

Ю.Б. Гиппенрейтер  
**ОБЩАТЬСЯ  
С РЕБЕНКОМ**

**ЛИДЕР  
ПРОДАЖ**

**КАК?**



# Юлия Борисовна Гиппенрейтер Общаться с ребенком. Как?

*Текст предоставлен издательством «АСТ»  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=130203](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=130203)  
Общаться с ребенком. Как?: АСТ, Астрель, Харвест; Москва; 2008  
ISBN 978-5-17-052715-1, 978-5-271-20891-1, 978-985-16-5630-7*

## **Аннотация**

Издание 6-е.

Малыш, который получает полноценное питание и хороший медицинский уход, но лишен полноценного общения со взрослым, плохо развивается не только психически, но и физически: он не растет, худеет, теряет интерес к жизни. «Проблемные», «трудные», «непослушные» и «невозможные» дети, так же как дети «с комплексами», «забитые» или «несчастливые» – всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье. Книга Юлии Борисовны Гиппенрейтер нацелена на гармонизацию взаимоотношений в семье, ведь стиль общения родителей сказывается на будущем их ребенка!

## Содержание

Предисловие к 6-му изданию	4
Предисловие к 5-му изданию	5
Предисловие ко 2-му изданию	6
Можно ли что-то поправить? Как?	7
Часть 1	10
Урок 1	10
Домашние задания	22
Урок 2	25
Домашние задания	32
Урок 3	33
Домашние задания	50
Вопросы родителей	51
Урок 4	52
Домашние задания	76
Конец ознакомительного фрагмента.	77

# Юлия Гиппенрейтер

## Общаться с ребенком. Как?

### Предисловие к 6-му изданию

Эта книга повторяет текст предыдущих ее изданий без изменений. Однако в ней гораздо больше рисунков, к тому же цветных. Обычно иллюстрации помогают лучше понять то, что выражено словами. Они пробуждают интерес и лучше запоминаются. Как оказалось, многие родители читают эту книгу вместе с детьми, и картинки очень помогают в их совместных обсуждениях и разборах случаев. Надеюсь, в этом новом виде книга понравится читателям всех возрастов.

Приношу глубокую благодарность художницам Валерии Хмара и Полине Егорушкиной, творчески воплотившим в рисунках многие интересные и трудные моменты общения детей и взрослых.

*Проф. Ю. Б. Гиппенрейтер, апрель 2008 год*

## Предисловие к 5-му изданию

Этот выпуск повторяет предыдущие издания книги без изменений.

Меня очень радует постоянное стремление родителей улучшать свои взаимоотношения с детьми. Читатели часто обращаются с просьбой написать «больше» или «что-нибудь еще». Эти просьбы вдохновляют и заставляют думать об углублении и расширении главных тем, которым посвящена эта книга. Надеюсь, в скором будущем мне удастся выполнить пожелания читателей.

Хочется добавить, что все ответы на вопросы «Как...?», которые вы здесь находите, относятся не только к отношениям с ребенком, но и к взаимоотношениям взрослых между собой. Очень важно, чтобы в семье каждый умел по-настоящему слушать, искренне выражать свои эмоции, мирно разрешать конфликты, уважать уникальность и достоинство другого. Невозможно создать правильные отношения с ребенком, если нет мирной и доброжелательной атмосферы в семье в целом.

Я нередко слышу от близкого друга: «Напиши в своей книжке, что мужья – те же дети», а знакомые женщины добавляют: «И жены – тоже!». И они правы в том смысле, что гуманные принципы общения универсальны для всех возрастов. Если вы еще не женаты или у вас еще нет детей, а тем более если они у вас есть, самое время позаботиться друг о друге и о гармоничных отношениях между собой. Тогда вы станете создателями атмосферы, которая необходима для развития личности ребенка – и вашей тоже.

Очень надеюсь, что эта книга поможет вам в этом.

*Проф. Ю. Б. Гиппенрейтер, август 2006*

## Предисловие ко 2-му изданию

Первое издание этой книги быстро разошлось, что подтвердило огромную потребность наших читателей в приобретении знаний и практических навыков, которые помогают лучше общаться с детьми.

Восхищает исключительная готовность людей серьезно трудиться для создания психологического благополучия своих детей и семей, несмотря на экономические катаклизмы и стрессы нашей современной жизни. Специалисты «помогающих профессий» – практические психологи, психотерапевты, социальные работники и педагоги, число которых сейчас быстро растет, стали незаменимыми участниками этого процесса.

Автору было приятно и важно получить доброжелательные отзывы о практической пользе книги от разных кругов читателей – родителей и учителей, упомянутых специалистов, работающих с семьями и детьми, преподавателей, обучающихся этих специалистов, и даже (что было особенно приятной неожиданностью) от самих детей-подростков.

Положительный прием книги заставил продолжать думать над ее содержанием: что еще было бы полезно в нее включить?

Некоторые результаты этих размышлений нашли отражение в настоящем издании. Прежде всего в него вошел совсем новый материал, посвященный «слоям» нашей эмоциональной жизни, самооценке и ее решающей роли в жизни ребенка и взрослого. Это составило содержание нового, десятого урока. В нем же систематизируются практические выводы из всех предыдущих уроков.

Далее, в книгу включены несколько новых боксов с описанием исследований и примеров, которые помогают обогатить содержание соответствующих уроков (см. уроки 4, 9 и 10).

Наконец, нужно отметить новое художественное оформление настоящего издания.

Хочу принести искреннюю благодарность художнику Г. А. Карасевой за чуткое отношение ко всем пожеланиям автора и их мастерское творческое воплощение в рисунках и макете книги.

Моя неизменная глубокая благодарность Т. В. Сорокиной за огромный кропотливый труд по литературному редактированию обоих изданий книги, а также за постоянный энтузиазм, который был для меня большой поддержкой в процессе работы над книгой.

*Проф. Ю. Б. Гиппенрейтер Москва, 1997 г.*

## Можно ли что-то поправить? Как? (Предисловие к 1-му изданию)

- Как построить нормальные отношения с ребенком?
- Как заставить его слушаться?
- Можно ли поправить отношения, если они совсем зашли в тупик?

Практика воспитания изобилует подобными «вечными» вопросами. Может ли психология помочь родителям, учителям, воспитателям в их решении?

**Безусловно, может.** В последние десятилетия психологи сделали ряд замечательных открытий. Одно из них – о значении стиля общения с ребенком для развития его личности.

Теперь уже стало бесспорной истиной, что общение так же необходимо ребенку, как и пища. Малыш, который получает полноценное питание и хороший медицинский уход, но лишен постоянных контактов со взрослым, плохо развивается не только психически, но и физически: он не растет, худеет, теряет интерес к жизни.

Анализ многочисленных случаев смерти младенцев в домах ребенка, проведенный в Америке и Европе после Первой мировой войны, – случаев, необъяснимых с одной лишь медицинской точки зрения, – привел ученых к выводу: причина – неудовлетворенная потребность детей в психологическом контакте, то есть в уходе, внимании, заботе со стороны близкого взрослого.

Этот вывод произвел огромное впечатление на специалистов всего мира: врачей, педагогов, психологов. Проблемы общения стали еще больше привлекать внимание ученых.

Если продолжить сравнение с пищей, то можно сказать, что общение может быть не только здоровым, но и вредоносным. Плохая пища отравляет организм; неправильное общение «отравляет» психику ребенка, ставит под удар его психологическое здоровье, эмоциональное благополучие, а впоследствии, конечно, и его судьбу.

«Проблемные», «трудные», «непослушные» и «невозможные» дети, так же, как дети «с комплексами», «забытые» или «несчастные» – всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье.

Мировая практика психологической помощи детям и их родителям показала, что даже очень трудные проблемы воспитания вполне разрешимы, если удастся восстановить благоприятный стиль общения в семье.

Основные черты этого стиля определились в результате огромной работы психологов-гуманистов, теоретиков и практиков. Один из основателей гуманистической психологии – известный американский психолог Карл Роджерс – назвал его **«лично-центрированным»**, то есть ставящим в центр внимания личность того человека, с которым ты сейчас общаешься.

Гуманистический подход к человеку и человеческим взаимоотношениям составил идейную основу этой книги. Он противостоит авторитарному стилю воспитания детей, который долгое время бытовал в наших школах и семьях. Гуманизм в воспитании основан прежде всего на понимании ребенка – его нужд и потребностей, на знании закономерностей его роста и развития его личности. Стиль общения, с которым вы познакомитесь в этой книге, базируется на таких знаниях.

Прежде чем приступить к основному содержанию, сообщу об одной очень важной закономерности, обнаруженной практическими психологами.

Оказалось, что большинство тех родителей, которые обращаются за психологической помощью по поводу трудных детей, сами в детстве страдали от конфликтов с собственными родителями. Специалисты пришли к выводу, что стиль родительского взаимодей-

ствия **непроизвольно «записывается»** (запечатлевается) в психике ребенка. Это происходит очень рано, еще в дошкольном возрасте, и, как правило, бессознательно.

Став взрослым, человек воспроизводит его как естественный. Таким образом из поколения в поколение происходит социальное наследование стиля общения: большинство родителей воспитывают своих детей так, как их самих воспитывали в детстве.

«Со мной никто не возился, и ничего, вырос», – говорит папа, не замечая, что вырос-то он как раз человеком, который не считает нужным и не умеет заниматься с сыном, наладить с ним теплые дружеские отношения.

Другая часть родителей более или менее осознает, в чем именно заключается правильное воспитание, но на практике испытывает трудности. Бывает, что теоретическая разъяснительная работа, проводимая психологами и педагогами из лучших побуждений, приносит родителям вред: они узнают, что делают «все не так», пытаются вести себя по-новому, быстро «срываются», теряют уверенность в своих силах, винят и клеймят себя, а то и выливают раздражение на детей.

Из всего сказанного следует сделать вывод: родителей надо не только просвещать, но и **обучать** способам правильного общения с детьми.

Этим и стали заниматься практические психологи.

Обучаться, конечно, лучше всего в живом общении. Во многих странах уже не одно десятилетие существуют «курсы общения» для родителей. Только в США через такие курсы прошли сотни тысяч матерей, отцов, а также учителей. И снова открытие: оказалось, что многие родители гораздо более готовы к изменению стиля общения в семье, чем предполагали психологи. В результате обучения взрослые не только смогли прекратить «холодную войну» с детьми, но и установили с ними глубокое взаимопонимание.

О другом замечательном результате сообщают родители, которые успели пройти курсы до наступления у их детей «переходного возраста».

Они вовсе не нашли этот возраст трудным – ни для себя, ни для своих детей.

В нашей стране курсы общения для родителей (их еще называют «группами» или «тренингами») тоже стали приобретать все большую популярность, хотя их, конечно, все еще слишком мало, чтобы удовлетворить огромную накопившуюся потребность в практических психологических знаниях.

Долгое время наши читатели были также лишены книг по практической психологии. В этом смысле мы сильно отстаем от западных стран, где в последние десятилетия изданы десятки практических руководств для родителей и учителей.

Несколько лет назад я задалась целью освоить одну из самых популярных программ тренинга общения, разработанных в США Томасом Гордоном и изложенных в его книгах «Р.Е.Т. Parent Effectiveness Training» (1970)<sup>1</sup> и «Т.Е.Т Teacher Effectiveness Training» (1975).<sup>2</sup> В результате проведения многочисленных групп с родителями и учителями удалось собрать материал для этой книги. Она сохраняет общую схему программы Т. Гордона, но вместе с тем дополнена идеями и практическими приложениями, разработанными другими авторами в зарубежной и отечественной психологии (из отечественных ученых – прежде всего Л. С. Выготским, А. Н. Леонтьевым, П. Я. Гальпериным).

Некоторые теоретические взгляды я старалась излагать так, чтобы они были созвучны русской культуре, соответствовали уровню и характеру знаний наших родителей и учителей, соотносились с их установками, нормами и ценностями. Почти все примеры, помещенные в этой книге, взяты из российской действительности, хотя подчас они удивительным образом повторяют эпизоды, которые находишь в американских книжках по этой тематике.

---

<sup>1</sup> Тренинг родительской эффективности (англ.).

<sup>2</sup> Тренинг учительской эффективности (англ.).

Мне хотелось сделать эту книгу полезным практическим руководством как для участников тренингов, так и для тех, кто хочет или вынужден осваивать искусство общения самостоятельно. Поэтому первая часть написана в форме уроков и включает упражнения, вопросы и примеры.

Каждый урок содержит небольшой, но важный, а подчас и трудный для усвоения материал. Необходимо делать задания к урокам, а не только читать их текст. Очень важно почувствовать и пережить первые успехи в ваших практических пробах после каждого урока, и только потом двигаться дальше. Постепенно вы станете обнаруживать чудесные перемены в вашей ситуации с ребенком, даже если вначале она казалась безнадежной.

В книге вы также найдете популярное изложение некоторых научных сведений, результатов исследований и экспериментов, а также письма родителей, которые иллюстрируют темы наших практических занятий. Чтобы не нарушать линейное движение по урокам, мы решили оформить этот материал в виде отдельных блоков – «боксов». Их можно читать и независимо от текста уроков.

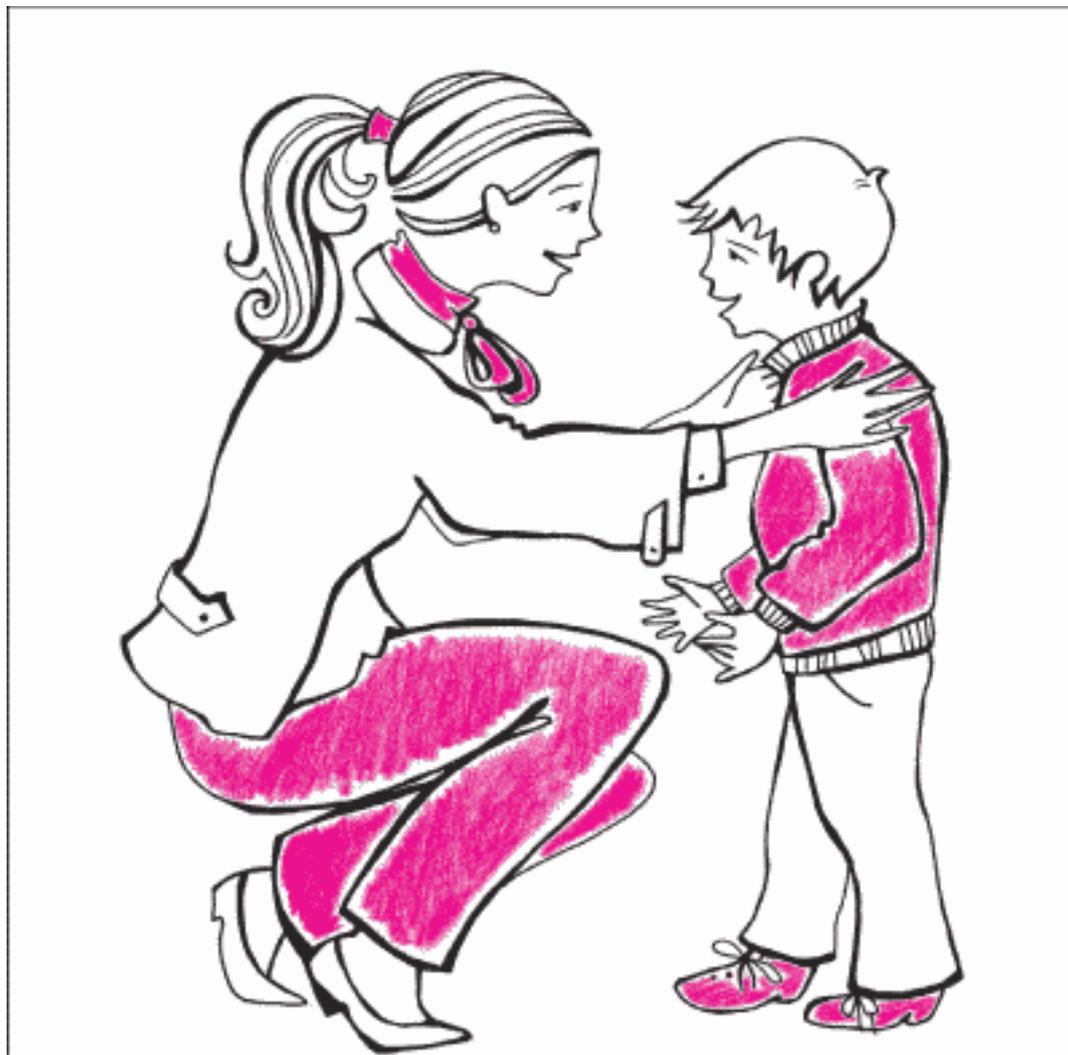
В ходе подготовки книги родилась идея включить часть, посвященную «трудному» переходному возрасту – теме, составляющей не менее половины всех жалоб и обращений за помощью. В ней вы найдете описание одной реальной истории помощи «трудному подростку», и мы вместе сделаем попытку провести анализ как бы в обратном направлении: от живого процесса к конкретным знаниям и навыкам, которые и составили содержание всех наших предыдущих занятий, и таким образом еще раз убедиться в их действенности.

В заключение я очень хочу поблагодарить всех, кто участвовал в наших тренингах: родителей, учителей, воспитателей школ и детских садов, студентов психологического факультета и слушателей спецпотока МГУ.

Вы искренне делились своими проблемами, переживаниями, пробами, ошибками – и снова пробами. Малейший успех каждого из вас поддерживал и вдохновлял остальных, и многие к концу наших занятий достигали глубоких сдвигов в понимании себя и своих детей. Ваши поиски и успехи, напряженный душевный труд нашли отражение в этой книге и, я надеюсь, вдохновят вступить на этот путь многих и многих других родителей, педагогов и воспитателей.

*Проф. Ю. Б. Гиппенрейтер Москва, 1995 г.*

## Часть 1 Уроки общения с ребенком



### Урок 1 Безусловное принятие

**Что это такое? Воспитание – не дрессура  
Потребность в принадлежности • Результаты неприятия • Трудности  
и их причины • Домашние задания • Вопросы родителей**



Начиная наши систематические занятия, хочу познакомить вас с одним общим принципом, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными. Он и будет для нас отправной точкой. Принцип этот – **безусловное принятие**.

Что он означает?

**Безусловно принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!**

Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня

хорошего, пока ты не перестанешь... (лениться, драться, грубить), не начнешь... (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)».

Приглядимся: в этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают **условно**, что его любят (или будут любить) **«только если...»**. Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Пятиклассник из Молдовы нам пишет: «А за что тогда любить ребенка? За лень, за невежество, за неуважение к старшим? Извините, но я это не понимаю! Своих детей я буду любить, только если...».

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания – главные воспитательные средства. Похвалишь ребенка – и он укрепится в добре, накажешь – и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства. Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится. Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка – это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексы.

\* \* \*

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть **нужности другому**, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение – необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе...».



*Я люблю, когда ты дома.*

Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И, между прочим, не только ребенку, но и взрослому.



*Ты мне нравишься. Мне хорошо, когда мы вместе. Я рада тебя видеть.*

Конечно, ребенку подобные знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они его **питают эмоционально**, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

*Мать одной пятилетней девочки, обнаружив у дочери симптомы невроза, обратилась к врачу. В разговоре выяснилось, что однажды дочь спросила: «Мама, а какая самая большая неприятность была у вас с папой до моего рождения?». «Почему ты так спрашиваешь?» – удивилась мать. «Да потому, что потом ведь самой большой неприятностью у вас стала я», – ответила девочка.*



*Ты сама сказала, что тебе без меня лучше...*

Попробуем представить, сколько же десятков, если не сотен раз слышала эта девочка, прежде чем прийти к подобному заключению, что она «не такая», «плохая», «всем надо-едает», «сущее наказание»... И все пережитое воплотилось в ее неврозе.



*Я же о тебе забочусь... Ради твоей же пользы...*

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. Как-то в «Учительской газете» было опубликовано покаянное письмо матери: она с опозданием поняла, что нанесла душевную рану своему сыну. Мальчик ушел из дома, написав в записке, чтобы его не искали: «Ты сама сказала, что тебе без меня лучше». Вот ведь как буквально понимают нас дети! Они искренни в своих чувствах, и наделяют абсолютной искренностью любую фразу, сказанную взрослым. Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к обобщению: «Меня не любят». Доводы родителей типа: «Я же о тебе забочусь» или «Ради твоей же пользы» дети не слышат. Точнее, они могут услышать слова, но не их смысл. У них своя, эмоциональная, бухгалтерия. Тон важнее слов, и если он резкий, сердитый или просто строгий, то вывод всегда однозначный: «Меня не любят, не принимают». Иногда это оформляется для ребенка не столько в слова, сколько в ощущение себя плохим, «не таким», несчастливым.

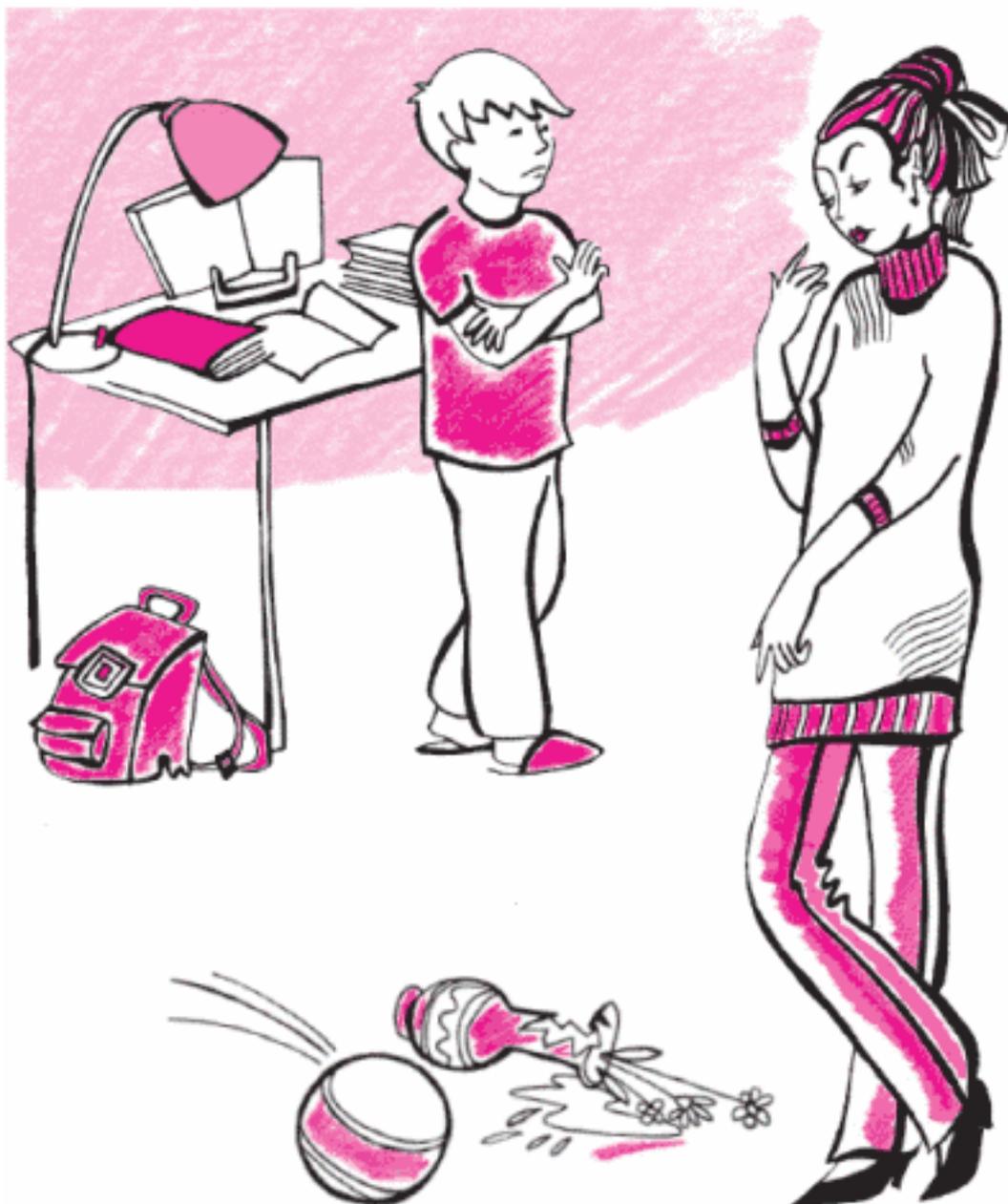
\* \* \*

Давайте посмотрим, во что развивается «комплекс неприятия» по мере взросления детей. Вот отрывок из письма четырнадцатилетней девочки.

*«Я не верю, что с матерью могут быть дружеские отношения. У меня самые нелюбимые дни – это суббота и воскресенье. Мама в эти дни меня ругает. Если бы она со мной, вместо того чтобы орать, говорила по-человечески, я бы ее лучше поняла... Ее тоже можно понять, она хочет сделать из меня хорошего человека, а получает несчастного. Мне надоело так жить. Прошу у вас помощи! Помогите мне!!!».*



Обида, одиночество, а порой и отчаяние звучат в письмах других ребят. Они рассказывают о том, что родители с ними «не дружат», никогда не говорят «по-человечески», «тычут», «орут», используют только повелительные глаголы: «сделай!», «убери!», «принеси!», «помой!». Многие дети уже не надеются на улучшение обстановки дома и ищут помощи на стороне. Обращаясь в редакцию газет и журналов («Помогите!», «Что мне делать?», «Не могу дальше так жить!»), все дети до одного меняют имена, не приводят обратного адреса. «Если родители узнают – прибьют». И через все это порой пробиваются нотки теплой детской заботы о родителях: «Как ее успокоить?», «Им тоже трудно», «Ее тоже можно понять...». Правда, так пишут в основном дети до тринадцати-четырнадцати лет. А те, кто постарше, уже очерствели. Они просто не хотят видеть родителей, не хотят находиться с ними под одной крышей.



### Часто родители спрашивают:

*«Если я принимаю ребенка, значит ли это, что я не должна никогда на него сердиться?»*

Отвечаю. Нет, не значит. Скрывать и тем более копить свои негативные чувства ни в коем случае нельзя. Их надо выражать, но выражать особым образом. И об этом мы будем много говорить позже. А пока обращаю ваше внимание на следующие правила:

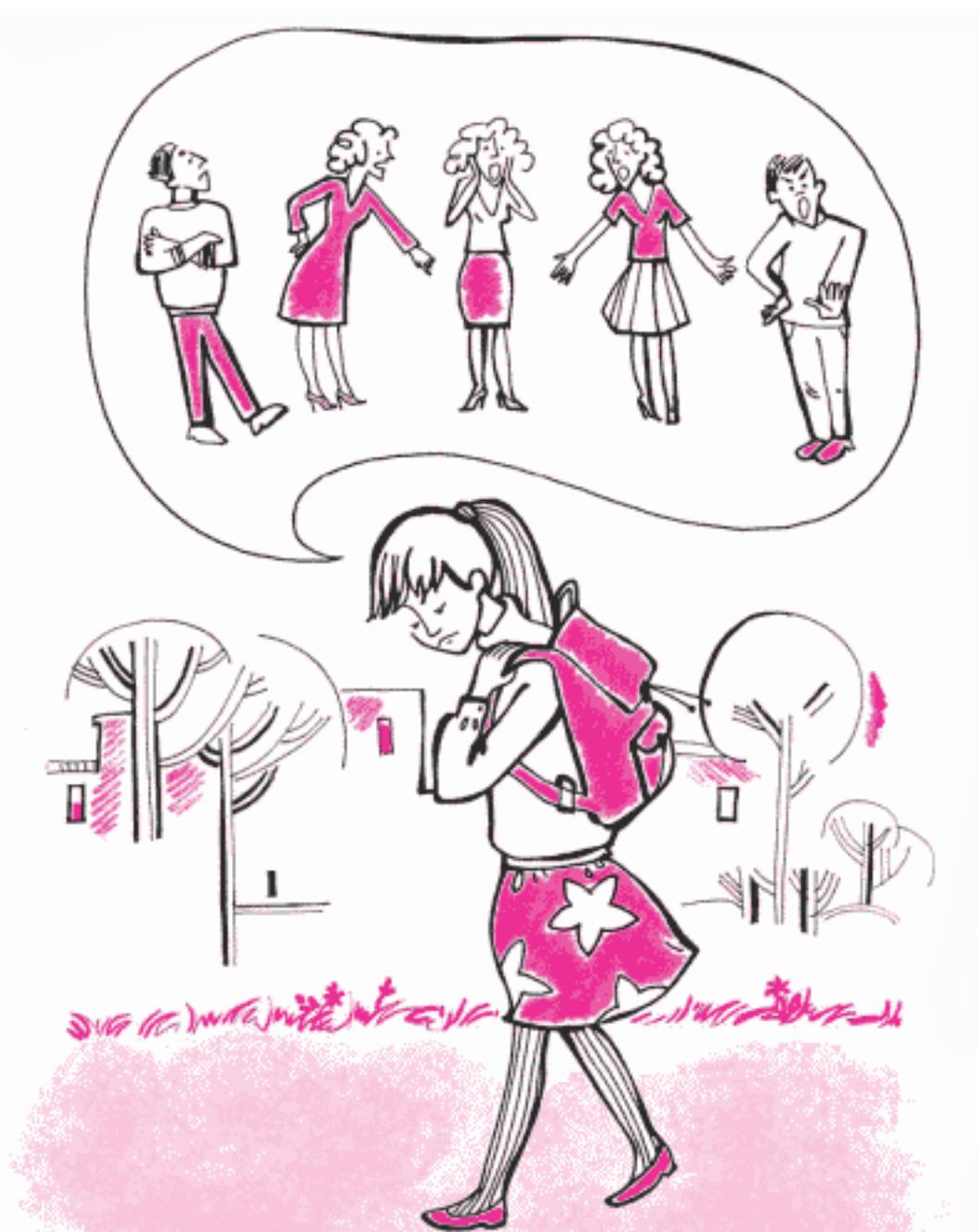
► **Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.**

► Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания.

► Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.

Пишет десятиклассница:

*«Я часто читала в журналах и газетах, что, мол, больше внимания надо уделять детям. Глупости. Я, да и многие мои сверстники, рады при малейшей возможности остаться одним. Идешь и думаешь: „Хоть бы их не было дома...“. В воскресенье в голове: „Господи, лучше лишний день учиться!“.*



А что чувствуют родители? Как им живется? У них не меньше горечи и обид: «Не жизнь, а одно мучение...», «Иду домой как на поле битвы», «По ночам перестала спать – все плачу...».

Поверьте, даже если дело дошло до таких крайностей, крайностей для обеих сторон, еще не все потеряно: родители могут вернуть мир в семью. Но для этого надо начинать с себя. Почему с себя? Потому что у взрослых больше знаний, способности контролировать себя, больше жизненного опыта.

Конечно, и родители нуждаются в помощи. Я надеюсь, что эту помощь вы будете получать в ходе наших занятий. А сейчас давайте попробуем понять, **какие причины** мешают родителям безусловно принимать ребенка и показывать ему это.

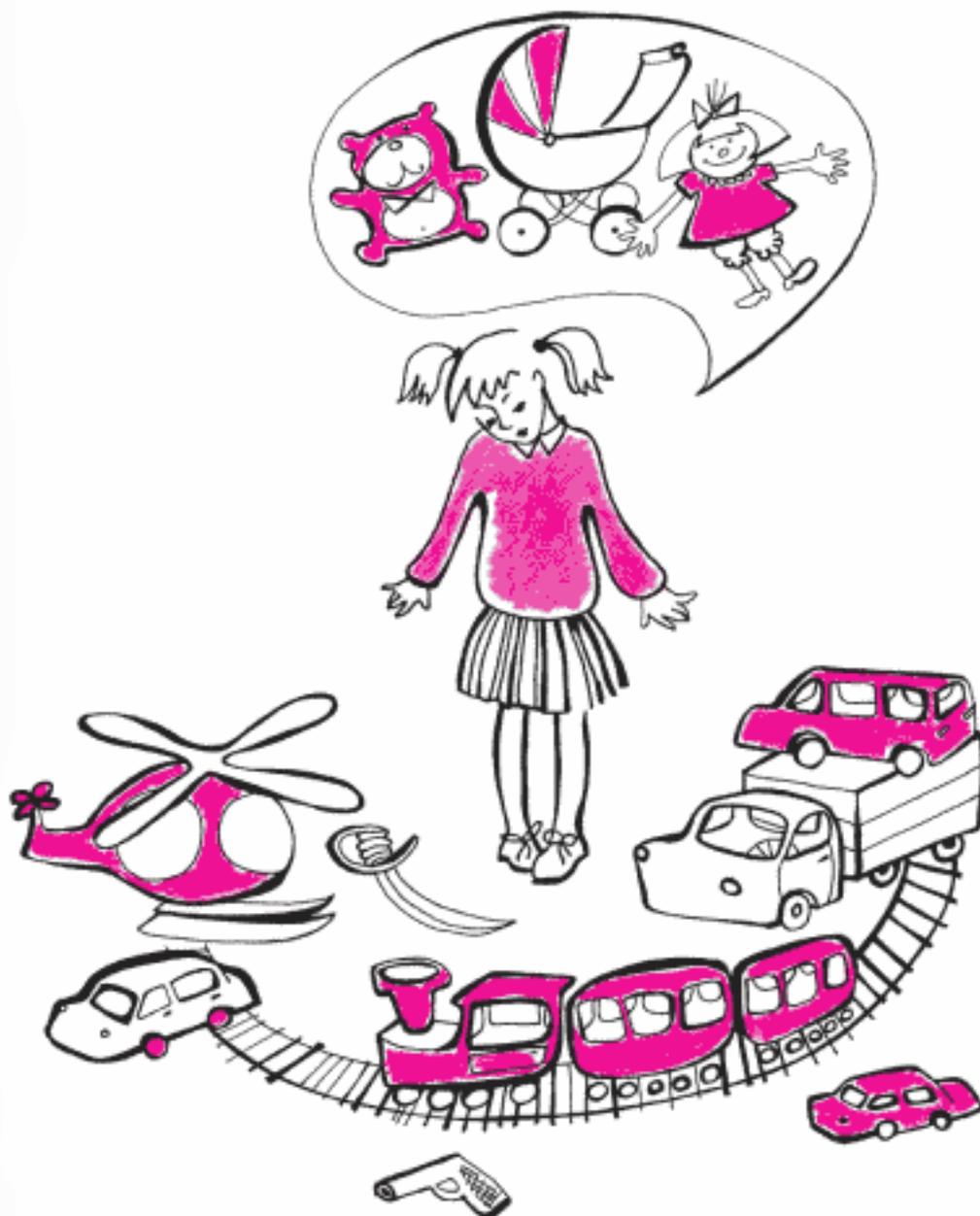
\* \* \*

Пожалуй, главная из них – это **настрой на «воспитание»**, о котором речь уже шла выше.

Вот типичная реплика одной мамы. «Как же я буду его обнимать, если он еще не выучил уроки? Сначала дисциплина, а потом уже хорошие отношения. Иначе я его испорчу».

И мама встает на путь критических замечаний, напоминаний, требований. Кому из нас не известно, что вероятнее всего сын отреагирует всевозможными отговорками, оттягиваниями, а если приготовление уроков – старая проблема, то и открытым сопротивлением. Мама из, казалось бы, резонных «педагогических соображений» попадает в заколдованный круг, круг взаимного недовольства, нарастающего напряжения, частых конфликтов.

Где же ошибка? Ошибка была в самом начале: дисциплина **не до, а после** установления добрых отношений, и только на базе них. Что и как для этого делать, мы будем обсуждать позже. А сейчас упомяну о других возможных причинах эмоционального неприятия или даже отталкивания ребенка. Иногда родители о них не подозревают, иногда их осознают, но стараются заглушить свой внутренний голос.



Причин таких много. Например, ребенок появился на свет, так сказать, незапланированным. Родители его не ждали, хотели пожить «в свое удовольствие»; вот и теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка. Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые его жесты или выражения лица вызывают у нее глухую неприязнь.



Скрытая причина может стоять и за усиленным «воспитательным» настроением родителя. Ею может быть, например, стремление компенсировать свои жизненные неудачи, неосуществившиеся мечты или желание доказать супругу и всем домашним свою крайнюю необходимость, незаменимость, «тяжесть бремени», которое приходится нести.

Иногда в таких случаях сами родители нуждаются в помощи консультанта. Но все равно, первый шаг можно и нужно сделать: самостоятельно задуматься о возможной причине своего неприятия ребенка. А следующими шагами будут задания, к которым мы и подошли.

## Домашние задания

### Задание первое

Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка. Для этого в течение дня (а лучше двух-трех дней) постарайтесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько – с отрицательными (упреком, замечанием, критикой). Если количество отрицательных обращений равно или перевешивает число положительных, то с общением у вас не все благополучно.

## Задание второе



Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок? А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он приходит домой из школы и вы показываете, что рады его видеть. Представили? Теперь вам легче будет сделать это на самом деле,

до всяких других слов и вопросов. Хорошо, если вы продолжите эту встречу в том же духе в течение еще нескольких минут. Не бойтесь «испортить» его в течение этих минут, это совершенно немислимо.

### **Задание третье**

Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются). *Примечание:* Неплохо то же делать и по отношению ко взрослым членам семьи.

### **Задание четвертое**

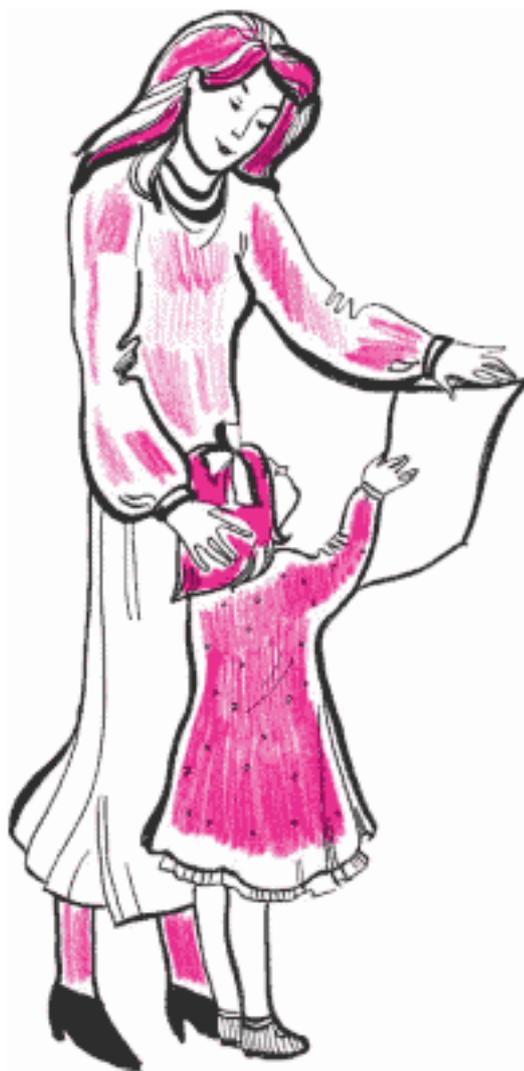
Выполняя два предыдущих задания, обратите внимание на реакции ребенка, да и на свои собственные чувства тоже.

## Урок 2 Помощь родителей. Осторожно!

*Как быть, если ребенок делает «не то»?  
Вмешательство родителей и реакции детей.  
Проблема ошибок. Правило 1. Домашние задания*



На первом уроке вы познакомились с принципом, который можно считать основой наших отношений с ребенком – безоценочным, безусловным его принятием. Мы говорили о том, как важно постоянно сообщать ребенку, что он нам нужен и важен, что его существование для нас – радость.



*Важно постоянно сообщать ребенку, что его существование для нас – радость.*

Сразу возникает вопрос-возражение: легко следовать этому совету в спокойные моменты или если все идет хорошо. А если ребенок делает **«не то»**, **не слушается**, раздражает? Как быть в этих случаях?

\* \* \*

Мы будем отвечать на этот вопрос по частям. На этом уроке разберем ситуации, в которых ваш ребенок чем-то занят, что-то делает, но делает, по вашему мнению, «не так», плохо, с ошибками.

Представьте себе картину: малыш увлеченно возится с мозаикой. Получается у него не все как надо, мозаинки рассыпаются, перемешиваются, не сразу вставляются, да и цветочек получается «не такой». Вам хочется вмешаться, научить, показать. И вот вы не выдерживаете: «Подожди, – говорите вы, – надо не так, а вот так». Но ребенок недовольно отвечает: «Не надо, я сам».



Другой пример. Второклассница пишет письмо бабушке. Вы заглядываете ей через плечо. Письмо трогательное, да вот только почерк корявый, да и ошибок много: все эти знаменитые детские «ищю», «сонце», «чюствую». Как же не заметить и не поправить? Но ребенок после замечаний расстраивается, скисает, не хочет писать дальше.



Однажды мать заметила уже довольно взрослому сыну: «Ой, как у тебя получается неуклюже, ты бы сначала научился...» Это был день рождения сына, и он в приподнятом настроении азартно танцевал со всеми – как умел. После этих слов он сел на стул и мрачно просидел весь остаток вечера, мать же обиделась на его обиду. День рождения был испорчен.



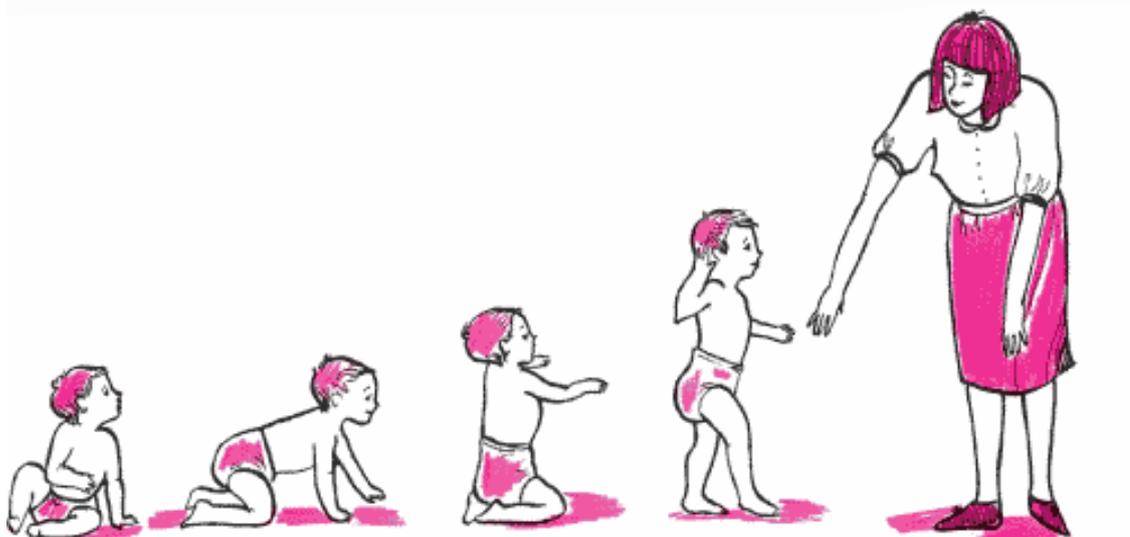
Вообще разные дети по-разному реагируют на родительские «не так»: одни грустнеют и теряются, другие обижаются, третьи бунтуют: «Раз плохо, не буду вообще!» Как будто бы реакции разные, но все они показывают, что детям не по нраву такое обращение. Почему?

Чтобы лучше это понять, давайте вспомним себя детьми.

Как долго у нас самих не получалось написать букву, чисто подмести пол или ловко забить гвоздь? Теперь эти дела нам кажутся простыми. Так вот, когда мы показываем и навязываем эту «простоту» ребенку, которому на самом деле **трудно**, то поступаем несправедливо. Ребенок вправе на нас обижаться.

Посмотрим на годовалого малыша, который учится ходить. Вот он отцепился от вашего пальца и делает первые неуверенные шаги. При каждом шаге с трудом удерживает равновесие, покачивается, напряженно двигает ручонками. Но он доволен и горд. Мало кому из родителей придет в голову поучать: «Разве так ходят? Смотри, как надо!» Или: «Ну что ты

все качаешься? Сколько раз я тебе говорила, не маши руками. Ну-ка пройди еще раз, и чтобы все было правильно!»



*Малыш доволен уже тем, что у него что-то получается, ведь он уже «идет», пусть пока нетвердо.*

Комично? Нелепо? Но так же нелепы с психологической точки зрения любые критические замечания, обращенные к человеку (ребенку или взрослому), который учится что-либо делать сам.

### Четыре результата учения

Ваш ребенок чему-то учится. Общий итог будет состоять из нескольких частных результатов. Назовем четыре из них.

**Первый**, самый очевидный – это знание, которое он получит, или умение, которое он освоит.

**Второй** результат менее очевиден: это тренировка общей способности учиться, то есть учить самого себя.

**Третий** результат – эмоциональный след от занятия – удовлетворение или разочарование, уверенность или неуверенность в своих силах.

Наконец, **четвертый** результат – след на ваших взаимоотношениях с ним, если вы принимали участие в занятиях. Здесь итог также может быть либо положительным (остались довольны друг другом), либо отрицательным (пополнилась копилка взаимных недовольств).

Запомните: родителей подстерегает опасность ориентироваться только на первый результат (выучился? научился?) Ни в коем случае не забывайте об остальных трех. **Они гораздо важнее.**

Так что, если ваш ребенок строит из кубиков странный «дворец», лепит собачку, похожую на ящерицу, пишет корявым почерком или не очень складно рассказывает о фильме, но при этом увлечен или сосредоточен, – не критикуйте, не поправляйте его. А если вы еще и проявите искренний интерес к его делу, то почувствуете, как усилится взаимное уважение и принятие друг друга, так необходимые и вам, и ему.



Предвижу вопрос: как же научить, если не указывать на ошибки?

Да, знание ошибок полезно и часто необходимо, но указывать на них нужно с особой осторожностью. Во-первых, не стоит замечать каждую ошибку, во-вторых, ошибку лучше обсудить потом, в спокойной обстановке, а не в тот момент, когда ребенок увлечен делом, наконец, замечания всегда надо делать на фоне общего одобрения.

И в этом искусстве нам стоит поучиться у самих детей. Спросим себя: знает ли порой ребенок о своих ошибках? Согласитесь, часто знает – так же, как ощущает нетвердость шагов годовалый малыш. А как он к этим ошибкам относится? Оказывается, более терпимо, чем взрослые. Почему? А он доволен уже тем, что у него что-то получается, ведь он уже «идет», пусть пока нетвердо. К тому же он догадывается, завтра получится лучше! Мы, родители, замечаниями хотим скорее добиться лучших результатов. А получается часто совсем наоборот.

*Как-то отец одного девятилетнего мальчика признался: «Я так придирчиво отношусь к ошибкам сына, что отбил у него всякую охоту учиться чему-нибудь новому. Когда-то мы с ним увлекались сборкой моделей. Теперь он делает их сам, и делает прекрасно. Однако застрял на них: все модели да модели. А вот какое-нибудь новое дело ни за что не хочет начинать. Говорит: не смогу, не получится – и чувствую, это оттого, что я его совсем закритиковал».*

Надеюсь, теперь вы готовы принять правило, которым стоит руководствоваться в тех ситуациях, когда ребенок чем-то занят самостоятельно. Назовем его **Правилом 1**.

**Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!».**

## **Домашние задания**

### **Задание первое**

Представьте себе круг дел (можно даже составить их список), с которыми ваш ребенок в принципе может справиться самостоятельно, хотя и не всегда совершенно.

### **Задание второе**

Для начала выберите из этого круга несколько дел и постарайтесь ни разу не вмешаться в их выполнение. В конце одобрите старания ребенка, несмотря на их результат.

### **Задание третье**

Запомните две-три ошибки ребенка, которые вам показались особенно досадными. Найдите спокойное время и подходящий тон, чтобы поговорить о них.

## Урок 3 «Давай вместе!»

**Если ему трудно. Правило 2. Закон «зоны ближайшего развития» и что бывает, если его не учитывать. Пример с чтением. Правило 2 с разъяснениями. Двухколесный велосипед. «Зеница ока» и две опасности. Домашние задания. Вопросы родителей**



На предыдущем уроке мы говорили о том, как важно оставлять ребенка в покое, если он хочет делать что-то сам и делает это с удовольствием (Правило 1).

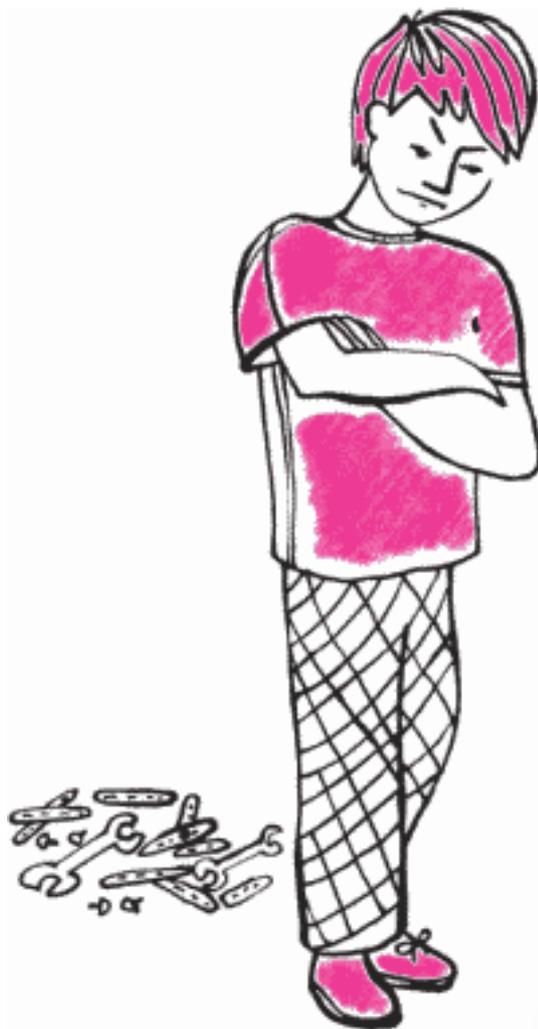
Другое дело, если он натолкнулся на серьезную трудность, с которой он не может справиться. Тогда позиция невмешательства не годится, она может принести только вред.

*Отец одиннадцатилетнего мальчика рассказывает: «Подарили мы Мише на день рождения конструктор. Он обрадовался, сразу стал его собирать. Было воскресенье, и я играл с младшей дочкой на ковре. Через пять минут слышу: „Пап, не получается, помоги“. А я ему в ответ:*

*„Ты что, маленький? Сам разбирайся“. Миша погрузнел и скоро бросил конструктор. Так с тех пор к нему и не подходит».*



Почему родители часто отвечают так, как ответил Мишин отец? Скорее всего, из лучших побуждений они хотят приучить детей быть самостоятельными, не бояться трудностей.



Бывает, конечно, и другое: некогда, неинтересно, или родитель сам не знает, как надо. Все эти «педагогические соображения» и «уважительные причины» – главные препятствия на пути выполнения нашего **Правила 2**. Давайте его запишем сначала в общем виде, а позже – более подробно, с разъяснениями.

**Если ребенку трудно и он готов принять  
вашу помощь, обязательно помогите ему.**

Очень хорошо начать со слов «**Давай вместе**». Эти волшебные слова открывают ребенку дверь в область новых умений, знаний и увлечений.





На первый взгляд может показаться, что Правила 1 и 2 противоречат друг другу. Однако противоречие это кажущееся. Просто они относятся к разным ситуациям. В ситуациях, где применимо Правило 1, ребенок о помощи не просит и даже протестует, когда ее оказывают. Правило 2 используют, если ребенок либо прямо просит о помощи, либо жалуется, что у него «не выходит», «не получается», что он «не знает как», либо вообще оставляет начатое дело после первых неудач. Любое из этих проявлений – сигнал о том, что ему **необходимо помочь**.

\* \* \*

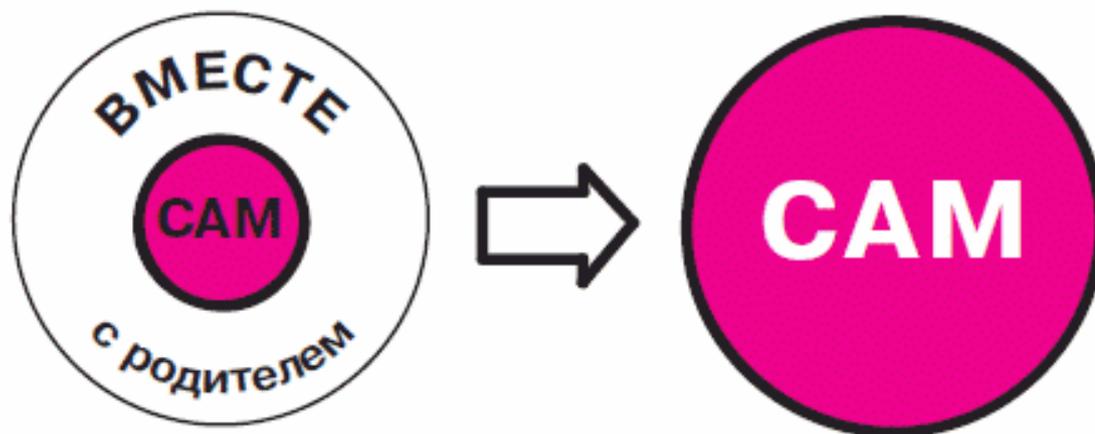
Наше Правило 2 – не просто добрый совет. Оно опирается на психологический закон, открытый выдающимся психологом Львом Семеновичем Выготским. Он назвал его **«зоной ближайшего развития ребенка»**. Глубоко убеждена, что каждый родитель должен непременно знать об этом законе. Расскажу о нем вкратце.

Известно, что в каждом возрасте для каждого ребенка существует ограниченный круг дел, с которыми он может справиться сам. За пределами этого круга – дела, доступные для него только при участии взрослого или же недоступные вообще.

Например, дошкольник уже может сам застегнуть пуговицы, вымыть руки, убрать игрушки, но он не может хорошо организовать свои дела в течение дня. Вот почему в семье дошкольника так часто звучат родительские слова «Пора», «Теперь мы будем», «Сначала поедем, а потом...»

Давайте нарисуем простую схему – один круг внутри другого. Маленький круг будет обозначать все дела, с которыми ребенок справляется сам, а зона между границами малого и большого круга – дела, которые ребенок делает только вместе со взрослым. За пределами большого круга окажутся задачи, которые сейчас не под силу ни ему одному, ни вместе со старшими (рис. 3.1).

а)



б)

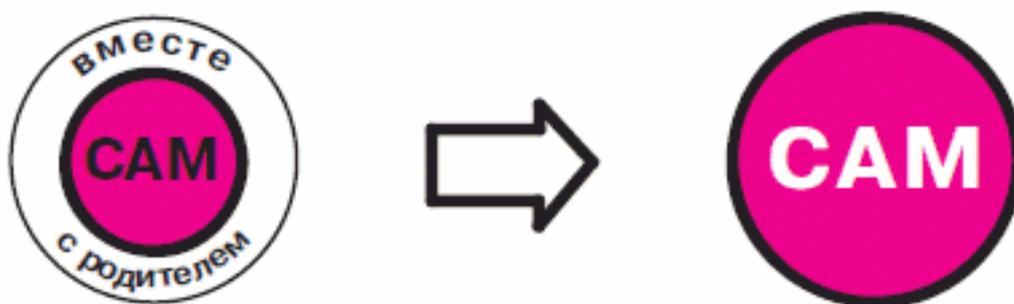


Рис. 3.1

Вот теперь можно объяснить, что открыл Л. С. Выготский. Он показал, что по мере развития ребенка круг дел, которые он начинает выполнять самостоятельно, увеличивается за счет тех дел, которые он раньше выполнял вместе со взрослым, а не тех, которые лежат за пределами наших кругов. Другими словами, **завтра ребенок будет делать сам то, что сегодня он делал с мамой**, и именно благодаря тому, что это было «с мамой». Зона дел **вместе** – это золотой запас ребенка, его потенциал на ближайшее будущее. Вот почему ее назвали **зоной ближайшего развития**. Представим себе, что у одного ребенка эта зона широкая (рис. 3.1-а), то есть родители с ним много занимаются, а у другого узкая (рис. 3.1-б), так как родители часто предоставляют его самому себе. Первый ребенок будет развиваться быстрее, чувствовать себя увереннее, успешнее, благополучнее.





Теперь, я надеюсь, вам станет более понятно, почему оставлять «из педагогических соображений» ребенка одного там, где ему трудно, – грубая ошибка. Это значит не учитывать основной психологический закон развития.

Надо сказать, что дети хорошо чувствуют и знают, в чем они сейчас нуждаются. Как часто они просят: «Поиграй со мной», «Пойдем погуляем», «Давай повозимся», «Возьми меня с собой», «А можно я тоже буду?» И если у вас нет действительно серьезных причин для отказа или отсрочки, ответ пусть будет только один «Да!».



А что бывает, когда родители регулярно отказывают? Приведу в качестве иллюстрации разговор в психологической консультации.

**МАТЬ:** У меня ребенок какой-то странный, наверное, ненормальный. Недавно сидим мы с мужем на кухне, разговариваем, а он открывает дверь и прямо на нас с палкой идет, и прямо бьет.

**КОНСУЛЬТАНТ:** А как вы с ним обычно проводите время?

**МАТЬ:** С ним-то? Да никак не провожу. А когда мне? Дома все кручусь по хозяйству. А он хвостом ходит – поиграй да поиграй со мной. А я ему: «Да отстань ты, сам играй, тебе что, игрушек не хватает?»

**КОНСУЛЬТАНТ:** А муж ваши, он с ним играет?

**МАТЬ:** Что вы! Муж как придет с работы, так сразу на диван и в телевизор...

**КОНСУЛЬТАНТ:** А ваш сын к нему подходит?

**МАТЬ:** Конечно, подходит, но он его прогоняет: «Не видишь, я устал, иди к матери!»



Так ли уж удивительно, что отчаявшийся мальчик перешел «к физическим методам воздействия»? Его агрессия – реакция на ненормальный стиль общения (точнее, не-общения) с ним родителей. Подобный стиль не только не способствует развитию ребенка, но порой становится причиной его серьезных эмоциональных проблем.

\* \* \*

Теперь посмотрим на каком-нибудь конкретном примере, как применять Правило 2.

Известно, есть дети, которые **не любят читать**. Их родители справедливо огорчаются и пытаются любыми способами приучить ребенка к книге. Однако часто ничего не получается.

*Одни знакомые родители жаловались, что их сын совсем мало читает. Оба хотели, чтобы он вырос образованным и начитанным человеком. Они были очень занятые люди, поэтому ограничивались тем, что доставали «самые интересные» книги и выкладывали их сыну на стол. Правда, они еще напоминали, и даже требовали, чтобы тот сел читать. Однако мальчик равнодушно проходил мимо целых стоп приключенческих и фантастических романов и отправлялся на улицу играть с ребятами в футбол.*

Есть более верный способ, который открыли и постоянно переоткрывают родители: **читать вместе с ребенком**. Во многих семьях читают вслух дошкольнику, еще не знакомому с буквами. Но некоторые родители продолжают это делать и потом, когда их сын или дочь уже ходят в школу. Сразу замечу, что на вопрос: «Как долго надо читать вместе с ребенком, уже научившимся складывать буквы в слова?» – однозначно ответить нельзя. Дело в том, что скорость автоматизации чтения у всех детей разная (это связано с индивидуальными особенностями их головного мозга). Поэтому важно в трудный период освоения чтения помочь ребенку увлечься содержанием книги.



На родительских курсах одна мать поделилась тем, как ей удалось пробудить интерес к чтению у своего девятилетнего сына:

*«Вова не очень любил книги, читал он медленно, ленился. А из-за того, что мало читал, не мог научиться читать быстро. Вот и получалось что-*

*то вроде заколдованного круга. Что делать? Решила его заинтересовать. Стала выбирать интересные книги и читать ему на ночь. Он забирался в кровать и ждал, когда я закончу свои домашние дела.*

*Читали – и оба увлекались: что будет дальше? Уже пора свет гасить, а он: «Мамочка, ну пожалуйста, ну еще одну страничку!». А мне самой интересно... Тогда договаривались твердо: еще пять минут – и все. Конечно, он ждал с нетерпением следующего вечера. А иногда и не дожидался, дочитывал рассказ до конца сам, особенно если мало оставалось. И уже не я ему, а он мне говорил: «Прочти обязательно!» Я, конечно, старалась прочитать, чтобы вместе вечером новый рассказ начать. Так постепенно он начал брать книгу в руки, и теперь, бывает, его не оторвешь!».*



Эта история – не только прекрасная иллюстрация того, как родитель создал зону ближайшего развития для своего ребенка и помог ее освоить. Он также убедительно показывает: когда родители ведут себя сообразно описанному закону им легко сохранять дружеские благожелательные отношения с детьми.



Мы подошли к тому чтобы записать **Правило 2** целиком.

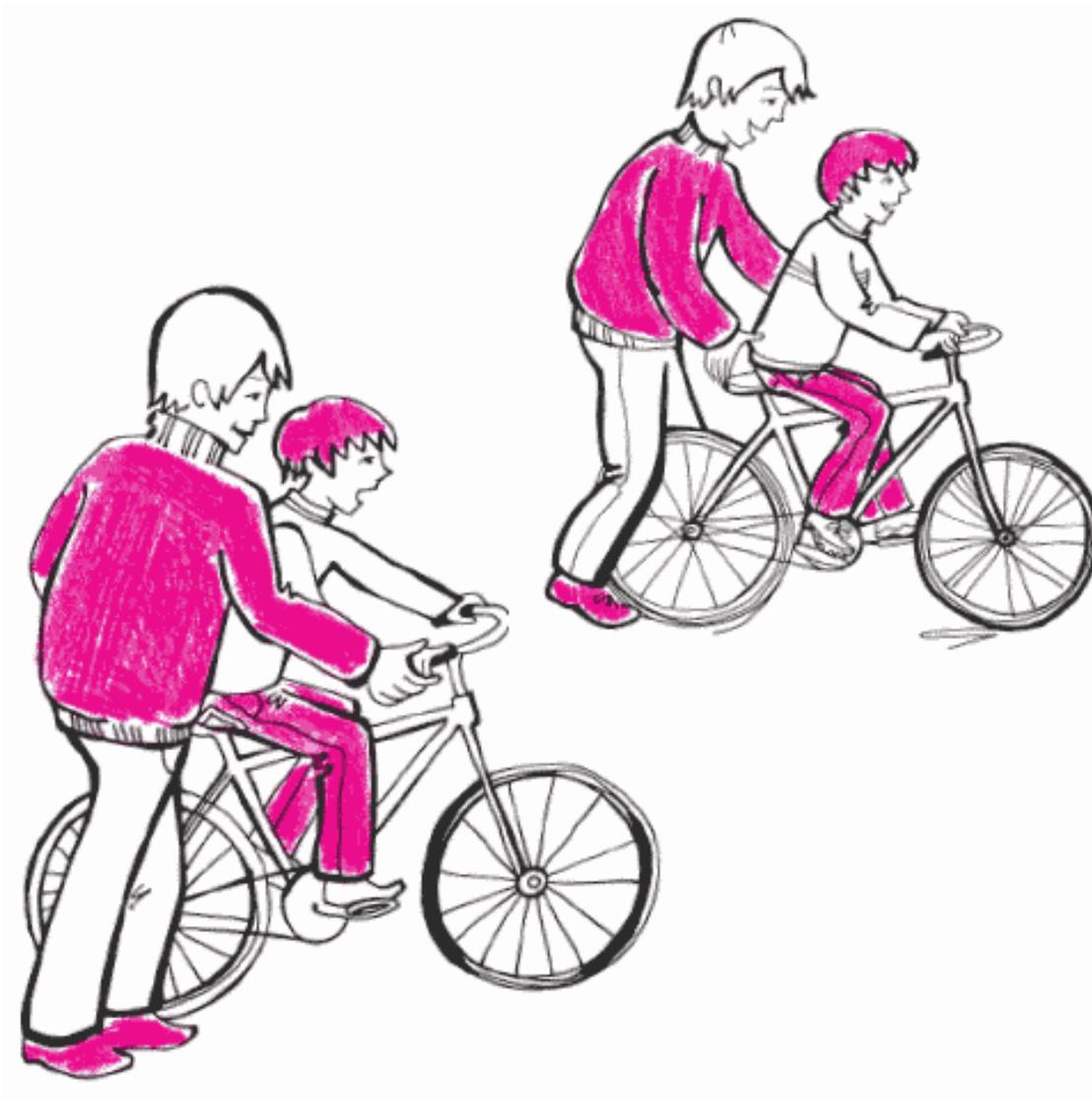
**Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом:**

▶ **Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.**

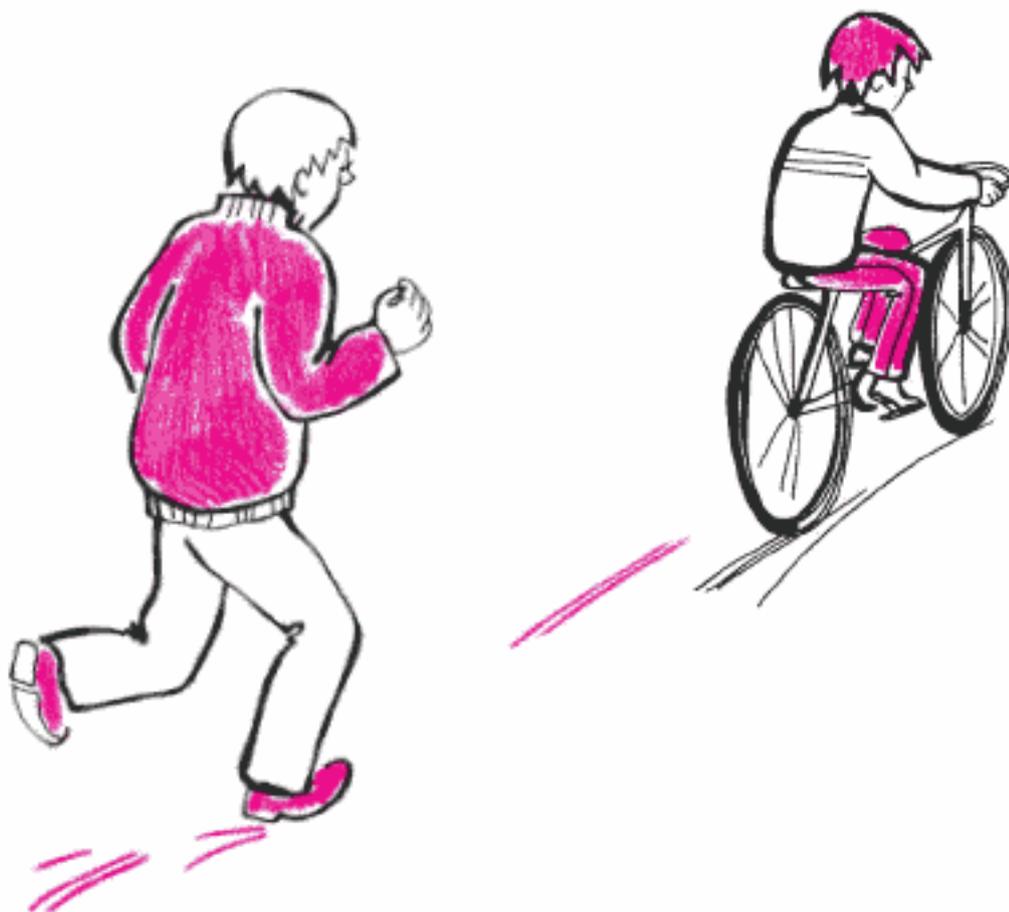
▶ **По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.**

Как видите, теперь Правило 2 объясняет, **как именно** помогать ребенку в трудном деле. Следующий пример хорошо иллюстрирует смысл дополнительных пунктов этого правила.

\* \* \*



Многим из вас, наверное, доводилось учить ребенка кататься на двухколесном велосипеде. Обычно начинается с того, что ребенок садится в седло, теряет равновесие и норовит упасть вместе с велосипедом. Вам приходится, схватив одной рукой руль, другой седло, удерживать велосипед в вертикальном положении. На этом этапе почти все делаете вы сами: вы везете велосипед, а ребенок лишь неумело и нервно пытается крутить педали. Однако через некоторое время вы обнаруживаете, что он начал сам выправлять руль, и тогда вы постепенно ослабляете свою руку.



Еще через некоторое время оказывается, что вам можно оставить руль и бежать сзади, лишь поддерживая седло. Наконец, вы чувствуете, что можете временно отпустить седло, давая ребенку проехать самостоятельно несколько метров, хотя готовы подхватить его снова в любую минуту. И вот настает момент, когда он уверенно едет сам!

Если присмотреться к любому новому делу, которое дети осваивают с вашей помощью, многое окажется похожим. Обычно дети **активны**, и они постоянно стремятся **взять на себя то**, что делаете вы.

Если, играя с сыном в электрическую железную дорогу, отец вначале составляет рельсы и подключает к сети трансформатор, то через некоторое время мальчик стремится сделать все это сам, да еще укладывает рельсы каким-нибудь своим интересным способом.



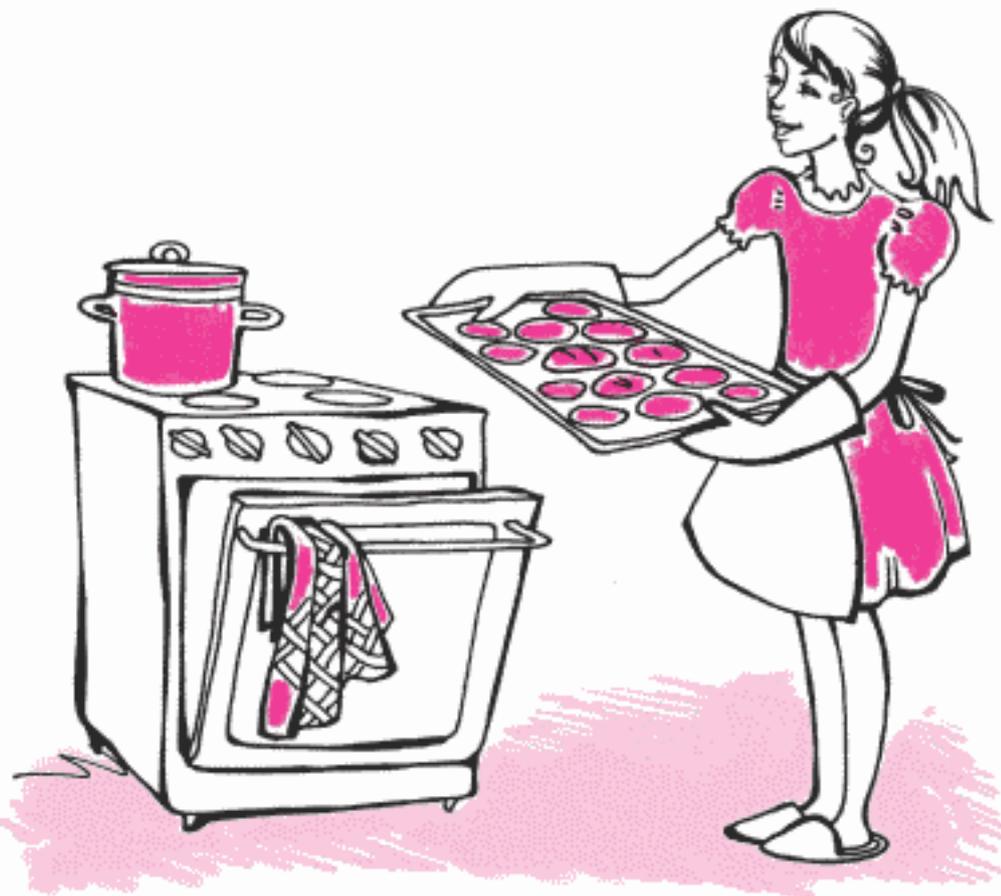
Если мать раньше отрывала дочке кусок теста и давала ей сделать свой, «детский», пирожок, то теперь девочка хочет сама месить и разделявать тесто.

Стремление ребенка завоевывать все новые «территории» дел очень важно, и его следует охранять как зеницу ока.

\* \* \*

Мы подошли, пожалуй, к самому тонкому моменту: как уберечь **естественную активность** ребенка? Как не забить, не заглушить ее?

Оказывается, родителей подстерегает здесь двойная опасность.



*...Дети активны, и они постоянно стремятся взять на себя то, что делаете вы.*

Опасность первая – **слишком рано переложить** свою часть на ребенка. В нашем примере с велосипедом это равносильно тому, чтобы уже через пять минут отпустить и руль, и седло. Неизбежное в таких случаях падение может привести к тому, что у ребенка пропадет желание садиться на велосипед.

Вторая опасность – наоборот, **слишком долгое и настойчивое участие родителя**, так сказать, занудливое руководство, в совместном деле. И снова наш пример хорошо помогает увидеть эту ошибку.

Представьте себе: родитель, держа велосипед за руль и за седло, бежит рядом с ребенком день, второй, третий, неделю... Научится ли тот ездить самостоятельно? Едва ли. Скорее всего, ему вообще надоест это бессмысленное занятие. А уж присутствие взрослого – непременно!

В следующих уроках мы не раз вернемся к трудностям детей и родителей вокруг повседневных дел. А сейчас пора перейти к заданиям.



### Как это случается

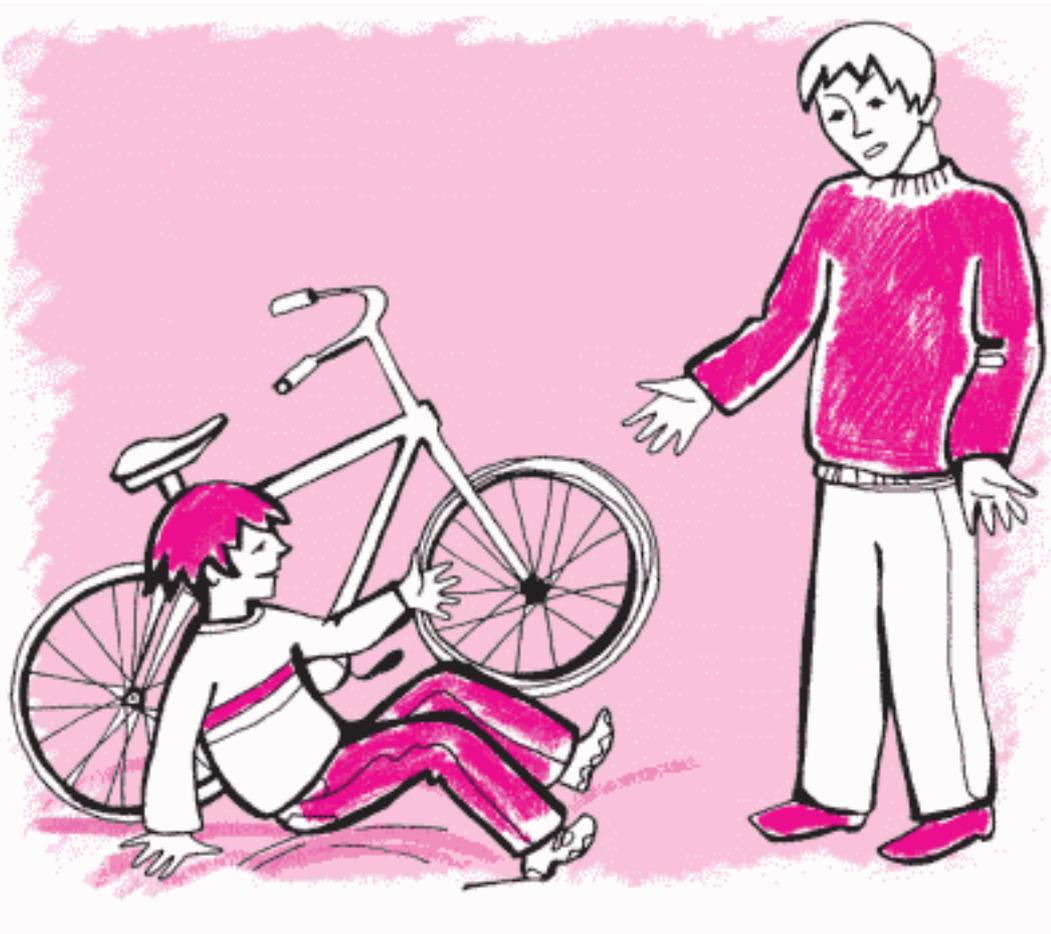
Среди подростков провели опрос: помогают ли они дома по хозяйству? Большинство учеников 4-6-х классов ответили отрицательно. При этом ребята высказали недовольство тем, что родители не допускают их до многих домашних дел: не дают готовить, стирать и гладить, ходить в магазин. Среди учащихся 7-8-х классов оказалось столько же ребят, не занятых в домашнем хозяйстве, однако число недовольных было **в несколько раз меньше!**

Этот результат показывает, как угасает желание детей быть активными, брать на себя различные дела, если взрослые не способствуют этому. Последующие упреки в адрес детей, что они «ленивы», «несознательны», «эгоистичны», столь же запоздалы, сколь и бессмысленны. Эти «лень», «несознательность», «эгоизм» мы, родители, не замечая того, порой сотворяем сами.

## Домашние задания

### Задание первое

Выберите для начала какое-нибудь дело, которое не очень хорошо получается у вашего ребенка. Предложите ему «Давай вместе!» Посмотрите на его реакцию: если он проявит готовность, займитесь с ним вместе. Внимательно следите за моментами, когда можно ослабить ваше участие («отпустить руль»), но не делайте этого слишком рано или резко. Обязательно отметьте первые, даже небольшие самостоятельные успехи ребенка; поздравьте его (а заодно и себя!).



### Задание второе

Выберите пару новых дел, которые вы хотели бы, чтобы ребенок научился делать сам. Повторите ту же процедуру. Снова поздравьте с успехами его и себя.

### Задание третье

Обязательно в течение дня поиграйте, поболтайте, поговорите по душам с ребенком, чтобы время, проводимое вместе с вами, было для него положительно окрашено.

## Вопросы родителей

**ВОПРОС:** *Не избалую ли я ребенка этими постоянными занятиями вместе? Привыкнет все перекладывать на меня.*

**ОТВЕТ:** Ваше беспокойство справедливо, в то же время от вас зависит, как много и как долго вы будете брать на себя его дела.

**ВОПРОС:** *Что делать, если мне некогда заниматься с ребенком?*

**ОТВЕТ:** Насколько я понимаю, у вас есть «более важные» дела. Стоит осознать, что порядок важности вы выбираете сами. В этом выборе вам может помочь известный многим родителям факт, что на исправление упущенного в воспитании детей потом уходит в десятки раз больше времени и сил.

**ВОПРОС:** *А если ребенок и сам не делает, и мою помощь не принимает?*

**ОТВЕТ:** Похоже, что вы встретились с эмоциональными проблемами в ваших взаимоотношениях. О них мы начнем говорить на следующем уроке.

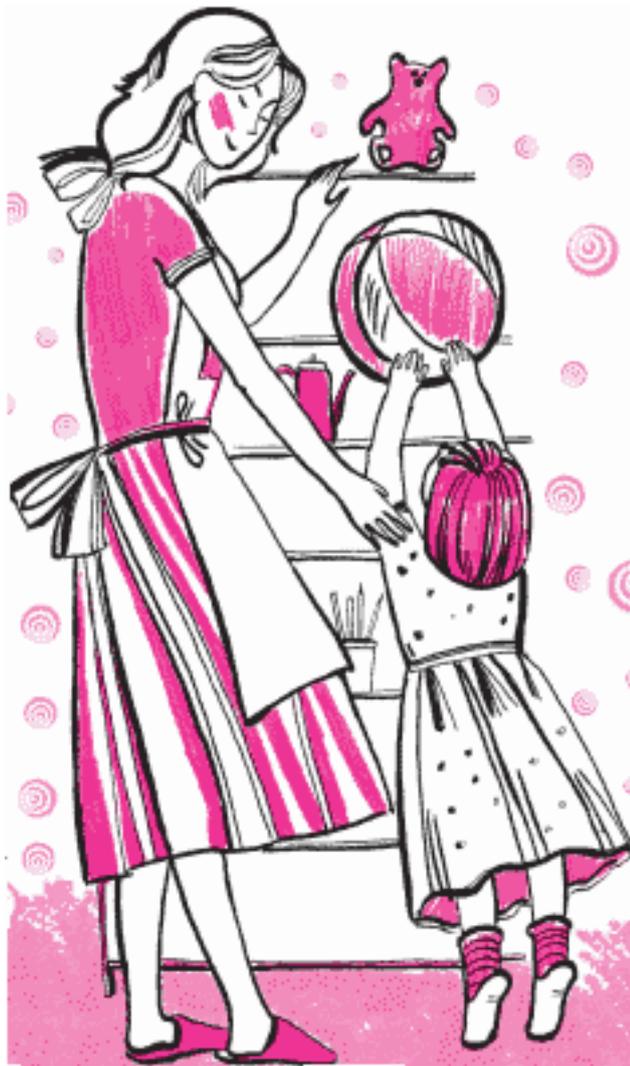
## Урок 4 «А если не хочет?»

**Может, но не делает. Тон и руководящие указания. На равных. Внешние средства. Кто садится в поезд? Лодка против течения. Как избежать конфликтов? Лодка по течению или ветка яблони. Чья забота? Правило 3: передавать ответственность детям. Тревога родителей. Правило 4: давать детям ошибаться. Домашние задания. Вопросы родителей**

Совместные занятия – настолько важная тема, что ей мы посвящаем еще один урок. Сначала поговорим о трудностях и конфликтах взаимодействия и о том, как их избегать.



Начнем с типичной проблемы, которая ставит в тупик взрослых: многие обязательные дела ребенок вполне освоил, ему уже ничего не стоит собрать в ящик раскиданные игрушки, застелить постель или положить учебники в портфель с вечера. Но все это он упорно **не** делает!



*Моральная поддержка передается тем же словом, что и участие в деле.*

«Как быть в таких случаях? – спрашивают родители. – Опять делать это вместе с ним?».

Может быть, нет, а может быть, да. Все зависит от **причин «непослушания»** вашего ребенка. Возможно, вы еще не прошли с ним весь необходимый путь. Ведь это вам кажется, что ему одному легко расставить все игрушки по местам. Наверное, если он просит «давай вместе», то это не зря: возможно, ему **еще трудно** организовать себя, а может быть, ему нужно просто ваше участие, моральная поддержка.

Вспомним: и при обучении езде на двухколесном велосипеде есть такая фаза, когда вы уже не поддерживаете рукой седло, но все равно бежите рядом. И это придает силы вашему ребенку! Заметим, как мудро наш язык отразил этот психологический момент: участие в значении «моральная поддержка» передается тем же словом, что и участие в деле.

Но чаще корень негативного упорства и отказов лежит **в отрицательных переживаниях**. Это может быть проблема самого ребенка, но чаще она возникает **между** вами и ребенком, в ваших взаимоотношениях с ним.

Одна девочка-подросток призналась как-то в беседе с психологом:

«Я бы уж давно убирала и мыла за собой посуду, но тогда они (родители) подумают, что победили меня».

Если ваши отношения с ребенком уже давно испортились, не стоит думать, будто достаточно применить какой-то способ – и все вмиг пойдет на лад. «Способы», конечно,

применять надо. Но без дружелюбного, теплого тона они ничего не дадут. Такой тон – самое главное условие успеха, и если ваше участие в занятиях ребенка не помогает, больше того, если он отказывается от вашей помощи, остановитесь и прислушайтесь к тому, **как вы общаетесь с ним.**



*Я бы уж давно убирала и мыла за собой посуду, но тогда родители подумают, что победили меня*

*«Я очень хочу выучить дочку играть на фортепьяно, – рассказывает мать восьмилетней девочки. – Купила инструмент, наняла учителя. Сама когда-то училась, да бросила, теперь жалею. Думаю, хоть дочка будет играть. Просиживаю с ней за инструментом часа по два каждый день. Но чем дальше, тем хуже! Сначала не засадишь ее заниматься, а потом начинаются капризы и недовольства. Я ей одно – она мне другое, слово за слово. Кончается тем, что она мне говорит: „Уходи, без тебя лучше!“. А я ведь знаю, стоит мне отойти, как у нее все кувырком летит: и руку не так держит, и не теми пальцами играет, и вообще все быстро заканчивает: „Я уже позанималась“.*



Понятны озабоченность и самые лучшие намерения мамы. Больше того, она старается вести себя «грамотно», то есть помогает дочке в трудном деле. Но она упустила главное условие, без которого любая помощь ребенку превращается в свою противоположность: это главное условие – **дружелюбный тон общения**.



Представьте себе такую ситуацию: к вам приходит друг, чтобы что-то сделать вместе, например, отремонтировать телевизор. Он садится и говорит вам: «Так, достань описание, теперь возьми отвертку и сними заднюю стенку. Да как ты откручиваешь шуруп? Не жми так!»... Думаю, можно не продолжать. Такая «совместная деятельность» с юмором описана английским писателем Дж. К. Джеромом:

«Я, – пишет автор от первого лица, – не могу спокойно сидеть и смотреть, как кто-нибудь трудится. Мне хочется принять участие в его работе. Обычно я встаю, начинаю расхаживать по комнате, заложив руки в карманы, и указывать, что надо делать. Такая уж у меня деятельная натура».

\* \* \*

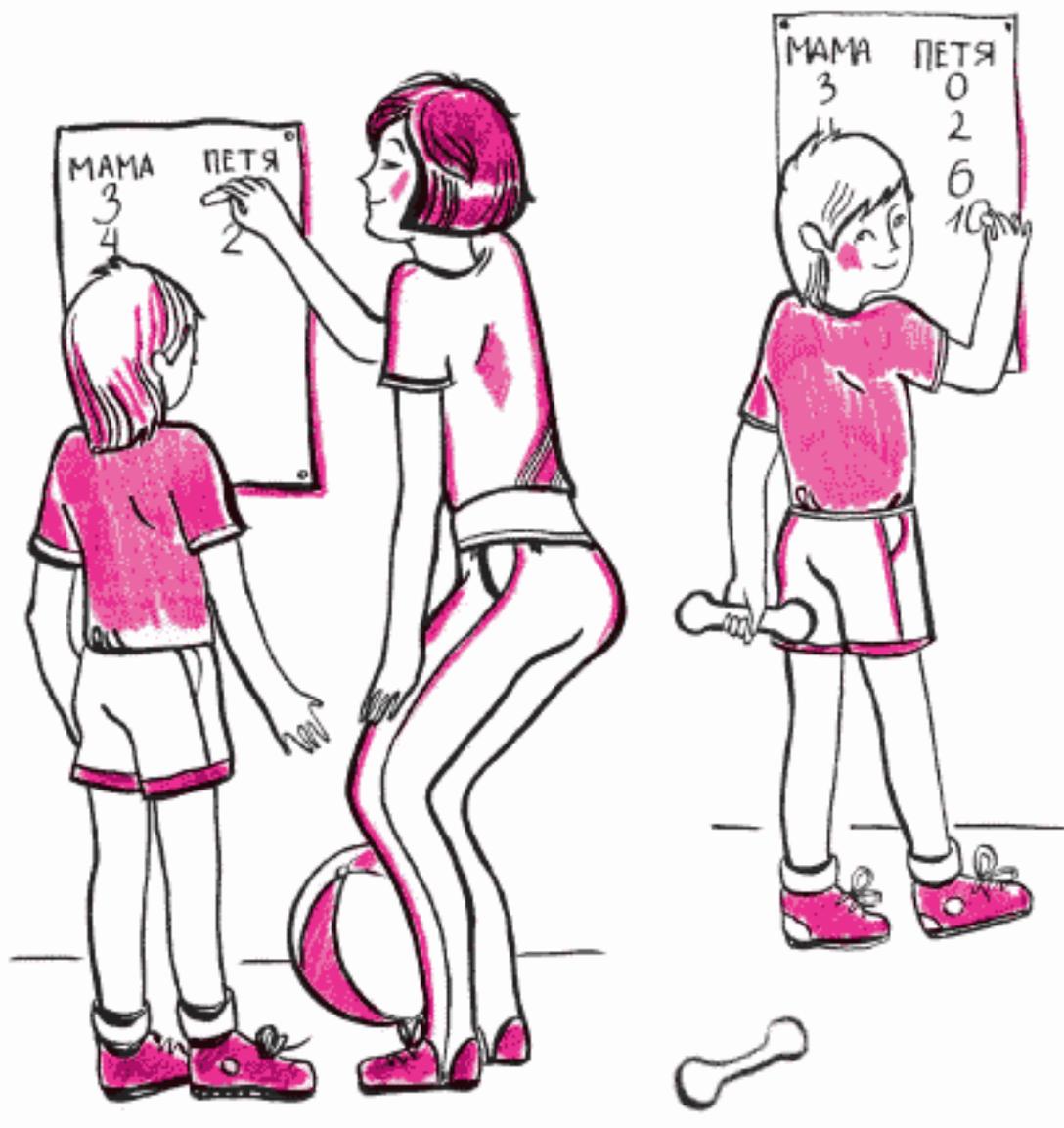
«Руководящие указания», наверное, где-то нужны, но не в совместных занятиях с ребенком. Как только они появляются, прекращается работа вместе. Ведь вместе – значит на равных. Не следует занимать позицию над ребенком; дети к ней очень чувствительны, и против нее восстают все живые силы их души. Тогда-то они и начинают сопротивляться «необходимому», не соглашаться с «очевидным», оспаривать «бесспорное».

Сохранить позицию **на равных** не так-то легко: иногда требуется немалая психологическая и житейская изобретательность. Приведу в пример опыт одной мамы:

*Петя рос хилым, неспортивным мальчиком. Родители уговаривали его делать зарядку, купили турник, укрепили его в пролете двери. Папа показал, как надо подтягиваться. Но ничего не помогало – мальчик по-прежнему не испытывал интереса к спорту. Тогда мама вызвала Петю на соревнование. На стену повесили листок бумаги с графами: «Мама», «Петя». Каждый день участники отмечали в своей строчке, сколько раз они подтянулись, присели, подняли ноги «уголком». Много упражнений подряд делать было не обязательно, да и, как выяснилось, ни мама, ни Петя этого не могли. Петя стал зорко следить за тем, чтобы мама его не перегнала. Правда, ей*

*тоже пришлось потрудиться, чтобы не отстать от сына. Соревнование продолжалось месяца два. В результате мучительная проблема зачетов по физкультуре была благополучно разрешена.*







Расскажу еще об очень ценном способе, который помогает избавить ребенка и самих себя от «руководящих указаний». Этот способ связан с еще одним открытием Л. С. Выготского и много раз был подтвержден научными и практическими исследованиями.

Выготский нашел, что ребенок легче и быстрее учится организовывать себя и свои дела, если на определенном этапе ему помочь некоторыми **внешними средствами**. Ими могут быть картинки для напоминания, список дел, записки, схемы или написанные инструкции.

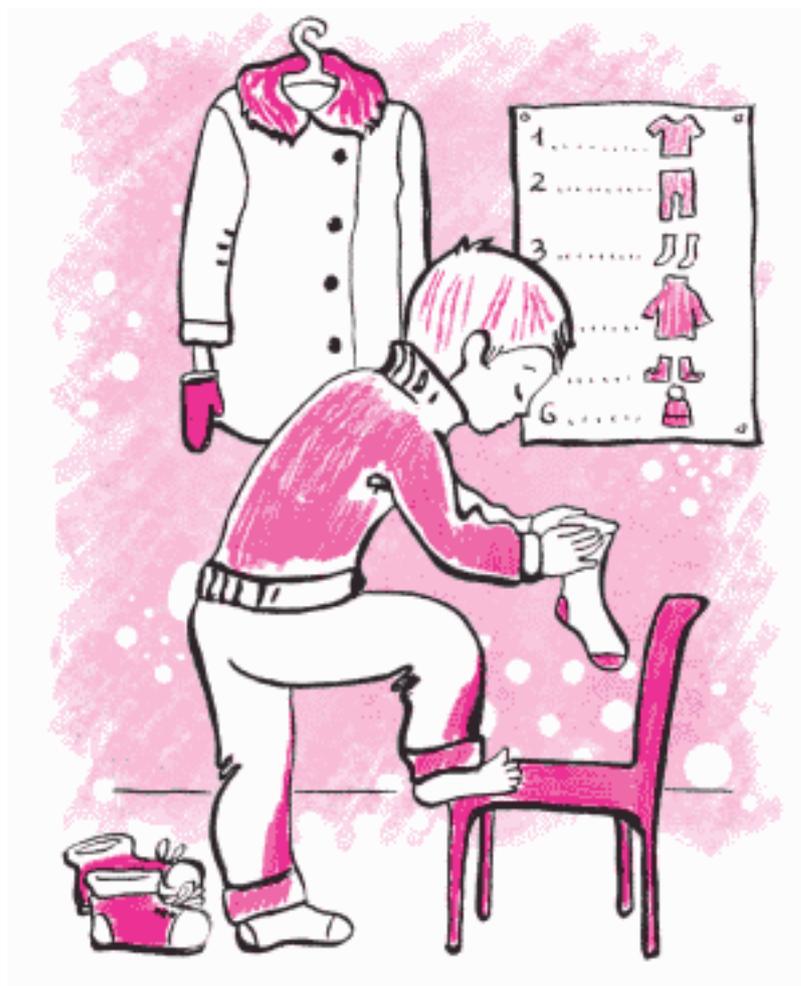
Заметьте, подобные средства – это уже не слова взрослого, это их замена. Ребенок может пользоваться ими самостоятельно, и тогда он оказывается на полпути к тому, чтобы справиться с делом самому.



Приведу пример, как в одной семье удалось с помощью такого внешнего средства отметить, а точнее, передать самому ребенку «руководящие функции» родителей.

*Андрею уже шесть лет. По справедливому требованию родителей, он должен сам одеваться, когда идет гулять. На улице зима, и нужно надеть на себя много разных вещей. Мальчик же «буксует»: то наденет только носки и сядет в прострациях, не зная, что делать дальше; то, надев шубу и шапку, готовится выйти на улицу в домашних тапочках. Родители приписывают все лености и невнимательности ребенка, упрекают, понукают его. В общем, конфликты продолжаются изо дня в день. Однако после консультации с психологом все меняется. Родители составляют список вещей, которые ребенок должен надеть. Список оказался довольно длинным, целых девять пунктов! Ребенок уже умеет читать по слогам, но все равно около каждого названия вещи родители вместе с мальчиком рисуют соответствующую картинку. Этот иллюстрированный список вешают на стену.*

*В семье наступает спокойствие, прекращаются конфликты, а ребенок оказывается чрезвычайно занят. Что же он теперь делает? Он водит пальцем по списку, отыскивает нужную вещь, бежит надевать ее, снова бежит к списку, находит следующую вещь и т. д.*



Легко угадать, что скоро произошло – мальчик запомнил этот список и стал собираться гулять так же быстро и самостоятельно, как его родители – на работу. Замечательно, что все это произошло безо всякого нервного напряжения – и сына, и его родителей.



\* \* \*

## Внешние средства

### (истории и опыт родителей)

Мама двух дошкольников (четырёх и пяти с половиной лет), узнав о пользе внешнего средства, решила этот способ испробовать. Вместе с детьми она составила список обязательных утренних дел в картинках. Картинки были повешены в комнате детей, в ванне, в кухне. Изменения в поведении детей превзошли все ожидания. До этого утро проходило в постоянных напоминаниях мамы: «Поправьте постели», «Идите умываться», «Пора за стол», «Уберите за собой посуду»... Теперь же дети наперегонки старались

выполнить каждый пункт списка. Такая «игра» продолжалась месяца два, после чего дети сами стали рисовать картинки для других дел.

Другой пример: «Мне надо было уехать в командировку на две недели, и в доме оставался только мой шестнадцатилетний сын Миша. Помимо других забот, меня беспокоили цветы, их надо было аккуратно поливать, что Миша совсем не привык делать, у нас уже был печальный опыт, когда цветы засохли. Мне пришла в голову счастливая мысль: я обернула горшки листами белой бумаги и написала на них большими буквами: „Мишенька, полей меня, пожалуйста. Спасибо!“ Результат оказался прекрасным. Миша установил очень добрые отношения с цветами».

В семье наших друзей в прихожей висела особая доска, на которую каждый член семьи (мама, папа и двое детей-школьников) могли приколоть любое свое сообщение. Там были и напоминания, и просьбы, просто короткая информация, недовольства кем-то или чем-то, благодарность за что-то. Доска эта была поистине центром общения в семье и даже средством разрешения трудностей.





Рассмотрим следующую очень частую причину конфликтов при попытке сотрудничать с ребенком. Бывает, родитель готов учить или помогать сколько угодно и за тоном своим следит – не сердится, не приказывает, не критикует, а дело не идет. Такое случается с **излишне заботливыми** родителями, которые хотят для своих детей больше, чем сами дети.



Запомнился один эпизод. Это было на Кавказе, зимой, во время школьных каникул. На лыжном склоне катались взрослые и дети. А посередине горы стояла небольшая группа – мама, папа и их десятилетняя дочка. Дочка – на новых детских горных лыжах (редкость в то время), в замечательном новом костюме. Они о чем-то спорили. Оказавшись рядом, я невольно услышала следующий разговор:

– Томочка, – говорил папа, – ну сделай хоть один поворот!

– Не буду, – капризно дергала плечами Тома.

– Ну, пожалуйста, – включалась мама. – Нужно только немного толкнуться палками. Смотри, папа сейчас покажет (папа показывал).

– Сказала не буду – и не буду! Не хочу, – говорила девочка, отворачиваясь.

– Тома, мы ведь так старались. Специально ехали сюда, чтобы ты научилась, за билеты дорого заплатили.

– А я вас не просила!

Сколько детей, подумала я, мечтают о таких вот лыжах (для многих родителей они просто не по средствам), о такой возможности оказаться на большой горе с подъемником, о тренере, который научил бы кататься. А у этой нарядной девочки есть все. Но она, как птица в золотой клетке, ничего не хочет. Да и трудно захотеть, когда вперед любому твоему желанию «забегают» сразу и папа, и мама.

Нечто похожее порой происходит с уроками. В психологическую консультацию обратился отец пятнадцатилетней Оли.



*Дочь ничего не делает по дому, в магазин сходить не допросишься, посуду оставляет грязной, белье свое тоже не стирает, оставляет намоченным на 2–3 дня. Вообще-то родители готовы освободить Олю от всех дел – лишь бы училась. Но учиться она тоже не хочет. Придет из школы – либо на диване лежит, либо на телефоне висит. Скатилась на «тройки» и «двойки». Родители не представляют, как она в десятый класс перейдет. А о выпускных экзаменах и вовсе думать боятся. Мама работает так, что через день дома. Эти дни она думает только об Олиных уроках. Папа звонит с работы: села ли Оля заниматься? Нет, не села: «Вот папа придет с работы, с ним и буду учить». Папа едет домой и в метро учит по Олиным учебникам историю, химию. Приезжает домой «во всеоружии». Но не так-то легко упросить Олю сесть заниматься. Наконец где-то в десятом часу Оля делает одолжение. Читает задачу – папа пытается ее объяснить. Но Оле не нравится, как он это делает: «Все равно непонятно». Упреки Оли сменяются уговорами папы. Минут через десять вообще все кончается. Оля отталкивает учебники, иногда закатывает истерику. Родители теперь думают, не нанять ли ей репетиторов.*



Ошибка Олиных родителей не в том, что они очень хотят, чтобы их дочка училась, а в том, что они этого хотят, если можно так выразиться, **вместо** Оли.

В таких случаях мне всегда вспоминается анекдот. Бегут по перрону люди, торопятся, опаздывают на поезд. Поезд тронулся. Еле-еле догоняют последний вагон, вскакивают на подножку, им кидают вдогонку вещи, поезд уходит. Оставшиеся на перроне в изнеможении падают на чемоданы и начинают громко хохотать. «Чему вы смеетесь?», – спрашивают их. «Так ведь уехали-то наши провожающие!».



Согласитесь, родители, которые готовят уроки за своих детей, или «поступают» вместе с ними в вуз, в английскую, математическую, музыкальную школы, очень похожи на таких горе-провожающих. В своем эмоциональном порыве они забывают, что ехать-то не им, а ребенку. И тогда тот чаще всего «остается на перроне».

Так случилось и с Олей, чью судьбу удалось проследить в течение следующих трех лет. Она с трудом окончила школу и даже поступила в неинтересный для нее инженерный вуз, но, не закончив и первого курса, бросила учиться.

Родители, которые слишком много хотят за ребенка, как правило, сами трудно живут. У них не остается ни сил, ни времени на собственные интересы и личную жизнь. Тяжесть их родительского долга понятна – ведь приходится все время тащить лодку **против течения!**

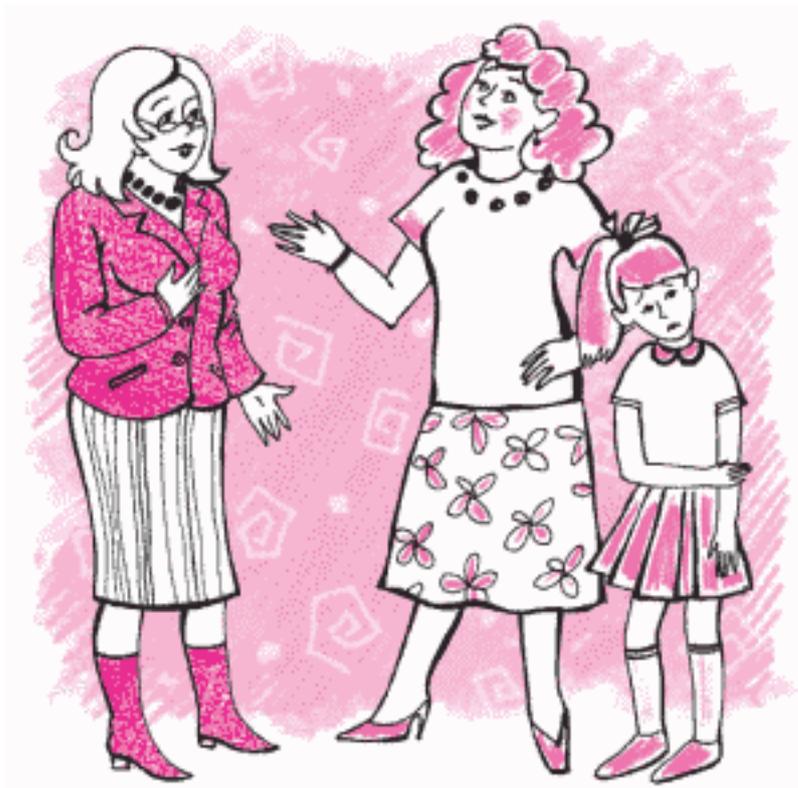


А чем это оборачивается для детей?

*Передо мной мама с четырнадцатилетней дочкой. Мама – энергичная женщина с громким голосом. Дочка – вялая, безразличная, ничем не интересуется, ничего не делает, никуда не ходит, ни с кем не дружит.*

*Правда, она вполне послушная, по этой линии у мамы к ней никаких претензий.*

*Оставшись наедине с девочкой, спрашиваю: «Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты у нее попросила?» Девочка надолго задумалась, а потом тихо и нерешительно ответила: «Чтобы я сама хотела того, что хотят от меня родители».*



Ответ меня глубоко поразил, насколько же родители могут отнять у ребенка энергию его собственных желаний!

Но это крайний случай. Гораздо чаще дети борются за право желать и получать то, в чем они нуждаются. И если родители настаивают на «правильных» делах, то ребенок с тем же упорством начинает заниматься «неправильными», не важно чем, лишь бы своим или пусть даже «наоборот». Особенно часто это случается с подростками. Получается парадокс: своими стараниями родители невольно отталкивают детей от серьезных занятий и ответственности за собственные дела.



## «По любви» – или «за деньги»

Сталкиваясь с нежеланием ребенка делать что-либо положенное ему – учиться читать, помогать по дому, – некоторые родители встают на путь «подкупа». Они соглашаются «платить» ребенку (деньгами, вещами, удовольствиями), если он будет делать то, что от него хотят.

Этот путь очень опасен, не говоря уже о том, что малоэффективен. Обычно дело кончается тем, что претензии ребенка растут – он начинает требовать все больше и вперед, а обещанных изменений в его поведении не происходит.

Почему? Чтобы понять причину, нам нужно познакомиться с очень тонким психологическим механизмом, который лишь недавно стал предметом специальных исследований психологов.

В одном эксперименте группе студентов стали платить за игру в головоломку, которой они увлеченно занимались. Скоро студенты этой группы стали играть заметно реже, чем те их товарищи, которые никакой платы не получали.

Механизм, который здесь, а также во многих подобных случаях (житейских примерах и научных исследованиях) следующий: человек успешно и увлеченно занимается тем, что он выбирает сам, по внутреннему побуждению. Если же он знает, что получит за это плату или вознаграждение, то его энтузиазм снижается, а вся деятельность меняет характер: теперь он занят не «личным творчеством», а «зарабатыванием денег».

Многим ученым, писателям, художникам известно, как губительна для творчества и уж по крайней мере чужда творческому процессу, работа «по заказу» с ожиданием вознаграждения. Нужна была сила личности и гениальность авторов, чтобы в этих условиях возникли «Реквием» Моцарта и романы Достоевского.

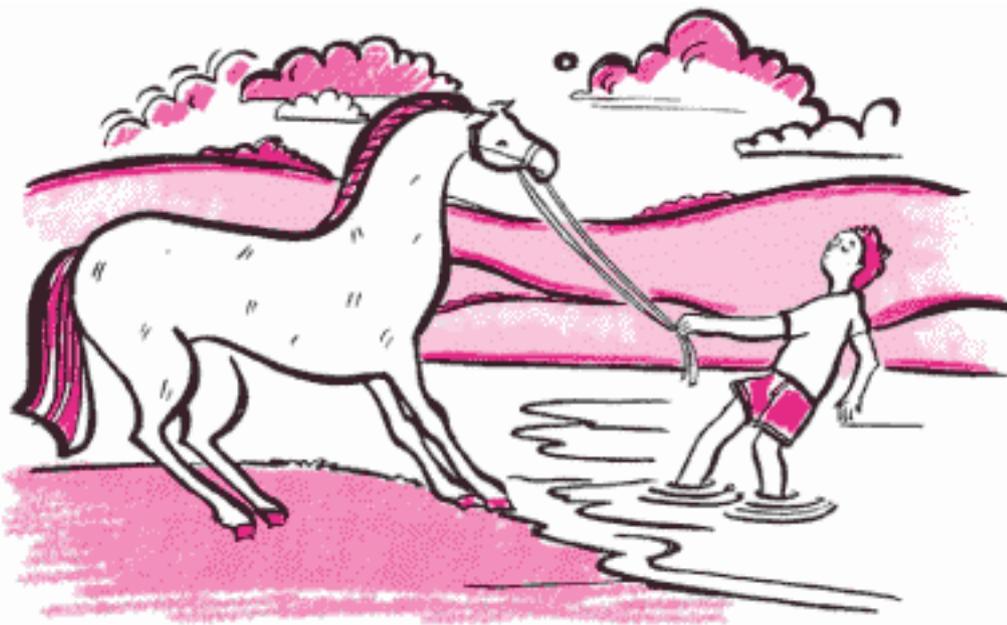
Поднятая тема наводит на многие серьезные размышления, и прежде всего о школах с их обязательными порциями материала, которые надо выучить, чтобы потом ответить на отметку. Не разрушает ли подобная система естественной любознательности детей, их интереса к познанию нового?

Однако остановимся здесь и закончим лишь напоминанием всем нам: давайте осторожнее обращаться с внешними побуждениями, подкреплениями, стимулированиями детей. Они могут принести большой вред, разрушив тонкую ткань собственной внутренней активности детей.

*К психологу обращается мама Пети. Знакомый комплекс проблем: «не тянет» девятый класс, уроки не делает, книгами не интересуется, в любую минуту норовит ускользнуть из дома. Мама потеряла покой, очень озабочена Петиней судьбой, что с ним будет? Кто из него вырастет? Петя же – румяный, улыбочивый «ребенок», настроен благодушно. Считает, что все в порядке. Неприятности в школе? Ну ничего, как-нибудь уладятся. А вообще – жизнь прекрасна, вот только мама отравляет существование.*

Сочетание слишком большой воспитательной активности родителей и инфантильности, то есть незрелости, детей – очень типично и абсолютно закономерно. Почему? Механизм здесь простой, он основан на действии психологического закона:

**Личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается по собственному желанию и с интересом.**



«Можно затащить лошадь в воду, но нельзя заставить ее пить», – гласит мудрая пословица. Можно заставить ребенка механически заучивать уроки, но такая «наука» осядет в его голове мертвым грузом. Больше того, чем настойчивее будет родитель, тем нелюбимее, скорее всего, окажется даже самый интересный, полезный и нужный школьный предмет.

\* \* \*

Как же быть? Как избегать ситуаций и **конфликтов принуждения**?

Прежде всего стоит присмотреться, чем больше всего увлекается ваш ребенок. Это может быть игра в куклы, в машинки, общение с друзьями, собирание моделей, игра в футбол, современная музыка... Некоторые из этих занятий могут показаться вам пустыми, даже вредными. Однако помните: для него они **важны и интересны**, и к ним стоит относиться с уважением.



Хорошо, если ваш ребенок расскажет вам, что именно в этих делах интересно и важно для него, и вы сможете посмотреть на них его глазами, как бы изнутри его жизни, избегая советов и оценок. Совсем хорошо, если вы сможете принять участие в этих занятиях ребенка, разделить с ним его увлечение. Дети в таких случаях бывают очень благодарны родителям. Будет и другой результат такого участия: на волне интереса вашего ребенка вы сможете начать передавать ему то, что считаете полезным: и дополнительные знания, и жизненный опыт, и свой взгляд на вещи, и даже интерес к чтению, особенно если начать с книг или заметок об интересующем его предмете.



В этом случае ваша лодка пойдет **по течению**.

Для примера приведу рассказ одного отца. Сначала он, по его словам, изнывал от громкой музыки в комнате своего сына, но потом пошел на «последнее средство»: собрав скуд-

ный запас знаний английского языка, он предложил сыну разбирать и записывать слова зарубежных песен. Результат оказался удивительным: музыка стала тише, а у сына пробудился сильный интерес, почти страсть, к английскому языку. Впоследствии он окончил институт иностранных языков и стал профессиональным переводчиком.

Подобная удачная стратегия, которую порой интуитивно находят родители, напоминает способ прививки ветки сортовой яблони к дичку. Дичок жизнеспособен и морозоустойчив, и его жизненными силами начинает питаться привитая ветка, из которой вырастает замечательное дерево. Сам же культурный саженец в земле не выживает.

Так и многие занятия, которые предлагают детям родители или учителя, да еще с требованиями и упреками: они не выживают. В то же время они хорошо «прививаются» к уже существующим увлечениям. Пусть поначалу эти увлечения «примитивны», но они обладают жизненной силой, и эти силы вполне способны поддержать рост и расцвет «культурного сорта».



В этом месте я предвижу возражение родителей: нельзя же руководствоваться одним интересом; нужна дисциплина, есть обязанности, в том числе неинтересные! Не могу не согласиться. О дисциплине и обязанностях мы будем говорить подробнее позже. А сейчас напомню, что мы обсуждаем **конфликты принуждения**, то есть такие случаи, когда вам приходится настаивать и даже требовать, чтобы сын или дочь выполняли то, что «надо», и это портит настроение обоим.



\* \* \*

Вы, наверное, уже заметили, что в наших уроках мы предлагаем не только то, что стоит делать (или не делать) с детьми, но и то, что нам, родителям, стоит делать с самими собой. Следующее правило, которое мы сейчас обсудим, как раз о том, как работать с собой.

Мы уже говорили о необходимости вовремя «отпустить руль», то есть переставать делать за ребенка то, что он уже способен делать сам. Однако это правило касалось постепенной передачи ребенку вашей доли участия в практических делах. Теперь же речь пойдет о том, как добиться, чтобы эти дела были **сделаны**.

Ключевой вопрос: чья это должна быть забота? Поначалу, конечно, родителей, а со временем? Кто из родителей не мечтает, чтобы их ребенок сам вставал в школу, сам садился за уроки, одевался по погоде, вовремя ложился спать, без напоминаний отправлялся в кружок или на тренировку? Однако во многих семьях забота обо всех этих делах так и остается на плечах родителей. Знакома ли вам ситуация, когда мама регулярно будит подростка по утрам, да еще воюет с ним по этому поводу? Знакомы ли вам упреки сына или дочери: «Почему ты мне не...?!» (не приготовила, не пришила, не напомнила)?

Если такое случается в вашей семье, обратите особое внимание на **Правило 3**.

## **Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.**

Пусть вас не пугают слова «снимайте с себя заботу». Речь идет о снятии мелочной заботы, затянувшейся опеки, которая просто мешает вашему сыну или дочери взрослеть. Передача им ответственности за свои дела, поступки, а затем и будущую жизнь – самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к ним. Это забота мудрая. Она делает ребенка более сильным и уверенным в себе, а ваши отношения – более спокойными и радостными.

Хочу в связи с этим поделиться одним воспоминанием из собственной жизни.

*Это было давно. Я только что окончила вуз, и у меня родился первый ребенок. Время было трудное, работа – малооплачиваемая. Родители получали, конечно, больше, ведь они проработали всю жизнь.*

*Однажды в разговоре со мной отец сказал: «Я готов тебе помочь материально в экстренных случаях, но не хочу делать это постоянно: **этим я принесу тебе только вред**».*

*Эти его слова я запомнила на всю жизнь, а также то чувство, которое у меня тогда возникло. Его можно было бы описать так: «Да, это справедливо. Спасибо за такую **особую заботу** обо мне. Я постараюсь выжить и, думаю, справлюсь».*

*Теперь, оглядываясь назад, я понимаю, что отец сказал мне и нечто большее: «Ты достаточно крепко стоишь на ногах, теперь иди сама, я тебе больше не нужен». Эта его вера, выраженная совсем другими словами, очень помогла мне потом во многих трудных жизненных обстоятельствах.*

Процесс передачи ответственности ребенку за его дела очень непросто. Его надо начинать с мелочей. Но даже по поводу этих мелочей родители очень тревожатся. Это и понятно: ведь **приходится рисковать** временным благополучием своего ребенка. Возражения бывают примерно такие: «Как же мне его не будить? Ведь он обязательно проспит, и тогда будут большие неприятности в школе?» Или: «Если не буду заставлять ее делать уроки, она нахватает двоек!».

Как это ни парадоксально звучит, но ваш ребенок нуждается в отрицательном опыте, конечно, если тот не угрожает его жизни или здоровью. (На уроке 9 мы поговорим об этом подробнее.)

Данную истину можно записать как **Правило 4**.

## **Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».**

Наше Правило 4 говорит о том же, что и известная пословица «на ошибках учатся». Нам приходится набираться мужества и сознательно давать детям делать ошибки, чтобы они научились быть самостоятельными.

## **Домашние задания**

### **Задание первое**

Посмотрите, есть ли у вас столкновения с ребенком на почве каких-то дел, которые, по вашему мнению, он может и должен выполнять сам. Выберите одно из них и поделайте некоторое время с ним вместе. Посмотрите, лучше ли у него пошло дело с вами? Если да, перейдите к следующему заданию.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.