чего, как уже было сказано, делать ни в коем случае нельзя. В парке мама, болтавшая с компанией таких же молодых родительниц, сообщила своей четырехлетней дочери, что через пять минут им пора уходить. Ребенок, скуксившись, заныл, что хочет погулять еще. Мама ответила, что у них больше нет времени, – и тогда девочка ударила ее по лицу. Смущенная женщина нервно засмеялась – и вернулась к прерванной беседе. Остальные матери были шокированы – и немудрено: ведь если ребенок позволяет себе ударить мать или отца, значит, всякое уважение к родителям потеряно.

Классу необходим учитель, кораблю – капитан, стране – президент, а ребенку – родитель. Ваши обязанности заключаются не в том, чтобы развлекать свое чадо, а в том, чтобы вырастить и воспитать его. То есть – установить правила и границы, оставаясь в рамках которых ребенок будет в безопасности.

Пытаясь стать другом своему ребенку, вы играете с ним на равных. Проблема в том, что равенства между вами нет и быть не может. Выстраивая дружеские отношения с детьми, мы вновь нарушаем структуру власти в семье. Если вы – друг, а не родитель, значит, ваш ребенок остается сиротой. Эту проблему очень точно описала психолог и писательница Венди Могел: «Вашему ребенку не нужна дополнительная парочка великовозрастных приятелей. У него уже есть друзья – и все они веселее и прикольнее вас. А вот родители ему необходимы».

Сила близости

1. Ваша задача – учить и вдохновлять, а не стыдить и карать.
2. Не бойтесь взять паузу. Прежде чем отреагировать на событие, которое вывело вас из себя, сделайте перерыв.
3. Последствия поступков учат ответственности.
4. Четкие, ясные и неоспоримые границы дозволенного создают общность между вами и детьми. Устанавливайте границы с умом и любовью к ребенку.
5. Дисциплина учит детей самодисциплине.
6. Демонстрируйте сочувствие к ребенку, если ему довелось столкнуться с трудностями. Сочувствие помогает справиться с бурей эмоций. Помните, что вы – одна команда, стремящаяся к общей цели – вырастить замечательного человека.
7. Сохраняя спокойствие, вы тем самым показываете детям, что они тоже могут справляться со своими эмоциями, и учите их, как это делать. Таким образом вы помогаете им обрести психологическую устойчивость.
8. Тщательно подбирайте слова. Унизительные и стыдящие выражения чрезвычайно опасны – они лишают ребенка уверенности в себе и самоуважения.
9. Ваши дети будут вести внутренний монолог именно так, как вы говорите с ними. Ваш голос будет звучать в их головах.
10. Самое важное наследие детских лет – ощущение любви.