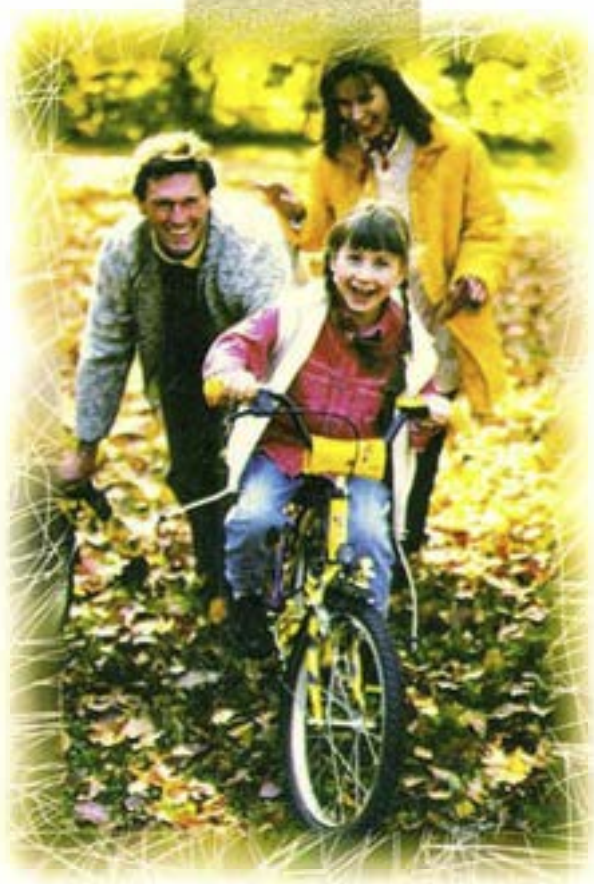


Росс Кэмпбелл

Воспитание в общении



Росс Кэмпбелл

Воспитание в общении

*Воспитание в общении: Мирт; СПб; 2002 ISBN
5-88869-131-3*

Аннотация

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

Содержание

Вступительное слово от автора	5
Глава 1	6
Рассказ Мэри	7
Два принципа воспитания	8
Ключ к эффективному воспитанию	9
Каким «экспертам» можно доверять?	11
Четыре краеугольных камня успешного воспитания	12
Мэри и краеугольные камни воспитания	13
Изменить свой подход к воспитанию	16
Взгляд в будущее	17
Глава 2	18
Золотые «пятидесятые»	19
Неспокойные «шестидесятые»	20
Модификация поведения и «семидесятые»	21
Современная концепция модификации поведения	22
В чем причина наших неудач?	23
Где же ответ?	25
Мэри и ее родители	26
Вновь четыре краеугольных камня	27
Что нужно нашим детям?	28
Глава 3	29
Наилучшее место для выражения любви – семья	30
Важнейший фактор: безусловная любовь	31
Что же такое безусловная любовь?	32
Младенческая чувствительность	33
Эмоциональное питание души ребенка	34
Возвращаясь к истории Мэри	35
Как выразить безусловную любовь	37
Правильно расставить приоритеты	41
Источник блага	42
Глава 4	43
Слишком много любви?	44
Кто контролирует ситуацию?	45
Что такое дисциплина?	47
Что такое детская любовь?	48
В чем нуждается мой ребенок?	49
Пять способов корректировки поведения	51
Когда ребенок действительно раскаивается	57
Глава 5	58
Моральное испытание молодого человека	59
Элементы правильного мышления	60
Как передать детям свои истинные ценности	63
Найдите время для беседы с детьми	65
Мысли или чувства?	66
Недостающее звено	68
Готовьте детей к будущим испытаниям	69

Выбирайте благоприятное время	71
Отпустить ребенка в самостоятельную жизнь	72
Глава 6	73
Опасная угроза всей жизни	74
Как мы выражаем свой гнев	75
Гнев и пассивно-агрессивное поведение	77
Распознавание пассивно-агрессивного поведения	79
Возрастая в зрелости	81
Обуздание гнева через прощение	85
Не обрушивайте свой гнев на ребенка	87
Глава 7	88
Развращающее влияние масс-медиа	90
Атака на нравственную цельность личности	94
Тактика киноискусства	95
Родители в тупике	96
Что же мы, родители, можем сделать?	97
Пользоваться телевидением разумно	99
Быть рядом с детьми	100
Глава 8	101
С чего начинается духовное воспитание	102
Основы духовного воспитания	105
Воспитание уважения к духовным ценностям	107
Методы духовного воспитания	109
Вселяйте в своих детей оптимизм и надежду	111
Глава 9	113
Четыре основные разновидности страха	114
Как преодолеть страхи	117
Тревога и заботливые сердца	118
Здоровый баланс	119
Детская депрессия	120
Распознавание и лечение депрессии	123
Ваша главная роль как родителей	126
Глава 10	127
Мотивация личным примером	130
Подсознательная мотивация и насилие	131
Корректировка поведения	132
Корректировка поведения и мотивация	133
Негативные подсознательные мотивации	134
Готовить ребенка к учению	136
Мотивирование ребенка на ответственное отношение к учебе	137
Мотивирование ребенка на другие интересы	139
Глава 11	141
Эпилог	148
Руководство по изучению	150

Росс Кэмпбелл

Воспитание в общении

Вступительное слово от автора

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

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

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

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

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

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

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

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

Глава 1

Два подхода к воспитанию

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Рассказ Мэри

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

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

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

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

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

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

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

Два принципа воспитания

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

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

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

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

Ключ к эффективному воспитанию

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

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

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

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

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

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

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

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

Каким «экспертам» можно доверять?

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

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

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

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

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

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

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

Четыре краеугольных камня успешного воспитания

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

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

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

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

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

Мэри и краеугольные камни воспитания

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

Эмоциональные и все жизненно важные нужды

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

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

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

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

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

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

Дисциплинирование

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

Физическая и эмоциональная защищенность

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

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

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

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

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

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

Умение справляться с гневом

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

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

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

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

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

Изменить свой подход к воспитанию

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

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

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

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

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

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

Взгляд в будущее

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

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

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

Глава 2

Почему все это произошло с нами?

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

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

Золотые «пятидесятые»

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

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

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

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

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

Неспокойные «шестидесятые»

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

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

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

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

Модификация поведения и «семидесятые»

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

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

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

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

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

Современная концепция модификации поведения

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

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

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

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

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

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

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

⁶ Ibid., 189.

В чем причина наших неудач?

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Где же ответ?

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

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

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

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

Мэри и ее родители

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

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

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

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

Вновь четыре краеугольных камня

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

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

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

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

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

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

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

Что нужно нашим детям?

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

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

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

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

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

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

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

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

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

⁹ Ibid.

Глава 3

Первый краеугольный камень: воспитание в любви

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

1 Ин. 3:18

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

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

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

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

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

Наилучшее место для выражения любви – семья

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

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

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

Важнейший фактор: безусловная любовь

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

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

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

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

Что же такое безусловная любовь?

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

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

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

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

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

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

Младенческая чувствительность

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

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

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

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

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

Эмоциональное питание души ребенка

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

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

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

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

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

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

Возвращаясь к истории Мэри

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

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

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

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

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

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

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

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

Как выражать безусловную любовь

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

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

Общение «глаза в глаза»

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Физический контакт

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Безраздельное внимание

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

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

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

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

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

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

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

Правильно расставить приоритеты

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

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

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

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

Источник блага

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

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

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

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

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

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

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

Глава 4

Второй краеугольный камень: умение приучать к дисциплине

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

Питер Де Вриз

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

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

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

Мишель ничем не отличается от большинства современных родителей. Отсутствие обучения для родителей и быстро меняющееся лицо современной культуры нередко смущают их. Многие из них просто копируют своих родителей, воспитывая детей так, как были воспитаны сами, и полагают, что этого вполне достаточно. Возможно, это так, пока дети малы, но по мере их взросления родители начинают понимать, что не знают ответов на многие вопросы. Им также приходится признаться себе в совершении множества ошибок и необходимости их исправить.

Но мы не можем позволить себе сегодня такую роскошь, сейчас как никогда важно не ошибиться с первого раза. У нас нет той возможности исправлять свои ошибки, которую имели в прошлом наши родители. Мы должны иметь очень четкое представление о нуждах и потребностях наших детей сегодня, когда именно в этом важном вопросе так мало определенности.

Слишком много любви?

Многие люди в наше время верят в теорию опасности «излишней любви», согласно которой ребенок, получающий слишком много любви, непременно испортится. Они уверены, что корни всех проблем в недостатке дисциплины, под которой они понимают прежде всего наказание. Они сдерживают проявления любви и усиливают наказание. Однако, как мы уже установили, каждый ребенок отчаянно нуждается именно в проявлении любви. Так что же получается? Родители, попавшие в эту ловушку, строят свои отношения с ребенком преимущественно на наказании и пренебрегают тем, что они должны постоянно демонстрировать, – проявлением любви. Через некоторое время обескураженные родители обнаруживают, что их влияние и авторитет полностью или частично разрушены. Хуже всего то, что эти родители не сумели передать свою любовь тому, кого они на самом деле искренне любят, – своему ребенку.

Очень важно прежде всего учитывать эмоциональные потребности своих детей; без этого условия бессмысленно приступать к привитию навыков правильного поведения и дисциплины. Только в этом случае можно быть уверенными в эффективности воспитания и по-настоящему наслаждаться общением с детьми. Как ответственные и заботливые родители, мы не имеем права наказывать детей, прежде не восполнив их потребность в любви.

Большинство современных родителей, поставивших наказание на первое место, впоследствии сталкиваются с огромными трудностями. Те же, которые во главу угла ставят эмоциональные потребности ребенка, найдут большое удовлетворение и радость во всех остальных аспектах своей воспитательской работы.

Кто контролирует ситуацию?

Ребенок-манипулятор

Предполагается, что контроль над обстановкой в доме принадлежит родителям. Однако есть семьи, в которых 3-4-летние дети давят на своих родителей, причем с полным пониманием смысла своих действий. Трехлетний Джош, которому очень хочется пойти вместе с родителями, а не оставаться вечером дома с тетей, закатывает настоящую истерику, с отчаянными криками бросаясь на пол. Это почти срабатывает, но вмешивается тетя и убеждает родителей не уступать, утверждая, что с Джошем все будет хорошо, как только они уйдут. После их ухода она спрашивает мальчика: «Для чего все это? Ты что, хотел сломить родителей?» Утомленный ребенок согласно кивнул.

Никогда не следует недооценивать способность ребенка манипулировать старшими и стать настоящим тираном. Если этот процесс вовремя не остановить, он будет прогрессировать. В доме, где один ребенок или несколько детей удерживают контроль, родители находятся в очень незавидном положении, а масштаб детского влияния все более расширяется. Пока родители заняты разрешением своих многочисленных проблем – финансовых или связанных с профессиональной карьерой, – ребенок все более укрепляет свою диктатуру.

Борьба за власть обостряется, растет напряженность, и родители выбиваются из сил, стараясь как-то наладить жизнь в семье. Когда же их силы иссякают, они теряют способность общаться с детьми с терпением и любовью.

Такие родители слишком измотаны, чтобы поддерживать свой супружеский союз. Последние исследования показали, что весь комплекс жизненных неурядиц самым драматичным образом отражается на супружеских взаимоотношениях. Отмечена тенденция к катастрофическому осложнению сексуальных отношений между супругами. Находясь целый день на работе и возвращаясь домой усталыми, они не имеют никаких сил поддерживать тепло в доме. В результате – раздражение и резкая реакция на плохое поведение детей вместо доброжелательного внимания и желания спокойно разобраться во всех проблемах.

С ухудшением психологического климата в семье отношения между детьми и родителями все более осложняются, и порочный круг замыкается. Соперничество за власть и влияние набирает силу. В такой ситуации родителям необходимо обратиться к первоосновам для того, чтобы восстановить свой контроль над своей жизнью и жизнью своей семьи.

Томми: «Я так хочу!»

Джефф и Мардж были в растерянности, не зная, как справиться с сыном Томми. Как только ему что-то было нужно, он тотчас начинал плакать, не объясняя причины, и издавал такой вой, которому позавидовала бы любая сирена.

В конце концов Томми снисходил до того, чтобы сквозь свои вопли все же выразить родителям свое желание: «Я хочу эту игрушку!» или «Мороженого! Мороженого! Сейчас!» Родители лихорадочно бросались исполнять желание сына, только бы он перестал кричать. Все это было бы забавно, если бы не было так печально. Особенно для родителей Томми, которые были настолько растеряны, что иногда сами кричали: «Томми, хватит! Перестань кричать и получишь игрушку!» Таким образом, вся семейная атмосфера извращена, и уже неизвестно, которая из двух сторон ведет себя глупее. Родительский авторитет в такой обстановке поставлен под большое сомнение.

Когда к Джеффу и Мардж приходили гости, Томми совсем распоясывался. Он знал, что родители на все готовы, только бы скрыть свое унижительное положение от посторонних глаз, и он делал с ними все, что хотел. Этим он ставил в неловкое положение и гостей, которые недоумевали, почему эти совсем неглупые люди не могут справиться со своим ребенком, и рассуждали, почему они просто не отшлепают его как следует.

У этих молодых родителей хватило здравого смысла вовремя обратиться за помощью. Они чувствовали, что где-то есть ответы на их вопросы, и они решили найти их. Поскольку Томми было четыре года, а не четырнадцать, они смогли внести серьезную корректировку в свои методы воспитания. Во-первых, они научились обращать внимание на эмоциональные потребности сына, и, во-вторых, – прививать ему навыки хорошего поведения, применяя, при необходимости, наказание, однако не лишая мальчика знаков своей любви.

Родители Томми серьезно отнеслись к своей роли воспитателей, и сегодня Томми – счастливый и уравновешенный подросток, и отношения между ним и родителями прекрасные. Этому способствовало то, что родители Томми научились держать себя спокойно и доброжелательно и при этом неуклонно проявлять твердость в своих требованиях. Они, хотя и с трудом, усвоили, что родители обязаны контролировать ситуацию постоянно и что, тем не менее, твердость и непреклонность не означают неумения идти на компромисс и проявлять гибкость. Эти качества особенно ценны, когда нужно разобраться в чем-то, правильно оценить происходящее и выбрать верную стратегию на будущее.

Контролировать ситуацию – это не значит избавиться от излишних страхов. Сегодня многие родители замкнулись на двух полярных позициях, каждая из которых одинаково губительна. Одни устанавливают чрезвычайно жесткий контроль и ориентируются только на наказание, а другие чересчур либеральны и боятся держать детей в руках. Оба эти подхода основаны на страхе. И те, и другие опасаются дурного влияния современной культуры на своих детей. Первые боятся, что, если над детьми не установить жесткий контроль, они обязательно сойдут с пути; вторые боятся гневить своих детей и спровоцировать бунт в особо опасных формах. Воспитание в атмосфере страха вредно и для родителей, и для детей и неизбежно приносит беды и проблемы. Чтобы правильно воспитывать своих детей, родителям необходимо прежде всего научиться выражать свою любовь к ним.

Что такое дисциплина?

Очень важно понимать, что приучать к дисциплине не значит наказывать. Конечно, наказание можно отнести к дисциплинарным методам, однако к самым негативным из них, и поэтому занимающим самое незначительное место. Основная причина такого обилия проблем в деле воспитания и такого множества неблагополучных детей состоит в том, что взаимоотношения родителей и детей приобрели крайне нежелательный характер.

Родители почти всегда могут повернуть ситуацию в нужную сторону. Для этого следует только максимально использовать позитивные ресурсы, прежде чем прибегать к негативным. Разумеется, иногда наказание оправдано и даже необходимо, однако многие родители рассматривают наказание как единственное средство дисциплинирования. Такое воспитание построено на реакциях на поступки – воспитательном методе, который несет огромную ответственность за антиобщественное поведение многих молодых людей.

Нужно правильно понимать смысл дисциплины. *Важнейшей частью правильного подхода к дисциплине является проявление родительской любви к ребенку.* В этом случае родители могут приступить к другой важной задаче дисциплинирования: *развитию интеллекта и характера ребенка с целью воспитания самостоятельного и полноценного члена общества.* Процесс дисциплинирования опирается на всевозможные методы общения: личный пример, устное внушение, письменные просьбы, назидания, познавательные занятия и игры.

Несомненно, наказание является одним из компонентов этого процесса и занимает в нем свое место. Но это место никогда не должно быть первым. Несравненно важнее умение направлять ребенка к добру, чем наказывать его за плохие поступки. Развивая определенные навыки поведения у детей, родители обязаны прежде всего любить их, а уж потом заботиться о разнообразии методов дисциплинирования на многие годы вперед. Когда ребенок чувствует любовь родителей и его душа наполнена положительными эмоциями, тогда он находится в оптимальной форме для принятия всех родительских наставлений.

Чтобы ребенок охотно принимал руководящую роль родителей, он должен отождествлять себя с ними. Когда ребенок не чувствует единения с родителями и их любви, он относится к каждой их просьбе как к дополнительной обязанности, которую встречает в штыки. Сегодня многие дети демонстрируют негативное отношение к авторитету взрослых вообще и подтверждают это своими безответственными поступками не только дома, но и во всех общественных местах.

Как приучать детей проявлять должное уважение к людям и авторитету родителей? Только в атмосфере сердечной близости с ними, проявляя уважение к ним и любовь. И вновь от вас требуется: 1) ваша безусловная к ним любовь, 2) постоянное наполнение любовью всего их существа и 3) привитие жизненно важных навыков поведения.

Что такое детская любовь?

Чтобы достигнуть успеха в воспитании ребенка, вам необходимо понять сущность детской любви, ибо дети любят совсем не так, как взрослые. Ребенок любит бессознательно.

Рассмотрим пример из жизни взрослых. Генри любит Барбару и мечтает жениться на ней. Он старается проявлять свою любовь, быть добрым, внимательным и всегда готовым помочь. Он стремится заслужить ее любовь. Такой подход к любви можно назвать *взаимовыгодным*. Генри делает все возможное, чтобы заручиться любовью Барбары в обмен на свою.

Хотя взрослым следовало бы любить безусловно, чаще всего они все-таки способны только на взаимовыгодную любовь. Лишь в редких случаях мы оказываемся способными на более высокое чувство безусловной любви.

Однако ребенок не умеет любить ни на безусловных, ни на взаимовыгодных началах. В силу психологической незрелости личности ребенка его любовь ориентирована на него самого. Он любит инстинктивно и так же инстинктивно чувствует свою потребность быть любимым. Он знает, что имеет право на родительскую любовь, но он не знает, что у родителей есть свои «емкости», которые тоже нуждаются в наполнении безусловной любовью, и поэтому он ищет только своего – чувствовать себя любимым.

Когда сосуд детской души полон до краев положительными эмоциями, он не испытывает необходимости побуждать родителей к дальнейшему наполнению его безусловной любовью; если же уровень наполнения низок, то будьте готовы услышать отчаянный вопрос: «Вы все еще любите меня?», который ребенок постоянно задает вам своими поступками. Помните, что дети ориентированы на поступки. От того, как родители ответят на этот запрос о любви, зависит дальнейшая жизнь ребенка и выбор того или иного типа его поведения. *Основная причина дурного поведения – отсутствие наполнения любовью его души, пустота эмоциональной емкости.* Есть, конечно, и другие причины плохого поведения, но эта причина, как правило, самая важная. Кроме того, эмоциональная пустота усугубляет действие других факторов плохого поведения.

Почему так важно понимать механизм детской любви? Многие родители думают, что ребенок обязан заслужить их любовь и одобрение хорошими поступками. Но дело в том, что для этого ребенок слишком неопытен. Он испытывает родительскую любовь своим поведением, особенно если его эмоциональная емкость пуста. Если родители не понимают особенностей детской любви, они приходят в замешательство и растерянность, когда ребенок ведет себя не так, как они ожидали, и считают это вполне нормальное поведение грубым и неуважительным.

Как часто бывает, что сын или дочь своим поведением умоляют ответить на свой вопрос: «Любите ли вы меня?» Если родители убедят ребенка в своей любви, они снимут с него тяжелый груз, и ему уже не нужно больше испытывать их любовь плохим поведением. Но если родители не понимают этого и полагают, что ребенок должен заслужить любовь своими хорошими поступками, их ждет неизбежное разочарование. Они обвинят ребенка в неуважении, грубости, неблагодарности, тогда как сын или дочь всего лишь по-детски ищут ответ на свой вопрос: «Мама, ты любишь меня?», «Папа, ты любишь меня?»

В чем нуждается мой ребенок?

Если ребенок плохо ведет себя, значит какая-то из его важных потребностей не удовлетворяется. И здесь вы должны спросить себя: «В чем нуждается мой ребенок?» К сожалению, многие родители в этом случае задают себе вопрос: «Как я могу исправить поведение моего ребенка?» Этот вопрос почти автоматически, независимо от ситуации, приводит к наказанию. Если родители начинают с наказания, они теряют способность в дальнейшем видеть реальные нужды ребенка.

Задаваясь вопросом «В чем нуждается мой ребенок?», вы можете путем логических рассуждений найти правильный ответ. Если же за плохим поведением вы не разглядите настоящую нужду детской души, вы не сможете помочь своему ребенку.

Когда ребенок плохо ведет себя, и вы пытаетесь понять, в чем он нуждается, то непременно спросите себя: «Может быть, в его эмоциональной емкости иссяк запас любви?» К этому вопросу нужно подойти очень рационально и практично, ибо гораздо легче воспитывать ребенка, чувствующего себя безусловно любимым.

Разумеется, речь не идет о том, чтобы смотреть на дурные поступки сквозь пальцы, но о том, чтобы подходить к проблеме правильно – не чересчур либерально и не чересчур жестко. Вы должны в первую очередь позаботиться об удовлетворении потребности ребенка в любви и наполнить сосуд его души положительными эмоциями. Конечно, не исключены и другие причины плохого поведения, но иногда решение этой проблемы может быть совсем простым.

Я хочу привести случай из нашей семейной жизни, когда нашим сыновьям, Дейлу и Дейvidу было, соответственно, пять и девять лет. Я вернулся с конференции и мне не терпелось поделиться впечатлениями с моей женой Пэт. По пути домой я все время разговаривал с ней и фактически не обращал внимания на мальчиков. Каждый раз, когда Дейл говорил: «Папа!», я продолжал говорить с Пэт. Вначале он терпел, но потом начал плакать, ныть и безобразно вести себя, так что даже расстроил Дейвида.

Первым моим желанием было: пресечь это безобразие. И я задал себе этот старый и привычный вопрос: *что я должен сделать, чтобы исправить поведение моего ребенка?* Моя дорогая жена сразу же почувствовала мою растерянность и быстро шепнула мне: «Почему бы тебе не применить то, о чем ты проповедуешь?» Я сразу же спросил себя: «В чем нуждается этот ребенок?» Ответ был очевиден. Я понял, что «эмоциональная емкость» Дейла была пуста из-за моего невнимательного к нему отношения по дороге домой. Меня не было в городе какое-то время, а по возвращении я лишил его своего внимания. Он спрашивал меня, как это могут делать только дети, – своим дурным поведением – о том, люблю ли я его. Он просто искал ответ на свой вопрос: «Ты все еще любишь меня после того, как тебя так долго не было?»

И тут все встало на свои места и обрело смысл. Мальчик отчаянно нуждался в своем папе. Если бы я предложил ему что-нибудь другое, а не то, в чем он нуждался, то есть *меня самого*, поведение его могло стать непредсказуемым. Ни повышенный тон, ни прямая угроза, ни заточение в спальню – ничто не помогло бы. Какое счастье, что я не набросился тогда на Дейла. Вместо этого я повел его в нашу спальню, и молча прижал его к себе, и удивлялся тому, как долго этот обычно очень подвижный малыш тихо и неподвижно сидел, прильнув ко мне. Он просто напивался необходимой ему живительной любовью. Когда сосуд его души наполнился, он оживился и через некоторое время стал самим собой, то есть спокойным и счастливым ребенком. После нескольких слов о моей поездке он побежал искать брата, а когда я вошел к ним в комнату, они уже играли там вместе.

Хотелось бы, чтобы всякое дурное поведение можно было объяснить дефицитом любви. Насколько упростился бы весь процесс воспитания! Но, к сожалению, это далеко не так. Если, размышляя о потребностях вашего сына или дочери, вы приходите к выводу, что эмоциональная емкость их души достаточно наполнена, то вы должны спросить себя, нет ли здесь физической проблемы, ибо второй типичной причиной плохого поведения может быть именно она.

Чем младше ребенок, тем больше его поведение определяется физическими факторами. Вы должны спросить себя, не болит ли что-нибудь у моего малыша? не болен ли он? не переутомился ли? А может быть, он просто голоден или хочет пить? Это не означает, что плохое поведение не следует корректировать в случае физических недомоганий, но прежде необходимо облегчить их.

Пять способов корректировки поведения

Однако не всегда плохое поведение обусловлено недостатком любви или физическими причинами. Подчас здесь требуется установление дополнительных ограничений, а порой – и наказание. Если ребенок неуправляем, ведет себя вызывающе и попирает родительский авторитет, то необходимы соответствующие меры. Я назову вам пять способов управления поведением ребенка. Два из них имеют позитивный характер, и вы можете использовать их при любых обстоятельствах, два – негативны и могут применяться только при необходимости, а один – нейтрален, но применять его следует с большой осторожностью.

Эффективность любого из этих методов напрямую зависит от того, насколько наполнен сосуд детской души положительными эмоциями. Итак, это: 1) просьба (позитивный), 2) приказание (негативный), 3) мягкое физическое побуждение (позитивный), 4) наказание (негативный) и 5) модификация поведения (нейтральный).

Просьбы и приказания

Просьба является позитивным методом корректировки поведения и оптимальным средством развития отношений в любви. Просьбы действуют на детей успокаивающе, а это особенно важно для исправления поведения. Они обычно произносятся в более высокой тональности и сопровождаются модуляцией голоса в конце фразы, свойственной любому вопросительному высказыванию. Обращаясь к ребенку с просьбой, вы адресуете ему множество других, подразумеваемых посланий, таких, как, например: «Я уважаю твоё мнение по этому поводу» или «Я знаю, что тебе это небезразлично и ценю твои чувства». И самое ценное – то, что вы даете ребенку понять следующее: «Я надеюсь, что ты сам будешь отвечать за своё поведение». Ваши сын или дочь могут взять на себя ответственность, если только вы дадите им такой шанс.

Ребенок, который растет в атмосфере доброжелательной просьбы, воспринимает все преимущества воспитания, основанного на активном общении. Он ощущает себя помощником родителей в деле формирования своего характера, и это не имеет ничего общего со вседозволенностью. Такие родители ничуть не жертвуют своим авторитетом и не теряют уважения в глазах ребенка. На самом деле, уважение сына или дочери к родителям только укрепляется, потому что они видят, что их папа и мама не просто указывают им, но искренне интересуются ими и любят их.

Если же одних просьб оказывается недостаточно, следует прибегать к *приказаниям*. Приказания, как негативные методы воздействия, допустимы только в тех случаях, когда просьбы не действуют. Приказания могут спровоцировать в ребенке гнев и неповиновение. Обычная в этих случаях более низкая тональность голоса и нисходящая модуляция в конце фразы только усугубляют ситуацию.

Кроме того, обращения в форме приказа всегда содержат негативные подтексты. Поведавая ребенку сделать что-то и не оставляя ему никакого выбора или шанса для дискуссий, вы даете ему понять, что его мнение по данному вопросу не имеет значения. Вы также демонстрируете, что берете всю ответственность на себя. Чем чаще вы прибегаете к авторитарным методам, например, к приказанию, обличению, «пилению» или крику, тем менее эффективно вы действуете. Если же вы взяли за правило обращаться к ребенку с доброжелательной просьбой, тогда периодические приказания будут вполне оправданны.

Как родитель, вы обладаете большой властью, которая, однако, не безгранична. Если вы пользуетесь своей властью неприятным для ребенка образом, у вас остается очень мало возможностей контролировать его поведение, особенно в период взросления. Сегодня

множество таких родителей оказываются беспомощными даже перед своими малолетними чадами. Поскольку родительское влияние и власть не беспредельны, нельзя безрассудно расходовать их в постоянных негативных проявлениях, иначе у вас ничего не останется на тяжелые и критические ситуации в будущем.

Доброжелательный, но твердый подход к воспитанию не только сохранит ваши авторитет, но и укрепит его, потому что вы приобретаете не только уважение и любовь детей, но и их благодарность. Нужно помнить, что больше всего дети боятся вашего гнева и неодобрения. Когда вы подходите к ним с просьбами, несущими позитивный подтекст, вы на всю жизнь заручаетесь их любовью и благодарностью. Они никогда не забудут вашей доброты и любви и всегда будут признательны вам. С нежностью будут думать о вас, наблюдая других родителей, которые вечно злы на своих детей и недовольны ими. Такова важнейшая часть позитивного воспитания, основанного на активных взаимоотношениях.

Мягкое физическое воздействие

Мягкое физическое воздействие – это еще один позитивный путь корректировки поведения. Он особенно эффективен в младшем возрасте, но хорошо действует и на более старших детей. Я приветствую мягкое физическое побуждение, оно уместно там, где нарушения правил поведения не очень серьезны и где есть возможность оставаться в позитивных рамках.

Этот способ особенно хорош для двух-, трехлетних малышей, которые, в соответствии со своими возрастными особенностями, совершенно естественно говорят «нет» на любую просьбу. К примеру, вы говорите своей маленькой дочери: «Подойди, пожалуйста, к маме» и слышите в ответ «нет». Если вы перейдете к приказному тону и потребуете: «Иди сейчас же сюда!», вы опять можете услышать «нет». В этот момент вы почувствуете сильное искушение наказать малышку, но это было бы большой ошибкой. Однако *вы можете легко справиться с этой совершенно нормальной ситуацией, применив мягкое побуждение к действию, то есть сами подведете ребенка к себе*.

Вы остаетесь нежным и любящим родителем. Ваша малышка прекрасно понимает, что происходит. Она знает, что вы могли бы быть «злой» по отношению к ней, но вы избрали другой путь – доброты и любви. Именно так создаются по-настоящему любящие взаимоотношения между родителями и детьми.

Если же ваш ребенок отказывается повиноваться даже в этом случае, то здесь – и это нужно понимать – вы столкнулись с непослушанием. Иногда, особенно когда вы имеете дело с малышами, бывает трудно отличить нормальный младенческий негативизм от непослушания, и поэтому имеет смысл вначале отнести к этому явлению как к обычному возрастному негативизму. Но если вы имеете дело с непослушанием, то вы не должны мириться с ним.

Наказание

Это четвертый способ управления поведением ребенка, самый негативный и самый трудноисполнимый. По четырем причинам. Во-первых, потому что наказание должно быть адекватно проступку, и это особенно важно для детей, которые, как известно, обладают обостренным чувством справедливости. Они видят, когда родители подходят к выбору меры наказания небрежно и просчитывают свои преимущества. Они распознают также излишнюю суровость наказания и очень чувствительны к распределению меры наказания между своими братьями и сестрами.

Во-вторых, наказание, эффективное для одного ребенка, может совершенно не подействовать на другого. Мы наблюдали это с нашими двумя сыновьями. Для Дейла не было

страшнее наказания, чем одиночное заключение в своей комнате, а для Дейвида оно превращалось в удобное время поиграть со своими игрушками и почитать книжки.

В-третьих, суровость наказания в конкретный момент обычно зависит от настроения и самочувствия родителей. Если день был удачным и все шло хорошо, наказание, скорее всего, будет мягким, а при плохом настроении родителя оно наверняка окажется гораздо строже.

И, в четвертых, к выбору наказания нужно подходить с учетом возраста и уровня развития ребенка. То, что вполне приемлемо для семилетнего ребенка, может быть совершенно противопоказано пятилетнему; то, что полезно для одаренного ребенка, может подействовать отрицательно на обычного ребенка со средним уровнем развития.

Но каким бы трудным ни был для вас выбор времени и способа наказания, он всегда должен быть оправданным и осмысленным. Здесь может помочь предварительное обдумывание своих возможных действий, которое спасет вас от опасных ошибок. Неплохо вместе с супругом или с хорошим другом в спокойной обстановке поразмышлять о мерах наказания за различные проступки для каждого ребенка в семье. Это поможет вам сдерживать свое раздражение в непростых ситуациях в будущем.

Если маленький ребенок ведет себя плохо, тотчас задайте себе вопрос, не страдает ли ваш сын или дочь от какого-нибудь физического недуга, не голоден ли, не испытывает ли жажды. Спросите себя, не является ли его поведение выражением обычного младенческого негативизма. Если на все эти вопросы вы дадите отрицательный ответ, тогда задайте следующий: «Может быть, это непослушание?» Неповиновение и открытый протест против родительского авторитета – это то, с чем нельзя мириться. Вы должны постоянно удерживать контроль над ситуацией и по мере надобности корректировать поведение ребенка. Тем не менее не следует преувеличивать роль наказания. Ваша цель в том, чтобы сломить неповиновение, но делать это надо осторожно, при минимальном расходе ограниченного запаса вашего авторитета и власти. Если вы автоматически включаете механизм своего властного и негативного управления поведением ребенка, то есть прибегаете к наказанию, когда в этом нет прямой необходимости, то вы злоупотребляете своей силой и авторитетом.

Я неоднократно был свидетелем самых ужасных ситуаций, виновником которых были родители, совершившие эту ошибку. Они совершенно неразумно злоупотребляли своим авторитетом и властью по мелочам, а в результате у них не осталось ничего, когда пришли настоящие сложности, например, когда сын отчаянно хотел пойти на вечеринку, крайне нежелательную и опасную для него.

Да, переломить бунт и непослушание необходимо, но делать это нужно обдуманно. Во многих случаях убедительной просьбы бывает достаточно, чтобы непослушание исчезло, особенно если ребенок живет в атмосфере безусловной любви. Иногда довольно вежливого приказания или мягкого физического воздействия. Предпочитая более умеренную тактику, вы позволяете ребенку понять и оценить вашу доброту.

При этом вы должны сознавать, что избрали путь кротости и смирения. Это одна из самых трудновоспринимаемых концепций Священного Писания, однако именно этот путь остается одним из самых зрелых и эффективных в деле установления здоровых взаимоотношений. Кротость не следует отождествлять со слабостью и пассивностью, потому что это скорее контролируемая сила, это обладание властью, но отказ пользоваться ею вплоть до самой крайней необходимости.

Абсолютным воплощением смирения был Иисус Христос. Обладая безграничной властью, Он удерживал ее и применял лишь в определенных случаях. Он пользовался ею только ради блага других людей, не ради демонстрации Своего неудовольствия.

Мы должны стремиться к тому же. Если наши дети увидят нашу мудрость, они будут учиться мудрости у нас.

Шлепки как вид наказания

Как известно, шлепанье детей – один из видов наказания, хотя и очень противоречивый по своей сути, чему стоило бы посвятить целый раздел книги. Ни один из способов наказания не является бесспорным, и шлепанье также имеет свои положительные и отрицательные стороны. Положительно то, что оно дает результат немедленно, особенно в случае с малышами. Оно удобно потому, что не требует от родителей предварительной мыслительной работы.

С другой стороны, в более старшем возрасте оно малоэффективно, причем, чем чаще к нему прибегать, тем менее действенным оно становится. Злоупотребление этим способом наказания непременно приводит к озлоблению, а иногда и ненависти к родителям. Даже самые хорошие родители могут потерять контроль над собой, особенно при плохом настроении или самочувствии. В этой связи может возникнуть проблема насилия, которая сейчас очень активно обсуждается обществом. Противники физического наказания доказывают, что шлепанье разжигает в детях стремление к насилию, и этим нельзя пренебрегать, принимая во внимание постоянно растущий уровень насилия среди детей.

Кроме того, физическое наказание может оставить глубокие шрамы в душе ребенка. Физическая боль от ударов рукой, ремнем, доской или другими предметами постепенно проходит, но чувство страха и ненависти может жить гораздо дольше. Я недавно разговаривал с 87-летним человеком, который сказал мне, что его до сих пор преследуют воспоминания о шлепках, которые он постоянно получал в детстве. Я думаю, что в этом случае речь идет об *избиении*, потому что такие болезненные и устойчивые воспоминания о детстве встречаются нечасто.

Но есть люди, вспоминая свои детские шлепки чуть ли не с умилением; как правило, они являются сторонниками физического наказания. Я думаю, что в детстве эти люди получили родительскую любовь в полной мере. И поскольку они постоянно чувствовали себя любимыми, то спокойно принимали от своих дорогих родителей эти шлепки как продолжение любви. Они говорят о том, что такое наказание сыграло положительную роль в формировании их как состоявшихся и зрелых людей. Однако такое отношение к физическому наказанию – редкость для современного общества. Сегодня дети часто чувствуют нелюбовь родителей, и физическое наказание в этом случае только ухудшает их взаимоотношения.

Взгляд на физическое наказание как на основной метод ошибочен, поскольку отождествляет дисциплинирование с наказанием. *Приучать к дисциплине – значит наставлять на правильный путь. Чем дисциплинированнее ребенок, тем меньше необходимости в его наказании.*

Чтобы оправдать свой подход, который они называют библейским, некоторые воспитатели ссылаются на три строчки из Книги Притчей (13:25; 23:13 и 29:15), подтверждающие, по их мнению, обоснованность физического наказания. Они видят в нем основной принцип, который используют по отношению к детям, приучая их к дисциплине. Эти люди просто не замечают сотни других строк в Писании, которые говорят о любви, сочувствии, понимании, готовности помочь, прощении, руководстве, доброте и самопожертвовании, как будто ребенок не имеет права на эти выражения христианской любви.

Сторонники физического наказания, по-видимому, забыли о том, что упоминаемые в Писании жезл и посох пастыря были предназначены не для того, чтобы бить овец, а для того, чтобы направлять их на верный путь. Своим жезлом пастух заграждал дорогу разбредавшимся овцам и ягнятам, слегка подталкивая их и заставляя прибиться к стаду. Пастырский жезл использовался также для спасения заблудившихся овец. Если бы он был предназначен

для избияния овечки (или ребенка), то как мы сможем объяснить слова Псалма 22: «Твой жезл и Твой посох – они успокаивают меня»?

Тем не менее нельзя отрицать полезность легкого физического наказания как крайнего средства воздействия на ребенка. Здесь я хотел бы привести в качестве хорошего примера один случай из опыта моей дочери Кэри. Она работала в саду, а ее трехлетняя дочь Кэми играла поблизости. До сих пор Кэри всегда удавалось ограничиваться позитивными воспитательными методами, без физического наказания. Но в тот день Кэми несколько раз выбегала на улицу, и Кэри попросила ее: «Кэми, пожалуйста, не выбегай на улицу, это опасно». Но через минуту Кэми опять побежала на улицу. «Кэми, вернись сейчас же! Не бегай туда!» – строго предупредила мать, и малышка вернулась, но затем, уже в третий раз, она опять оказалась на улице.

На этот раз мать вышла на улицу вслед за ней: «Я сказала тебе не выбегать на улицу, – твердым голосом произнесла Кэри. – Я не шучу». Она взяла дочку за плечи и привела к дому. Кэми поиграла во дворе еще немного, а потом опять вышла на улицу. Кэри поняла, что ситуация достаточно серьезна и пришло время более решительных действий.

Впервые в жизни Кэми получила чувствительный массаж заднего места, который немедленно дал хороший результат. Когда спустя час отец Кэми подъехал к дому, она побежала к нему и закричала: «Папа, не выбегай на улицу!»

Обратите внимание, что мать воздерживалась от наказания, обращаясь к более позитивным методам воздействия, пока все они не были исчерпаны: она применила просьбу, приказание, мягкое физическое побуждение и только после всего – физическое наказание. Главное – не наказание ребенка, а его душевное здоровье. Я видел прекрасных детей, которых наказывали и которых не наказывали. Главное в том, чувствует ли ребенок себя безусловно любимым, и насколько правильно его воспитывают.

Физическое наказание допустимо, если оно не вредит ребенку и не ранит его сердце, если оно применяется как последнее средство и не сопровождается родительским гневом.

Однако я на своем опыте убедился, что физическое наказание редко требуется там, где родители ищут позитивные средства корректировки поведения детей.

Модификация поведения

Модификация, или изменение, поведения стоит на последнем месте в списке методов управления поведением ребенка. Она включает позитивное воздействие (привнесение в окружающую ребенка среду позитивного фактора), негативное воздействие (удаление из этой среды позитивного фактора) и наказание (привнесение негативного фактора). В некотором смысле, модификационный подход нейтрален, поскольку предполагает как позитивные, так и негативные элементы. Однако этот «нейтральный» подход, если ему отводить первое место в процессе дисциплинирования, чреват серьезными осложнениями.

Во-первых, он может препятствовать проявлению безусловной родительской любви; во-вторых, он может способствовать формированию у ребенка эгоистических мотивов типа «А какая мне от этого выгода?»

Модификационный метод следует использовать осторожно и вдумчиво. Если родители злоупотребляют им, ребенок не чувствует себя любимым, и прежде всего потому, что в основе этого подхода заложена условность: ребенок получает награду только при условии определенного поведения. Данный метод не учитывает эмоциональные потребности ребенка и препятствует раскрытию безусловной любви родителей.

Если вы используете модификационный метод, приучая ребенка к дисциплине, то вы столкнетесь с еще одной опасностью: если родители слишком часто прибегают к нему, то их ребенок учится использовать тот же метод в своих интересах. Он будет делать то, что

от него требуют, только с целью получить желаемое. Все это приводит к манипулированию другими людьми.

Несмотря на эти негативные моменты, модификационно-поведенческий подход в определенных ситуациях может быть довольно успешно использован. Например, в случае серьезных проступков детей на почве соперничества между ними;

или если при дурном поведении у ребенка отсутствует чувство вины и раскаяния. Или при серьезном обострении взаимоотношений девочки-подростка и ее матери. Чем больше внушений она слышит от матери, тем более углубляется конфликт. Это совершенно обычное явление для раннеподросткового возраста у девочек, и здесь корректировка поведения просто необходима. Я очень люблю книгу Рут Петерс «Не бойтесь приучать к дисциплине» (издательство «Golden Books»). Рут Петерс – одна из немногих авторов, не скрывающих свою бихевиористскую ориентацию. Однако рекомендуемые ею методы корректировки поведения всегда оправданы конкретной ситуацией и проблемой. Это прекрасная книга, она необходима каждому родителю для лучшего понимания возможностей управления поведением ребенка.

Когда ребенок действительно раскаивается

Когда ваш ребенок по-настоящему сожалеет о своем плохом поступке – это повод для радости. Это значит, что совесть у вашего сына или дочери жива и действует. Совесть – это качество, дефицит которого так явственно ощущается в современном обществе.

Что же является показателем здоровой совести? Ответ: способность испытывать чувство вины. А что может выместить начисто всякое чувство вины? Конечно, наказание! Особенно физическое наказание, ставшее ловушкой для многих родителей. Необдуманное и несвоевременное физическое наказание губительно и для детей, и для родителей.

Разумеется, вы не хотите, чтобы вашего ребенка постоянно грызло чувство вины, но есть намного худший вариант – его полное отсутствие. Если вы наказываете ребенка, который и без того искренне сожалеет о своем проступке, вы не только теряете редкий шанс открыть ему прощение как один из величайших даров в нашей жизни, но вы препятствуете формированию у вашего ребенка здоровой совести.

Что нужно делать, если сын или дочь действительно сожалеют о своем поведении? Я не говорю о тех случаях, когда вы слышите от них обычное «Я не хотел. Мне очень жаль», произносимое только с целью избежать наказания, но я имею в виду настоящее раскаяние. Как поступает ваш небесный Отец, когда вы искренне сокрушаетесь и просите прощения? Он прощает вас и очищает от всякой несправедности. Разве и вам не следует так же поступать?

Прощая своих детей, когда они по-настоящему раскаиваются, вы учите их прощать и преподаете практический урок прощения. Это очень важно, поэтому среди нас сегодня так много людей, совершенно не способных прощать других и обреченных на озлобление и горечь.

Прощая своих детей, вы делитесь с ними чудесным даром – умением прощать самих себя. Вы, наверняка, знаете людей, которые не умеют прощать себя, и вы не хотите такой судьбы для своих детей.

Ребенок, переживающий искреннее раскаяние, испытывает большую любовь к родителям, и в этом случае мы имеем прекрасную возможность стать ближе своему ребенку, которого мы так сильно любим. Мы, как родители, должны всегда помнить, что нашей основной задачей является удовлетворение эмоциональных потребностей детей, наиглавнейшая из которых – потребность в любви. Только в этом случае наши усилия контролировать и корректировать поведение детей будут успешными. Развитие у детей умения сдерживать свой гнев сильно облегчается там, где дети чувствуют полноту родительской любви.

Глава 5

Третий краеугольный камень: физическая и эмоциональная безопасность

*Однажды стало ясно, что одной из важнейших задач родителей
является необходимость противостоять массовой культуре.*

Эллен Гудман

Подобно расширяющимся кругам на воде на месте брошенного в нее камня, с каждым годом расширяются контакты ваших детей с внешним миром, и все большее число людей воздействуют на их жизнь. Когда ребенок идет в школу, родителям становится труднее контролировать его общение с другими людьми, а к подростковому возрасту имеются уже все основания для опасения за него, за его безопасность и защищенность от вредных влияний извне. В обществе, которое все более теряет свои нравственные ориентиры, в котором царит вседозволенность, мы обязаны научить наших детей трезво и благоразумно мыслить, ибо только так можно научить их противостоять дурным влияниям и принимать верные и здравые идеи. Хорошо, если мы поможем детям различать отвратительные стороны массовой культуры, это оградит их от ее вредного влияния. В главе 4 мы фокусировали свое внимание на умении управлять поведением детей. Однако без правильного и ясного мышления хорошее поведение оказывается неустойчивым и нередко переходит в свою противоположность. Поэтому мы рассмотрим пути научения наших детей правильно мыслить, чтобы они могли не только выживать в этом мире, но и жить полноценной и продуктивной жизнью.

Так как наше общество постепенно расточает свое духовное и нравственное наследие, ответственные родители не могут доверять этическое воспитание и обучение своих детей случайным людям. Мы больше не можем полагаться на тот арсенал ценностей, который мы считали неколебимым в наших школах, церквях и других учреждениях. Я не говорю, что не осталось ничего положительного, но я хочу подчеркнуть, что сегодня на всех уровнях общественной структуры царит вызывающее тревогу смещение понятий добра и зла.

Сместились некогда твердые понятия моральных ценностей. И в этой обстановке воспитание становится чрезвычайно сложным делом. С другой стороны, наши дети имеют возможность полноценно жить даже в этих условиях, но для этого от них требуется мужество при выборе правильного пути. И это нелегкая задача в обществе, где претенденты на вакансии указывают на свои несуществующие заслуги, где граждане дезинформируют налоговые органы о своих доходах и где студенты изобретательно хитрят и обманывают на экзаменах. Чем отважнее наши дети будут решать проблемы этики поведения, чем ответственнее будет их мышление и чем целостнее их моральный облик, тем сильнее эти факторы будут влиять на их жизнь. И, кроме того, они сами будут оказывать положительное влияние на общество. И наоборот, при неумении самостоятельно мыслить и при отсутствии внутренней цельности наши дети могут стать жертвами вредных явлений и тех людей, которые постоянно протягивают свои грязные руки к молодым душам. Так было всегда, но никогда еще зло не облекалось в столь вызывающие формы, как в наше время.

Моральное испытание молодого человека

Еще студентом медицинского колледжа, мой старший сын Дейвид стажировался в одном из больничных объединений, где и столкнулся с типичным случаем цинизма и беспринципности. Однажды Дейвид был направлен в качестве консультанта в одно конкурирующее медицинское учреждение, хотя он был в то время только аспирантом. И ему было велено шпионить за конкурентами в их корпоративных офисах.

Дейвид был глубоко потрясен и возмущен, и отказался выполнять это указание. Потом мы беседовали с ним об этом. «Папа, как ни горько признать, но, по-видимому, так сегодня делаются дела, – сказал он. – Это мое первое испытание на порядочность в мире бизнеса. Надеюсь, мне удастся избежать такого рода предложений в дальнейшем, но я знаю, что мне будет очень нелегко там работать». Сегодня, когда Дейвид уже давно самостоятельно трудится, я рад тому, что тогда он сумел отстоять свою позицию и остался верен своим нравственным ценностям.

Подобные случаи характерны не только для секуляризованного мира. Несколько лет назад глава одного из религиозных рекламных агентств послал несколько своих служащих поработать для одной христианской организации, представителем которой оно являлось. Он велел одной женщине подслушивать и подсматривать в офисах клиентов, то есть шпионить с целью установить, с кем еще эта группа имела деловые связи. Женщина отказалась выполнить поручение своего босса и расплатилась за это: он лишил ее участия в прибыли на несколько лет.

Конечно, когда ваш сын или дочь, будучи студентами, войдут в мир бизнеса, хотя бы на неполный график или в качестве практикантов, ваше влияние на их реакцию на различные обстоятельства будет очень ограничено. Именно поэтому так важно уже сейчас учить детей мыслить критично и правильно.

Элементы правильного мышления

Чтобы помочь стать зрелыми людьми – такими, какими вы желаете их видеть, нужно научить их благоразумно и ответственно мыслить. Они должны уметь давать правильные оценки и выносить основательные суждения уже на пороге юношеского возраста. Родители должны быть уверены в том, что к семнадцати годам их дети достаточно хорошо подготовлены, способны к анализу и здравому рассуждению и могут принимать самостоятельные решения. Это чрезвычайно важно и для их собственной безопасности, и для спокойствия их родителей.

Воспитывая детей, вы, как родители, стараетесь передать им свое понимание окружающего мира и своих принципов взаимодействия с ним. Вы формируете их представления о реальном мире и их личную систему истинных ценностей. Вы способствуете формированию их как цельных личностей. Только как цельные личности ваши дети смогут противостоять лжеценностям и вредным влияниям; только в этом случае они смогут положительно влиять на других людей и ориентировать их на здоровое и доброе начало.

Сегодня в нашем обществе разговоры о необходимости правильного мировоззрения считаются признаком ограниченности. Все большее число взрослых людей соглашаются с этим мнением, и в результате многие родители оказываются неспособными передать молодому поколению ключевые истины и ценности. Стремление поступать по совести и трудиться ради блага других вытеснены заботами о жизненном комфорте и деньгах. Наше общество активно теряет способность различать добро и зло. И все-таки внутренняя нравственная цельность остается главным качеством человека, она определяет его честность, искренность и надежность.

Вот три важнейших компонента нравственной цельности личности:

1. Правдивость.
2. Верность данному слову.
3. Ответственность за свое поведение.

Не так давно каждый из этих компонентов высоко почитался среди большинства членов нашего общества, однако сегодня все три исчезают из перечня стандартов общественной морали. Надо признать, что произошла потеря веры в эти три столпа нравственности, – потеря, которую нам придется восполнять, если мы хотим воспитать наших детей в духе истинных ценностей.

Правдивость

Правдивость – категория не только социальная. Она основана на признании существования объективной истины, на которой держится вся правда нашей жизни и нашего общества. Нетрудно, к примеру, увидеть отношение президента Билла Клинтона к нравственным ценностям, которое вылилось в ложь перед авторитетным жюри. Президент обладал всем – властью, талантом, прекрасным интеллектом (он имеет ученую степень Родоса). Тем не менее даже такой одаренный человек пожинает очень горький плод, если забывает об истинных ценностях и не способен мыслить благоразумно.

Поведение Клинтона, едва не закончившееся импичментом, нельзя назвать ни благоразумным, ни логичным, что он сам и признал. Однако он не признал, что говорил неправду. Те члены Конгресса, которые отстаивают обязанность каждого говорить правду, часто ста-

новятся объектами насмешек; они, по общему мнению, мешают работе правительства, представляют угрозу национальной стабильности и свободе политического выбора.

Ложь влияет на жизнь *каждого из нас*. Но самую разрушительную работу она производит в семьях. Ложь в семье не только вводит в заблуждение тех, кому лгут, но и возвращает беспринципность в тех, кто лжет. Она калечит взаимоотношения близких людей и способна вообще погубить их. Те, кого постоянно обманывают, не забывают этого. Их доверие к тому, кто лжет, подрывается, и между ними надолго поселяется подозрительность. Особенно большой вред наносится детям, родители которых лгут и обманывают. Взрослея, эти дети могут навсегда потерять способность доверять.

Держать слово

Умение держать данное слово – это еще одна сторона цельной личности, увы, сильно девальвированная за последнее время. Наши обещания включают в себя и случайные кратковременные договоренности, и долговременные деловые контакты, и священные обязательства – такие, как супружеские обеты.

Одним из таких, постоянно нарушаемых, контрактов является усыновление (удочерение) младенцев. Биологические матери, вначале давшие законно оформленные обязательства, затем отступают от них и обращаются в суды с иском к приемным родителям. Пока годами тянется судебный процесс, ребенок, как правило, живет в доме, который он считает своим, то есть в доме приемных родителей. Иногда такая тяжба заканчивается чуть ли не полным разорением последних, а церковные организации все это время активно поддерживают биологическую мать ребенка и оплачивают все ее судебные издержки. Конечно, нужно считаться с чувствами матери, однако церковь также обязана строже относиться к выполнению молодыми женщинами своих письменных обязательств.

Проблема личной нравственной цельности актуальна и для сферы финансовых обязательств, которые даются с легкостью, но выполняются с большим трудом. Передача собственности, лишение права выкупа и неподъемные долги – вся эта финансовая лавина обрушивается на нас по мере роста цен. Я не хочу сказать, что все эти люди руководствуются нечестными мотивами, но во многих случаях они просто продемонстрировали свою неспособность принимать здравые решения. Они не сумели определить главное и на это потратить свое время и свои деньги; они надеялись, что неприятности и непредвиденные расходы обойдут их стороной. Может быть, таким людям хочется примкнуть к какой-то новой организации или приобщиться к какому-то новому образу жизни, и это страстное желание лишает их благоразумия.

Даже лучшие из нас временами поддаются искушению пренебречь данным обязательством и нарушить условия договора, а затем обвинить в этом кого-нибудь другого. Если бы мы были воспитаны в духе нравственной цельности с ее тремя компонентами и если бы мы осознали их безусловную важность, то мы смогли бы противостоять таким соблазнам. А без такого воспитания и без такой внутренней убежденности мы не имеем в себе силы, о чем свидетельствует поведение даже самых высокообразованных людей.

В моем родном штате Теннесси один мой знакомый психолог – назовем его Бобом – подписал контракт с консультационным центром, который гарантировал ему определенные преимущества. Боб, со своей стороны, обязался, в случае намерения разорвать контракт, не вступать в сотрудничество с ближайшими конкурирующими организациями в течение 18 месяцев. Поскольку данная фирма предоставила каждому из своих штатных психологов максимально выгодные условия в случае нарушения последними условий контракта, судьба всех остальных ее сотрудников была поставлена в зависимость от этого фактора. Несмотря на это, Боб вскоре вступил в сотрудничество с конкурентами, что обернулось настолько

серьезным кризисом для консультационного центра, что он был вынужден обратиться с иском в суд.

Хотя законодательство штата Теннесси требует исполнения договорных условий, судья по неизвестной причине встал на сторону Боба. Таким образом, Боб, этот высококлассный специалист, нарушил подписанный им контракт, а судья, обладающий почетным юридическим званием, этот факт проигнорировал. И тот, и другой проявили пренебрежение к официальным, письменно скрепленным обязательствам. После этого удара консультационный центр был совершенно разорен и уничтожен.

Ответственность за свои поступки

Третьим аспектом нравственной цельности является личная ответственность человека за свои поступки. Сегодня многие люди считают глупостью нести за свое поведение ответственность, если есть возможность переложить ее на других. Наше общество просто кишит невинными жертвами. В такой законопослушной стране, как наша, мы не можем быть уверены в том, что завтра нас не обвинят в чужих грехах, и мы постоянно слышим о самых надуманных и легкомысленных судебных исках и разбирательствах.

Я хорошо помню, как однажды, единственный раз в моей жизни, на меня как на психиатра был подан судебный иск. Дело в том, что я наблюдал одну девятиностошестилетнюю женщину, поступившую в больницу в состоянии нарушения психики. Она не помнила ни своего имени, ни места жительства и постоянно старалась травмировать себя. Мы поместили ее в отдельную палату с усиленным наблюдением, где она могла быть в полной безопасности.

Находясь там, она внезапно пожаловалась на повреждение в области левого бедра, в том самом месте, где у нее когда-то, двадцать лет назад, случился перелом. Это повреждение было квалифицировано как «самопроизвольное», то есть не имевшее внешней причины, а явившееся следствием внутреннего дефекта бедра.

Семья этой женщины обратилась в суд, обвиняя меня в неисполнении служебных обязанностей и халатности, результатом которых стал перелом бедра. К счастью, дело попало к судье, который понял абсурдность обвинений и отклонил их.

Принятие на себя ответственности за свои поступки стало такой редкостью в нашем обществе, что неизменно вызывает большое удивление и радость, особенно если мы наблюдаем это среди подростков и молодых людей. Готовность переложить вину на другого стала такой обыденностью, что мы ожидаем это от кого угодно, даже от своих лидеров. И мы искренне удивляемся, когда человек отказывается поступать беспринципно и нечестно.

Как передать детям свои истинные ценности

Чтобы научить чему-то хорошему своих детей, необходимо правильно оценивать свое собственное мышление и свои чувства. Вы хотите, чтобы ваши дети усвоили ваш образ жизни? Если да, то способны ли вы критически взглянуть на то, как вы делаете выводы и как принимаете решения? Разумеется, вы хотите поделиться накопленным опытом со своими детьми на различных ступенях их развития. Однако существует такое множество способов и подходов, что ваши дети могут слегка уклониться от проложенного вами пути. И в этом не будет ничего страшного до тех пор, пока они смогут сохранять внутреннюю целостность своей личности.

К сожалению, большинство родителей не готовы делиться с детьми своими размышлениями – они ограничиваются тем, что доводят до них свои выводы и мнения. Но это не позволяет детям разобраться, как и почему их родители пришли к таким убеждениям. Действительно, если родители упорно ограничиваются посвящением своих детей только в свои мнения и не объясняют им ход своих мыслей, то они могут быть уверены в том, что однажды дети отвергнут все их идеи, убеждения и ценности. *Очень важно научить детей умению мыслить.*

Вы можете учить детей понимать ход ваших мыслей следующим образом: поделившись с ними своим мнением, непременно произнесите слово *потому что*. Это побудит вас разъяснить своему ребенку, почему именно вы думаете и чувствуете так, а не иначе. Это подтолкнет вас к анализу своих мыслей, к размышлению о том, насколько они логичны и правильны, и к благоразумным действиям. Делясь с детьми своими мыслями, вы делитесь с ними и своими чувствами.

Очень немногие родители склонны посвящать детей в свои переживания, и это их серьезная ошибка. Разумеется, не всяким чувством стоит делиться с ребенком, но все же он должен быть в основном в курсе ваших душевных переживаний. Если же дети сталкиваются исключительно с вашим гневом, неудовольствием, упреками, презрением и ничего не знают о других ваших чувствах, скрываемых от них, то они заранее настраиваются на отвержение и неприятие тех чувств и эмоций, которые вы обрушиваете на них. Поэтому так важно говорить с детьми о своих положительных чувствах и личных ценностях.

Умейте дать правильную оценку своим прошлым чувствам и эмоциям

Благоразумное мышление базируется на том, что мы чувствуем и во что мы верим. Расследование, проводимое Конгрессом в связи с импичментом президента Клинтона, показало, что люди, находящиеся в оппозиции друг другу, неколебимо уверены в собственной правоте, хотя они приходят к совершенно противоположным выводам. Возможно ли, чтобы вполне порядочные люди, занимающие противоположные позиции по одному и тому же вопросу и рассуждающие совершенно по-разному, были в то же время одинаково логичны и правы?

Можно, конечно, свалить все на политические мотивы, но это не ответ. Даже если эти люди движимы личной выгодой, все равно непонятно, как они могут быть уверены в своей правоте, находясь в оппозиции другим, себе подобным, которые занимаются той же проблемой. А дело в том, что на наше мышление существенным образом влияют наши прежние чувства и убеждения.

Мы пользуемся этим багажом из прошлой жизни для того, чтобы оправдать и «доказать» правоту своих умозаключений. Все наши прошлые чувства и верования унаследованы

нами от родителей и других людей из нашего детства. Это означает, что наш прежний опыт в очень большой мере определяет нашу нынешнюю позицию по тому или иному поводу.

В нашем сегодняшнем обществе многие дети не испытывают благотворного влияния со стороны родителей. Эти родители не прибегают к активному общению с детьми в процессе их воспитания и дисциплинирования, а практикуют метод реагирования на их поведение, тем самым обеспечивая себе в лице своих детей неизбежную оппозицию в будущем, полное отвержение ими всего, чему они пытались научить их.

Неразумные представления и верования некоторых родителей отрицательно влияют на детей и подвергают их серьезным стрессам. Так, среди родителей-христиан бытуют странные религиозные идеи, когда во всем, что им не нравится в поведении детей, они обвиняют дьявола, а детей объявляют одержимыми демоническими силами. Это очень сильно ранит детей и создает почти непереносимый стресс. Все чаще родители приводят в консультационные психологические центры детей, имеющих проблемы в учебе или питании, страдающих нервным тиком, и все это – результат стрессов. Но такие родители продолжают прямо в присутствии ребенка говорить о его одержимости дьяволом и требуют его изгнания. Нетрудно представить себе, как травмирует ребенка подобное безумие.

Мудрые родители обязательно соотнесут свои религиозные убеждения со здравым смыслом, чтобы не принести своим детям ничего, кроме пользы. Мудрые родители помогают детям понять смысл своих духовных ценностей и на уровне веры, и в практической жизни. Ребенок в такой семье воспитывается в свободной, благожелательной атмосфере. Если же воспитание сводится исключительно к родительской реакции на плохие поступки ребенка, то в этом случае серьезный и доверительный разговор между родителями и детьми вряд ли будет возможен.

Одной из важных целей воспитания является передача наших моральных и духовных ценностей следующему за нами поколению – нашим детям и внукам. Эта работа должна базироваться на самых наших глубинных чувствах и вере, а не на реакциях на проступки детей. Высказывая ребенку свое мнение, мы обязаны разъяснить, почему мы думаем именно так, на чем мы основываем свои выводы. И происходить это должно в спокойной атмосфере дружеской беседы. Дети с трудом переносят родительский гнев. В сущности, это их самый главный страх.

Найдите время для беседы с детьми

Очень важно постоянно находить время для беседы с детьми, начиная с самого малого их возраста. Вы, родители, – их самые первые наставники в жизни. Разговаривая с ребенком, вы прививаете ему навыки правильного и ясного мышления, и таким образом существенно преуспеваете в его воспитании. Это особенно касается научения ребенка справляться со своим гневом – наиболее сложного аспекта воспитательного процесса. Если дети видят, что вы открываете им свои мысли, чувства и прямо говорите о своих ценностях, у них появится желание делать то же самое.

Я очень доволен тем, как моя дочь Кэри и ее муж побуждают свою дочурку Кэми говорить о своих мыслях и чувствах. Если Кэми чем-то огорчена, она умеет четко и ясно рассказать о своем беспокойстве и объяснить его причину.

Это облегчает родителям понимание ситуации. Когда они задают критический вопрос, почему так случилось, то получают вразумительный ответ и могут видеть истинные мотивы поведения ребенка.

По той или иной причине многие родители не преподают своим детям самые важные жизненные уроки, а многие просто не знают, когда и как приучать детей к свободному выражению своих мыслей и чувств. Но родителям, не имеющим представления о том, что чувствуют и о чем думают их дети, просто не на что опереться, и они не в состоянии научить детей благоразумию. Именно поэтому многие дети не научены рассуждать достаточно логично для своего возраста и, что еще хуже, не умеют контролировать свой гнев.

Процесс обучения детей ясному изложению своих мыслей и чувств требует больших затрат времени от родителей, но плоды их усилий того стоят. Мне постоянно приходится беседовать с родителями, которые не могут разрешить дилемму: больше работать или больше времени проводить с детьми. Есть, конечно, случаи, когда родители просто вынуждены много работать из-за финансовых проблем, но в то же время у многих есть возможность выбора. Таким родителям следует знать, что чем больше времени они уделяют своим детям, наставляя и развивая их, тем большая экономия финансов гарантирована им в будущем. Решение многих проблем подростков обойдется затем родителям неизмеримо дороже.

Мысли или чувства?

Чтобы наши дети научились уважать чувства других людей, они должны уметь уважать свои собственные. Но прежде всего нам следует научиться уважать чувства детей, ибо только в этом случае они смогут уважать наши. Успех здесь зависит от того, готовы ли мы делиться с детьми нашими чувствами, лишь после этого мы можем ожидать от них встречного движения.

Необходимо различать мысли и чувства, понимать, что эти понятия не синонимы. В основе мнений и выводов большинства людей лежат эмоции и чувства, не подкрепленные размышлением об их мотивах и причинах. Логическое мышление в этих случаях подменяется эмоциональной реакцией, потому что эти люди не были в свое время приучены думать. Когда же они убеждаются в нелогичности своих заключений, они опять реагируют эмоционально и чаще всего с гневом.

Говоря о своих чувствах, начинайте со слова «я»

Невозможно оптимально выразить личные чувства без послания от первого лица, то есть, не употребив личное местоимение первого лица. Это располагает к доверительной беседе и устраняет враждебность и напряженность. Можно сказать: «Я очень огорчился, узнав, что государственный чиновник берет деньги перед голосованием за городской проект. Это взятка». Этим вы выражаете свое мнение, не впадая в агрессию, и при этом объясняете причину вашего утверждения. Общаясь с вами по разным поводам в течение многих лет, ваши дети приучаются высказывать свое мнение подобающим образом.

К сожалению, многие люди уверены, что в основе их мнений лежит логичное умозаключение, хотя, в действительности, их выводы произрастают из примитивных чувств, лишь прикрываемых некоторым флером, и не имеют ничего общего со здравым смыслом. Дети, воспитанные в такой атмосфере, совершенно лишены защиты от разрушительного воздействия внешнего мира.

Когда родители слышат от своего ребенка неразумные и нелогичные высказывания, они могут быть уверены, что это говорят его эмоции. Совершенно неразумно в этом случае спорить с ребенком, тем более с подростком, а родители часто впадают в эту ошибку, так как это только побудит его еще больше упорствовать в своем заблуждении. Мудрее будет спокойно выслушать все до конца и затем высказать свое отношение – несогласие или одобрение. Это поможет ребенку научиться контролировать свои эмоции и далее спокойно продолжать беседу.

Проявляйте терпение в конфликтных ситуациях

Не следует думать, что в случае разногласий родители всегда должны одерживать победу над детьми. Развитие умения мыслить – это часть многообразного процесса взросления. Если ваш ребенок имеет возможность выражать свои мысли и чувства в общении с вами, и это не вызывает отрицательной реакции с вашей стороны, он будет делать это очень охотно и, что еще важнее, начнет смотреть на вещи с вашей точки зрения, принимать ваше научение и влияние. Если вы, вместе с вашим ребенком, сумеете найти путь к согласию, общение доставит радость вам обоим.

По мере того, как вы приучаете своего ребенка разумно рассуждать, ваши взаимоотношения углубляются, а это особенно важно в конфликтных ситуациях. Ребенок начинает дове-

рять вашему самоконтролю и видеть в вас пример умения справляться с отчаянием и неуверенностью в период разногласий и конфликтов. Это сильно облегчит вам долгий и нелегкий процесс воспитания.

Духовное воспитание тем более предполагает вашу готовность делиться с детьми своими мыслями, чувствами, а также умение говорить с ним о своих ценностях. Ваш ребенок будет возрастать в понимании духовных ценностей, и вскоре вы увидите их влияние на его мысли и поступки. Это будет ему защитой в будущем, ибо молодой человек, лишенный духовных ценностей, легко принимает всякого рода опасные доктрины.

Умение детей понимать и анализировать свои чувства особенно важно в наше время, когда тревога и депрессия достигли максимально высокого уровня в обществе, когда все более обостряется проблема наркомании. В поисках избавления от угнетающего беспокойства молодежь встает на этот искусственный и губительный путь.

Недостающее звено

«Недостающим звеном в деле совершенствования процесса обучения в Америке являются родители», – заявил председатель Комитета по образованию Ричард Рилей¹². Хотя родители имеют разнообразные возможности помогать школам, все же их главным призванием остается удовлетворение эмоциональных потребностей детей. Эмоциональная зрелость – вот что необходимо в первую очередь для развития способностей ребенка и для его успешной учебы.

Сегодня в школе открывается неспособность многих родителей обеспечить эмоциональную поддержку своим детям и научить их ясно мыслить. Достаточно побеседовать с опытными преподавателями городских школ, чтобы понять, с каким поколением им приходится иметь дело, – с детьми, не развитыми эмоционально и имеющими дурные привычки и наклонности. Такие дети не способны к успешной учебе.

Одна учительница начальной школы рассказала нам поразительную историю о матери, которая яростно обрушилась на нее за то, что она убеждала ее сына есть желе не пальцами, а ложкой. Учительница, пытавшаяся понять причину этого явления, спросила мальчика, как относится к такой привычке его мама, и в ответ услышала: «Никак. Мы никогда не едим вместе». А разъяренная родительница заявила: «Мой ребенок имеет право кушать свое желе так, как ему угодно».

Эта мать не научила своего сына думать, а его поведение, не контролируемое разумом, стало копией ее чувств и эмоций. Кроме того, она взрастила в своем сыне неуважение к законным авторитетам, в результате чего общение с ним стало настоящим испытанием для окружающих.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок хорошо учился, позаботьтесь о том, чтобы уровень его эмоционального развития соответствовал его возрасту и чтобы он умел четко и ясно мыслить. Ведь вы – самый первый и самый главный учитель своих детей, и только вы можете преподать им самые важные жизненные уроки.

¹² Jennifer Braun, "Parents Make for Kids Who Read Better", *Chattanooga Times*, 18 June 1996, A-10.

Готовьте детей к будущим испытаниям

Однажды мама маленького Джеффа обещала ему на следующий день пойти в зоопарк. На самом деле они должны были идти в больницу, где мальчику собирались удалять гланды. Она не знала, как подготовить ребенка к этому и не сказала ему правду. После окончания операции, когда Джефф пришел в себя после анестезии, он очень долго плакал. Другой ребенок, находившийся там же, был подготовлен родителями к предстоящей процедуре, и, хотя у него болело горло, он с удовольствием ел мороженое. Он не мог понять, почему мальчик рядом с ним так горько плачет.

Важно подготовить ребенка к испытаниям

Тяжелые времена переживают все. Чтобы быть уверенными в том, что наши дети готовы справиться с жизненными трудностями, мы должны научить их этому прежде, чем они с ними встретятся. Подходить к этому нужно очень осторожно, чтобы не столкнуть маленького ребенка с ситуацией, не соответствующей его возрасту. Но готовить к этому детей необходимо, ибо нет другого способа защитить их от будущих потрясений.

Как можно предупредить детей о потенциальных опасностях и при этом не испугать и не растревожить их? В спокойной беседе следует говорить с детьми о том плохом и хорошем, что их ожидает. Давайте вспомним Джеффа. Его маме следовало свозить ребенка в больницу заранее и рассказать ему о том, что его ожидает. Это вселило бы в мальчика мужество и уверенность в то, что после операции он обязательно встретится со своими родителями.

Разговаривая с детьми о разнообразных трудностях и проблемах, вы как будто моделируете будущую ситуацию, и ребенок переживает эту проблему в своем воображении, учится искать пути ее преодоления, и в результате впоследствии любая реальная трудность не застанет его врасплох.

Подготовка к общению с противоположным полом. Сексуальные аспекты воспитания

Начнем с примера о девочке, приближающейся к возрасту пробуждения интереса к противоположному полу и общения с ним наедине. Мудрый отец сам будет назначать «свидания» своей дочери, приглашая ее куда-нибудь пообедать или вместе провести досуг, чтобы позволить ей побыть в этой роли. Позже, когда она пойдет на настоящее свидание, она будет чувствовать себя уверенно и не попадет под чужое влияние. Мудрый отец объяснит ей, как вести себя в трудные моменты, чтобы она знала, о чем говорить с родителями в случае осложнений.

Ваша дочь будет чувствовать себя уверенно и в безопасности. Возможно, она скажет себе: «Я уже была на свидании с папой. Теперь я знаю, как поступить, и справлюсь без посторонних советов. Если мне понадобится помощь, папа всегда рядом, и никто не сможет увести меня в сторону».

Представьте себе, что ваша дочь (или сын) рассуждает именно так. Это куда лучше, чем если бы ваша неопытная дочь, угнетаемая неуверенностью и страхом, попала под влияние сомнительных друзей или каких-то других нечистоплотных людей.

Мы должны готовить детей к встрече с сексуальной тематикой, которой кишат и масс-медиа, и разговоры окружающих. Когда дети задают вопросы относительно пола и секса, мудрые родители отвечают на них с учетом уровня зрелости детей. К этой теме надо под-

ходить осторожно и избегать негативных высказываний. Родители могут говорить с детьми о позитивной стороне интимных отношений, о том, что они становятся полноценными и прекрасными только в супружеском союзе, потому что соответствуют Божьей воле. Давайте запомним, что никто, кроме нас, не сможет осуществить правильное воспитание наших детей в такой важной и деликатной сфере.

Кроме того, необходимо подготовить детей младшего школьного возраста к встрече с такими отрицательными явлениями школьной жизни и досуга, как сквернословие и нездоровые отношения, научить их отделять хорошее от плохого.

Насилие в обществе и в средствах массовой информации заставляет родителей быть особенно бдительными. Ведь мы хотим как можно лучше защитить наших детей от тлетворного влияния этого мира, но мы в то же время знаем, что встречи с ним поджидают их и на экранах телевизоров, и в ежедневных новостях. Но если избежать этого зла невозможно, то на все это у наших детей должна быть правильная умственная и эмоциональная реакция, а не та духовная аморфность, которая свойственна большинству современных людей. Мы хотим, чтобы наши дети отзывались на боль жертвы и не оставались равнодушными к безрассудству и жестокости насильника.

Выбирайте благоприятное время

Улавливаете ли вы главную мысль, проходящую через все наши рассуждения? Она состоит в том, что нельзя медлить, ждать, пока что-то случится, а потом реагировать на происшедшее. Вы должны предвидеть. Готовиться. Смотреть вперед, быть уверенными в том, что ваш ребенок подготовлен наилучшим образом и максимально защищен на каждом возрастном этапе. Чем старше ребенок, тем надежнее он должен быть укреплен изнутри, поскольку вы не можете находиться рядом с ним постоянно. В этом смысл позитивного воспитания.

Надо помнить, что такая подготовка и научение детей – не формальное мероприятие периодического характера. С детьми так не бывает, здесь надо выбирать время, учитывая при этом два момента. Во-первых, следует использовать благоприятную ситуацию, когда ребенок проявляет любознательность и задает вопросы, то есть когда он открыт для познания и научения. Никогда нельзя упускать такой драгоценный шанс.

Самое хорошее время для научения ребенка – это время вопросов «почему?», когда они сыплются на вас беспрестанно, а вы должны с готовностью, максимально полно и понятно отвечать на них. Мы уже немало слышали о так называемых «качественно благоприятных» временах, однако авторы этих теорий забывают, что вопросы у детей возникают произвольно и не укладываются во временные рамки, установленные для них взрослыми. Хороший родитель готов отвечать на детские вопросы в любое время.

Во-вторых, наиболее благоприятным для научения моментом является период максимальной эмоциональной близости между вами и ребенком. Один из них – это подготовка ко сну, когда ребенок уже в постели и открыт для близкого и любящего общения с вами, когда можно почитать, поговорить и помолиться вместе. Не упускайте эту чудесную возможность, с одной стороны, удовлетворить эмоциональные потребности ребенка, а с другой – продолжить процесс воспитания и научения в любви. Нежные воспоминания об этом времени надолго сохранятся в детском сердце.

Когда наши дети были маленькими, мы с женой часто читали книжки каждому из детей в отдельности, иногда какие-то детские истории, а иногда христианские или библейские рассказы. Я всегда старался подобрать книги с пользой для конкретной ситуации в жизни ребенка. Порой мы читали короткие трогательные рассказы, подводившие нас к разговору о духовных ценностях. Мы радовались, когда наши дети задавали вопросы о прочитанном, потому что мы чувствовали, как навстречу нам раскрываются их сердца. В конце многих рассказов есть вопросы, которыми можно пользоваться, если сам ребенок не проявляет инициативы.

Во время подготовки ко сну мы как бы мимоходом касались в разговоре тех неприятностей, которые могли вскоре ожидать ребенка, а иногда ребенок сам рассказывал о своих сложностях и проблемах. В такой свободной, дружелюбной обстановке дети убеждались в том, что всегда могут обратиться к нам с любой нуждой, что наши сердца всегда открыты для них.

Отпустить ребенка в самостоятельную жизнь

Наше общество становится все более опасным для наших детей, и мы должны очень серьезно относиться к вопросу о предоставлении им свободы действий. Я говорю даже не о том времени, когда они оставляют родительский дом, становясь взрослыми, но скорее о многочисленных ситуациях, когда им предстоит менять род занятий или переходить от одного уровня общения к другому. Мы видим, как наши дети принимают на себя все более серьезную ответственность и становятся все более независимыми. Некоторым детям, однако, необходимо и полезно оставаться в зависимости от родителей дольше, чем другим их сверстникам. Это касается и общения с противоположным полом, и некоторых видов социальных контактов, к которым, по мнению родителей, ребенок еще не готов.

Для правильной подготовки ребенка к самостоятельной жизни очень важно приучать его думать о возможных последствиях своего поведения. Это длительный процесс, углубляющийся по мере взросления ребенка. Ваша дочь или ваш сын должны понимать, что благополучие является следствием благоразумного и ответственного поведения. Научите ребенка осознавать, что чем благоразумнее он поступает, тем позитивнее будет результат. Вы должны уметь соглашаться с желанием ребенка, но и уметь сказать твердое «нет» при необходимости. Чем прочнее усвоит ваш ребенок причинно-следственную связь между добрым плодом и ответственным поведением, и чем более он будет уверен в вашей любви и доброжелательности, тем легче он сможет решать проблему правильного выбора.

Раскрытие своим детям принципа «поведение – результат» не легко для многих родителей, ибо требует мужества, особенно в подростковый период жизни ребенка. Однако если вы указываете на этот принцип вашим детям с ранних лет, то вам будет гораздо легче идти этим путем, когда они станут подростками. Если ваш ребенок находится сейчас в этом возрасте, я советую вам прочитать мою книгу «Как любить своего подростка»¹³, а конкретно – главу под названием «От родительского контроля – к самоконтролю», в которой данный вопрос исследуется более глубоко.

Максимально защитить своих детей и одновременно дать им верное направление в самостоятельной жизни – сложнейшая задача для родителей сегодня. Конечно, мы хотим, чтобы наши дети научились справляться с трудными ситуациями прежде, чем они станут вполне независимыми. В то же время мы хотели бы скрыть от своих сыновей и дочерей наше желание так или иначе ограничить их свободу и независимость. Мудрый родитель сможет убедить сына или дочь в том, что он от всего сердца желает его независимости, но он также не может не сказать ему следующих слов: «Я всегда буду заботиться о твоей безопасности и благополучии. Когда ты станешь достаточно взрослым, чтобы самостоятельно решать свои проблемы, тогда поступай как знаешь, хотя мы с мамой (с папой) всегда будем рядом, чтобы тебе помочь».

Действительно, безопасность детей и их независимость идут рядом, но безопасность – вначале, а уж потом свобода.

¹³ Эта книга выпущена издательстве «Мирт» в 1998 г. – *Примеч. ред.*

Глава 6

Четвертый краеугольный камень: умение контролировать гнев

*Всякий человек да будет скор на слышание, медлен на слова,
медлен на гнев; ибо гнев человека не творит правды Божией.
Иак. 1:19,20*

Мать придержала товарную коляску и строго посмотрела на своего трехлетнего сына. Голос ее звучал строго и решительно: «Положи... это... обратно!»

«Но я хочу это!» – захныкал ребенок. Мать твердой рукой схватила коробку с кашей. «Положи сейчас же обратно!» – сказала она еще громче. Гнев ее нарастал. Писатель Даниель Гоулман так описывает дальнейшие события:

«В этот момент малышка, сидевшая в детской коляске, уронила на пол желе, которое она до этого жевала. Когда оно шлепнулось на пол, мать закричала на нее и в гнев шлепнула ребенка, затем, выхватив пачку у трехлетнего сына, швырнула ее на ближайшую полку, сгребла сына в охапку и поволокла его вдоль прохода, причем коляска, которую она толкала впереди себя, опасно раскачивалась и кренилась, а сидящая в ней малышка громко плакала. Сын же, которого она тащила за пояс, отчаянно дергал ногами и кричал: „Отпусти меня, отпусти меня!“»¹⁴

Корнем множества проблем и сложностей в нашей личной жизни, в жизни каждой семьи и всего общества является бесконтрольный гнев. Сознательному управлению своими негативными взрывными эмоциями необходимо учиться, ибо это не дано никому по природе. Научить детей управлять собственным гневом – задача семьи, однако сегодня она там практически не решается. А вас когда-нибудь учили этому? Скорее всего, нет, как и многих других.

Очень немногие родители видят свою задачу в привитии ребенку этого важнейшего навыка. Не понимают они и ее чрезвычайную сложность.

Обучение детей умению справляться со своим гневом представляет собой четвертый краеугольный камень воспитания зрелой личности. Но мы разводим руками в полной беспомощности, не имея представления о том, как это делается. Возможно, это объясняется тем, что мы не понимаем самую суть эмоции, называемой *гневом*, ее происхождения, способов выражения, и, следовательно, не знаем, как ею управлять. До тех пор, пока родители не поймут природу гнева и не овладеют оптимальными приемами контроля над ним, они не смогут объяснить детям, как надо поступать, когда ими овладевает гнев. Давайте честно признаем, что реже или чаще, но все мы впадаем в гнев. Однако, если гневается ребенок, родители реагируют на это совершенно деструктивным образом. Дело в том, что этих родителей никто никогда не учил контролировать свой гнев. Важнейшая заповедь о таком контроле дана нам через апостола Павла: «Гневаясь, не согрешайте» (Еф. 4:26).

¹⁴ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (New York: Bantam, 1995), 61.

Опасная угроза всей жизни

Нельзя недооценивать опасности гнева, он способен испортить жизнь вашему ребенку. От степени нашего умения справляться с его проявлениями зависят многие стороны жизни наших детей. Неконтролируемый гнев может разрушить всю жизнь ребенка, потому что именно он является источником или усугубляющим фактором всех настоящих и будущих проблем в жизни вашего сына или вашей дочери, начиная от плохих оценок в школе и кончая вконец испорченными взаимоотношениями и даже самоубийством. Поэтому вы должны сделать все, что в ваших силах, чтобы защитить детей сегодня и в будущем от губительного действия бесконтрольных вспышек гнева.

Наше общество – печальный образец неумения управлять проявлениями гнева. Насилие мы встречаем сегодня повсюду, включая школы, церкви и жилые районы. Однако ответственность за обучение детей умению справляться с гневом нельзя возлагать на общество. Эта нелегкая обязанность лежит на плечах родителей, и трагедия в том, что в большинстве семей она никогда не выполняется. Дети учатся на дурных примерах родителей, которые совершенно не умеют контролировать свой гнев и тем самым наносят детям огромный вред. Эти родители не понимают, что преподают им плохие уроки; они ведут себя так, как их научили их собственные родители, как было всегда.

Неконтролируемый гнев проявляется в безрассудном поведении и насилии. Он лишает человека способности думать и поступать благоразумно. Ужасен гнев взрослых на детей, особенно родительский гнев, который вызывает великий страх у детей, ибо они беззащитны перед ним. Если родитель не научится управлять своим гневом, этот детский страх со временем перерастет в протест, антиродительские настроения и весьма опрометчивые поступки.

Не станем отрицать, что гнев может иметь позитивный аспект, когда он управляем и направлен на достижение благих целей. Бывают ситуации, когда мы просто не можем не испытывать праведный гнев, – когда страдают невинные люди. Но даже в этих случаях гнев должен контролироваться, чтобы затем направиться в конструктивное русло.

Цель в том, чтобы использовать гнев в позитивных целях, это относится и к родителям, и к детям. Для этого необходимо прежде всего понимать психологию управления гневными реакциями.

Как мы выражаем свой гнев

Гнев выражается двумя путями – действиями и словами. Какой бы из этих путей дети ни выбрали – оба неприятны для их родителей. Если маленький ребенок выражает гнев своим поведением, – бьется головой, бросает игрушки, отбивается и пинается, – этого нельзя оставлять без внимания. Если же ребенок выплескивает свой гнев в словах, это тоже кажется родителям неуважительным и недопустимым, так что оба эти способа не находят их одобрения.

Только два варианта

Это ужасная дилемма для ребенка – такой скудный выбор средств выражения своего гнева. Не может же ребенок всю жизнь держать его внутри себя! Гнев должен раньше или позже найти себе выход. Никто не знает, как много сегодня людей, пребывающих в депрессии, больных, находящихся в тюрьмах, которым в детстве приходилось подавлять свой гнев.

А какая дилемма для родителей! Отказывая сыну или дочери в праве выражать свой гнев, мы заставляем их загонять его вглубь себя, что впоследствии оборачивается губительными разрушениями и трагедиями. Если ребенок выражает свой гнев словами или поведением в деструктивной форме, мы наказываем его. В результате он вынужден будет в будущем подавлять гнев в себе, однако ребенок не учится сознательно управлять своим гневом.

Это еще один пример так называемого «капкана наказания», в который попадают очень многие родители, считающие наказание средством, способным научить детей управлять своим гневом. Вот здесь-то особенно полезно и благотворно активное общение с ребенком, а не формальное реагирование на его поступки. Вместо того, чтобы принуждать ребенка к подавлению его гнева, мудрый родитель увидит в этой ситуации удобную возможность для воспитания. Конечно, плохое поведение нуждается в корректировке, но мудрый родитель думает прежде всего о том, чтобы преподать ребенку полезный урок на будущее.

Еще одна ошибка, совершаемая родителями разгневанного ребенка, состоит в том, что они обрушивают на него всю лавину своего собственного гнева. Но помните, что ребенок беззащитен перед родительским гневом, и помощи ему ждать неоткуда.

Итак, и родители, и дети поставлены перед сложной дилеммой. Что же делать? Прежде всего, надо помнить, что нежно любимый ребенок легче поддается воспитанию, чем тот, который обделен любовью. Поэтому *первое условие обучения умению справляться с гневом – это максимальная наполненность эмоциональной емкости ребенка.*

Далее, следует осознать, что управление гневными реакциями ребенка есть самая трудная часть процесса воспитания. И прежде всего потому, что родителям самим нелегко сдерживать свои эмоции. Известно, что дети, в силу своей незрелости, неспособны сознательно контролировать свой гнев, если они этому не научены. Поэтому естественная и нормальная для детей форма выражения гнева всегда будет вызывать протест с вашей стороны.

Разрешение дилеммы

Поскольку известны только два способа выражения гнева, вы можете направить выбор вашего ребенка к одному из них. Какой из них лучше? Конечно, словесный.

Поэтому *второе условие обучения умению справляться с гневом – это побуждение ребенка к выражению гнева словами.* Наиболее зрелым способом управления гневом является такой, при котором выполняются следующие условия:

- гнев выражается словами;
- гнев выражается в корректной форме;
- конфликтная ситуация разрешается с человеком, на которого направлен гнев;
- присутствует стремление разрешить конфликт внутри себя.

Когда ребенок выражает свой гнев словами, пусть и неприятными, он уже находится на пути к способности управлять им сознательно. Именно таково условие зрелого контроля над гневом – выражать его словесно. Если же вы запрещаете ребенку любое проявление гнева, он будет вынужден подавлять его, но в конце концов этот гнев заявит о себе в пассивно-агрессивном поведении (мы вкратце коснемся этого ниже). *Невозможно научить ребенка контролировать свой гнев, не научив прежде выражать его словами.*

Когда разгневанный ребенок в резких словах изливает свои эмоции родителям, это всегда очень неприятно, и родители обычно сами начинают гневаться и произносить угрожающие фразы типа «Как ты смеешь так говорить со мной? Чтобы я больше этого никогда не слышал(а)! Тебе понятно?»

Если вы запрещаете несчастному ребенку выразить его гнев словами, тогда у него остается два варианта. Во-первых, он может подчиниться и подавить в себе гнев. На самом деле, ребенок подавляет не только тот гнев, с которым он пришел к вам, но и тот, который вы спровоцировали в нем, обрушив на него свои гневные претензии. Это прямой путь к пассивно-агрессивному поведению. Во-вторых, ребенок может не подчиниться и начать выражать гнев действиями. Но тогда готовьтесь к большим проблемам!

Вы никогда не научите ребенка контролировать гнев, если не научите его выражать свои отрицательные эмоции в словах¹⁵. Без этого ваш ребенок никогда не сможет справляться со своим гневом сознательно. Таковы горькие плоды «капкана наказания» для тех, кто в него попадает, – антиродительские настроения и пренебрежение любыми авторитетами. К сожалению, такую картину мы видим в большинстве современных семей.

¹⁵ О выражении детьми своего гнева в словесной форме см.: Gary Chapman and Ross Campbell, *The Five Love Languages of Children* (Chicago: Northfield, 1997), 156–157. См. также: Ross Campbell, *Kids in Danger: Disarming the Destructive Power in Your Child* (Colorado Springs: Chariot Victor, 1999).

Гнев и пассивно-агрессивное поведение

История Джанет

У супругов Джона и Пэм были серьезные проблемы во взаимоотношениях, и они решили завести ребенка, который, как они надеялись, сможет снять напряженность между ними. В результате появилась Джанет. Она была послушным и ласковым ребенком, хорошо успевала в учебе и ладила с друзьями. Это был чудесный ребенок на радость всем знавшим ее.

Однако испорченные отношения между супругами не наладились. Некоторое время они обращались в семейную консультацию, но когда Джанет пошла в школу и Пэм вышла на работу, консультирование пришлось оставить. В течение следующего года отношения между Джоном и Пэм настолько ухудшились, что им пришлось расстаться. Джанет осталась с матерью, и, казалось, не очень огорчалась по поводу происшедшего. Она говорила всем, что ее мама и папа временно живут врозь, но потом вновь соединятся.

Спустя шесть месяцев супруги решились на развод. На этот раз события так сильно коснулись Джанет, что настроение ее изменилось, а успеваемость в школе упала. Она отдалилась от сверстников и от взрослых, прежде игравших в ее жизни важную роль. Дома она плакала и умоляла мать отказаться от развода. Вначале Пэм прислушивалась к дочери, но затем гневно и решительно заявила: «Развод состоится, и тебе придется привыкать к этому».

Больше Джанет не говорила о разводе и даже, казалось, повеселела, и ситуация в школе улучшилась. Однако гнев продолжал накапливаться у нее внутри, и к концу подросткового периода у Джанет сформировалось типичное пассивно-агрессивное поведение. Успеваемость в школе резко упала, а ее отношение к родителям и другим взрослым стало открыто враждебным. Затем ее поймали на магазинной краже, а вскоре она забеременела и сделала аборт.

После этого Пэм отвела Джанет на консультацию, хотя почти не надеялась, что дочь откликнется на это. К удивлению матери, Джанет посещала консультационные собрания охотно и с полной готовностью сотрудничать. Поскольку по своей природе она была добра и отзывчива, эти черты ее личности вскоре дали о себе знать, и дела у нее заметно улучшились. Она подозревала, что ее дурное поведение было связано с разводом родителей, но поразилась тому, что так много лет носила в себе гнев по этому поводу.

Психологическое консультирование пошло Джанет на пользу, она вновь обрела любовь к родителям, восстановились и ее прежние отношения с другими людьми. Ей очень повезло, она получила своевременную помощь и смогла благополучно вступить во взрослую жизнь. История Джанет показывает, какое губительное влияние оказывает на детей развод. При таких обстоятельствах гнев ребенка загоняется вглубь, и родителям нет до этого никакого дела, поскольку они полностью поглощены собственным горем и неустройством. А так как с их детьми, как им кажется, все в порядке, они не придают значения тому, что происходит в глубине детской души.

Что такое пассивная агрессия?

Пассивная агрессия – это неосознанное намерение поступать вопреки тому, чего от тебя ожидают. Другими словами, это подсознательное желание идти против требований любых авторитетов (родителей, учителей, работодателей, супругов). Это скрытый вид агрес-

сии, тайный путь противодействия другому человеку. Она включает в себя манипулирование другими людьми ради достижения собственных эгоистических целей.

Загнанный вглубь гнев Джанет искал выхода, и девочка продемонстрировала классический образец пассивно-агрессивного поведения. Не имея возможности высказать свою боль и гнев словами, она пошла по пути пассивного их выражения.

Цель пассивной агрессии в том, чтобы причинить боль и вывести из себя родителей или какого-либо представителя власти. Нужно помнить о подсознательном характере этого явления, о том, что ребенок не осознает или не полностью осознает мотивы своих поступков. Ребенок так же плохо разбирается во всем этом, как и его родители. Такое происходит почти во всех семьях, поэтому серьезные проблемы с детьми возникают даже в самых хороших домах. К сожалению, родители чаще всего не понимают смысл этого пассивно-агрессивного поведения.

Если словесное и сдержанное выражение гнева свидетельствует об определенном уровне зрелости и умения справляться с ним, то пассивная агрессия – это наихудший способ решения проблемы. Она отличается злобностью, скрытостью и проникает повсюду. Она разрушила больше человеческих жизней, чем любое другое оружие. Она есть плод неправильного воспитания, и ее можно избежать только там, где родители развивают в детях умение сознательно и трезво контролировать свой гнев.

Примером типичного пассивно-агрессивного юношеского поведения может служить история шестнадцатилетнего Джерри, умного и способного к учебе подростка. Он хочет достичь успеха в учебе и прилагает к этому старания, но повергает родителей и самого себя в недоумение и смущение, когда приносит домой плохие оценки. Почему получается так, что способный и трудолюбивый мальчик так плохо учится? Причина в том, что Джерри подавляет в себе гнев на родителей, но подсознательно проявляет его таким путем. Он делает то, что особенно неприятно его родителям, и не осознает, что делает это назло им. До тех пор, пока родители Джерри не увидят корни этого малопонятного, но распространенного явления, все их усилия обречены на неудачу.

Распознавание пассивно-агрессивного поведения

Признаки пассивной агрессии

Родителям следует знать о трех признаках, которые помогут им распознать пассивную агрессию в детях:

- поведение кажется бессмысленным. Родители Джерри знали о его желании иметь хорошие оценки и не могли понять, почему он ничего не делает для этого;
- все попытки родителей исправить положение оказываются безуспешными. Поскольку цель такого поведения – протест и причинение боли взрослым авторитетам, то ничто не помогает. Родители Джерри награждали его за успехи в учебе и наказывали за плохие оценки. Подсознательно Джерри знал, что все это бесполезно, так как его тайной целью было причинение родителям боли;
- больше всех страдает ребенок. Джерри очень огорчился из-за своих плохих оценок, однако, поведение его не менялось.

Распознавание нормальной и ненормальной пассивной агрессии

Пассивно-агрессивное поведение считается нормальным только в рамках одного короткого возрастного периода – между тринадцатью и пятнадцатью годами жизни ребенка. Но даже в это время оно может быть названо нормальным лишь при условии, что не вредит окружающим. Большинство подростков в этом возрасте проходят через период беспорядка и бунта прежде, чем достигают зрелости. Именно в это время они должны научиться разумно справляться со своим гневом, иначе они внесут разрушительное начало во все взаимоотношения и во все сферы своей жизни.

Несколько десятилетий назад молодежь, переживавшая этот нормальный бунтарский период, ограничивалась поступками, которые были не очень приятными, но достаточно безвредными для общества. Они обматывали деревья туалетной бумагой, пакостили в дворовых туалетах. Но все эти «подвиги» ничто перед современными наркотиками, насилием, сексуальной распущенностью и самоубийствами. Мы видим сегодня, как преступные бессовестные люди используют эти нормальные возрастные особенности подростков и извлекают огромные прибыли, предлагая детям сильнейшие соблазны в виде оружия, алкоголя, наркотиков, порнографии и запретного секса.

Родителям нужно научиться отличать безобидное пассивно-агрессивное поведение от патологического поведения. С беспорядком в комнате четырнадцатилетнего подростка можно вполне смириться, а вот мириться с присутствием в этой комнате пепельницы с окурками недопустимо, потому что здесь таится опасность на всю жизнь. Обязанность родителей в том, чтобы придать правильное направление этой нормальной пассивно-агрессивной стадии, и это вполне выполнимо, так как существует множество способов удовлетворить неукротимую тягу подростков к острым ощущениям и опасности. Такие виды напряженной физической нагрузки, как занятия на канате, альпинизм, велосипед, командные и индивидуальные виды спорта, представляют собой замечательные каналы, по которым можно направить юношескую энергию. Этот период жизни ребенка должен быть, во-первых, здоровым в своей основе и, во-вторых, захватывающим и увлекательным, поскольку молодой человек

учится чувствовать свою самодостаточность и уверенность в себе, так необходимые ему во взрослом мире.

Возрастая в зрелости

Умение справляться с гневом необходимо выработать до семнадцатилетнего возраста

Это задача родителей – к семнадцати годам научить ребенка контролировать свой гнев. Только так, – постигая умение сознательно и зрело управлять собственным гневом, – подросток сможет к этому возрасту расстаться со своим пассивно-агрессивным поведением. Самое печальное в том, что многие нынешние взрослые так и не вышли из этой стадии своего развития, потому что их никто не учил тому, как справляться со своим гневом.

Многие родители совершают одну и ту же ошибку: они уверены, что всякое проявление ребенком гнева недопустимо и должно быть преодолено дисциплинарными методами. Но этим вы не добьетесь главной цели – вы не научите ребенка конструктивным способам контроля над гневом. Поэтому дети, входя во взрослую жизнь, несут с собой недопустимый подход к проявлениям гнева, и тем самым открывают двери огромной массе проблем и в колледже, и на работе, и в семье. Если вы не хотите, чтобы ваши дети стали жертвой собственного гнева, развивайте в них умение сознательно контролировать его.

Начиная приучать маленького ребенка справляться с гневом, нельзя ожидать скорых результатов, во всяком случае, не раньше шести-семи летнего возраста. Следует помнить, что у ребенка есть только две возможности выразить свой гнев – словами и поступками. Если ребенок изливает свой гнев в словах, научить его справиться с ним совсем не сложно. Как родители, вы прежде всего обязаны – до того как ребенку исполнится шесть-семь лет – не допустить, чтобы пассивно-агрессивный способ выражения гнева приобрел у него устойчивый характер. В этом состоит важнейшая воспитательная цель этого периода. Прекрасной почвой для закрепления пассивно-агрессивной формы проявления гнева является пустая эмоциональная емкость в душе ребенка. Только поддерживая наполненность этой емкости безусловной любовью, родители смогут научить сына или дочь заявлять о своем гневе в разумных словах и объяснять его причину. В этом случае дети просто не испытывают потребности выражать гнев своими поступками, в которых звучит один и тот же вопрос: «Ты любишь меня?»

«Лестница гнева»

Концепция «лестницы гнева» поможет вам яснее увидеть вашу цель – научить детей справляться с их гневом. Эта лестница начинается с низших ступенек, соответствующих минимально эффективным формам контроля над гневом, и постепенно поднимается выше – к более эффективным. Маленькие дети обычно находятся в самом низу лестницы, и ваша задача состоит в том, чтобы помочь ребенку взбираться вверх по лестнице, постепенно переходя от пассивно-агрессивного поведения и словесных оскорблений к более позитивным формам выражения гнева. Этот процесс займет не один год и потребует много родительского терпения, потому что движение вверх не происходит быстро.

Изучите внимательно «лестницу гнева» на с. 110. Заметьте, что пассивно-агрессивные реакции находятся на самом дне и, следовательно, адекватны неуправляемому поведению. Это может считаться нормальным лишь в самом раннем возрасте и при условии, что от этого не страдают окружающие люди. Необходимо работать с детьми всех возрастов, однако не

стоит ожидать скорого успеха, потому что ребенку требуется время, чтобы преодолеть одну ступеньку, и должно пройти некоторое время, прежде чем он сможет перейти к следующей.

Ваша главнейшая цель – приближение вашего ребенка к оптимальным формам вербального выражения гнева. Не исключено, что какое-то время вам придется мириться с неприятными и даже шокирующими словесными извержениями гнева, однако возможна другая опасная крайность: ребенок будет вынужден подавлять в себе гнев, который в будущем непременно выплеснется наружу, найдя себе выход в дурных поступках.

«Лестница гнева»

ПОЗИТИВНАЯ ФОРМА ВЫРАЖЕНИЯ

1. *Приятная; поиск разрешения конфликта; фокусирование гнева на его источнике; концентрация внимания на сути конфликта; умение думать логично.*

2. *Приятная; фокусирование гнева на его источнике; концентрация внимания на сути конфликта; умение думать логично.*

ПОЗИТИВНАЯ И НЕГАТИВНАЯ ФОРМЫ ВЫРАЖЕНИЯ

3. *Фокусирование гнева на его источнике; концентрация внимания на сути конфликта; умение думать логично; неприятная, крикливая манера общения.*

4. *Концентрация внимания на сути конфликта; умение думать логично; неприятная, крикливая манера общения; перенесение гнева на другие источники.*

5. *Фокусирование гнева на его источнике; концентрация внимания на сути конфликта; умение думать логично; неприятная крикливая манера общения, словесные оскорбления.*

6. *Умение думать логично; неприятная, крикливая манера общения перенесение гнева на другие источники; предъявление посторонних претензий.*

ПРЕИМУЩЕСТВЕННО НЕГАТИВНАЯ ФОРМА ВЫРАЖЕНИЯ

7. *Неприятная, крикливая манера общения; перемещение гнева на другие источники; предъявление посторонних претензий; эмоционально деструктивное поведение.*

8. *Неприятная, крикливая манера общения; перенесение гнева на другие источники; предъявление посторонних претензий; словесные оскорбления; эмоционально деструктивное поведение.*

9. *Неприятная, крикливая манера общения; грубость; перемещение гнева на другие источники; предъявление посторонних претензий; словесные оскорбления; эмоционально деструктивное поведение.*

10. *Фокусирование гнева на его источнике; неприятная, крикливая манера общения; грубость; перемещение гнева на другие источники; бросание предметов; эмоционально деструктивное поведение.*

11. Неприятная, крикливая манера общения; грубость; перемещение гнева на другие источники; бросание предметов; эмоционально деструктивное поведение.

НЕГАТИВНАЯ ФОРМА ВЫРАЖЕНИЯ

12. *Фокусирование гнева на его источнике*; неприятная, крикливая манера общения; грубость; нанесение ущерба имуществу; словесные оскорбления; эмоционально деструктивное поведение.

13. Неприятная, крикливая манера общения; грубость; перемещение гнева на другие источники; нанесение ущерба имуществу; словесные оскорбления; эмоционально деструктивное поведение.

14. Неприятная, крикливая манера общения; грубость; перемещение гнева на другие источники; нанесение ущерба собственности; словесные оскорбления; физическое насилие; эмоционально деструктивное поведение.

15. Пассивно-агрессивное поведение.

Примечание: текст, выделенный курсивом, соответствует позитивным формам выражения гневных эмоций. См.: Ross Campbell, *Kids in Danger*, Colorado Springs: Chariot Victor, 1999, 69.

Некоторые дети высказывают свои гневные претензии по самым пустяковым поводам. При этом ими нередко движет желание манипулировать родителями и добиваться своего. Такие гневные филиппики, нацеленные на то, чтобы огорчить и обидеть других людей, недопустимы и требуют корректировки. На подобные словоизвержения родителям следует реагировать точно так же, как на неподобающее поведение ребенка, о чем шла речь в главе 4. Но, корректируя поведение ребенка, непременно помните о главном правиле для родителей: вы должны быть терпеливы, полны любви, но и обязательно тверды.

Если ребенок выплескивает свой гнев по незначительному поводу или просто пытается манипулировать родителями, отреагируйте на это как на дурное поведение. Но даже в тех случаях, когда выражение гнева приобретает у ребенка недопустимые формы, вы сами должны оставаться на высоте: максимально дисциплинированными, сдерживать свой гнев и не обрушивать его на ребенка. Всегда будьте терпеливы, но тверды.

Как научить ребенка справляться со своим гневом

Когда ваш ребенок периодически приходит к вам со своими гневными чувствами, он как будто сам приводит себя на обучение. Однако это обучение будет успешным лишь при условии вашего полного спокойствия, выдержки и доброго настроения. Чтобы достичь хорошего результата, к корректировке нужно приступать сразу после инцидента. Чтобы справиться с гневом ребенка позитивным образом, необходимо сделать следующие три вещи:

- убедить ребенка в том, что вы не осуждаете его, ибо ребенок и без того переживает чувство вины, особенно если он добр и ласков по своей природе. Осуждая ребенка, вы можете навсегда отбить у него желание открывать свой гнев и не сможете помочь ему восходить вверх по лестнице по пути к более позитивным формам разрешения конфликтов. Ваш сын или дочь должны знать, что вы принимаете их как личность и уважаете их чувства, что они вам небезразличны. Если ребенок счастлив, вы хотите знать об этом; если он печален, вас это тоже очень волнует;

- сконцентрироваться на том, в чем ваш ребенок прав. Открыто высказав вам свои гневные чувства, он поступил правильно, не причинив никому вреда: не ударил младшего брата и не пнул собаку. Он рассказал вам о своих негативных чувствах, а это то, что нужно;
- помочь ребенку увидеть, каким образом он может выражать свой гнев в следующий раз. Пользуясь просьбами, а не командами, вы даете ему понять, что возлагаете ответственность на него и надеетесь, что он справится. Это произойдет не сразу, но вы сможете наблюдать медленное продвижение вашего ребенка к намеченной цели, вверх по лестнице, в направлении к зрелости.

Обуздание гнева через прощение

Моделирование отношений, основанных на прощении

В семье нередко возникают конфликты и обиды, и каждому приходится периодически произносить эти трудные слова: «Мне очень жаль. Прости меня». Все мы не являемся образцами совершенства, и время от времени необходимо просить прощения и у близких, и у друзей, и у коллег по работе, и у детей.

Дети часто сердятся на нас потому, что считают наше отношение к ним несправедливым. И в самом деле, мы бываем не правы и раздражаем детей. Иногда мы считаем себя правыми, а наши дети, глядя на нас со своей точки зрения, думают как раз наоборот. Самое главное для ребенка то, как он смотрит на жизнь. Если мы хотим, чтобы наши взаимоотношения в любви возрастали, то, независимо от возраста детей, мы должны считаться с их взглядами и мнениями о жизни и о самих себе. Если же мы обижаем их, даже непреднамеренно, мы должны извиниться и попросить прощения.

Одна мать считала необходимым часто говорить своим детям следующее: «Если я своими словами или поступками огорчаю вас, говорите мне об этом. И не через год, а в этот же день или на следующий».

Она говорила эти слова, когда дети были малы и говорит им то же самое и сегодня, когда они уже стали взрослыми, потому что опасность взаимного непонимания всегда присутствует. Взрослые имеют более разносторонние контакты с окружающим миром, чем дети, и в этой суете наши слова и поступки порой огорчают наших детей, оскорбляют их чувства.

Если ребенок то и дело выплескивает свой гнев перед родителями по всякому поводу, значит что-то не в порядке в самой сути внутрисемейных отношений. Если же это происходит не часто, скажем, дважды или трижды в году, родитель может расценить это как знак доверия к себе со стороны ребенка, который свободно открывает свои обиды в обстановке взаимной любви внутри семьи.

Поскольку мы ежедневно сталкиваемся с проявлениями жизненной позиции наших детей, порой их обидами на нас, мы должны обращаться к ним за прощением и не ради самого прощения, но ради того, чтобы воспитывать в себе равнодушие к детским чувствам. Здесь мы имеем прекрасную возможность поговорить с ребенком о жизни, поделиться своими мыслями, то есть сделать то, чего мы прежде не делали. Такое общение необычайно сближает родителей и детей.

Научить прощать

Прощение тесно связано с проявлением гнева. Мы можем обучать детей умению прощать, не только используя ситуации в семейном кругу, но и беседуя с ними о христианском прощении, а также своим поведением – тем, как мы реагируем на неприятные воздействия извне.

Прощение имеет много определений, но больше всего мне нравится следующее: прощение – это отказ от права свести счеты. Это твердое намерение забыть обиду и собственную боль. Есть такое мнение, что нельзя прощать человека, пока он не раскается. Но Священное Писание говорит совершенно о другом: оно учит нас прощать других, потому что мы сами прощены и столько раз, сколько раз прощены мы сами (Мф. 18:22). Нам велено прощать, потому что Христос простил нас (Еф. 4:32).

И мы должны быть готовы простить прежде, чем мы на самом деле сделаем это. Если же мы продолжаем злиться, если в нас нет желания прощать, тогда наши попытки простить останутся тщетными, и мы так и не сможем обрести душевного мира.

Обида и прощение не обязательно остаются внутренним делом двух людей, вовлеченных в конфликт. Иногда взаимоотношения настолько выходят из-под контроля, что для разрешения конфликта требуется какое-то радикальное средство. Здесь может потребоваться вмешательство двух или более посторонних людей. Господь говорит об этом в Мф. 18:15–20, разъясняя последовательность шагов в направлении разрешения серьезных ссор и обид.

Прощение – это духовная работа, к которой надо подходить как к любому духовному опыту, то есть обращаясь за помощью к Господу. Когда мы в молитве говорим Богу о нашем желании простить, Бог облегчит нашу боль и обиду, однако это происходит обычно не сразу. На самом деле, людям, которые несут в себе большую обиду, удастся достичь полного прощения не раньше, чем года через три. Признаком готовности полностью простить является совершенное спокойствие при мысли об этом человеке и отсутствие всякого желания мести. Только в этом случае мы действительно готовы забыть обиду и освободиться от неприязненных чувств по отношению к обидчику.

Полное прощение – это чудесное чувство освобождения, открывающее путь к исцелению и здоровой духовной жизни.

Не обрушивайте свой гнев на ребенка

Чем успешнее вы справляетесь с гневом – вашего ребенка и вашим собственным – у себя дома, тем менее вероятно, что он выплеснется наружу, за пределы вашей семьи. Если же вы не в состоянии правильно воспитывать ребенка внутри семьи, его пассивно-агрессивный настрой найдет себе выход вне дома и станет причиной множества болезненных и потенциально опасных ситуаций. Разумеется, вы предпочтете справиться с издержками и неприятностями этого, в общем-то нормального, явления внутри семьи.

Здесь важно одно условие, а именно: необходимо отказаться от привычки обрушивать свой гнев на ребенка. Полезно перед отходом ко сну дать себе письменное обещание, написав в записной книжке следующее: «Я не буду вымещать свой гнев на ребенке в течение двадцати четырех часов». На следующую ночь сделайте то же самое и проставьте дату. Отметьте, удалось ли вам сдержать это обещание. Если вы все же сорвались и накричали на ребенка в гневе, запишите, при каких обстоятельствах это произошло. Попробуйте исправиться на следующий день. Наконец, возьмите новое обязательство сдерживать свой гнев.

В этом трудном деле все мы нуждаемся в помощи нашего Небесного Отца. И здесь нам не обойтись без молитвы. В трудные моменты, когда вы далеки от духовного настроения, вы можете обратиться к заранее написанной молитве или выписать несколько стихов из Библии, это принесет вам облегчение. Велика милость нашего Небесного Отца, Он непременно поможет вам, надо только полностью положиться на Него.

Если вы стараетесь измениться и стать более добрым и менее агрессивным родителем, ваш ребенок обязательно заметит и оценит ваше усилие. Вы же испытаете чувство огромного удовлетворения оттого, что готовите почву для будущей счастливой и плодотворной жизни своего ребенка.

Всегда помните о самом важном условии успешного научения ребенка справляться с гневом: о вашей безусловной любви. Когда дети уверены в вашей любви, они активно отзываются на ваши усилия, и тогда ваша цель – помочь им достичь эмоциональной зрелости к семнадцати-восемнадцати годам – станет вполне реальной.

Глава 7

Масс-медиа против родителей

И возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим, и всею крепостию твоею.
Мк. 12:30

В нашей стране существуют четыре национальные телевизионные корпорации: ABC, NBC, CBS и Fox. Однажды, когда я хотел посмотреть финал Всемирного игрового чемпионата и не знал, на каком канале его искать, я прошелся по всем четырем.

На первом канале я увидел две пары, занимавшиеся обменом партнеров. С отвращением переключился на другой канал и наткнулся на двух гомосексуалистов, откровенно занимавшихся «любовью». С не меньшим чувством отвращения я перешел на следующую программу, где женщина подвергалась чудовищному насилию, и только с четвертой попытки я нашел то, что искал. Однако и здесь игра несколько раз прерывалась рекламой пива, сопровождаемой комментариями с сексуальным зарядом. И все это происходило в то время, когда телевизионные передачи в основном смотрят дети.

Я начал с телевидения, но всем известно, что с ним в одной упряжке идут: кинематограф, видеоигры, компьютерный Интернет с допуском к сайтам для взрослых и печатные издания. Родители понимают потенциальную опасность всего этого для детей, и многие серьезно обеспокоены этой проблемой. Тем не менее во многих домах телевизор включен по несколько часов в день, и дети от двух до пяти лет смотрят телепередачи в среднем тринадцать часов в неделю от понедельника до пятницы¹⁶.

Власти, в частности политические лидеры, обещают установить контроль над средствами массовой информации, однако ситуация мало меняется ввиду сильного сопротивления со стороны студий Голливуда и системы Интернета. Здесь некоторую полезную роль мог бы сыграть так называемый «V-chip» («Ви-чип») – новое компьютерное устройство, применяемое для блокировки телепрограмм с сексуальной и насильственной тематикой. О необходимости такого блокиратора свидетельствует крайний уровень разнузданности обычного телевидения, не говоря уже о кабельном. Противники «Ви-чипа» утверждают, что внедрение его может стать поводом для продюсеров напичкать свои программы еще большим количеством секса и насилия, поскольку дети, как предполагается, их не увидят. Таким образом, можно ожидать новой волны секса и насилия на экранах телевизоров. Но эти защитные устройства прилагаются только к новым моделям телеприемников, а миллионы уже существующих их просто не имеют, и доступ детей к подобным программам ничем не ограничен.

В результате даже самые хорошие родители оказываются в этой битве в проигрыше и сами даже не знают, почему. Современные формы развлечений обесценивают все воспитательные традиции прошлого. По мере того как дети привыкают ко всему этому, они теряют способность противостоять вредному воздействию масс-медиа. А затем, когда они входят в возраст нормального пассивно-агрессивного поведения, в их распоряжении оказывается гораздо больше способов для выражения своей деструктивной позиции.

Питер Гиббон, научный сотрудник при Гарвардском университете, жалеет о том, что телевидение не способно привлечь внимание детей к чему-то хорошему, к тому, что их радовало бы и восхищало. Вместо этого оно ежедневно предоставляет детям слишком большой выбор, с которым они не в состоянии справиться.

¹⁶ Nielsen media research, 1996, as reported in *The World Almanac and Book of Facts 1998* (Mahwah, N. J.: World Almanac, 1997) 259.

«Мы, родители, должны понимать, что слишком большой выбор при отсутствии руководства и наставничества таит в себе серьезную опасность. Следует помнить о том, что благополучие человека зависит не только от правильного питания, достаточного количества упражнений на свежем воздухе и солнечных ванн, от наличия хороших друзей и хорошей работы, а также любви, но прежде всего от того, как человек смотрит на окружающий мир. Масс-медиа, действуя изошренно и напористо, постоянно формируют взгляды наших детей.

Хотя масс-медиа претендуют на либеральную позицию, тем не менее их основными темами постоянно являются плохие новости. Несчастные случаи, преступления, скандалы составляют круг их интересов. Нормальное состояние для них скучно и пресно. Превалирование дурного и преступного в новостях заставляет и детей, и нас, взрослых, переоценивать значение всего плохого, что есть в жизни, – несчастного случая, риска заболеть, уровня насилия, масштабов супружеской неверности и т. п.

В мире, где все сплетено в один клубок и где нет нравственных барьеров, масс-медиа могут легко ввести нас в заблуждение и сделать нас подозрительными, боязливыми и циничными людьми. Их влияние ведет к потере веры в национальном масштабе, презрению к традициям прошлого, недоверию властям и отказу от надежды на лучшее...

За всем этим маячит мрачная тень секуляризма, подразумевающего, что человек самодостаточен и не нуждается в Боге, а также модернизма, как единого художественно-литературного движения, подрывающего структуру и форму общественных отношений и традиционные ценности.

И, наконец, в мире мгновенных коммуникаций, где нет места размышлению, взвешенности и цельности, масс-медиа постоянно создают ощущение нестабильности и непрочности всего окружающего и впечатление, что вообще нет никаких героев»¹⁷.

Телевидение – самое преуспевающее и самое извращенное из всех средств массовой информации. Девяносто девять процентов американских семей имеют, по меньшей мере, один телевизор, а тридцать шесть процентов – три телеприемника¹⁸. Телевидение и его информационные коллеги существенно влияют на изменяющуюся культуру. Мы обязаны научить наших дорогих детей противостоять этому губительному воздействию. Ведь слишком много поставлено на карту: не только нравственное и душевное здоровье детей, но и их судьба как будущих взрослых, а следовательно – будущее всего нашего общества.

¹⁷ Peter H. Gibbon, "The End of Admiration: The Media and the Loss of Heroes", *Imprimis* (Hillsdale College), May 1999, 2.

¹⁸ Nielsen media research, *The World Almanac and Book of Facts* 1998, 260.

Развращающее влияние масс-медиа

Интернет

При всех своих потрясающих возможностях всемирная компьютерная сеть таит в себе серьезную опасность для детей и подростков. Родители, которым небезразлична судьба их детей, не могут оставаться равнодушными к тому, как и где их дети пользуются Интернетом. Дело настолько серьезно, что некоторым родителям стоит подумать о размещении своего домашнего компьютера. Большинству детей закрыт доступ к вредной информации, когда они находятся в присутствии родителей. Поэтому не рекомендуется помещать компьютер в отдельной комнате, где дети, даже использующие компьютер в позитивных целях, посвящают ему слишком много времени, лишаясь общения с членами семьи.

К сожалению, очень многие родители не придают этому значения и позволяют детям смотреть развратные сексуальные фильмы, отвратительные сцены насилия и получать информацию о разных марках оружия. Необходимы надежные защитные средства, способные оградить детство от подобного губительного воздействия. Все родители, имеющие компьютер, должны уметь пользоваться им не хуже своих детей для того, чтобы контролировать ситуацию в своем доме.

Одной из потенциально опасных областей Интернета являются так называемые «комнаты общения», лишь немногие из них контролируются. Девочка по имени Сара из Пенсильвании прислала такое письмо в журнал «Good Housekeeping»: «Мне 16 лет, но я ни разу не отважилась войти в одну из таких [неконтролируемых] комнат для общения. Мне противно слушать грубые и безграмотные выражения. Однако не все комнаты так плохи, и я имею общение в одной из них, в которой находится оператор, так что подобных безобразий там нет, и это совсем не вредно для детей всех возрастов»¹⁹.

Сара правильно понимает важность контроля и разумного регулирования данной программы. Но и эти средства не гарантируют защиту детей от двусмысленных и просто безнравственных высказываний. Неконтролируемые «комнаты общения» в Интернете имеют свое продолжение в среде подростков, для которых принцип «все позволено» становится лейтмотивом вхождения во взрослую жизнь. Например, Кэтрин из Мичигана тоже написала письмо в тот же журнал: «Мне 17 лет, и я в Интернете с одиннадцати. Я общалась там со многими пятнадцатилетними мальчиками, которые говорили такие же гадости, какие я слышу у себя в школе и в других местах. Еще чаще я имею абсолютно откровенное общение со взрослыми людьми, которые интересуются тем же. Не секрет, что в комнатах общения подростки с максимальной откровенностью беседуют о сексе, но и на игровых и на спортплощадках они говорят о том же»²⁰.

Самое ужасное из того, что подростки получают в Интернете, это их вхождение в контакт со взрослыми, которые могут использовать их в своих целях. Так, одна мама из Уэст-Коуст по имени Патриция пишет: «Наша тринадцатилетняя дочь часами просиживала у компьютера как приклеенная. Вначале мы думали, что она занимается чем-то полезным, но потом начались проблемы. Она хотела „общаться“ только при закрытой двери, и общалась она с „друзьями“, клички которых вызывали отвращение. Некоторые звонившие мужчины на линии отказывались назвать себя, а некоторые просто прерывали контакт, если отвечал

¹⁹ “Readers’ Letters”, *Good Housekeeping*, February 1998, 18.

²⁰ Ibid.

взрослый. Самое ужасное то, что наша дочь через эту комнату назначила свидание с неизвестным мужчиной, который должен был прийти к нам домой в наше отсутствие»²¹.

Число подобных случаев, когда подростков склоняли к свиданиям неизвестные люди, значительно выросло. Не так давно одна четырнадцатилетняя девочка из Теннесси общалась через Интернет с тридцатилетним мужчиной из Небраски, который представился девятнадцатилетним юношей. Склонив девочку к тайному свиданию, он похитил ее и изнасиловал²².

Теле– и видеонасилие

Мы уже говорили о том, что активизация тематики секса и насилия в телепрограммах привела к появлению защитного устройства «Ви-чип». Содержание телепередач стало настолько циничным, что в 1977 году была введена система рейтинга телепрограмм, и с тех пор все они имеют соответствующие индексы: от TV-G до TV-MA (только для взрослых), включая дополнительные маркировки V, S, L и D (насилие, секс, нецензурный язык и диалоги на темы секса, соответственно).

Телевизионные передачи действительно влияют на поведение детей. Однажды я слышал рассказ доктора Д. Уэлша, исполнительного директора Национального института масс-медиа и семьи, о том, как он однажды продемонстрировал видеофильм для группы детей и об их реакции. Дети четырех и пяти лет сидели перед телевизором, а их родители наблюдали за ними сквозь одностороннее стекло. Сначала детям показали мультфильм с известным мультперсонажем Барни, который танцевал на экране. Через несколько минут дети тоже танцевали, подражая Барни. Родители умилялись, глядя на детишек.

Затем поставили другую видеопленку, где герои использовали приемы каратэ и нанесли сокрушительные удары по своим врагам с помощью собственных рук и ног. Очень скоро все дети, за исключением одного или двух, также начали пинать и бить друг друга. Одна девочка, которая вначале хотела уклониться от этого, вскоре тоже начала наносить удары своим сверстникам. На этот раз родители были в шоке, но поражены они были не столько поведением своих детей, сколько явным доказательством прямого воздействия на них сцен насилия.

Этот эпизод занял всего несколько минут. Нетрудно представить себе, что происходит с детьми, которые регулярно смотрят теле– и видеосцены насилия.

Несомненно, что степень пристрастия к насилию на телеэкране и на видео возрастает. Чтобы удержать внимание детей, телепродюсеры делают все, чтобы разрушить барьер чувствительности к сценам насилия. По мере того, как дети привыкают к жестокости, степень концентрации насилия в изображаемых сценах можно все более повышать, снимая кадры все более шокирующие и деструктивные. Я прослужил восемь лет в Американском морском флоте и был практикующим врачом в самых захолустных уголках мира, и я думал, что видел все. Как я ошибался! Как бы там ни было, люди, потерявшие чувствительность к злу, не осознают всю глубину морального падения и разрушения, которое постепенно входит в их жизнь.

Немного найдется людей, желающих совершить то ужасное, что они видят на телеэкране, однако подражательный инстинкт побуждает их воспроизвести в жизни немыслимые по своей жестокости акты. Насилие в обществе растет. Посмотрите, к чему привела широкая демонстрация в школах сцен со стрельбой. Теперь мы имеем случаи расстрелов

²¹ Ibid.

²² Beenea A. Hyatt, «Man Charged in Solicitation of Teen Girl», *Chattanooga Times*, 2 May 1999, A16.

школьниками своих одноклассников и полный арсенал таких же примеров для подражания в компьютерной сети.

Ничто, кроме прежде увиденного на экране акта насилия, не могло спровоцировать ребенка совершить такое зверство. Этот факт был доказан исследованиями, проведенными в 1993 году Медицинской школой Пеннштатского университета, которые продемонстрировали зависимость между агрессивностью и непослушанием детей и количеством часов, проведенных ими перед телеэкраном. Чем дольше дети сидят перед телевизором, тем агрессивнее становится их поведение. В своем научном отчете 1990 года Американская академия педиатров говорила о том, что двадцать пять часов в неделю перед телевизором выливались в активное агрессивное поведение, а также способствовали ожирению и нарушению сна²³. Как ни горько, но следует признать, что, в то время как большинство цивилизованных стран принимают меры к защите своих детей от деструктивного и порочного воздействия масс-медиа, мы этого не делаем.

Видеоигры

Видеоигры, ориентированные на насилие, обучают детей не только убивать, как это делают солдаты, но и получать от этого удовольствие. Прежде чем этот вопрос был вынесен на сессию Сената, им занимался лейтенант-полковник Дейвид Гроссман, психолог, преподаватель военной психологии в Военной академии Уэст-Пойнта. Он установил, что видеоигры значительно превосходят телефильмы по степени воздействия на молодежь, ибо фактически они обучают людей убивать. «Это подлинные копии видеоигр, используемых в армии для обучения солдат. Военное ведомство тратит миллионы долларов на эти вещи не напрасно. Например, игра под названием „Рок“ представляет собой отличное тактическое средство тренировки морской пехоты»²⁴.

Как и телевидение, видеоигры имеют свою индексацию: те, что содержат сцены жестокости и насилия варьируют свои маркировки от «для подростков» до «только для взрослых». К подростковой категории (от 13 лет и старше) относятся видеоигры, «изображающие насилие, мягкую или грубую нецензурщину и (или) двусмысленные сцены». Для примера можно привести такие названия, как «Урожай тел» и «Смертельные искусства». Категория «для взрослых» включает сцены «более интенсивного насилия и более грубого языка, чем подростковая, а также предельно откровенную сексуальную тематику»²⁵. Такие популярные игры, как «Герцог Ньюкем» или «Рок», входят в эту группу.

Так как многие магазины, торгующие видеопродукцией, не применяют индекс «только для взрослых», большинство игр имеют только два оставшихся индекса, причем возраст детей не всегда учитывается. Родителям следует быть внимательными к маркировкам и содержанию, публикуемым на обложках видеоигр, которыми интересуются их дети.

Информация о сексе: кино и печатная продукция

Преувеличенное внимание к сексу, фактически одержимость сексом, не может не влиять на детей крайне отрицательно. Сексуальные образы и разговоры не менее порочны, чем непосредственно сексуальные сцены, представленные в нарочито натуралистическом или юмористическом свете и лишенные всякого намека на любовь. Как правило, масс-медиа

²³ Ibid., 55.

²⁴ Susan Roth, "Army Psychologist Cites Video Games", *Chattanooga Times*, 6 May 1999, A7.

²⁵ Рейтинги разработаны Управлением по компьютерной индексации развлекательных программ. Более подробную информацию см.: www.esrb.com. Полезные сведения также см.: "ESRB Parents' Guide" в www.esrb.com/parent.html.

демонстрируют интимные отношения между не состоящими в браке людьми, причем все эти связи имеют случайный характер, тем самым пропагандируется неразборчивость и безответственность в отношениях между мужчиной и женщиной.

Хотя считается, что дети до семнадцати лет не допускаются на фильмы с индексом «R», на самом деле, как отмечают местные газеты и такие общенациональные периодические издания, как «USA Today», любопытные подростки проходят в кинотеатры, где их возрастом никто не интересуется, и смотрят эти фильмы. Кроме того, дети имеют доступ к кабельному телевидению и к видеофильмам, в которых они могут познакомиться с образцами всевозможных сексуальных «подвигов».

Но и это еще не все. И кино, и телевидение навязывают зрителю сцены гомосексуального общения и, несмотря на общеизвестную антисемейную и антихристианскую направленность гомосексуального образа жизни, на экране он представляется вполне полноценным и нормальным. Хочется спросить: каким после этого может быть отношение наших детей к семье, о каком посвящении и преданности семейным ценностям можно здесь говорить?

Далее, сегодня узаконено так называемое «легкое порно» в виде журналов «Playboy» и «Penthouse», которые включены подписными агентствами в список призов ежегодных лотерей. Эти и другие, более жесткие образцы порнопродукции предлагаются всевозможными легкодоступными магазинами, и их копии часто попадают в детские руки.

Не так давно я консультировал одного 35-летнего мужчину по имени Фрэнк, человека глубоко порядочного и нравственного. Оказалось, что этот ответственный и добрейший человек страдал от беспокойства и депрессии и имел сложности в отношениях с противоположным полом. Я обнаружил, что у него была одна серьезная проблема – угнетавшее его чувство вины, – уходящая корнями в далекий подростковый период его жизни, когда он имел патологическое пристрастие к откровенным сексуальным изображениям. Это происходило в доме его друга по имени Джек, мать которого предлагала мальчикам порнографические материалы и сама смотрела вместе с ними откровенно порочные фильмы. Родители Фрэнка понятия не имели об этом, они, несомненно, приняли бы меры, если бы он сказал им правду.

Эта история вполне типична. Потребовалось немало времени, чтобы помочь Фрэнку выйти из состояния тревоги и расстаться со своим комплексом. Он понял, наконец, несостоятельность преследовавшего его чувства вины, мешавшего ему строить нормальные отношения с женщинами. После этого он стал встречаться с женщиной и вскоре женился. Сегодня у Фрэнка и его жены Элис прекрасная семья, у них теплые отношения с другими семейными парами.

Пристрастие к развратным зрелищам порождает чувство неполноценности. Сексуальная чистота – это драгоценное качество, которое мы хотим сохранить и в детях, и в самих себе. Да, прощение, даруемое нам нашим Небесным Отцом, «очистит нас от всякой неправды» (1 Ин. 1:9), однако прежде всего мы сами обязаны защитить своих детей от всякой скверны.

Атака на нравственную цельность личности

Когда вместе с ребенком вы сидите перед телевизором, наблюдайте за тем, какие нравственные уроки преподаются в телепрограммах. Мы знаем, что цельная личность отвечает трем главным требованиям: говорить правду, выполнять данное обязательство и нести ответственность за свое поведение. В большинстве комедийных телевизионных программ нравственность высмеивается, более того – демонстрируется пренебрежение к истине и превозносится ложь. Как часто мы слышим эти слова – «Я обещаю», – произносимые мимоходом людьми, которые обещают то, что они не могут или не собираются выполнять.

Самым ярким примером нарушения данного человеком обязательства является поведение экранных супругов. Супружеская жизнь изображается на экране в негативном свете как нечто, ограничивающее свободу и мешающее счастью. В результате многие дети начинают видеть в супружестве анахронизм, пригодный только для рождения детей. Разумеется, такое отношение напрямую ведет к добрачным и внебрачным сексуальным связям, в изобилии представленным на телеэкранах. Сколько же отвратительных сцен с извивающимися и задыхающимися телами должен просмотреть ребенок, чтобы усвоить, что случайные связи – это вполне нормально?

Две самые популярные детские передачи («The Simpsons» и «Beavis and Butthead») демонстрируют абсолютное неуважение к авторитетам, изображая родителей и других взрослых глупыми, некомпетентными и никчемными людьми. Другие программы преподносят ту же тематику в более сдержанной форме, однако подтекст остается прежним. Информация и знания, получаемые детьми от масс-медиа, интенсивно формируют в них определенное отношение к основам добра и зла, к семейным и духовным ценностям. Способно ли выжить общество, в котором детей постоянно настраивают против всего, что есть добро и благо, делают из них то, что совершенно противоположно нашему идеалу? И, что следует особенно подчеркнуть, все это происходит при пассивном попустительстве со стороны родителей.

Сегодня, к счастью, есть некоторые исключения. Это такие передачи, как «Touched by an Angel» и «Promised Land», в которых есть молитва, вера в любящего и справедливого Бога и люди, ищущие Его. Но, чтобы добраться до чего-то хорошего и ценного, приходится перевернуть массу всякого мусора.

Тактика киноискусства

Сценарист Коулман Лак утверждает, что христиане, мир и Голливуд друг друга не понимают. Большинство евангельских христиан, по его мнению, уверены, что Голливудом руководит в основном страсть к деньгам. Хотя эта страсть и имеет место, однако на самом деле большинство продюсеров и актеров занимаются своим ремеслом для того, чтобы сказать что-то этому миру, передать ему свои идеи и убеждения. Они безраздельно преданы своему искусству и не способны понять христианство и правдиво отобразить его.

«Единственными формами христианства, которые Голливуд способен понять, являются католичество и правые консервативные политики, укрывающиеся за религиозной терминологией... Голливуд виновен в чудовищном искажении и сведении к дешевым стереотипам образов людей веры. Если когда-нибудь Голливуд попытается смешать созданные им стереотипы с сексуальной или расовой тематикой, он понесет заслуженное осуждение»²⁶.

Кино всегда несет с собой определенную идеологию. Некоторые фильмы действительно серьезно подходят к проблемам расизма («In the Heat of the Night», «Ночная жара»; «Schindler's List», «Список Шиндлера») или, в редких случаях, – веры («Chariots of Fire», «Огненные колесницы»). Однако по большей части они имеют антихристианскую или анти-семейную направленность. Подсчет оторванных билетных «корешков» показывает, что здоровые, нравственные фильмы приносят гораздо больше денег, чем те, что специализируются на сексе и насилии. Коулман Лак в некотором смысле прав, говоря, что кинопродукция передает взгляды и идеологию своих создателей, и, если бы их главным мотивом были деньги, разве не могли бы они таким образом еще больше заработать? Можно не сомневаться в том, что большинство этих талантливых людей вносят свой вклад в формирование такого общественного сознания, которое, по мнению христиан, разрушает общество и особенно губительно действует на детей.

²⁶ Mary Cagney, "Why Hollywood Doesn't Like You", *Christianity Today*, 10 August 1998, 64.

Родители в тупике

Во многих домах телевизор занимает приоритетное место, и, даже когда никто его не смотрит, он создает постоянный шумовой фон. В большинстве семей телевизор работает, как правило, во время завтрака, обеда или ужина. У детей, растущих в таком окружении, формируется патологическая потребность в звуковой среде, так что в тишине они испытывают дискомфорт. Это оказывает влияние не только на их внутреннее состояние, но и на поведение в традиционно спокойных местах, например, в школе или в церкви.

Дети, проводящие много часов перед телевизором, уже не имеют времени для настоящего важных вещей. Среднестатистический ребенок школьного возраста, например, проводит вместе с отцом полчаса в неделю, с матерью – два с половиной часа, пять часов в неделю уходит на домашнее задание и примерно полчаса на внепрограммное чтение²⁷. Что это по сравнению с тринадцатью часами в неделю перед телевизором?

Родители позволяют детям столь продолжительное общение с телевизором по разным причинам, а он между тем поглощает мысли и подчиняет себе поведение наших детей так же, как он съедает их время. Дети, которые с трудом концентрируют внимание на таких важных делах, как учеба, чтение или назидание через слушание учителей, родителей или служителей, оказываются полностью поглощенными телевизионными шоу. Можно ли назвать это зависимостью? Думаю, можно. Когда детей, постоянно просиживающих перед телевизором, лишают возможности его смотреть, они всегда проявляют болезненные симптомы: становятся раздражительными, нервными, агрессивными, трудными в общении. Однако спустя некоторое время они постепенно восстанавливают свое равновесие и способность справиться со стрессом.

Многие родители не обращают внимания ни на методы, ни на содержание масс-медиа, однако дети весьма чувствительны и к тому, и к другому. Таким родителям пора менять свою позицию и взглянуться в происходящее вокруг. Наше общество не оставляет места для самоуспокоенности и иллюзий по поводу того, что происходит в умах, сердцах и психике наших детей.

Многие родители не видят связи между тем, что входит в сознание их детей и что выходит наружу в форме поведения и отношения к окружающим. Родители не знают ни интересов, ни круга общения своих детей и предоставляют им свободу решений и действий. Позже, когда возникают неприятности и проблемы, эти родители недоумевают и разводят руками.

Если бы они задумались и сравнили количество времени, которое они проводят со своими детьми, с количеством времени, которое их дети проводят в общении с масс-медиа, они бы увидели, что довольствуются последним местом.

²⁷ David Walsh, *Selling Out America's Children* (Minneapolis: Fairview, 1994), 28.

Что же мы, родители, можем сделать?

Сегодня, при доминировании развращающего влияния масс-медиа и современной культуры, нам, родителям, необходима сильная и активная позиция в воспитательном процессе. Я имею в виду позицию активного общения с детьми, а не пассивного реагирования на их поведение. Мы можем воспитать наших дорогих детей так, чтобы они умели противостоять вредной и разрушительной идеологии этого мира. Этим нельзя пренебрегать, ибо слишком многое поставлено на карту.

Наша главнейшая задача состоит в том, чтобы эмоционально поддерживать, воспитывать и защищать наших детей. Я хочу напомнить, что все попытки воспитывать и защищать будут безуспешными, если не выполняется первое условие – не обеспечивается подпитывание и наполнение детской души любовью. Мы должны постоянно наполнять эту эмоциональную емкость безусловной любовью, только тогда остальные наши усилия не останутся бесплодными. Кроме того, для успешного воспитания ребенка нам необходимо быть в курсе его контактов с внешним миром. Наконец, мы обязаны защитить его от губительного воздействия нашего общества, по сути своей направленного и против родителей, и против детей.

Могут ли масс-медиа приносить пользу?

Не следует отвергать все масс-медиа без исключения, кое-чем можно воспользоваться для сообщения детям полезных сведений. Во-первых, мы можем считать, что масс-медиа способны научить ребенка общению со всеми слоями общества. Надо отдавать должное здоровым и познавательным программам и давать правильную оценку вредной и отрицательной информации. Мы должны научить наших детей использовать телевидение с максимальной пользой для себя. Также и видеоматериалы с положительной тематикой могут быть полезны для дискуссий об истинных – или ложных – ценностях, исходя из поведения экранных персонажей. Мы можем сделать Интернет окном в мир полезной информации для наших детей, помогающей им разобраться в том, что есть истина, а что ложь.

Во-вторых, мы, родители, должны делать все возможное, чтобы поддерживать в детях неприятие деструктивных тенденций в обществе. Для этого необходимо внимательно следить за тем, какие кинофильмы и телепрограммы смотрят наши дети.

Я считаю ошибочным запрет на телевизор, потому что почти все американские семьи имеют сегодня телевизоры, и дети, естественно, тянутся к ним. Запрещая детям смотреть телепередачи дома, мы тем самым провоцируем их заниматься этим в домах друзей, а это обязательно вызовет у них ощущение неполноценности собственного дома по сравнению с другими. В возрасте нормального пассивно-агрессивного поведения, они испытывают особенно сильную тягу к телевидению (в своем или чужом доме) как к средству выражения своих пассивно-агрессивных настроений.

Мне известно, что некоторые родители решают эту проблему путем домашнего обучения или какими-либо другими способами, уменьшающими подверженность детей влиянию масс-медиа. Это помогает формировать в детях отвращение к насилию и жестокости, однако не учит их противостоять повсеместному напору телевидения, Интернета и попмузыки (см. главу 11, в которой дается руководство по использованию детьми Интернета). Ребенку необходима защита от всякого вредного воздействия, а также умение самому принять правильное решение и отстраняться от негативных программ в отсутствие родителей.

Если ваши дети посещают кинотеатры и другие места досуга, нужно ограничивать время их пребывания там так же, как и в случае с домашним телевизором. Нельзя при этом забывать о маркировках фильмов. Детей не следует пускать на фильмы с индексом R. Невы-

полнение этого правила должно приравниваться к нарушению закона. Кроме этих, есть еще фильмы категории PG-13 и PG, которые тоже весьма сомнительны. Я бы рекомендовал регулярно просматривать кинокритику и рецензии в местных газетах, чтобы быть в курсе и помочь детям определиться с выбором фильмов. Вы можете запретить смотреть какой-то конкретный фильм категории PG, но при этом обязательно объяснить причину, например, так: «Из газетной статьи я узнал, что в этом фильме много зла и насилия, и я не хочу, чтобы ты привыкал к таким словам и сценам». Если ваш ребенок отправляется развлекаться в компании друзей, вы должны знать, куда они идут, с кем будут проводить время, что будут смотреть и чем заниматься.

В-третьих, мы обязаны создать условия для здорового досуга в своем доме.

Под здоровым досугом я подразумеваю активные виды отдыха и развлечений вместе с братьями и сестрами или друзьями. Я не имею в виду пассивное времяпрепровождение, к примеру, просмотр телепередач, видеофильмов или видеоигры. Мы должны стремиться к тому, чтобы наши дети в подростковом возрасте предпочитали находиться дома, и мы обязаны сделать все, чтобы наш дом стал любимым местом для наших детей и их друзей.

Когда ваши дети дома, вы знаете, чем они заняты, вы можете общаться с ними; когда же они находятся в домах друзей, вы теряете это преимущество. Предоставляйте детям и их друзьям возможность разнообразного активного отдыха и участвуйте сами.

Когда наш сын Дейвид пошел на школьный вечер встречи выпускников, ему и другим его одноклассникам была предложена анкета. Им нужно было вспомнить самые памятные события школьных лет. И среди прочих вопросов был вопрос о любимом месте встреч. Наш дом был вторым в этом списке после любимого всеми кафетерия. Наши родительские старания не пропали даром, а самое главное — мы использовали шанс лучше узнать друзей наших детей. До сих пор многие из них остаются и нашими друзьями тоже.

В-четвертых, нужно сделать телевизор наименее важным предметом в доме. Вряд ли можно решить телевизионную проблему правильным выбором приемника, однако и это важно: лучше всего ему быть цветным, но небольшим по размеру. Хорошо бы поместить его в какое-нибудь невидное, не лучшее место в доме, и чтобы доступ к нему был несколько затруднителен. И никогда не следует ставить его в спальню. Помните, что ваше поведение — лучший учитель. Если вы, лежа в постели, смотрите телевизор, вы подаете дурной пример детям.

Ребенку нужно смотреть телевизор, но по конкретным поводам и случаям, это не должно превращаться в ежедневную рутину. Важнейшие ежедневные новости можно узнавать из газет, и, показывая детям такой пример, вы приучаете их пользоваться телевизором минимально и привлекаете их внимание к чтению как к одному из средств получения необходимой информации.

Пользоваться телевидением разумно

Телевизор остается главным средством развлечения для многих людей. Приняв это во внимание, а также то, что в большинстве домов он работает ежедневно, я позволю себе дать некоторые рекомендации по его разумному использованию.

- Ограничить время, проводимое перед телевизором. Некоторые мудрые родители ограничивают его до получаса в день. Я рекомендую регламентировать это время от одного до полутора часов.
- Просматривать программу телепередач, чтобы определить, что пригодно для детей, а что нет. Из перечня отобранных вами программ предложите ребенку выбрать те, которые ему хотелось бы посмотреть, но в пределах поставленных временных рамок.
- Запретить смотреть телевизор перед уходом в школу (это расслабляет и вас, и детей), а также после уроков до тех пор, пока не будут сделаны домашние задания.
- Не включать телевизор во время еды.
- Твердо придерживаться установленного графика времени, не делая исключений и уступок, несмотря на возможные провокации со стороны детей.
- Не пользоваться телевизором как средством примирения и улаживания конфликтов с детьми.
- Находить другие формы развлечения; быть вместе с детьми все время, пока они не заняты телевизором, и участвовать в играх, чтении, прослушивании компакт-дисков или радио. Это потребует от родителей усилий, но окупится сторицей.
- Иметь в запасе хорошие видео– или телепрограммы на случай совместного семейного досуга.
- Смотреть телепередачи вместе с детьми, время от времени обмениваясь мнениями о просмотренном. Это даст возможность обучать и воспитывать детей на примерах конкретных ситуаций, обращая их внимание на то, что важно, ценно и нравственно, что отвечает духовным ценностям семьи, что отвечает или противоречит христианской вере и т. п.

Быть рядом с детьми

Если у вас есть обыкновение обсуждать вместе с детьми информацию от масс-медиа, ваши дети очень скоро начнут задавать вам все новые и новые вопросы. Они будут интересоваться вашим мнением о том, что приемлемо для вашей семьи, а что нет. Если вы достаточно подготовили сына или дочь, если ваш ребенок воспитывался и обучался в обстановке безусловной любви и надежно защищен внутренне, то однажды вы можете позволить ему посмотреть вместе с вами одну из программ сомнительного свойства. Если вы сумели воспитать у ребенка неприязнь к разнузданным сценам и вообще развлечениям такого рода, эта демонстрация произведет на него желаемый эффект – вызовет ощущение неловкости и даже отвержения.

Можно также побеседовать с ребенком об увиденном и поделиться с ним своими мыслями. Может быть, это побудит вашего сына или дочь обсудить эту тему с друзьями, которые спокойно относятся к таким развлечениям и не видят в них ничего плохого.

Огромное разнообразие средств масс-медиа XXI века может сыграть положительную роль, если только пользоваться ими разумно. Но мы обязаны предостерегать наших детей и подростков от непорядочных людей, чтобы те не могли использовать их в своих целях. Это значит, что мы, родители, должны быть рядом с детьми постоянно, всегда знать о том, что происходит и в нашем доме, и в огромном мире телевидения, Интернета и кинопроката.

Как сказал Дейвид Уэлш из Национального института масс-медиа и семьи, «средства массовой информации намного мощнее, чем мы себе представляем, и если родители действительно озабочены судьбой своих детей, то им придется пересмотреть само понятие *забота* и приспособить его к современным условиям быстро меняющегося мира информации»²⁸.

В этой постоянно изменяющейся современной действительности, мы, родители, должны поддерживать связь друг с другом. Нам придется также быть внимательными к привычкам и интересам наших детей, принимать участие в их общении с телевизором и компьютером. Это позволит нам сохранить близкие отношения со своими детьми на всем протяжении их взросления.

²⁸ David Walsh, "Computer Violence: Are Your Kids at Risk?" *Reader's Digest*, January 1999, 4.

Глава 8

Духовное воспитание детей

Прекраснейшая цель нашего существования состоит в том, чтобы назидать друг друга о Боге, о том, каков Он, в чем Его воля и как Он относится к нам.

Мартин Лютер

Пэт и я сидели на передней скамье в церкви и смотрели на бракосочетание нашего младшего сына Дейла. Душа моя переполнялась благодарностью к Богу. Я вспоминал все те прекрасные случаи, когда я и Дейл проводили вместе время, беседуя о духовных истинах; думал о том, как много у меня было возможностей рассказать ему о благодати Бога. Я радовался за сына и за его невесту.

Господь благословил меня драгоценными моментами, когда я мог содействовать духовному росту моего сына, помочь ему обрести более близкое общение с Ним. Все это вспомнилось мне, когда я наблюдал, как мой сын соединяет свою жизнь с прекрасной молодой женщиной в истинно христианском союзе. Сердце мое было обращено к Богу: «Отец, как я могу отблагодарить Тебя? Как Ты благ!»

Вы, как родители-христиане, так же, как и мы с моей женой Пэт, мечтаете, чтобы ваши дети пошли путем веры. Вы хотите, чтобы ваши дети исповедовали Иисуса Христа своим Господом, возрастали в вере и все сферы своей жизни соотносили с ней. Чтобы это происходило в вашей семье естественным образом, ваши дети должны отождествлять себя с вами, своими родителями, иметь с вами близкие отношения, чувствовать себя любимыми и нужными.

«Но я знаю людей, вышедших из менее благополучных семей, которые, однако, стали верными христианами, – скажете вы, – причем некоторые – после серьезных разногласий и бунта против родителей». Да, это так, и мы можем только благодарить Бога за Его всеобъемлющую благодать, иначе многие из нас были бы просто потеряны для спасения. Но людям, которые обращаются к вере вопреки позиции родителей, нередко приходится преодолевать огромные трудности, уходящие корнями к событиям и взаимоотношениям детства. Особенно трудно тем, в родительском доме которых вера носила показной характер, а в реальной жизни свидетельств преданности Господу не было совсем.

Я уверен, что вы не желаете своим детям подобного внутреннего конфликта, и поэтому вы должны быть уверены в прочности уз любви, связывающих вашу семью. Без них все родительские попытки стать духовным авторитетом для своих детей натолкнутся на враждебность и протест.

С чего начинается духовное воспитание

Состояние души и духовность тесно взаимосвязаны и взаимозависимы. Родители, желающие направить своего ребенка по пути духовной жизни, должны вначале позаботиться о здоровье его души. Эта забота начинается с самого рождения – даже еще до рождения – и напрямую связана с душевным состоянием матери. От того, какое эмоциональное питание получает ваш ребенок, в огромной степени зависит благополучие всей его жизни.

Огромная роль нашего прошлого опыта

Душевное, как и интеллектуальное, развитие ребенка происходит в значительной степени на основе разнообразных позитивных и негативных переживаний. Дело в том, что формирование системы связей между нейронами (нервными клетками) мозга обуславливается главным образом тем, что ребенок испытывает. Мозг новорожденного содержит более 100 миллиардов нейронов, что примерно равно количеству звезд в созвездии Млечного Пути. Согласно данным медицинских исследований, межнейронные связи в мозгу новорожденного ребенка еще очень слабо выражены и не оформлены. Они формируются и стабилизируются постепенно.

Единая сеть межклеточных соединений создается в мозгу ребенка в процессе накопления им тех или иных ощущений и переживаний. Отсюда следует, что окружающая среда, которая контролируется прежде всего родителями, непосредственно влияет на формирование и развитие детского мозга (хотя генетический фактор, безусловно, играет свою роль). Мы говорим сейчас о совершенно реальных вещах – о физической структуре мозга вашего ребенка. Карла Шатц, нейробиолог из Калифорнийского университета в Беркли, отмечает, что «при рождении мозг ребенка представляет собой готовую форму, приспособленную к приему разнообразных видов информации – визуальной, устной и любой другой». Все ощущения и впечатления, посылаемые органами чувств, укореняются в этой первоначально данной сети нервных клеток, со временем совершенствуя и развивая ее.

На первом году жизни число межнейронных связей растет феноменальными темпами, а мозг при этом избавляется от ненужных связей. Когда ребенку исполняется десять лет, лишние клетки постепенно отмирают, и мозг оставляет для себя только действительно уникальные и необходимые²⁹.

Детский мозг, лишенный благоприятной, стимулирующей среды, сильно страдает. Согласно исследованиям, проведенным в Бейлорском медицинском колледже в Хьюстоне, мозг детей, с которыми мало играют, которых редко берут на руки, ласкают и прочее, развивается заметно медленнее, на 20–30 % отставая от нормы. «К трем годам жизни у ребенка, обделенного вниманием или обижаемого, проявляются признаки, которые с огромным трудом, если вообще, поддаются корректировке»³⁰.

Современные нейробиологи согласны с тем, что новорожденный ребенок – это не винтик и не генетически запрограммированный автомат. *Его будущее в огромной мере зависит от того, что он переживает и как к нему относятся.* В первую очередь в мозгу формируются межклеточные связи, управляющие эмоциями. «Начиная с двухмесячного возраста, переживаемые младенцем эмоции, такие, как удовольствие или неудовольствие, начинают преобразовываться в более сложные чувства – радость, огорчение, зависть, сопереживание,

²⁹ J. Madelein Nash, «Fertile Minds», *Time* Special Report, 3 February 1997, 49.

³⁰ Ibid., 51.

гордость, стыд»³¹. Любящее, заботливое отношение позитивно воздействует на детский мозг. Напротив, в мозгу ребенка, которому недостает любви и внимания, развиваются ослабленные типы межклеточных связей, а они могут гасить радостные эмоции, порождать тревогу и патологические реакции на стрессы.

Брюс Перри, врач из Бейлорского медицинского колледжа, говорит об огромной роли родителей в процессе создания межклеточной системы связей в мозгу ребенка и формирования типа реакции на стрессовые ситуации. Например, мозг детей, подвергавшихся физическому наказанию в первые годы жизни, развивает острую чувствительность к опасности. При малейшей угрозе у них учащается сердцебиение, активизируются стрессовые гормоны, мозг начинает тревожно проследивать скрытые признаки возможной атаки. Поскольку мозг развивается постепенно и вначале в нем формируются более примитивные структуры, физическое наказание в первые годы жизни оказывается чрезвычайно губительным для ребенка³².

В своей книге «Emotional Intelligence» («Эмоциональный интеллект») Даниель Гоулман пишет об эмоциональной памяти и называет ранние испытания, например, физическое или эмоциональное насилие, «грубыми, бессловесными эскизами будущей эмоциональной жизни». Далее он говорит:

«Первый эмоциональный опыт приобретается прежде, чем ребенок научится говорить о своих ощущениях и переживаниях, которые внезапно и резко заявят о себе позже, — а в эти ранние годы у детей еще отсутствуют клеточные структуры, позволяющие облекать в слова свои эмоциональные реакции. Одна из причин наших неадекватных реакций на стрессовые ситуации состоит в том, что они часто коренятся в далеком детстве, когда мы еще не могли ни рассказать о своих ощущениях, ни выразить свое непонимание происходящих вокруг нас событий. Мы часто испытываем массу хаотичных, одолевающих нас чувств, но не находим слов для описания прошлых переживаний, породивших эти чувства»³³.

Развитие мозга в раннеподростковый период

Интенсивное развитие мозга продолжается почти до десятилетнего возраста. Родители должны понимать, что формирование межклеточных связей в мозгу ребенка происходит в течение многих лет. Без такого понимания они могут очень скоро «впасть в ошибочное мнение о том, что ребенок уже достиг зрелости, несмотря на свой возраст, и забыть, что у каждой эмоции есть свое строго определенное время появления в процессе роста ребенка»³⁴. При наступлении половой зрелости мозг ребенка подвергается тому, что Гоулман называет «подрезанием», подразумевая, что «мозг фактически избавляется от малоэффективных межклеточных связей и формирует новые прочные связи в наиболее активных структурных цепях... Пережитый опыт, особенно в детстве, — вот что формирует мозг»³⁵.

Вплоть до последнего десятилетия XX века многие ученые полагали, что своего полного развития мозг достигает к возрасту половой зрелости. Я никогда не разделял этого мнения и в своей книге «Как любить своего подростка» доказывал, что подростки — скорее дети, чем взрослые. Сегодня ученые пришли к тому же выводу. Статья в журнале «U. S. News amp; World Report» сообщала о том, что сеть мозговых нейронов окончательно формируется не раньше, чем к девятнадцати–двадцати годам.

³¹ Ibid., 53.

³² Ibid., 55.

³³ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (New York: Bantam, 1995), 22.

³⁴ Ibid., 274.

³⁵ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (New York: Bantam, 1995), 224.

«В самом деле мозг подростка гораздо больше напоминает мозг ребенка, чем взрослого человека. В этот период жизни все еще идет формирование системы межклеточных связей, влияющих не только на эмоциональные реакции, но также на физические и умственные способности. Эти, еще до конца не установившиеся, связи делают подростка чрезвычайно уязвимым, а подростковая депрессия может создавать в мозгу настолько прочные связи, что ее лечение в дальнейшем может быть весьма затруднительным»³⁶.

Так называемое подрезание мозга начинается примерно в двенадцать лет и представляет собой «нечто вроде очень жесткой бескомпромиссной системы, предусматривающей питание только тех мозговых клеток, которые выполняют практическую функцию... До тех пор, пока передняя кора головного мозга не подверглась подрезанию, мозг большинства младших подростков остается не способным к здравому мышлению»³⁷.

Уильям Гриноу из Университета в Иллинойсе исследовал время «подрезания» мозговых клеток: «Постоянная система связей образуется в мозгу в результате процессов перепроизводства межклеточных связей и их последующего разрушения. Потенциальная одаренность может быть закодирована в генах, однако, будет ли этот потенциал реализован в будущем, как, скажем, математический талант или блестящий криминальный ум, зависит от тех типов межклеточных связей, которые были запечатлены мозгом в критически важные ранние годы жизни»³⁸.

«На заключительном этапе формирования взрослого мозга происходит обволакивание нервов белым веществом – жировыми клетками, – которое обвивает нервный ствол подобно виноградной лозе... Часть нервов, облекающихся в это покрытие в подростковый период, соединяет между собой те участки мозга, которые управляют эмоциями, суждениями и отвечают за самоконтроль»³⁹.

Что же делать нам, родителям, в связи со всем этим? Похоже, ответ таков: начинать раньше; принимать позитивное участие; понимать, что межклеточные связи мозга, управляющие чувствами и эмоциями, формируются в раннеподростковом возрасте. Мы можем по-прежнему влиять на развитие сети этих связей – тех, которыми определяется эмоциональное и духовное здоровье ребенка. Эта система определяет эмоциональную жизнь ребенка – то, как он относится к жизненным реалиям, насколько это отношение позитивно или негативно, присутствует ли в нем уныние, насколько успешно ребенок справляется со стрессом. Чем раньше формируется система клеточно-мозговых связей, тем активнее ее влияние на дальнейшую жизнь ребенка. От нее зависит развитие способностей, степень зависимости от таких эмоций, как страх, чувство вины, уныние; от нее зависит, будет ли ребенок иметь внутреннюю свободу и позитивное стремление поступать правильно.

Результаты исследований процесса развития мозга действительно потрясающи. Они подтверждают громадное влияние родителей на жизнь детей, огромную роль активного воспитания на основе близкого общения между детьми и родителями. У христиан просто нет времени на эксперименты с альтернативным воспитательным методом, в основе которого лежит пассивное реагирование на поведение ребенка, ибо слишком многое поставлено на карту. Мы любим своих детей и обязаны активно и постоянно общаться с ними, чтобы помочь им выбрать верное направление на жизненном пути.

³⁶ Shannon Brownlee, "Inside the Teen Brain", *U. S. News amp; World Report*, 9 August 1999, 46–47.

³⁷ Ibid., 48.

³⁸ Nash, "Fertile Minds", *Time*, 56.

³⁹ Brownlee, "Inside the Teen Brain", *U. S. News*, 53.

ОСНОВЫ ДУХОВНОГО ВОСПИТАНИЯ

Огромная потребность в духовном фундаменте

К подростковому возрасту большинство детей уже умеют контролировать сформировавшиеся к этому времени стереотипы поведения, заложенные в системе клеточно-мозговых связей. Они уже способны давать определенную оценку жизненно важным факторам. Согласно данным Исследовательского коллектива Барны, первое место среди факторов, активно влияющих на жизнь подростков, принадлежит родителям. Когда подросткам был задан вопрос, кем или чем определяется их духовная жизнь, то число тех, кто назвал в первую очередь родителей, оказалось в шесть раз больше тех, кто назвал сверстников, и в три раза больше тех, кто назвал церковь⁴⁰.

Какой великий стимул для родителей! Значит, духовная жизнь детей в наших руках. Здесь имеются в виду не только конкретные богословские взгляды и религиозные практики, но и весь комплекс морально-этических убеждений.

Работая над этой книгой, я размышлял над печальным опытом одной молодой женщины, совсем недавно вышедшей из подросткового возраста и неожиданно попавшей под прожекторы масс-медиа. После того как утихли разговоры об импичменте президента, журналистка Барбара Уолтерс из телевизионного агентства ABC взяла интервью у Моники Левински – той самой женщины, из-за которой чуть не погибла карьера президента. Мисс Левински, которая уже имела сексуальный опыт с другими мужчинами до своего романа с президентом, останется грустным и ярким примером разлагающего влияния нашей культуры на молодежь. Если этому не воспротивиться, все будет продолжаться. У меня создалось такое впечатление, что вся внутренняя жизнь этой молодой женщины – ее заботы, мотивы, устремления – действует деструктивно не только на нее, но и на тех людей, которые имеют с ней общение.

В своем интервью она продемонстрировала полное отсутствие сознания себя личностью, рассматривая себя лишь как объект сексуальных притязаний. Ее не волнует ни судьба нации, ни последствия ее поведения. Идя на поводу у своего желания нравиться, она стала легко доступной для мужчин. Кроме того, она показала свою зависимость от беспринципных представителей мужского пола, которые использовали ее в своих целях.

Мисс Левински – это типичный продукт нашей свободной культуры, проповедующей вседозволенность и не имеющей отпора, колоритный образец извращенных представлений молодежи. В таких условиях мы обязаны предложить нашим детям нечто важное и прочное, что может стать образцом, путеводителем в подростковом возрасте, наполненном юношескими страстями, а также служить ориентиром и для нашей культуры. В качестве противовеса нынешнему разложению мы можем дать молодежи прочный фундамент для построения на нем своей жизни. Этот фундамент должен обладать сверхпрочностью и перейти к нашим внукам.

Во времена потрясений и перемен такой надежный фундамент вносит устойчивость и стабильность в жизнь тех, кто остается верным духовным ценностям и на кого мир смотрит как на лицемеров, ханжей и самоправедников. Людей больше не привлекают высокие духовные ценности, и если кто-то называет зло злом, его тотчас же обвинят в нетерпимости. В нашем «сверхчувствительном», «политически благонадежном» обществе детей убеждают в том, что называть что-то словом «грех» неприлично, низко и ограничено. Нас, родителей,

⁴⁰ “The Barna Report”, quarterly newsletter of the Barna Research Group (Ventura, Calif.), January-March 1999, 8.

приучают к мысли о том, что нужно и правильно быть терпимыми к любому поведению, к любым отношениям и убеждениям.

Непреходящее сокровище

В такой обстановке верующим родителям совсем не просто передавать детям свою христианскую веру, а также моральные и этические нормы, напрямую с ней связанные. Однако если наши дети по-настоящему хотят найти истинные духовные ценности и идти по пути света, мы просто обязаны передать им драгоценное сокровище.

Что же это за бесценное сокровище, придающее жизни цель и смысл? Это Тот, Кто дарует мир душе, направляет на путь истинной жизни и удовлетворяет жажду каждого сердца, – это Сам Бог. Он непостижимым образом входит в личное общение с каждым человеком, Он доступен всем. Он дает силу в тяжелые времена и утешение в горькие минуты. Он был нашей поддержкой в прошлом и обещает быть с нами в будущем, направлять и вести нас и быть нашим самым близким другом.

Бог-Отец посылает нам мудрость для исправления наших ошибок. Наш Господь допускает в нашей жизни испытания и боль, но Сам же всегда исцеляет наши раны и возмещает потери. Он не навязывает нам Себя, но терпеливо ожидает нашего обращения к Нему. Он не принуждает нас исполнять Свою волю, но сердце Его огорчается, когда мы выбираем неверный путь.

В Своем Слове Бог-Отец предлагает нам Свои указания, желая, чтобы мы следовали им, и предназначает Свои обетования тем, кто подчинится Ему. Он хочет, чтобы мы любили Его, ибо Он первый возлюбил нас, однако Он сотворил нас свободными и дал нам свободную волю или принять, или отвергнуть Его. Он хочет заботиться о нас, но никогда не навязывает нам Себя. Его величайшее желание состоит в том, чтобы быть нашим любящим Отцом, однако выбор Он оставляет за нами. Если мы хотим иметь с Ним искренние и любящие отношения как между отцом и детьми, нам придется прежде всего принять Его условие: Он желает, чтобы мы открыли для Него свою жизнь и стали Его детьми.

Такие личные и близкие отношения с Богом через Его Сына Иисуса Христа – самое важное в человеческой жизни. Это и есть фундамент, на котором зиждется всякое благо и смысл жизни; это есть то, что мы должны передать нашим детям. Мы не можем решать за них, но мы можем так воспитать их, чтобы они сами сделали свой выбор, чтобы у них хватило разума для понимания Божьей любви и доброты.

Воспитание уважения к духовным ценностям

Для успешного духовного воспитания ребенка необходимо помнить о двух главнейших условиях. Это, во-первых, ваше личное глубокое общение с Богом; во-вторых, уверенность вашего ребенка в вашей безусловной любви – такой же, какую Бог даровал вам. Только в этом случае ваш ребенок будет готов принять духовные ценности в свою жизнь.

Раскрывая перед ребенком смысл духовных ценностей – и своим практическим следованием по пути веры, и беседами, – нужно позаботиться о том, чтобы сделать эти уроки максимально привлекательными для ребенка. Дети скорее эмоциональны, чем рассудительны, и поэтому склонны запоминать не факты, а свои чувства. На ребенка большее впечатление производят его собственные эмоции и переживания от какой-то конкретной ситуации, чем детали урока.

Когда моим сыновьям было десять и шесть лет, однажды летом я отправился с ними на рыбалку в Северной Калифорнии. Все складывалось так замечательно, что мы решили остаться порыбачить на ночь. Ночь была прекрасна, звезды ярко сияли на темном небе, и отчетливо был виден Млечный Путь. Зрелище было настолько завораживающим и потрясающим, что мы не могли не заговорить о величии представшей перед нами картины.

Мой старший сын Дейвид сказал: «Папа, я чувствую себя таким маленьким. Ведь наша земля – всего лишь точка во вселенной». Я тогда ответил ему: «В этом проявляется величие Бога, вот как Он на самом деле велик и всемогущ. И, однако, Он знает нас на этой маленькой планете и заботится о нас каждый день. Я очень благодарен Ему за то, что Он создал эту огромную вселенную, и за то, что Он благ и добр, за то, что Он любит нас».

«Почему Он добр?» – спросил другой сын. «Я многого не знаю, Дейл, – ответил я. – Я не знаю, почему Бог добр, но я знаю, что Он есть и что Он любит нас. Я убеждаюсь в этом каждый день. То, что мы с вами сегодня здесь – это один из Его щедрых подарков нам. Когда я вижу, что мои сыновья растут хорошими мальчиками, я принимаю это как доказательство Его любви. Он всегда благословляет нас свидетельствами Своей любви к нам».

Память о той рыбалке вместе с моими дорогими мальчиками согревает меня по сей день. В их сердцах также осталось глубокое впечатление от той ночи.

Преобладание эмоциональной стороны над фактической в сознании ребенка подтверждается также и опытом обучения в церкви. После урока в воскресной школе ребенок очень хорошо помнит свое впечатление даже после того, как забывает тему урока. Это показывает, что эмоциональный климат в процессе обучения для детей порой важнее самого обучения.

Тем не менее создание приятной атмосферы во время обучения не имеет ничего общего с потаканием стремлению детей к развлечениям; просто нужно относиться к детям с уважением, добротой и заботой. Учитель не должен подавлять или унижать ребенка. Поскольку духовное обучение чрезвычайно важно, необходима благоприятная, способствующая восприятию атмосфера. Если урок в церкви или дома утомителен, скучен для ребенка, он воспротивится любому, даже самому лучшему и правильному наставлению. Это особенно касается преподавания богословских истин, ибо в неблагоприятной атмосфере у ребенка может сформироваться общее неприятие религиозной тематики.

Мне не раз приходилось слышать от родителей следующие ошибочные заявления: «Я хочу, чтобы мой ребенок сам сделал свой выбор из множества разных идей. Он не обязан следовать моим убеждениям. Я хочу, чтобы мой сын (моя дочь) познакомился (-ась) с различными религиозными и философскими направлениями, чтобы сделать свой выбор».

Видимо, такие родители не отдают себе отчет в том, в каком мире они живут. Они стараются полностью отвечать требованиям «политической корректности», проглатывая все подряд и ни о чем не рассуждая. В современной культуре, да и в любой другой, каждый

ребенок нуждается в постоянном руководстве, научении и ясности в этических, моральных и духовных вопросах. Без этого в уме ребенка поселяется великая путаница и непонимание сущности этого мира, а также неуверенность в своей безопасности.

У нас, христиан, есть исчерпывающие ответы на самые сложные жизненные вопросы, однако мы знаем, что требуются годы для того, чтобы подготовить наших детей к практической христианской жизни. Если мы не сможем передать своим детям саму основу духовного знания, понимания и руководства, они могут впоследствии спросить нас: «Что такое жизнь? Для чего она?»

Наша культура стала тем лабиринтом, в котором дети пытаются найти путь к безопасности. Без мудрого руководства и совета они скорее всего заблудятся в этом лабиринте. Меня всегда поражает то, что родители тратят тысячи долларов и идут на большие жертвы ради того, чтобы дети получили хорошее образование, и совершенно пренебрегают самым важным делом жизни – подготовкой детей к духовным и моральным битвам на пути познания истинного смысла вещей. Мы должны направлять детей духовно; если мы не станем их духовными наставниками, ими станут другие, уже готовые к этому. Если же мы обеспечим нашим детям духовное руководство, столь им необходимое, – тогда и мы, и они выиграем вместе. Раскрывая перед детьми истину о Боге, мы прокладываем путь к будущим невероятным и чудесным благословениям для наших семей.

Методы духовного воспитания

При всей несомненной важности обучения в воскресной школе и участия в жизни церкви, христианских лагерей и молодежных церковных групп все же влияние семьи на детей остается на первом месте. Родители не могут препоручить духовное воспитание своих детей чужим людям. В связи с этим у многих может возникнуть вопрос: чему же нужно учить детей как самому важному и как это делать практически? Давайте рассмотрим несколько вариантов.

Рассказ как средство обучения

Во-первых, говорите детям *о смысле происходивших событий*. Рассказ – очень эффективный метод обучения. Хорошо, если вы прочтете ребенку какой-нибудь рассказ и обсудите его с ним в свободной и любящей атмосфере. Вечернее время, когда ребенок уже в постели и вы никуда не спешите, лучше всего подходит для душевного разговора. Многие дети любят оттягивать момент отхода ко сну, и вы можете воспользоваться этим, чтобы в теплой беседе не только восполнить эмоциональную потребность ребенка в любви, но и преподать ему духовный урок.

Совсем не трудно познакомить ребенка с основными персонажами Библии, называя их по именам, и с главнейшими библейскими событиями. Однако не это является главной целью таких бесед. Самое главное: ребенок должен понять, какое значение все это имеет для него лично. Об этом нужно говорить страстно и убежденно. Духовно наставляя ребенка, сочетайте все проявления безусловной любви: визуальный контакт, безраздельное внимание, физическое прикосновение, поскольку в этот момент вы делитесь с ребенком самым дорогим и сокровенным, что имеете.

Говорите с ребенком о себе

Во-вторых, *делитесь с ребенком своим прошлым опытом*. На уроках в воскресной школе и дома дети лишь приобретают фактический материал, который должен помочь им возрастая духовно. Чтобы стать духовно зрелыми людьми, дети должны научиться с пользой применять эти знания, а для этого им нужно видеть пример ежедневного практического хождения с Господом и учиться доверять Ему лично.

Они станут интересоваться вашими личными отношениями с Богом, и вам придется делиться с ними своим духовным опытом. Разумеется, ваши ответы здесь будут зависеть от качества того духовного багажа, которым вы располагаете. Объем же знаний, который сможет усвоить ребенок, будет соответствовать уровню его развития, возрасту и способности к восприятию. По мере духовного взросления вашего ребенка вам захочется все серьезнее говорить с ним о том, как вы любите Бога, как вы ежедневно ходите с Ним, полагаетесь на Него, ищите Его помощи и руководства и благодарите Его за Его любовь, заботу, дары и ответы на молитвы.

Используйте любую возможность рассказать ребенку о событиях, свидетельствующих о живом, реальном действии Бога, не откладывая этого на будущее. Беседуя с детьми на эти темы, надо учитывать их возраст и уровень духовной зрелости, чтобы не посеять беспокойство или тревогу в детские души. Если вы имеете неколебимую веру в доброту и благодать вашего небесного Отца, ваши дети увидят и почувствуют даже больше, чем вы сможете выразить словами. Постарайтесь при удобном случае пригласить ребенка присоединиться к

вам в молитве. Это поможет вашему ребенку приобщиться к молитве, научит его приходить к Богу в молитве с верой и надеждой на ответ.

Если это станет обыкновением в вашем доме, то дети впоследствии будут вспоминать о том, как Бог трудился в жизни их семьи. Они также будут учиться приносить Богу свои собственные проблемы. Права старая поговорка «Опыт – лучший учитель». Пусть же ваши дети больше узнают о вашем духовном опыте и учатся таким образом больше доверять Богу.

Ребенку нужно знать о том, как Бог удовлетворяет нужды всей семьи, включая финансовые, а также и каждого из ее членов. Сын или дочь должны знать, что вы молитесь о нуждах других людей, просите Бога о решении каких-то проблем. И не забывайте сообщать ребенку о том, как Бог работает в вашей жизни или как Он использует вас для служения другим людям. И, конечно, ребенок должен знать о том, что вы молитесь о его конкретных нуждах.

Показывайте пример прощения

И последнее: *упражняйтесь в прощении*. Своим примером вы учите ребенка прощать и находить прощение у Бога и у людей. Прежде всего, вы должны сами уметь прощать, а совершив ошибку, просить прощения у супруга или даже у своего ребенка.

Да, именно так – вы должны просить прощения у своего ребенка. Трудно переоценить значение этого поступка. Если вы разгневаны и не в состоянии в этот момент просить прощения у сына или дочери, вспомните следующее мудрое высказывание: «Настоящая близость приходит вместе с разрешением конфликта». Можно даже увидеть в ссоре и конфликте возможность теснее сблизиться друг с другом, если, конечно, вы умеете управлять своим гневом и вести членов семьи к спокойному и любовному разрешению проблем.

Прощение – это камень преткновения для многих семей. Так много людей, которые живут с чувством вины и не могут простить или принять прощение. Но тот, кто научился прощать своих обидчиков, кто умеет просить прощение и принимать его, – тот укрепляется эмоционально и интеллектуально и обретает мир внутри себя.

Вселяйте в своих детей оптимизм и надежду

Воспитывать оптимизм

В подростковом возрасте дети особенно нуждаются в оптимизме и надежде. Во времена моральной деградации в высшей степени необходимо благотворное влияние на детей тех взрослых, которые способны обратить их сердца к высоким духовным ценностям.

Вы, родители, лучше, чем кто-либо другой, можете передать своим детям этот драгоценный дар, однако это потребует от вас большого труда. Не стоит прислушиваться к пессимистам и нытикам и цитировать их сентенции. Подростки очень восприимчивы к пессимизму, особенно идущему от родителей. Не присоединяйтесь к хору отчаявшихся – вы должны иметь веру в Бога и в самих себя. Ободряйте своих детей и ведите их по пути надежды; говорите об огромном потенциале, данном им Богом, и о великих Божьих замыслах для их жизни. Ободрять – значит «внушать дерзновение»; ваши слова укрепят ваших детей, делая их стойкими перед лицом будущей жизни.

Бог – источник надежды, и Он дает ее нам. Я советую вам регулярно перечитывать главу 11 из Послания к Евреям, где говорится о надежде, которую нельзя сломить. Давайте помнить о том, что чудесные Божьи обетования истинны и что Бог неизменен и верен в Своей любви и заботе о нас. В Библии очень много обетований, вселяющих в нас надежду. Вот только четыре из них:

Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу (Рим. 8:28).

Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду (Иер. 29:11).

Не бойся, ибо Я – с тобою; не смущайся, ибо Я – Бог твой; Я укреплю тебя, и помогу тебе, и поддержу тебя десницею правды Моей (Ис. 41: 10).

Взывают праведные, и Господь слышит, и от всех скорбей их избавляет их (Пс. 33:18).

Мой прежний пастор, Монкриф Йордан, рассказывал мне о Барте, которого он регулярно навещал. Барт страдал от множества болезней, и в конце концов его ноги пришлось ампутировать. Пастор Йордан полагал, что это сокрушит его всегда радостный и оптимистичный настрой, но этого не произошло. Барт быстро забирался, с помощью специального устройства, в свое кресло на колесах и съезжал вниз, в зал дома инвалидов, где он жил. Там он играл на пианино и пел, пока к нему не присоединялся хор других поющих голосов. В последние годы жизни он был проводником надежды и радости для многих людей.

Неиссякаемая надежда

Родители-христиане могут и должны вселить в души детей надежду на Бога – надежду, которая превосходит пессимизм и то поверхностное отношение к жизни, что навязывается подростковой культурой. Яснее всего об этом свидетельствует реакция подростков, уцелевших в трагедии, разразившейся в Колумбинской школе (штат Колорадо) в апреле 1999 года. Тогда два старшеклассника расстреляли своих товарищей; в результате двенадцать школь-

ников и один учитель погибли, а оба убийцы покончили с собой. Всего погибло пятнадцать человек. Это страшно и бессмысленно.

После этой трагедии были вызваны более сотни психологов, специалистов по стрессам, чтобы помочь выжившим справиться с болью. Но, как оказалось, психологам-консультантам почти не с кем было работать, потому что подростки и их родители в большинстве своем выбрали другое место для утешения – свои церкви.

Чарлз Колсон процитировал одного местного пастора, сказавшего тогда: «Детям не нужны сейчас психологи... Они спрашивают, почему это произошло?» Он отметил, что методика «утешения» основана на «теории скорбей» Фрейда, исключающей жизнь после смерти, то есть она не способна вселить надежду и объяснить происшедшее с духовной точки зрения. Как правило, методика «утешения» рекомендует только «выпускать» негативные эмоции⁴¹.

Колсон отметил, что большинство школьников обратились тогда за помощью не к психологам, а к пасторам и священникам. Им была нужна надежда, которую может дать только Христос.

Касси Бернал была одной из жертв трагедии. Когда один из убийц направил на нее оружие и спросил: «Ты веришь в Бога?» и она ответила: «Да, я верю в Бога», он убил ее. В ночь после гибели Касси ее брат нашел в ее дневнике только что сделанную запись, которая точно отражала смысл слов апостола Павла из Послания к Филиппийцам, 3:10:

«Теперь самое важное для меня – это по-настоящему сблизиться с Христом, ощутив на себе всемогущую силу, вернувшую Его к жизни, и испытать, что значит страдать и умереть вместе с Ним. Что бы ни случилось, я хочу разделить участь тех, кто воскрес из мертвых к новой жизни».

Надежда для будущих поколений

Сразу же после трагедии в Колумбине 73 000 молодых людей собрались в Понтиаке (Мичиган), чтобы выразить свой оптимизм по поводу будущего и противостоять настроениям многих своих сверстников. На огромном поле стадиона, где всегда играли футбольные знаменитости, подростки и молодежь встретились, чтобы, как сказал один репортер, «заявить о том, что они хотят жить честно, нести ответственность за свои поступки и уважать власти». Огромное собрание молодежи размышляло над важнейшим вопросом: какое христианство мы возьмем в новое тысячелетие? Молодые люди все вместе прочли, а затем подписали «Молодежный билль о правах», который включал клятвы воздерживаться от доброго секса, нелегальных наркотиков и алкоголя⁴².

В своем недавнем интервью Билли Грэм с оптимизмом говорил о сегодняшних подростках, подчеркнув, что большая часть его проповедей теперь посвящена взрослому поколению. Он видит, как сильно, в наше время торжества хаоса и смешения ценностей, молодежь нуждается в Боге.

Да, есть надежда для наших детей и подростков, и очень важно привести их к пониманию и глубокой вере в то, что христианская надежда не зависит от этого мира и всего, что он им предлагает. Она зависит только от того, как они живут в этом мире, как отвечают на великую Божью любовь к ним. Мы, родители, призваны вдохновлять своих детей и зажигать в их душах самое главное – огонек надежды, в котором они всегда отчаянно нуждаются, и в благоприятные, и тем более в самые тяжелые времена.

⁴¹ Charles Colson, "Good Grief – Faith Versus Freud", BreakPoint commentary radio broadcast, 13 May 1999.

⁴² Josh Kennedy, "73,000 Teens Pledge Responsibility", *Christianity Today*, 14 June 1999, 13.

Глава 9

Страх, тревога, депрессия

Ибо дал нам Бог духа не боязни, но силы и любви и целомудрия.
2 Тим. 1:7

Сегодня страх душит людей так сильно и так многообразно, что многие просто не осознают, под каким контролем они живут. Неудивительно, что родители также охвачены этим всеобщим страхом и, кроме этого, – постоянным беспокойством за судьбу своих детей. К несчастью, все эти эмоции наслаиваются друг на друга и толкают некоторых родителей на неразумные и нелогичные действия по отношению к собственным детям.

Четыре основные разновидности страха

Большинство родителей сталкиваются со следующими четырьмя страхами:

- страх за детей в условиях враждебной им культуры;
- страх перед деструктивным поведением детей и страх перед необходимостью решать вопросы дисциплины;
- страх перед своими детьми;
- страх перед подростками вообще.

Страх перед будущим

Никогда прежде перед американским обществом не вставала настолько серьезно и угрожающе проблема детей и подростков. В прошлом дети находились под контролем и в поле зрения своих больших и сплоченных семей; сегодня большинство молодых родителей ощущают свою беспомощность перед невидимыми силами, губительно действующими на их детей. Неудивительно, что они охвачены страхом. Не имея опыта в воспитании, они блуждают в поисках верного пути, пытаясь выиграть в неравной битве. Они всей душой желают блага своим детям, но боятся, что не смогут помочь им.

Если вы относитесь к этой категории «молодых родителей» по собственному возрасту или по возрасту ваших детей, обратитесь за помощью к более опытным родителям. Те, кто сумели воспитать своих детей ответственными и счастливыми людьми, хорошо понимают нужды и трудности молодых родителей. Большинство из них с радостью расскажут вам о надежных путях к тому, как дать вашим детям все необходимое для нормальной и хорошей жизни, а также избежать всевозможных ловушек и неприятностей. Мы должны понимать, что не имеем права на серьезные промахи и ошибки, — мы обязаны поступать верно с первого раза, потому что угрожающее воздействие современной культуры не дает нам второго шанса.

Страх перед поведением детей как причина вседозволенности или авторитаризма

Родители испытывают множество разнообразных страхов, но самый опасный из всех — это страх перед поведением детей и необходимостью приучать их к дисциплине. По этой причине родители нередко позволяют детям задавать тон и командовать в доме. Понятно, что такие родители не контролируют ситуацию в своей семье. А если, к тому же, ребенок обладает сильной волей и склонен противостоять любым авторитетам, то жизнь превращается в настоящий кошмар. Ребенок, сумевший взять в свои руки контроль, становится совершенно неуправляемым, а родители — совершенно беспомощными.

Подавляемые страхом, родители впадают в пессимизм, а поведение ребенка все ухудшается, постоянно сопровождаясь немойм вопросом: «Вы любите меня?» Сын или дочь ожидают родительской твердой опеки, которая направляла бы их, которая говорила бы о заботе и любви родителей. Без этого можно считать борьбу проигранной, потому что воспитание ребенка, эмоциональная емкость которого пуста, — занятие тщетное.

Отчаявшиеся и беспомощные родители, потерявшие всякий контроль над ребенком, не видя другого пути, обращаются в этом случае к наказанию. Но, увы, оказываются в «капкане» наказания, потому что чем строже наказание, тем более вызывающим и бунтарским

становится поведение сына или дочери. Ребенок начинает манипулировать родителями, а они, в свою очередь, ужесточают наказание или же впадают в отчаяние. В обоих случаях они предаются пессимизму. Воспитание, основанное на страхе, не может быть продуктивным, и в итоге приводит к полному разочарованию.

Других родителей страх толкает к жестким авторитарным методам. Решив твердо и строго контролировать ребенка, эти родители все свое внимание фокусируют на дисциплине как средстве корректировки поведения. Они уверяют себя в том, что строгая дисциплина – это ключ к решению всех проблем. Страх толкает их к негативной реакции на поведение, что, как мы уже знаем, чревато плохими последствиями. Использовать этот метод воспитания все равно что ставить телегу впереди лошади. Невозможно дисциплинировать ребенка, не заботясь о его эмоциональных нуждах; результат всегда один – страдание и детей, и родителей. Такое воспитание всегда выливается в злоупотребление физическим наказанием, а ребенок, загнанный в «капкан» наказания, никогда не сможет стать полноценным взрослым человеком.

Страх родителей перед собственным ребенком неизбежно скажется на его эмоциях. Ребенок всегда чувствует страх и напряженность родителей. Временами сын или дочь ощущают некоторое потепление в родительском отношении к себе, однако они знают, что в основе этого лежит условная любовь и принцип послушания, а их потребность безусловной любви остается неудовлетворенной. Ориентация на наказание как на основной метод воспитания не позволяет родителям добиться хороших результатов.

Таким образом, результатом страха может быть чувство совершенной беспомощности родителей. В этом случае они позволяют детям слишком многое. Второй вариант – жесткая реакция на поведение ребенка и авторитарный подход к вопросам дисциплины. Не стоит следовать ни одним из этих крайних и бесперспективных путей. Чтобы воспитать спокойного и уравновешенного ребенка (а значит, и взрослого человека), необходима мудрость для активного общения с ребенком, и прежде всего – удовлетворение его насущных потребностей. А первой из них, как нам известно, является потребность в любви.

Страх перед детьми

Страх перед поведением ребенка и необходимостью приучать его к дисциплине перерастает в страх перед ним самим. Родители не знают, как дисциплинировать и как реагировать. Дети отличаются от нас и, кроме того, каждый ребенок в семье не похож на другого. Мы хотим правильно поступать по отношению ко всем детям, а каждый из них реагирует по-своему (частично в связи с особенностями своей личности, а частично в зависимости от того, насколько он чувствует себя любимым). Иногда мы говорим: «Я совсем не понимаю своего сына (свою дочь) и не знаю, как он (она) поступит в следующий момент».

Страх перед подростками вообще

Мы наблюдаем этот внушающий беспокойство феномен повсюду, особенно в общественных местах. Очень многие люди сегодня видят в подростках бесчувственных, равнодушных, наглых хулиганов, но на самом деле огромное большинство современных подростков – это прекрасная, замечательная молодежь. Конечно, внешность некоторых из них довольно причудлива – с этими продетыми сквозь кожу кольцами, крашеными волосами и прочими атрибутам, – но это свидетельство их нормальной пассивной агрессии. И конечно, у многих из них есть серьезнейшие проблемы, которые, однако, говорят об их жизненно важных, но неудовлетворенных желаниях, главное из которых – безусловная любовь. Они жаждут такой искренней, активной безусловной любви, которая повела бы их за собой.

Современное молодое поколение не единственное в своем роде: и прежде молодежь заставляла трепетать от страха сердца взрослых. Вспомним хотя бы длинноволосых подростков шестидесятых и семидесятых годов, в сандалиях на босу ногу, увешанных пацифистскими лозунгами и говорящих на странном языке. И у них, как и у нынешних подростков, была своя странная музыка, которая, казалось, имела одну цель – свести с ума родителей.

Конечно, в жизни и поведении современной молодежи есть стороны совершенно неприемлемые и достойные осуждения – это наркотики, вульгарное музыкальное искусство, сексуальная распущенность и так далее. Все это ужасно само по себе и опасно для молодежи.

В отчете независимой комиссии Научно-исследовательского института говорится: «Сегодня американцы убеждены в том, что современное молодое поколение переживает тяжелый кризис – не экономический и не физический, а нравственный и духовный. Большинство наших граждан смотрят на нынешнюю молодежь как на недисциплинированных, не уважающих власти и враждебно настроенных членов общества»⁴³.

Такая негативная позиция большинства взрослых обусловлена прежде всего тем имиджем молодежи и подростков, который постоянно создается средствами массовой информации на экране и в прессе. Этот искаженный имидж совершенно скрывает от нас хорошие, здоровые качества и привлекательность многих и многих из подрастающего поколения. Сегодняшние подростки – это полноценные молодые люди, которые, как никакое другое поколение, нуждаются в нашей любви и поддержке. Ключ к решению проблемы на заре нового века остается таким же, что и десятилетия назад, – обилие безусловной любви и уважение к личности ребенка.

Отношение американцев к своим подросткам довольно противоречиво. С одной стороны, они видят в них источник многочисленных проблем, а с другой – равнодушны к ним. Американцы очень сильно озабочены судьбой своего молодого поколения. По моим наблюдениям, в среде нашей молодежи есть признаки зрелости и ответственности. Об этом можно прочесть в книге «Parenting Your Adult Child» («Воспитание взрослеющего ребенка»), которую я написал вместе с Гари Чепменом⁴⁴.

⁴³ Kathleen Kimbal-Baker and Eugene Roehikepartain, “Are Americans Afraid of Teens?” *Assets*, newsletter of the Search Institute, Summer 1998, 7.

⁴⁴ Ross Campbell and Gary Chapman, *Parenting Your Adult Child* (Chicago: Northfield, 1999), especially 17–21.

Как преодолеть страхи

Меня удивляет, что некоторые люди, включая родителей, больше внимания уделяют невинному детству, чем нормальным проявлениям подросткового возраста. Создается впечатление, что эти взрослые не знают, что все дети становятся подростками. Многие родители, практикующие метод реагирования на поведение при воспитании своих малышей, затем поражаются и недоумевают, когда у них возникает столько проблем с подростком. Решение всех этих проблем одно – воспитание в процессе активного общения с детьми.

Страх обладает мощной силой, способной исказить мышление и стать причиной серьезных ошибок в воспитании. Поскольку страх может сделать вас либо чрезмерно либеральными, либо чрезмерно строгими, вы должны научиться преодолевать и побеждать его ради ваших детей. Наилучший путь к победе над страхом – это вдумчивое, дружеское общение с детьми, когда вы даете ребенку почувствовать вашу любовь, когда он получает руководство и защиту, то есть самое необходимое на каждом этапе своего развития. Только в этом случае вы почувствуете себя полноценным родителем. Свободно, без напряжения общаясь со своими детьми, вы сможете искренне радоваться их присутствию, а значит, и создавать атмосферу, самую благоприятную для максимального развития их способностей.

Самая лучшая среда для ребенка – это семья, в которой существует свобода общения, где родители уравновешенны и спокойны, где царит мир и где присутствует доля хорошего юмора. В таком доме родители радуются результатам воспитания и уверены в том, что их дети чувствуют себя счастливыми. Они могут быть уверены также, что их дети надежно защищены от будущих неприятностей. Если вы не жалуете времени и сил на активное, живое общение со своими детьми и даете им все, в чем они нуждаются, вам не придется бояться за их будущее.

Тревога и заботливые сердца

Страх, тревога (его постоянный спутник) и гнев – все это чувства. Следует отметить, что тревога имеет как негативную, так и позитивную стороны. В первом случае она выступает как беспокойство за будущее, а во втором – как забота о чем-то или ком-то. Всем нам в той или иной степени свойственно испытывать тревогу и озабоченность.

Человек, чересчур озабоченный и тревожный, не может быть успешен в жизни. Он почти постоянно сосредоточен на себе, у него низкая самооценка. Он скован, не уверен в себе и не может общаться с людьми как равный. Однако нередко такой человек обладает добрым и заботливым сердцем. Многие в его жизни зависят от того, какая сторона чувства тревоги (негативная или позитивная) в нем преобладает. Если в его чувствах превалирует тревога и беспокойство о будущем, он ощущает дискомфорт; если же преобладает позитивная сторона, – его сердце открыто навстречу другим и наполнено заботой о людях. Часто обе эти стороны идут рука об руку.

Хотя жить в постоянной тревоге очень тяжело, гораздо хуже не испытывать вообще никакого беспокойства. Люди, лишённые этого чувства, не способны к сочувствию. Оказывается, социально пассивное поведение отчасти обусловлено отсутствием у людей чувства тревоги. Такие люди различают добро и зло, но остаются равнодушными ко всему. Они сконцентрированы лишь на своих собственных целях и не думают о благе окружающих. Таким образом, тревога и беспокойство представляют собой синтез благословения и проклятия. Библия говорит об этом чувстве с осуждением. Приведем два самых известных отрывка о негативной стороне тревоги:

«Посему говорю вам: не заботьтесь для души вашей, что вам есть и что пить, ни для тела вашего, во что одеться. <...> Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам. Итак не заботьтесь о завтрашнем дне, ибо завтрашний сам будет заботиться о своем: довольно для каждого дня своей заботы» (Мф. 6:25; 33,34).

«Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве и прошении с благодарением открывайте свои желания пред Богом, – и мир Божий, который превыше всякого ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе» (Флп. 4:6,7).

Здоровый баланс

Несомненно, мы, родители, нуждаемся во внутреннем равновесии, но не менее нас в нем нуждаются наши дети. Мы хотим видеть своих детей свободными от негативного чувства тревоги, но в то же время – отзывчивыми и равнодушными к другим людям. Далеко не часто можно наблюдать в людях такое прекрасное и здоровое равновесие, когда доброта и отзывчивость сочетаются с отсутствием страха и тревоги. Дефицит этого здорового баланса – одна из причин деградации нашего общества. Люди, находящиеся под гнетом жизненных неудач и проблем, утрачивают интерес к ближним. С другой стороны, вполне нормальные и способные к сочувствию люди нередко становятся бесчувственными к жизненным трагедиям, о которых они постоянно слышат, но которые происходят где-то очень далеко от них.

Как помочь нашим детям стать внутренне уравновешенными и вместе с тем равнодушными людьми? Путь к решению этой проблемы все тот же – удовлетворение их эмоциональных потребностей, воспитание и дисциплинирование в атмосфере любви.

Ребенок, не ощущающий безусловную родительскую любовь, не сможет развить в себе позитивное качество тревоги, то есть способность любить и заботиться о других. Если детей наказывают, не заботясь о наполнении их эмоциональной емкости безусловной любовью, они будут испытывать только негативную тревогу, а именно – душевное беспокойство, жизненный дискомфорт и пессимизм относительно своего будущего.

Волевой, с твердым характером ребенок, который страдает от недостатка любви, или от избытка наказания, или от того и другого вместе, может подавить в себе всякую тревогу и беспокойство и встать на путь социопатического поведения.

Только дав ребенку все, в чем он нуждается, можно воспитать его эмоционально здоровым и уравновешенным человеком. Будьте неутомимы в общении с детьми и не ставьте телегу впереди лошади. Помните правило: безусловная любовь – прежде всего.

Детская депрессия

Сегодня многие дети страдают от депрессии. Пятнадцать лет назад это было очень редким явлением, хотя, с другой стороны, депрессию вообще редко идентифицировали. Однако в последние годы мы видим вызывающий тревогу рост такого явления, как депрессия. В 1998 году психолог Рональд Кесслер из Гарвардского медицинского института исследовал более 8000 американцев в возрасте от 15 до 54 лет. Он обнаружил, что только 2 % из тех, кому теперь 45–54 года, страдали от депрессии в подростковом возрасте, а среди тех, кому сегодня 15–24 года, от нее серьезно страдают уже 23 %⁴⁵. В наше время депрессия все чаще поражает молодых людей; однако подобного роста ментальных проблем в этом поколении мы не наблюдаем.

Последствия и причины депрессии

Рост уровня тревоги и депрессии среди детей внушает серьезные опасения своими перспективами. Последние научные исследования показывают, что молодые люди старше 20 лет, страдающие от депрессии и чувства тревоги, в три-четыре раза чаще прибегают к наркотикам или алкоголю, чем остальные их сверстники. Эти данные приведены эпидемиологом Кэтлин Меридагас из Йельского медицинского института⁴⁶. Депрессия может привести к самоубийству. Поражает то, что уровень самоубийств среди американских детей и подростков вырос в четыре раза за период с 1950 по 1995 год.

Почти две трети людей, страдающих депрессией, имели, как правило, одну психологическую проблему – чувство тревоги; почти все дети, впавшие в депрессию, живут под гнетом тревоги. Установлено, что для современных детей этот мир выглядит более устрашающе, чем для нашего поколения в их возрасте. Депрессия находит себе место и в бедных, и в богатых семьях. Дети из всех социальных групп имеют сегодня более серьезные симптомы депрессии, чем любое другое молодое поколение в новейшей истории⁴⁷.

Большая обособленность также способствует активному распространению депрессии среди детей. «Раньше дети росли в больших, сплоченных и дружных семьях, где были и дедушки, и бабушки, и где была спокойная духовная атмосфера. Современные дети часто одиноки, – заключает психолог Мартин Селигман. – Индивидуализм, расцветший пышным цветом, не позволяет нам справляться с нашими неудачами и потерями»⁴⁸.

Депрессивные дети отличаются от своих сверстников. Отметим главное:

- в их доме серьезный конфликт между родителями, а часто – и угроза развода;
- школьные учителя относятся к ним (и они сами к себе) как к менее достойным в социальном отношении, чем их сверстники. Как отмечает Кевин Старк, психолог Техасского университета, «даже в нейтральном окружении они чувствуют себя отверженными, что выражается в их отчужденности и замкнутости»⁴⁹;
- они уверены в том, что источником их несчастий являются они сами, их собственная испорченность и несовершенство, а не внешние условия;
- в них явно просматривается прочная связь между стрессом и депрессией.

⁴⁵ Marilyn Elias, “Childhood Depression”, *USA Today*, 13 August 1998, 2D.

⁴⁶ Ibid.

⁴⁷ Ibid.

⁴⁸ Ibid. Seligman is president of the American Psychological Association.

⁴⁹ Ibid.

Депрессия у мальчиков и девочек

Мальчики, даже страдающие от сильной депрессии, редко выражают ее внешне. О том, как нелегко диагностировать депрессию у мальчиков, говорит Уильям Поллак, врач-психолог Маклинской больницы при Гарвардском медицинском институте, в своей книге «Настоящие парни: спасем наших сыновей от возрастных мифов»⁵⁰.

Когда подросток, живущий под бременем жестокой депрессии, уже не в силах ее переносить, он начинает искать выход, чтобы облегчить свое страдание. Поведение, являющееся результатом депрессии и называемое «постдепрессивным», может принимать любые формы.

Обычно мальчики ведут себя более неистово и резко, чем девочки. Желание избавиться от депрессии толкает их на ложь, воровство, драки, лихачество за рулем и даже на такие преступления, как расстрел окружающих людей. Такие поступки чаще всего не считаются последствиями депрессии и не связываются с ней. Поэтому депрессия у мальчиков, как правило, не диагностируется.

У девочек депрессия обычно наблюдается после 11 лет и резко возрастает в последующие четыре года. В 18 лет девочки в два раза чаще страдают от депрессии, чем мальчики. Установлено, что девочкам, как и женщинам, больше свойственно погружаться в жизненные проблемы, чем мальчикам. Именно поэтому среди женщин депрессия встречается чаще, чем среди мужчин.

В своей популярной книге «*Reviving Ophelia*» («Возродим Офелию») Мэри Пифер, в поисках истоков депрессивного состояния девочек-подростков, глубоко проникает в их внутренний мир. Я решительно рекомендую эту книгу всем родителям, а особенно имеющим дочерей. Девочки больше, чем мальчики, тревожатся о том, что они бессильны изменить. Их беспокоят обычно собственная внешность, вес, популярность среди сверстников и проблемы в семье.

Их тревоги объясняются отчасти заложенным в них желанием нравиться и заботиться о других⁵¹. Труднее всего тем, у кого заботливое и искреннее сердце сочетается с большой тревогой о себе и внешних обстоятельствах, включая будущую жизнь.

Трудности определения депрессии

Поскольку депрессия порождает очень много других проблем, скрывающих свой источник, она с трудом поддается идентификации. Тем не менее сегодня ее диагностируют гораздо чаще, чем несколько лет назад, и в результате резко возросло употребление антидепрессивных препаратов.

Детскую депрессию довольно трудно определить: развивается она постепенно и медленно, а в связи с многообразием причин и форм проявления имеет очень сложный характер. Когда у детей возникают сложности в учебе, о депрессии думают меньше всего. Особенно трудно определить депрессию там, где причина существующей проблемы известна, а сама депрессия играет лишь роль усугубляющего фактора. Поэтому успешное лечение какой-либо патологии невозможно до тех пор, пока не будет выявлена депрессия.

Например, ребенок отстает в учебе в результате каких-то нарушений нервной системы, еще более усугубляемых депрессией. После всевозможных попыток исправить ситуацию

⁵⁰ William Pollack, *Real Boys* (New York: Random House, 1998), 9.

⁵¹ Elias, "Childhood Depression", *USA Today*, 2D.

депрессия обнаруживается, и проводится курс лечения, но так бывает не часто. После этого начинают решаться учебные проблемы.

Детская депрессия диагностируется с таким трудом потому, что симптомы ее существенно отличаются от аналогичных симптомов у взрослых. Иногда у детей наблюдаются типичные для взрослых признаки депрессии, например, длительная печаль или раздражительность, но так как детям сложно выражать свои чувства, их депрессию обычно принимают за нормальное детское поведение.

Нередко встревоженный родитель говорит мне о том, что дочь выглядит хорошо и ведет себя нормально, но все же что-то с ней не так, как прежде. Иногда, например, она кажется сильно огорченной и расстроенной по непонятным причинам. Недавно мне позвонила одна мама, взволнованная поведением своей одиннадцатилетней дочери, с которой всегда все было в порядке. Но теперь она часто говорит следующее: «Когда я смотрю новости, я чувствую, что все очень плохо и становится еще хуже. Иногда мне кажется, что не стоит дальше жить». У этой девочки была диагностирована умеренная депрессия, и после непродолжительного приема легких антидепрессантов и небольшого консультирования девочка обрела новый взгляд на свою жизнь.

Помните, что депрессия возможна у любого ребенка, даже у самого, как кажется, благополучного. Особенно это свойственно чутким по природе детям, которые очень чувствительны ко всевозможным депрессивным воздействиям окружающего мира. Этот враждебный мир достигает детей и через ночные телевизионные новости, и через развлекательные программы, поэтому мудрые родители постараются защитить своих детей от лавины этой нагоняющей тревогу информации. Каждый ребенок нуждается во влиянии оптимистических и ободряющих факторов.

Распознавание и лечение депрессии

Симптомы депрессии

Поскольку депрессия так многообразно влияет на развитие ребенка, родители должны иметь четкое представление о ней. Мы уже говорили о сложностях распознавания депрессии у детей, однако есть немало признаков, которые могут помочь в этом. Очень часто признаком депрессии является отставание в учебе, потому что чаще всего депрессия влияет на способность к восприятию.

Итак, существуют конкретные признаки депрессии, и когда у ребенка наблюдаются сразу несколько симптомов, то вполне можно предположить наличие этого состояния.

1. *Неустойчивое внимание.* Депрессию легко спутать с дефицитом внимания. Кроме того, большинство детей, имеющих обычный дефицит внимания или дефицит внимания в связи с «гиперактивностью», страдают от депрессии. Поэтому депрессия может маскироваться под расстройство внимания или усугублять его. В большинстве таких комбинированных случаев депрессию нужно лечить наряду с другими отклонениями от нормы. Однако депрессия и сама по себе может вызывать серьезные проблемы с учебой.

2. *Нарушение концентрации внимания.* Рассеянный ребенок не способен сконцентрировать внимание на каком-то конкретном задании. А это открывает путь следующим симптомам депрессии.

3. *Мечтательность.* Ум ребенка погружается в фантазии, отвлекающие его от реальности.

4. *Скука.* По мере погружения в мечты и фантазии ребенку все труднее концентрировать внимание и постепенно он теряет интерес к тому, что еще недавно очень занимало его.

5. *Пассивность.* Родители часто объясняют это плохим сном, большими затратами энергии или легкими физическими недомоганиями. Но депрессия способна убивать энергию ребенка и снижать его интерес к общению с другими людьми и сверстниками.

6. *Дурное поведение.* Этот симптом, как правило, не связывают с депрессией, а на самом деле, независимо от других причин, именно депрессия толкает детей на плохие поступки. Например, первопричиной дурных поступков обычно бывает пустая эмоциональная емкость детской души. Именно она порождает депрессию, которая только усугубляет ситуацию. Типичные примеры дурного поведения – это срывы в учебе, осложнения в отношениях со сверстниками или регрессивное поведение, выражающееся в мочеиспускании в постель или «детском лепете».

7. *Продолжительная печаль,* следующая за нормальной реакцией на плохие новости или тревожные события. Странно, что этот симптом нередко отсутствует даже в случаях затяжной депрессии.

8. *Гнев.* Вас может удивить, что депрессия порождает гнев, что еще больше осложняет уже существующую проблему. Всегда, когда ребенок не умеет сдерживать свой гнев, причину нужно искать в депрессии.

9. *Тревога.* Если ребенок тревожен, то депрессия – вполне вероятная причина его состояния. С одной стороны, тревога делает ребенка беззащитным перед депрессией, а с другой – депрессия может вызывать тревогу и беспокойство. Эта прочная связь – «тревога-депрессия» – наблюдается у людей всех возрастов.

10. *Безразличие.* Ребенок не общается с людьми, включая школьных друзей, ищет уединения.

Лечение депрессии и медицинский осмотр

В современном американском здравоохранении превалирует методика медосмотра, который стал популярным в американских семьях по причине своей дешевизны. Однако вследствие этого стало чрезвычайно затруднительным обследование детей по поводу психологических проблем. Даже перед лицом широкого распространения психических и умственных нарушений среди детей страховые компании очень неохотно берут на себя расходы по их психологическому и психиатрическому обследованию. Но начинать лечение без такого обследования все равно, что начинать оперировать больного без предварительных рентгеновских снимков. Результатом становится передозировка или неправильный подбор лекарств.

Раньше у педиатров была возможность обследования детей с целью установить дефицит внимания в связи с гиперактивностью и назначить психостимулирующие препараты. Сейчас же, при отсутствии возможностей такого обследования, многие педиатры назначают эти препараты только потому, что мамы или школьные учителя констатируют у ребенка «гиперактивность».

Точно так же обстоят дела с диагностированием и лечением детской депрессии. Как может педиатр определить ментальный статус ребенка без легитимного обследования? Поэтому детская депрессия так редко распознается, а если такое происходит, сразу прописывается какой-нибудь антидепрессант без должных показаний и последующего наблюдения за ходом лечения. За последние годы мы потеряли почти все, что было создано многими талантливыми и преданными своему делу специалистами – психологами и психиатрами – в нашей стране. Благодаря практикуемым сегодня медицинским осмотрам почти полностью разрушена система психологической и психиатрической помощи и, в частности, – для детей.

Та же участь постигла и одно из важнейших событий в жизни каждого ребенка – первый день поступления в школу. Если у ребенка есть потенциальная нерасположенность к учебе или другие психологические сложности, которые не были своевременно откорректированы перед поступлением в первый класс, то такой ребенок обречен иметь большие проблемы в учебе в течение многих лет. В прежние, более благоприятные годы мы настаивали на том, чтобы до поступления в первый класс каждый ребенок прошел исчерпывающий психологический и учебный тест. Это позволяло вскрыть практически любую потенциальную проблему конкретного ребенка для того, чтобы ее скорректировать или гарантировать соответствующие условия для будущего обучения этого ребенка. Когда же все пускается на самотек, то это, как правило, приводит к печальным последствиям для детей и их родителей.

Настаивая на полном, всестороннем обследовании детей, я осознаю те трудности, с которыми придется столкнуться их родителям. Поскольку большинство страховых компаний отказываются оплачивать такое обследование и так как вследствие этого квалифицированные детские психиатры и психологи вынуждены самостоятельно решать свои финансовые проблемы, то, увы, дошкольное обследование детей быстро исчезает. Все, что я могу предложить, – это все же попытаться найти одного из таких исчезающих специалистов и не испугаться некоторых финансовых расходов. Самое главное преимущество этого шага заключается в том, что вы сможете спланировать будущее образование своего ребенка, а если обнаружатся признаки возможных трудностей и проблем, вы будете знать, как с ними справляться.

Тем, кто не в состоянии провести такое тестирование, я скажу кое-что, чего я никогда бы не сказал раньше, а менее всего – написал бы об этом. Но, в связи с вышеописанной ситуацией в нашем детском здравоохранении, у меня нет выбора. Если ваш педиатр прописывает антидепрессивные препараты, не бойтесь давать их детям. Конечно, я бы предпочел,

чтобы ребенок не принимал никаких препаратов, но, с другой стороны, недопустимо лишать их ребенка, который в них отчаянно нуждается.

Это на самом деле не так страшно, как изображают, потому что все эти медикаменты относительно безопасны, а их побочные эффекты минимальны. Я никогда не слышал о том, что антидепрессанты навредили детям, но я видел бесчисленное число детей, страдавших от отсутствия их именно тогда, когда они в них очень нуждались.

Ваша главная роль как родителей

С чем бы вы ни имели дело – страхом, тревогой или возможной депрессией, – вы всегда должны помнить о своем громадном влиянии на ваших детей, причем в любом возрасте. Известно, что родители страдающих депрессией детей относятся к ним жестко, непримиримо или безразлично. Этого ни в коем случае допускать нельзя.

Главнейшей вашей задачей остается постоянное наполнение эмоциональной емкости вашего ребенка безусловной любовью, воспитание и защита его от вредных влияний, а затем – подготовка сына или дочери к будущей самостоятельной жизни, когда вы без опасений сможете постепенно ослаблять свои родительские узы, чтобы дать им свободу. Не важно, что говорят вам люди, – помните, что вы играете главную роль в судьбе вашего ребенка и что пока еще вам принадлежит право принимать решения. Вам дана власть и ответственность защищать своих детей от негативных и губительных воздействий общества и удовлетворять их глубинные нужды. Никто, кроме вас, не обладает столь мощной силой для строительства фундамента счастливой и полноценной жизни ваших детей.

Глава 10

Мотивация поведения ребенка

Научи нас, о Господь, видеть в малом великое, потому что в этом – величие живущего среди нас Христа, сотворившего в нас это малое; научи нас также относиться к великому как малому, потому что в этом – Его могущество.

Блез Паскаль

Родители часто спрашивают, как они должны мотивировать поведение ребенка. Это хороший вопрос, потому что мотивация является одним из главных факторов, определяющих процесс развития ребенка.

Надеясь на то, что наши дети станут самостоятельными людьми, способными исполнять свои обязанности без нашей помощи, мы не можем не понимать всю сложность этой задачи. С другой стороны, мы не хотим, чтобы наши дети стали источником бесконечных проблем, невыполненных обещаний и прочих неприятностей для окружающих.

Большинство детей находятся где-то между этими полюсами и в разной степени и в разных областях поддаются мотивированию. Многое здесь зависит от природных наклонностей и личных привязанностей детей. Не последнюю роль играет также самочувствие, запас энергии ребенка и, конечно, воспитание.

Мотивация – сложная тема, и родителям необходимо хорошо в ней разобраться. Главное не столько в том, поддается ли ваш ребенок мотивированию вообще, сколько в том, *каким образом* это происходит, – позитивным или негативным. Все дети мотивированы на что-то, но мы хотим, чтобы стимулы происходили из здорового источника и направляли их по правильному пути.

Научиться правильно мотивировать ребенка непросто. Сначала следует понять сам процесс естественных мотиваций и уяснить роль родителей в придании мотивации верного направления.

Сознательная и подсознательная мотивации

Начнем с того, что существует *сознательная и бессознательная мотивация*. Мы наблюдаем позитивную мотивацию у наших детей, когда они внимательны к другим людям и стремятся доставить им удовольствие. Такие мотивации берут начало в хорошем воспитании, которое развивает в детях здоровую самооценку и здоровое самосознание, а также любовь и уважение к окружающим. Мы можем видеть и негативную подсознательную мотивацию, когда ребенок хочет огорчить других, особенно авторитетных людей, отказываясь делать то, что обязан. Это типичный образец пассивно-агрессивного поведения.

Надо признать, что сегодня существует серьезное непонимание проблемы мотиваций. Многие люди полагают, что их жизнь полностью определяется теми обдуманнами решениями, которые они сами сознательно принимают. Если бы это было так! На самом деле выбор жизненного курса и принимаемые нами решения зависят в основном от подсознательных мотиваций, скрытых от нашего разума. Так как человек не осознает наличия этих мотиваций, он, естественно, считает, что при выборе своего пути он опирается на здравый смысл и рациональное мышление. Так продолжается до тех пор, пока однажды он не спрашивает себя с недоумением и неудовольствием, как же все это могло произойти с ним. Человек начинает анализировать события прошлых лет и пытается понять их движущую силу.

На некоторые подсознательные мотивации могут влиять генетически обусловленные черты характера, например, чрезмерная застенчивость или чрезмерная общительность. Однако большинство подсознательных мотиваций определяются опытом прошлой жизни. Влияние на них родителей также огромно. Подсознательные мотивации – это сильно действующий фактор, от которого зависят наши эмоции и наше мышление. Решения, принимаемые нами на нашем жизненном пути – особенно важные решения, такие, как выбор места жительства, профессии или спутника жизни, друзей и занятий, – также в очень большой степени определяются нашими подсознательными мотивациями.

У каждого из нас есть позитивные и негативные подсознательные мотивации. Разумеется, чем больше позитивных и чем меньше негативных, тем лучше для нас, потому что в этом случае мы сумеем лучше управлять собственной жизнью. И мы хотим, чтобы у наших детей было как можно больше позитивных мотиваций, включая подсознательные.

Желания и отношения

Мы знаем, что родители играют огромную роль в формировании правильных мотивов у своих детей. Мощнейшим побуждающим фактором является также желание ребенка. Когда ребенок хочет сделать что-то или получить что-то, его поведение мотивировано. Хорошо, если желание само по себе позитивно; конечно, и родители, со своей стороны, стремятся откорректировать эти детские желания. Однако, если желания ребенка очевидно неприемлемы, родители обязаны научить его поступать правильно, несмотря на свои чувства.

Замечаем ли мы, как много мотиваций связано с чувствами? Именно чувствами определяется выбор детьми того или иного типа отношения к другим людям. Если ребенку хочется взять на себя ответственность, чтобы совершить хороший поступок, можно утверждать, что его мотивации позитивны; если же ребенок явно не желает брать на себя ответственность, это говорит о негативном характере его мотивации. Следовательно, нам нужно воспитать наших детей так, чтобы они хотели быть хорошими и стремились поступать правильно.

Я не знаю человека с более сильно выраженной позитивной мотивацией, чем моя жена Пэт. Она очень активно мотивирована на все доброе и позитивное, ей доставляет удовольствие помогать и служить другим, нести за что-то ответственность, осуществлять какие-то проекты. Ей можно довериться в любом, даже самом необычном деле, поэтому ее постоянно избирают и выдвигают в различные комитеты, советы и другие руководящие органы, просят преподавать и консультировать и т. п. Желания Пэт и ее мотивации происходят изнутри. Она никогда не ждет толчка извне, она не нуждается во внешнем давлении, – она сама берется за дело и делает его хорошо, потому что это доставляет ей удовольствие.

Я же не обладаю такой чудесной способностью. Мне нередко требуется побуждение извне, да и потом я не всегда получаю большое удовольствие от такого дела, потому что оказанное на меня давление вселяет в меня тревогу и беспокойство. Я не уверен, смогу ли я сделать все как следует, и от этого теряю спокойствие.

К счастью, трое наших детей унаследовали это замечательное качество Пэт. Жизнь действительно в радость тем, кто, столкнувшись с необходимостью брать на себя ответственность, делает это с удовольствием. Для тех же, кто с трудом и нежеланием подходит к своим обязанностям, жизнь может превратиться в настоящее бремя. Это особенно очевидно сегодня, когда огромное число людей не способно справляться со своими обязательствами. Дело в том, что в детстве мотивации этих людей складывались под сильным давлением со стороны родителей, включая вознаграждения за хорошее поведение, угрозы, наказания или под воздействием чувства вины. Их никто не научил испытывать нормальное чувство радости от хорошо выполненной работы или помощи другому человеку. Все, что они умеют, – это

реагировать на свои эгоистические мотивации, нацеленные на удовлетворение собственных потребностей.

Между этими двумя типами людей есть одно важное различие – степень присущего им оптимизма. В своей книге «Эмоциональный интеллект» Даниель Гоулман говорит об этом так:

«Оптимизм, подобно надежде, подразумевает интенсивное ожидание того, что, несмотря на все неудачи и потрясения, все в жизни в конце концов наладится. С точки зрения эмоционального интеллекта, оптимизм играет роль буфера, оберегающего людей от апатии и чувства безнадежности или депрессии в неблагоприятной ситуации. Как и надежда – его родная сестра, – оптимизм окупается сторицей (если, конечно, это реалистичный оптимизм, а не наивный, который очень опасен).

Оптимисты относятся к постигшей их неудаче как к чему-то, что они могут изменить, и таким образом преуспеть в следующий раз, а пессимисты обвиняют в каждой неудаче самих себя и приписывают ее своим врожденным свойствам, которые они не в силах изменить»⁵².

Гоулман не отрицает, что одной из причин позитивного или негативного отношения к жизни может быть темперамент, однако он считает, что влияние прошлого опыта здесь гораздо сильнее. Оптимистичному отношению к жизни можно научиться, если только ответственно относиться к своим обязанностям. «Отношение людей к своим способностям в огромной степени влияет на эти самые способности... Люди, уверенные в своих силах, не шарахаются от трудностей и не разочаровываются при неудачах, а, напротив, стремятся справиться с ними, вместо того чтобы сокрушаться по поводу своей беспомощности и возможных неудач в будущем»⁵³.

⁵² Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (New York: Bantam Books, 1995), 88.

⁵³ Ibid., 90.

Мотивация личным примером

Поскольку влияние жизненного опыта на наши мотивации очень велико, значение окружающей среды для воспитания трудно переоценить, и главные фигуры в этом окружении – родители. Именно они своим личным примером, своим умением решать трудные жизненные вопросы могут преподать своим детям урок позитивной мотивации.

Я обнаружил, что большинство людей смотрит на формирование мотиваций как на воспитание: они стараются передать детям свои собственные мотивы, так как считают их наилучшими. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок был позитивно мотивирован, вы должны допустить, что ваши взгляды и мнения несовершенны. Каким бы ни был ваш прошлый опыт, ваш темперамент, вы должны стать для своего ребенка примером достоинства, чести и верности своему долгу. Если дети видят в вас свободного, оптимистичного, серьезного, приятного в общении и надежного человека, они захотят стать такими же. Если же дети слышат ваши постоянные жалобы, если видят вашу необязательность, неумение справляться с возникающими проблемами, они тоже последуют вашему примеру.

Силу своего воздействия на ребенка вы можете еще больше усилить проявлением своей безусловной любви. Чем острее дети ощущают родительскую любовь, тем больше они стараются подражать своим родителям. Чем активнее дети мотивируются сознательными и позитивными примерами жизненного опыта родителей, тем слабее влияние на них негативных подсознательных мотиваций.

В течение нескольких лет я работал с программой, предназначенной для обучения воспитателей методике удовлетворения эмоциональных потребностей детей. Я часто видел трехлетних детей, беспокойных и запуганных, страдающих от дефицита положительных эмоций. Я советовал воспитателям начать с того, чтобы посидеть рядом с ребенком за столом и поговорить с ним. Затем я рекомендовал попытаться научить ребенка чему-нибудь, взяв его на руки и заглядывая ему в глаза. Ощутив контакт, ребенок становился более отзывчивым, внимательным и восприимчивым к тому, что ему говорят. Что же происходит в этих случаях? Дело в том, что ребенок открывается для восприятия, только если получает удовлетворение своих эмоциональных потребностей. Заботливое, нежное отношение сначала гасит страх и тревогу, а затем наполняет душу ребенка чувством защищенности и уверенности в себе. В результате пробуждается способность к восприятию и обучению.

Если все это доступно при таком кратковременном контакте ребенка с воспитателем, то какие же возможности открываются в семье, рядом с любящими родителями!

Подсознательная мотивация и насилие

Стрельба, прозвучавшая в наших школах в конце 1990-х годов, сильно встревожила меня, но не меньше меня встревожило то, что никто из тех людей, с кем я беседовал о происшедшем, не понимал смысла этой трагедии. Даже некоторые специалисты-психологи и психиатры высасывают причины из пальца, обвиняют родителей, свободный доступ к оружию, конфликты со сверстниками и осуждают насилие на телевидении, в Интернете, в кино и на музыкальной сцене. По-моему, все это бессмысленно. Масс-медиа Японии и Гонконга кишат насилием не меньше, чем наши. У многих детей, не устраивающих стрельбу в школах, обстановка дома гораздо хуже и сложнее, чем у тех, кто это делает. Даже школьные охранники говорят, что другие дети больше переживали и волновались, чем преступники. Так в чем же причина?

Все вышеупомянутые факторы безусловно играют свою роль, однако главным импульсом следует считать *подсознательную мотивацию*, в данном случае – это гнев. Чтобы понять мотивы этих юных преступников, необходимо установить, умеют ли они управлять своим гневом, и тогда станет ясно, что при отсутствии надлежащего воспитания и навыков контроля над гневом открывается прямой путь к преступлению. Впервые за всю нашу историю мы достигли критической массы негативных влияний, и обществу нечего противопоставить им, потому что оно не имеет никакого позитивного духовного противовеса.

Родители должны осознать свою уникальную роль в обучении детей управлять собственным гневом. Психика подростков, совершивших чудовищные акты насилия в государственных школах Колорадо, Орегона, Арканзаса и в других местах, сформировалась под воздействием вредных факторов, и, к сожалению, никто не научил их сознательно справляться со своим гневом. Находясь в нормальной для своего возраста пассивно-агрессивной стадии развития, они выразили свой гнев примитивным пассивно-агрессивным способом, хотя внешне они казались вполне нормальными школьниками и ни у кого не вызывали подозрений.

Некоторые подростки своим не совсем обычным видом и поведением стремятся выражать одолевающие их пассивно-агрессивные импульсы. Но те, кто устроил побоище в школах, до времени скрывали свой гнев, и даже от самих себя. Это значит, что они находились под влиянием подсознательных мотиваций. Человек, совершающий такие дикие поступки, мотивируется только подсознательно, ибо подобное варварство диктуется исключительно с иррациональными импульсами подсознательного гнева. Не разобравшись до конца во всей сложности этих негативных подсознательных мотиваций, наше общество никогда не сможет успешно противостоять им.

Корректировка поведения

В главе 4 мы говорили о способах управления гневом, два из которых позитивны, два негативны по своему характеру, а один нейтрален. Это очень важно знать, потому что добрые чувства – это самые здоровые мотиваторы, они стимулируют ребенка к хорошим поступкам. Поэтому процессы воспитания и обучения должны быть максимально приятны для ребенка и насыщены положительными эмоциями. Именно по этой причине в ваших отношениях с ребенком не должно доминировать наказание.

Некоторые современные христианские источники используют теории, совершенно противоположные этой важной концепции, которая утверждает, что позитивное поведение есть следствие позитивного воздействия. Если вы прибегаете преимущественно к негативным способам воздействия на ребенка, таким, как физическое наказание, то вы стимулируете развитие у него подсознательных мотиваций поступать как раз вопреки вашему желанию и воле. И, наоборот, если ваше общение с ребенком и его обучение построено на доброте и любви, он будет подсознательно желать порадовать вас, доставить вам удовольствие, потому что сам воспринимает позитивную подсознательную мотивацию.

Как хочется, чтобы все родители поняли это! Из-за непонимания этих важных вещей даже в самых прекрасных семьях возникают порой тяжелейшие проблемы с детьми. Меня до глубины души огорчает то, что так много детей из благополучных, по-видимому христианских, семей разрушают свою жизнь. Родители этих детей – вполне достойные люди, которых христианские книжные и устные источники убедили в том, что главное в воспитании – это родительская реакция на поведение детей, и они добросовестно старались применять это правило на практике. Их упорно убеждали в преимуществе негативных средств контроля за поведением детей и ничего не сказали о том, как важно прежде всего удовлетворять их эмоциональные потребности.

Такой воспитательный метод порождает несколько типов негативных подсознательных мотиваций, включая пассивно-агрессивное поведение. Как правило, он дает свой горький плод, и мы имеем его сегодня – это антиродительские настроения, это неповиновение представителям законной власти, это, наконец, бунт против Бога. В большинстве случаев родители не в состоянии понять причины трагедий своих детей, ведь они воспитывали их так, как их учили христианские «эксперты». Приучая детей к строгой дисциплине в первые годы их жизни, родители не имели больших проблем, но, взрослея, дети все больше выходили из-под родительского контроля, демонстрируя пренебрежение к стоящим над ними авторитетам.

И сегодня воспитание методом реагирования на поведение ребенка продолжает разрушать благополучие многих христианских семей. Не имея понятия о жизненно важных нуждах своих детей, такие воспитатели увлекаются жесткими дисциплинарными методами, а потом с горечью взирают на плод своих усилий, когда их дети восстают против них и против всех Божьих ценностей.

Корректировка поведения и мотивация

Поскольку наше отношение к детям очень сильно влияет на формирование у них подсознательных мотиваций, давайте еще раз обратимся к пяти способам корректировки поведения, изложенным в главе 4. Но на этот раз мы рассмотрим проблему воспитания и дисциплинирования в связи с феноменом мотивации.

- **Просьба** – самое позитивное средство управления поведением ребенка. Она нейтрализует гнев ребенка и вызывает у него положительные эмоции. Ваша просьба как бы говорит за вас: «Я уважаю твои чувства в этой ситуации» или «Я уважаю твое мнение по этому поводу» и, что самое замечательное, – «Я прошу тебя сделать это, потому что ты можешь взять на себя такую ответственность». Закладывая такой фундамент отношений, вы помогаете ребенку взрослеть эмоционально и психологически. Но самое ценное качество, которого лишена наша современная культура, состоит в том, что, обращаясь с такой просьбой к ребенку, вы приучаете его брать на себя ответственность за свое поведение.

- **Приказ** – негативное средство управления поведением ребенка. Разумеется, приказ годится там, где не действует просьба, но надо помнить, что часто сама словесная формулировка приказа несет в себе негативный заряд. Приказ нередко вызывает у ребенка гнев, потому что подразумевает следующее: «Меня не волнуют твои чувства и мнения на эту тему. Ты не способен (не способна) отвечать за свое поведение и просто должен (должна) делать то, что я тебе велю». Все это не может не вызывать протест, потому что здесь нет ни капли эмоциональной поддержки, ни капли любви. Приказами и командами невозможно воспитать зрелого и ответственного человека, с точки зрения мотивации. Родители, увлекающиеся командирским тоном, должны задуматься о том, почему их дети не реагируют на просьбы, и первое, куда им следует заглянуть, – это эмоциональная емкость детской души.

- **Мягкое физическое прикосновение** – это еще один способ позитивного воздействия на поведение ребенка. Здесь подразумевается легкое и ненавязчивое физическое побуждение ребенка к выполнению определенного действия. Нежное, любящее прикосновение никогда не вызывает негативных реакций, в отличие от приказа и физического наказания. Такое прикосновение особенно эффективно с маленькими детьми, но и на старших детей оно действует благоприятно. К примеру, младший подросток настолько сильно возбужден и расстроен, что лучше всего его в этот момент изолировать от других, удалив из комнаты, чтобы дать ему успокоиться, прежде чем предпринимать какие-то дальнейшие шаги. Но сделать это надо мягко и с любовью, для чего лучше всего обнять ребенка за плечи и повести в нужном направлении, говоря при этом: «Давай пойдем туда и посидим там немного». Ребенок, привыкший к доброму прикосновению, обязательно отзовется на него, и этого будет достаточно для того, чтобы сложная ситуация легко уладилась. Там, в другой комнате, можно побеседовать с подростком о причинах его плохого поступка.

- **Наказание** – самый негативный метод корректировки поведения ребенка. С одной стороны, слишком мягкое и снисходительное наказание отрицательно влияет на мотивации подростка, потому что он не сможет в таком случае осознать последствия своего дурного поведения и не будет мотивирован к хорошим поступкам. Однако слишком суровое наказание вызывает протест и непослушание, что в итоге блокирует всякую возможность формирования позитивных мотиваций в будущем.

- **Модификация поведения** – этот воспитательный метод следует применять с большой осторожностью. Злоупотребление им ориентирует ребенка на получение вознаграждения: «Что я буду за это иметь?» Такая позиция свойственна современным молодым людям, которые хотят получить все и ожидают компенсацию за малейшее усилие со своей стороны. Этот метод требует от родителей мудрости и чувства меры.

Негативные подсознательные мотивации

Любая мотивация требует усилий. Если вся энергии ребенка или большая ее часть тратится на то, чтобы справиться с негативными подсознательными мотивациями, то на положительные мотивации, направляющие ребенка на хорошие поступки, ее уже не хватает. Если же подростку не приходится затрачивать усилия на подавление негативных подсознательных мотиваций, ему легче стать цельной и здоровой личностью. Когда родители заботятся об удовлетворении эмоциональных потребностей ребенка, он становится положительно мотивированным и стремится поступать так, чтобы доставлять удовольствие старшим, помогать другим и вообще быть достойным гражданином. В ребенке возрастает желание быть нравственно цельной личностью, любящим и заботящимся о других христианином, который равняется на Христа.

Чтобы прийти к таким положительным результатам, родители должны фокусировать свое внимание на позитивных мотивациях. Однако, к несчастью, большинство родителей заняты формированием у своих детей именно негативных мотиваций.

Рассмотрим четыре наиболее распространенные негативные мотивации.

Пассивная агрессия

Пассивная агрессия – худшая из всех возможных подсознательных мотиваций, источник всех прочих разновидностей мотиваций. Независимо от желаний и стремлений человека пассивно-агрессивный способ подавления гнева дает, как правило, негативный результат. Я уверен, что именно в этом корень всех потенциальных бед и проблем человеческой жизни.

Должен ли ребенок доказывать, что он чего-то стоит?

Несчастен тот ребенок, который вынужден зарабатывать родительскую любовь. А многим детям так и не удается удовлетворить потребность своего сердца в родительской любви и одобрении.

Трагедия в том, что большинство таких родителей действительно любят своих детей, но не умеют передать им эту любовь. Происходит это прежде всего потому, что родители никогда не любили своих детей безусловно и не стремились удовлетворять их эмоциональные потребности. Дети, лишённые этого важнейшего фундамента, всю жизнь страдают от негативных и вредных эмоций.

Чувство вины

Чувство вины – это негативная подсознательная мотивация у робких, уступчивых и легко контролируемых детей. Это особая проблема для родителей. Такими детьми легко управлять, потому что в них глубоко заложена потребность удовлетворять желания других. Они мучаются от чувства вины и беспокойства, если, как им кажется, старшие не довольны ими. Поэтому родители могут легко воспользоваться этими качествами и подчинить себе ребенка.

Но в этом кроется серьезная опасность, так как у таких детей развивается только одна мотивация – защитить себя от пугающего чувства вины. А это толкает их под влияние более волевых и сильных людей. В итоге такие дети превращаются в безвольных взрослых, которые не способны думать и решать самостоятельно. Такие люди легко попадают под дурное

влияние и провоцируются на плохие поступки. Вечная потребность удовлетворять кого-то мешает им стать самодостаточными и независимыми людьми.

Если вы замечаете у своего ребенка эти качества, будьте внимательны. Ваша задача в таком случае – дать ребенку возможность чувствовать себя защищенным вашей любовью и побуждать его поступать правильно. Только при выполнении этого главного условия могут позитивно развиваться хорошие природные черты вашего сына или дочери – сопереживание и желание доставлять удовольствие.

Давление

Давление – это одна из негативных мотиваций, которая может быть как сознательной, так и бессознательной. Родители нередко оказывают на ребенка давление, чтобы заставить его поступить определенным образом. Иногда это действительно оправданно, но вообще здесь требуется особая осторожность, поскольку возможны опасные последствия.

Давление подразумевает использование угроз по отношению к ребенку для принуждения его к определенному типу поведения. Это достигается *посредством неодобрения*, которое губительно для чувствительных и нуждающихся в поощрении детей; *посредством гнева*, что всегда ошибочно и вредно; *посредством наказания или угрозы наказания*, порождающих тревогу и страх в душе ребенка. Тревога и страх – плохие мотивации, потому что парализуют волю и активность ребенка.

Родители, злоупотребляющие давлением на ребенка, не позволяют ему стать таким человеком, каким сами же мечтают его видеть. А тревога – одна из основных помех на пути воспитания активности. И, если родители не хотят повысить уровень тревожности у своих детей, они обязаны отказаться от постоянного давления на них.

Готовить ребенка к учению

Дети рождаются с естественной и сильной жаждой познания, которую, однако, некоторые немудрые взрослые глушат своим занудством, физическим наказанием и чрезмерным давлением. Если внимательно понаблюдать за играющими детьми, можно заметить, что они постоянно стремятся открыть что-то и научиться чему-то новому. На каждом этапе своего развития ребенок учится, имитируя взрослых. Больше всего дети любят узнавать новое, поэтому вполне естественно, что ваш ребенок хочет учиться. Мотивация на это уже готова.

Хотя стремление к познанию свойственно ребенку, тем не менее родителям и воспитателям следует помнить о важнейшем принципе обучения: *чтобы ребенок мог успешно учиться, он должен достичь соответствующего своему возрасту уровня эмоциональной зрелости*. Эмоциональная зрелость подразумевает умение управлять чувством тревоги и беспокойства, справляться со стрессом и сохранять душевное равновесие в периоды перемен и нестабильности.

У детей, страдающих от недостатка любви и одобрения со стороны взрослых, мотивация к познанию значительно ослаблена. Если ребенок тревожен, или погружен в меланхолию, или чувствует себя ненужным и нелюбимым, то он не способен сконцентрировать свое внимание и сосредоточиться, у него наблюдается вялость и дефицит энергии. Такие дети проявляют слабую мотивацию к учебе, особенно к предметам, которые для них изначально малоинтересны.

Родители обязаны готовить детей к учебе. Они могут справиться с этой задачей только постоянно пополняя эмоциональную емкость души ребенка своей безусловной любовью. Без этого успешное воспитание и обучение просто невозможны. У эмоционально здорового ребенка способности и энергия возрастают; он обладает максимально позитивной мотивацией к познанию нового и способен сосредоточивать внимание на учебном материале. Это очень важно – довести ребенка до требуемого уровня эмоциональной зрелости, нельзя здесь допускать отставания.

Мотивирование ребенка на ответственное отношение к учебе

Чтобы вы могли определить, на сколько ваш ребенок готов к тому, чтобы взять на себя ответственность за свою учебу, вам нужно знать одну простую истину: *два человека не могут нести ответственность за одно и то же дело в одно и то же время*. Если вы берете ответственность на себя, ваш ребенок уже не может сделать этого. Ваши сын или дочь не могут быть ответственными за какое-либо дело, если вы им этого не позволите. *По мере взросления ребенка нужно все больше доверять ему, постепенно возлагая на него ответственность, посильную для его возраста и способностей*.

Для многих семей выполнение домашних заданий стало настоящей проблемой. Если родители берут на себя ответственность за это дело, они освобождают от нее своего школьника. В результате ребенок не учится проявлять инициативу.

Чтобы правильно мотивировать ребенка, нужно дать ему возможность быть инициативным. Готовность родителей постепенно и вовремя отойти в тень и позволить ребенку взять инициативу и ответственность на себя является важной составляющей воспитательного процесса. Проявляя инициативу, ребенок берет на себя ответственность; беря на себя ответственность, он получает мотивацию.

Многие временами не желают выполнять домашние задания; особенно часто это случается в раннеподростковом возрасте, в нормальный пассивно-агрессивный период жизни ребенка. Но даже и в это время мы должны помнить о том, что ответственность за домашние задания лежит не на нас, а на ребенке. Можно сказать своему подростку, что вы с радостью готовы ему помочь, если он попросит об этом. Но и в этом случае старайтесь не делать работу вместо него, но вновь возложите всю ответственность на его плечи.

Например, если у сына или дочери сложности с математикой и он (она) просит о помощи, можно заглянуть в учебник, найти раздел по данному вопросу и вернуть книгу ребенку, сказав при этом: «На этой странице дано объяснение. Почитай внимательно и скажи мне, когда закончишь. Я буду рядом». Отправляя ребенка к соответствующему источнику за получением ответа на свои вопросы, вы приучаете его к инициативе и ответственности, умению полагаться на свои силы, а также к правильной мотивации. При необходимости можно предложить ребенку обратиться к учителю за объяснением.

Если вы прежде брали всю ответственность за выполнение домашних заданий на себя, а теперь решили переложить ее на плечи сына или дочери, будьте готовы к кратковременному спаду их успеваемости в школе. Главное в том, что ваш ребенок учится быть ответственным и самостоятельным человеком, а это отличный урок для его будущей жизни. По мере того как уменьшается потребность в вашей помощи и участии в учебных делах ребенка, и у него и у вас появляется больше свободного времени для совместного и интересного времяпрепровождения и отдыха.

Сегодня у нас мало людей, активно мотивированных на инициативу и личную ответственность. Какой чудесный дар мы могли бы передать нашим детям – умение быть самостоятельными людьми, не зависящими от других в своих делах и поступках! Многие родители и воспитатели привыкли брать ответственность за учебу своих детей на себя. Взрослые поступают так, потому что искренне заботятся о своих детях, но ошибочно считают, что обязаны делать для них все и всегда.

Но, конечно, вполне нормальные дети, в конце концов, восстают против такого контроля. Вместо того чтобы обременять детей излишней опекой, родителям лучше всего начать постепенно приучать детей к самоконтролю, который способствует возрастанию их в зрелости. С одной стороны, с этим нельзя спешить, чтобы раньше времени не обременить ответ-

ственностью неокрепшие плечи ребенка. С другой стороны, нельзя неоправданно затягивать с этим. Несомненно, излишний контроль мешает развитию у детей творческих способностей, энтузиазма и желания учиться.

Мотивирование ребенка на другие интересы

В главе 8 мы говорили о новейших достижениях в изучении развития мозга детей и подростков, которые подтверждают необходимость привлечения их к разнообразным видам деятельности. Дети любят браться за что-то новое, и родители обязаны помочь им найти здоровые источники мотивации. Серьезным шагом в этом направлении может стать отвлечение ребенка от телевизора. Вот что сказал об этом Джей Гидд, детский психиатр Национального института психиатрии из Бетезеды в Мэриленде:

«Подростки обычно выбирают для себя занятие, посильное для их мозга, – будь-то учиться творить добро или зло, быть ответственным или импульсивным в своих поступках, стремиться больше думать или предпочитать видеоигры... Это значит, что перед подростками открыто огромное поле деятельности. Чем занят мозг подростка, куда обращены его мысли – вот в чем вопрос: к спорту, музыке, математике или телевизору, который можно смотреть лежа на диване?»⁵⁴

Как часто можно слышать от взрослых сожаления по поводу того, что в детстве они не учились музыке: «И почему мои родители не заставляли меня?» Однако известно, что принуждать ребенка к чему-то ему ненавистному – дело бессмысленное. А возможно ли вообще настроить ребенка на долговременное увлечение каким-либо делом?

Например, вы хотите заинтересовать ребенка игрой на пианино. В таком случае от вас потребуется и терпение, и мудрость, чтобы и не переусердствовать, и разбудить интерес ребенка. Чтобы ваш ребенок сам проявил инициативу, нужно открыть ему доступ к фортепьянной музыке, дать возможность слушать ее и общаться с людьми, которые хорошо играют. Пусть у сына или дочери появится желание играть прежде, чем он (она) захочет брать уроки музыки. Следует дожидаться, когда это желание станет очень сильным.

Если, к примеру, ваша дочь выражает сильное желание учиться, сделайте вид, что для вас это непростое решение – что на самом деле так и есть, – и уступите ее просьбе, взяв с нее обещание серьезно и с полной ответственностью относиться к занятиям. Спустя некоторое время, когда энтузиазма у нее поубавится, можно осторожно напомнить ей о данном обещании. Есть только один надежный путь подвигнуть ребенка к серьезной сосредоточенности на определенном деле: позволить ему взять инициативу и ответственность на себя. Если инициатива принадлежит вам, значит, вы принимаете на себя также и ответственность, и таким образом ваш ребенок от нее освобождается. Если же ваша дочь проявляет интерес к музыке настолько, что по своей инициативе начинает брать уроки музыки, вы можете торжествовать, и теперь ваше одобрение и похвала действительно имеют большой вес. Теперь вместо принуждения ваш ребенок чувствует вашу поддержку.

Родительская мудрость заключается в том, чтобы помочь ребенку развить в себе здоровый интерес, любознательность и стремление к занятиям, которые могут стать украшением всей его жизни. Если вы видите, что ваша дочь проявляет интерес и инициативу в каком-либо занятии, передайте его под ее ответственность, и пусть она полностью отвечает за него. Попытки заставить ребенка заниматься чем-то, используя давление, почти всегда обречены на неудачу.

Одобрение и поддержка – вот что требуется от вас как от родителей.

Когда у вашего сына или дочери появляется какой-то радующий вас интерес, старайтесь не перехваливать его (ее). Иначе похвала может стать в глазах ребенка обязанностью родителей; кроме того, может развиться зависимость ребенка от этой похвалы, когда при отсутствии таковой у него появляется чувство дискомфорта. Часто с годами потребность

⁵⁴ Shannon Brownlee, "Inside the Teen Brain", *U. S. News amp; World Report*, 9 August 1999, 47, 53.

в похвале ослабевает, а к самому занятию подросток начинает относиться как к «родительскому хобби». Но чтобы интерес к делу сохранялся, подросток должен осознавать его как «мое», а не как ваше. Чтобы похвала со временем не утратила своего значения для ребенка, раздавать ее нужно умеренно.

Также не просто обстоит дело с поощрениями. Поощрять ребенка подарками можно только в особых случаях, иначе они станут привычным делом и потеряют всякий смысл. Как только сын или дочь начинают ожидать вознаграждения, оно утрачивает свою функцию позитивной мотивации.

Размышляя над тем, как вы воспитываете своего ребенка, вы можете заметить свои погрешности. Например, то, что вы недостаточно стимулируете интерес ребенка к хорошим занятиям, которые могли бы существенно обогатить его жизнь. Или, напротив, вы слишком многое делаете за своих детей, чем убиваете в них инициативу и чувство личной ответственности.

Очевидно одно: правильная мотивация ребенка требует знаний и усилий, а особенно в наше трудное время. Я очень надеюсь, что вы сможете применить в своей жизни то, о чем мы говорили в этой главе. Возможно, вам стоит еще раз пересмотреть изложенные здесь положения, чтобы освоить искусство воспитания позитивно мотивированных детей. Но я уверен, что это в ваших силах.

Мотивирование детей к познанию, к хорошим делам и достижениям, к служению людям дает прекрасные плоды. Правильная мотивация помогает детям избежать множества потрясений и дает возможность следовать надежным жизненным курсом.

Глава 11

Воспитание в общении: вопросы и ответы

В течение многих лет я занимался консультированием по вопросам семейного воспитания и видел огромное множество родителей, которым метод активного общения с детьми помог решить сложные проблемы.

Я получал много писем от матерей и отцов, интересующихся тем, как наилучшим образом применять этот метод для правильного воспитания и обучения. В данной главе мы приведем главнейшие принципы активного подхода к воспитанию. Возможно, такие же вопросы возникали и у вас при чтении этой книги, и я надеюсь, что приведенные здесь ответы будут полезными для тех, кто стремится к полноценным и здоровым взаимоотношениям в своей семье. Эти ответы помогут вам наладить позитивные отношения с вашими детьми, чтобы воспитать их ответственными и счастливыми людьми.

1. Вы рекомендуете физический контакт в подростковом возрасте, но я замечаю, что мой сын чувствует себя неловко, когда я прикасаюсь к нему. Как мне поддерживать физический контакт с ним в дальнейшем?

Росс: Используйте любую удобную возможность для физического контакта с подростком, даже если ваш сын, как кажется, совсем не расположен к этому. Перечислим несколько наиболее благоприятных поводов для физического контакта с подростком:

- в смешной, забавной ситуации; например, вы вместе с сыном смотрите веселую телепрограмму и вместе смеетесь – вот удобный повод прикоснуться к его ноге или руке, комментируя при этом происходящее на экране;
- когда ваш подросток расстроен и нуждается в утешении;
- когда вы хотите сказать ему (ей) что-то важное, но он (она) занят(а) телефонным разговором, которого долго ждал(а). Вместо того чтобы кричать на сына или дочь, прикоснитесь слегка к его (ее) плечу, улыбнитесь и жестом покажите свое понимание ситуации;
- когда вы хотите указать своему подростку на возможность какого-то повседневного дела, можно сопроводить свои слова поглаживанием по спине или быстрым и крепким объятием, то есть выбрать то, что более соответствует полу и возрасту подростка;
- когда вы хотите обратить внимание подростка на что-то конкретное, например, на проезжающий мимо необычный автомобиль, – укажите на него и одновременно легким движением прикоснитесь к его руке. Или, проходя по коридору вместе с сыном, вы можете совершенно естественно слегка прикоснуться к нему.

Можно найти много подходящих поводов для непринужденного физического контакта с ребенком. И неважно, осознает подросток ваше прикосновение в этот момент или нет, потому что независимо от этого сигнал о нем передается в соответствующий отдел его мозга одними и теми же нервными клетками. И через некоторое время он может вспомнить об этом с чувством благодарности (даже если ничего не скажет).

2. Вы говорите, что родители должны опасаться «капкана наказания». И вы рекомендуете обсуждать возможные виды наказания вместе с супругом или хорошим другом. Может ли ребенок принимать участие в такой дискуссии?

Росс: Если ребенок слишком мал и не готов к принятию взвешенных решений по этому поводу, допускать его к анализу вариантов наказания не следует. Но дети со временем могут научиться мыслить объективно и понимать смысл наказания, соотносить его строгость с тяжестью совершенного проступка. Если такой прогресс действительно имеет место, подростка можно привлечь к участию в принятии решений, однако последнее слово всегда остается за старшими.

По мере взросления вашего подростка процесс дисциплинирования и обучения должен постепенно перемещаться из области родительского контроля в область родительского доверия. Круг привилегий и свободы действий подростка должен расширяться пропорционально росту доверия к нему родителей. Когда ребенок мал, большую часть ответственности за его поведение несут родители, но к концу подросткового возраста, когда ребенок начинает проявлять стремление к независимости, он должен учиться брать ответственность за свое поведение на себя. Задача родителей в этот период состоит в том, чтобы сделать этот переход как можно более плавным.

Лучшим показателем готовности ребенка к самостоятельному принятию решений и ответственности за свои поступки является то, насколько вы можете доверять его способности контролировать свое поведение. Я советую вам прочитать мою книгу «Как любить своего подростка», в которой эта важная тема рассматривается достаточно подробно.

3. Как вы думаете, почему так много родителей попадают в «капкан наказания»?

Росс: Основную причину я вижу в том, что множество книг, статей, семинаров, радио-программ и проповедей делают акцент на физическом наказании, игнорируя при этом другие нужды ребенка, особенно его потребность в любви.

Сегодня мало кто думает о душе ребенка, зато отовсюду слышатся призывы к немедленному наказанию за проступки. Это называется приучать к дисциплине. И для решения проблем современной молодежи также предлагаются жесткие формы обращения с подростками.

Как уже говорилось в главе 4, сегодня некоторыми стихами Священного Писания о воспитании нередко злоупотребляют, в частности, это касается стиха 15 из главы 29 Книги Притчей (Прит. 29:15). Давайте вспомним, что когда-то жезл был инструментом водительства и утешения (Пс. 22:4), а не наказания (англ. слово *rod* переводится и как розга, и как жезл. – *Примеч. пер.*).

И, наконец, защитники физического наказания редко говорят о том, как вредно и губительно оно для ребенка. Родителей на лекциях и семинарах убеждают в том, что физическое наказание – единственно верный способ общения с детьми. Это очень грустно.

4. Вы говорите, что родители обладают большой властью и авторитетом. Но как быть мягким и сдержанным в своих реакциях и сохранять при этом свой родительский авторитет?

Росс: Быть мягким не значит быть слабым, это значит – уметь пользоваться своей властью сознательным и зрелым образом. Кротость и терпение всегда идут нога в ногу с интересами ребенка. Но это не значит, что следует практиковать вседозволенность, ибо право контроля всегда принадлежит родителям.

Иисус Христос пользовался Своей властью исключительно во благо людям, а совсем не для того, чтобы выразить Свое неудовольствие или продемонстрировать Свою силу. Родительская мягкость в сочетании с мудростью сохраняет любовь между родителями и детьми и

помогает родителям избежать злоупотребления своей властью и попадания в «капкан наказания».

Вы проявляете смирение, когда, несмотря на свой гнев, удерживаетесь от крика и неприятных слов, когда контролируете свои эмоции и сознательно не хотите изливать свой гнев на ребенка.

С годами, когда ваши дорогие дети войдут в пору юности, вы сможете по достоинству оценить свое смирение в прежние годы, ибо увидите, скольких бед и несчастий оно помогло вам избежать, от какой боли избавило вас. Это стоит того, чтобы наши дети увидели в нас поистине христианские черты. Подростков вы не должны контролировать в той же степени, что и детей младшего возраста. Родителям подростков все больше и больше следует полагаться исключительно на взаимоотношения, построенные на любви и доверии. Если вы умели смирять себя, когда ваши дети были маленькими, вы пожнете добрый плод, когда они станут старше.

5. При таком множестве советов со всех сторон, как определить, правильным ли курсом мы следуем при воспитании наших детей?

Росс: Вы можете определить правильность своего курса, если сравните свои мотивы и ценности с атмосферой в своей семье. Разумеется, вы стремитесь иметь добрые и любящие отношения со своими детьми, но в то же время вы хотите видеть в своих детях такие черты, как самостоятельность, самоконтроль и умение поступать достойно.

Чтобы все это осуществить, вам придется, во-первых, заботиться о наполнении детской души безусловной любовью и, во-вторых, дисциплинировать ребенка, но опять же в атмосфере любви, то есть в максимально позитивной эмоциональной атмосфере. Воспитание – процесс многообразный и осуществляется многочисленными путями и способами, но все они должны стимулировать самоуважение детей и ни в коем случае не допускать унижения личности ребенка. *Позитивное воздействие, стимулирующее ребенка к хорошим поступкам, всегда превосходит негативное воздействие, побуждающее к дурному поведению.*

Если вы видите, что ваши отношения с детьми принимают преимущественно негативный характер и результатом становится их плохое поведение, вам необходимо полностью пересмотреть свой подход к воспитанию и изменить климат в своей семье. Воспитание, построенное главным образом на наказании, не может не дать негативных результатов. Я уверен, что вы не желаете этого своим детям.

6. Расскажите подробнее о «лестнице гнева». Если я достигаю ее верхней ступени и ищу разрешения конфликта позитивными средствами, то означает ли это, что я умею контролировать свой гнев? Может ли мой 18-летний сын достичь ее вершины?

Росс: «Лестница гнева» – это наглядная иллюстрация сложнейших факторов, определяющих наше поведение в гневе. Управление собственным гневом – очень трудное искусство, которое оттачивается всю жизнь, и им практически никто не владеет в совершенстве. Поэтому так важно постоянно учиться сознательному контролю над своими гневными эмоциями.

Если я хочу научить своих детей сознательно управлять своим гневом к 17 годам, я должен научить их выражать свой гнев не через свое неприятное для окружающих поведение, а сдержанными, учтивыми словами. Отсюда следует, что умение контролировать свой гнев не приходит само собой, а формируется постепенно и совершенствуется на протяжении всей жизни.

7. Действительно ли насилие на телевидении так отрицательно влияет на детей? Разве дети не понимают разницу между фантазией и реальностью?

Росс: Летом 1999 года журнал «Dateline» агентства NBC опубликовал рассказ о четырех подростках из Флориды. В школе и дома они казались совершенно нормальными детьми. Однако организованная ими банда, называвшаяся «Властелины хаоса», совершила несколько актов насилия в городе. После поджогов, актов вандализма и разбоя они убили учителя своей школы.

Теперь, спустя пять лет, один из них в своем интервью рассказывает о тех событиях, и становится ясно, что они совершенно не различали тогда фантазию и реальность. Они воспроизводили то, что ежедневно видели на телеэкране и на видео.

В главе 7 мы рассказали об эксперименте, проведенном Дейвидом Уэлшем, когда он собрал группу малышей перед телевизором. Вначале им показали мультипликацию с персонажем Барни, а затем – фрагмент из известного боевика под названием «Power Rangers». В обоих случаях дети имитировали все, что видели на экране. Наблюдавшие за ними родители вначале умилялись увиденному, а потом пришли в ужас. Это продолжалось всего несколько минут, а представьте себе, как это воздействует на детей, которые смотрят такие видеопрограммы постоянно.

Согласно данным Национального комитета по вопросам насилия на телевидении, каждый ребенок в нашей стране успевает до 18 лет просмотреть, как минимум, 200 000 сцен насилия. А TV Guide утверждает, что американские дети в среднем видят 45 000 сексуальных сцен в период своего детства⁵⁵. Эта статистика позаимствована из замечательной и глубокой книги Дейвида Уэлша «Американские дети на продажу», которую я настоятельно рекомендую прочитать всем родителям.

8. Интернет предлагает массу семейных сайтов и много интересной информации для детей и подростков. Однако я не всегда могу проконтролировать все, что смотрят мои дети. Как мне защитить их от опасной информации в Интернете?

Росс: Во-первых, обратитесь к главе 7, в которой даны некоторые рекомендации по этому вопросу. И не забудьте поместить компьютер на то место в доме, где он будет доступен всем.

Следует также подумать об установке программных фильтров, выводящих на экран содержание информации. Специалисты компании «CNET's SmutBusters» провели испытания нескольких блокирующих устройств на предмет их способности отсеживать неприемлемую информацию и признали «Cyber Patrol» лучшим из всех блокираторов интернетовских сайтов. Фильтры этого типа вводятся в компьютер как обычные компьютерные программы.

Главным неудобством этих систем является сложность их установки, однако достоинства их значительно перевешивают недостатки. Они позволяют охватить, как минимум, девять пользователей, определить время выхода каждого в Интернет и блокировать выход на экран специфической информации – например, имен и адресов, – что поможет оградить детей от сомнительных контактов.

9. Вы говорите, что, когда ваших детей попросили назвать свое любимое место пребывания в школьные годы, то вторым они назвали свой собственный дом (поместив на первое популярное местное кафе). Как вам удалось сделать свой дом таким привлекательным

⁵⁵ David Walsh, *Selling Out America's Children* (Minneapolis: Fairview Press, 1994), 52.

для своих детей и их друзей? Какие виды деятельности и интересные занятия вы можете порекомендовать для подростков и их друзей (исключив телевизор и видео)?

Росс: Мы с женой начали размышлять о подростковых проблемах наших детей, когда они были еще совсем маленькими. В частности, мы решили сделать наш дом местом встречи наших детей с друзьями. Для этого мы оборудовали одну комнату играми, такими, как пинг-понг, и даже завели бассейн.

Пока дети росли, я всегда старался побольше узнать об их друзьях и их родителях. Нам с женой хотелось знать все о друзьях наших детей и их проблемах. Это касалось не только детей, посещающих нашу церковь, но и других, и удавалось нам это в основном в общении с ними на спортплощадках и на школьных мероприятиях.

Когда дети подросли, мы сказали им, что хотели бы видеть у нас в доме их друзей как можно чаще. После совместных игр или каких-либо других занятий мы обычно вместе обедали или ужинали. Мы старались использовать любую возможность, чтобы побеседовать с каждым ребенком, и, видя наш искренний интерес, они охотно рассказывали о себе. Даже сегодня, приезжая в наш город, многие из них навещают нас. Каждый год они присылают нам письма с новостями. Нам всегда доставляло удовольствие общение с друзьями наших детей.

Станет ли ваш дом любимым местом встречи ваших детей со своими друзьями – решать вам. Если да, то у вас много вариантов сделать приятным общение своих детей с друзьями. Но вы не должны оставаться в стороне. Дружеские отношения между вами и друзьями ваших детей скажут им о том, как сильно вы любите своих детей и заботитесь о них.

10. Вы говорите, что ребенок, страдающий от недостатка любви и внимания родителей, имеет слабую мотивацию к познанию, в частности, к учебным занятиям. А разве ребенок, обладающий высоким интеллектом и природной любознательностью, не сможет хорошо учиться? Неужели любовь так важна для успешной учебы?

Росс: У каждого ребенка есть свои эмоциональные потребности, и они должны быть восполнены. Особенно это касается потребности в безусловной любви, так необходимой для успешной учебы. Результат интеллектуального тестирования – нестабильный показатель. Взрослея и развиваясь интеллектуально, ребенок, тем не менее, может снижать показатели теста из-за нарушения его эмоционального питания. Недополучая положительных эмоций, он может не только отставать в учебе, но так никогда и не стать зрелой личностью.

Так же обстоит дело и с любознательностью: она может снижаться и даже совсем исчезнуть, если, опять же, ребенок страдает от недостатка любви. Одна из причин этого состоит в том, что для развития любознательности ребенку требуется определенное количество эмоциональной энергии, которая необходима для поддержания интереса к занятиям. Кроме того, недостаток любви вызывает у ребенка чувство неполноценности и собственной ненужности, что, в свою очередь, вызывает депрессию, тревогу и низкую самооценку, а отсюда пассивность, неспособность сосредоточиться, рассеянность, ухудшение памяти – то есть все атрибуты плохой успеваемости.

Одним словом, успехи в учебе зависят от эмоционального здоровья ребенка ничуть не меньше, чем от его природного интеллекта.

11. Как отражается эмоциональное состояние ребенка на его успеваемости в школе?

Росс: Хотелось бы, чтобы школьная администрация лучше понимала значение эмоционального здоровья детей. Учителя это понимают. Им приходится учить детей, которые не

могут справиться с соответствующей их возрасту учебной нагрузкой из-за своего эмоционального неблагополучия. Что еще хуже, эмоциональная незрелость становится причиной плохого поведения и антисоциальных настроений. Работа в таких условиях становится для многих учителей невыносимой, и они просто не могут дождаться пенсии.

Мы обязаны поддержать наших учителей. На них вся наша надежда в школе, где так много детей, лишенных родительской любви. Родителям таких детей также нужна наша помощь, однако в первую очередь в ней нуждаются школьные учителя. Большинство учителей – по-настоящему преданные своему делу и самоотверженные люди, и я с горечью вижу, как школьная администрация часто просто притесняет их. Многие родители не умеют подготовить своего ребенка к школе в эмоциональном отношении, и учителям приходится с великим трудом тянуть детей, которые вообще не способны успешно учиться на своем возрастном уровне.

Выражая поддержку и заботу нашим школьным учителям, мы делаем это и для наших дорогих детей.

12. Как можно разумно использовать средства массовой информации?

Росс: Признаем, что телевидение предлагает немало хороших программ и фильмов как новых, так и старых, включая классические черно-белые ленты. Нужно только дать детям возможность их увидеть. Можно записывать их, чтобы смотреть в любое время. Особенно мне нравятся телепрограммы на этические и моральные темы, например, старое шоу Энди Гриффита. Надо отметить, что многие старые фильмы очень позитивно подходят к различным жизненным проблемам.

Одна из наших хороших друзей по имени Фредерика, учительница из Пенсаколы во Флориде, рассказала нам недавно яркую и трогательную историю. Одна из ее учениц, семилетняя девочка, отличалась необычайно хорошими манерами, всегда была вежлива и внимательна к старшим и к сверстникам и очень отзывчива ко всем.

Однажды Фредерика сказала девочке: «У тебя такие прекрасные манеры. Наверное, тебя научили этому дома». Эта маленькая девочка ответила: «Нет, я видела это в черно-белых фильмах, и мне понравилось».

Когда Фредерика попросила ее объяснить, девочка сказала, что ей понравилось, как в этих фильмах люди относятся друг к другу, и она старается относиться к другим людям так же. Фредерику поразило то, что такое малое дитя с готовностью отозвалось на позитивную сущность старого кино. Да, правильно выбранные кино- и телепрограммы положительно воздействуют на детей.

13. В чем ценность участия родителей в детских играх?

Росс: Это потрясающе – разделять со своими детьми радость и восторг. Чем больше дел мы делаем вместе, тем больше у нас совместных впечатлений и тем ближе мы становимся друг другу.

Я всегда придавал особое значение тому, чтобы самому принимать участие в детских играх. С каким теплым чувством я вспоминаю сегодня те дни, когда я играл в мяч с сыновьями и дочерью или когда мы все вместе сплавляли лес по реке, а в дождливые дни играли дома. Каким чудесным было наше радостное общение, как глубоко они учились чувствовать и сдерживать себя в неприятные моменты раздражения из-за усталости или из-за проигранной партии.

Каждый из нас вспоминает об этом с нежностью. И сегодня, когда дети уже взрослые и наш семейный круг значительно расширился, мы все равно при встречах продолжаем играть все вместе, как и прежде.

Эпилог

Наша христианская вера не зависит от отношения к нам этого мира – она зависит от того, как мы поступаем в этом мире, отвечая на великую любовь Бога к нам. Иногда я просто вижу Иисуса Христа, взирающего на нас с любовью, и рядом с Ним – огромное множество верующих всех прошлых веков, о которых сказано в Послании к Евреям, 12:1.

Вот что мы должны передать нашим детям. Мы призваны поддерживать их и одобрять всякое их доброе дело и усилие. В этом суть принципа воспитания в общении – активного общения с детьми. Мы, родители, можем и должны защищать наших детей и направлять их на правильный путь. Важнейшим открытием исследований 1999 года, проведенных Научным центром Барны, были ответы, которые дети дали на вопрос «Чего вам хочется больше всего?»⁵⁶ Первым в списке стояла безусловная любовь. Больше всего дети хотят иметь родителей, которые всегда готовы поддержать их!

Вот некоторые фразы, которыми дети выразили свою острую потребность в безусловной любви:

«Хочу, чтобы меня любили независимо от моего поведения».

«Хочу быть вместе с моими родителями».

«Хочу, чтобы мои родители принимали меня таким, какой я есть».

На второе место дети поставили желание более близкого общения с родителями, а на третье – желание проводить как можно больше времени с родителями. Все это показывает, что дети лишены родительского внимания, в котором они так нуждаются.

Дети также хотят, чтобы родители больше уважали их. Дети очень болезненно относятся к своему личному достоинству, и здесь многое зависит именно от родителей.

И последнее. Дети подчеркнули свое настоятельное желание понимать смысл и цель жизни. Молодые люди сегодня ищут духовный смысл жизни на самых разных путях. Итак, все пять самых глубоких желаний наших детей подразумевают главное – они остро нуждаются в безусловной любви и понимании цели своей жизни.

Следует особо отметить, что все участники опроса жаждут эмоциональной близости с родителями. Многие дети сегодня одиноки в собственном доме и ищут единения, защищенности и взаимопонимания. Они ищут доверия и преданности внутри своей семьи.

Согласно данным исследования, больше всего дети боятся развода родителей. Им очень хочется видеть любовь и уважение родителей друг к другу, а вместо этого многим детям приходится страдать от насилия и одиночества и жить под гнетом страха в собственной семье.

Вы можете никогда не узнать, как ваши дети ответили бы на эти вопросы, но вы должны сделать все, чтобы атмосфера в вашем доме и взаимоотношения между членами вашей семьи удовлетворяли глубинные потребности ваших детей, чтобы был заложен надежный фундамент их будущей взрослой жизни.

Главная цель родителей – помочь нашим детям войти во взрослую жизнь зрелыми людьми. Однако это не делается вдруг, по достижении определенного возраста (18–21 года), а происходит постепенно. Как мы строим свой воспитательный процесс, как мы готовим детей к самостоятельной жизни, чем мы наполняем жизнь детей – болью или радостью – на эти вопросы мы должны ответить. И успех воспитания, и степень готовности детей к

⁵⁶ George Barna, “Inward, Outward and Upward: Ministry That Transforms Lives”, report of the Barna Research Group (Ventura, Calif.: 1999), 18–23.

взрослой жизни в огромной степени зависят от глубины нашей неизменной любви к ним, всегда, изо дня в день.

Когда бы наши дети ни покидали нас, пусть совсем ненадолго или, напротив, надолго, уходя во взрослую жизнь, – они всегда должны уносить в своих сердцах любовь и уверенность, которые мы вложили в них. Им необходимо это прочное основание, на котором они будут строить свою жизнь и возрасть в зрелости. Мы, активные и любящие родители, должны вести детей к взрослой жизни с любовью, укореняя в них чувство защищенности, постоянно ободряя и поддерживая их.

Дорогие мои коллеги-родители, давайте же будем учить наших детей быть зрелыми людьми, давайте же будем для них источниками того, в чем они так сильно нуждаются.

Я обещаю вам, что воспитание в любви при поддержке и заботе принесет прекрасные плоды, потому что относиться к ребенку именно так – все равно что давать воду иссушенной земле, которая потом начинает цвести. А дети ваши, возрастая в любви и благословении, сами станут источниками надежды и помощи для других.

Руководство по изучению

Глава 1. Два подхода к воспитанию

1. В какой степени такие внешние факторы, как школа, средства массовой информации, общественность и даже церковная община, препятствуют привитию у ребенка уважения к вашим собственным ценностям? Насколько это осложняет ваш родительский труд?

2. Замечаете ли вы, что иногда вам бывает трудно передавать ребенку любовь, которую вы к нему испытываете? А когда вы пытаетесь делать это, ребенок не всегда ее воспринимает. Как это характеризует ваши взаимоотношения с ребенком?

3. Исходя из опыта вашей семьи, советов друзей или прочитанных вами книг, какой из двух воспитательных подходов вам ближе: ставящий во главу угла реакцию родителей на поведение ребенка или удовлетворение его эмоциональных потребностей в процессе доверительного общения с ним?

4. Родители Мэри не понимали, что главная душевная потребность их дочери так и осталась неудовлетворенной. Проанализируйте четыре краеугольных камня эффективного воспитания и скажите, каким из них вы уделяете недостаточно внимания?

5. В каких из этих четырех ключевых аспектов вы чувствуете себя наиболее уверенно? В чем вы видите причину этого: в понимании вами нужд ребенка, в вашем серьезном желании удовлетворять их или в том и другом?

Глава 2. Почему все это произошло с нами?

1. Помните ли вы случаи, независимо от вашего родительского возраста, когда общество помогало вам и поддерживало систему ваших ценностей как воспитателей своих детей? Что бы вы могли предложить, чтобы компенсировать недостаток помощи и поддержки со стороны общества?

2. Какое впечатление производят на вас бихевиористские теории модификации поведения? Какую роль сыграл акцент на поведенческом факторе в вашей практике воспитания?

3. В связи с предыдущим вопросом, что было первичным в вашей практике: методы поощрения и наказания или забота об эмоциональных потребностях вашего ребенка? Как вы представляете себе взаимодействия активного общения с ребенком и удовлетворения его эмоциональных потребностей?

4. Как вы думаете, почему дети из христианских семей, исповедовавшие личное посвящение Христу, ведут себя недостойно? Не побуждает ли это вас к пересмотру своих воспитательных методов?

5. Не кажется ли вам, что такие воспитательные методы, как вознаграждение и наказание, теряют свою действенность по мере вхождения детей в подростковый возраст и далее? Почему эти средства оказываются неспособными корректировать поведение детей?

Глава 3. Первый краеугольный камень: воспитание в любви

1. Выражаете ли вы свою любовь к детям так, как находите правильным лично вы или принимаете во внимание и их ожидания? Учитывая возраст ребенка, постарайтесь узнать, что в вашем поведении позволяет ему чувствовать себя любимым, и попытайтесь не забывать об этом в повседневной жизни.

2. Почему вы считаете, что безусловная любовь помогает вам избежать излишней строгости и излишней снисходительности в общении с ребенком? Почему дети больше уважают родителей, которые на первое место ставят безусловную любовь, а дисциплину прилагают к ней?

3. Разработайте свой план повседневного выражения своей любви к ребенку независимо от его поведения. Наблюдая за общим состоянием и поведением ребенка, постарайтесь понять, пополняется ли его эмоциональная емкость. Вспомните связанные с этим позитивные факторы, которые перечислены в этой главе.

4. Физические контакты многообразны и действуют на ребенка благотворно. Составьте перечень ситуаций и обстоятельств, имеющих отношение к эмоциональным потребностям ребенка и его чувствам, в которых физический контакт, выражающий вашу любовь, будет вполне уместен.

5. Зрительный контакт и безраздельное внимание к ребенку очень важны для его правильного развития. Не забывайте об этом.

Пересмотрите даты в своем календаре так, чтобы больше времени проводить с ребенком и заботиться о его нуждах.

Глава 4. Второй краеугольный камень: умение приучать к дисциплине

1. Опишите мотивации, соответствующие излишней снисходительности и излишней строгости. В чем природа различных страхов, сопровождающих оба эти подхода? Каковы возможные результаты при каждом из них?

2. Наказание является негативным средством дисциплинирования, автор же предлагает несколько позитивных вариантов. Насколько эффективны, с вашей точки зрения, следующие: личный пример, научение и устные внушения? Составьте план активного применения этих методов на практике.

3. Припомните случаи проявления враждебности или непослушания со стороны вашего ребенка. Не кроется ли истинная причина этого в недооценке вами эмоциональных потребностей ребенка? Как можно справиться с подобным поведением в будущем?

4. Часто ли вы, как и многие другие родители, прибегаете к приказу вместо просьбы? Не кажется ли вам, что просьбы могут подорвать ваш авторитет? Почему мягкость нельзя отождествлять со слабостью, и какие положительные результаты дает просьба в отличие от приказа?

5. Укажите позитивные и негативные стороны физического наказания. В каких случаях вы прибегали к нему в прошлом?

Глава 5. Третий краеугольный камень: физическая и эмоциональная безопасность

1. Доверьте ребенку принять какое-нибудь важное для него решение, требующее тщательного обдумывания. Попросите его выразить свои мысли и чувства по этому поводу и помогите ему принять это решение самостоятельно и обдуманно. Насколько верны ценности и принципы, которыми ребенок при этом пользуется?

2. Как вы преподнесите ребенку концепцию цельности человеческой личности? Хорошо ли он понимает такие нравственные ценности, как честность, верность слову и готовность брать на себя ответственность? Убедитесь в том, что ваш ребенок имеет четкое представление об их значении в реальной жизни.

3. Мы даем ответы детям и отдаем им приказания, однако редко делимся с ними своими мыслями. Когда в следующий раз вы будете говорить своему ребенку о важных и дорогих для вас ценностях, расскажите ему, о чем вы думаете, разъясните ему свою позицию, выслушайте его мнение и ответьте на его вопросы.

4. Как лучше всего подводить ребенка к самостоятельному принятию решений? Побеседуйте с ребенком о последствиях этого шага и о взаимосвязи между долгом и привилегиями. Как вы объясните ребенку, что вы действительно желаете его скорейшей самостоятельности?

5. Постарайтесь вспомнить, какие обстоятельства или события прошлой недели могли бы стать «учебным пособием» для вашего ребенка? Напишите, как, по вашему мнению, эти ситуации можно было обернуть на благо ребенка. Постарайтесь предвидеть возможные ситуации на будущей неделе и будьте готовы как можно лучше использовать их для обучения ребенка.

Глава 6. Четвертый краеугольный камень: умение контролировать гнев

1. Что произойдет, если вы запретите ребенку выражать свой гнев словами или начнете изливать на него свой гнев? Возможно ли использовать гнев ребенка в позитивном направлении, чтобы воспитать его зрелым человеком?

2. Как вы понимаете пассивно-агрессивное поведение? Почему его так трудно распознать и понять? В чем вы видите его основную причину?

3. Как лучше всего реагировать на гнев ребенка, чтобы избежать пассивно-агрессивного поведения с его стороны?

4. Оцените свое умение справляться с гневом ребенка в свете следующих трех требований: не осуждать его; фокусировать внимание на его хороших поступках; позволять ему выражать свой гнев позитивными средствами. Что у вас получается, и в чем ваши слабые стороны?

5. Как вы поступаете, когда ваш ребенок в гневе? Стараетесь ли вы уйти от конфликта или выходите из себя и сами впадаете в гнев? Как это отражается на поведении ребенка? Как можно разорвать этот порочный круг?

Глава 7. Масс-медиа против родителей

1. Проанализируйте, сколько времени посвящают ваши дети средствам массовой информации и каково содержание просмотренного и прослушанного ими материала, включая телепрограммы, видеоигры, компьютер, музыку, кинофильмы и печатную продукцию. Как вы оцениваете качество всей этой информации и как она может повлиять на ребенка?

2. Каково влияние телевидения и кинематографа на формирование отношения вашего ребенка к окружающему миру? Какую реакцию вызывают у него определенные программы, фильмы, актеры? Какой вывод можно сделать о влиянии масс-медиа на нравственное развитие вашего ребенка?

3. Просмотрите список рекомендаций по правильному использованию телевидения. Что, по вашему мнению, может стать надежной альтернативой вредному воздействию телевидения на ребенка? Выберите три наилучших варианта и предложите их ребенку в следующем месяце.

4. При возникновении разногласий по поводу телепрограмм или фильмов, постарайтесь найти время для совместного просмотра с детьми тех программ, которые кажутся вам сомнительными, но нравятся детям. Обсудите их содержание и попытайтесь понять точку зрения каждого ребенка.

5. Составьте список, как минимум, из трех книг, теле- и видеопрограмм, кинофильмов, которые, по вашему мнению, полезны для нравственного развития детей. Постарайтесь заинтересовать ребенка своим выбором, а затем купите, возьмите в прокат, одолжите эти материалы и предложите ребенку, объяснив при этом, почему вы хотите, чтобы он прочел или просмотрел их, и пообещайте ребенку обсудить вместе все это.

Глава 8. Духовное воспитание детей

1. Почему невозможно воспитывать ребенка духовно, не удовлетворив прежде его эмоциональные потребности? Может ли ребенок познать любовь Бога, если прежде он не познал вашу любовь? И как можно объединить оба процесса: наполнение эмоциональной емкости ребенка и его духовное воспитание?

2. Какой негативный опыт должен приобрести ваш ребенок и какие негативные эмоции испытать, чтобы лучше понять чудесную истину о том, что Бог любит его и заботится о нем? Побеседуйте с ребенком о всевозможных препятствиях, которые могут возникнуть на пути его духовного роста.

3. Рассказывайте ребенку о своем духовном обращении и о других сторонах своего духовного опыта, которые он сможет правильно понять. Пусть ваш ребенок увидит вашу веру в то, что Бог – фундамент всей жизни и источник всего доброго для человека.

Попытайтесь соотнести ваш прошлый опыт с желаниями и потребностями ребенка, чтобы он был полезен ему.

4. Ваш ребенок должен знать, о чем вы молитесь, какие нужды своей семьи и других людей вы приносите Богу. Делитесь ли вы своими молитвенными просьбами с вашими близкими? И хотя это непросто, пригласите ребенка молиться вместе с вами за общие нужды семьи. Благодарите Бога друг за друга.

5. Охотно ли ваш ребенок слушает рассказы о Библии и чтение из нее? Знакомство с Библией очень важно для ребенка, так как в ней источник утешения, радости, надежды. Рассказывайте детям библейские истории, знакомьте их с библейскими обетованиями, молитвами, наставлениями, то есть с тем, что Бог приготовил лично для каждого из них.

Глава 9. Страх, тревога, депрессия

1. По мнению автора, более опытные и старшие по возрасту родители могут помочь менее опытным в решении проблем подростковой депрессии. Обратитесь к более опытным родителям за советом по поводу волнующих вас вопросов.

2. Депрессия может быть предотвращена в доме, где царит спокойная, уютная и любящая атмосфера, приправленная долей доброго юмора. А каков семейный климат в вашем доме? Влияет ли отсутствие или присутствие кого-нибудь из членов семьи на настроение вашего ребенка?

3. Определите разницу между негативным и позитивным чувством тревоги. В чем недостатки того и другого? Могут ли позитивная тревога или даже позитивный стресс быть полезными для ребенка?

4. Почему так сложно диагностировать депрессию у детей? Просмотрите внимательно весь список симптомов, и если вы найдете хотя бы один из них у своего ребенка, поговорите с супругом и с самим ребенком, чтобы разобраться в своих подозрениях. Ответьте на вопрос: свидетельствуют ли эти признаки даже о слабой депрессии?

5. Если семье так необходима любящая и добрая атмосфера, то от каких негативных явлений (слов, типов отношений, воздействий друг на друга) следует отказаться дома и даже вне дома, чтобы свести возможность депрессии у ребенка к минимуму? Подумайте о том,

что может вызвать его интерес и доставить ему удовольствие, и используйте все доступные средства, чтобы удовлетворить потребности неповторимой личности вашего ребенка.

Глава 10. Мотивация поведения ребенка

1. Каков общий уровень мотивированности вашего ребенка? Энергичен ли он, готов ли брать на себя ответственность или пассивен и склонен жаловаться? Как воздействуют склонности и привычки ребенка на формирование его общего отношения к окружающему миру?

2. Иногда мы не умеем распознать действующие в нас стимулы, потому что не понимаем сути связанных с ними подсознательных мотиваций. Начните с себя: все ли ваши собственные мотивации ориентированы на хорошие поступки и достойные цели? Побеседуйте с ребенком о его желаниях и стремлениях и о возможности их корректировки.

3. Почему сложнее всего обстоит дело с мотивациями у тех взрослых, которые в детстве, казалось бы, были активно ориентированы на успех, на которых оказывалось давление, которых воспитывали поощрениями, наказаниями, угрозами и которые страдали от чувства вины? В какой мере все эти факторы препятствуют достижению успеха в жизни? Какой важный и действенный компонент был здесь упущен?

4. Почему достижение ребенком эмоциональной зрелости – умения справляться с тревогой, стрессом, переменой обстановки – так важно для успешной учебы? Каким образом недостаток любви и поддержки со стороны родителей влияет на учебный процесс, ухудшая внимание и снижая активность ребенка?

5. Если ребенок хочет заняться каким-либо хорошим делом, он должен проявить инициативу. Как можно развивать и поддерживать эту инициативу? Помните, что ребенок вначале может отвергать то, что впоследствии окажется нужным и полезным для него.