

Рецензенты

доктор психологических наук Ю. Ф. Поляков,
кандидат психологических наук Г. А. Ковалев

Предисловие

Родителям, которые
когда-то были детьми...
Детям, которые будут
родителями...

Перед нами научно-популярная книга о психологии семейного воспитания, которая, можно с уверенностью сказать, поможет родителям найти ключ к решению многих сложных вопросов воспитания детей.

Особенность данной книги состоит в том, что автор старается заглянуть в глубоко интимные эмоциональные пласты отношений между детьми и родителями и не столько показать, что, как и когда нужно делать в воспитании ребенка, сколько психологически описать особое состояние, необходимый душевный настрой, который должен быть создан в семье и от которого зависит успешность воспитательного воздействия.

Жанр книги можно определить как доверительный разговор, раздумья об отношениях в семье, о проблемах «отцов и детей» и читать ее нужно не пассивно воспринимая психологическую информацию, а активно, включая свой собственный жизненный и воспитательный опыт, соглашаясь, а иногда полемизируя с автором. Если родители проделают такую самостоятельную работу, польза от прочтения книги скажется и на отношениях с детьми и на общении супругов.

Книга призывает родителей к самостоятельному педагогическому творчеству, пронизана уважением к родительскому труду, любовью к детям, глубокой верой в человека, в его будущее, в сильные стороны человеческой души.

Действительный член АПН СССР А. А. Бодалев

Спиваковская А. С. Как быть родителями: (О психологии родительской любви).— М.: Педагогика, 1986.—160 с.— (Педагогика — родителям).
40 коп.

Как быть родителями, как любить детей, как овладеть искусством воспитания? Поставленные вопросы рассматриваются автором с позиций современной психологии. Основное внимание уделено эмоциональному аспекту воспитания, чувствам родителей к своим детям. Книга поможет создать в семье атмосферу разумной любви и требовательности к детям.
Для родителей.

4311000000-020
005(01)-86

•71-86

ББК 74.9

Издательство «Педагогика», 1986 г.

Самые дорогие и любимые люди в жизни ребенка—это его родители. Потребность в родительской любви не только самая сильная из всех человеческих потребностей, но и самая длительная. Пройдут увлечения, отзвучат некогда потрясавшие нашу жизнь страсти, минут многие привязанности, но любовь к родителям и необходимость ответной любви остается с нами до конца наших дней.

С первого крика только что появившегося на свет младенца начинается неповторимая жизнь нового человеческого существа. Разорвана физическая связь с материнским организмом, возникла и с каждой минутой становится все более глубокой удивительная душевная связь между ребенком и матерью. Связь, имя которой—Любовь.

С первых мгновений жизни ребенок развивается как социальное существо, ведь перед ним раскрывается мир человеческих предметов, преображенный общественной деятельностью всех поколений. Перед ним его родители, его семья—первое зеркало человеческого общения, первая ступенька коллективизма, условие и источник развития будущей личности.

День за днем все более самостоятельным становится малыш, все менее непосредственна его зависимость от матери. Сначала это постоянная близость с материнским телом, затем крепкие объятия ее рук, которые, подчиняясь потребностям малыша, на время становятся и его руками. Улыбка матери, внимательный взгляд отца—ребенок все более и более осознает себя как самостоятельное существо. Вот первый шаг... Уже доступен мир предметов. Но мама все еще очень нужна. Поддержка, теплота, уверенность в том, что мама рядом, дают ребенку возможность идти вперед, не останавливаясь, не бояться. А впереди новые люди, друзья, сверстники. Мама, оставаясь рядом, должна отойти чуть-чуть дальше... А первая любовь? Другой—не мама—горячо любимый человек? Связь настолько удлинилась, что не всем дано ее увидеть, не всем дано удержать. Но нет, на самом деле близость ребенка и его родителей стала гораздо

сильнее. Ушла непосредственность, видимость—появилась сложность, глубина, опосредованность. Мама стала внутренним содержанием душевной жизни человека, лучшим, добрым в нем, его совестью.

Раньше ребенок, цепляясь за руку матери, отца, рад[^] был всему, что ни получал. Теперь он может и оценить: всегда ли тепла ладонь, можно ли на нее опереться, обеспечивает ли защиту, а если и шлепнет, то справедливо ли?

Приходит день, когда уже уверенная молодая и сильная рука ребенка, ставшего взрослым, должна быть опорой родителям. Счастливы те дети и родители, кто прошли вместе этот путь...

Но удается это не всем. Не так уж редки случаи, когда, едва повзрослев, дети спешат покинуть родительский дом, навсегда теряют связь с теми, кто дал им жизнь и кто их вырастил. Прислушаемся к словам детей. Многие, очень многие говорят о своих родителях как о людях, которых они уважают и на кого хотят быть похожими, но немало детей, которые жалуются на полное отсутствие контакта с родителями, которые ни за что не хотят быть такими, как их мать или отец. Почему, по каким законам произошло это отдаление, где началось расхождение близких людей, почему родительская любовь не создала, не вызвала ответного чувства?

Эта книга возникла как попытка психологического ответа на эти вопросы. В ней отражен опыт работы автора и его коллег с детьми и родителями в консультации при психологическом факультете МГУ.

Широта проблем воспитания детей не позволила в этой книге коснуться всех важных вопросов. Основное внимание уделено эмоциональному аспекту воспитания, чувствам родителей к своим детям. Хорошо известно, что любовь к детям, забота о подрастающем поколении стали нравственной нормой жизни нашего общества, нравственной потребностью большинства родителей. И все же берусь утверждать, что любовь к ребенку не есть непосредственно проявляющееся вместе с его рождением качество. Любовь к ребенку формируется в процессе жизни и деятельности человека. Путь этого формирования может оказаться не только сложным, но и внутренне конфликтным, противоречивым. Родителям необходимо* всю жизнь учиться любить своих детей, учиться проявлять свою любовь наиболее полезным для ребенка образом. Любить ребенка—это значит уметь строить с ним контакт, видеть изменения в его развитии, доверять ребенку, учиться принимать его таким, каков он есть. Но для правильного воспитания также важно уметь сознательно строить и совершенствовать свои супружеские

отношения, ведь работа по созиданию

благоприятной семейной атмосферы в вашем доме лучшее выражение любви к ребенку. Воспитывая детей, родители изменяются и сами. Любовь к ребенку созидает не только личность маленького человека, она способна преобразовать и соВерj шенствовать личность взрослых, обогащать их духовный мир.

Психологическая сущность любви к детям сложна. Поэтому книга построена так, чтобы читатели могли увидеть различные составляющие родительской любви.

Все разделы книги описывают зависимость между проявлениями любви родителей к своим детям и всей системой внутрисемейных отношений. Основой для этого послужил развиваемый в современной психологии подход к семье как к единому целому, как к подвижной динамической системе, в которой эмоциональные состояния, чувства каждого участника, будь то ребенок или взрослый, не только несут на себе печать целого, но и обязательно воздействуют на всю семейную группу.

В первом разделе читатели познакомятся с психологией супружеских отношений, узнают о том, как психологически подготовиться к рождению ребенка, как осуществлять воспитание в семье. Второй посвящен психологическому анализу отношений между взрослыми членами семьи, родителями, бабушками и дедушками, рассматривает воспитание как следствие воспоминаний, стереотипов, привычек, воспринятых в детском опыте. В третьем описан ряд конкретных вопросов воспитания в семье. Почему спешка и скука мешают проявлять родительскую любовь, как хвалить и наказывать ребенка, оставаясь на позициях подлинной любви? Как помочь ребенку преодолеть страх? Как привить детям любовь к труду? Выбор всех этих вопросов не случаен. Опыт работы в психологической консультации для родителей показывает, что именно эти задачи часто становятся источником семейных затруднений, а в попытках решения этих проблем отчетливо проявляются эмоциональные аспекты отношений к детям.

Понимая, что в воспитании ребенка каждый родитель — творец, первооткрыватель, что его переживания и раздумья глубоко индивидуальны и неповторимы, хотелось построить книгу так, чтобы при ее чтении родители не ждали готовых рецептов, советов, а получали ориентиры, направления поисков, осознали важность самостоятельной работы. Очень хотелось бы, чтобы книга смогла выполнить еще одну задачу — повысить уверенность родителей в самих себе как родителей, показать, что творческая работа над собой в роли родителей способна принести много полезного как ребенку, так и семье в целом.

И в своей практической работе, и при подготовке к изданию этой книги автор исходил из глубокого уважения к родительскому труду, из желания еще и еще раз подчеркнуть, что воспитание — самая творческая, самая человечная, самая гуманная из всех человеческих деятельностей. Но стать творческим воспитание сможет лишь в том случае, если родители глубоко и всесторонне осознают свои чувства к детям, когда сумеют сознательно строить свое поведение, когда воздействуют и изменяют не только детей, но и самих себя, когда вместе со своим ребенком открывают мир, открываются миру и преобразуют его.

В заключение автор считает своим приятным долгом выразить благодарность коллегам: психологам, врачам, студентам, сотрудникам издательства — за постоянную помощь в работе, а также от всей души поблагодарить родителей, с которыми пришлось познакомиться и вместе работать, чьи вопросы, проблемы, чьи победы и достижения в родительском труде постоянно помогали мне и как психологу и как матери.

Моя семья и воспитание моего ребенка

Семь «законов» супружеской гармонии

Любить—значит утверждать неповторимое существование другого человека.

С. Л. Рубинштейн

Влияние супружеских отношений на воспитание ребенка признается всеми. Взаимная любовь родителей, согласованность или расхождение их духовного мира, ценностных ориентации, гармония или дисгармония сексуальных отношений—вся эта подвижная и изменяющаяся атмосфера эмоций, чувств и страстей, наполняющая семейную жизнь двух людей, определяет и отношение к ребенку, и то место, которое он занимает в системе внутрисемейных отношений. Супружеская гармония—залог правильного воспитания ребенка. Как сделать супружеские узы гармоничными, каким законам подчиняются отношения мужа и жены?

На одном из занятий родительской группы в психологической консультации родители предложили посчитать все главные психологические условия, которым подчиняются супружеские отношения в семье. Таких «законов», по нашим подсчетам, оказалось семь. Кое-кто подметил, что и здесь мы встретились со счастливым числом! Как знать, может быть, действительно, осуществление всех этих законов и есть надежная гарантия достижения семейного счастья? Психологические исследования подтверждают это. Необходимо только сделать одно уточнение.

Иллюзорные представления о семейном счастье, супружеской гармонии, возникающих само собой, как естественное следствие любви двух людей, следуют считать абсолютно неверными и даже неблагоприятными для развития отношений в семье. Они порождают некую психологическую пассивность и потребительство: «Он любит, значит, должен...» Подобно тому как противоречивой, внутренне неоднозначной, порой созидательно конфликтной является вся человеческая жизнь, семейные отношения по своей психологической природе также неоднозначны и противоречивы. Гармония возможна, но путь к ее достижению труден. Поэтому супругам необходимо проникнуться глубоким сознанием как объективной

сложности семейного взаимодействия, так и необходимости постоянной, ежедневной «работы» по налаживанию этого тонкого и уязвимого механизма. Порой закономерные, обязательные трудности, вытекающие из самой природы семейного взаимодействия, супруги склонны приписывать собственной несостоятельности или, что намного чаще, несостоятельности своего партнера. Многие семейные ссоры могли бы быть успешно разрешены, если бы знали супруги заранее, что причины столкновений закономерны, более того, необходимы для создания особой формы совместной жизни людей, какой является семейная группа. Иными словами, знание некоторых психологических законов, по которым строится внутрисемейное общение, при желании самостоятельной работы, способно уберечь от многих осложнений, сохранить благоприятную атмосферу и тем самым содействовать правильному воспитанию ребенка. Итак, семь «законов» супружеской гармонии...

ЗАКОН ПЕРВЫЙ: СОЕДИНЕНИЕ. Этому психологическому закону подчиняется само создание семейной пары. Действительно, двое людей, сначала совершенно чужих друг для друга, создают или, по крайней мере, пытаются создать новую семью. Разнообразные сложности, возникающие при создании новой семейной группы, могут быть описаны как проблема соединения. В чем психологическая особенность этого первого закономерного семейного внутреннего конфликта. Почему представляется возможным употреблять здесь и далее слово «конфликт»? Дело в том, что для психолога понятие «конфликт» вовсе не означает, как в повседневной речи, ссоры или скандала. Конфликт—это ситуация, когда, взаимодействуя друг с другом, люди находятся в разных, часто противоречащих друг другу позициях. В некоторых ситуациях общения различие позиций представлено отчетливо, например учитель—ученик, игрок—судья и др. В семейном общении различие позиций часто скрыто, их выяснение требует специального осознания. Задумаемся: одинакова ли в психологическом смысле позиция мужчины и женщины при создании семьи? На поверхности мы видим равенство. Действительно, два самостоятельных взрослых человека, полюбив друг друга, решают начать совместную жизнь. В этом своем устремлении они равны. Они равны и в том, что каждый имеет свой опыт предшествующей жизни, они, так сказать, равны в непохожести, в индивидуальности своих личностей. И все же есть различие, порождаемое уже самой этой деятельностью: попыткой объединения в семью.

Реализация цели объединения требует известных уси-

лии от обоих партнеров, но время их приложения, или, как пишут об этом некоторые авторы, «героическое поведение» мужчины и женщины, проявляется в разное время.

У мужчины эта мобилизация сил наступает до объединения, поскольку в общем виде она связана с необходимостью того или иного подхода к женщине, внушения ей интереса, влечения, любви.

4 Для женщины «героизм» начинается после объединения, и он прежде всего связан с необходимостью создания условий для материнства. Предвижу возражения, ведь эта схема может противоречить некоторым фактам создания семей, но так или иначе, хотя бы того супруги или нет, неоднозначность позиций при создании новой семейной группы тесно связана с описанной закономерностью.

ЗАКОН ВТОРОЙ: СЛИЯНИЕ И ГРАНИЦА. Другая закономерность при создании семейной общности — *противоречие между потребностью слияния и потребностью сохранения границы*. Что здесь имеется в виду? Человеку свойственна потребность слияния с природой, с окружающим миром, с другим, близким человеком. Слияние в самой малой общественной группе, в семье, по-видимому, облегчает человеку сохранение и поддержание своей личности. Человек более уверенно чувствует себя рядом с близким человеком, чем в одиночестве, он нуждается в поддержке, которая дает ему известное чувство безопасности, в эмоциональном созвучии, что повышает его способность к самостоятельной деятельности.

Тенденции к слиянию противостоят присущее каждому человеку стремление сохранить и утвердить целостность и ограниченность своего «я». Прекрасно написано об этом польским психологом А. Кемпинским: «Человек стремится соединиться с окружением, хочет выйти из круга своего одиночества, однако трудно приспособливаться к этому слиянию. Близкий контакт с другим человеком, неизбежный при сексуальной жизни, если партнер не рассматривается только как предмет полового удовлетворения, нарушает естественную в человеке потребность общественной границы. Переход границы допустимой близости, границы, которая у каждого человека иная и зависит от конституциональной структуры, общественного положения и истории жизни самого человека, вызывает состояние беспокойства».

Поэтому потребность постоянной близости, к которой обязывает семейная жизнь, необходимость сплочения семейной группы требуют определенных усилий, направленных на борьбу с противоположно направленными

силами, стремящимися к некоторому отдалению, сохранению известных границ, дистанции между супругами. Таким образом, семейные отношения только по этому параметру не представляют собой стабильности, наоборот, гармония есть результат некоторого противоборства противоречивых тенденций.

Так же как и в других аспектах семейных отношений, каждая семейная пара должна в своем взаимодействии пройти путь эволюции, в данном случае избрав наиболее приемлемую для обоих партнеров дистанцию, позволяющую удовлетворить и потребность в слиянии, и потребность в сохранении индивидуальной границы. Для некоторых семей требуется не один год или не одно десятилетие совместной жизни, прежде чем качания маятника установятся в некотором оптимальном для обоих диапазоне. Бывает, что именно проблема дистанции становится причиной распада семейной структуры, когда потребность одного из супругов в близости или границе длительное время не находит удовлетворения и центробежные силы берут верх. Трудно наполнить свою жизнь только в границах семейного круга. Глубокое осознание истинной природы супружеских отношений — надежная гарантия устойчивости семейного союза.

ЗАКОН ТРЕТИЙ — ВЗАИМОДОПОЛНИТЕЛЬНОСТЬ. Часто супруги из психологически дисгармоничных семей жалуются на различие характеров, которое якобы приводит к утере взаимопонимания. Часто спрашивают: какая семья устойчивее — та, в которой супруги похожи один на другого, или же та, где личностные особенности супругов резко контрастируют? Этот вопрос достаточно сложен. Здесь еще много неизученных моментов. Кроме того, не совсем точна формулировка вопроса. Действительно, иногда под словом «характер» люди понимают и врожденные особенности темперамента, типа нервной системы, и усвоенные в детстве стереотипы поведения, и личностные качества супругов, которые с наибольшей полнотой проявляются именно в семейных взаимоотношениях. Очевидно, что при ответе на вопрос о влиянии характеров супругов на семейные отношения необходимо достаточно четко разделять все эти стороны индивидуальности.

Основная индивидуальная черта, приобретаемая человеком в детстве и весьма существенная при создании собственной семьи, — это та или иная степень потребности в близости или эмоциональном контакте и потребность в сохранении естественной границы. Влияние реализации этих потребностей на стабильность семейной пары уже было рассмотрено выше. Воздействие различий темпера-

мента на гармонию семейных отношений — вопрос весьма важный, но он, скорее, относится к компетенции сексологической. В практике семейного консультирования часто приходится сталкиваться с попыткой супругов объяснить все свои психологические проблемы дисгармонией темпераментов, сексуальной несовместимостью. За исключением некоторых сугубо медицинских случаев большинство супружеских пар часто самостоятельно, а иногда с помощью специалистов, расширяя свою информированность в сексологических вопросах брака, довольно успешно разрешают затруднения в сфере интимных отношений. Но успех достигается лишь в тех ситуациях, когда сексуальные проблемы возникают в семье с гармоничными психологическими отношениями. Попытка же «списать все на секс» часто бывает лишь закамуфлированным опасением перед необходимостью приложить усилия к анализу собственных семейных отношений. Более того, хорошо известно, что дисгармония интимных отношений в большинстве случаев не причина, а результат неразрешенных психологических проблем в семье. В этом случае апелляция к несходству темпераментов совершенно психологически безосновательна и бесполезна.

Итак, несомненное значение в укреплении психологической стабильности семьи следует придавать индивидуально-личностным характеристикам супругов, таким, как импульсивность или обстоятельность, общительность или стремление к уединению, эгоизм или альтруизм, веселость или склонность к печали, деспотизм или подчиняемость, оптимизм или пессимизм, безалаберность или организованность, подвижность или инертность — список контрастных черт может быть продолжен. Что же лучше: сходство или различие? Психологическое изучение личности супругов, объясняющих свое семейное неблагополучие несходством характеров, обнаруживает их схожесть, а не различие. Ч/Ббобщение подобных примеров показывает, что при объединении супругов с полярными чертами характеров семья более стабильна, тогда как при одинаковости черт взаимоотношения в семье приобретают признаки большей конфликтности и субъективно воспринимаются как характерологически различные.

Стабильности семейных отношений способствует так называемая комплиментарность, т. е. взаимодополнение личностных черт. Например, выраженный деспотизм, лидерство одного из супругов могут быть дополнены тенденцией к подчиняемости у менее деспотичного и не претендующего на лидерские роли партнера. Повышенная тревожность и неуверенность у одного в семейном союзе могут быть хорошо компенсированы организованностью и эмоциональной устойчивостью другого. Вспомним слова

А. С. Пушкина, описавшего взаимодополнительность в дружбе Ленского и Онегина: «Они сошлись. Волна и камень, стихи и проза, лед и пламень не столь различны меж собой».

Итак, различие черт содействует поддержанию стабильности семьи, однако, поскольку семья не есть простое сложение качеств супругов, а создание некоторого единого целого, поэтому не стоит именно этой слагаемой семейных отношений придавать решающую роль. Гармония создается относительной слаженностью всех компонентов взаимодействия, и соотношение черт личности супругов лишь одна из сторон этого неоднозначного процесса.

Сложность состоит в том, что семейные отношения влияют на развитие личности супругов, определяя то или иное направление изменений. Поэтому оценивать влияние тех или иных личностных черт супругов на семейную гармонию следует с учетом прогнозируемых изменений в личности обоих партнеров. Конечно, невозможно предусмотреть все заранее, тем не менее известно, что при близком эмоциональном контакте, который создается в семейной группе, возникает явление поляризации личностных черт. Иными словами, если два человека с противоположными чертами, например лидерством и склонностью к подчинению, создали семью, то постепенно черта, выраженная в более слабой степени (в данном примере подчиняемость), усиливается под влиянием более выраженной черты доминирующего партнера. Поляризация действует в основном по отношению к глубинным, основным чертам личности. Для супружества, как уже говорилось, наиболее благоприятна противоположность глубинных черт. Вместе с тем определенное воздействие на поведение человека оказывают и поверхностные черты его личности, связанные не столько с системой его значимых потребностей, сколько с определенной окраской, стилем поведения. К таким окрашивающим чертам относятся те или иные усвоенные формы взаимодействия с другими людьми, проявления вежливости, чувства юмора, предпочитаемые формы проведения досуга и др. Психологические исследования показывают, что стабильности брака и взаимопониманию супругов способствует сходство подобных черт. Согласие второстепенных, окрашивающих поведение черт облегчает взаимодействие людей в семейной жизни, способствует созданию семейной группы как единого целого. Глубинные черты определяют эмоциональный фундамент, устойчивость базисных компонентов семьи, поэтому их различие увеличивает внутреннюю общность, единство и стабильность семейной группы.

ЗАКОН ЧЕТВЕРТЫЙ: СООТНЕСЕНИЕ ЦЕЛЕЙ И ПЛАНОВ. Помимо черт личности супругов на семейные отношения чрезвычайно существенное влияние оказывают *личностные цели и планы*. Достаточно вспомнить о тех прекрасно описанных в литературе примерах, когда расхождение идеалов, жизненных целей становилось причиной отчуждения любящих друг друга людей. Психологи обычно говорят, что для семейной гармонии необходимо не столько чтобы супруги с любовью и нежностью смотрели друг на друга, сколько были способны вместе смотреть в одну сторону. Это и означает, что в семье необходима некая согласованность или непротиворечивость жизненных целей.

В семейном союзе соотношение целей и планов в деятельности супругов — достаточно сложная задача. Довольно часто в повседневной жизни собственный план одного из супругов должен быть отброшен, когда потребности семейного союза требуют реализации совсем других заданий, а иногда требуют необходимости принять чужой план. Диалектика в отношениях между супругами в этих случаях приводит или к рассмотрению этого нового плана как своего собственного, или же вызывает реализацию плана по принуждению, с постоянным внутренним сопротивлением. Оба варианта психологически конфликтны и нередко становятся источниками серьезных семейных ссор. Действительно, принять чужой план как свой требует от человека определенной гибкости, самокритичности, способности к изменениям — все это связано со значительными психическими затратами. Если отказ от собственных планов во имя интересов семьи становится жизнью одного из супругов, это не может не вызвать накопления негативных эмоций, которое рано или поздно приведет к аффективному разряду. Человек должен найти выход наполнившемуся напряжению, иногда даже ценой полного разрыва семейных уз, субъективно ставших для него или для нее цепями, оковами в реализации собственных жизненных планов. Если же один из супругов постоянно вынужден принимать чужой план, работая по необходимости, это также приводит к накоплению излишнего напряжения. Человек постоянно испытывает сопротивление, но вынужден преодолевать его. Любое дело, выполненное им, вызывает усталость, раздражение; результат предпринятых усилий, независимо от его объективной ценности, не приносит удовлетворения и радости. Накопление негативных эмоций окрашивает в безрадостные, серые тона всю семейную жизнь, заставляет задуматься об утрате семейного счастья, любви.

Как преодолеть описанный конфликт в совместной реализации супружеских целей и планов?

Прежде всего желательно придать любой семейной работе творческий, а не раз и навсегда заданный принужденный характер. Любое дело может быть рассмотрено с точки зрения результата и процесса. Если важен результат, то всегда этому сопутствует вопрос: а что за это можно получить? Тогда супруги начинают без конца подсчитывать то что они друг для друга сделали, чей вклад в семейные дела больший или меньший. При результативной деятельности окружение рассматривается как общественное зеркало, в котором отражается ценность человека. Поэтому он и представляет некоторую опасность для личности, ведь оценка может быть и негативной. Семья как бы отодвигается от внутреннего мира человека. В творческом труде человек преобразовывает мир, в том числе преобразовывает собственную семейную жизнь, приближает ее к самому себе. При подчеркивании ценности самого процесса работы отношения, складывающиеся в семье, становятся иными. В творческой работе, где главенствует наслаждение самим процессом труда, происходит слияние с окружением, а семейный союз все больше воспринимается супругами как особая внутренняя ценность и необходимость.

ЗАКОН ПЯТЫЙ: УЗНАВАНИЕ. Беседа с супругами, обратившимися в консультацию, да и просто вспоминая своих знакомых, размышляя о собственной семейной жизни, мы часто сталкиваемся с *проблемой узнавания*. Нередко супруги, прожив какое-то время вместе, утверждают, что знают все о своей жене или муже, что до конца познали все особенности и характер близкого человека. Так ли это? Можно ли утверждать, что мы знаем кого-то до конца? Верно, что любимая книга, картина, скульптура каждый раз по-новому неожиданны, вновь и вновь встречаясь с ними, хорошо, кажется, узнав, мы тем не менее всякий раз находим что-то иное, незамеченное, удивляющее, каждый раз они становятся источниками новых эмоциональных открытий. Все это с полным правом можно отнести и к близкому человеку. Ведь люди в своих эмоциях, личностных чертах, в своем внутреннем мире весьма изменчивы, подчас противоречивы и поэтому неожиданны. Утверждение о раз и навсегда приобретенном, застывшем знании о другом человеке несомненно ошибочно. Оно чаще всего отражает собственное эмоциональное настроение говорящего. В стремлении человека оперировать некоторыми застывшими схемами проявляется механизм защиты от излишней неопределенности, непредсказуемости. Действительно, нельзя любить человека, нельзя доверять ему, если он или она совершен- но непонятны. Тайна притягивает, но до определенного

предела. Оперирование застывшими образами, созданными собственным воображением именно в результате этой неподвижности и окончательности, совершенно не отвечает действительности и «правде о другом человеке», которая всегда подвижна и изменчива. Поэтому не следует прибегать к формулам («он, она — такой, такая») для объяснения поведения близкого человека. В семейном контакте необходимо выработать постоянное желание узнавания, а не желание все узнать до конца, позднее ежедневное вглядывание в близкого человека, сама *потребность* *понять*...

ЗАКОН ШЕСТОЙ: ПОНИМАНИЕ И ПРИНЯТИЕ. Понимание... Пожалуй, нет ничего более желаемого человеком в любом близком контакте. Помните: «Счастье — это когда тебя понимают». *Что же следует знать о понимании в семье?* Как, несмотря на изменчивость и непознаваемость человека, общаться при взаимном понимании друг друга?

Действительно, в общении формальном, регламентированном теми или иными задачами, например на работе, в учебных заведениях, в магазине, театре, — словом, во многих ситуациях повседневной жизни, формы поведения предписаны теми или иными позициями. В таких условиях люди оперируют готовыми схемами-требованиями. При этом совсем не обязательно вникать в состояние, настроение, внутренний мир партнера по общению. Начальник должен оценивать деятельность подчиненного, оперируя готовыми схемами, а продавец в магазине должен быть вежлив независимо от своего сиюминутного настроения. В общественной жизни человек вынужден в известном смысле прикрывать свое индивидуальное лицо, предъявляя «маску», зависящую в значительной степени от его профессиональной принадлежности, статуса, позиции в коллективе.

Другое дело — общение в семье. В семейном кругу «маску» необходимо снимать, ведь человек ищет и хочет найти понимание, хочет обрести уверенность, что другой стремится его понять. Необходимо добавить, что человек надевает «маску», точнее, меняет одну на другую с самых малых лет. Этого требуют нормы общественной жизни, которым все мы вынуждены подчиняться, поскольку это облегчает межчеловеческие контакты. Надо признать, что ношение «маски» связано с некоторым напряжением. Накопление напряженности способно провоцировать усталость, раздражительность, недовольство собой и другими. Поэтому человеку необходимо предоставить возможность для общения без «маски». Благоприятная семейная атмосфера в значительной степени зависит от того, в какой

мере она позволяет общаться без «маски». Человеку необходимо быть в семье таким, каков он есть, без приукрашивания, без приписывания, без удержания внешне принятых черт поведения. В тех случаях, когда семейная атмосфера не такова и вынуждает человека сменить рабочую «маску» на домашнюю, общение становится неискренним, искусственным, вызывает повышенное напряжение и в конечном счете только это и способно вызвать застойные внутренние конфликты, рано или поздно разрешающиеся бурными взрывами. Иногда сила взрывов способна окончательно разорвать ставшую чрезмерно эмоционально напряженной семейную связь.

Помимо этого, снятие «маски» в домашнем кругу необходимо и для высвобождения напряжений, возникших за день. Все хорошо знают, как важно, чтобы родной дом стал местом очищения, отдыха, расслабления. Такая семейная атмосфера нужна всем: и детям, и взрослым.

Таким образом, главным стержнем в формировании благоприятной атмосферы следует считать принцип принятия, распространяющийся как на детей, так и на взрослых членов семьи. Принимать — это означает стремиться понять и простить, дать возможность отдохнуть, признать право любого человека на слабости и несовершенства, на ошибки, дать возможность проявить подчас противоречивые чувства и эмоции, дать возможность безопасного сбрасывания «масок».

ЗАКОН СЕДЬМОЙ: ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ЗРЕЛОСТЬ И ЧУВСТВО ОТВЕТСТВЕННОСТИ. Читатели могут возразить, что при дозволенности быть тем, чем хочется, семейный круг может превратиться в хаос, в царство безответственности и недисциплинированности. Нет, это совсем не так. Вполне естественно, что благоприятная семейная атмосфера есть результат нескольких составляющих. Выше мы рассмотрели одну из них — составляющую эмоционального фундамента семейных отношений. Вместе с тем согласованность семейного общения, несомненно, зависит и от известной дисциплинированности супругов. Что же это такое — *психологическая дисциплинированность в семейных отношениях?*

Супружество возлагает определенные обязанности, приносит ежедневные хлопоты; успешное выполнение семейных обязанностей предъявляет к человеку особые требования. В психологическом плане можно говорить о двух главных требованиях: эмоциональной зрелости и чувстве ответственности.

Под *эмоциональной зрелостью* следует понимать не столько потребность в любви, сколько способность любить другого. По словам А. Кемпийского, эмоциональная

зрелость характеризуется превалированием «даю» над «беру». По мере эмоционального созревания у человека должна возрастать потребность отдавания. В данном случае речь идет о способности к эмоциональным затратам, о способности заботы о другом без требований эквивалентной отдачи. Слова Ш. Руставели: «Что отдашь, с тобой пребудет, что удержишь — потерял» — как нельзя лучше описывают специфичность эмоциональной отдачи в сфере семейного общения. У людей эмоционально незрелых «беру» превалирует над «даю». Они считают себя обиженными, если сталкиваются с необходимостью больше давать другим, высчитывают отданное и недоданное, чувствуют себя недолюбленными, необласканными и обездоленными.

Известное усилие, необходимое в семейном контакте, в том числе и для затраты эмоциональных сил, у личностно незрелых людей вызывает слишком большое напряжение. Накопление напряжения создает особое эмоциональное сгущение, в котором чувства пульсируют от одной крайности к другой, возникает мелькание эмоций между противоположными знаками «люблю и ненавижу».

Чувство ответственности выполняет функцию упорядочивания форм поведения в семье. Независимо от того, хочется или нет, независимо от настроения и актуального эмоционального состояния у супругов должна сохраняться определенная линия поведения, исходящая из осознанной необходимости заботы о другом человеке. Чувство ответственности должно противостоять непосредственной эмоциональности, спонтанности. Спонтанное поведение диктуется актуальной эмоциональной ситуацией; ответственное поведение должно часто осуществляться вопреки непосредственным эмоциональным побуждениям.

Супругам полезно помнить, что и эмоциональная зрелость, и чувство ответственности не возникают сами собой; оба эти качества необходимо специально вырабатывать. Наблюдение за счастливыми и стабильными семейными союзами, сохраняющими на долгие годы гармонию в семейных отношениях, позволяет увидеть специальную работу, которую проделывают супруги над самими собой по развитию собственной эмоциональной зрелости и собственного чувства ответственности. В этом и заключен смысл дисциплинированности в семье.

Семь законов супружеской гармонии... У супругов неизменно возникает вопрос: а что же может дать семье выполнение законов, какую семью следует считать гармоничной?

Вероятно, существует множество типов гармоничных семей. Специальные психологические наблюдения и эксперименты позволяют утверждать, что гармоничные семьи

при всем присущем каждому союзу разнообразии, неповторимости и индивидуальности едины в результате. Гармоничная семья, в которой оптимально выполняются перечисленные выше законы, превращается в так называемую открытую систему. Это означает, что супруги на основе взаимной любви свободно и сознательно строят свои отношения. Брачный союз открывает новые возможности для развития личности каждого из супругов, возникающее в каждой семейной группе «чувство МЫ» не отгораживает людей от внешнего мира, а, наоборот, раскрывает мир для супругов, позволяя познавать окружающее, преобразовывать его и радоваться новым открытиям. В гармоничном семейном союзе супруги принимают друг друга такими, как есть, подкрепляя сильные стороны личности каждого, радуясь успехам, но доброжелательно и терпимо относятся и к слабостям, и к несовершенствам. Многие прощая, супруги отдают себе отчет в том, что не следует стремиться переделывать взрослого человека, а чуть-чуть что-то изменить в нем можно лишь на основе любви, признания, работая прежде всего не над другим, а над самим собой. Супруги хорошо понимают, что истинной любовью может называться лишь то чувство, которое раскрывает все способности и таланты человека к творческой деятельности, где бы он ни трудился. Истинная любовь окрыляет душу человека. Хочется пожелать читателям каждый день, каждую минуту работать над созданием такой любви в своей семье.

Как быть хорошим родителем?

...Научить человека быть счастливым нельзя, но воспитать его так, чтобы он был счастливым, можно...

А. С. Макаренко

Готовлюсь стать мамой

В жизни женщины наступил момент, когда она готовится стать матерью. О чем позаботиться, как себя вести, с кем посоветоваться? В нашей стране разработана прекрасная система медицинского обслуживания будущих мам. В женских консультациях молодые супруги, готовящиеся стать родителями, получают всестороннюю медицинскую информацию о развитии ребенка, о режиме дня, питания, отдыха, о состоянии здоровья будущей мамы. Можно получить навыки ухода за младенцем на специальных занятиях в «маминой школе». И все же в будущем

внимание родителей будет все больше обращаться на правильное решение психологических вопросов, на формирование в этом ответственном периоде ожидания ребенка оптимальной родительской позиции. Оптимальной не только для воспитания будущего ребенка, но и для дальнейшей жизни всей семьи: родителей, бабушек и дедушек. Уже сейчас в крупных городах созданы психологические службы семьи, в которых значительное место занимает направленная психологическая работа по подготовке молодых супругов к выполнению роли родителей.

Представим себе, что мы участники подобных занятий. О чем идет разговор, какие психологические проблемы наиболее важны?

Молодым родителям полезно знать, что стиль воспитания будущего ребенка и родительские позиции начинают формироваться задолго до появления ребенка на свет. Огромное значение имеют не только душевные качества, жизненный опыт и характеры родителей, но и те причины, те обстоятельства, в связи с которыми рождается ребенок. Конечно, всем этим обстоятельствам нельзя придавать фатальную роль, полагать, что они оказывают роковое, раз и навсегда законченное воздействие. Нежданный ребенок горячо любим и воспитывается самым наилучшим образом, и наоборот, при самых благоприятных условиях в момент ожидания и рождения ребенка семейная атмосфера может в дальнейшем приобрести неблагоприятные черты.

Наиболее благоприятный климат для ребенка, разумеется, возникает тогда, когда его рождение есть результат естественной потребности и желания двух любящих друг друга людей. Но и в этом случае супруги нуждаются в психологической работе. Ее цель — содействие и укрепление формирующейся родительской позиции. Если будущая мать достаточно молода или привыкла к активному общению, «светским радостям», ей необходимо проделать определенную внутреннюю работу по осознанию своей новой жизненной задачи.

В психологическом смысле женщина, ожидая появление на свет первенца, должна сознательно и спокойно разобраться в диалоге противоречивых тенденций. Она должна понять, что с рождением ребенка ей окончательно предстоит перейти рубеж к взрослому поколению, что сама она уже никогда не будет маленькой девочкой, единственным горячо любимым существом отца, матери или мужа. Перед будущей матерью раскрывается новая роль: относительное одиночество в период долгой беременности, одиночество во время родов и тревожное время, когда она останется дома одна со своим ребенком.

Каждая женщина должна постараться наилучшим об-

разом справиться с такими эмоциональными проблемами. Иногда весь личностный строй, вся душевная жизнь женщины бессознательно для нее самой как бы сопротивляется формированию позиции матери. В этих случаях необходима особенно кропотливая и внимательная психологическая работа. В практике консультирования нередко приходится наблюдать вместо радостного, возвышенного ожидания ребенка, сознательно принятого решения посвящать значительную часть своей жизни, своих душевных и творческих сил воспитанию нового человека, безразличие, пассивность, безэмоциональный факт принятия беременности. Это обычно отражается в рассуждениях типа: «Раз уж так случилось, буду рожать...», «Если уж супругам положено заводить детей, то почему же не теперь...» Замечено, что формирование активной и сознательной материнской позиции не всегда прямо связано с семейным статусом женщины. Нередко матери-одиночки, ожидая появления ребенка на свет и затем воспитывая его, формируют более благоприятную родительскую позицию, чем будущие матери из полных, внешне благополучных семей.

Читатели могут спросить: «А нужно ли присутствие на подобных психологических занятиях будущих отцов? Ведь все, о чем здесь шла речь, более необходимо знать матери?» Да, несомненно, мать играет важнейшую роль в воспитании ребенка, и ее психологическая готовность к воспитанию первостепенно важна. Однако необходимо помнить, что чувства матери к своему будущему малышу нельзя отделить от ее эмоциональных переживаний, возникающих по поводу всей семейной ситуации в целом, чувства к ребенку очень часто есть продолжение чувств к его отцу. Поэтому психологи говорят о формировании не только родительской позиции матери или родительской позиции отца, а о *формировании семейной воспитательной атмосферы в целом*, которая представляет собой результат сложных и неоднозначных соотношений между чувствами родителей друг к другу и родительскими чувствами к будущему ребенку.

Как правильно сформировать отцовскую позицию? К сожалению, надо признать, что психологических исследований на эту тему крайне мало. Есть лишь указания на то, что воспитательная позиция отца в своем формировании как бы несколько отстает от позиции матери. Наибольшую привязанность к ребенку отцы начинают чувствовать, когда дети уже подросли. Здесь велика роль традиций, культуры, индивидуально-личностных особенностей. Многие авторитеты утверждают, что для правильного формирования родительской позиции мужчина должен прежде всего любить свою жену и это самое лучшее, что

он может сделать для своего будущего ребенка. Один очень опытный детский психотерапевт, много работающий с маленькими детьми, признался однажды: «Как бы я хотел сказать всем мужчинам, жены которых ждут детей: «Любите, будьте нежны, создайте ощущение радости, счастья своим женам — ваши дети будут здоровыми, вы уберете себя от многих проблем, вы на долгие годы сохранили счастье и спокойствие в вашем доме».

Участие в психологической работе, предшествующей рождению ребенка, как будущей матери, так и будущего отца необходимо иногда потому, что уже сейчас в формировании их воспитательных позиций отмечаются некоторые неблагоприятные черты, могущие в дальнейшем создать очень трудные проблемы у ребенка и у всей семьи в целом. Здесь уже нужна специальная коррекционная работа по перестройке неверно складывающихся родительских позиций. Бывает, что сам факт рождения ребенка родители сознательно или не вполне сознательно связывают с надеждами на решение каких-либо внутрисемейных проблем. Перед этими детьми как бы заранее ставится определенная задача, и родители, не всегда полностью осознавая это, используют или пытаются использовать ребенка для достижения определенных целей. В консультации при выяснении истории жизни семьи, мотивов рождения детей довольно часто встречаются ситуации, когда родители чувствуют и видят, что стоят перед угрозой развода, и пытаются «склеить» свои разрушающиеся отношения посредством рождения ребенка. С появлением малыша на свет связываются надежды на возрождение былых супружеских чувств. Нередко женщина принимает решение о рождении ребенка с единственной целью удержать в семье мужа, собирающегося оставить ее. Более тонкими, но также неблагоприятными следует считать и такие мотивы рождения ребенка, когда женщина, состоя во внешне благополучном или даже «престижном» браке, испытывает состояние длительной сексуальной или эмоциональной неудовлетворенности. Тогда рождение ребенка осознанно или бессознательно начинает оцениваться как замещение эмоционального дефицита. Ребенок еще до своего рождения получает «задание» разрешить внутренние эмоциональные проблемы матери: «Мне нужен близкий человек, он будет моим, я буду любить только его, и он будет любить только меня».

Действительно, перечисленные выше ситуации не столь неожиданны и встречаются в жизни не так уж и редко. В чем заключена психологическая ошибка, как ее найти? Попробуем провести некий психологический анализ, постараемся определить, что общего можно найти во всех указанных мотивах рождения ребенка. Нетрудно

заметить, что в каждом из них ожидаемому ребенку как бы предписывается специфическая, никак непосредственно не связанная с его жизнью, с его будущими психическими качествами роль. Он должен разрешить внутриличностные проблемы взрослых людей. Вполне понятно, что такую задачу, предписанную ребенку, он ни фактом своего рождения, ни своей последующей жизнью не может разрешить. Ребенок не способен снять все конфликты и противоречия в сфере эмоциональных, интеллектуальных или сексуальных связей своих родителей. Это предписывание особой психологической задачи ребенку специфически окрашивает отношение к нему и определяет в некоторой степени эмоциональный фон его воспитания. Может случиться, что родившийся ребенок, налагая на родителей моральные обязательства, действительно на какое-то время и скрепляет семью, однако вряд ли такая жизнь «ради ребенка» способствует созданию полезной для него самой эмоциональной атмосферы. В других случаях неблагоприятный семейный климат возникает от того, что один из родителей чувствует себя шантажируемым, а это, естественно, не может не сказаться, часто помимо воли и сознания человека, — на отношении к ребенку. Так возникает эмоциональное бессознательное отвержение или принятие ребенка, которое становится весьма ощутимым для всего последующего воспитания, вызывая нарушения развития, а иногда и невротические заболевания.

В большинстве случаев ребенок не решает, да и не может решить предписанных ему задач. И здесь начинают действовать теперь уже отнесенные к личности ребенка эмоции разочарования, недовольства, весь тот сложный эмоциональный комплекс отношений к ребенку, который в психологии именуется комплексом «не оправдавшего Надежд». Понятно, что этот эмоциональный узел является весьма неблагоприятным для психического и личностного развития детей.

Теперь становится очевидным, сколь необходима для молодых семей специальная психологическая работа по осознанию мотивов рождения ребенка. Такой анализ позволяет избежать многих ошибок, помогает задать правильные направления саморазвития и развития семейных отношений, позволяет подготовить наиболее полезный для ребенка эмоциональный фундамент будущего воспитания.

Практика консультирования показывает, что с очень многими психологическими проблемами родители с успехом справляются, тем более что связанные с рождением Детей не являются раз и навсегда заданными. На протяжении дальнейшей жизни ребенка и его родителей многое

может измениться, возникнут новые взгляды и оценки, расширится сфера осознания, перестроятся отношения.

Описывая некоторые аспекты подготовки молодых супругов к роли родителей, хочется пожелать им всегда, в любой — как в самой благоприятной, так и в трудной, конфликтной — ситуации быть внимательными к самим себе, учиться анализировать и понимать собственный внутренний мир, разбираться в сфере своих чувств и эмоций. Как это ни удивительно, но чем лучше мы знаем самих себя, тем в более благоприятной психологической атмосфере появляются на свет наши дети.

V Таинство контакта

Какое бы руководство по воспитанию младенцев вы ни взяли, основные требования во всех воспитательных системах — создать у ребенка ощущение того, что его любят и о нем заботятся, обеспечить тесный эмоциональный контакт между младенцем и матерью. Почему именно контакту придается столь большое значение? Казалось бы, о каком контакте может идти речь: младенец не владеет речью, не может жестами или общедоступной мимикой вступить в диалог? И разве не важнее обеспечить правильный режим, полноценное питание, удобную, теплую одежду?

Конечно, уход за физическим состоянием младенца очень важен, однако по тому значению, которое оказывает на всю дальнейшую жизнь человека, первое место все-таки принадлежит именно эмоциональному контакту с матерью или человеком, ее заменяющим.

Многочисленными исследованиями показано, что на первом году жизни формируется особая, психологическая связь между ребенком и матерью. Причем значение этой связи столь велико, что ее воздействие прослеживается долгие годы, может быть, оказывает определенное влияние на всю последующую жизнь человека. На сегодняшний день учеными подробно исследованы некоторые специфические формы поведения младенцев, которые непосредственно направлены на поддержание связи «мать — ребенок». В животном мире описана специальная реакция «запечатления», при которой родившееся животное как бы «узнает» свою мать в любом объекте, появившемся в определенный чувствительный период в его поле зрения и удовлетворяющем некоторым определенным качествам. Для того чтобы детеныш «узнал» и «принял» мать, важны размеры объекта и его способность к движению. У человеческих младенцев также отмечаются «поиски близости». Младенцы наделены особыми формами поведения,

которые дают им возможность «приблизиться» к матери, удерживать и привлекать ее внимание. Наиболее существенные формы такого поведения младенцев — это плач и улыбка. С их помощью дети не только привлекают внимание, но и достигают непосредственного телесного контакта с матерью. Учеными был сконструирован прибор, имитирующий биение сердца матери. В специальных экспериментах выяснилось, что с помощью такого прибора легко удалось успокоить плачущего младенца. Эти опыты объяснялись тем, что до своего рождения младенец отчетливо слышал звук бьющегося материнского сердца и этот привычный звуковой раздражитель, связанный с целым комплексом приятных впечатлений, приобретает значение безопасности. Поэтому воздействие подобного раздражителя способно вызвать успокоение.

Хорошо известно, что дети затихают на руках у матери. Это также связывают с тем, что ребенок оказывается не только в тепле, в непосредственном контакте с материнским телом, но и вблизи бьющегося сердца.

Ученые обратили внимание на то, что на значительной части картин мадонна держит младенца на левой руке. Было также замечено, что большинство матерей бессознательно предпочитают располагать ребенка именно на левой руке. Высказывается предположение, что матери реализуют инстинктивную программу, предписывающую располагать младенца вблизи материнского сердца, что соответствует описанной выше программе в поведении младенца. Для доказательства этого предположения проведены остроумные опыты. В первую группу вошли матери, родившие своего первого ребенка, во вторую — рожавшие второй, третий или четвертый раз. У половины матерей каждой группы на 24 часа отнимали ребенка сразу после появления на свет, а остальным матерям давали ребенка сразу же после родов. Затем наблюдали, каким образом формируется у всех матерей привычка держать ребенка — будут они поддерживать ребенка правой или левой рукой. Оказалось, что матери, уже имеющие ребенка, все берут его на левую руку независимо от того, отнимали ребенка на 24 часа или нет. Среди женщин, родивших первого ребенка, привычка держать младенца на левой руке выработалась только у матерей, не разлучаемых с младенцем. Авторы сделали вывод о том, что наиболее чувствительный период в формировании этой формы связи между ребенком и матерью определяется первыми 24 часами жизни младенца.

Итак, первый год жизни — период специфической связи между ребенком и матерью. Нарушения или искажения этой связи независимо от того, какими причинами они обусловлены, оказывают огромное влияние на ребенка.

Было доказано, что дети, воспитывающиеся с рождения вдали от матери, в младенческом возрасте приобретали особые неблагоприятные черты поведения. Причем здесь не идет речь о «дефиците среды». С детьми занимались, ухаживали за их состоянием, но не было главного — не сформировалась особая связь между ребенком и определенным взрослым. Когда вокруг младенца много людей, он просто не успевает привязаться ни к кому из них.

Психологами установлено с абсолютной точностью, что у каждого здорового ребенка имеется потребность вызвать привязанность к себе одного или нескольких взрослых. Именно эта потребность должна быть прежде всего удовлетворена, и только при ее полном удовлетворении создается эмоциональный базис для формирования будущей полноценной личности.

Какое же влияние оказывает столь ранний младенческий опыт общения с матерью на последующую жизнь ребенка? Прежде всего, влияние этого контакта отчетливо прослеживается во всех тех случаях, когда по тем или иным причинам он нарушался. В блистательных и, вероятно, известных читателям опытах американского зоопсихолога Харлоу показано, что детеныши обезьянок, выросшие в изоляции от матери, в условиях, когда потребность в любви и привязанности не удовлетворялась, оказались не способны к установлению контактов с другими обезьянами. Эмоции страха и отчаяния настолько господствовали в их эмоциональном мире, что делали невозможной социализацию в любой форме.

В психическом развитии детей, воспитывающихся в домах ребенка, после нескольких месяцев жизни отмечают определенные особенности, связанные прежде всего с неправильным формированием эмоциональных процессов.

Материнское отношение в первые месяцы жизни, создавая эмоционально переживаемое ощущение безопасности, привязанности, становится первым «социальным зеркалом» ребенка. Именно через связь с матерью ребенок ощущает себя тем или другим в мире: принимаемым, любимым или отвергаемым, нелюбимым.

Именно поэтому столь важно, как ведет себя мать, ухаживая за младенцем. Обращает ли она достаточно внимания на создание эмоционального контакта с ребенком или же целиком поглощена «режимными» моментами.

С точки зрения формирования необходимого контакта психологами пересматриваются стихийно возникающие представления о том, что «не следует младенца приучать к рукам» и «надо дать ребенку возможность искупаться, чтобы не избаловать его». Специальными исследованиями

детского плача и детской улыбки установлено, что обе эти эмоциональные реакции имеют не только значение сигнала дискомфорта, но и выражение потребности в общении. Если же мать всегда будет сдерживать свое желание взять ребенка на руки, поласкать его, покачать или просто поулыбаться, эмоциональному развитию малыша может быть нанесен ущерб. Необходимо всегда иметь в виду, что правильный эмоциональный контакт в младенчестве — залог больших радостей в будущем.

«Идеальные» родители

У хороших родителей вырастают хорошие дети. Как часто слышим мы это утверждение и часто затрудняемся объяснить, что же это такое — хорошие родители.

Многие думают, что хорошими родителями можно стать, изучив специальную литературу или овладев особыми методами воспитания. Несомненно, педагогические знания необходимы. Но одних знаний мало. Я. Корчак подчеркивал, «что ни одна книга и ни один специалист не заменят собственной зоркой мысли и внимательного наблюдения». Можно ли назвать хорошими тех родителей, которые никогда не сомневаются, всегда уверены в своей правоте, всегда точно представляют, что ребенку должно и что ему можно, которые утверждают, что в каждый момент времени знают, как правильно поступить, и могут с абсолютной точностью предвидеть не только поведение собственных детей в различных ситуациях, но и их дальнейшую жизнь?

А можно ли назвать хорошими тех родителей, которые пребывают в постоянных тревожных сомнениях, теряются всякий раз, как сталкиваются с чем-то новым в поведении ребенка, не знают, можно ли наказывать, а если прибегли к наказанию за проступок, тут же считают, что были не правы? Все неожиданное в поведении ребенка вызывает у них испуг, им кажется, что они не пользуются авторитетом, иногда сомневаются в том, любят ли их собственные дети. Часто подозревают детей в тех или иных вредных привычках, высказывают беспокойство об их будущем, опасаются дурных примеров, неблагоприятного влияния «улицы», высказывают сомнения в психическом здоровье детей.

По-видимому, ни тех, ни других нельзя отнести к категории хороших родителей. И повышенная родительская уверенность, и излишняя тревожность никак не содействуют успешному родителю.

Любовь

При оценке любой человеческой деятельности обычно исходят из некоторого оптимума, идеала, нормы. В воспитательной деятельности, по-видимому, такой нормы не существует. Действительно, можно ли думать, что за долгие годы воспитания ребенка родители никогда не сделали ни одной ошибки, совершенно точно и правильно выполняли все требования, какие предъявляются к обеспечению роста и развития ребенка. Конечно же, нет. *Ведь быть родителями мы учимся* так же, как учимся быть мужьями и женами, как постигаем секреты мастерства и профессионализма в любом деле.

В родительском труде, как во всяком другом, возможны и ошибки, и сомнения, и временные неудачи, победы, которые сменяются поражениями. Воспитание в семье — это та же жизнь, и наше поведение и даже наши чувства к детям сложны, изменчивы и противоречивы. К тому же родители не похожи друг на друга, как не похожи один на другого дети. Невозможно расписать требования к воспитанию в семье, которые бы одновременно подходили абсолютно всем. Отношения с ребенком, так же как и с каждым человеком, глубоко индивидуальны и неповторимы. Хорошо известно, что в одной и той же семье родители воспитывают детей по-разному, хотя бы уже потому, что к моменту рождения второго ребенка они во многом изменились сами.

Представим себе, что родители во всем совершенны, знают правильный ответ на любой вопрос. В этом случае они вряд ли смогут осуществить самую главную родительскую задачу — воспитать в ребенке потребность к самостоятельному поиску, к познанию нового. Не случайно многие родители, желая побудить детей к самостоятельному творческому подходу к жизни, подчеркивают свои несовершенства, показывают детям, что сами многого не знают, не все умеют, не во всем добились успеха. Ведь дети должны стремиться превзойти нас, родителей! Только так может осуществиться связь времен, только так происходит прогресс человечества.

Итак, вывод ясен. Все и всегда знающие, безошибочные, «идеальные» родители ребенку, по-видимому, не нужны. Но вполне можно очертить направления поисков, которые помогут совершенствоваться в родительской роли. Можно сформулировать основные правила, которым необходимо обязательно следовать, воспитывая как одного, так и многих детей. Эти правила могут быть названы *условиями родительской гармонии*. На первый взгляд они просты и хорошо известны каждому из нас. Это *любовь и независимость*. Однако глубокое понимание, а главное — постоянная реализация этих условий совсем не просты.

Родители составляют первую общественную среду ребенка. Личности родителей играют существеннейшую роль в жизни каждого человека. Не случайно, что к родителям, особенно к матери, мы мысленно обращаемся в тяжелую минуту жизни, а в конце жизненного пути родители и дети становятся духовно все более близкими. Вместе с тем чувства, окрашивающие отношения ребенка и родителей, — это особые чувства, отличные от других эмоциональных связей. Специфика чувств, возникающих между детьми и родителями, определяется главным образом тем, что забота родителей необходима для поддержания самой жизни ребенка. А нужда в родительской любви — поистине жизненно необходимая потребность маленького человеческого существа. Любовь каждого ребенка к своим родителям беспредельна, безусловна, безгранична. Причем если в первые годы жизни любовь к родителям обеспечивает собственно жизнь и безопасность, то по мере взросления родительская любовь все больше выполняет функцию поддержания и безопасности внутреннего, эмоционального и психологического мира человека. Родительская любовь — источник и гарантия эмоционального благополучия человека, поддержания телесного и душевного здоровья.

Именно поэтому *первой и основной задачей родителей является создание у ребенка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся*. Никогда, ни при каких условиях у ребенка не должно возникать сомнений в родительской любви. Самая естественная и самая необходимая из всех обязанностей родителей — это относиться к ребенку в любом возрасте любовно и внимательно.

Может показаться, что напоминание о необходимости любви к ребенку — дело не нужное. Хорошо известно, что любовь к детям, забота о подрастающем поколении стали нравственной нормой жизни нашего общества, нравственной нормой поведения большинства родителей. И тем не менее подчеркивание необходимости создания у ребенка уверенности в родительской любви диктуется рядом обстоятельств. Оглянемся вокруг, не так редки случаи, когда дети, повзрослев, расстаются с родителями. Расстаются в психологическом, душевном смысле, когда утрачиваются эмоциональные связи с самыми близкими людьми. К сожалению, нередко психологам, работающим с подростками, приходится наблюдать, с какой горечью признаются они в своих сомнениях относительно родительской любви. Совсем не редки высказывания родителей типа «не такого ребенка хотели мы иметь», «не осталось у меня к нему любви», «мы все ему отдавали, а он не понял, не

оценил». А чем, как не ошибками в реализации родительской любви можно объяснить появление у дошкольников на вопрос о маме наряду с ответом «моя мама королева» ответов «моя мама баба-яга», «моя мама некрасивая»? Эти наблюдаемые психологами факты заставляют еще и еще раз напоминать родителям, что главное требование к семейному воспитанию — это требование любви. Но здесь очень важно понимать, что необходимо не только любить ребенка и руководствоваться любовью в своих повседневных заботах по уходу за ним, в своих усилиях по его воспитанию, необходимо, чтобы ребенок буквально ощущал, чувствовал, понимал, был уверен, что его любят, был наполнен этим ощущением любви, какие бы сложности, столкновения и конфликты ни возникали в его отношениях с родителями. *Только при уверенности ребенка в родительской любви и возможно правильное формирование психического мира, только на основе любви можно воспитать нравственное поведение, только любовь способна научить любви.*

Многие родители считают, что ни в коем случае нельзя показывать детям любовь к ним, полагая, что, когда ребенок хорошо знает, что его любят, это приводит к избалованности, эгоизму, себялюбию. Нужно категорически отвергнуть это утверждение. Все эти неблагоприятные личностные черты как раз возникают при недостатке любви, когда создается некий эмоциональный дефицит, когда ребенок лишен прочного фундамента неизменной родительской привязанности. Внушение ребенку чувства, что его любят и о нем заботятся, не зависит ни от времени, которое уделяют детям родители, ни от того, воспитывается ребенок дома или с раннего возраста находится в яслях и детском саду. Не связано это и с обеспечением материальных условий, с количеством вложенных в воспитание материальных затрат. Более того, не всегда видимая всем заботливость иных родителей, многочисленные занятия, в которые включается по их инициативе ребенок, содействуют достижению этой самой главной воспитательной цели. Как же внушить ребенку уверенность в родительской любви, спросят читатели. Ответ не сложен, *делайте все, что вы считаете нужным и возможным сделать для вашего ребенка, но всегда заботьтесь о поддержании и сохранении контакта с ним.*

Это единственно правильный путь. Глубокий постоянный психологический контакт с ребенком — то универсальное требование к воспитанию, которое в одинаковой степени может быть рекомендовано всем родителям, контакт необходим в воспитании каждого ребенка в любом возрасте. Именно ощущение и переживание кон-

такта с родителями дают детям возможность почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу.

Основа для сохранения контакта — ваша искренняя заинтересованность во всем, что происходит в жизни ребенка, ваше искреннее любопытство к его детским, пусть самым пустяковым и наивным проблемам, ваше желание понимать, ваше желание наблюдать за всеми изменениями, которые происходят в душе и сознании растущего человека. Вполне естественно, что конкретные формы и проявления этого контакта широко варьируют в зависимости от возраста и индивидуальности ребенка. Но полезно задуматься и над общими закономерностями психологического контакта между детьми и родителями в семье.

Контакт никогда не может возникнуть сам собой, его нужно строить даже с младенцем. Когда мы говорим о взаимопонимании, эмоциональном контакте между детьми и родителями, всегда имеем в виду некий диалог, взаимодействие ребенка и взрослого друг с другом, у

Диалог

Как строить воспитывающий диалог? Каковы его психологические характеристики? Главное в установлении диалога — это совместное устремление к общим целям, совместное видение ситуаций, общность в направлении совместных действий. Речь идет не об обязательном совпадении взглядов и оценок. Чаще всего точка зрения взрослых и детей различна, что вполне естественно при различных опытах. Однако первостепенное значение имеет сам факт совместной направленности к разрешению проблем. Ребенок всегда должен понимать, какими целями руководствуется родитель в общении с ним. Ребенок, даже в самом малом возрасте, должен становиться не объектом воспитательных воздействий, а *соучастником в общей семейной жизни*, в известном смысле *ее создателем и творцом*. Именно тогда, когда ребенок участвует в общей жизни семьи, разделяя все ее цели и планы, исчезает привычное единогласие воспитания, уступая место подлинному диалогу.

Весьма поучительны приемы диалогического воспитания, используемые такими выдающимися педагогами, как Я. Корчак и В. А. Сухомлинский. Психологические аспекты этих педагогических систем специально изучались автором совместно с Л. А. Петровской. Оказалось, что наиболее существенная характеристика диалогического вос-

необходимо дать некоторые разъяснения. Во-первых, воспитывает ребенка не одно только принятие, похвала или порицание, воспитание состоит из многих других форм взаимодействия и рождается в совместной жизни в семье. Здесь же речь идет о реализации любви, о созидании правильного эмоционального фундамента, правильной чувственной основы контакта между родителями и ребенком. Во-вторых, требование принятия ребенка, «любви к такому, какой есть» базируется на признании развития, а значит, постоянного совершенствования ребенка, на понимании бесконечности познания человека, даже если он совсем еще мал. Умению родителей общаться без постоянного осуждения личности ребенка помогает вера во все то хорошее и сильное, что есть в каждом, даже в самом неблагополучном ребенке. Истинная любовь поможет родителям отказаться от фиксирования слабостей, недостатков и несовершенств, направит воспитательные усилия на подкрепление всех положительных качеств личности ребенка, на поддержку сильных сторон души, к борьбе со слабостями и несовершенствами.

Контакт с ребенком на основе принятия становится наиболее творческим моментом в общении с ним. Уходит шаблонность и стереотипность, оперирование заимствованными или внушенными схемами. На первый план выступает созидательная, вдохновенная и всякий раз непредсказуемая работа по созданию все новых и новых «портретов» своего ребенка. Это путь все новых и новых открытий.

Оценку не личности ребенка, а его действий и поступков важно осуществлять, пытаясь постоянно менять их авторство. Действительно, если вы назвали своего ребенка недотепой, лентяем или грязнулей — трудно ожидать, что он искренне согласится с вами, и уж вряд ли это заставит его изменить свое поведение. А вот если обсуждению подвергся тот или иной поступок при полном признании личности ребенка и утверждении любви к нему, гораздо легче сделать так, что *сам ребенок оценит свое поведение и сделает правильные выводы.* Он может ошибиться и в следующий раз или по слабости воли пойти по более легкому пути, но рано или поздно «высота будет взята», а ваш контакт с ребенком от этого никак не пострадает, наоборот, радость от достижения победы станет вашей общей радостью.

Контроль за негативными оценками ребенка необходим еще и потому, что весьма часто за родительским осуждением стоит недовольство собственным поведением, раздражительность или усталость, возникшие совсем по другим поводам. За негативной оценкой всегда стоит эмоция осуждения и гнева. Принятие дает возможность

проникновения в мир глубоко личных переживаний детей, появления ростков «соучастия сердца». «Печаль, а не гнев, сочувствие, а не мстительность» — таковы эмоции истинно любящих своего ребенка, принимающих родителей.

Независимость ребенка и мотивы воспитания

Связь между родителями и ребенком относится к наиболее сильным человеческим связям. Чем более сложен живой организм, тем дольше должен он оставаться в тесной зависимости от материнского организма. Без этой связи невозможно развитие, а слишком раннее прерывание этой связи представляет угрозу для жизни. Человек принадлежит к наиболее сложным биологическим организмам, поэтому никогда не станет полностью независимым. Человек не может черпать жизненные силы только из самого себя. Человеческая жизнь, как говорил выдающийся советский психолог А. Н. Леонтьев, это разъятое, разделенное существование, главным признаком которого является потребность сближения с другим человеческим существом. Вместе с тем связь ребенка с его родителями внутренне конфликтна. Если дети, взрослея, все более приобретают желание отдаления этой связи, родители стараются как можно дольше ее удержать. Родители хотят уберечь молодежь перед жизненными опасностями, поделиться своим опытом, предостеречь перед совершенными когда-то ошибками, а молодые хотят приобрести свой собственный опыт, даже ценой потерь, хотя сами узнать мир. Этот внутренний конфликт способен порождать множество проблем, причем сложности независимости начинают проявляться довольно рано, фактически с самого рождения ребенка. Действительно, избранная дистанция в общении с ребенком проявляется уже в той или иной реакции матери на плач младенца. А первые самостоятельные шаги, а первое «Я — сам!», выход в более широкий мир, связанный с началом посещения детского сада? Буквально каждый день в семейном воспитании родители должны определять границы дистанции. Многие трудности взаимодействия между детьми и родителями возникают из-за ошибок в выборе оптимальной дистанции.

Решение этой задачи, иными словами, предоставление Ребенку той или иной меры самостоятельности регулируется прежде всего возрастом ребенка, приобретаемыми им в ходе развития новыми навыками, способностями и возможностями взаимодействия с окружающим миром. Вместе с тем многое зависит и от личности родителей, от

стиля их отношения к ребенку. Известно, что семьи весьма сильно различаются по той или иной степени свободы и самостоятельности, предоставляемой детям. В одних семьях первоклассник ходит в магазин, отводит в детский сад младшую сестренку, ездит на занятия через весь город. В другой семье подросток отчитывается во всех, даже мелких, покупках, его не отпускают в походы и поездки с друзьями, охраняя безопасность. Он строго подотчетен в выборе друзей, все его действия подвергаются строжайшему контролю.

Как же найти нужную дистанцию, чем могут руководствоваться при решении этого вопроса родители?

Необходимо иметь в виду, что устанавливаемая дистанция связана с более общими факторами, определяющими процесс воспитания, прежде всего с мотивационными структурами личности родителей. Известно, что поведение взрослого человека определяется достаточно большим и сложным набором разнообразных побудителей, обозначаемых словом «мотив». В личности человека все мотивы выстраиваются в определенную индивидуальную для каждого подвижную систему. Одни мотивы становятся определяющими, главенствующими, наиболее значимыми для человека, другие — приобретают подчиненное значение. Иными словами, любая человеческая деятельность может быть определена через те мотивы, которые ее побуждают. Бывает так, что деятельность побуждается несколькими мотивами, иногда одна и та же деятельность вызывается разными или даже противоположными по своему психологическому содержанию мотивами. Для правильного построения воспитания родителям необходимо время от времени определять для самих себя те мотивы, которыми побуждается их собственная воспитательная деятельность, определять, что движет их воспитательными усилиями.

Дистанция, которая стала преобладающей во взаимоотношениях с ребенком в семье, непосредственно зависит от того, какое место занимает деятельность воспитания во всей сложной, неоднозначной, подчас внутренне противоречивой системе различных мотивов поведения взрослого человека.

Рассмотрим некоторые типичные примеры «вставленное™» деятельности воспитания в различные жизненные мотивы человека. Попробуем проанализировать, какое влияние оказывает та или иная форма сочетания мотивов на реализацию деятельности воспитания.

Воспитание и потребность в эмоциональном контакте. У человека как существа общественного имеется своеобразная форма ориентировки — направленность в психический облик другого человека. Потребность «ориен-

тиров» в эмоциональном настрое других людей и называется потребностью в эмоциональном контакте. Причем речь идет о существовании двустороннего контакта, в котором человек чувствует, что сам является предметом заинтересованности, что другие созвучны с его собственными чувствами. В таком созвучном эмоциональном контакте и испытывает потребность каждый здоровый человек независимо от возраста, образования, ценностных ориентации.

Может случиться так, что цель воспитания ребенка оказывается «вставленной» именно в удовлетворение потребности эмоционального контакта. Ребенок становится центром потребности, единственным объектом ее удовлетворения. Примеров здесь множество. Это и родители, по тем или иным причинам испытывающие затруднения в контактах с другими людьми, и одинокие матери, и посвятившие все свое время внукам бабушки. Чаще всего при таком воспитании возникают большие проблемы. Родители бессознательно ведут борьбу за сохранение объекта своей потребности, препятствуя выходу эмоций и привязанностей ребенка за пределы семейного круга.

Воспитание и потребность смысла жизни. Большие проблемы возникают в общении с ребенком, если воспитание стало единственной деятельностью, реализующей потребность смысла жизни. Потребность смысла жизни, проанализированная польским психологом К. Обуховским, характеризует поведение взрослого человека. Без удовлетворения этой потребности человек не может нормально функционировать, не может мобилизовать все свои способности в максимальной степени. Удовлетворение такой потребности связано с обоснованием для себя смысла своего бытия, с ясным, практически приемлемым и заслуживающим одобрения самого человека направлением его действий. Значит ли это, что человек всегда осознает общий смысл своих действий, своей жизни? Очевидно нет, однако каждый стремится в случае необходимости найти смысл в своей жизни.

Наиболее распространенная форма удовлетворения потребности смысла жизни — это забота о ребенке. Мать или бабушка могут считать, что смыслом их существования является уход за физическим состоянием и воспитанием ребенка. Они не всегда могут это осознавать, полагая, что цель их жизни в другом, однако счастливыми они чувствуют себя только тогда, когда они нужны. Если ребенок, вырастая, уходит от них, они часто начинают понимать, что «жизнь потеряла всякий смысл». Ярким примером тому служит мама, не желающая терять положение «опекунши», которая собственноручно моет пятнадцатилетнего парня, завязывает ему шнурки на ботинках,

так как «он это всегда плохо делает», пишет за него школьные задания, «чтобы ребенок не переутомился». В результате она получает требуемое чувство своей необходимости, а каждое проявление самостоятельности сына преследует с поразительным упорством. Вред такого самопожертвования для ребенка очевиден.

ч/ *Воспитание и потребность достижения.* У некоторых родителей воспитание ребенка побуждается так называемой мотивацией достижения. Цель воспитания состоит в том, чтобы добиться того, что не удалось родителям из-за отсутствия необходимых условий или же потому, что сами они не были достаточно способными и настойчивыми. Отец хотел стать врачом, но ему это не удалось, пусть же ребенок осуществит отцовскую мечту. Мать мечтала играть на фортепьяно, но условий для этого не было, и теперь ребенку нужно интенсивно учиться музыке.

Подобное родительское поведение неосознанно для самих родителей приобретает некоторые элементы эгоизма: «Мы хотим сформировать ребенка по своему подобию, ведь он продолжатель нашей жизни...»

Ребенок лишается необходимой независимости, искажается восприятие присущих ему задатков, сформированных личностных качеств. Обычно не принимаются во внимание возможности, интересы, способности ребенка, которые отличны от тех, что связаны с запрограммированными целями. Ребенок ставится перед выбором. Он может втиснуть себя в рамки чуждых ему родительских идеалов только ради того, чтобы обеспечить для себя любовь и чувство удовлетворенности родителей. В этом случае он пойдет ложным путем, не соответствующим его личности и способностям, который часто заканчивается полным фиаско. Но ребенок может и восстать против чуждых ему требований, вызывая тем самым разочарование родителей из-за несбывшихся надежд, и в результате возникают глубокие конфликты в отношениях между ребенком и родителями.

Воспитание как реализация определенной системы. Организацию воспитания в семье по определенной системе можно считать вариантом реализации потребности достижения.

Встречаются семьи, где цели воспитания как бы отодвигаются от самого ребенка и направляются не столько на него самого, сколько на реализацию признаваемой родителями системы воспитания. Это обычно очень компетентные, эрудированные родители, которые уделяют своим детям немало времени и забот. Познакомившись с какой-либо воспитательной системой и в силу разных причин доверившись ей, родители сознательно и целе-

устремленно приступают к ее неустанной реализации.

Можно проследить даже историю формирования таких воспитательных целей, возникающих нередко как дань определенной моде на воспитание. Некоторые родители следуют идеям воспитательных положений семьи Никитиных, отстаивающих необходимость раннего интеллектуального обучения, или призыву: «Плавать прежде, чем ходить»; в иных семьях царит атмосфера сплошного всепрощения и вседозволенности, что, по мнению родителей, осуществляет спокковскую модель воспитания.

Несомненно, у каждой из этих воспитательных систем есть свои ценные находки, немало полезного и важного. Здесь речь идет лишь о том, что некоторые родители следуют тем или иным идеям и методам воспитания слишком послушно, без достаточной критики, забывая о том, что не ребенок для воспитания, а воспитание для ребенка. Интересно, что родители, следующие воспитанию по типу «реализации системы», внутренне похожи, их объединяет одна общая особенность — относительная невнимательность к индивидуальности психического мира своего ребенка. Характерно, что в сочинениях на тему «Портрет моего ребенка» такие родители незаметно для самих себя не столько описывают характер, вкусы, привычки своих детей, сколько подробно излагают то, как они воспитывают ребенка.

Воспитание как формирование определенных качеств. Проблемы независимости обостряются и в тех случаях, когда воспитание подчиняется мотиву формирования определенного для родителей качества.

Под влиянием прошлого опыта, истории развития личности человека в его сознании могут появляться так называемые сверхценные идеи. Ими могут быть представления о том или ином человеческом качестве как наиболее ценном, необходимом, помогающем в жизни. В этих случаях родитель строит свое воспитание так, чтобы ребенок был обязательно наделен этим «особо ценным» качеством. Например, родители уверены в том, что их сын или дочь должны обязательно быть добрыми, эрудированными или смелыми.

В тех случаях, когда ценности родителей начинают вступать в противоречие либо с возрастными особенностями развития ребенка, либо с присущими ему индивидуальными особенностями, проблема независимости становится особенно очевидной.

Типичным и ярким примером может служить ситуация, когда увлечение спортом приводит к тому, что супруги строят планы о совместных семейных походах, катании на яхтах, занятиях горными лыжами, не замечая, что в их мечтах о будущем ребенке им видится все-таки мальчик...

Рождается девочка. Но воспитание строится по заранее запрограммированному сверхценному образцу. Подчеркнутый мужской стиль одежды, обилие, несколько излишнее для девочки, спортивных упражнений, скептическое, насмешливое отношение к играм с куклами и даже шутовское, вроде бы ласковое прозвище Сорванец — оно тоже мужского рода. Все это может привести к отрицательным последствиям в психическом развитии и даже вызвать тяжелое заболевание у ребенка. Здесь двойная опасность. Во-первых, у девочки могут сформироваться черты противоположного пола, препятствующие правильной и своевременной половой идентификации, иными словами, может быть искажено осознание себя как будущей женщины. Современными исследованиями по психологии половых различий установлено, что последствия нарушений своевременной половой идентификации в детском возрасте накладывают печать на всю дальнейшую личную жизнь женщины. Во-вторых, навязывая ребенку не присущие ему самому качества, родители как будто убеждают его в том, что такой, какой он есть, ребенок не нужен, подчеркивают свое неприятие. А это самый неприемлемый, самый опасный для психического здоровья ребенка стиль отношения к нему.

Приходится встречаться и с другим типом реализации сверхценных идеалов воспитания. Вспоминается такой случай. В психологическую консультацию обратилась мама десятилетнего мальчика с жалобами на увеличивающееся заикание, которое возникло у сына впервые в пятилетнем возрасте. На занятиях с ребенком в игровой группе было обнаружено, что заикание — хотя и наиболее заметное, но частное, речевое проявление более общей особенности ребенка. У него сформировалась привычка к задержке любой ответной реакции. Оказалось, что действительный или речевой ответ на любой вопрос или поведение партнеров по игре мальчик давал после продолжительной паузы. Сомнений в трудности понимания вопроса или ситуации не было. Мальчик прекрасно учился, играл на скрипке, много читал, справлялся со всеми тестами на сообразительность. И все же в общении любой ответный сигнал сопровождался задержкой. Постепенно выяснилось, что причина кроется в отношениях с мамой, точнее, в том, как мама реализовывала сознательно принятые, особо значимые для нее цели воспитания. Она исходила из достаточно привлекательных с точки зрения нравственности принципов о всеобщей доброте, всепрощении, невозможности причинить боль, о «непротивлении злу». С первых же дней жизни подобные принципы, которые для ребенка оборачивались всевозможными ограничениями его активности, сопровождали каждый шаг, каждое действие

малыша. Было невозможно случайно обломать ветку — ведь она тоже чувствует, наступить на букашку — это означает причинить боль, разбить стакан — это же творение чьих-то добрых рук. Ну, а когда пришло время ребячьим стычкам и дракам, мама усилила свое воздействие. Раз и навсегда был наложен запрет на ответный шлепок, толчок или удар. Если у тебя взяла игрушку — отдай, толкнули — ни в коем случае не отвечай тем же, не приняла в игру — отойди. Так с самого раннего возраста, с «азов общения», мальчик был вынужден — а он очень любил маму, верил ей — сдерживать первую, непосредственную реакцию и лишь потом, после задержки и отторжения, проявлять ответную реакцию в соответствии с внутренними требованиями. Так возникла эта особенность поведения, а затем, зафиксировавшись, стала основной причиной заикания.

В этом примере нарушение поведения возникло как следствие реализации сверхценных родительских требований без учета особенностей этапа развития, возрастных возможностей ребенка.

Как видно из приведенных примеров, предоставление ребенку той или иной меры независимости, более короткая или длинная дистанция определяются теми мотивами, которые побуждают и «осмысливают» воспитание.

Оказалось, что, если единственным или основным мотивом воспитания является потребность эмоционального контакта, или потребность достижения, или потребность смысла жизни, воспитание проводится на укороченной дистанции и ребенок ограничивается в своей самостоятельности. При реализации определенной системы воспитания, когда мотив воспитания как бы отодвигается от ребенка, дистанция может быть любой, это определяется уже не столько личностными установками родителей или особенностями детей, сколько рекомендациями избранной системы. Но проблема независимости отчетливо проявляется и здесь. Она выглядит как проблема несвободы ребенка в проявлении присущих ему индивидуальных качеств. Подобно этому регулирующие воспитание сверхценные мотивы родителей ограничивают свободу развития присущих ребенку задатков, усложняют развитие, нарушая его гармонию, а иногда и искажая его ход.

Естественность воспитания

Какие же мотивы воспитания следует считать правильными? Как лучше сформулировать для самих себя цели работы по воспитанию своего ребенка?

Ответ так же прост, как и сложен: *мотивом воспита-*

ния ребенка должна быть счастливая, полноценная, творческая, полезная людям жизнь этого ребенка. Созиданию такой жизни и должно быть посвящено правильное семейное воспитание и правильная родительская позиция. Ведь нет ничего естественнее, чем воспитание собственно-го ребенка! «Когда юная мать дает первый раз ребенку грудь, она не просто его кормит, она дает ему первый жизненный Урок. И это ей сладко, как потом будет сладко высаживать сына на горшок, учить пользоваться вилкой, переходить улицу и так далее. В каждом из нас изначально есть педагогическая жилка. Она дана нам как голос, как слух, как способность мыслить. Она основа человеческого контакта, контакта универсального, все время передающего знания, опыт, мудрость, доброту... Без нее человечество не выжило бы. В воспитании детей есть естественность протянутой на помощь руки, так освободите из плена эту естественность!» — эти слова произносит первого сентября, обращаясь к учителям, мудрая «бабушка» опытнейший педагог из повести Г. Шербаковой. Но эти же слова могут быть адресованы и нам, родителям: «Воспитание — это протянутая рука, побуждение шагать вперед без страха, потому что вы рядом. А это так естественно учить шагать... Ничего не надо в себе ломать, не надо искать в помощь костыли и инструкции, надо просто следовать самому себе. Жить естественно и естественно отдаваться своей воспитательной работе. Без жертвенности, без мук...»

Следовать самому себе... Как же так, спросят читатели, говорим о воспитании ребенка, а оказывается, думать надо о самовоспитании? Да, именно так. Многими психологическими исследованиями показано, что успешность воспитания стоит в прямой зависимости от личностного развития, от гармонии или дисгармонии душевного мира взрослого. Некоторые авторы пытались проследить, как связаны черты характера родителей с чертами характера ребенка. Они полагали, что особенности характера или поведения родителей прямо проецируются на поведение ребенка. Думали, что если мать проявляет склонность к тоске, подавленности, то и у ее детей будут заметны такие же особенности. При более пристальном изучении этого вопроса все оказалось значительно сложнее. Связь личности родителей и воспитанных особенностей поведения ребенка не столь непосредственна. Многие зависят от типа нервной системы ребенка, от условий жизни семьи. Теперь психологам понятно, что одна и та же доминирующая черта личности или поведения родителя способна в зависимости от разных условий вызвать и самые разные формы реагирования, а в дальнейшем и устойчивого поведения ребенка. Например, резкая, вспыльчивая, дес-

потичная мать может вызвать в своем ребенке как аналогичные черты — грубость, несдержанность, так и прямо противоположные, а именно: подавленность, тормозимость, робость.

Выше уже обсуждался вопрос о связи мотивов воспитания с тем, какая степень самостоятельности предоставляется ребенку. Связь воспитания с другими видами деятельности, подчинение воспитания тем или иным мотивам, а также место воспитания в целостной личности человека — все это и придает воспитанию каждого родителя особый, неповторимый, индивидуальный характер.

Именно поэтому родителям, которые хотели бы воспитывать своего ребенка не стихийно, а сознательно, необходимо начать анализ воспитания своего ребенка с анализа самих себя, с анализа особенностей своей собственной личности.

Когда мне на консультациях задают вопрос, какое воспитание наиболее правильное, я затрудняюсь ответить, потому что для этого мне надо знать, о каком именно воспитателе, родителе идет речь. Индивидуальность одной мамы позволяет ей с успехом использовать, например, эмоциональные формы воздействия, а индивидуальный психофизический и душевный склад другой делает такие способы воздействия на ребенка не только малоэффективными, но и вредными.

Иногда спрашивают: а какой характер человека, какие склонности, какие особенности поведения наиболее необходимы для правильного воспитания ребенка? Кто может быть успешным родителем? По-видимому, успешность воспитания не зависит от какого-то определенного набора личностных черт. «Мамы всякие нужны, мамы всякие важны» — эти известные строчки могут быть осмыслены как признание того факта, что успешность воспитания не определяется наличием каких-то особых, необходимых для родительской роли черт личности.

Психологические исследования показывают, что наиболее успешно справляются с воспитанием люди, которых определяет некая гармоничность душевного мира, его открытость, способность к изменениям, способность к анализу. Для воспитания ребенка наиболее приспособлены так называемые самоактуализированные, гармонично развитые личности. В чем же секрет личностной гармонии, каков путь ее обретения? Почему гармоничная личность способна наиболее успешно выполнять функции воспитания ребенка?

Самая общая характеристика личностной гармонии состоит в том, что гармоничный человек старается стать тем, кем он способен стать, иными словами, это человек, который наиболее полно выявляет все присущие ему

здатки и способности. Уже из этого самого общего определения становится ясной связь успешности воспитания с гармонией душевного мира воспитателя. Ведь задача выявления всех задатков и способностей ребенка—наиболее важная и основная задача правильного воспитания. По-видимому, тому, кто неустанно работает над собой, выявляя и развивая присущие ему качества, легче научить такой работе и своего ребенка. Идти вместе к единой цели легче.

Гармоничные люди непременно вовлечены в какое-то дело, в деятельность, цель которой вне их самих. Они преодолели эгоцентризм, отсчет жизненных событий они ведут не от себя, а от того дела, которому служат. Они преданы этому делу, оно является чем-то очень ценным для них. Выполняя свою работу, активно вовлекаясь в нее, эти люди действуют так, что для них исчезает разделение между трудом и радостью. Трудиться для них — значит жить, а жить — значит радоваться жизни. И опять необходимо подчеркнуть, что такой человек, радостно и активно отдающийся любимому делу, совершенно естественно может создать для ребенка атмосферу радости и оптимизма, ощущение наполненности жизни. Одним своим присутствием, без назиданий и требований, своей наполненной жизнью, общей с ребенком, такой человек, такой родитель легко выполняет самое основное правило гигиены душевной жизни — создает у ребенка ощущение полноты, насыщенности, радости бытия. А такая атмосфера — наилучший фундамент правильного гармоничного воспитания.

Гармоничная, развитая личность характеризуется еще и тем, какие ценности признаются наиболее высокими. Воспитатель, идеалы которого ограничиваются пусть даже самым изощренным и на вид красивым потреблением, вряд ли сможет воспитать истинно гармоничную личность в своем ребенке. Потребление всегда насыщаемо, и только созидание, творчество не знает границ, писал А. Н. Леонтьев. Воспитатель, так или иначе основывающий свою жизнь на потреблении, никогда не сможет сделать свой контакт с ребенком свободным, диалогичным и творческим.

Гармоничный душевный мир человека означает способность к полному и живому переживанию, способность тонко и самозабвенно, бескорыстно чувствовать. Но ведь именно *способность к чувству, к переживанию, к эмоциональному контакту, к любви — самое необходимое требование к родителям, самое необходимое условие правильного воспитания.* Умение переживать, отдаваться у своим чувствам существует вместе со способностью признавать и уважать чувства и переживания своего ребенка,

помогает разбираться в сложной мелодии разнообразных переживаний подрастающего человека.

Гармонически развитые личности отдают себе отчет в том, что жизнь ставит перед каждым из нас задачу на выбор. Всякий раз при выборе гармоничный человек идет по пути личностного роста. Он способен снять ограничивающие его привычные защитные окопы, дающие иллюзорное чувство безопасности. Гармоничный человек действует, развивается, преодолевает страх и тревожность.

Страх, тревога за ребенка — какой матери незнакомы эти чувства? Но и житейский опыт, и многочисленные психологические исследования показывают, что родитель, охваченный страхами, находящийся в постоянной тревожности, не только не способен установить правильный контакт с ребенком, но, более того, может вызвать в своем ребенке неблагоприятные эмоциональные переживания, исказить развитие его личности. Вот и опять получается, что внутриличностная гармония взрослого, творческое движение вперед вместо тревожных отступлений определяют фундамент, основы правильного воспитания ребенка.

Наряду со способностью творческого выбора для гармоничного душевного мира характерна способность брать на себя ответственность. Это важнейшее личностное качество также крайне необходимо для формирования у ребенка основных, базисных эмоциональных переживаний, для закалки воли и характера. Психологическая ответственность в аспекте воспитания означает определенную степень уверенности родителя в самом себе, способность следовать необходимым правилам, выполнять свои обязательства по отношению к ребенку и другим людям. Безответственный, часто меняющий свои решения, постыдно раскаивающийся в своих поступках, сомневающийся всегда и во всем родитель может либо полностью потерять уважение и доверие своего ребенка, либо совершенно дезориентировать его и воспитать у него полную неспособность принимать собственные самостоятельные решения.

И наконец, еще одной важной характеристикой гармонической личности следует считать постоянное желание познавать и понимать, изучать и наблюдать самого себя, пытаться постичь, что тебе самому нравится, а что нет, что для тебя хорошо и что плохо, что в тебе сильного, а что является слабостью, несовершенством, что открывает тебя миру и другим людям, а что ставит барьер на пути к познанию и совершенствованию. Человек, умеющий постоянно задавать себе эти вопросы, постоянно ищущий ответов, может быть хорошим воспитателем хотя бы уже Потому, что сумеет так же пристально и внимательно

вглядываться в своего ребенка, познавать его формирующийся душевный мир, ставить задачи на смысл поступков, на оценку себя и других.

Гармоничный человек способен быть поистине любящим ребенка человеком, Старшим, который берет на себя ответственность за Младшего. Старший понимает, что знает и умеет больше, но он твердо знает, что ребенок не есть что-то особое, качественно отличное от него самого и принадлежащее к" другому миру, он скорее видит сходство, чем отличие. Мудрый и любящий воспитатель старается совершенствовать Младшего, пытается делать его лучше, чем он сейчас есть, но не таким, каков есть он, Старший, а таким и в тех неповторимых возможностях, в которых может развиваться Младший. И тогда действительно становится понятным, что для гармонично развитого человека, для гармоничной личности, для человека с творческим душевным миром нет ничего естественнее воспитания. Так же как он работает над собой, помогая самораскрытию, точно так же он помогает самосовершенствованию и самораскрытию своего ребенка.

Творческой личности соответствует и творческое воспитание, гармоничный человек становится гармоничным родителем, и тогда в его общении с ребенком легко и естественно воплощаются мудрые слова Я. Корчака: «Воспитатель, который не сковывает, а освобождает, не подавляет, а возносит, не комкает, а формирует, не диктует, а учит, не требует, а спрашивает, переживет вместе с ребенком много вдохновенных минут».

Но почему же не всем удается стать хорошими родителями, почему все еще труден этот, казалось бы, столь естественный путь? В реальной жизни все обстоит гораздо сложнее. То, какой я родитель, зависит не только от гармоничности моей собственной личности, моего сознания, воли, чувства, характера. Многие, очень многое внушено опытом нашего собственного детства, а многое в контактах с детьми становится продуктом отношений в семье в целом. Так же как личность человека меняется под воздействием семьи, благополучия или неблагополучия в ближайшем окружении, так и родительские качества человека непосредственно связаны со всем многообразным опытом личной, семейной жизни. Об этом и пойдет разговор в следующих разделах.

«Театр» одной семьи

В мире сегодняшнего дня существует арифметика отчаяния, где все просят любви, но очень мало кто может ее дать.

Г. Харрис

Как уже отмечалось выше, гармоничным семейным союзом следует считать тот, при котором семья превращается в открытую систему, раскрывающую наиболее широкие возможности для творческого роста и личностного развития всех ее членов. По отношению к детям «открытый брак» дает возможность сочетания *теплого эмоционального отношения к детям на основе постоянного созидания в ребенке уверенности в родительской любви с четко определенными правилами поведения*. При таких отношениях достигается наиболее полное принятие ребенка, сохраняется глубокий контакт, взаимодействие строится по диалогическому принципу, а в пределах принятых семьей норм поведения детям предоставляется достаточный простор для личной инициативы.

Необходимо признать, что реальное воплощение таких отношений в семье—задача весьма и весьма непростая. Тернист и неоднозначен путь к достижению семейного счастья. Сложность обретения как супружеской, так и родительской гармонии заключается в том, что каждая из действующих психологических закономерностей, определяющих супружеское и родительское поведение, как уже отмечалось, содержит внутреннюю конфликтность, противоречие. Подчас достаточно одного небольшого отклонения в ту или иную сторону, как по принципу круговой причинности проблемы наслаиваются одна на другую, растут, как снежный ком. Именно поэтому распутать клубок семейных проблем нельзя, потянув только за одну ниточку. Необходима перестройка всего внутрисемейного механизма.

Дисгармоничный семейный союз препятствует реализации присущих супругам индивидуальных качеств. Семья действительно превращается в некий театр, где каждый вынужден выполнять навязанную, чуждую, но предписанную семейным союзом роль.

В данном разделе хочется привлечь внимание читателей к анализу некоторых неблагоприятных типов отношений в семье. Необходимо подчеркнуть, что в ряде описаний черты личности людей и сами ситуации гротескно усилены. Это дает возможность ясно увидеть причины семейных дисгармоний и установить связь между различными составляющими семейных отношений. Надеемся,

что подобный анализ позволит читателям избежать некоторых ошибок в построении своей семейной жизни как в супружеском, так и в родительском аспекте.

Внешне «спокойная семья»

В этой семье события протекают гладко, со стороны может показаться, что отношения ее членов упорядочены и согласованы. Однако при более близком знакомстве становится ясно, что муж и жена испытывают чувства неудовлетворенности, скуки, их жизнь сопровождается ощущениями зря потраченных лет. Они мало разговаривают друг с другом, хотя послушно и стереотипно, часто с повышенным педантизмом выполняют свои супружеские обязанности. В таких семейных союзах можно говорить о превалировании чувства ответственности над спонтанностью и искренностью отношений. За благополучным «фасадом» скрываются длительно и сильно подавляемые негативные чувства друг к другу. Сдерживание эмоций нередко губительно отражается на самочувствии, супруги подвержены устойчивым нарушениям настроения, часто ощущают себя усталыми, бессильными. Нередко возникают длительные приступы плохого настроения, тоски, депрессии.

Вулканическая семья

В этой семье отношения изменчивы и открыты. Супруги постоянно выясняют отношения, часто расходятся и сходятся, скандалят, ссорятся, чтобы вскоре нежно любить и признаваться в любви до конца жизни, опять относиться друг к другу искренне и самозабвенно. В этом случае спонтанность, эмоциональная непосредственность преобладают над чувством ответственности. Может показаться, что второй тип семейных отношений «здоровее», но это не совсем так. Дело в том, что «выливание злости», ослабляя ситуативное напряжение, совсем не всегда приносит истинное облегчение. Человек, проявивший излишне сильно негативные чувства, стыдится своего поступка, чувствует себя виноватым, боится оказаться в смешном положении, боится осуждения, — таким образом, происходит накопление напряжений и негативных переживаний.

Как сказывается такой семейный климат на самочувствии ребенка? Следует считать и тот и другой тип неблагоприятным. Правда, негативное влияние в том и в другом случае различно. Когда отношения в семье строятся на основе сохранения видимой благожелательности,

призванной скрывать непримиримые противоречия и взаимно негативные чувства, ребенок становится беспомощным. Его жизнь наполняется безотчетным ощущением постоянной тревоги, ребенок чувствует опасность, но не понимает ее источника, живет в постоянном напряжении и не в силах его ослабить. В этом смысле открытые отношения, даже враждебные чувства менее трудны для ребенка. Однако в бурливых семьях, эмоциональная атмосфера которых пульсирует между крайними полюсами, дети испытывают значительные эмоциональные перегрузки. Ссоры между родителями приобретают в глазах ребенка катастрофические размеры, это для него подлинная трагедия, угрожающая самим основам стабильности детского мира.

Таким образом, хотя бы родители или нет, осознают или не подвергают оценке свои супружеские отношения, специфическая эмоциональная атмосфера семьи оказывает постоянное воздействие на личность ребенка.

Уже на этих двух типах семей можно наблюдать особенность, всегда сопровождающую дисгармоничные союзы. Она состоит в известной инертности, стереотипности отношений. Раз и навсегда спонтанно выработанный стиль фиксируется и долгие годы остается неизменным. Как объяснить подобную стабильность, которая тем более кажется странной, что люди на протяжении жизни достаточно сильно меняются, приобретают новый опыт? Почему именно семейные отношения столь инертны? Этот достоверный факт объясняется достаточно просто. Как правило, выработанный стереотип отношений в какой-то мере скрепляет брак, повышает его стабильность, хотя и не на гармоничной основе. Поэтому попытки одного из супругов к изменению стиля общения нередко сталкиваются с сопротивлением партнера. *Для гармонизации отношений в семье необходимы совместные осознанные усилия.* Одному психологу принадлежит меткий образ: «Брак можно сравнить с позой: если начинает сутулиться спина, то значит где-то еще должна возникнуть добавочная сутулость, чтобы удержать голову в прямом положении». Если один партнер меняется, это должно сопровождаться какими-то дополнительными изменениями, чтобы отношения сохранили стабильность и целостность. Именно поэтому позиция одного из супругов постепенно вызывает определенный тип отношений в семье в целом, и для перестройки уже этого семейного стереотипа недостаточны изменения у одного из участников семейного круга.

«Семья-санаторий»

Характерным примером семейной дисгармонии служит тип семьи, который может быть описан как «санаторий». Один из супругов, эмоциональное состояние которого выражается в повышенной тревожности перед окружающим миром, требовании любви и заботы, создает специфическую ограниченность, барьер новому опыту. Такая защита дает возможность снижения чувства тревожности перед неопределенностью окружающего мира. В узкий, ограниченный круг постепенно втягиваются все члены семьи, в том числе и дети. Поведение супругов принимает вид «курорта», усилия затрачиваются на своеобразное коллективное самоограничение. Супруги все время проводят вместе и стараются удержать возле себя детей. Попытки некоторого отделения воспринимаются как угроза самому существованию семьи, постепенно ограничивается круг общения, уменьшаются контакты с друзьями, как правило, под предлогом различий во взглядах и ценностях. Семья только внешне кажется солидарной, в глубинах отношений кроется тревожная зависимость одного из партнеров. Союз становится не свободно содружественным, а симбиотически зависимым. Это означает, что один из членов семьи, им могут стать как взрослые, так и дети, ограничивает свои обязанности, заставляя близких все больше и больше окружать его вниманием. Члены семьи объединяются в осуществлении особой заботы о нем, ограждают от трудностей, охраняют от слишком сильных впечатлений. Нередко, если семейная защита строится вокруг взрослого члена семьи, он бессознательно получает какую-то выгоду, например стабилизируя и охраняя любовь супруга. Иногда такой позицией один из супругов бессознательно мстит другому, как бы говоря: «Ты был или была ко мне так безжалостна, а теперь я так страдаю, что вынужден просить поддержки». Позиция детей в таких семьях бывает различна. В том случае, когда семья превращается в «санаторий» для матери или отца, дети обычно лишены необходимой заботы, испытывают недостаток в материнском принятии и любви. Как правило, они рано привлекаются к выполнению домашней работы, нередко годами живут в ситуации физической и нервной перегрузки, становятся излишне тревожными и эмоционально зависимыми, сохраняя при этом теплое, любовное и заботливое отношение к родителям. Поскольку бессознательная цель одного из супругов — удержание любви и заботы другого, ребенок не может компенсировать недостаток любви со стороны ни одного, ни другого родителя.

В тех случаях, когда «санаторным» отношением окружаются братья или сестры, а также кто-то из других родственников, бабушки и дедушки, внутрисемейная позиция ребенка меняется. Ограниченность семьи заботой, внутренними отношениями приводит к постоянной фиксации внимания на здоровье, подчеркиванию всевозможных опасностей, запугиванию. Необходимость удержать ребенка в семье приводит к дискредитации внесемейных ценностей, к обесцениванию общения ребенка, его друзей и предпочитаемых форм поведения свободного времени. Мелочная опека, жесткий контроль и чрезмерная защита от реальных и мнимых опасностей — характерные признаки отношения к детям в семьях «санаторного» типа.

Такие родительские позиции приводят либо к чрезмерной перегрузке нервной системы ребенка, при которой возникают невротические срывы, эмоциональные особенности по типу повышенной чувствительности, раздражительности. При повышенном контроле и опеке у детей, особенно в подростковом возрасте, усиливаются реакции протеста и желание раннего ухода от семьи.

Повышенная забота об одном человеке приводит к фиксации внимания на состоянии здоровья всех членов семьи, в этом случае у детей может возникнуть страх заболевания, который при определенных неблагоприятных ситуациях способен привести к формированию личности, у которой забота о состоянии здоровья приобретает характер сверхценной деятельности.

«Семья-крепость»

Ограниченность рамками семейного круга с дисгармоничными внутренними связями характеризует еще один тип семей. Этот вид может быть назван семьей по типу «крепости». В основе таких союзов лежат усвоенные представления об угрозе, агрессивности и жестокости окружающего мира, о всеобщем зле и о людях как носителях зла. Часто такие представления подкрепляются необходимостью вывода негативных эмоций, возникающих в семье, за ее пределы. В подобных случаях непереносимые взаимно враждебные импульсы в интересах поддержания стабильности семьи переносятся на внешний мир в целом: на отдельных лиц, на группы людей, на те или иные формы мировоззрений. В таких семьях создаются отношения якобы полного взаимопонимания, в то время как свои внутренние проблемы супруги переводят вовне. Заботясь о своем микромире, супруги осыпают окружающих различными упреками, которые они бессознательно хотели бы направить друг на друга

или часто на самих себя. Нередко в таких семьях господствуют довольно странные односторонние представления, переосценки фактов и обстоятельств, постепенно возникает странный фанатизм, приверженность к тем или иным идеям, коллективное стремление к реализации целей внутри семьи. У супругов возникает выраженное усиление чувства «Мы». Они как бы психологически вооружаются против всего мира. За подобным поведением часто скрывается отсутствие подлинных психологических тенденций, естественно скрепляющих семью. «Круговая оборона» является бессознательным камуфляжем душевной пустоты или нарушения сексуальных отношений. Часто в таких семьях наблюдается безоговорочное доминирование одного из родителей и зависимое, пассивное положение другого, вся семейная жизнь жестко регламентирована и подчинена определенным целям, застывшая фиксация определенных семейных ролей создает видимость внутрисемейной солидарности и содружественности, в то время как эмоциональное наполнение ролей давно уже иссякло или изменилось, эмоциональная атмосфера внутри семьи лишена естественной теплоты и непосредственности.

Отношение к детям в такой семье также жестко регламентируется, необходимость ограничения связей вне семьи приводит к жесткой фиксации всевозможных ограничений, к предписанию выполнения жестких правил, которые декларативно объясняются необходимостью заботы о будущем ребенке. Встречаются семьи, в которых духовное безразличие к ребенку, черствость одного из деспотов-родителей неудачно компенсируются гиперопекой и мелочной заботливостью другого. Однако необходимость скрепления семьи со стороны подчиненного родителя делает опеку непоследовательной и лишает отношения эмоциональной открытости и искренности.

В семьях по типу «крепости» любовь к ребенку все более приобретает условный характер, ребенок любим только тогда, когда оправдывает возложенные на него семейным кругом требования. Это обычно сочетается с увеличением собственнического компонента в эмоциональной привязанности родителей. Родители любят не столько самого ребенка, сколько порождаемый семейными позициями навязываемый ребенку образ «я». Воспитание приобретает черты заданности, родители стараются поступать подчеркнуто правильно, излишне принципиально. Подобная семейная атмосфера и тип воспитания приводят к повышению неуверенности ребенка в себе, к безынициативности, иногда усиливают протестные реакции и поведение по типу упрямства и негативизма. Во многих случаях фиксируется концентрация внимания ребенка на собственных внутренних переживаниях, что приводит к

его психологической изоляции, вызывает трудности в общении со сверстниками. Семья по типу «крепости» ставит ребенка в противоречивую позицию, ситуацию внутреннего конфликта, вызванного рассогласованием между требованиями родителей и окружения и собственным опытом ребенка. Постоянный внутренний конфликт приводит к перенапряжению нервной системы ребенка, создает повышенный риск невротического заболевания.

«Семья-театр»

Еще одним примером семейных дисгармоний может служить построение отношений в семье по типу «театра». Такие семьи удерживают стабильность путем специфического «театрализованного образа жизни». Иногда члены семьи разыгрывают друг перед другом спектакль, иногда вся семья формируется в один ансамбль, который разыгрывает перед окружающими пьесу. В центре внимания такой семьи всегда заключены игра и эффект. Здесь что-то говорится, что-то делается, что-то выражается эмоционально — при всем этом совсем неважно, насколько, в какой мере и что в действительности стоит за тем или иным поведением. Необходимо непосредственный отклик, реакция, которые побуждают продолжение подобных театрализованных действий. Как правило, один из супругов в подобных семьях испытывает острую потребность в признании, в постоянном внимании, поощрении, любовании, он остро испытывает дефицит любви.

Весь сконструированный семейный сценарий бессознательно служит защитой от осознания иллюзорности былых представлений, невыполненных желаний, не оправдавшихся в браке надежд. «Семейный театр» призван сохранять видимость благополучия и поддерживать необходимую близкую дистанцию. В общении с детьми запреты и поощрения быстро декларируются и также быстро забываются. Демонстрируемая посторонним любовь и забота о ребенке не спасает от остро ощущаемого детьми чувства, что родителям не до них, что выполнение ими своих родительских обязанностей — формальная необходимость, навязываемая социальными нормами.

Часто в «семейном театре» контакт с ребенком, внимание к его жизни заменяются обеспечением особых материальных условий. Родители приобретают много игрушек, специальное оборудование для занятий детей. Воспитание как бы передоверяется детскому саду, школе или другим общественным организациям. Детям дается «модное» воспитание, они посещают всевозможные кружки, занимаются языками, музыкой.

В театрализованном образе жизни семьи часто возникает особое отношение к ребенку, связанное со стремлением скрыть его недостатки и несовершенства, прикрыть трудности демонстрацией мнимых достоинств и достижений. Все это приводит к ослаблению самоконтроля, потере внутренней дисциплины. Отсутствие подлинной близости с родителями формирует эгоистическую направленность личности.

«Семья — третий лишний»

Еще одним примером дисгармоничных отношений может служить семья, к психологической сущности которой подходит название «третий лишний». Она возникает в тех случаях, когда личностные особенности супругов и стиль их взаимодействия составляют особую значимость, а родительство бессознательно воспринимается как помеха супружескому счастью. Так бывает при психологической незрелости одного или обоих родителей, при неподготовленности их личностного развития к выполнению родительских функций. Так возникает стиль отношений с ребенком по типу скрытого неприятия. В практике семейного консультирования нередко встречаются подобные семьи, имеющие даже несколько детей, но, несмотря на это, эмоционально преувеличенно значимыми остаются супружеские отношения. Часто в контактах с ребенком родители склонны внушать детям чувство неполноценности, без конца фиксируя внимание на недостатках и несовершенствах. Не так уж редки случаи соперничества между еще молодой матерью и подрастающей дочерью, бессознательная борьба за любовь и привязанность отца. Воспитание детей в подобных ситуациях приводит к формированию неуверенности в себе, безынициативности, фиксации на слабостях, детям свойственны мучительные переживания собственной неполноценности при усиленной зависимости и подчиняемости родителям. Возникшая зависимость тяготит взрослых, провоцируется тем самым усилением скрытого отвержения. В таких семьях у детей часто возникают опасения за жизнь и здоровье родителей, они с трудом переносят даже временное разлучение с ними, с трудом адаптируются в детских коллективах.

Семья с «кумиром»

Это довольно распространенный тип дисгармоничных семей. Отношения между членами семьи приводят к созданию «семейного кумира» тогда, когда воспитание

ребенка — единственное, что скрепляет супружеские отношения, когда забота о ребенке превращается в единственную силу, способную удержать родителей друг с другом. Оба родителя с преувеличенным вниманием относятся к своему чаду, перенося свои нереализованные чувства на ребенка. Во имя ребенка творятся чудеса самоотречения и жертвенности, во имя ребенка затушевываются все проблемы взрослых людей. Ребенок оказывается центром семьи, становится объектом повышенного внимания и опеки, завышенных ожиданий родителей. Многие его поступки воспринимаются без должной критики, малейшие прихоти немедленно удовлетворяются, преувеличиваются реальные и мнимые достоинства. Желание уберечь ребенка от жизненных трудностей приводит к ограничению самостоятельности, чему в значительной степени способствует бессознательная тенденция замедлить взросление ребенка, поскольку уменьшение опеки угрожает разрыву семейной группы. Здесь преувеличивается самое незначительное недомогание и болезнь ребенка, он воспринимается в условиях изнеженности, заласканности, всеобщего восхищения и умиления. Последнее усиливается потребностью получить «вознаграждение» за излишние усилия по уходу и заботе о ребенке. При таком воспитании дети становятся несамостоятельными, утрачивается активность, ослабляются побуждения. Вместе с этим возрастает потребность в позитивных оценках, детям недостает любви; столкновения с внешним миром, общение со сверстниками, где ребенок не получает желаемых высоких оценок, становятся источником все новых и новых переживаний. Требование признания любой ценой порождает демонстративность поведения. Критичное осознание собственных личностных качеств заменяется негативными оценками других, ощущениями несправедливости и жестокости окружающих.

«Семья-маскарад»

Несогласованность жизненных целей и планов супругов порождает тип семьи, которой можно дать название «маскарад». Строя свою жизнь вокруг по-разному понимаемых ценностей, «служа разным богам», родители ставят ребенка в ситуацию различных требований и несогласованных оценок. Воспитание приобретает черты непоследовательности, и мир для ребенка предстает разными, подчас противоречивыми сторонами. Мелькание «масок» повышает чувство тревожности. Несогласованность действий родителей, например повышенная требовательность отца при гиперопеке и всепрощении матери, вызывает

растерянность ребенка и расщепление его самооценки. Завышенные притязания, сочетаясь с недостаточной способностью к волевым усилиям, порождают внутренний конфликт и застойные очаги нервного перевозбуждения.

Описанные типы семейных дисгармоний доказывают сложность внутрисемейной жизни и глубокую взаимосвязь всех сторон семейного взаимодействия. Поэтому, если родители обращаются к психологам по поводу состояния ребенка, это вовсе не означает, что «слабым звеном» семейной группы является именно ребенок. Часто проблемы ребенка просто более заметны. Помочь детям в таких случаях можно, воздействуя на всю семейную группу, перестраивая неверно сложившиеся стереотипы семейных отношений.

Семья в психологическом рентгене

Как подчеркивалось в предыдущем разделе, отношения всех членов семьи, и взрослых и детей, строятся по типу своеобразного круга, подчиняются законам взаимопричинности. Характер взаимодействия, стиль общения взрослых и детей, а также формирующиеся не только у детей, но и у взрослых личностные особенности образуют замкнутый, в некоторых аспектах воспроизводящийся комплексный цикл. Поэтому неверно рассматривать поведение родителей по отношению к детям отдельно от сложной системы всех, в том числе супружеских, отношений в семье.

Однако, несмотря на очевидность связи между супружескими отношениями и особенностями воспитания ребенка, многие родители, обращаясь в семейную консультацию по поводу поведения детей, удивляются, если психолог затрагивает проблемы супружеских отношений. И вовсе не случайно, что родителям вначале легко обсуждать трудности общения с детьми. И только после длительного контакта с психологом появляется возможность свободнее говорить об отношениях в семье в целом, о затруднениях в сфере супружеских отношений. Это объясняется многими причинами. Здесь и привычная свобода, с которой мы говорим о детях даже тогда, когда что-то в отношениях с ними складывается не так, как хотелось бы, и привычная скованность в обсуждении проблем взрослой семейной жизни...

Трудность анализа супружеских отношений связана еще и с тем, что супруги не всегда могут самостоятельно осознать внутреннюю сущность семейного неблагополучия, понять источники кризиса супружеских отношений.

Для оказания помощи по осознанию и перестройке

семейных отношений используются специальные психологические приемы, позволяющие изучать различные стороны супружеских отношений. Возможно, читатели будут удивлены: неужели психологическому исследованию доступна и столь интимная, индивидуально-неповторимая сфера отношений между людьми, какой является сфера семейных отношений, сфера любви? Действительно, в арсенале психологического исследования уже накоплено немалое количество интереснейших методов для изучения различных сторон супружеских отношений. Познакомимся с некоторыми из них.

Все используемые в настоящее время методы исследования супружеских отношений делятся на три категории: биографические, опросники и тесты, а также экспериментально-моделирующие приемы.

К первой категории относится длительное психологическое изучение семьи с момента ее образования, подробное описание «биографии и автобиографии семейной жизни» — своеобразная «анатомия любви». Психолог получает массу жизненной информации из наблюдений, бесед с супругами, знакомится с письмами, сочинениями, дневниками, разумеется, при согласии на это их авторов. Весь этот жизненный материал подвергается затем психологической обработке и анализу. Анализируется текст и подтекст взаимных одобрений и неодобрений супругами друг друга, самих себя, своих детей, своей семейной жизни в целом. Биографический метод использован при описании «семейных портретов», представленных в предыдущем разделе. На основании семейно-биографического метода советские и зарубежные психологи разрабатывают так называемую семейную типологию. Биографический метод позволяет вычленять наиболее существенные значимые факторы, обуславливающие гармонию супружеских отношений или, наоборот, влияющие на возникновение семейных дисгармоний. На основе психологического анализа семейно-биографических данных изучаются внутренние закономерности и движущие силы семейных отношений.

В психологических моделях любви психологи выделяют различные аспекты. Прежде всего, это эмоциональный спектр, где полюс любви противостоит полюсу ненависти. Одновременно отношения между супругами оценивают по оси «доминирование — подчинение». Предполагается, что чувства супругов друг к другу могут быть измерены и соответственно могут изменяться от любви деспотической до любви жертвенной. Два других варианта (ненависть при Доминировании и ненависть при подчинении) могут описывать позиции супругов в дисгармоничных союзах или Распадающихся семьях.

Более детальный анализ составляющих эмоционально-ценностного отношения супругов друг к другу позволил психологу В. В. Столину предложить изучение любви не в двух, а в трех аспектах. Любовь супругов друг к другу может быть описана в следующих понятиях: симпатия — антипатия, уважение — презрение, близость — дальность. Собственно эмоциональный аспект отношений описывается шкалой «симпатии — антипатии». Однако симпатия к человеку не предполагает уважения, а любовь, по-видимому, следует измерять в шкале «уважение — презрение». Действительно, любовь одного человека к другому обязательно предполагает и уважение. На таком понимании любви основывается, в частности, советское брачное законодательство, узаконивая равные права супругов и требуя их взаимного уважения.

Таким образом, любовь обязательно предполагает некую сумму реальных «вкладов» от двух осей: симпатии — антипатии и уважения — презрения. Однако, продолжая свой анализ В. В. Столин, в анализе любви необходимо выделить еще один аспект. Этот аспект был описан как «любовь к ближнему» и «любовь к дальнему». О первой С. Л. Рубинштейн писал так: «Здесь снимается вопрос о том, к чему и к кому, какого морального облика человеку возникает любовь, снимается привержением к родственным, семейным привязанностям, для которого всякие этические оценки, качества остаются по ту сторону добра и зла. Здесь происходит отказ от всякой избирательности: кто мне близок, тот и хорош». Во втором случае — «любовь к дальнему» — происходит утверждение сущности только «образа человека, абстракции, идеала, противопоставленного самому реальному человеку». По С. Л. Рубинштейну, истинная гармония любви позволяет «в ближнем увидеть идеал в его конкретности». Итак, предлагается «третье» измерение любви — переживание дистанции с близким человеком.

Любовь при максимуме симпатии и уважения существует в том смысле этого чувства, в котором оно воспето поэтами, когда предполагается не только крайняя степень симпатии к объекту чувства, но и уважение облика любимого человека в целом, признание высокой ценности его индивидуальных качеств, существующих или предполагаемых достоинств. Стремление к близости, совместности, чувство общности и единства (которому не всегда соответствует общность взглядов, идеалов, представлений) — необходимый компонент любви. Он будет максимально выражен в половой любви, хотя присутствует, как и два предыдущих компонента, во всех других видах любви. Смыслу любви при отрицательном значении оси «близость — дальность», когда любовь предполагает боль-

шую межличностную дистанцию, соответствует ситуация однонаправленной любви, например к киноактерам, спортсменам. Блестящее описание любви при отрицательном значении близости дано в повести А. И. Kupрина «Гранатовый браслет», таинственное очарование этого чувства подчеркнуто отдаленностью и недоступностью объекта любви. Подобное чувство принято описывать как платоническую любовь, оно воплощено, например, в чувстве Петрарки к Лауре и других примерах обожествления, одухотворения объекта любви.

Таким образом, представленная модель психологического анализа любви позволила В. В. Столину дать описание восьми типов супружеских позиций, или, иначе, типов любви.

Действенная любовь (симпатия, уважение, близость) характеризует наиболее оптимальные, гармоничные супружеские отношения. Кроме непосредственного влечения к другому человеку (симпатия) уважаются права и достоинства супруга, его интересы, склонности, особенности, даже «чужачества»; ответственность за поддержание оптимальных отношений признается равной своей собственной ответственности. Близость с супругом приобретает множественный смысл, предполагая как интимную близость при взаимной удовлетворенности сексуальными отношениями, так и духовную близость, понимаемую как способность чувствовать и понимать духовный мир, внутреннюю логику чувств и поступков супруга.

Отстраненная любовь (симпатия, уважение, но с недостатком близости) может возникнуть в ситуации неудовлетворенности интимной жизнью, когда недостаток интимной близости переходит в дефект близости психологической. Такая модель семейной дисгармонии подробно анализируется в исследованиях сексологов. В подобных случаях у женщин возникает утрата чувства любви к мужу, появляется раздражительность, придирчивость, провоцирующие и обостряющие внутрисемейные конфликты.

Любовь по типу действенной жалости (симпатия, близость, отсутствие уважения) может характеризовать супружеские отношения, отражающиеся в восприятии одного или обоих супругов как мезальянс. Такие отношения можно наблюдать, когда культурный и образовательный уровень мужа ниже уровня жены и она переживает то. В таких семьях вполне возможно сильное эмоциональное притяжение супругов, счастливая интимная жизнь и полноценная близость.

Любовь по типу снисходительного отстранения (симпатия, неуважение, большая межличностная дистанция) Наблюдается иногда в семейных союзах средней продол-

жительности, в ситуации «разочарования» в супруге, при не слишком удачной, но и не слишком значимой интимной жизни. Часто такие отношения строятся по типу «опекун — опекаемый», «родитель — дитя» и предполагают доминирование одного из супругов.

Четыре других типа эмоциональных отношений, как подчеркивает В. В. Столин, включающие в качестве своего обязательного компонента антипатию, описываются распадающиеся браки или распавшиеся семейные отношения в ситуации острых конфликтов. В сочетании с близостью, которая нередко приобретает извращенный характер, такие отношения могут довольно-таки длительное время сохраняться, поскольку семейные ссоры, демонстрация антипатии и неуважения усиливают все еще сохраняющееся чувство взаимной связи супругов. При отсутствии близости антипатичные отношения преобразуются в «военные действия», если сохраняется уважение друг к другу хотя бы в форме признания возможности другого на «ответный удар», либо при отсутствии уважения приводят к полному игнорированию супруга, к окончательному распаду семейных связей.

Предложенная трехчленная модель оценки позволяет проанализировать биографические данные также и с позиций изменения эмоционально-ценностного отношения супругов на протяжении семейной жизни, позволяет показать внутреннюю сложность и неоднозначность человеческих чувств.

Помимо психологического анализа биографических данных психологи, изучающие семейные отношения, пользуются разнообразными опросниками и интервью. Назначение опросников, а также построение системы интерпретаций весьма различно. Социологические и социально-психологические исследования, проводимые с помощью опросников на больших группах населения, показывают характерные тенденции в особенностях семейной жизни в городе и сельской местности, обнаруживают связь между различными социальными и психологическими факторами. Например, показывают, как связано число детей в семье с экономическими, социальными, культурными условиями, в каких социальных группах какое число детей предпочитается. В подобных опросниках используются обычно прямые вопросы, а затем вся совокупность сведений подвергается статистической обработке.

Другой класс опросников предполагает выделение не общих социально-психологических тенденций, определяющих жизнь современной семьи, а, наоборот, характерных индивидуальных особенностей каждой конкретной семьи. Опросники такого рода находят все большее применение в семейных консультациях, при работе психологов

с контингентом разводящихся супругов. Построение таких опросников более сложное, здесь используются не прямые, а косвенные вопросы. Существует довольно много опросников, направленных на выявление супружеской совместимости. С помощью таких приемов специалисты, да и сами супруги, получают возможность более осознанно оценивать качества партнеров, определять степень точности межличностного восприятия. Разработаны процедуры опросов и для супругов с солидным стажем семейной жизни. Это опросники, позволяющие оценить степень удовлетворенности брачными отношениями. Субъективная удовлетворенность или неудовлетворенность браком — это обобщенная эмоция, достаточно стабильное переживание. Если это переживание приобретает отрицательный, негативный характер, что и происходит при неудовлетворенности, человек неизбежно пытается осмыслить, как-то истолковать это для самого себя, пытается объяснить причины создавшегося эмоционального переживания. Такие объяснения могут относиться к отрицанию ценности брака вообще или сравнению собственного брака с другими и, наконец, выразиться в оценках личности супруга. Неудовлетворенность браком может проявиться также и в отношении супругов к прошлому, настоящему и будущему семейной жизни. Исследованию всех этих составляющих и посвящен опросник удовлетворенности браком, который дает много ценной информации для понимания особенностей внутрисемейных дисгармоний, сильных и слабых сторон каждого изучаемого брачного союза.

Еще одним весьма перспективным направлением использования опросников могут служить варианты для оценки психологического климата семейной жизни. Понятие «психологический климат» в последние десятилетия употребляется для описания различных аспектов взаимодействия коллектива, групп людей, выполняющих совместную работу, объединенных общими задачами. Психологический климат — это не только производная, результат совместной деятельности и общения людей. Специальными исследованиями показано, что благоприятный или неблагоприятный климат оказывает заметное влияние как на отдельного человека, так и на группу или коллектив в целом. Психологический климат может быть представлен как своеобразный фильтр, который в определенной степени обуславливает групповое и индивидуальное поведение. SKHM образом, психологический климат — это не столько некий результат взаимодействия, но главным образом Регулятор совместной деятельности.

Понятие психологического климата вполне применимо к семье, ведь семья — это коллектив. Для его психологи-

ческой характеристики выделяют такие факторы, как сплоченность и взаимная ответственность, информированность членов семьи относительно планов и поступков других ее членов, организованность семьи, чувство коллективизма, или, как его называют, «чувство Мы».

Результаты опроса статистически обрабатываются и представляются в виде циклограммы. Таким образом, каждая семья в психологической консультации может получить «графический портрет» психологического климата своей семьи. Очень важно, что такая информация дает возможность супругам сделать предметом самостоятельного обсуждения те или иные стороны своих отношений, увидеть, какие показатели и по каким параметрам семейных отношений выше, а какие отстают, где наметились «перспективы роста», как сформулировать общесемейные цели для изменения тех или иных сторон взаимодействия.

Интересно, что уже одно обсуждение циклограмм дает возможность супругам по-новому, на более сознательном уровне оценить свои отношения, дает уверенность в том, что даже такие, казалось бы, неуправляемые и стихийные отношения, которыми принято считать отношения в семье, вполне могут быть оценены и, главное, они вполне поддаются управлению. А чувства от этого ничуть не тускнеют, наоборот, совместная психологическая работа придает эмоциям еще большее очарование, дает возможность пережить особую радость от совместно обретенных побед. В качестве иллюстрации можно привести фрагмент обсуждения одного «циклографического семейного портрета»:

— Это удивительный портрет того, в каких областях мы расходимся... Ты теперь видишь (жене)?

— Меня это просто поразило, ведь мы же сами отвечали на все вопросы, здесь все стало так видно, а почему-то раньше словами этого сказать не могли. Можно я это дома на стенку повешу и буду все время подходить и смотреть, тут ясно видно, что следует делать, а что нет...

— А вот здесь, вот в этих зонах, у нас все так совпадает, все хорошо...

— Может быть, даже слишком, это надо обсудить...

— Хорошо, что мы это увидели и обсудили, теперь знаем в какой-то мере, чем мы сильны, а где еще надо поработать.

Для оценки межличностного восприятия, способности супругов понимать и чувствовать внутренние побуждения друг друга психологи используют весьма любопытный прием — супругам предлагаются личностные опросники, но заполнять их надо не за себя, а так, как на подобные вопросы ответили бы муж или жена. Затем ответы сравниваются, анализируются и обсуждаются вместе с супругами. Польза от таких обсуждений для гармонизации семейных отношений, для выяснения причин кризисов и конфликтов вполне очевидна.

Однако и анализ биографических данных, и даже самый тонкий и изобретательный опросник имеют определенные ограничения. Вся информация, которую извлекает психолог, касается прошедших событий. Кроме того, это сведения, уже обработанные сознанием и чувствами тех, кто дает ответ. Наиболее важно для психолога проникать в семейные отношения, ничего в них не нарушая, научиться схватывать это неуловимое «здесь и сейчас», получить возможность тут же, без отлагательств проанализировать «горячие точки» внутрисемейного общения.

Этой задаче отвечают экспериментально-моделирующие процедуры, в которых создаются условия для выявления реального поведения супругов, реального взаимодействия.

Психологу К. К. Платонову принадлежит интересное наблюдение: «Приходилось ли вам когда-нибудь мыться в групповом душе, в котором регулировка горячей и холодной воды в одной кабинке сразу сказывается на соседних? Бывали группы моющихся, которые быстро соображали, в чем тут дело, и совместными усилиями устанавливали «нужный режим» во всех кабинках. Порой группа довольно быстро выделяла кого-либо для «руководства». А иногда кто-либо, проявляя инициативу, брал на себя «руководящую роль», или, как говорят психологи, становился лидером, иногда неудачным. И уж совсем плохо было, когда лидеров оказывалось несколько. Такие группы долго, а то и совсем не могли справиться с душем, все время мешая друг другу. На всю жизнь мне запомнился этот душ. Ведь в нем очень отчетливо проявились те же закономерности, которые есть в каждой группе людей: как в случайной, неоформленной, так и в коллективе. Слыша, как не сработался экипаж самолета, зимовщики на метеостанции или рабочие в бригаде, я всегда вспоминаю этот душ».

Это и подобные психологические наблюдения позволили психологам предложить интересную экспериментальную модель для изучения совместной деятельности, взаимодействия и коммуникации. Этот прием широко используется и для оценки особенностей взаимодействия супружеских пар. Вариантов таких приемов довольно много, а принцип один: супругам предлагается выполнять совместную работу, организованную так, что успех выполнения задачи зависит не от отдельных правильных решений каждого, а от согласованности совместных действий. Существуют лабиринтные задачи, в которых движение Ручек, управляемых партнерами, связано таким образом, что при каждом движении необходимо учитывать степень отклонения, произошедшего у партнера. Такой эксперимент дает возможность проследить путь формирования

совместной деятельности, выявить наиболее совершенную и, наоборот, неуспешную стратегию совместных усилий, моделировать конфликтные ситуации и оценить возможности пары в нахождении путей выхода из конфликтов.

Одним из вариантов подобного экспериментального приема может служить специальная методика по исследованию общения между супругами в процессе выполнения общей задачи. Процедура эксперимента достаточно проста. Два человека распределяют роли ведущего и ведомого. В наших экспериментах ведущими были жены, а ведомыми — мужья. Супругам предлагались сложные карты города. На карте у жены стрелками отмечены маршруты, а у мужа таких отметок нет. Между мужем и женой во время выполнения работы размещается экран, заслоняющий карты, но позволяющий видеть собеседников. Муж должен по описаниям жены восстановить два маршрута, а жена должна «провести» своего мужа по указанному пути. Оба супруга могут задавать друг другу вопросы, просить повторить, уточнить. Таким образом, супруги включаются в совместную работу, где от точности коммуникации, от точности слов и объяснений зависит успешность выполнения задания. Для успеха здесь нужно не только самому понять, как действовать, но и еще в осложненных условиях точно объяснить свою позицию партнеру по совместной работе. Оказалось, что супружеские пары довольно сильно различаются не только по скорости и успешности выполнения задания, но и по тому, какую стратегию выбирают для совместной работы, насколько быстро находят наиболее эффективные пути совместных действий, насколько точны и лаконичны в своих речевых высказываниях. Более того, данная методика позволяет оценить способность супружеских пар к разрешению конфликтных ситуаций. Для этого достаточно, не сообщая супругам, внести некоторые несовпадения в карты, при которых супруги оказываются в разных позициях, но не имеют возможности сразу определить это. При поиске путей выхода из конфликта выявляются большие различия между парами, успешность выполнения задания зависит от степени гармоничности семейного союза. Оказалось, что пары, удовлетворенные своими семейными отношениями, довольно быстро совместными усилиями находят ошибку в картах, обходят ее и доводят задание до конца. Те супружеские пары, в которых отчетливо выявляются семейные дисгармонии, например в семьях с затяжными конфликтами, ошибка вообще не находится. Оказавшись в трудной ситуации, супруги пытаются найти ошибку в действиях партнера. Мужья считают, что жены дают неправильные инструкции, а жены удивляются и сетуют на непонятливость мужей. Такая неконструктив-

ная позиция приводит часто к излишне аффективному, повышенно эмоциональному общению, которое еще в большей степени затрудняет выполнение задания, в результате супруги не могут пройти маршрут до конца и прерывают работу. Не правда ли, поучительный эксперимент? Он особенно полезен при последующем обсуждении, когда супругам предоставляется возможность проанализировать магнитофонную или видеоманитофонную запись своей совместной работы, сделать нужные выводы, оценить особенности своего супружеского взаимодействия.

Моделирование конфликтов используется также и в других процедурах, где используются возможности драматизации. Эти приемы требуют высокой квалификации психолога и достаточно длительной совместной работы в супружеских группах или при общении психолога с данной семьей. Когда созданы условия для свободного общения, супругам предлагается разыграть характерные для повседневной жизни ситуации, например: «ты опять задержался на работе», «почему ты так говорил со мной?», «мы опять поссорились». Очень полезно, когда супруги разыгрывают подобные сцены не за себя, а за партнера, меняются ролями. Такие разыгрывания дают возможность увидеть причины взаимного непонимания, глубже осознать позиции друг друга, выработать новые формы внутрисемейного общения. Интересно, что результат метода драматизации, разыгрывания конкретных ситуаций полезен еще и тем, что дает возможность вновь эмоционально пережить конфликт, получить облегчающий эффект, позволяет оживить и усилить позитивные чувства супругов друг к другу. Приведем фрагмент отчета, данного одной из участниц сеанса игровой драматизации:

У меня после прошлого занятия была очень сильная реакция. В наших отношениях было много трудного, неясного. У нас опыт совместной жизни немалый. Хотя он (муж) человек эмоционально отзывчивый, я жила все это время, не чувствуя опоры на него. Я какой-то груз несла на себе, привыкла к этому. Не чувствовала, что меня поймут, все эмоции в себе. Эта игра помогла нам лучше понять друг друга, больше друг на друга полагаться и доверять. Тут и он очень изменился, в душе больше почувствовал меня, с другой стороны, я открыла в нем какие-то стороны, на которые раньше внимания не обращала. Мне очень хотелось, чтобы он меня пожалел, подошел, приласкал. Раньше у меня тоже были такие трудности, но я, наоборот, замыкалась, закрывалась. А тут он меня пожалел. И я почувствовала, что действительно со мной рядом есть близкий человек. Мне иногда казалось, что мы не найдем общего языка, а тут, на этих играх, все снялось. Я почувствовала, что в муже у меня действительно есть сила, пора. И я сама пошла навстречу, и почувствовала, что могу снять груз, к которому привыкла...

Итак, психологический рентген помогает супругам увидеть то, что скрыто заботами, повседневностью, что не

всегда легко может быть осознано и преодолено. Но для успеха в использовании любого психологического приема необходимо одно — твердое желание самих супругов строить, созидать, творить свои отношения в семье. Любовь во всем многогранном значении этого слова с годами приходит к тем, кто неустанно трудится, кто много чувствует, много размышляет, кто способен изменять что-то в самом себе...

^ Воспитание в интерьере семьи

В предыдущем разделе речь шла о психологическом изучении супружеских отношений, об «измерении» любви супругов друг к другу. А любовь родителей к своему ребенку? Существуют ли психологические приемы изучения родительских чувств? Да, такие приемы существуют. Общая особенность психологических методов изучения состоит в попытке рассматривать родительскую любовь как результат всех семейных отношений, как следствие супружеских чувств. Поэтому некоторые приемы сходны с теми, что уже разбирались выше.

Подобно тому как неповторима личность каждого человека, сколь индивидуальны отношения между супругами, столь же сложны и отношения родителей к своему ребенку, неоднозначна родительская любовь.

В своем ребенке можно любить повторение собственных черт, можно увидеть любимые или, наоборот, неприятные, отвергаемые черты его отца или матери. Отношения с детьми, любовь к детям, как не раз уже повторялось в предыдущих главах, сложное переплетение, комплекс всех отношений в семье. Вместе с тем ребенок не только «получает» родительскую любовь, но, как член семьи, оказывает сильное влияние на чувства и отношения родителей как к себе, так и друг к другу. Дети, становясь важнейшими членами семьи, формируют тот или иной климат, атмосферу семейной жизни.

Наблюдения за воспитанием детей в различных семьях, над поведением родителей позволили психологам составить некоторую типологию родительской любви, дать описание различных типов воспитания.

Одно из направлений в описании типологии семейного воспитания — изучение воспитательных родительских установок и позиций. В самом общем виде были сформулированы оптимальная и неоптимальная родительские позиции.

Оптимальная родительская позиция отвечает требованиям адекватности, гибкости и прогностичности.

Адекватность родительской позиции может быть]

определена как умение родителей видеть и понимать индивидуальность своего ребенка, замечать происходящие в его душевном мире изменения.

Гибкость родительской позиции рассматривается как способность перестройки воздействия на ребенка по ходу его взросления и в связи с различными изменениями условий жизни семьи. Гибкая родительская позиция должна быть не только изменчивой в соответствии с изменениями ребенка, она должна быть превосходящей, прогностичной.

Прогностичность родительской позиции означает, что не ребенок должен вести за собой родителей, а, наоборот, стиль общения должен опережать появление новых психических и личностных качеств детей. Только на основе прогностичной родительской позиции можно установить оптимальную дистанцию, можно выполнить требование независимости воспитания.

В дисгармоничных семьях, там, где воспитание ребенка приобрело проблемный характер, довольно отчетливо выявляется изменение родительских позиций по одному или по всем трем выделенным показателям. Родительские позиции неадекватны, утрачивают качества гибкости, становятся повышено устойчивыми, неизменчивыми и непрогностичными.

Существует попытка описать воспитание в семье через те роли, которые выполняет ребенок. Роль определяется как некий набор шаблонов поведения по отношению к ребенку в семье, как сочетание чувств, ожиданий, действий, оценок, адресованных ребенку от взрослых членов семьи.

В гармоничной семье дать описание роли трудно, потому что все отношения с ребенком гибки и изменчивы. Но в тех случаях, когда родительские позиции утрачивают качества гибкости, адекватности и прогностичности, Детские роли довольно четко выявляются.

Наиболее типичны четыре роли: «козел отпущения», «любимчик», «примиритель», «беби». Первая роль возникает в семье, когда супружеские проблемы родителей, взаимное недовольство друг другом переходят на ребенка, он как бы отводит на себя негативные эмоции родителей, которые на самом деле они испытывают друг к другу. Вторая, внешне совершенно иная роль по своему психологическому содержанию сходна, она возникает тогда, когда Родители не испытывают друг к другу никаких чувств, а эмоциональный вакуум заполняется преувеличенной заботой о ребенке, преувеличенной любовью к нему. Две Другие роли по существу описывают степень близости Родителей и ребенка. «Беби» отдален от родителей, он как ом вытесняется из семейной общности, ему раз и навсегда

предписано быть в семье только ребенком, от которого ничего не зависит. Эта роль возникает при сильной близости супругов друг к другу. «Примиритель», рано включившийся в сложности семейной жизни, занимает важнейшее место в семье, регулируя и устраняя супружеские конфликты. Предотвращение супружеских конфликтов вынуждает ребенка играть роль взрослого, приближаться к родителям.

Уже из этих примеров видно, что, преломляясь через семейные отношения, родительская любовь видоизменяется, усложняется.

Некоторые авторы пытались положить в основу описания типов воспитания степень выраженности эмоционального отношения родителей к своему ребенку. Представлены два крайних типа, а все остальные отличаются по степени выраженности эмоций.

Воспитание по типу любви и принятия. Обобщенная формула родительского воспитания выражается утверждением: «Ребенок — центр моих интересов». В поведении родителей отмечаются нежность к детям, разнообразные занятия с ними, забота об их жизни и воспитании.

Воспитание по типу неприятия, отвержения ребенка. Обобщенная формула родительского отношения формулируется так: «Ненавижу этого ребенка, не буду о нем заботиться, беспокоиться». В поведении родителей проявляется невнимательность к ребенку, жестокость и желание как можно меньше общаться с ним.

В других исследованиях внимание уделялось степени свободы ребенка в семье, тому, как родители строят контроль за его поведением. При таком подходе также описаны два крайних типа — чрезмерная опека и излишняя требовательность.

Воспитание по типу чрезмерной опеки. Воспитательная формула родителей: «Все сделаю для ребенка, полностью посвящу ему свою жизнь». В поведении родителей полное попустительство сочетается с чрезмерной опекой.

Воспитание по типу излишней требовательности. Воспитательная формула родителей может быть выражена утверждением: «Не хочу ребенка такого, какой есть». В воспитании усилена критика ребенка, отсутствуют похвалы, поощрения.

Во многих исследованиях психологи, пытаясь описать типы воспитания, пришли к выводу, что более точной будет оценка воспитания не в одном, а одновременно в нескольких аспектах. Поведение воспитателя представляется в системе координат, одна из осей которых отражает эмоциональный аспект отношения к детям, а другая — поведенческий. Комбинации крайних значений дают четыре типа воспитания: 1) теплое отношение к ребенку в

сочетании с предоставлением ему самостоятельности и инициативы; 2) холодное разрешающее воспитание, при котором некоторая холодность к ребенку, недостаточность родительских чувств сочетаются с предоставлением ему достаточной свободы; 3) теплое ограничивающее воспитание, которое характеризуется эмоционально ярким отношением к ребенку с излишним контролем за его поведением; 4) холодное ограничивающее воспитание, которое приводит к постоянной критике ребенка, к придиркам, а иногда и преследованию любого самостоятельного поступка.

В самое последнее время наметился еще один подход, исходящий не из двучленной, а из трехчленной модели факторов воспитания. Изложение этого подхода уже приводилось при описании отношений супругов, теперь покажем, как этот подход может быть применен для оценки типов воспитания ребенка. Выделены три спектра отношений, составляющих любовь родителей к своему ребенку: симпатия—антипатия, уважение — пренебрежение, близость—дальность. Сочетание этих аспектов отношений позволяет описать восемь типов родительской любви.

Действенная любовь (симпатия, уважение, близость). Формула родительского семейного воспитания такова: «Хочу, чтобы мой ребенок был счастлив, и буду помогать ему в этом». Теплое эмоциональное отношение к ребенку, принимающее его личность, поведение, активное внимание к интересам ребенка, уважение его прав и признание обязанностей, оказание помощи при разумной требовательности.

Отстраненная любовь (симпатия, уважение, но большая дистанция с ребенком). Формула семейного воспитания: «Смотрите, какой у меня прекрасный ребенок, жаль, что у меня не так много времени для общения с ним». При таком стиле воспитания родители высоко оценивают ребенка, его внешний облик, его успехи, способности, однако мягкое обращение с детьми сочетается с недостаточным вниманием к их повседневным нуждам, с поверхностным знанием душевного мира. Внешнее любование ребенком сочетается с неумением помочь ему в его проблемах.

Действенная жалость (симпатия, близость, но отсутствие уважения). Формула воспитания ребенка такова: «Хотя мой ребенок недостаточно умен и физически Развит, но все равно это мой ребенок и я его люблю». Такой стиль эмоционального отношения к ребенку характеризуется признанием действительных, а иногда мнимых отклонений в умственном или физическом развитии ребенка, в результате родители приходят к идее исключитель-

ности своего ребенка: «Мой ребенок не такой, как все», при этом имеется в виду, что ребенок не так хорош, как другие дети. В общении с ребенком родители идут по пути предоставления особых привилегий, излишне опекают, затрачивают массу усилий на предохранение от вредных влияний. Родители внимательны к ребенку, их интересы сосредоточены на нем, но как бы не доверяют ребенку, не верят в его возможности и способности.

Любовь по типу снисходительного отстранения (симпатия, неуважение, большая межличностная дистанция). Формула семейного воспитания выглядит примерно так: «Нельзя винить моего ребенка в том, что он недостаточно умен и физически развит». В общении с ребенком таким родителям свойственно не вполне осознанное оправдание неблагоприятных черт поведения или личностных свойств ребенка, его беспомощности ссылкой на его болезненность, на плохую наследственность и иные причины. Неблагополучие ребенка как бы негласно признается его правом, родители не вмешиваются в дела ребенка, в его контакты со сверстниками и другими людьми, недостаточно ориентируются в душевном мире своего ребенка, плохо знают его внутренние переживания.

Отвержение (антипатия, неуважение, большая межличностная дистанция). Такое отношение к детям встречается достаточно редко, формула позиции родителей выражается примерно такими словами: «Этот ребенок вызывает у меня неприятные чувства и нежелание иметь с ним дело». Родитель пытается уменьшить всякое общение с ребенком, не замечать его присутствия, становится холодно-неприступным при его приближении, совершенно отстраняется тогда, когда ребенок нуждается в поддержке, в помощи.

Презрение (антипатия, неуважение, малая межличностная дистанция). Такое отношение к детям соответствует родительской формуле следующего вида: «Я мучаюсь, беспредельно страдаю от того, что мой ребенок так неразвит, неумен, упрям, труслив, неприятен другим людям». В общении с ребенком родитель обычно не замечает ничего положительного в нем, совершенно игнорирует любые его достижения, но в то же время мучительно переживает свою связь с таким, как им кажется, неудачным ребенком. Постоянное одергивание, требовательность, понукания, назидания заполняют все общение родителей и детей. Такие родители водят ребенка от одного специалиста к другому, побуждая «исправить» ребенка.

Преследование (антипатия, уважение, близость). Т*кой тип родительского отношения может быть описан формулой: «Мой ребенок негодяй, и я докажу ему это!»

воспитании присутствует твердая убежденность родителей, что их ребенок превратился в законченного негодяя и мерзавца, во всех проявлениях ребенка, на каждом шагу видят его «злую волю». Родители пытаются строгостью и жестким контролем переломить ребенка, выступают инициаторами привлечения к воспитанию общественности, нередко склонны к вынесению излишне строгих мер воздействия.

Отказ (антипатия, уважение и большая межличностная дистанция). Формула родительского отношения выглядит примерно так: «Я не хочу иметь дела с этим негодяем». В воспитании ребенка преобладает отстранение от его проблем, но родители как бы издали «следят» за ребенком, признают его силу, ценность некоторых личностных качеств. При заострении отношений такие родители охотно прибегают к помощи общественности, стремятся передоверить ребенка школе, другим воспитательным учреждениям, обращаются к врачам. В поведении родителей просматривается неосознанный призыв к тому, чтобы их оградили от ребенка, от «этого чудовища».

Несомненно, приведенные типы родительского отношения гротескно заострены. В жизни никогда не бывает так, чтобы все поведение родителей от рождения ребенка до его взросления описывалось одним типом отношений, в ходе воспитания под воздействием тех или иных событий отношение родителей изменяется, приобретает те или иные черты, приближаясь более или менее к какому-то из описанных типов. Чаще всего в поведении родителей смешаны несколько вариантов отношений. Однако данный подход позволяет определить, какая именно установка на данный момент времени стала для родителей ведущей.

Необходимо иметь в виду, что эффективность воспитания зависит не только от воспитательных позиций родителей, от отношений в семье. Результат воспитания зависит в большой степени и от самого ребенка, от типа его нервной системы, особенностей темперамента, присущих ему к данному моменту личностных качеств. Это нетрудно заметить, когда в сходных по стилю воспитания семьях вырастают совершенно непохожие по своим личностным качествам дети. Изучение связи типа воспитания и индивидуальности ребенка весьма и весьма сложно. Здесь неизбежны и упрощения, и схематизм. Покажем сочетание типа воспитания и особенностей ребенка только на °дном примере. Допустим, что нервная система ребенка °тносится к так называемому слабому, чувствительному типу. Таким детям свойственна повышенная эмоциональная чувствительность, склонность к уединению, фантазированию, мечтательности. Теперь представим себе, к Каким последствиям в развитии только одной этой способ-

ности могут привести разные стили воспитания. Например, при излишне требовательном воспитании, стремлении насильно приучить ребенка к общительности, при обилии придинок, указаний на его слабости родители только усилят черты пассивности, заострят привычку к замене реальности фантазиями, усложнят межличностные контакты ребенка. Если же воспитывать такого ребенка в более демократичном духе, ослабить непосредственный контроль, осторожно стимулировать инициативу при глубоком эмоциональном контакте, внимании к сложному внутреннему миру, через некоторое время можно ожидать, что в поведении такого ребенка обязательно появятся черты активности, большей решительности. Он сможет развитым воображением, эмоциональностью привлечь к себе сверстников, разовьет в себе качества, необходимые для полноценного общения.

Из этого простого примера нетрудно сделать вывод, что мудрость родителей, родительская любовь должны подсказать, какой именно стиль отношений необходимо выбрать в воспитании ребенка.

Описанные выше подходы к изучению любви супругов друг к другу и к своему ребенку приведены не только для того, чтобы познакомить читателей с психологической лабораторией по изучению семьи. Ведь приведенные шкалы достаточно понятны и просты. Достижение гармонии семейной жизни, как уже не раз подчеркивалось, возможно лишь при постоянном изучении супругами самих себя, своих отношений, своего ребенка и стиля общения с ним. Попробуйте беспристрастно оценить свои семейные отношения, стиль воспитания детей по описанным шкалам. Может быть, вы узнаете что-то новое о самих себе? Очень полезно, если результаты такого самотестирования вы сможете коллективно обсудить.

Итак, не пожалейте времени на психологическое изучение особенностей своей семейной жизни и семейного воспитания. Польза такого изучения обнаружится очень быстро, ведь оно послужит началом созидательной творческой работы, откроет пути для гармонизации семейной жизни, принесет семейное и родительское счастье!

Если предстоит развод...

Чувство собственного своеобразия борется с чувством человеческой схожести. В новых и трудных ситуациях «мы» должно опережать «я». Психологический конфликт может быть оценен как слишком большая передвижка от «мы» к «я».

А. Кемпинский

Семейный конфликт

Какова психологическая сущность семейного конфликта? Что понимается под этим термином? Речь идет о заостренных внутренних противоречий, при котором ранее скрепляющие союз стереотипы отношений под влиянием тех или иных факторов перестают выполнять функцию удержания семейной целостности. Линии напряжения между людьми приобретают открытый характер, семья стоит на грани раскола, супруги всерьез задумываются или начинают открыто обсуждать возможности перестройки совместной жизни, иногда путем выхода одного из них за пределы семьи.

Внешнее выражение и внутренняя причинность открытых конфликтов сложны и многообразны. До настоящего времени в психологии нет сколько-нибудь целостного описания семейных конфликтов или списка приводящих к нему факторов. Вместе с тем можно проанализировать некоторые наиболее типичные линии усиления противоречий во взаимодействии супругов, которые с большей частотой приводят к открытой конфронтации. {Подчеркнем, что поверхностный взгляд на семейный конфликт со стороны и даже оценка конфликта, его причин самими участниками часто бывают далеки от его истинной природы. Например, родителям может казаться, что причина конфликта — поведение ребенка, тогда как на самом деле в его основе лежат заострившиеся противоречия во взаимодействии взрослых, и наоборот — видимые противоречия взрослых в своей основе могут содержать необходимость изменения взаимодействия с ребенком.

Конфликты в отношениях между супругами можно разделить на три категории.

Первая категория — конфликты, возникающие при изменении личности одного или обоих супругов. Как известно, на протяжении жизни люди значительно изменяются, происходят возрастные изменения, меняется опыт, приобретаемый во внесемейном общении, наконец, по закону поляризации и другим закономерностям формиру

ются изменения внутри самого семейного союза. В результате всех этих изменений годами упроченные формы взаимодействия людей в семье могут не поспевать за изменениями человека, и при определенных условиях это противоречие может заостриться до открыто конфликтных форм. Условием, провоцирующим такой вид конфликта, следует считать повышенную инертность внутрисемейных отношений, которые в гармоничном союзе более подвижны и всегда учитывают изменения личности супругов.

V Вторым видом конфликтов могут служить те, которые возникают при необходимости перестроить привычные отношения под влиянием изменившихся связей. В этом случае инертность взаимодополняющих отношений противоречит необходимости их изменения. Для многих семей сама необходимость что-то изменить становится помехой единства семьи.

В некоторых случаях причиной открытого конфликта может стать накопившееся ощущение неблагополучия, которое становится предметом осознания одного из супругов. Ему принадлежит активная позиция, призывающая к изменению стиля отношений; в тех случаях, когда эта тенденция сталкивается с сознательным или неосознанным желанием другого оставить все как есть, сопротивляться любым изменениям, возникает обострение отношений, вплоть до опасности разрыва семейной связи.

Естественно, что в этих конфликтах дети занимают определенное место. Часто ребенка втягивают в конфликт и бессознательно используют как орудие в борьбе за изменение стиля отношений либо как рычаг сохранения привычной неизменности.

Психологи часто встречаются с семейными конфликтами, в основе которых лежат именно отношения с детьми. Ребенок становится центром конфликта. Инертность и стереотипность отношений, определяющие дисгармоничность семейного союза, оказывают свое неблагоприятное воздействие и в этих случаях. Все такие конфликты независимо от возраста и индивидуальности ребенка объединяет одно: невозможность для родителей отказаться от привычных, зафиксированных стереотипов во взаимодействии с ребенком, перестроить систему оценок его поведения, изменить стиль воспитания в семье. Чаще всего особенную остроту такие конфликты приобретают в семьях подростков, когда необходимость выхода ребенка за пределы семейного круга вызывает острое сопротивление со стороны одного из родителей, а другой занимает позицию нейтралитета или поддержки ребенка.

А в тех случаях, когда семья не имеет внутренних ресурсов для решения открытого конфликта, когда брак

утратил стабильность и центробежные силы взяли верх, люди становятся перед необходимостью окончательного разделения. Не вдаваясь в юридическую, правовую и морально-этическую оценку этого явления, проанализируем лишь психологические проблемы, связанные с разводом. При этом в большей степени обратим внимание на то, как влияет развод на психологическое состояние ребенка. Какова оптимальная психологическая позиция родителей в случае развода? Как строить воспитание после отделения одного из супругов?

«Хронический» развод

Бывают разводы, совершающиеся поспешно и необдуманно, т. е. тогда, когда у супругов была возможность наладить отношения, а их чувства друг к другу не остыли. Чаще всего супруги в таких ситуациях расходятся и сходятся, вновь начинают совместную жизнь и опять по внешне незначительному поводу прерывают ее. Эта ситуация годами длящегося «хронического» развода наиболее неблагоприятна для ребенка, поскольку его жизнь лишается необходимой стабильности, кроме того, именно в такой ситуации ребенок оказывается втянутым в конфликтную ситуацию наиболее сильно. Здесь со всей категоричностью следует рекомендовать родителям не прибегать к действиям по разводу до того, пока они окончательно не убедятся в его необходимости, а все свои усилия направить на серьезную оценку сложившейся ситуации, постараться найти и усилить внутренние ресурсы для изменения стиля отношений в семье. Такая работа может привести к отказу от развода либо, наоборот, укрепит мнение супругов в его необходимости.

Если же супруги пришли к окончательному решению о разводе, необходимо подумать о том, как вести себя с детьми. И здесь поведение родителей должно подчиняться тем же правилам, о которых уже шла речь при описании психологических законов родительского поведения. При разводе, так же как в любой иной жизненной ситуации, родитель должен исходить из любви к ребенку, укреплять независимость и самостоятельность его, сознательно контролировать собственное поведение и помогать развитию самоконтроля и дисциплины у своего ребенка. Правда, выполнение этих правил приобретает специфическую окраску и связано с немалыми трудностями.

Контакт во время развода

Следует признать, что если развод необходим родителям, то он необходим и ребенку, поскольку после развода появляется возможность гармонизации жизни каждого из супругов. В семье, где постоянно царит напряжение, бесконечно воспроизводятся конфликты, ребенок чувствует себя вдвойне несчастным. Вместе с тем необходимо помнить, что для ребенка даже самый оправданный развод может стать сильнейшим потрясением, вызвать неблагоприятные последствия, проявления которых иногда продолжают значительное время.

Правильному поведению с ребенком во время развода помогает хороший контакт с ним. Если мать всегда заботилась о взаимопонимании со своим ребенком, если внушила ему чувство любви, то развод, всякая иная жизненная трудность может не только не повлиять на правильное развитие, но, наоборот, стать средством укрепления личности ребенка, утвердить все позитивные стороны его души.

Первый вопрос, который обычно задают психологам-консультантам: что и как надо говорить ребенку о состоявшемся разводе и об изменении в жизни семьи? Хорошо, если и мать и отец займут единую и четкую позицию, не будут скрывать и умалчивать. Всякие недомолвки, шепот усиливают напряжение детей, повышают их любопытство, вызывают подозрения и могут спровоцировать совершенно фантастические предположения. Прежде всего необходимы искренность и ясность. При этом в разъяснениях, которые надо дать, необходимо учитывать возраст, индивидуальные особенности ребенка, возможности осознания сложившейся ситуации. Самое правильное — дать ребенку простое и доступное его пониманию объяснение. Не нужно вдаваться в подробное обоснование причин и обстоятельств развода, недопустимо объяснять развод несостоятельностью супруга. К сожалению, приходится слышать высказывания типа: «Папа плохой, мы его выгнали и больше к нам не пустим». Наиболее доступна для маленького ребенка формулировка: «Папа переезжает, больше с нами жить не будет, но будет приходить к нам в гости, и ты сможешь с ним видаться». Понятно, что такие слова должны быть подкреплены сознательной договоренностью родителей.

Старшим детям, подросткам иногда необходимо дать более подробные объяснения на интересующие их вопросы. Но как? Это зависит от стиля отношений ребенка и матери. Здесь не нужно пользоваться ничьими советами, лучше довериться собственной материнской интуиции и

собственному знанию ребенка. Единственно, что необходимо сделать во всех разводных ситуациях, это отделить отношения разошедшихся супругов от их отношения к детям. Ребенок должен ясно видеть и понимать, что его ждет, какими будут его дальнейшие отношения с матерью и отцом, будет ли он встречаться с родителем. Если ребенку расскажет об этом человек, которому он доверяет и которого любит, сообщит все обстоятельство по возможности спокойно, без преувеличений и без лишних эмоций, подросток отнесется к происшедшему более разумно и спокойно.

Итак, как будто бы все ясно. Отделить свои претензии к супругу от отношения к детям, рассказать все ребенку в доступной для него форме. Требования вполне понятны и просты. Почему же многие люди справляются с подобной ситуацией совсем не так легко, почему не уменьшают, а подчас усиливают переживания ребенка по поводу развода?

Манипулирование и неуверенность

Затруднения матерей, а чаще всего при разводе дети остаются с матерью, могут быть объяснены двумя психологическими причинами.

Первая — бессознательное, а иногда вполне осознанное манипулирование для достижения определенных целей. Речь идет не столько об имущественных или иных притязаниях, находящихся в сфере юридической компетенции. А подчас, к сожалению, именно материальные интересы травмируют и взрослых, и детей при разводе. Более неблагоприятно психологическое манипулирование, которое связано с известными психологическим выигрышем. Мать пытается через ребенка воздействовать на своего супруга. Иногда цель манипуляций в бессознательной попытке вернуть мужчину. В этом случае матери ставят всевозможные преграды для свиданий или, наоборот, пытаются искусственно усилить степень вовлечения отца в воспитание, прибегают к дискредитации личности родителя или подчеркивают недостатки ребенка и трудности в его воспитании перед ушедшим из семьи отцом. И то и другое неблагоприятно отражается на воспитании детей.

Вторая распространенная трудность в ситуации разводов связана с усилением неуверенности самой матери в своей родительской роли. Надо сказать, что именно собственная неуверенность бывает частой причиной неправильного поведения в ситуации развода. Мать опасается, то, встречаясь с отцом, ребенок «Лп^лю^ВДі-ехв^еу^ыле>>», «хладеет к матери, а ее авторитет понизится. В этих

случаях также возникают категорические запреты на встречи ребенка с отцом, которые объясняются всевозможными негативными качествами отца. Но чаще создается ситуация повышенного внимания к тому, что происходит с ребенком при этих встречах. Матери педантично контролируют все телефонные звонки, разговоры и настаивают на общении только в своем присутствии, стараются не отпускать ребенка в гости к отцу. Нередко пускаются в ход запугивания ребенка, подчеркивание всевозможных опасностей. Лежащая в основе такого поведения неуверенность матери заставляет ее форсировать свое воздействие на ребенка. Возникает своеобразное содействие с отцом. Матери бросаются из одной крайности в другую, пытаются вернуть подарками и поощрениями привязанность ребенка, которая на самом деле неизменна и не нуждается в подкреплении, потом как бы спохватываются и усиливают контроль, ужесточают наказания. Все это приводит к усилению непоследовательности воспитания, утере непосредственности и искренности отношений, нарушает контакт. Дети постепенно начинают понимать, что стали орудием в соперничестве, и в некоторых случаях могут начать этим пользоваться.

Таким образом, сама ситуация развода и возникающие в связи с ней новые проблемы воспитания требуют особенного внимания родителей прежде всего к самим себе, к честной и самокритичной оценке собственных побуждений. Только работа над собой способна предотвратить неблагоприятные черты воспитания детей после развода.

Родителям следует договориться о совместных действиях по воспитанию ребенка после развода, создать все необходимые условия для полноценного воспитания. В связи с большим числом разводов психологам все больше приходится сталкиваться с проблемами родителей, которые всеми силами стараются как можно лучше организовать общение с детьми после развода. Все чаще в психологической литературе появляется термин «родитель на выходные дни». Можно ли при таком ограниченном общении с ребенком успешно решать задачи воспитания?

Когда родители вдали от детей

В современной жизни довольно распространены ситуации, когда родительские задачи люди выполняют не ежедневно, а эпизодически.

К этой категории родителей относятся не только отцы, живущие после развода отдельно от своих детей. В последние годы, когда бабушки помолодели, родители,

занятые повышением образования, вынуждены иногда на несколько лет оставлять своих детей на воспитание бабушкам и дедушкам. Родители видятся со своими детьми по выходным дням, проводят отпуск, приезжают на каникулы. Психологи часто слышат вопрос о том, как в этих ситуациях построить отношения с детьми. Нередко подобные ситуации становятся источником горьких переживаний как для детей, так и для родителей, вызывают длительные и устойчивые чувства вины. Как с позиций психологии ответить на эти вопросы? Прежде всего, следует напомнить, что воспитание ребенка, его эффективность непосредственно не вытекают из количества совместно проведенного времени. Любой, даже кратковременный контакт с ребенком может быть полезным.

В описанных ситуациях трудность воспитания прежде всего связана с тем, что при относительно редких встречах родителям трудно видеть изменения, происходящие с ребенком* трудно поддерживать глубокий душевный контакт с детьми. И все же, несмотря на эти трудности, можно смело утверждать, что родители «на выходные дни» могут обеспечить ребенку такое же полноценное воспитание, могут вызвать в детях чувство глубокой любви и уважения.

Конечно же, первым условием правильного воспитания следует считать согласованность и обдуманность действий взрослых. Если тот человек, который проводит с ребенком больше время, живя с ним рядом, будет постоянно внушать, что отец или мать его бросили, что он им безразличен, контакту будет нанесен непоправимый ущерб. Опишем задачи, которые предстоит решать родителям «на выходные дни», имея в виду, что проблемы взрослых были конструктивно решены и все исходит из желания наладить наиболее правильное, полноценное воспитание ребенка.

С чего начать? Прежде всего, с честного признания самим себе, что воспитывать в подобной ситуации труднее. Поэтому необходимо отдать себе отчет в том, что представляется наиболее важным. По-видимому, родители должны поставить перед собой задачу установить контакт с ребенком, глубоко проникнуть в его проблемы, заботы, в его внутренний мир. Здесь очень важно не торопиться, не спешить, не пытаться в ограниченное время наверстать упущенное. Гораздо важнее каждую встречу сделать приятной для ребенка, радостной и полезной. Большую ошибку допускают родители, когда, поддаваясь ложному чувству любви, под воздействием чувства вины строят контакт с ребенком так, что потакают его потребительским желаниям, покупают игрушки или дорогие наряды, закармливают сладостями, без конца развлекают. Посту-

пая так, родители не только не установят правильный контакт, но сформируют у ребенка потребительское поведение, поставят преграды истинной любви и привязанности.

Очень важно, несмотря на отдаленность ребенка, постараться жить его заботами, быть искренне заинтересованными в его детской жизни. Такой неподдельный интерес поможет родителям найти правильные формы организации встреч с ребенком. Это может быть и запланированный поход в театр, но обязательно с обсуждением, с подготовкой к нему. Можно дать ребенку задание прочитать соответствующее произведение или критическую статью. Можно просто погулять, беседуя на интересующие ребенка темы. Можно посоветовать ребенку записывать те вопросы, которые бы он хотел задать своему отцу или матери при следующей встрече. Можно посоветовать вести дневник, начать обоим собирать коллекцию, смотреть одни телепрограммы.

Очень полезно, если ребенок сможет побывать на работе у отца, увидеть его в деле, в рабочем коллективе.

Всем родителям, находящимся по тем или иным причинам в разлуке с детьми, но желающим сохранить с ними контакт, очень полезно познакомиться с родительским подвигом Инессы Арманд. Революционерка, которая годами находилась вдали от детей, воспитала в них глубокую любовь к себе, нежность и уважение. Она сумела, несмотря на все трудности, находясь в разводе с отцом своих детей, воспитать их гармонично, всесторонне, прекрасно выполнив все родительские задачи.

В одной из книг, посвященных жизни Арманд, глава о ее отношениях со своими детьми названа так: «Загадка? Нет, подвиг». И действительно, родительский подвиг Инессы Арманд дает пищу для глубоких психологических выводов о самой сущности воспитания, о тайнах и загадках становления личности ребенка под лучами истинной материнской любви. Перелистаем некоторые страницы переписки матери со своими детьми. Уверена, что и сама форма контакта, и, главное, его содержание будут полезны всем, а особенно тем родителям, которые, как и Арманд, вынуждены осуществлять воспитание, видя своих детей только во время непродолжительных встреч.

В письмах Арманд прежде всего поражает интерес ко всем сторонам детской жизни, она интересуется всем: и что дети читают, какие науки изучают, какие у них учителя, и как они отмечали праздники, как себя чувствуют, какие платья были у девочек. Видя ребят урывками, подвергаясь опасностям и претерпевая всяческие трудности, Инесса смогла не только любить детей, даже похорошему баловать их, но и систематически направлять!

воспитание. Она способствовала формированию характеров детей, их взглядов, чувств. Она делала это тактично, умело, но твердо.

Страницы писем Арманд позволяют увидеть, как ей удавалось сделать свое воспитательное воздействие незаметным. Нигде нет пустого морализирования, холодных инструкций или директив. Мать разговаривает с детьми на равных, приглашает к соучастию сердца и мыслей. Вот как она учит дочь быть смелой, уверенной в общении с людьми: «Поверь мне (я это знаю в значительной степени по опыту), застенчивость и неуверенность в себе мешают в жизни. Благодаря застенчивости людей способных и умных, более глупые, но нахальные люди выдвигаются вперед, оттирают более умных—получается отбор навыворот, а это досадно, да и вредно, с какой точки зрения ни посмотри. Итак—смелости, побольше смелости. Возьми себя в руки и заставь себя быть разговорчивей и смелей—ты ведь сильная, ты можешь с собой справиться».

В конце многих писем стоят слова: «Была бы рада, если бы ты подискутировала со мной на затронутые темы»—так мать способствовала проявлению самосознания детей, побуждала к раздумьям, к творчеству, к самовоспитанию.

Очень много внимания уделяется в письмах воспитанию определенных личностных качеств, она советует, как преодолеть застенчивость и замкнутость, говорит о том, почему полезно вести дневник, о том, что такое принципальность, как научиться отстаивать свою точку зрения.

Многие письма содержат обсуждение прочитанных детьми книг, мать объясняет свое мнение тактично, не подавляя, а, наоборот, побуждая детей к обсуждению их взглядов, чувств, мыслей. Много внимания Инесса уделяет физическому воспитанию детей, занятиям спортом, напоминает о пользе прогулок, катании на велосипеде, на лыжах. И все это делается предельно ненавязчиво, а исподволь, деликатно. Мать не боится показаться детям слабой, иногда сравнивая себя с детьми, подчеркивает их силу, смелость: «Я в одном месте (речь идет о подъеме в горы.—А. С.) сдрейфила, но тут же подумала, что вот если бы Варя была на моем месте, она бы совсем не боялась».

А когда Арманд дает прямые советы, побуждает к занятиям, то обязательно вместе с похвалой: «Рисуй, продолжай работать; у тебя ведь получается хорошо!»

Арманд внимательна и к серьезным проблемам, и к мелочам, она бескорыстна в своем отношении к детям, наслаждается ими, любит, радуется. «Пожалуйста, Дорогая моя, никогда даже не спрашивай, можешь ли ты брать мои платья,—это само собой разумеется—они все,

которые годятся, принадлежат тебе и Варе, и каждый раз, как нужно, лезьте без всяких в сундук и берите, что нравится и что нужно. Там было, между прочим, очень хорошенькое вуалевое платье на шелковой лиловой подкладке—если его переделать, так платье из него выйдет красивое. Или если больше нравится красное—бери красное... Так естественно, в особенности в твои годы, что хочется пофорсить! Знаешь, я часто мечтаю о том, как, если бы вы были со мной, я вас нарядила бы. Да и до сих пор, на старости лет, люблю, когда на мне что-нибудь красивое. Видишь, как много во мне еще легкомыслия. А вас обоих видеть красивыми доставляет мне большое удовольствие».

Несмотря на разлуку, дети преклонялись перед матерью, обожали, ее слово становилось законом. Вот как вспоминают о своей матери ее уже взрослые дети: «Мать всегда была для нас идеалом. Уже взрослыми мы не раз мысленно с ней советовались. Свои действия в сложной жизненной ситуации старались соразмерять с возможными ее мнениями: а что сказала бы мама? А как бы она поступила? Воспитание удавалось маме как-то незаметно...»

Заканчивая описание воспитательного подхода Инессы Арманд, хочу процитировать слова Павла Подлячука, автора книги «Товарищ Инесса». Он пишет: «То, как Инесса ухитрялась серьезно и систематически заниматься своими детьми, для многих оставалось загадкой. Разгадка же проста. Ухитрялась, успевала, потому что любила их. Действительно, глубоко, сильно. Душевно, нежно. Но не только любила—сознавала ответственность за их будущее. Стремилась воспитать настоящих людей, борцов».

Эти слова об Инессе-матери, ее родительский подвиг—лучшие рекомендации для тех родителей, которые по тем или иным причинам воспитывают детей вдали от них. Да, пожалуй, и всем родителям, кто любит своих детей и хочет их видеть счастливыми.

Одна с ребенком

В бесконечной мягкости и бесконечной требовательности любви проявляется особое, творческое отношение к человеку.

С. Л. Рубинштейн

Говорить или молчать?

Объяснять ли ребенку причину, по которой семья стала не полной? Говорить ли ему всю правду о тех или иных неудачах в личной жизни? Существует много разных

точек зрения. Одни советуют посвящать ребенка в возникшую ситуацию, другие настаивают на соблюдении строжайшей тайны. В этом вопросе как и вообще во всех проблемах воспитания, необходим анализ конкретной ситуации, особенностей ребенка и его родителей. Рано или поздно наступит момент, когда ребенок тем или иным путем захочет узнать правду о причинах отсутствия в семье отца.

Поэтому каждой матери необходимо продумать это и занять определенную позицию. Если мама ограждает себя от неприятных моментов, избегает разясняющих разговоров с ребенком, то это скорее говорит о неполноценности, недостаточной доверительности ее контактов со своим ребенком. Вместе с тем/совсем не обязательно посвящать детей во все подробности, необходимо дать понятные ребенку объяснения, которые удовлетворяли бы «почему?» ребенка и одновременно помогали бы ему в общении с другими детьми. Это очень существенный и важный момент.

Бывает так, что в семье, где между мамой и ребенком создались теплые доверительные отношения, ребенок не задает вопросов, чтобы не волновать, не огорчать мать. Однако, общаясь со сверстниками и другими людьми, ребенку иногда приходится давать какие-то объяснения. Дети сами не всегда готовы к расспросам, теряются, часто прибегают к фантазии, придумывают никогда не существовавших людей и не имевшие места в действительности события. Поэтому одинокой маме необходимо подготовить ребенка к подобным ситуациям, тактично и спокойно научить ребенка наиболее правильно реагировать на расспросы. Чем более уверена и спокойна в подобных ситуациях сама мать, тем менее болезненной будет реакция ребенка.

Часто к психологам обращаются овдовевшие матери, которые испытывают большие трудности. Они не знают, что сказать детям. Иногда ребенку внушают ложные представления, поддерживают иллюзии, боясь, что правда вызовет у детей нервные срывы. Полезно напомнить, что ситуация длительной подозрительной тревожности, недомолвки, неискренности, которые в подобных случаях буквально опутывают все общение ребенка с близкими взрослыми, не менее травматичны для детей, чем известие о смерти одного из родителей.

Конечно, необходим учет обстоятельств, возраста, психического облика детей, всякий раз необходимо находить приемлемые и наилучшие формы, подходящие данному конкретному ребенку. И все же охранительное умалчивание нельзя считать правильным, поскольку оно как бы оставляет ребенка один на один перед возможными

тревожными догадками и подозрениями, а иногда и перед трагическим осознанием истинной ситуации. Наоборот, горе должно сблизить ребенка с родителем, ребенок должен прочувствовать, что он сам может быть поддержкой, утешением, помощником в этом трудном для всей семьи периоде жизни. Вполне понятно, что там, где это возможно, нужно оградить ребенка от излишних эмоциональных перегрузок. Чем младше дети, тем меньше должно быть их участие в разговорах, действиях взрослых в связи с этими событиями. Родителям следует позаботиться о том, чтобы жизнь маленьких детей в эти дни была заполнена, не превратилась в хаос. Необходимость упоминания об этом связана с тем, что психологам и врачам нередко приходится сталкиваться с возникающими у детей в подобных случаях страхами, заиканием, тиками и другими невротическими симптомами. Причем истинная причина не столько в самом переживаемом ребенком событии, сколько в неправильном поведении взрослых по отношению к детям.

Мамам, оставшимся с детьми, после развода также следует быть внимательными и тактичными к своим детям. Вспоминается такой случай: в психологическую консультацию обратилась мама четырехлетней дочери. Ее беспокоило поведение девочки, которая боялась дверей, не оставалась одна в комнате, не отпускала мать. Выяснилось, что год назад, после развода, отец переехал в другую квартиру, а мама была занята на работе и целый день дочка оставалась с бабушкой. Девочка боялась, что ее мама тоже уедет. Так у нее возник и укрепился страх, преодолеть который можно было более внимательным отношением к маленькой девочке в трудный период не только для мамы, но и для ребенка.

Можно привести еще пример. Одна мама рассказывала, что поняла переживания своего шестилетнего сына случайно. Однажды она ехала в автобусе и какая-то женщина пошутила, обращаясь к ребенку: «Какой хороший мальчик, давай я тебя заберу, пойдем ко мне жить». Реакция малыша была бурной. Ребенок кричал, плакал: «Нет, нельзя, моя мама меня не отдаст, это папа живет без ребенка, а мама так не может!» Малыша с трудом успокоили. Эта ситуация неожиданно разъяснила матери особенности поведения сына. Ребенок с раннего возраста был активным и самостоятельным, спокойно засыпал без света в комнате, играл один, когда мать выходила за покупками в магазин. После развода с мужем поведение мальчика постепенно изменилось. Он настойчиво требовал, чтобы мать находилась от него поблизости, достаточно было перейти в другую комнату, как мальчик начинал плакать и звать мать. Уговоры, обещания, наказания,

угрозы — ничего не помогало. Ситуация в автобусе объяснила маме все. Все симптомы неправильного поведения ребенка прошли, когда мама в доверительном, нежном и мягком разговоре убедила малыша, что очень его любит, никогда от него не уйдет. Она также объяснила ему, что переезд отца вовсе не означает, что папа перестал любить сына или бросил его, что он по-прежнему заботится о мальчике. Сын перестал просыпаться по ночам, охотно оставался один, по-прежнему спокойно засыпал в своей комнате.

Отношение к отцу

Некоторые мамы ошибаются, когда думают, что отсутствие отца совершенно устраняет из воспитания отцовскую роль как таковую. Необходимо всем одиноким матерям честно и самокритично признать, что отсутствие отца не может так или иначе не воздействовать на воспитание, не может специфически не окрашивать взаимоотношения с ребенком.

В семейном воспитании детей без отца могут быть выделены три типа отношений.

Первый тип определяется тенденцией матери никогда не упоминать об отце и строить воспитание так, как будто его никогда не было. Такой стиль можно считать целесообразным лишь в ситуации, когда ребенок действительно не знал отца и мать приняла решение о рождении ребенка и его будущем воспитании самостоятельно. Однако и в такой ситуации маме следует дать определенные разъяснения ребенку, когда он будет способен их понять. И чем раньше мать даст доступные ребенку объяснения, тем лучше. Если же дети знали отца, помнят его, строить воспитание, делая вид, что его просто нет и не было, вряд ли разумно.

Второй тип поведения характеризуется попытками матери обесценить отца. В этом случае мать старается изгладить из детских воспоминаний даже самые незначительные положительные впечатления об отце. Мать всеми силами стремится убедить ребенка, что отец был плохим человеком, поэтому семья стала неполной. Каким бы ни было истинное положение вещей, подобную воспитательную позицию следует считать при всех условиях неблагоприятной. Если ребенок не знал отца или не помнит его, то негативное отношение к нему матери он может истолковать как несправедливое. Более того, по мере взросления Детей в такой семье вместо того, чтобы больше уважать и ценить мать, они начинают смотреть на нее критически и, возможно, переносить на отношение к ней свои обиды за

отсутствие отца. Часто все то негативное, о чем упоминала мать по отношению к отцу, дети начинают замечать и фиксировать в самой матери. Так возникают глубокие внутренние конфликты, так нарушается контакт между ребенком и матерью, который особенно необходим в неполной семье.

Третий тип воспитания без отца, наиболее разумный и благоприятный, связан с созданием у детей представления об отце как об обычном человеке, у которого имеются определенные достоинства, но были и недостатки, слабости. Это самая трудная позиция для матери, но самая приемлемая для воспитания ребенка. Она требует от матери необыкновенной выдержки, самоконтроля, умения подавлять свои непосредственные эмоции, мйжет быть, преодолеть горечь от пережитой несправедливости или обиды. Если мать последовательно и сознательно реализует такую позицию в отношениях с ребенком, это позволяет в значительной степени преодолеть основные трудности воспитания, связанные с отсутствием отца.

Подобная ситуация не только не вызовет осложнений, но и создаст правильный эмоциональный фундамент для воспитания. Ребенок сможет спокойно и благоразумно воспринимать материнский авторитет независимо от сложившихся семейных обстоятельств.

Множественность семейных ролей

Правильная позиция по отношению к отсутствующему отцу — это только одна из сторон специфичности воспитания в неполной семье. Помимо этого, одинокой матери необходимо разрешить и другие задачи. Остановимся на некоторых из них. Как известно, в полной семье мать выполняет функцию эмоционального фона семьи, создает теплую семейную атмосферу, выполняет задачу близости, доверительности, понимания. А отец в большей мере представляет функцию нормативного контроля, создает систему оценок, осуществляет регуляцию поведения. В семье, где единственный воспитатель — мать, ей необходимо осуществлять обе эти функции. Вместе с тем следует помнить, что попытка все скомпенсировать, заменить одной собой обоих родителей чаще всего оказывается безуспешной. Правильнее, осуществляя воспитание, позаботиться о наиболее полном воплощении именно материнской функции, поскольку при попытке выполнять все задачи, как правило, ни одна не выполняется успешно. Все это означает, что в неполной семье матери особенно внимательно следует относиться к созданию и поддержанию с ребенком в любом возрасте подлинного, глубокого

взаимного контакта и понимания. Одинокой матери необходимо быть особенно внимательной к выбору средств воздействия. Надо помнить, что следует быть чрезвычайно внимательной к нравоучениям, угрозам и наказаниям, поскольку мать является единственным источником социального научения ребенка. Здесь следует стремиться к взаимному сближению, чтобы негативные оценки не превысили количество похвалы и одобрения.

В неполных семьях многие естественные для любой семьи экономические проблемы приобретают особый психологический оттенок. Правильно поступают родители, которые постепенно знакомят детей с уровнем финансовых возможностей своей семьи. Однако некоторые одинокие матери с ранних лет пытаются внушить своим детям мысль о том, что, поскольку у них нет отца, дети не могут себе многое позволить, ведь обеспечивает семью одна мать. Этого делать не следует, так как ребенок не всегда может правильно осознать истинные причины, ограничивающие его желания, и может почувствовать свою непохожесть, свое отличие от других детей, у него может сложиться представление о собственной исключительности.

Существует и противоположная неблагоприятная тенденция, переходящая порой в выраженную крайность. Одинокая мама видит свою родительскую задачу в том, чтобы максимально дать своему ребенку то, что есть в других семьях, выполнить все желания ребенка. В процессе взросления такие дети могут превратиться в подлинных тиранов. Не приученные ни в чем отказывать себе, они могут начать неприязненно относиться к своим родителям, категорично требуя выполнения всех желаний, при отказе такие дети чувствуют себя несчастными, обделенными, им начинают казаться, что их мало любят. Все это приводит к глубоким внутрисемейным проблемам. А материнские силы к тому времени начинают иссякать, потому что ребенок требует все больше и больше, даже если мать во всем ограничивает себя, ее возможности не позволяют Удовлетворить всех запросов ребенка. Мать все больше чувствует, что ее жертвы были напрасными.

Для профилактики и той и другой сложности гораздо лучше, если мать, воспитывающая ребенка одна, постарается не столько возмещать экономические недостатки, сколько усилить другие стороны воспитания, если она постарается выполнить задачу обеспечения ребенка духовными, непреходящими ценностями, если она будет не покупать, а созидать свою материнскую любовь.

Позиция жертвы

Следует обратить внимание и еще на одну трудность воспитания в неполной семье. Действительно, воспитание — дело нелегкое. Оно требует самоограничения, больших душевных затрат, умения отдавать всего себя. Очень часто в полных и благополучных семьях мы встречаемся с позицией, когда родители полагают, что жертвуют своей собственной жизнью ради детей. Тем более много основания для формирования подобной позиции в неполной семье. Очень часто одинокие матери все общение с детьми строят на внушении чувства благодарности, создании культа самопожертвования, забывая, что нельзя требовать благодарности за появление на свет, за любовь и заботу, которые являются естественным родительским долгом. Матери необходимо постоянно помнить, что иметь ребенка, заботиться о нем, наблюдать, как он постепенно развивается и взрослеет, как формируется его личность, — огромное человеческое счастье. Женщина-мать! Эти слова звучат гордо, именно гордо, а не жертвенно. Только материнство независимо от того, пришло оно в полной семье или же женщина выполняет эту задачу одна, дает возможность любой женщине познать полную чашу человеческого счастья.

Для некоторых одиноких матерей наиболее сильным переживанием становится испуг, растерянность, им кажется, что они чего-то ребенку недодают. Иногда такое ощущение возникает от обостренного одиночеством чувства повышенной родительской ответственности или от излишней привязанности к «тому единственному, что у нее есть». Ребенок воспитывается в атмосфере повышенной родительской тревожности, в чувстве родительской вины. Такое отношение может вызвать трудности и у ребенка, так как для полноценного воспитания детям необходимо внушение чувства жизненной уверенности и чувства безопасности.

Весьма распространенная ошибка одиноких матерей — попытка заполнить ребенком всю свою жизнь. Подобный неверный стиль отношения к ребенку уже разбирался, поскольку он часто возникает у женщин и в полных семьях. Здесь хочется напомнить, что для одинокой женщины необходимо особенно серьезно и беспристрастно отдавать себе отчет в том, что рано или поздно ее ребенок должен будет пойти своим путем, найти свое место среди других людей, создать собственную семью. Если же мать пыталась заполнить свою жизнь только выполнением своей материнской роли, если ей удалось настолько сильно привязать к себе ребенка, что у него не

хватает сил и смелости идти своей дорогой, то это может означать только одно: мать испортила жизнь своему ребенку. Принося в жертву себя, она заставила ребенка принести свою жизнь в жертву матери.

Открытая неполная семья

Одинокая мать должна проникнуться сознанием, что воспитание в неполной семье на основе внимательного отношения к ребенку, на основе подлинной любви может не только ничем не отличаться от воспитания в полной семье, но даже быть более гармоничным и здоровым, чем в иных полных, но только внешне благополучных семьях. Воспитание ребенка в неполной семье — это такое же обычное, нормальное воспитание. Матери, воспитывающей ребенка без отца, следует быть устойчивой и критичной к оценкам малокомпетентных людей, которые склонны выводить недостатки поведения ребенка непосредственно из факта неполноты семьи или же обвинять мать, отдающую время своей работе или своей личной жизни, в том, что она якобы «забывает о своих материнских обязанностях». Будьте уверены в себе, доверяйте своему материнскому сердцу — тогда ваши дети будут здоровыми и счастливыми!

Очень разумно поступает одинокая мать, если понимает, что воспитание ребенка для нее связано с некоторыми дополнительными трудностями, но не впадает в панику, а спокойно осмысливает данную ситуацию и ищет наиболее правильные пути и формы воспитания своего ребенка. Здесь надо быть очень критичной, поскольку многое из того, что может показаться одинокой маме препятствием и трудностью, в действительности таковыми не являются.

А главное — необходимо знать, что нет и не может быть какой-то единой воспитательной методики, как нет непосредственной зависимости успешности воспитания от полноты или неполноты семьи. Главное одно: родители, не важно, мать или отец, или мать и бабушка, или только одна мать, должны быть счастливы! Несчастный, озлобленный, переполненный тревогами родитель не в состоянии правильно воспитывать ребенка, не может создать условия для благополучного развития личности. Слепая жертвенная самоотдача не делает ребенка счастливым. Одинокая мать, конечно же, должна много думать о своем ребенке, делать очень многое для него. Однако, искренне любя своего малыша, она должна думать не только о нем, но и о самой себе, и о других людях. Ее семья, состоящая из двух человек — ребенка и мамы, должна стать откры-

тым содружеством, которое находится в постоянном творческом контакте с окружающим миром.

Открытые, честные, доброжелательные контакты и отношения одинокой матери с другими людьми создают радостную атмосферу в ее доме, способствуют разностороннему воспитанию ребенка, помогают созданию истинно гармоничного союза, превращают неполную семью в полную. Не навсегда женщина остается одинокой!

Мои родители и я как родитель

Родительские позиции и воспоминания детства

Противоречие между любовью, существующей на практике, и любовью, к которой человек стремится, для человечества—обещание и надежда. Будущее любви — в преодолении этого противоречия путем усилий и борьбы.

Э. Фромм

Моделирующая сила эмоций

Каждый из нас в свое время был ребенком, поэтому почти нет человека, который бы так или иначе не пережил бы на себе эту детскую сторону родительства. Не раз мы возвращаемся в своем сознании к годам детства, к событиям и впечатлениям детских лет, вспоминаем чувства и переживания, сопровождавшие нашу жизнь в кругу родительской семьи. Хорошо известно, какое огромное значение на всю последующую жизнь человека оказывают детские годы.

Какими мы стали родителями, в значительной степени зависит от того, что мы видели, пережили, ощутили в поведении собственных родителей. Здесь может оказать решающее влияние все: какими были наши родители, когда радовались и огорчались, как сердились, как хвалили и наказывали, как разрешали конфликты, какими были их семейные ссоры, как мы ощущали выражаемые родителями расположение и немилость. Вся эта сложная гамма детских впечатлений от поведения родителей, часто помимо нашей воли и сознания, проявляется в то время, когда мы сами становимся родителями. Психологи утверждают, что эмоции детства в связи с отношениями с родителями обладают огромной моделирующей силой. Что-то из этих впечатлений остается с нами навсегда. Не случайно, что,

рассуждая о воспитании собственных детей, мы нередко говорим: «Мой отец или мать всегда были строги со мной, поэтому я стал порядочным человеком»; или обратное: «Мои родители были слишком строги и холодны со мной, поэтому со своим ребенком я буду мягкой и доброй».

Можно ли проследить те пути или те законы, по которым происходит влияние детских воспоминаний на появление родительских, позиций у взрослых людей. Это довольно сложный вопрос. В науке существуют различные точки зрения. В период расцвета психоанализа, теории, согласно которой вся жизнь человека считалась предопределенной переживаниями раннего детства, в произведениях литературы и искусства укрепилась традиция, подчеркивающая связь детского опыта и родительского поведения. В связи с этим и психологическая помощь родителям при затруднениях в общении с детьми заключалась в подробном анализе продукции воспоминаний о детских годах, осознании переживаний и всего эмоционального содержания детства. Психолог изучал не столько реальный опыт взаимодействия детей и родителей, сколько внутренние переживания взрослого человека.

Такой подход базировался на нескольких положениях. Во-первых, признавалась фатальная роль биологических инстинктов, присущих человеческому существованию с рождения, принадлежащих самой биологической природе человека. Таких инстинктов два: любовь и агрессия. Во-вторых, вся жизнь человека, все многообразие психологической индивидуальности человека объяснялись тем, как в детстве произошло раскрытие этих двух инстинктов. Считается, что во всей последующей жизни человека проявляется «драма раннего детства». Это составляет третье основное положение психоаналитического подхода. Само детство представляется как серия травм, наносимых первичным инстинктам требованиями жизни. Кульминационный момент этой драмы наступает примерно в возрасте от двух до трех лет, когда ребенок оказывается во власти любви к матери и становится соперником отца в стремлении завоевать и удержать ее любовь. Возникает так называемый комплекс «Эдипа», описывающий драму отношений мальчика к матери и отцу. Поведение девочек и драма их детства описаны в так называемом комплексе «Электры», смысл которого также в противоречивых чувствах к родителям. У девочек возникает своеобразное влечение к отцу, однако из-за различия полов эта привязанность не приводит к полному отождествлению, как это описано у мальчиков. Возникает мучительное противоречие, при котором девочки отдаляются от матери, но не могут полностью усвоить нормативы и ценности отца. Все описанные переживания детства, с позиций психоанализа,

по мере взросления ребенка вытесняются из сознания, но продолжают определять жизнь человека, воздействуя на его поведение. Выполнение родительского поведения как бы вновь усиливает, казалось, забытые детские переживания, теперь уже определяя стиль отношения и особенности взаимодействия детей и родителей.

Современные психологические данные отрицают определенность родительского поведения воспоминаниями детства и тем более полностью отвергают представление о причинности психического развития человека как о драме инстинктов. Вместе с тем нельзя не согласиться с тем, что детский опыт все же оказывает какое-то влияние на родительское поведение. Однако эти взаимосвязи не столь непосредственны и просты.

Действительно, довольно легко согласиться с утверждением, что детские переживания добра, любви, заботы и ласки в дальнейшем, когда ребенок сам становится родителем, будут воспроизведены в его родительском поведении. И наоборот, воспоминания негативных переживаний — подавления, жестокости, ненависти — вызовут воспроизведение аналогичного эмоционального отношения. Но даже самые поверхностные наблюдения показывают, что дело обстоит не совсем так.

Детский и взрослый мир

Попытки выяснить происхождение родительского чувства вызвали к жизни немало интереснейших теорий, стали объектом острейшей научной полемики. И это не удивительно. Законы, по которым строится и проявляется родительская любовь, в какой-то мере оказывают влияние на собственный детский опыт — фундаментальные психологические проблемы, разрешение которых открывает пути для раскрытия природы самого человека.

Существует точка зрения, согласно которой у человека имеются врожденные присущие ему виды любви: материнская любовь, отцовская любовь, любовь к родителям, братская любовь, эротическая любовь. Все эти формы представляют собой активные силы, до поры до времени дремлющие в бессознательном человеке. Причем в основе различных форм любви лежит некая сущность, имеющая два полюса, или два начала: мужское и женское. Первое характеризуется качествами восприимчивости, защиты, реализма, терпения и материнства; второе — активностью, дисциплиной, экспериментаторством. Вся история индивидуальной и общественной жизни человека понимается как бесконечный поток гармонии, соединения полюсов. Единство двух начал в одном индивиде создает основу для:

реализации всех форм любви. Без такой внутренней индивидуальной гармонии мужского и женского начал оказывается невозможной ни эротическая, ни братская, ни родительская любовь. В зависимости от ориентации характера человек либо способен любить, либо нет. Достижение равновесия между врожденными тенденциями определит, будет или нет человек нежным, любящим родителем. Согласно этой точке зрения, человеку нет нужды учиться любить, поскольку любая форма любви, в том числе и родительская, проявится сама собой у индивидов определенного личностного склада. В то же время ни при каких условиях люди, по своей врожденной природе не способные к любви, не могут любить, в том числе не способны стать любящими родителями. С этих позиций влияние на проявление родительской любви собственных детских переживаний не имеет никакого значения. Роль опыта, воспитания, роль социальных воздействий при таком понимании совершенно устраняется.

С другой стороны, существуют представления, в которых воздействие социального опыта считается решающим в проявлении родительского поведения. В основе таких представлений лежит противопоставление мира ребенка чуждому и враждебному миру взрослых. С этих позиций процесс развития понимается как выработка определенных личностных качеств, которые способны уберечь, защитить человека от травмирующего родительского воздействия. Поэтому ребенок должен выработать особые защитные механизмы, предохраняющие его от угрозы или оборачивающие ее себе на пользу. Возникнув в детстве, соответствующие механизмы защиты в дальнейшем, когда сам ребенок становится родителем, полностью определяют всю гамму отношений к собственному ребенку.

Например, ребенок, живущий под гнетом отца-тирана, может защитить себя, развив систему эмоциональных реакций, в которой беспрекословное, выстраданное долгими усилиями повиновение, представляющее само по себе защитный механизм «я», становится источником уничтожительного удовлетворения или даже мазохистского удовольствия. Когда такой ребенок вырастет, его жизнь будет в значительной степени определяться защитным механизмом «я», сформированным ранее в рамках эмоциональной реакции на отца, выступавшего по отношению к нему как враждебный социальный агент. Такой человек будет находить удовлетворение в подчинении начальству, Жене, у него обнаружится тенденция в любом взаимодействии занимать позицию «под», в том числе по отношению к собственным детям. Такому родителю свойственно Чувство неуверенности, ему трудно создавать собственный

авторитет в глазах детей, а его дети способны стать тиранами.

А между тем ситуация может сложиться иначе. Ребенок при отце того же типа может построить защиту «я» в противоположном направлении. Он может восстать против отцовской власти, находить удовлетворение или даже садистское удовольствие в нанесении ущерба и в разрушении и в детском и в зрелом возрасте. У такого человека создается позиция «над». Подобная структура отношений к отцу может вызвать у ребенка эмоциональные реакции воинственно-анархистского типа. А став родителем, такой человек может проявить упрочившийся механизм, направляя его уже к своему собственному ребенку, который попадет в полную зависимость. Таким образом, теории этого типа описывают родительское поведение как результат усвоенного детского опыта. Здесь те или иные проявления родительской любви являются не следствием разворачивания врожденных программ, а результатом навязанных собственными родителями защитных механизмов своего «я». В итоге данные теории, определяя поведение человека как «бегство от свободы», считают также несвободным, не зависящим от собственного опыта, разума, воли и родительское поведение взрослого человека.

Все рассмотренные выше попытки объяснения законов родительского поведения независимо от того, объясняется ли оно драмой присущих человеческому роду инстинктов, или врожденной способностью к любви, или опытом общения с собственными родителями в детстве, строятся на нескольких основных ошибочных посылах.

Первая состоит в утверждении принципиальной разницы между психическим строем взрослого и ребенка. Вторая относится к постулированию изначальной принципиальной чуждости мира взрослых и мира ребенка. Процесс развития рассматривается как ломка всего детского под воздействием требований взрослых или как процесс приспособления детского ко взрослому.

Задумаемся, так ли это? Можно ли утверждать, что внутренний мир детей и взрослых, ребенка и его родителей принципиально различен?

Вспомним слова Я. Корчака: «Исследователи решили, что человек зрелый руководствуется серьезными побуждениями, ребенок — импульсами, взрослый логичен, ребенок во власти прихоти воображения, у взрослого есть характер и определенный моральный облик, ребенок запутался в хаосе инстинктов и желаний. Ребенка изучают не как отличающуюся, а как низшую, более слабую и бедную психическую организацию». И далее: «Взрослый — это сплошной винегрет, захолустье взглядов и

убеждений, психология стада, суеверие и привычки, легкомысленные поступки отцов и матерей... И детская серьезность, и рассудительность, и уравновешенность, солидные обязательства, опыт в своей области, капитал верных суждений и оценок, полная такта умеренность требований, тонкость чувств, безошибочное чувство справедливости».

Не правда ли, эти слова заставляют задуматься, они заставляют внимательно присмотреться к самим себе. Не слишком ли часто в воспитании детей мы стихийно исходим из представления о чуждости детей нам, взрослым, о том, что взрослые, безусловно, превосходят ребенка, всегда и во всем родительская точка зрения правильнее детской?

Нет никаких научных, обоснованных серьезными исследованиями причин, по которым может быть проведена принципиальная граница между ребенком и взрослым в построении внутреннего психического мира. Разница лишь в том, что ребенку многое еще предстоит развить и приобрести.

Современными психологическими исследованиями доказано, что понимание развития ребенка как противоборства двух миров крайне ошибочно. Наоборот, только в повседневном, начавшемся с первого мгновения жизни взаимодействии ребенка с близкими взрослыми, только в единстве двух миров и возможно психическое развитие маленького человека.

Единая жизнь

Все психические качества ребенка, умения, навыки, его эмоциональные способности возникают как результат формирования в процессе совместной деятельности ребенка и близких взрослых, в процессе активного усвоения ребенком всех богатств, достигнутых обществом в целом. Врожденные способности как качества, присущие индивиду, аппарату его нервной системы, его организму в целом, — лишь условие развития, движущая сила которого заключается во взаимодействии ребенка и взрослого.

Теперь вернемся к вопросу о соотношении детских впечатлений от взаимодействия с родителями и собственного родительского поведения. Как следует ответить на этот вопрос, оставаясь на позициях современной научной психологии?

Способность человека к любви, в том числе любви к собственным детям, — это приобретаемая социальная способность благодаря все более увеличивающемуся и все более индивидуализирующемуся приобщению человека к

различным формам любви, которые ему предлагает конкретное данное общество.

Первичные потребности ребенка, удовлетворяемые родителями,— это потребности в пище и защите. Кормление и обеспечение безопасности — тот минимум, который требуется от родителей, является социальной обязанностью родителей. Однако законный минимум не считается достаточным.

Общество возлагает на родителей моральные и этические обязанности удовлетворять жизненные потребности своих детей с любовной заботой, другими словами, родители дают ребенку чувство любви. Ребенок учится любить родителей, приобщаясь к социальной эмоции, воплощенной в родительских заботах, радостях, печалях, успехах. Родители учат малыша улыбаться, смеяться, играть* трудиться, сдерживать слезы, преодолевать трудности. Родители учат ребенка любить, превращая его в адресат собственной любви. На основе приобретаемой способности любить своих родителей ребенок может развить в себе и более совершенные и специальные формы любви: любовь к людям, к собственным детям и к Родине.

Разовьется ли он их, в действительности будет зависеть от качеств родителей и от того, как строится деятельность родителей по приобщению ребенка к различным формам любви, существующим в обществе. Если родители по мере взросления ребенка будут по-прежнему относиться с нежной заботой к удовлетворению все возрастающих потребностей ребенка, его эмоциональных, интеллектуальных и культурных запросов, то любовь ребенка к родителям может возражать, соединяясь с уважением, восхищением, желанием стать таким же, как они, или превзойти их и тем самым доставить родителям особую радость и гордость. И напротив, если родители будут требовать такого ответа ребенка, не заслужив его, то любовь ребенка вполне может превратиться в чувство обиды, возмущения, в крайних формах даже в чувство ненависти.

В Жизни сегодняшнего общества от родителей требуются значительные усилия для достижения любовного взаимопонимания с ребенком. И чем дети старше, тем больше труда должны вложить родители в создание и упрочение любви своего ребенка к ним и собственной любви к своему ребенку. Для этого совсем недостаточно только хотеть любить, необходимо приобщение родителей ко всем достижениям и ценностям социального прогресса, они должны стремиться к расширению собственных познаний в области искусства, литературы, науки, чтобы привить ребенку любовь к познанию, развить в нем чувства любви и восхищения, потребность к собственным достижениям в любой области. Именно родителям пред-

стоит развивать и совершенствовать способность своего ребенка к различным формам любви, в том числе способность любви к собственным будущим детям.

Вместе с тем, даже если родители в чем-то оказались несовершенно, нельзя полагать, что собственное родительское поведение полностью зависит от опыта, полученного в детстве. Многие, очень многие человек может развить в себе вопреки прошлому. Сознательная и активная деятельность человека, работа по собственному самосовершенствованию открывают человека перед жизнью, создавая условия для его эмоционального роста.

Приобретение способности любви к детям — одна из линий развития способности к любви в ее разнообразных формах, одна из линий самосовершенствования. Таким образом, только любовь к человеку и к жизни вообще, основанная на любви к своим родителям, укрепляющаяся в любви к своим детям, способна превратить младенца в зрелого человека, зрелого в полном смысле этого слова!

Поколения рядом: содружество или соперничество?

Целость и единство семейного коллектива — необходимое условие хорошего воспитания. Кто хочет действительно® правильно воспитать своих детей, тот должен беречь это единство. Оно необходимо не только для детей, но и для родителей...

А. С. Макаренко

Семейная иерархия

Достижения современной цивилизации, рост городов, превращение деревень в поселки городского типа, научно-техническая революция — все эти тенденции современной жизни не могут не сказываться на структуре семейных отношений и воспитании детей. Прибавим сюда и акселерацию молодежи, и более ранний возраст, в котором люди вступают в статус бабушек и дедушек.

В патриархальной семье в «доброе старое время» отец и мать не только заботились об удовлетворении потребностей маленьких детей, но также воплощали в себе множество навыков и умений, без которых подраставшие дочери и сыновья не могли стать взрослыми. Совместный производительный труд, раз и навсегда установленная иерархия отношений между поколениями в семье, где дети непосредственно наблюдали, как их собственные родители чтут

авторитет старших, многодетность—таковы были условия жизни семьи, в которой не было места многим противоречиям и конфликтам, сплошь и рядом возникающим в современных семьях.

Современная семья объединяет людей, которые должны и сохранить определенную привязанность и связи со своей старой семьей, и одновременно создать собственную семейную целостность. При этом в сегодняшней семье не существует так хорошо представленной в семейной структуре прошлого, отчетливо видной всем иерархии отношений родителей, прародителей и детей.

Именно поэтому среди всех семейных конфликтов¹ большое место занимают сложности и противоречия так называемого кланового типа. Имеется в виду необходимость, возникающая перед всеми участниками семейной группы, соотнести различные позиции. Например, молодой отец—это родитель по отношению к собственному ребенку, это муж по отношению к своей жене, но это еще и сын по отношению к своей матери. Совершенно то же можно отнести и к молодой матери, а также к бабушке и дедушке, которые должны соотнести свою новую позицию прародителей со своими прежними позициями родителей, мужей и жен.

Весьма часты для современных молодых семей ситуации, когда даже при самых естественных противоречиях и незначительных затруднениях супруги тут же спешат привлечь для разрешения их своих родителей, как бы рассчитывая получить «защиту» от, как им кажется, неправильных требований партнера. Распространенными стали разъезды молодых по квартирам родителей или отъезды одного из супругов «к своим», если молодая семья живет совместно с родителями другого.

Молодые родители, часто обремененные заботами, не касающимися непосредственно ребенка, такими, как завершение образования или продвижение по службе, но естественно необходимыми семье, и в том числе детям* вынуждены прибегать к помощи прародителей, в значительной степени передоверяя им воспитание своих детей. Бывает так, что маленькие дети буквально не знают, где они проведут ночь или завтрашний день—у мамы или бабушки. Дети переезжают из дома в дом на выходные дни, на каникулы, переходят из одних рук в другие. Все это повышает вероятность появления расхождений в требованиях, усиливает возможность столкновений, прямо и косвенно отражающихся на детях. Здесь важно достижение согласованности совместных действий, по крайней мере, в общих вопросах воспитания. Необходимо выработать единую, принимаемую всеми линию взаимодействия с детьми. В практике семейного консультирования часто

приходится сталкиваться с обратной картиной—полным рассогласованием воздействий на ребенка со стороны не только родителей, но и бабушек и дедушек.

Основная задача для всех участников семейного союза в трех поколениях заключается в создании эмоционально ровных, взаимоприемлемых свободных и независимых, но содружественно-конструктивных отношений. Только так разрешенные противоречия, связанные со сложностью семейной структуры, способны создать необходимый эмоционально-положительный фон для воспитания ребенка. Как это ни странно, многие трудности в нахождении правильной позиции в семейной иерархии связаны с феноменом малого самопринятия. Это довольно сложный психологический вопрос, требующий более подробного разъяснения.

Самопринятие в системе семьи

В предыдущих главах уже шла речь о том, что родительская любовь должна строиться на принятии личности ребенка. Многочисленными исследованиями показано, что отношение к другому человеку, будь то собственный родитель или собственный ребенок, возможно только на основе достаточного самопринятия. Самопринятие, или принятие самого себя, может быть понято как гамма определенного эмоционального отношения к самому себе. Подчеркнем, что речь идет не о предъявляемом окружающим, демонстрируемом отношении, а об истинном эмоциональном настрое на самого себя. Его можно описать через переживания общего внутреннего благополучия или неблагополучия. Таким образом, спокойный, критичный, достаточно уверенный в себе человек, но вместе с тем человек, признающий собственные слабости, несовершенства и активно стремящийся к саморазвитию, может быть определен как человек с самопринятием. А например, человек, испытывающий состояния раздражения, тоски, жалующийся на других людей, обстоятельства,—всегда человек, не принимающий самого себя. Таким образом, самопринятие—это не самооценка, а именно некая общеэмоциональная картина, создающаяся человеком от восприятия и изучения самого себя.

Проанализируем, как связано самопринятие и установление правильной позиции в семейной иерархии. Рассмотрим пример. Молодой муж, получивший воспитание в семье с властной, деспотичной матерью, став мужем, проявляет излишнюю мягкость, нерешительность, несамостоятельность. В его поведении «беру» превалирует над «даю», он бессознательно переносит на свою жену при-

вычный ему образ матери. В результате жена должна стать для него как бы «второй мамой». Допустим, что его жена также способна быть лидером и выполняет эту навязанную ей роль. Возникает острый конфликт-соперничество между двумя женщинами, претендующими на одно и то же место.

По-житейски это выглядит так: сын (он же муж) переезжает то к маме, то к жене, получая подкрепление для поддержания собственного эмоционального благополучия.

Когда такой мужчина становится отцом, он либо полностью устраняется от воспитания—такие случаи чаще всего заканчиваются разводом, либо, устраняясь от позиции отца, предоставляет жене и матери воспитывать своего ребенка. В последнем случае между мамой и бабушкой может развернуться настоящая борьба за ребенка, в которой бабушка начинает выполнять роль матери, вытесняя настоящую мать ребенка, а мать, пытаясь сохранить влияние на ребенка, начинает выполнять не свойственную ей роль отца. В результате все позиции семейной иерархии оказываются спутанными, что ведет к частым бытовым столкновениям, непоследовательности воспитания, еще больше заостряя чувство внутреннего неблагополучия отца, увеличивая его исходное неприятие самого себя, теперь уже себя в отцовской роли, а также и роли мужа.

Еще один пример: молодая женщина с недостаточно развитым чувством принятия самой себя, часто жалуясь то на состояние своего здоровья, то на то, что она недостаточно красива, переносит ощущение собственного неблагополучия на своего мужа. Она может открыто не указывать ему на его негативные черты, но когда рождается сын, мать аффективно-нетерпимо начинает относиться ко всем чертам сходства отца и ребенка. Она все больше начинает находить несоответствий между созданным ею самой образом ребенка и его реальным обликом, поскольку бессознательно созданный ею образ наполнен чертами, противоположными чертам отца. Чувство неблагополучия заставляет ее пытаться удержать эмоциональную связь с сыном, которой препятствует несовпадение его характера с характером придуманного ею идеала. Самонеприятие приводит к ложному представлению том, что отец оказывает неправильное или даже вредно воздействии на ребенка. Чувство внутреннего неблагополучия дочери болезненно переживает ее мать, бабушка ребенка, адресуя свое недовольство мужу дочери, счита его виновником. Бабушка пытается оградить отца от воздействия на сына, полагая, что раз ее дочери плохо, то ребенку будет еще хуже.

Отец уже обеими женщинами вытесняется из своей отцовской позиции.

Такое схематичное описание, показывающее, как чувство собственного самопринятия смещает и запутывает иерархию семейных позиций, можно было бы продолжить. Психологам знакомы различные варианты одного и того же механизма. Какой следует сделать из этого вывод? Он очевиден. *Для нормального воспитания ребенка необходима правильно выстроенная семейная иерархия. Путь достижения гармоничной иерархии—развитие личности каждого члена семьи, поддержание и укрепление самопринятия. А если под влиянием тех или иных причин возникло у родителя недовольство собой, изменилась на негативную гамма его чувств к самому себе? Вот здесь-то и нужна мудрая поддержка прародителей, правильное отношение бабушек и дедушек к семейным ролям своих уже взрослых детей. Или трезвая самостоятельность детей, которые должны быть терпеливы и снисходительны к чувству неблагополучия своих родителей, ставших бабушками и дедушками. Итак, развитие своей собственной личности, правильное построение и поддержание семейной иерархии в трех поколениях—залог семейной гармонии, залог правильного воспитания.*

На ком же лежит большая ответственность: на родителях или прародителях? Картина была представлена от лица детей, ставших родителями, в следующем разделе попробуем посмотреть на те же проблемы глазами бабушки.

Когда я буду бабушкой...

...Смысл авторитета в том и заключается, что он не требует никаких доказательств, что он принимается как несомненное достоинство старшего, как его сила и ценность...

А. С. Макаренко

В современной жизни, с ее все более ускоряющимся стремительным темпом, женщина, ставшая в 40—45 лет бабушкой, никого уже не удивляет. Современная бабушка—это моложавая, привлекательная женщина, вовсе не собирающаяся отказываться от радостей и проблем собственной личной жизни. Она умеет сочетать профессиональное утверждение с созданием удобного для нее стиля семейной жизни. Она уже многому научилась, воспитав собственных детей, сложились привычные стереотипы, семейные ценности. Став бабушкой, женщина

приобретает новую семейную роль. Ее позиция внутри семьи становится более сложной. Изменившееся положение в семейной иерархии должно повлечь за собой изменение внутренней личностной позиции. Житейские наблюдения и опыт консультативной работы показывают, что далеко не все бабушки благополучно справляются с этими переменами. Прибавим к этому и то, что не у всех женщин собственная семейная жизнь складывалась гладко. К моменту, когда они стали бабушками, многие женщины приходят с опытом семейных неурядиц, грузом разочарований, а иногда и с личной неустраивенностью, одиночеством. Бывает так, что женщина опасается, а вдруг включение в семейную жизнь повзрослевших детей только затруднит их положение, да и помешает разрешить собственные личные проблемы. Если же бабушка, очертя голову, кидается в омут свалившихся на нее новых обязанностей, она часто не может правильно установить подходящую для себя и своих детей внутрисемейную позицию, мучительно ищет наиболее удовлетворительный выход из противоречивых семейных ролей. Каковы они, эти роли бабушки?

Бабушкина роль

Специальное изучение позиций бабушки в современной городской семье было проведено совместно с автором Н. Я. Варга.

Первая роль — это собственно бабушка. Член семьи, основная функция которого — воспитание внуков. Обычно это наиболее приятная и успешно выполняемая функция. Здесь находят применение и воспитательный опыт, и годами выработанная мудрость терпения, и особая нежность чувства к маленькому существу. Вторая роль, которую продолжает выполнять в этот период жизни женщина, — роль мамы. Той самой мамы, которая по-прежнему необходима своему ребенку. Повзрослев, ребенок все еще нуждается и будет нуждаться в материнском тепле, понимании, прощении. Каждый из нас знает, что в трудные минуты мы более всего ждем помощи именно от мамы. Роль мамы — это создание необходимого позитивного эмоционального фона жизни человека. Еще одна роль — роль жены или женщины, имеющей особое значение в жизни близкого мужчины. Эта роль также требует от женщины определенных умений и усилий для создания эмоционального комфорта, заботы о здоровье, оптимальном семейном укладе. Роль жены или близкой женщины — это роль партнера, учитывающего в своем поведении потребности близкого человека. Последняя, но не менее

значимая роль — это роль тещи или свекрови. Это наиболее сложная для выполнения роль, так как она вынуждает строить отношения с человеком, выбор которого в известной мере сделан независимо от воли и желания женщины.

Многие бабушки пытаются сочетать все эти функции, но удается это немногим. Распространенная ошибка заключается в том, что, пытаясь успешно выполнить одну функцию, женщина достигает этого путем недооценки или подавления другой. Не замечая противоречий, которые неизбежно возникают, как только бабушка переходит от одной роли к другой, бабушка часто помимо своей воли становится центром и нередко источником многих семейных столкновений. Невидимые миру слезы сопровождают тернистый путь женщины — бойца многих фронтов. Гротескно заостряя картину, можно описать два типичных портрета бабушки, запутавшейся в противоречиях собственной внутрисемейной позиции.

Бабушка — жертва

Один из типов может быть назван «бабушка — жертва». Эта женщина из всех вышеописанных ролей избрала для себя одну — роль бабушки. Она взвалила на себя весь груз хозяйственных забот, хотя часть из них могут и хотят взять молодые. Пожертвовав своей профессиональной деятельностью, ограничив контакты с близкими друзьями, отказавшись от привычных форм досуга, она поставила крест на своей личной жизни. Суетливая, вечно уставшая, бессмысленно торопливая и все равно ничего не успевающая. Ей все время кажется, что никто, кроме нее, не способен на нужном уровне выполнить домашние обязанности и присмотреть за ребенком. Она действительно устает и время от времени охвачена сознанием, что ее дети и внуки стали обузой, они мешают ей жить. В этом и заключается внутренний конфликт подобной ошибочной позиции. Постоянная спешка, неудовлетворенность противоречивых собственных ощущений вызывают тягостные застойные состояния, сопровождающиеся понижением фона настроения, чувством тоски, тревоги. Бабушка часто жалуется, что всем пожертвовала ради детей, ей постоянно не хватает благодарности. Если же лишить бабушку беличьего круга надоевших забот, жизнь потеряет всякий смысл. В роли бабушки женщина не чувствует нужность и необходимость, ведь ее плечом могла бы существовать. А какое — о з а г р а с н а за свою жертву бабушка! Любви нежность зависимость внуков, а подчас и дети сюриц

за все хлопоты. Однако именно в подобных семьях психологи часто встречаются с грозным симптомом семейного неблагополучия, таким, как невротизация внуков в младшем возрасте. Стремясь всеми силами, любой ценой удержать привязанность и зависимость внуков, бабушки, конечно же, ненамеренно, бессознательно увеличивают значение всех неизбежных болезней детства. Тревожная заботливость и постоянный контроль за ребенком характеризуют стиль отношений в подобных семьях. Здесь часты запугивания детей, внушение повышенной опасности окружающего мира. Дети, привыкнув к общению с назойливо любящим взрослым, как правило, с трудом находят путь к детскому коллективу, затрудняются в контактах со сверстниками. За типичными симптомами отказа от посещения сада, школьными неврозами первоклассника часто стоит такая, всем пожертвовавшая ради внука бабушка.

Бабушка — соперница

Другой тип ошибочного выполнения роли бабушки может быть определен как «бабушка—соперница». В отличие от бабушки—жертвы эта бабушка прекрасно организует свою жизнь. Она никуда не спешит и все успевает. Она достаточно времени уделяет и своим внукам, искренне любит их, но чаще осуществляет воспитание и работу с ними вне молодой семьи, забирая внуков на субботу и воскресенье, на каникулы, проводит с ними отпуск. Она оставляет за собой роль жены и тещи (свекрови). В то же время она игнорирует роль матери по отношению к своим выросшим и создавшим собственную семью детям. Все успехи внуков приписываются ее усилиям, тогда как трудности и проблемы — результат некомпетентности родителей. Она безжалостно обнажает все ошибки и неудачи молодой пары. В общении со своими детьми ей трудно принять их точку зрения, оценить события их глазами.

В отличие от бабушки—жертвы она не жалуется, но постоянно вызывает у своих детей чувство вины и несостоятельности. Внутренний конфликт этой позиции сложен и неоднозначен. Он существует в виде бессознательной формулы: «Я лучшая мать твоему ребенку, чем ты». Понятно, что существо конфликта коренится в неотреагированных сложностях личной жизни самой бабушки. Потребность в подкреплении женской самооценки, усиливающаяся в этот возрастной период, часто реализуется в неосознанном соперничестве с дочерью или невесткой. Соперничество возникает еще и по той причине, что в своем материнстве бабушка не сумела реализовать

значимые для нее идеалы воспитания и пытается теперь восполнить это в воспитании внуков. Способ соперничества подобных бабушек со своими детьми — это навязывание внукам всевозможных дополнительных занятий, кружков или обращение к тем или иным системам воспитания. Ситуация общения в такой семье превращается в систему порочного круга: бабушка искренне помогает молодым, постоянно выискивая ошибки и несовершенства их жизни, как бы доказывая самой себе необходимость этой помощи. Условно говоря, чем хуже детям, тем лучше бабушке. Все это также может вызвать тягостные эмоциональные состояния у самой бабушки. Столкновение противоречивых тенденций всегда болезненно, после специфического ощущения первенства и главенства в семье приходит естественное чувство вины, сожаления, душевной боли. Эти эмоциональные состояния качелей истощают нервную систему женщины, подтачивают ее душевные силы. Подобная позиция бабушки и сопровождающая ее семейная атмосфера в целом эмоционально неблагоприятны и для внуков. Дети тонко чувствуют противоречия взрослых, мучительно переживают противоречивые эмоции любви и ненависти, которые и составляют основное содержание атмосферы семьи. Здесь часто звучат слова о плохой наследственности, о том, что плохое поведение внуков — зеркальное отражение особенностей детей. Постоянное подчеркивание отрицательных сторон жизни приводит к тому, что у внуков развивается стойкое чувство своей неполноценности и неблагополучия, что в крайних случаях приводит к пассивности, подчиняемости ребенка, излишнему погружению в мир собственных переживаний, патологическому фантазированию.

Как же может женщина, став бабушкой, выйти из противоречий своей новой роли, возможно ли гармоничное сочетание противоречий своей новой роли, возможно ли гармоничное сочетание противоположных тенденций? И здесь гармония возможна, хотя путь к ее достижению не всегда прост.

Обретенная гармония

Что объединяет самых разных успешных, гармоничных бабушек? Только одно: им хорошо быть бабушками, им интересна и приятна их новая роль. Появившиеся обязанности не стали обузой. Они стали дополнительными источниками радости. Бабушка научилась сочетать безграничную нежность к внукам и теплое эмоциональное отношение к детям. Новая любовь не противопоставляется старой. Наоборот, бабушка солидарна с родителями,

всячески поддерживает и даже строит их авторитет. Помогая детям занять правильную позицию во внутрисемейной иерархии, она предоставляет простор для их личной инициативы. При этом гармоничная бабушка не растворяется в жизни детей и внуков, она остается внутренне самостоятельным и свободным человеком. Было бы неверно думать, что жизнь такой бабушки проста и безконфликтна. Важно другое: разрешая конфликты, она постоянно учится, совершенствуется, и даже семейные противоречия становятся для нее источником новых знаний о себе и о своих близких. Конфликты не разрушают семейные отношения, а создают необходимость находить новые, более совершенные способы взаимодействия. Душевное тепло и эмоциональный опыт помогают ей быть необходимым стержнем семьи.

Для достижения подобной гармонии бабушке надо проделать немалую работу по осознанию своего изменившегося места в системе новой семейной иерархии. Ей необходимо постоянно открывать для самой себя истинные мотивы собственных поступков и ранее скрытые пружины поведения. Все это создает условия для творческого роста, укрепляет веру в свои силы, приводит к обновлению всего душевного мира женщины. Оказывается, что и в этот период своей жизни женщина может быть открыта всему новому, она совершенствуется, как ни в одном другом возрасте, способна наиболее полно проявлять свои истинно женские качества. Секрет такой гармонии прост. В своем внутреннем душевном строе, в отношении с детьми и внуками такая бабушка руководствуется теми же правилами, о которых уже говорилось при описании оптимальных родительских позиций. Гармоничная бабушка всегда исходит из позиции любви, понимаемой как созидательное утверждение неповторимой индивидуальности близких людей. Свое поведение она строит по принципу независимости. Предоставляя свободу и право ответственности своим детям, помогая им, она не воспринимает их автономию как ущерб собственным интересам. Она дисциплинирована, это означает, что бабушка развивает в себе критичность к себе, умеет управлять своими чувствами и контролировать поведение.

Призыв «Учитесь властвовать собой» одинаково необходим и ребенку, и родителям, и бабушке.

Итак, три кита гармонии — любовь, независимость, дисциплина. Гармоничные и творческие бабушки повсюду вокруг нас. Сколько детей и внуков растут в атмосфере их душевного тепла, доброты, скольким помогла их преданная любовь и мудрость! Не будем забывать, что рядом с нами живут наши мамы, ставшие бабушками, их эмоциональное благополучие во многом зависит от нас.

Моя жизнь и жизнь моих детей

Время детей и время родителей

Воспитывать—это значит, прежде всего, самому жить настоящей жизнью и включать в нее тех, кого воспитывают, приобщая их к самой этой жизни.

С. Л. Рубинштейн

Воспитание и спешка

Обращаясь к психологу, родители очень часто подчеркивают, что им не хватает времени на выполнение всего того, что необходимо ребенку. Действительно, нельзя не согласиться с тем, что у современных родителей нет избытка времени. Однако наблюдения показывают, что увеличение того количества времени, которое родители проводят со своими детьми, само по себе не приводит к повышению эффективности воспитания. Не время ограничивает родительскую любовь...

И все же проблема времени не столько в его количестве, сколько в его содержании, в его психологическом аспекте играет существенную роль в семейном воспитании, в общении родителей с детьми.

Время детей и время родителей различно: у первых все в будущем, у вторых многое в прошлом... Ребенок хочет как можно быстрее освободиться от связи с родителями, а они стараются как можно дольше ее удержать. Может быть, поэтому нам часто кажется, что у ребенка всегда много времени, а нам самим его все чаще не хватает. Многим родителям свойственно чувство постоянной усталости, они отдыхают, но никак не могут отдохнуть: не проходит ощущение напряжения. Такие семьи живут в непрерывной торопливости, постоянно стремятся что-то еще успеть и постоянно не успевают. За такими ощущениями часто скрываются весьма сложные психологические причины. Обычно это сопровождается неосознанным негативным отношением человека к своему времени, он как бы бессознательно хочет освободиться от этого бремени, ждет лучших времен, отвергает реальную жизнь, не живет, а только собирается жить. Подобное состояние взрослых окрашивает и их общение с детьми. В семье царит атмосфера постоянной спешки, дети ежедневно

слышат: «Давай скорее, быстро ешь, опять остановился, поторопись, не застывай, уже уходим, я побежала, ох, опять опаздываем, скорее, не задерживай меня».

Иногда мы торопим детей по другим причинам — нам хочется, чтобы они скорее стали взрослыми. «Ох, поскорей бы научился сидеть, ходить, говорить, читать, писать...» Ну конечно же все это будет, но не стоит ли за этим ожидание ребенка завтрашнего? Не отвергаем ли мы сегодняшнюю жизнь, сегодняшний день ребенка, а вместе с этим и его самого? Ведь когда это долгожданное завтра настало, мы опять ждем нового завтра, отдавая очень малую дань тому, что уже есть сегодня, сейчас... «Наш взгляд на ребенка,— писал Я. Корчак,— таков, что ребенка как бы еще нет, он только еще будет, еще не знает, а только еще будет знать, еще не может, а только еще когда-то сможет». Такое отношение заставляет родителей непрерывно ждать и торопить. Может быть, поэтому так много родителей, спешащих и торопящих своих детей. Может быть, мы испытываем усталость потому, что не умеем любить сегодняшний, пусть еще не совершенный день нашего ребенка и наш собственный сегодняшний день. А может быть, мы еще не прочувствовали всю важность и значимость нашей родительской роли, нет, нет, не только для наших детей, но и для нас самих, для ощущения полноты и значимости нашей собственной сегодняшней жизни. Ведь любимый труд не мучает, а если и приходит «здоровая» усталость, то отдых от нее особенно приятен, потому что к нему присоединяется глубокое удовлетворение смыслом и значением проделанной работы.

Но как быть в случаях, если действительно необходимо поторопить ребенка, приучить его к необходимости все делать быстро, не отвлекаясь. Умение быстро и сосредоточенно работать детьми приобретает в разных формах деятельности: рисовании, игре, обучении. Это довольно сложный и комплексный процесс. Здесь, разбирая проблему времени, хочется подчеркнуть, что инструкциями и директивными приказами нельзя приучить ребенка к сосредоточенности, организованности, самоконтролю. Необходимо учесть, не превышают ли ваши требования возрастных возможностей ребенка. А если это так, упростите задачу, например, введением игрового элемента. Например, допустим, необходимо поторопить ребенка, быстро одеть его, покормить или заставить что-то сделать. Не переутомляйте ребенка собственными волнениями и спешкой. Видя беспокойство родителей, ребенок может и сам начать волноваться, а это вызовет слезы, упрямство, непослушание. Гораздо проще и экономнее по времени весело и непринужденно обыграть действие.

«Смотри, дочка, а сейчас твой мишка пойдет мыть руки. Ой, а он же еще не умеет, давай-ка научим его». Иногда дети капризничают на улице, по пути к врачу, в магазин, в детский сад. И здесь помогает игра. Можно очень быстро дойти до цели таким способом: «Я — в черной шубе — черная лошадка, а ты в беленькой — белая. Кто первый доскачет?» И вот наперегонки, обгоняя друг друга, весело доскачем туда, где нас ждет очень интересное дело. На следующий день помогает новая игра: кто первый наступит на тень от ближайшего дерева?» «Я». «А теперь я!» Настроение веселое, бодрое, нас ждет много нового, интересного, у нас интересный, веселый, новый день!

Но часто, очень часто нам, взрослым, необходимо ждать. И этому тоже следует учиться. Например, нельзя резко прерывать занятия ребенка, если малыша целиком захватила игра, а первоклассника — интересная книжка — лучше что-то придумать. Возможности к переключению у детей этого возраста ограничены, они только формируются. Не следует перегружать нервную систему детей там, где это излишне. Можно включиться в игру и внутри того или иного занятия или разговора подготовить ребенка к необходимости окончания и перехода к другой деятельности.

Воспитание и скука

Проблема времени напоминает о себе и другими симптомами. В последние годы психологи слышат все больше жалоб на скуку, скучающих детей. Это и подростки, проводящие в пассивном безделье вечера у подъездов, и пресыщенные, «все уже познавшие» юноши, разочарованные в житейских радостях. Где же причины? Может быть, проблемы начались раньше, может быть, скука уже показывала свое лицо в более раннем возрасте, но осталась незамеченной, не вызвала серьезного родительского беспокойства? Когда-то Я. Корчак написал, что скука — тема для солидных исследований. Действительно, если ребенок безрадостен, кукуется, ничем не может себя занять — это заметно и часто вызывает раздражение и недовольство родителей. Но не все знают, что излишняя подвижность, суетливость, задиристость, обидчивость, болезненная беготня и возня — это тоже проявление скуки. За этими внешне различающимися формами стоят нередко сходные и весьма глубокие причины. Действительно, если ребенок скучает, значит, он бессознательно отвергает сегодняшний день и тем самым отвергает себя самого. Это может быть следствием неудовлетворенной потребности ребенка в любви и ласке, потребности во внимании. Даже

самые заботливые родители не всегда могут осознать, что эти потребности ребенка недостаточно удовлетворены.. Ведь нередко случаи преувеличенного внешнего выражения заботливости, внимания к физическому состоянию ребенка, его внешнему виду, одежде при незнании или непонимании его внутреннего мира.

Скука — это всегда внутренняя слабость, пассивность личности, вялость характера. Нередко родители, сами того не желая и не осознавая, заражают детей болезнью скуки и плохого настроения. Бывает так, что отношение взрослых как бы опережает детские впечатления, создает особый эмоционально-установочный стереотип к тем или иным занятиям; стереотип может быть негативным или позитивным. Например, если мама, выполняя домашнюю работу, все время брюзжит, проявляет недовольство, раздражается, обвиняет всех и вся в неблагодарности, в неаккуратности, буквально преследует всю семью требованиями особого внимания к чистоте, можно с уверенностью сказать, что у ее дбчери возникнет негативная установка к домашним делам. А нежеланная работа и воспринимается ребенком как самая трудная, и выполняется недостаточно качественно. Вот и пойдут в этой семье ссоры по поводу хозяйственной неумелости или лени ребенка. И мама очень бы удивилась, скажи ей психолог о том, что причина лени в ней самой. Поэтому первое, что должны помнить родители, приучая детей к различным формам труда, в том числе и труда в домашнем хозяйстве, это то, что все эти занятия необходимо самим родителям делать радостно, с удовольствием.

Здесь есть еще один существенный момент. Иногда нам кажется, что ребенок еще мал, и из соображений его безопасности родители ограничивают его действия. На кухне лучше не вертеться, ведь там горячая вода, к инструментам подходить нельзя, ведь они острые, ножницами можно порезать пальцы, молотком ударить по руке. Ребенка с раннего возраста приучили всего опасаться. Постоянные ограничения, замечания, предупреждения, запугивания приводят к тому, что ребенок теряет вообще всякую способность к самостоятельной активной деятельности, теряет любознательность. Он приходит к убеждению, что его не наказывают и не тормозят только в одном случае: когда он ничего не делает.

Вот так возникает у ребенка лень и скука, столь часто вызывающие огорчение и обиду родителей. Оглянитесь вокруг, может быть, вы сами распространили эту болезнь в вашем доме? Родителям полезно провести такой анализ наедине с самими собой и честно признаться: это мы затормозили любознательность и любопытство у нашего ребенка, мы сами отняли у него желание трудиться,

желание к самостоятельному действию. И случилось это потому, что сами не любили свои собственные домашние занятия, не видели в них радости и смысла. Не понимали, что, якобы жертвуя для других, мы прежде всего наказывали самих себя. Поставим перед собой вопрос: *умеем ли мы, несмотря на житейские трудности и неудачи, сохранять дух оптимизма? Доброжелательно ли мы относимся к другим людям, можем ли подбодрить близких в трудную минуту или способны только осуждать?* Как часто мы улыбаемся, шутим, поем? Если ребенок воспитывается в атмосфере жизнерадостности и бодрости ему не только не бывает скучно, но он растет более здоровым в психическом отношении, более жизнестойким и сильным.

Хочется сказать родителям: больше любите своих детей, проникайте, конечно же, тактично и нежно в их душевный мир, и тогда вашим детям никогда не будет скучно!

«Старое» и «новое» время

Проблема времени и воспитания имеет еще один интересный аспект. Как часто в разговорах о детях мы слышим: «В наше время дети были другими», «В наше время молодежь была лучше, сейчас все не то». Не правда ли, знакомые слова! Не удивительно, что родители охотно вспоминают былые годы, ведь это годы юности, годы детства. В юности меньше понимал, а значит, меньше предвидел, отсюда кажущаяся теперь простота и беззаботность детских и юношеских лет. Именно поэтому, возвращаясь в воспоминаниях в прошлое, родители часто считают, что раньше было лучше. Но так ли это? Трезвая оценка подскажет, что современное детство получило много нового и более совершенного. И увлекательные развлечения, и красивые книги и игрушки, и расширившиеся возможности в украшении и организации быта, и более разнообразную одежду. И наказания не такие суровые, и гораздо больше поощрений. Именно поэтому большинство родителей радуются современной жизни современных детей, радуются, что их детям во многом лучше, чем было им самим в детские годы. Но иногда вместо радости встречаемся с какой-то неосознанной обидой на ребенка: «В мое время все было по-другому! Как много нужно сегодня ребенку, как много затрат требуют дети! Сейчас для учения нужны не только учебники, но много книг, линейки, угольники, мелки, а портфель не какой-нибудь, а непременно самый красивый. А одежда: подавай им джинсы, да модные юбочки». За такими обидами подчас

минус. Физическими наказаниями, особенно сильными, можно оказать влияние на кого угодно. Физическое наказание всегда или почти всегда позволяет достичь определенной непосредственной цели. Если родители хотят, чтобы ребенок чего-то не делал, и добиваются этого при помощи физического наказания, они чаще всего достигают этого. Почему же необходимо все-таки отнести физическое воздействие к самым неблагоприятным, неправильным формам наказания?

Это связано с несколькими обстоятельствами. Как пишет об этом Л. Ю. Гордин, физические наказания, связанные с болевыми ощущениями, приводят к срыву тормозных процессов коры мозга и «буйству» безусловного оборонительного рефлекса, проявляющегося в остром переживании страха. Именно страхом чаще всего объясняется безудержный крик ребенка: «Простите, я больше не буду»- «Под влиянием болевого сигнала перестраивается работа всех органов организма,— отмечает известный психолог Б. Ф. Ломов,— что приводит к повышению его реактивности. Особо следует отметить повышение тонуса мускулатуры, сократимости и возбудимости мышц, а также увеличение чувствительности всех анализаторов. Это обеспечивает быстроту оборонительных реакций и большую, чем обычно, предусмотрительность поведения». Таким образом, если родители использовали физическое наказание тогда, когда дети проявляют упрямство, не подчиняются требованиям, не признают родительскую правоту и свои ошибки, то данное воздействие не решает конфликта, а только создает иллюзию его разрешения. Ребенок, долго упрямившийся, быстро подчиняется, просит прощения, проявляет покорность и послушание. При этом родители не задумываются, что подчиняется, просит прощения совсем не их ребенок, что сознание ребенка, все нормальные его связи с внешним миром нарушены и его языком с ними говорит инстинкт самосохранения и животная эмоция страха.

Нельзя применять физические наказания еще и потому, что обычно эта форма воздействия выбирается тогда, когда сами родители находятся в состоянии слабого сознательного контроля собственного поведения. Бьют, шлепают, трясут обычно в состоянии эмоционального «клинча», при котором непосредственная реакция превалирует над сознанием и обдуманным поведением. «Любопытно было бы подсчитать,— пишет Я. Корчак,— за что чаще всего бьют ребенка. За поступки, которые могут грозно сказаться в будущем, запятнают, исковеркают его душу? Нет, дают тычки, бьют и порят чаще всего в плохом настроении или когда ребенок нанес материальный ущерб. Сравни свою большую руку с маленькой ручонкой ребен-

ка, свою огрубевшую кожу с его гладкой и тонкой. Присмотрись к нему, маленькому и безнадежно зависящему от тебя. Следует помнить, что этот несильный удар тоже жестокое наказание: мы бьем беззащитного. Бьем, чтобы ребенок боялся».

С психологической точки зрения не следует прибегать к физическим наказаниям и по другим причинам. Совершенно естественно, что изменение поведения ребенка после физического наказания происходит в основном только в присутствии человека, который наказал ребенка. Поэтому такое воздействие совершенно бесполезно, если родители хотят воспитать в ребенке действительно моральное поведение, способность к правильным поступкам только под воздействием собственного внутреннего контроля без внешнего тормоза.

Если ребенка обучают правильным действиям и поступкам путем физического болевого воздействия, ребенок приучится осматриваться, оценивать ситуацию и, если сочтет ее безопасной, тут же позволит себе неблагоприятное или просто запретное действие. Не будет так поступать ребенок только в тех ситуациях, когда присутствие взрослого и страх перед видимым непосредственным наказанием заставят его сдержаться.

Необходимо понимать, что, хотя родители или нет, осознают или не задумываются, частое применение физических наказаний неизбежно формирует у ребенка определенные неблагоприятные черты характера и личностные особенности. Систематическое применение побоев и порок может безвозвратно надломить волю ребенка, превратить его в покорную, подчиняемую личность, неспособную избирать собственную самостоятельную позицию и независимые решения. Именно такие дети особенно подвержены влиянию чужого примера, именно они чаще всего попадают в окружение негативного лидера, поддаются его воздействию, не научившись противопоставлять чужой воле собственное сознательное поведение.

Наказание и подражание

Бывает так, что у ребенка, которого держали в узде постоянными физическими наказаниями, в более старшем возрасте возникает поведение, которое может быть названо поведением по типу «вечного протеста». Испытывая негативные эмоции, обиду и гнев, страх в процессе жестоких наказаний, дети переводят эти эмоции на самих родителей. Ребенок начинает противостоять всему, что прежде было неотъемлемым элементом его жизни, возни-

кают противоречия не только с родителями, но и со всем семейным укладом.

Родители становятся для ребенка, как говорят психологи, отрицательной моделью. Тогда все, что бы они ни делали, будет для ребенка заведомо плохим уже только потому, что это сделано родителями. Ранее положительные ценности перерождаются в сознании подростка в отрицательные, и наоборот, отрицательные ценности и черты характера могут стать предметом подражания. В результате у подростков усиливаются характерологические неблагоприятные черты и могут возникнуть нарушенные формы поведения, такие, как уход из дома, агрессивность в общении со сверстниками, попытки раннего отделения от родителей, демонстративно грубое поведение, курение и алкоголизм, отказ от обучения.

Таким образом, физическое наказание тесно связано с процессом подражания. Поэтому влияние форм наказания на поведение ребенка проявляется в непосредственном переносе усвоенных форм воздействия на другие сферы. Так, абсолютно достоверный психологический факт состоит в том, что дети, чье поведение подвергалось дома физическим наказаниям, проявляют усиленную агрессию не только в игровых сюжетах, но и в реальном взаимодействии с другими детьми. Наблюдая за поведением группы детей, совсем не трудно понять, кого дома воспитывают толчками, шлепками и порками. Это, как правило, такие дети, в собственном поведении которых наиболее выражены черты агрессивности и драчливости.

Подражание оказывает свое воздействие и на период, значительно более поздний, проявляется в поведении взрослого человека. Порой перенос усвоенных форм наказаний принимает буквально парадоксальные формы.

Например, ребенок приносит из школы записку учителя в дневнике по поводу того, что он уже второй или третий раз подрался с соседом по парте. Разгневанный отец, пытаясь воздействовать на сына и исправить его неблагоприятный поступок, снимает ремень и основательно наказывает ребенка. Родители не осознают, что будущее агрессивное поведение сына возникнет не из-за стычек и драк со сверстниками, а, скорее, из-за усвоенного способа воздействия отца, потому что именно отец—наиболее значимая фигура для ребенка и подражание его поведению фиксируется надолго. Ребенок перенимает этот образец вместе с другими формами поведения и затем, став уже взрослым, будет воспитывать по тому же принципу своих детей. Интересно, что, став таким наказывающим своего ребенка родителем, он прибегает к различного рода оправданиям своего поведения. Часто приходится слышать, что «меня отец тоже часто бил и, как видите,

получился неплохой человек». Но рассуждающий таким образом родитель уже просто вытеснил из своего сознания те чувства протеста и возмущения, с которыми он сам воспринимал в свое время несправедливые и грубые отцовские наказания. Он забывает, что подростком не раз клялся себе, что своих детей он будет воспитывать ио-другому.

Аналогично поступают матери, воспитывая детей не физическими, а речевыми угрозами, раздражаясь порой длительной и оскорбительной бранью, которую слово в слово можно услышать от ее играющей с куклой дочери. Из этих примеров отчетливо видно, какая громадная сила скрыта в процессах подражания. Становится понятным, что осознание не всегда может опережать поведение, часто оно следует за тем или иным поведенческим актом, услужливо помогая человеку придать своему правильному поведению более или менее приемлемое объяснение.

Таким образом, для отказа от необдуманных и неблагоприятных форм наказаний необходимо умение трезво взглянуть на себя со стороны, волевое усилие для торможения непосредственного, внушенного подражанием поведения, трезвость и самоконтроль.

Лишение любви

Весьма распространенной формой наказания детей в семье являются так называемые сепарационные наказания. Это наказания, лишаящие ребенка части родительской любви. Такая форма воздействия чрезвычайно сильно действующая, и применять его нужно с большой осторожностью. Иногда оно может быть весьма полезным, но часто оборачивается серьезными проблемами и для детей, и для взрослых. О действительности наказания с помощью изменения взаимоотношений с ребенком в семье писала в «Исповеди матери» Е. И. Конради. «Когда мой мальчик совершает какой-нибудь из ряда выходящий поступок,— пишет она,— я объявляю ему, что «рассорилась с ним». Ссора эта заключается в том, что я его игнорирую. Все необходимые попечения оказываются ему, как и обыкновенно, он получает свою обычную долю лакомств и других вещественных удовольствий: я очень дорожу тем, чтобы дать почувствовать ему свое неодобрение в чистом виде, не примешивая к нему развращающих и оподляющих обращений к корысти, но я не гляжу на него, не заговариваю с ним и отвечаю холодно и односложно на его вопросы».

В ситуациях такого рода суть наказания сводится к изменению для ребенка привычного стиля отношений с

родителями, ребенок как бы утрачивает на время необходимые ему проявления родительской любви, он теряет привычную долю внимания, но вся обычная забота о нем остается. Действенность такого наказания зависит от отношений между детьми и родителями до его применения. Если между ребенком и родителями существовали отношения подлинной близости, взаимоуважения, любви и доверия, признания детских прав и самостоятельности, то такой метод воздействия может быть использован. Если же всего этого не было, то такая форма наказания абсолютно ничего не даст.

Иными словами, временная утрата любви будет действительна для ребенка тогда, когда он прочувствовал родительскую любовь, когда ему есть что терять, когда связь с родителями стала необходимой потребностью.

И все же еще и еще раз надо напомнить родителям, что такой метод воспитания надо применять с особой осторожностью, учитывая возраст ребенка. Это необходимо потому, что данный вид воздействия направлен на чувство ребенка, точнее, на боязнь ребенка потерять родительскую любовь. Уже много раз говорилось на страницах этой книги о том, что главное для родителей при воспитании ребенка — это внушение ему чувства любви и заботы. Наказание лишением любви основывается на некотором ограничении этого ощущения. И вот здесь ни в коем случае нельзя «пережать». Наказание должно не посеять сомнение в родительской любви, а, наоборот, усилить переживания ребенка, усилить его любовь к родителям и понимание, как сильно его любят. Наказывая ребенка, родители должны дать ему почувствовать, что любят его всецело даже тогда, когда вынуждены на какой-то срок «ограничить» свою любовь. Ребенок должен чувствовать, что хотя в данной ситуации он мог бы и лишиться определенной доли родительской любви, поскольку заслужил наказание, но, к счастью, эту родительскую любовь потерять никогда нельзя, это просто невозможно. Если же ребенок хоть на миг поверит в то, что мама разлюбила его, наказание следует считать вредным, неправильным, каким бы проступком ребенка оно ни было вызвано. Кроме того, необходимо учитывать, что лишение любви как форму наказания нельзя применять к маленьким детям, здесь трудно дать точные возрастные границы, но все же я бы настоятельно рекомендовала не применять эту форму воздействия к детям дошкольного возраста. Это ограничение связано с тем, что родители могут ошибаться в оценке степени чувствительности детей и в степени их потребности в безусловной родительской любви. В этом очень сильны индивидуальные вариации. У малыша, чувствительного и сильно привязанного к матери,

даже слова: «Ты меня огорчил» — могут вызвать глубокие переживания.

Необходимо помнить, что в раннем возрасте дети очень чувствительны к эмоциональному состоянию близких взрослых. Этим можно пользоваться при наказании, но с большой осторожностью, чтобы не превысить уровень тревоги ребенка.

Такие сильно действующие методы эмоционального воздействия необходимо применять чрезвычайно редко, только по поводу особых событий. В противном случае ребенок может оказаться перед действительной угрозой потери родительской любви, что окажет неблагоприятное воздействие на его психическое развитие. Еще и еще раз необходимо напомнить, что можно лишать ребенка только некоторых проявлений любви и на очень короткое время. Для малышей (да и для взрослых людей) недопустимы наказания по типу ухода из дома, оставления одного, угрозы, что мама уйдет.

Нередки в консультативной практике случаи устойчивых страхов дошкольников, нарушений контактов со взрослыми после таких неправильно использованных наказаний. Приходилось наблюдать, как мамы, затрудняясь в ограничении активности детей, когда их надо было одеть, не обращая внимания на несколько взвинченное состояние детей, с грозным криком «Я ухожу от тебя!» оставляли детей одних, а потом годами водили детей от специалиста к специалисту с жалобами на укрепившиеся страхи ребенка. Полезно знать, что содержание страха в таких случаях может не иметь ничего общего с уходом матери, однако связь страха ребенка и неправильной формы наказания при внимательном исследовании представляется очевидной.

Запрет

Очень часто в практике семейного воспитания родители прибегают к всевозможным угрозам и запугиванию. «Будешь плакать, тебя заберет тетя», «Смотри, если не будешь слушаться, отдам милиционеру», «Не ходи в грязь, там живет страшный зверь», «Не играй с этими детьми^ они тебя могут заразить, и ты заболеешь» — список таких угроз-предостережений может быть продолжен.

Как оценить подобные формы воздействия на ребенка? Вопрос не простой. Поскольку кое-что в самой практике воздействия верно. Совершенно правильно, воздействуя на ребенка в любом возрасте, менять последовательность Родительского вмешательства. Не проступок — наказание, а предупреждение родителей — отказ ребенка от непра-

вильного действия. Здесь скорее следует говорить об ограничении поведения ребенка не путем наказания, а путем запрета. Формы запрета необходимо менять в зависимости от возраста ребенка. Ошибки родителей при выборе форм запрета чаще всего вызваны неправильной оценкой возрастных возможностей ребенка. Запрет наиболее эффективен в применении к детям раннего возраста. С малышом необходимо поступать так, чтобы запрет совпадал или даже опережал совершение неправильного поступка. Ребенок тянется к огню — мать отдергивает его ручку, малыш бежит и не замечает лужи — мать подхватывает его и переносит на другое место, малыш пытается ударить — взрослый, крепко сжимая малыша, препятствует этому. Очень важно в таких воздействиях контролировать речевые высказывания. Лучше всего, если родители пользуются словом «нельзя» только в крайнем случае, относя этот речевой запрет только к действительно самому запретному. *В тех же случаях, когда запрет выдвигается, скорее, по моральным соображениям, лучше показать свое неудовольствие мимикой, жестом, выражением лица.* Мать может, оттащив ребенка или задержав его руку, поморщиться, насупиться, сделаться строгой, показать, что ей больно. Постепенно ребенок научится понимать, какие поступки вызывают эмоциональную поддержку родителей, а какие — нет. Очень важно помнить, что в ситуации постоянных и разнообразных запретов маленькие дети становятся особенно непослушными, возникает желание все делать наоборот. Наблюдения показывают, что иной ребенок буквально не может шагу ступить без того или иного маминого предупреждения или запрета. «Не ходи, здесь грязно; не трогай, сломаешь; не говори это, нельзя; не бери, уронишь; положи, разобьешь». Последствия такого взаимодействия могут быть различными: одни дети становятся излишне агрессивными, раздраженными, другие — стеснительными, подчиняемыми, пугливыми и нерешительными. Именно при такой материнской позиции возникают повышенный уровень тревожности ребенка, заниженная самооценка и вслед за этим при самом незначительном поводе появляются и долго удерживаются страхи.

Поэтому речевые предупреждения надо использовать с большой осторожностью, пытаясь удержать ребенка, но не запугивать его. Некоторые мамы стараются дать исчерпывающие объяснения всем возможным последствиям действия ребенка или заранее предусмотреть неверные действия ребенка и предупредить их. Подобные высказывания можно услышать часто: «А сейчас будем обедать, но сначала надо помыть ручки, а если ручки будут

грязными, то это нехорошо, потому что можно заболеть, руки надо мыть» и т. д. В чем здесь ошибка? Мама как бы показывает ребенку, что руки можно мыть, а можно и не мыть. Ребенок в силу присущей ему возрастной любознательности один раз помоеет руки, а в другой захочет в действительности узнать, а что будет, если он их не вымоет? В таких ситуациях правильнее не говорить, что будет, если ребенок чего-то не сделает, а вести себя так, что существует только одно-единственное поведение, нельзя есть, если не вымыты руки, надо обязательно почистить зубы, надо одеваться тепло, если на улице зима. Опережающий запрет должен быть лаконичным и точным.

Таким образом, своим неправильным поведением родители подчас сами провоцируют детей на опробование неверных способов действия.

Наказание «естественными последствиями»

Эта форма воздействия основывается на известном ограничении поведения ребенка. Родители отказывают ребенку в некоторых удовольствиях, например не пускают гулять, не разрешают посетить кино или театр, встретиться с друзьями. Следует подчеркнуть, что подобные методы воздействия достаточно примитивны и именно при применении подобных наказаний родители легко допускают серьезные ошибки. Некоторые специалисты рекомендуют использовать не отмену, а отсрочку предполагаемого радостного для ребенка события, если он совершил тот или иной проступок.

Такой метод в ряде случаев может принести успех, но, пожалуй, только в том случае, если ребенок воспринимает ограничение как справедливое, если в большей степени решение принято с его согласия и при его непосредственном участии. Иными словами, если ограничение превратилось в самоограничение, а родительское наказание стало внутренним решением самого ребенка. К сожалению, в большинстве случаев такого сознательного оценивания ребенком собственного поведения не происходит и тогда наказание воспринимается как несправедливое. Дети не устанавливают связи между своим проступком и вынесенным наказанием, эмоционально негативно начинают относиться к родителям. И часто просят прощения не потому, что поняли свою вину, а лишь надеясь отменить наказание и вернуть утраченное удовольствие.

Нецелесообразно лишать ребенка уже обещанного удовольствия, например прогулки, особенно в тех случаях, когда родители планировали провести время вместе со

своими детьми. Не стоит сокращать эти радостные для всех минуты, даже если ребенок сделал что-то не так. Лучше подумать о каком-то ином способе наказания.

Применяя наказание по логике естественных последствий, нельзя лишать детей того, что необходимо для их полноценного нормального развития: еды, свежего воздуха, игрушек, общения со сверстниками. А. С. Макаренко не рекомендовал лишать детей даже сладостей. «Шоколад всем полагается, и ты получи его, как бы ни был плох». К сожалению, некоторые родители часто просто потому, что не задумываются над этим, используют подобные наказания слишком часто, реагируя буквально на любой ошибочный поступок ребенка.

Такой тип отношений в семье прекрасно иллюстрирует новелла о мальчике и его папе, которые «так и существовали: ребенок все время ошибался, на то он и ребенок, а папа все время лишал его чего-то, на то он и папа. К семи годам оказалось, что ребенок никогда не бывал в театре, в цирке, в кино, в зоопарке. Сказок ему не рассказывали, книжек не покупали, игрушек не дарили, шоколадом не кормили. У него не было лыж, не было санок, не было коньков, не было мяча. Друзей у него тоже не было, по той же причине... Зато он без предупреждения стелил постель и без разговоров ложился спать. Во всем остальном он был дурак дураком».

Родителям, прибегающим к наказаниям путем лишения чего-то приятного, необходимо всерьез задуматься, а что же им дороже, сиюминутное, сегодняшнее послушание или радость ребенка от новых впечатлений, от наслаждения прекрасным, радость открытий.

Наказания «естественными последствиями» при правильном применении этого метода создают особую ситуацию. Она характеризуется тем, что связь между неправильным поведением ребенка, его недостаточно серьезным отношением к своим обязанностям и мерой наказания должна быть действительно естественной, понятной самому ребенку, а справедливость наказания не должна вызывать сомнений. Действительно, если ребенок получил двойку, маме необходимо заставить его выполнить дополнительные задания, объяснить ему материал, проконтролировать правильное выполнение уроков. Усиление контроля, безусловно, не вызовет у ребенка обиды и протеста. А вот если мама запретит ребенку гулять или идти в кино, справедливость подобной меры совсем не всегда очевидна. Созаемся, что наказать лишением удовольствия и легче, и менее обременительно для родителя. Вроде бы родители и отреагировали на проступок ребенка, показали свое негативное отношение, вроде бы и побудили его к самостоятельной работе. Но при этом они оставили ребенка

один на один с трудностями. Хорошо известно, что за получением двойки могут стоять самые разные и порой очень серьезные для ребенка причины. Подобное наказание не только не помогает ребенку справиться с трудностями, но, наоборот, создает новые. За довольно частыми школьными невротами нередко стоит такая ошибочная реакция родителей на трудности ребенка в учении.

Очень хорошо, если наказания в семье по логике естественных последствий принимают вид законного и распространяющегося на всех правила. Например, если порвал и испортил одежду — стирай и чини ее сам, испачкал пол в комнате — сам сделай уборку. Детей устраивают эти требования довольно легко, и они не воспринимаются как несправедливые. Однако, если подобные требования адресуются только ребенку и не обязательны для папы, вряд ли подобная ситуация останется незамеченной. В один прекрасный день подросток сравнит требования, предъявляемые к нему и к взрослым. Родителям обязательно нужно продумать и установить только те требования, которые они сами способны выполнить. Это утверждение обычно вызывает протест родителей. Вспоминается в связи с этим рассуждение одного папы.. Он говорил сыну: «Я курю и не могу избавиться от этой привычки. Но своему сыну-подростку я стараюсь внушить, что курение — зло. Я запрещаю ему курить. А по-вашему получается, что раз я сам курю, значит, не могу требовать от сына, чтобы он не курил».

Противоречие здесь кажущееся. Следует хорошо понять, что воспитывают ребенка не только или, точнее, не столько наказания. Воспитывает вся его жизнь, вся многогранность отношений между детьми и родителями. Конечно же, мы все хотим, чтобы дети были лучше нас. Стремимся, чтобы они не повторяли наших собственных ошибок, не имели бы присущих нам слабостей. Однако нельзя достичь этой цели только путем наказания за неверный поступок. Если отношения с родителями действительно близкие, а воспитание направлено на подкрепление в ребенке всего сильного, хорошего, базируется на уверенности родителей и внушении ребенку чувства уверенности в себе, дети довольно рано оказываются способны прощать родителям их слабости, сами стараются поступать лучше, чем их родители. Они могут вместе со своими родителями радоваться обретенным достижениям и вместе с тем, несмотря на недостатки родителей, сохранять любовь и уважение к близким. Такие отношения между ребенком и родителями — большое счастье и для взрослых и для детей.

«Судейская комната»

В некоторых семьях, где все воздействия на ребенка сведены к наказаниям, общение с детьми превращается в своеобразную «судейскую комнату». Буквально каждое действие ребенка, каждый поступок подвергается пристальной оценке, часто дети ошибаются, и так же часто родители фиксируют ошибки, дают негативные оценки, «выводят на чистую воду», превращаясь в настоящих преследователей. Последствия бывают весьма тяжелыми, жизнь многих трудных подростков проходит именно таким образом.

«Судейская комната» возникает еще и тогда, когда, поддаваясь ложному чувству солидарности, желая действовать «единым фронтом», мать и отец, а часто к ним присоединяются бабушки и дедушки, устраивают подробное обсуждение проступков ребенка, все вместе «выносят» наказание. Такая ситуация, конечно же, может возникнуть в семье, но она должна быть вызвана каким-то необычным, особо тяжелым проступком. Если же объединение родителей происходит часто, вызывается незначительными ошибками детей, его следует считать не только малоэффективным, но и вредным. В сознании ребенка могут укрепиться мысли об одиночестве, непонятности. И действительно, если ребенок остается в одиночестве при таком «разбирательстве» его вины, а вся семья объединяется, очень легко возникают переживания отвергнутости, ненужности, а это может привести к серьезным эмоциональным срывам, навсегда нарушить контакт ребенка с родителями.

При использовании наказания необходимо установить в семье определенную иерархию воздействий. Скажем, мать может привлекать отца к обсуждению поведения ребенка только в особых случаях, даже сам рассказ о проступке ребенка отцу может служить формой наказания. Иногда, наоборот, необходимо подчеркнуть, что о том или другом неблагоприятном поведении мать или отец никому не сообщат, давая ребенку возможность исправить допущенную ошибку, как бы косвенно внушая ребенку свою веру в то, что это была случайность, что такого, конечно же, в дальнейшем никогда не случится.

Чрезвычайно тактичными и осторожными следует быть в любых разговорах о проступках и наказаниях ребенка. Не стоит, как это иногда случается, посвящать родственников и знакомых в тот или иной конфликт с ребенком, стремиться призывать на помощь общественность, учителей. Все это особо сильные меры воздействия, употребление которых следует считать крайними и

использовать с большой осторожностью. В воспитании подростков это особенно важно. Иная мама при любой трудности старается сообщить о проступках ребенка учителю, иногда привлекать на свою сторону своих друзей или даже друзей ребенка. Здесь надо очень хорошо все взвесить, обдумать. Ведь иной раз таким поведением мама показывает, что сама не в силах выполнить свою родительскую задачу, еще более теряя свой родительский, воспитательный авторитет.

Наказание и аффект

В результате наказания может возникнуть один нежелательный исход — обострение отношений, вплоть до протестного поведения, которое может привести к крайне серьезным последствиям. К сожалению, в практике психологического консультирования нередко приходится рассматривать случаи, когда родители, неудачно наказывая ребенка, побуждали детей совершать более серьезные проступки, чем те, по поводу которых выносилось наказание. Обычно это бывает в ситуации аффективной дезорганизации сознания, когда и взрослый и ребенок непременно хотят взять верх, когда родители излишне прямолинейны в своих требованиях, когда им не хватает терпения для выбора более тонкого метода воздействия. Примеров таких ситуаций, к сожалению, много. Они приводят и к уходу детей из дома, и к тому, что подростки в знак протеста ночуют у приятелей и знакомых, намеренно портят дорогие родителям вещи, прогуливают школу или даже отказываются от учения. Приведем характерный пример. Девочка пришла домой в состоянии крайнего возбуждения. Ей написали замечание в дневнике за нарушение дисциплины, которое она сочла несправедливым. Войдя домой, она бросила потрфель, протоптала мокрые следы на ковре и, не вымыв руки, принялась грызть конфеты. На вопрос матери ответила грубо: «Отстань от меня!» Мать сделала ей замечание и попросила выйти из комнаты и переодеть обувь. «Не выйду!» — «А я тебя выведу!» — «А я не пойду!» — «Сейчас же прекрати грызть и немедленно выйди из комнаты!» Девочка сжимает руками спинку стула, в крайне аффективном состоянии кричит: «Не пойду, не пойду! В окно выброшусь! Не смей меня трогать!» Нетрудно понять, что в подобной ситуации мама совершенно не оценила крайне возбужденного состояния ребенка, не смогла сдержать свою непосредственную реакцию на неправильное поведение дочери. Вместо этого, «подливая масла в огонь», мать еще больше усилила и без того острое эмоциональное состояние ребенка, спровоци-

рвала нервный срыв. Этого могло и не быть, сохрани она спокойствие и выдержку.

Когда родители наказывают ребенка в состоянии аффекта, легче всего нарушаются не только эмоциональные требования к воспитанию, но и права ребенка, нарушение которых так же непростительно, как нарушение прав взрослого человека.

Некоторые родители прибегают к типичным угрозам «выгнать из дома» сына или дочь за непослушание. Или, используют более мелкие запреты типа «не давай свою игрушку этому мальчику», «не смей водить в квартиру этих ребят», «отдай те деньги, которые я дал тебе на кино» — список примеров можно продолжить. Родители подчас не задумываются о том, что подобное поведение не только психологически совершенно неприемлемо, но и безнравственно.

Родители обязаны предоставлять жилье своим несовершеннолетним детям, они должны знать, что у детей есть право собственности на некоторые необходимые им вещи, что они имеют право свободно распоряжаться деньгами, предоставляемыми им родителями для обеспечения досуга, развлечений и т. д. Необходимо помнить, что подобные методы наказания, особенно при применении их к подросткам, оказывают больше вреда, чем пользы. Нельзя рассчитывать на успех воспитания, даже при условии самых искренних и добрых намерений родителей, если дети при этом превращаются в бесправные существа, лишаются основы для своего независимого поведения. Именно в таких, ошибочных установках родителей — источник многих серьезных конфликтов.

Творческое наказание как проявление родительской любви

Некоторые психологи считают, что наиболее правильное воспитание — это воспитание без наказаний. Однако представить себе воспитание, в котором совершенно отсутствует воздействие на ребенка, использующее те или иные формы наказания, по-видимому, трудно. Весь вопрос не в том, наказывать или нет, а в том, *как и когда наказывать*. Именно наказание может стать выражением любви и уважения к ребенку. Правильное наказание, его выбор и осуществление — наиболее творческий момент в общении с детьми. Как же сделать наказание творчеством, полезным для ребенка, не нарушающим, а, наоборот, созидающим контакт между детьми и родителями?

В ситуации наказания, как и в других воспитательных воздействиях, родителям обязательно нужно четко выде-

лать три аспекта: *индивидуальность ребенка, его возраст и допущенный им проступок, собственное эмоциональное состояние, возникающее как реакция на проступок ребенка, метод воздействия в целях исправления проступка.*

Поэтому для правильного выбора средств наказания необходимо постоянно расширять свои знания, свои представления обо всех многогранных сторонах психического облика своего ребенка. В-этом заключен первый творческий момент в ситуации наказания. Хороший родитель должен всякий раз по-новому рассматривать поступок ребенка, стараться проникнуть в его скрытые причины, правильно оценить, какие именно слабости характера или неверные соображения привели ребенка к ошибке. Родителям, хорошо знающим своего ребенка, не так уж сложно понять причины его поступков. При этом становится понятно, что наказание должно не столько фиксировать неверный поступок, а направляться на те внутренние причины, которые привели ребенка к ошибочному действию.

Второй творческий момент в ситуации наказания заключается в требовании внимательно рассмотреть конкретную ситуацию, в которой совершен проступок. Важно понять истинные психологические причины такой ситуации, ее содержание. Ведь очень часто сам поступок и причины, вызвавшие его, не совпадают. Вспоминается такой случай. Однажды, вернувшись с работы, мама обнаружила, что ее сын разбил дорогую и памятную для нее вещь. Поскольку ребенку не разрешалось брать некоторые вещи, принадлежащие взрослым, мама начала выговаривать ему, что он нарушил ее запрет. Каково же было изумление матери, когда семилетний сын заявил, что он нарочно разбил эту дорогую для матери вещь. Тут маме пришлось призадуматься, она поняла, что не сумела правильно оценить ситуацию и ее «выговор» по поводу внимания к вещам, аккуратности, бережливости был совершенно излишен. Впоследствии выяснилось, что несколько дней назад случайно мама неосторожно высказалась о ребенке в присутствии его товарищей. Она же даже не подозревала, какую жгучую обиду у сына вызвали ее слова, ведь она как будто предала его, унизила перед друзьями! Чувство обиды, горечи и привели ребенка к проступку, это был акт мести, ответа на, как ему казалось, несправедливость матери. После доверительного и спокойного разговора мать и сын поняли друг друга, контакт был восстановлен. Но всегда ли нам, родителям, хватает такта и выдержки, чтобы разобраться в проступках детей, проникнуть в их действительные причины?

Очень часто родителям необходимо задержать свою непосредственную реакцию на проступок ребенка, сер-

оказать непосредственную эмоцию, отсрочить наказание. И только на основе внимательного рассмотрения всей ситуации проступка выбрать правильную форму воздействия. В этом и заключается творческий элемент. Он состоит в признании права ребенка на ошибку, на слабость, на несовершенство. Мудрые родители порой делают вид, что не заметили проступка ребенка, никак не выражают свои чувства, не спешат наказывать или давать отрицательную оценку. Но стараются усилить те сильные стороны души ребенка, которые сами собой приведут к исправлению допущенной ошибки, отказу от неправильного поведения.

Если родители действительно творчески подходят к выбору наказания, то они заметят, что отказ от наказания может быть весьма эффективным средством воздействия. Если в общении детей и родителей было много запретов и наказаний, ребенок может почувствовать, что к нему становятся внимательными, с ним общаются только тогда, когда он сделал что-то неверно. В этом случае ребенок обязательно будет стараться делать все вопреки запретам, пытаться удержать столь необходимое ему внимание родителей и как бы продлить общение с ними на такой конфликтной основе. Понятно, что при таком поведении ребенка необходимо уменьшить наказания. Внимательные к своему ребенку родители сумеют вовремя заметить формирование у него так называемого комплекса вины. Он встречается и у детей, и у взрослых. К этой категории относятся люди, которые постоянно совершают одни и те же ошибки, по нескольку раз в аналогичных ситуациях грешат и каются, чтобы потом опять грешить.

В детском возрасте подобное поведение ярко проявляется в характерных для детей формах, например когда ребенок не может воздержаться от заведомо неверного поступка, а совершив его, тут же бежит к родителям за получением соответствующей порции наказаний. К подобному поведению родители должны быть очень внимательны, подчас здесь важнее не дать оптимальное наказание, а, наоборот, постараться всеми силами удержаться от него. Это связано с тем психологически важным обстоятельством, что если ребенок понимает, что поступил неправильно, и бежит докладывать об этом взрослым, то за этим скрывается глубокое переживание своей вины и связанное с этим напряжение. И здесь родителям очень важно решить, могут ли они в качестве психологического воздействия продлить это напряжение. Иногда это бывает полезно. То, что родители откажутся от ожидаемого ребенком наказания, фактически накажет его, заставит еще и еще раз пережить некоторые негативные эмоции и в дальнейшем воздержаться от вызвавшего их поступка. Опять необходимо повторить, что пользоваться этим

нужно осторожно, очень хорошо разобравшись в ситуации проступка и оценив степень устойчивости ребенка к эмоциональным перегрузкам. Что для одного будет полезным переживанием, для другого может стать слишком сильным и даже роковым, вызвать необратимые эмоциональные изменения.

Подобная форма эмоционального наказания особенно полезна для детей постарше, школьников и младших подростков. У старших детей наказание по типу лишения наказания может быть использовано только при правильном учете стиля отношений ребенка и взрослого. Этим методом могут пользоваться родители, авторитет которых очень силен, которых подросток безусловно уважает, чья негативная или позитивная оценка сама по себе значима. Вспоминается прекрасный пример из практики А. С. Макаренко, который отказался поместить воспитанника под арест, несмотря на грубое нарушение дисциплины. На заявление колониста: «Прошу посадить меня под арест» — А. С. Макаренко ответил: «Арест существует для моих друзей, ты же не относишься к их числу».

Наибольшая возможность для творчества предоставляется родителям в самом осуществлении наказания. Здесь важно не только правильно выбрать ту или иную известную форму воздействия в подходящий момент, но и придумать что-то самим, проявить выдумку, фантазию, любовь. Такой вид придумывающихся по ходу ситуации наказаний называется наказанием в форме экспромта. Чем более мудр воспитатель, чем он лучше знает своего ребенка, чем больше любит, тем разнообразнее, неожиданнее, а потому эффективнее его воздействие на ребенка. Очень полезно, когда родители сознательно формируют в себе способность к наказаниям в форме экспромта. Иногда гораздо лучше вместо речевых проработок неожиданное действие. Момент экспромтности, новизны порой оказывает более сильное воздействие, чем самые строгие наказания. Опыт талантливых воспитателей дает много примеров тому. Вспомним, как поступил А. С. Макаренко с воспитанником, который, опоздав в столовую, решил, чтобы его не заметили, влезть в окно. Наказания не последовало, но мальчика обязывали каждый день входить в столовую через окно. Воспитатель применил здесь в качестве наказания саму ситуацию проступка, доведя ее до абсурда. Эффект этой меры высочайший, а никаких осуждений не было.

Нужно стараться постоянно находить такие неожиданные приемы воздействия. Очень полезно, если реакция взрослого вызывает некоторое тревожное изумление ребенка, связанное с неожиданным поворотом ситуации. Одна мама применила такой прием. Она заметила, что ее

сын стал обманывать, рассказывал всевозможные невероятные истории, которые с ним приключились и из-за которых он якобы не смог сделать то или иное дело. Мама могла наказать мальчика или начать разъяснять ему, что врать нехорошо. Она поступила иначе. Во время одного из таких рассказов она вдруг резко и неожиданно сказала сыну: «А ну-ка, открой рот, покажи язык... Так, все ясно... И когда только твой язык отучится говорить неправду?» Удивленный и ошеломленный ребенок спросил: «А как ты догадалась?» Вот как был разрешен конфликт. Мальчик отказался от привычки к подобному сочинительству. Таких находок в общении с детьми в семье может быть множество. Полезность их очевидна. Так сберегается мир и спокойствие в доме, а мелкие, вполне естественные проступки ребенка не превращаются в устойчивые неблагоприятные формы поведения.

И последнее, что необходимо иметь в виду при творческом использовании наказаний,— это предоставление ребенку возможности проверки своего поведения в ситуации, сходной с той, в какой была допущена ошибка. Иными словами, необходимо убедиться в эффективности избранного метода воздействия, в том, что ребенок теперь может самостоятельно выбрать правильную линию поведения. Здесь опять же необходимо учитывать возраст ребенка. Малышам после наказания можно предоставить возможность подобного же, но по сути уже верного действия. Например, ребенок ножницами изрезал мамино платье. Конечно, его нужно наказать, но при этом необходимо предоставить ребенку возможность действовать с ножницами. Надо не только запретить ему использовать для этой цели хорошие вещи, но предоставить ему доступные материалы, бумагу, кусочки ткани, полезно показать, как лучше вырезать, складывать материал, чтобы избежать неприятных порезов.

При наказании более старших детей необходимо создавать условия для выработки таких качеств, которые бы препятствовали совершению неправильных поступков. Основным из этих качеств следует считать способность к торможению, удерживанию от непосредственно желаемого, импульсивного, необдуманного. «Тормозить себя — это очень трудное дело, особенно в детстве, оно не приходит от простой биологии, оно может быть только воспитано,— писал А. С. Макаренко.— И если воспитатель не позаботится о воспитании торможения, то оно не получается. Тормозить себя нужно на каждом шагу, и это должно превратиться в привычку». Родителям никогда нельзя забывать, что одними, даже самыми правильными, наказаниями воспитать привычку к торможению невозможно. После наказания необходимо предоставить ребенку воз-

можность проверки самого себя, надо *постараться превратить родительское воздействие в самовоздействие*, поставить перед подростком задачу на самовоспитание, на преодоление собственных слабостей. Очень хорошо, если подросток сформулирует вместе с родителями задачу для самого себя, а радость от преодоления трудностей станет вашей общей радостью.

Искусство хвалить

Каждый ребенок имеет право на внимание, на ласку, на поощрение. Чутье, опыт и понимание в каждом случае подскажут воспитателю, в какой мере и в какой форме данный ребенок нуждается во внимательном отношении к нему, в ласке, в поощрении.

Е. А. Аркин

Дозировка поощрений и наказаний

Только ли наказанием можно воздействовать на внутренние психологические качества детей, приводящие к ошибочным действиям и поступкам. Ответ ясен: конечно, нет. Наказание должно быть особой мерой. Его эффективность тем выше, чем неожиданнее и индивидуальнее его формы, чем реже оно применяется. Наказание будет эффективным тогда, когда есть поощрение.

Трудности родителей в использовании методов поощрения прежде всего связаны с тем, что многим из них воспитание представляется только одной своей стороной — исправлением. Родители полагают, что главное внимание они должны уделять всему несовершенному, слабому, неверному в поведении своего ребенка. Такая точка зрения ошибочна. Воспитывает ребенка не столько отрицательное (наказание), сколько положительное (поощрение) подкрепление. Младенец получает положительное подкрепление от матери, видя ее радостную улыбку, слушая ее нежный голос, ощущая прикосновение заботливых и ласковых рук. Но когда дети подрастают, Родители начинают думать, что важнее, более действенны порицания, замечания, наказания. Некого ей вредно, совершенно убеждены в том, что хвалят в коем случае подчеркивать успехи и Я: * * * * * ело обстоит, видимо, случае нельзя. В Де в * * * * * еwle, ведь и поощрение, и вать как наказание, так и "" ^ ого процесса: социальное наказание — это две стори

ного обучения ребенка, процесса социализации. В воспитании надо использовать как поощрение, так и наказание, но делать это нужно правильно, в такой дозировке, чтобы поощрение преобладало над наказанием.

Обычно мало кто из родителей задает вопрос, как детей хвалить. Многим кажется, что это просто. Они прекрасно умеют хвалить ребенка, поощрять гораздо легче, чем наказывать.

Однажды группе родителей в психологической консультации дали такое задание: в течение недели записывать все свои воздействия на ребенка, заносая их в две колонки: поощрение и наказание. К удивлению родителей, у большинства из них был один результат. Оказалось, что число наказаний в несколько раз превосходило число поощрений. В каждой семье причины такого соотношения между поощрениями и наказаниями были, конечно, различными. Но большинству родителей очень трудно хвалить ребенка, поскольку они не видят, за что же можно ребенка похвалить. Им кажется, что если ребенок ведет себя хорошо, если он чему-то научился—это вполне естественно, а потому сосредоточивают все свое внимание на ошибках и недостатках детей. Наверное, поэтому родительские сочинения о детях нередко начинаются словами: «Хотелось бы мне похвалить своего ребенка, но мне нечего написать, никаких выдающихся успехов у него нет».

За что же можно хвалить ребенка?

Похвала за усилие

Поощрять можно и нужно все стороны поведения ребенка. Особое внимание необходимо уделять похвале за совершенное ребенком *усилие*. К каким результатам ребенок пришел, значения не имеет, важно отметить его попытку, его старание осуществить правильное действие или верный нравственный поступок. Между тем многие родители хвалят ребенка только за достижения при условии определенного результата. Именно поэтому у некоторых детей создается «хронический дефицит поощрений». Действительно, если ребенок получает четверки вместо ожидаемых родителями пятерок, то вроде бы и хвалить-то его не за что. Однако даже получение четверки или тройки иной раз связано с самоограничением, усилиями и старанием—не заметить этого и не похвалить было бы большой ошибкой.

В поощрении за правильно совершенное действие или поступок есть очень важный психологический момент. Всякой успешной деятельности присуща одна специфиче-

ская особенность—ощущение успеха, радости собственного достижения, которые сами собой являются наградой, поощрением. Задача родителей—научить радоваться успеху. Поощрение должно фиксировать и тот результат, который достигнут усилиями ребенка и который сам по себе может доставить радость. Важно не затормозить внешним вознаграждением переживание внутренней радости и внутреннего удовлетворения ребенка от проделанной работы, от затраченных усилий. Очень хорошо, если поощрение подчеркивает и способность ребенка к усилиям *по достижению цели, и радость от достигнутого успеха*. Иными словами, внешнее родительское поощрение должно подкреплять и усиливать внутреннее удовлетворение от проделанной ребенком работы. К сожалению, очень часто поощрение расходитя с этой внутренней радостью, тогда и дает о себе знать неблагоприятная сторона неверно избранного поощрения.

Родители часто используют поощрения, как и наказания, по логике естественных последствий: хорошо учишься—получай подарок, деньги на кино, лакомства. Однако такие поощрения неправильны. При соблюдении некоторых условий они бывают эффективны, но чаще приводят к серьезным воспитательным ошибкам. Поощрения не должны носить характер подкупа или обязательства, взятого на себя родителями. Я. Корчак предупреждал родителей об опасности соскользнуть на такой путь использования поощрений: «Вот съешь котлетку, мама купит тебе книжечку», «Не ходи гулять—на тебе за это шоколадку». Неверна позиция родителей, которые в качестве награды освобождают ребенка от выполнения некоторой домашней работы.

Такие формы поощрений по своему психологическому содержанию формируют представление у ребенка о том, что *всякая работа, всякое усилие—дело очень неприятное*. Родители как бы сами затушевывают в глазах детей радость от процесса хорошо выполняемого дела и смешают в глазах детей оценку той или иной работы к ее результату.

В сознание детей внедряется представление о том, что важно получить нужный балл, а то, как он достигнут, особого значения не имеет. В связи с этим родителям полезно напомнить о блистательном эксперименте А. Н. Леонтьева, в котором награду получил мальчик, формально, с результативной стороны завершивший работу, но выполнивший ее не совсем так, как требовалось. Получив долгожданную награду—конфету, мальчик расплакался. «Конфета оказалась горькой,—пишет А. Н. Леонтьев,—горькой по своему психологическому смыслу». В этом примере внешнее поощрение—награда разошлась с чув-

ством неполученного внутреннего удовлетворения. Родителям полезно задуматься: не допускают ли они ошибки, награждая своих детей? Ведь может случиться и так, что горький вкус такой «конфеты» очень скоро ребенок разучится различать, сладкой и желанной станет радость не самого процесса труда, процесса преодоления трудностей, а лишь получение той или иной награды.

Награждать делом

Как же хвалить, чтобы сохранить способность радоваться самому делу? Ответ очевиден: награждать самим этим делом, усиливая, подчеркивая радость ребенка от преодоления трудностей. *«Ты можешь! Сегодня ты сумел подняться над собственной слабостью, ленью, нелюбовностью, пассивностью. Ты сумел, ты стал еще сильнее, ты преодолел, ты победил!»* Вот формула истинно развивающего поощрения. *Необходимо подмечать любые, даже самые незначительные успехи ребенка* на пути к самосовершенствованию, фиксировать и подкреплять самые малые ростки всего нового, более совершенного в его поведении, необходимо всякий раз позитивно оценивать пройденный отрезок пути, каким бы малым он ни был, не обращая внимания на то, сколь длинна и трудна еще дорога впереди.

Как награждать самим делом? Выбор конкретных форм поощрений — творческая задача для родителей. Общее правило таково — использовать поощрение путем поручения почетных обязанностей. Например, мыть посуду после чая может служить таким почетным поручением для ребенка шести-семи лет. Со временем, став обычной обязанностью ребенка, такое поручение перестает быть праздничным, тогда на смену ему придут другие. В условиях современной семьи потребности в домашнем труде детей и подростков невелики: городской быт стал благоустроенным. Вместе с тем есть еще очень много хозяйственных дел, в которые с удовольствием включаются дети. Родителям необходимо продумать, какие из этих дел станут постоянными поручениями ребенка, а какие — почетными, и изменять формы вовлечения ребенка в домашнюю работу в соответствии с его взрослением. Участие в приготовлении праздничного пирога — почетное дело, награда для дочери, а позднее ее рядовая, обычная обязанность как второй хозяйки в семье. Подготовка к приему гостей, подарка бабушке, праздничная уборка квартиры, забота о престарелом родственнике, уход за животными — все это может стать почетной обязанно-

стью, наградой, похвалой за усилие, поощрением уже приобретенных навыков, свидетельством взрослости.

Многие родители, обремененные домашними заботами, рассматривают назначение дополнительных обязанностей детям только как меру наказания, в действительности при внимательном взгляде на ребенка, при учете этапа его развития с успехом можно использовать награду в виде предоставления ребенку некоторых новых постоянных обязанностей. Если в том или ином виде труда будет подчеркнута возросшая компетентность ребенка, достигнутые им успехи в поведении, тогда новая обязанность превращается как бы в видимую всем оценку его взрослости, его достижений в развитии. Например, до поры до времени детям не разрешалось самостоятельно пользоваться некоторыми хозяйственными бытовыми приборами. Радостным для ребенка поощрением может стать разрешение использовать пылесос для уборки квартиры или электрокофеварку для приготовления кофе. В качестве поощрения можно использовать и разрешение ребенку самостоятельно пользоваться родительским магнитофоном, фотоаппаратом, кинопроектором. Словом, конкретный путь поощрения зависит от условий семьи. Важно при этом одно: предоставляя ребенку возможности для новых видов деятельности, утверждать те положительные успехи, которые ребенок уже достиг, на основе которых он может продолжать усилия по самосовершенствованию.

Эффективной мерой поощрения в семье является и поощрение *путем расширения прав ребенка*. Здесь родителям следует быть особенно внимательными и прежде, чем расширить права ребенка, решить для самих себя: а смогут ли они в действительности предоставить ребенку обещанные права, доступны ли они возрасту, а главное, личностным качествам ребенка? Не следует спешить с предоставлением в качестве поощрения излишне «взрослых», не оправданных истинным жизненным положением ребенка прав. В семьях подростков часто возникают острые конфликты по поводу предоставления ребенку возможности позднего возвращения домой. Многие родители жалуются, отмечая, что дети вечером не приходят домой вовремя, подолгу задерживаются во дворе, на катке, на вечерах. Очень полезно в этом возрасте использовать метод поощрения путем расширения прав. Одна мама провела со своим сыном такую беседу: «Ты уже совсем взрослый, мне неудобно каждый раз повторять тебе: «Приходи домой вовремя, не задерживайся!» Скажи сам, какое время тебе кажется наиболее удобным и какое самым поздним для возвращения с прогулок». Договорились, что позднее десяти часов вечера сын приходит не будет.

Положительное воздействие метода предоставления ребенку более широких прав заключается в использовании и подкреплении самоконтроля, в повышении чувства личной ответственности, произвольности поведения.

Похвала, нежность, ласка

В разделе о наказаниях уже рассматривался метод воздействия путем морального осуждения. Но моральные санкции могут быть и поощрительными. Поощрением может быть и похвала, и благодарность. Многим родителям кажется, что они никогда не должны благодарить детей, что благодарность в семье всегда должна быть направлена только от детей к родителям. Это совершенно неверно. Родители могут и должны быть благодарны детям, они обязаны благодарить тогда, когда дети проявили душевную чуткость, доброту к своим близким, когда не растерялись и приняли нравственное решение в сложной ситуации, когда своим поведением вызывают одобрение окружающих. Чувство «мы» необходимо не только супругам, оно необходимо для нормального развития детей. Поэтому родители без всяких опасений могут благодарить ребенка, если его поведение укрепляет это семейное чувство «мы». «Молодец, не подкачал, не уронил чести и авторитета семьи». Такое поощрение может быть использовано в общении с каждым ребенком.

Многие родители задают вопрос о том, как следует относиться к потребностям ребенка в ласке. С какого возраста ребенка в общении необходимо отказаться от поцелуев, поглаживаний и прочих выражений любви путем прикосновений? Представляется, что родителям лучше в большей степени полагаться на собственную интуицию и доверять своему сердцу. Было бы психологической ошибкой рекомендовать чадолюбивой женщине, для которой вполне естественно поцеловать своего сына-подростка перед уходом в школу или погладить по голове первоклассника, отказаться от этих прикосновений из-за боязни перехвалить.

Если в семье хороший контакт и нежное отношение к детям сочетается с разумной требовательностью, нет ничего неправильного в том, что дети берутся с родителями, ласкаются, целуются. Наоборот, консультативный опыт показывает, что, если родители, боясь совершить ошибку, отказывают ребенку в необходимом ему количестве ласки, это приводит к неблагоприятным осложнениям развития. Вместе с тем нельзя считать благоприятным для ребенка заласкивание, захваливание, раздаваемые родите-

лями без учета действительных достижений. Перехваленный ребенок, который за малейшее достижение получает позитивные оценки, как правило, очень трудно приспосабливается к жизни вне семьи. Такие дети стремятся любой ценой получить похвалу и часто приобретают черты ловкачества, стараются увернуться от решения сложных задач, а получать постоянно требуемое вознаграждение каким-либо иным путем.

Учет индивидуальности ребенка

Сложен в использовании похвалы не только выбор самого метода поощрения, но также и оценка возможности применения избранного воздействия к данному конкретному ребенку. Пожалуй, только объективная оценка психической индивидуальности ребенка, типа его нервной системы, темперамента и приобретенных уже личностных черт помогает родителям в правильном выборе методов поощрения. Вот примеры некоторых типичных личностных портретов детей и наиболее приемлемые для них формы поощрения.

Некоторым детям свойственна нерешительность, боязливость. Они предпочитают действовать не самостоятельно, а под контролем более умелого ребенка или во всем превосходящего взрослого. Любое дело представляется им достаточно сложным, начиная его, дети охвачены переживанием: а вдруг не получится, вдруг я не справлюсь, не сумею. Успешно выполнив какую-то работу, они не радуются успеху, а скорее, подчеркивают, что другие могли бы все сделать лучше. Они часто устают, нуждаются в подталкивании, в направляющем воздействии. Если им предоставляется выбор, стараются выполнить более легкую работу, боясь неуспеха, склонны отказываться от интересного дела.

Таким детям похвала необходима! Родители должны постоянно подчеркивать и разъяснять ребенку его достижения. *Поощрять к самостоятельной деятельности:* «Не подавлять, а возносить», — подчеркивал Я. Корчак. Необходимо *внушать ребенку чувство уверенности в своих силах*, фиксировать его внимание на самых малых и незначительных успехах. При этом очень важно не перегуливать ребенка требованиями и задачами, намного превосходящими его возможности, наоборот, на относительно легких и простых заданиях нужно показывать, как успешно он способен выполнить ту или иную работу. К таким детям следует применять опережающую похвалу, положительно подкрепляя все те качества, которые помогут ребенку при выполнении будущего дела.

Другой обобщенный портрет характеризуется несколькими качествами. У ребенка на первый план выступают такие черты, как аккуратность, даже педантизм. Детям хочется любое дело выполнить только на «отлично». Они не прощают себе ошибок, глубоко переживают собственные слабости. При этом стремятся выполнять самые трудные задания. Часто такие дети скорее откажутся от работы вообще, чем признаются себе, что не в силах с ней справиться.

Им свойственно требовать высоких достижений и от других, они категоричны в своих оценках. Стараясь с особой тщательностью выполнять любую работу, дети не всегда способны правильно отделить существенное от второстепенного. Они затрачивают массу стараний и усилий, но не всегда способны к достижению таких высоких результатов, которые сами запланировали.

И этих детей следует побольше хвалить, но ни в коем случае не связывать похвалу с достижением завышенного результата. Полезно дозировать поощрения, выдавать их ребенку маленькими порциями и подхваливать на всем протяжении работы.

Необходимо, одобряя, подбадривая, помогать осознанию глубины существа дела, его основного смысла. Надо хвалить даже тогда, когда что-то не удалось, только за то, что старался, пытался, за самостоятельные усилия. Похвала не должна расходиться с тем, как сам себя ребенок оценивает. Не следует к таким детям применять и опережающую похвалу, но необходимо внушать уверенность, повышать не общее представление о самом себе как способном, талантливом, а хвалить за конкретно совершенное, даже самое простое дело.

Есть и другой тип детей. Это уверенные в себе дети, которым многое удается, они без особого труда достигают таких результатов, которые другим ребятам доступны при значительных усилиях. Неразумно расточаемые похвалы могут сформировать ребенка, не способного к целенаправленным и длительным усилиям. Уверенность в себе легко может перерасти в тщеславную самоуверенность, в потребность к успеху любой ценой. Родители могут легко заметить такие черты ребенка, понаблюдав, как он относится к достижениям других: не появилось ли у него желания несколько обесценить успехи других, погасить лучи чужой славы? Если это так, то хвалить нужно только за то, что стало результатом серьезного усилия, хвалить за помощь, оказанную другим, поощрять умение радоваться вместе с другими людьми. Опережающая похвала должна относиться не столько к самому ребенку, сколько к тому делу, которое предстоит выполнить.

Почему ты опять ленишься?

...Свободный труд нужен человеку сам по себе, для развития и поддержания в нем чувства человеческого достоинства...

Воспитание должно развивать в человеке привычку и любовь к труду...

К. Д. Ушинский

Как приучить ребенка к труду

Как часто родители стараются преодолеть склонность детей к лени, как часто слышим ставшие привычными слова: «Ну, почему ты такой ленивый, смотри, в нашей семье все трудятся, а тебе все время лень, не можешь себя заставить трудиться».

Как это ни обидно, но приходится признать, что желание ребенка работать, что-то создавать, творить, преодолевать трудности сформировать достаточно просто. А в тех случаях, когда повзрослевший ребенок стал бездеятельным, ленивым, безвольным, психологический анализ легко найдет те или иные ошибки воспитания. Что же нужно знать о воспитании способности ребенка к ТРУДУ» как научить детей трудиться? Какими правилами могут руководствоваться родители?

Рассмотрим простую и типичную ситуацию. Мама пятилетней девочки моет посуду. «Мама, я тоже хочу мыть!» Можно, учитывая недостаток времени, сказать девочке, что она еще маленькая, предложить поиграть, а можно дать девочке чашку и ложку, поставить удобный стул и предоставить ребенку возможность поучаствовать в коллективном труде. Вот и стало понятным первое правило. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок не был ленивым с самого раннего возраста, *используйте его желание трудиться, предоставьте ребенку возможность посильного для него труда*. Многие родители говорят, когда их сын или дочь были малышами, они за все хватались, а теперь сходить в магазин не заставишь. Это означает, что «чувствительный» момент был упущен. Малыши имеют самую настоящую *потребность делать все так, как делают близкие взрослые*. Если в семье детям предоставляется возможность удовлетворения этой потребности, первый шаг к преодолению будущей лени сделан.

- Очень часто в педагогических руководствах рекомендуется, чтобы дети в семье в дошкольном и младшем школьном возрасте обязательно имели *постоянные обязанности*. Родители не всегда понимают психологический смысл этой рекомендации. Дело заключается в том, что

предоставление ребенку определенной обязанности с периодическим контролем за ее выполнением повышает степень самоуважения ребенка, внушает ему ощущение своей нужности, полезности, важности его внутрисемейной позиции. Самоуважение, определенная степень уверенности в себе — важнейшая черта гармонически формирующейся личности, в том числе залог своевременного развития потребности в самостоятельном труде. Выбор такой постоянной обязанности для ребенка — дело не простое. Здесь предстоит не пожалеть времени и изобретательности, чтобы извлечь наибольшую пользу из этого воспитательного приема. Во-первых, порученное ребенку дело должно соответствовать его возрастным возможностям, во-вторых, оно должно быть постоянным, в-третьих, оно не должно быть специально придуманным, а действительно необходимым для повседневной жизни. Такой обязанностью может быть покупка хлеба и молока, регулярная сдача белья в прачечную, проводы младшего ребенка в детский сад, — словом, в семье всегда много посильных для ребенка дел.

Очень важно *правильно оценивать действия ребенка*. Не беда, если сначала он допустит ошибку, наберитесь терпения и позвольте ребенку обрести уверенность в том, что *он способен хорошо выполнить порученное дело*.

Некоторые мамы говорят так: «Да, конечно, мой сын или дочь выполняют постоянные трудовые обязанности, но ведь иногда нужно самому догадаться, что и как выполнить по дому. Я не хочу без конца давать инструкции. Почему мои дети «не видят» домашних дел, не проявляют инициативы в работе?» Этот вопрос родителей связан с тем, какой способ стимулирования действий ребенка стал привычным в семье. Вполне естественно, что поначалу многие движения ребят неловки, медлительны, неверны. Они сопровождались такими замечаниями родителей, которые могут быть описаны общей формулой «Ты не можешь». Постепенно ребенок теряет веру в свои силы, начинает весьма низко оценивать свои возможности и способности. Формируется общее отрицательное отношение, мнение о самом себе. Укрепившись, такие эмоциональные переживания составят фундамент неуверенной в себе личности. В итоге ребенок, личность которого сформировалась как неуверенная в себе, оказывается совершенно неспособным к самостоятельности, к проявлению творческой инициативы. Он не пытается что-нибудь сделать по дому, когда мамы нет. Ведь он уверен, что все сделает не так, и мама опять скажет: какой он неумелый!

Позиция ребенка будет совершенно иной, если родители взяли себе за правило как можно реже указывать на ошибки и предоставляли детям возможность для приложен

ия усилий в самых разных делах. Воспитательная формула родителей «*ты можешь*» укрепляет веру ребенка в свои силы, придает ему уверенность в себе, в своих действиях. Постепенно формируется положительное мнение о своих способностях, развивается личность, уверенная в самой себе. Специальными психологическими исследованиями показано, что способность к творческим действиям, к инициативе в любой работе наиболее присуща именно достаточно уверенной в себе, принимающей себя личности.

Вот и получается, что способность ребенка к инициативе в домашних делах тесно связана с тем, *как ребенка воспитывают, как относятся к его действиям*.

Любимое дело и подражание родителям

В приучении детей к труду есть еще одна очень важная сторона. Это эмоциональное переживание в процессе работы. Обращали вы внимание на то, как быстро человек устает от дела, которое ему не нравится, смысл которого не ясен. Наоборот, любимая работа выполняется легко, а если и наступает усталость, то даже и она приятна. Усталость как бы заслужена, она венчает хорошо сделанное дело. Часто в повседневном общении с детьми эта радостная сторона труда не открыта, не видна детям. Гораздо чаще они слышат от родителей жалобы на то, что день был труден, что пришлось работать больше обычного, видят, что мать или отец совершенно выбиты из сил. А как часто предстоящая работа по дому связана с раздражением, с неприязненным отношением к напрасно затраченному времени. Подобная эмоциональная атмосфера в семье и вызывает постепенно у ребенка отношение к работе как к чему-то крайне неприятному. Труд ассоциируется с негативными эмоциями. В таких условиях вызвать у ребенка желание трудиться или напряженно выполнять домашние школьные задания просто невозможно.

Поэтому родители, которые хотят приучить своих детей к труду, должны прежде всего позаботиться о том, чтобы не только сделать видимой, но даже усилить, подчеркнуть радость от хорошо выполненного дела. Все те положительные эмоций, которые возникают в труде, которыми любая работа вознаграждает человека, нужно пережить вместе с детьми. Необходимо, чтобы как можно раньше дети почувствовали вкус этих переживаний, поняли, что радость, возникающая в процессе успешного труда, — это большое человеческое счастье. Если ребенок привык к таким эмоциям, его очень легко привлечь к

любой новой, незнакомой деятельности. Помимо непосредственного интереса к делу ему поможет справиться с трудностями привычная опережающая радостная эмоция.

Итак, чтобы воспитать у ребенка любовь к труду, необходимо с любовью, радостно выполнять домашнюю работу, нужно рассказывать ребенку о творческих, приятных минутах своего профессионального труда.

Мой ребенок плохо ест...

В обыденной жизни разного рода легкие недомогания: головные боли, слабость, отсутствие аппетита — развиваются у детей на почве нездорового душевного состояния, различных нервных переживаний.

Е. А. Аркин

Борьба за любовь

Рассмотрим психологическое содержание некоторых трудностей в кормлении детей.

Нередко процесс кормления становится и для ребенка, и для родителей настоящим «фронтом боевых действий». Родители не всегда понимают, что ребенок борется не «за» или «против» еды, а пытается доступным для себя способом усилить и удержать родительскую любовь.

Определенное значение в формировании отказов от еды имеет сама обстановка, которая создается в семье в момент кормления ребенка. В последнее время заметно повышенное внимание родителей к кормлению детей, рациону питания. Разумное и правильное питание, конечно же, полезно для физического развития ребенка и его здоровья. Вместе с тем, когда питание становится особой проблемой, когда ребенок слышит, с каким вниманием, а часто тревожным волнением следят родители буквально за каждым съеденным куском, возникает опасность появления отказов от еды. Например, если родители уделяют ребенку много внимания во время еды, малыш 3—4 лет может воспользоваться этим и, желая подольше удержать общение с родителями, дефицит которого он ощущает, будет растягивать время еды или начнет отказываться от нее.

При нормальном питании чувство голода пробуждает у ребенка особую реакцию на вид, запах пищи, фиксирует и направляет все поведение во время еды. В некоторых случаях родители, сами того не ведая, не усиливают, а затормаживают проявление этих естественных реакций. Иногда, желая повысить аппетит малыша, упрашивая

съесть лишнюю ложку, родители разыгрывают целые спектакли, читают сказки, поют, обещают всевозможные награды — это глубоко ошибочное поведение. Постепенно все естественные для нормального питания ребенка рефлексы затормаживаются.

Психологическая задача родителей при обеспечении полноценного питания ребенка — в другом. Необходимо всем своим поведением внушить детям устойчивое переживание, что завтрак, обед или ужин — очень приятное и естественное занятие. Когда ребенок видит, что взрослые едят с аппетитом, что процесс еды сам по себе всем доставляет удовольствие, отказы от еды обычно не возникают. Если же родители заметили некоторое ослабление аппетита у своего малыша, надо позаботиться не о том, чтобы здесь же, за столом, любыми силами увеличить съеденную порцию, а создать условия для пребывания ребенка на свежем воздухе, дать ему интересные занятия, предоставить возможности для большей затраты сил, вызвать ощущение естественной усталости и естественного аппетита.

Крайне вреден воспитательный «метод» некоторых родителей, когда детей наказывают лишением еды. Вернись за столом — окажешься без обеда, не сделал уроки — отправляйся в постель без ужина. Случается, что, желая выразить свой протест, ребенок откажется от еды, сдержит чувство голода. Через некоторое время это приведет к ослаблению аппетита. Впоследствии ребенок перестает ощущать голод, и на этой основе у некоторых детей возникает устойчивый отказ от еды.

Поведение по типу отказа от еды может возникнуть из потребности ребенка утвердить свое достоинство, свое чувство «Я». Это возникает в тех случаях, когда с ребенком 7—8 лет обращаются как с малышом. Директивы, приказы, осуждения следуют одно за другим, родители контролируют каждый шаг ребенка, подавляют любые проявления его инициативы. А в питании ему предоставляется известная свобода выбора, он чувствует, что уж здесь-то он может есть, а может и не есть. В сфере: еды считаются с его «хочу». Отказ от еды возникает как попытка самоутверждения, как попытка отстоять собственную самостоятельность. Если родители срочно не изменят своего отношения к ребенку, такой неистинный отказ от еды может перерасти в истинный, и ребенок, который привык волевым усилием воздерживаться от еды, окажется во власти устойчивой привычки. Теперь для восстановления нормального питания понадобится специальное лечение.

Острая потребность удержать любовь родителей, привлечь к себе их внимание у некоторых детей провоцирует

нарушение питания по типу навязчивых, устойчивых рвотных реакций. Такие своеобразные рвоты проявляются у ребенка всегда в присутствии «зрителей», чаще всего именно того взрослого, чье внимание ребенку так необходимо. Характерен такой случай. Девочка 4 лет за завтраком ела салат. Взрослые не обращали на нее внимания. Вдруг кусок огурца, застрявший в горле, вызвал рвоту. И тут все резко изменилось. Вокруг девочки все засуетилось. Вздвигнувшая мать взяла ее на руки, стала ласкать, измерила температуру, расспросила бабушку, как девочка провела день, отец сложил газету и стал показывать ей игрушки. Девочка стала центром внимания. И в следующий раз, когда она ела, а все занимались своими делами, возникли рвотные движения и наступила рвота. С тех пор рвота стала возобновляться, когда девочка стремилась привлечь родителей к себе или когда не выполнялись ее требования. Когда же она находилась в доме с бабушкой, рвота не возникала.

Можно было бы привести еще много примеров, когда ребенок использует ситуацию питания для своеобразного воздействия на родителей. Психологический смысл поведения ребенка ясен — или это попытка восполнить дефицит родительской любви, или же неосознанный сигнал — избранными родителями формы проявления любви и заботы неверны. Вывод очевиден. Если у вашего ребенка возникли трудности питания, не спешите заниматься именно питанием, сначала ответьте на вопрос: не пытается ли ребенок получить известные «психологические выгоды»? И если это так, измените свое поведение, обратите большее внимание на переживания ребенка, на ваш контакт с ним. Если в основе нарушений питания лежат психологические причины, успех от вашей работы проявится довольно быстро.

Питание и проблемы подростка

Наиболее сложны причины отказов от еды в подростковом возрасте. Если родители младших детей вовремя перестраивают свое поведение, то, как правило, реакции отказов быстро проходят. Другое дело — отказ от еды у подростков. Однажды возникнув, укрепившись, реакция отказа быстро превращается в устойчивую, и для ее устранения уже требуется серьезная перестройка внутриличностных черт подростка, его отношения к родителям. Большое изменение должны произойти и в способах воспитания детей. Родителям придется обратить особое внимание на своего ребенка.

Отказы от еды у подростков возникают, условно

говоря, на «подготовленной почве», когда родители не чувствуют, какие сложнейшие процессы происходят в душевном мире их подрастающих детей.

Во многих исследованиях специально изучался вопрос о психологических механизмах, предшествующих возникновению устойчивого отказа от еды в подростковом возрасте. Отметим, что наиболее часто подобная реакция возникает у девочек. Иногда родители, сами того не ведая, вызывают у детей переживания, способствующие формированию подобных реакций, иногда недостаточно внимательно относятся к переживаниям детей, связанным с общением со сверстниками, учителями, и вовремя не оказывают помощь своим детям.

В подростковом возрасте у всех детей повышается значимость общения со сверстниками и возрастает влияние оценок коллектива друзей. В этот период у девочек формируется некий «идеальный образ», в котором предусматриваются как отличные успехи в учебе, определенный стиль поведения, так и своеобразное представление о внешности, которое формулируется совершенно определенно. Тонкая, стройная фигура, изящество, общая утонченность, воздушная хрупкость, гибкость, изящество.

Часто формированию такого образа содействовали сами родители. В семьях постоянно велись разговоры о благородстве «внешней утонченности» и «вульгарности полноты». Мама, обладая подтянутой, спортивной фигурой, могла невзначай бросить начавшей полнеть, слегка округляться дочери: «Боже мой, как ты расплнела» или «Какое у тебя жирное тело». В некоторых семьях обсуждалось состояние здоровья действительно расплнневших родственников, при этом высказывались опасения, как бы такая же участь не постигла и детей. К этому присоединяется и собственный опыт подростков. Многим девочкам необходимо следить за своим весом по рекомендации спортивных тренеров, учителей физкультуры. И хотя требования старших не предполагали каких-то сверхмер, у детей сформировалась особая деятельность по контролю за своим весом. Главными в этой деятельности стали отказ от еды, организация потери веса путем специальных процедур, изнуряющие здоровье занятия физической зарядкой.

Длительный отказ от еды, контроль за сохранением малого веса постепенно вызывают сложные перестройки в организме подростка, появляются сопутствующие заболевания желудочно-кишечной и эндокринной систем организма.

Проведенные в последнее время психологические исследования и наблюдения позволили выяснить, что при подростковых отказах от еды прослеживается специ-

фичность отношений между ребенком и матерью. Оказалось, что стиль отношений девочки с матерью как бы задерживается, не развивается по мере взросления дочери. Девочки смотрят на своих матерей так, как это бывает у малышей. Мама — центр мира, воплощение всех достоинств, высший суд. Ее слова, мысли, поступки, чувства приобретают повышенную, преувеличенную силу.

Такое отношение девочки к матери проявляется открыто, демонстративно, но внимательный психологический анализ может заметить за этим «фасадом» тщательно подавляемые неуважение, чувства недовольства, раздражения, пренебрежения. Девочки как бы боятся своих негативных чувств и потому преувеличивают и формируют проявление, как им кажется, позволительных эмоций. Это очень сложный узел внутренних проблем формирующейся личности подростка. А возникают такие сложности в результате ошибок в общении родителей со своими детьми. Рядом с такой внутренне противоречивой девочкой чаще всего неординарная, волевая, талантливая мама. Но в ее характере наряду с несомненными достоинствами легко увидеть некоторое высокомерие, самолюбование, деспотизм, привычку навязывать свое мнение и считать его единственно правильным. Нормативный характер отношений с детьми значительно превышает долю нежного глубокого взаимопонимания, ласки, непосредственного участия. Эмоциональные проблемы дочери — проявление своеобразной борьбы за любовь матери, за возмещение недоданного чувства. В результате в своем общении с матерью девочка переходит на более низкий возрастной уровень, и, как следствие, возникают проблемы еды, которые способны быстро вызывать внимание матери, обращают ее активность, все чувства к дочери.

Итак, трудности питания детей, казалось бы, такие далекие от психологии, на самом деле нередко представляют собой проблему взаимоотношения детей и родителей, проблему родительской любви. Если родители с постоянным вниманием относятся к внутреннему миру и переживаниям своих детей, если не подавляют достоинства ребенка и не заставляют его выискивать особые пути для восполнения дефицита родительской любви, если не внушают иллюзорные, оторванные от жизни и реальных возможностей детей идеалы — проблем с питанием как маленьких, так и взрослых детей не возникает.

*Не бойся,
здесь никого нет!*

Детский организм по природе своей более хрупок, его естественные защитные орудия слабы, поэтому родителям надо уметь пускать в ход все, что может укрепить и улучшить защиту.

Е. А. Аркин

*Страх, тревога,
тревожная личность*

Детские страхи — весьма распространенное неблагополучие в воспитании ребенка. Проявления детских и подростковых страхов весьма разнообразны. Некоторым детям свойственны ночные кошмары, когда ребенок просыпается с плачем и зовет мать, требует, чтобы взрослые спали вместе с ним. Другие отказываются оставаться одни в комнате, смотреть «страшные мультфильмы», боятся темноты, опасаются выходить на лестницу без взрослых, иногда возникают страхи за родителей, дети тревожатся, что с их мамой или папой что-нибудь случится.

Если в поведении ребенка возникли и укрепились страхи, это означает, что в его общении с родителями, в стиле воспитания допущены какие-то ошибки, что-то важное ускользнуло от внимания воспитателя. Здесь не надо сразу же торопиться помочь, немедленно устранить страх. Иногда такой поспешностью можно принести больше вреда, чем пользы, не снять, а еще больше укрепить страх. Родителям полезно внимательно присмотреться к ребенку, заметить все ситуации, в которых появляются страхи. Прежде всего, надо ответить на вопросы, что вызывает страх, какова личность ребенка, его характер. Для правильной помощи ребенку в преодолении страхов необходимо разделять понятия страха, тревоги и тревожной личности.

Страх — это специфическое острое эмоциональное состояние, особая чувственная реакция, проявляющаяся в опасной ситуации. Каждому здоровому человеку свойственно чувство страха, поскольку эта способность имеет большое значение для сохранения как человеческого вида, так и жизни отдельного организма. Бесстрашие, а точнее, храбрость — это способность человека, связанная с развитием воли, представляющая собой умение преодолевать страх. Страх вызывается всегда конкретной и близкой, уже наступившей опасностью.

От переживания страха следует отличать состояние тревоги. Описать его достаточно трудно, но в отличие от

страха тревога—это переживание отдаленной и неясной опасности. Именно неопределенность не столько самого источника тревоги, сколько того, как этого переживания можно избежать или как устранить вызывающий его источник, характеризует ощущение тревожности.

Если страх одинаково присущ всем, то тревога проявляется у разных людей по-разному. Степень тревожности, испытываемая ребёнком, непосредственно связана со стилем его воспитания.

Формированию такого неблагоприятного усиления тревожности способствует повышенная родительская требовательность при недостаточном учете возможностей ребенка. Ребенок постепенно приходит к ощущению, что он постоянно не соответствует предъявляемым требованиям, «не дотягивает» до них. Такая ситуация может возникнуть вне связи с уровнем достижений ребенка: ощущение несоответствия требованиям может возникнуть как у отличника, так и у среднего ученика. Постепенно переживания ребенка могут зафиксироваться, стать устойчивой чертой личности. Для таких детей характерна пассивность, недостаточная самостоятельность, склонность не действовать, а мечтать, фантазировать, дети скорее в одиночестве придумают себе фантастические приключения, чем будут активно стремиться к накоплению реального опыта в совместных занятиях с другими детьми.

Если родители, чьи дети испытывают страхи, внимательно приглядятся к их привычкам, характеру, они обязательно заметят проявления такой повышенной тревожности, увидят черты тревожной личности.

Стало быть, тревожность и страхи связаны? Да, дело обстоит именно так. Страхи характерны для поведения именно тревожных детей. Поясним, в чем механизм этой связи.

Тревожный ребенок постоянно находится в состоянии повышенной тревожности, он ощущает, что недотягивает до требований родителей, не совсем такой, каким его хотели бы видеть. Тревожность может фиксироваться еще и потому, что наряду с завышенными требованиями к ребенку он может оказаться в ситуации повышенного обёретания, чрезмерной заботы, предосторожностей. Тогда у ребенка возникает ощущение собственной незначительности. Вызывая умиление без усилий, ребенок начинает думать о себе как о чем-то бесконечно малом и уязвимом, а окружающий мир наполняется опасностями. Неуверенность ребенка возникает часто и при противоречивых требованиях, когда отец задает очень высокие требования, а мать склонна занижать их и все делать за ребенка. В особо гротескных случаях, по меткому выражению одного автора, мамы буквально лытаются «не жить вместе с

ребенком, а жить вместо ребенка». Все это повышает неспособность ребенка к принятию решений и усиливает чувство опасности, чувство повышенной тревожности.

И теперь достаточно любого относительно нейтрального раздражителя, чтобы постоянное ощущение тревожности как бы «нашло себя», ребенку необходимо найти какой-то непонятный для него источник неосознаваемых в своей причине тягостных переживаний тревоги. «Кристаллизация» чувства повышенной тревожности на определенном объекте превращает неопределенную тревожность в конкретный страх. Именно поэтому для одних детей мультфильм с людоедом или сказки про бабу-ягу— забавное развлечение, а для других— образы, вызывающие острый страх.

Часто спрашивают: можно ли читать детям страшные сказки, разрешать смотреть телевизор? Ответ один: если ваш ребенок не испытывает повышенной тревожности, ему не страшны ни кинофильмы, ни сказки. Для ребенка, находящегося в состоянии повышенной тревожности, любой подходящий случай может стать поводом к тому, что страх приобретет конкретный характер. Ребенок может услышать шум драки и начнет бояться выходить на улицу; из разговоров узнает, что обокрали соседей, и станет бояться воров; посмотрел мультфильм и начал бояться волка; узнал, что у одной девочки тяжело заболела мама, возникает опасение за здоровье родителей. Вполне естественно, что родители пытаются ясными, разумными и убедительными доводами отговорить ребенка от его страхов. Чаще всего это оказывается безуспешным. Причинность многих детских страхов не в устрашающих образах как таковых, а в лежащей за ними повышенной тревожности, ослаблении чувства безопасности, причины которых— в неправильных взаимоотношениях с родителями.

Как помочь детям в преодолении страха?

Это очень важный вопрос. Наблюдения психологов показывают, что именно в попытках помочь детям справиться со страхами родители совершают много ошибок. Часто действия взрослых не только не устраняют переживания детей, а еще больше усиливают страхи. Надо обязательно иметь в виду, что, когда у ребенка возник конкретный страх, ему стало легче: переживания нашли свое внешнее проявление. Теперь он может на что-то пожаловаться, попросить о помощи. Однако понятно, что помочь ребенку можно, только в том случае, если устраняется сама внутренняя причина, вызвавшая страх. Но

родители обычно направляют свои усилия на борьбу с конкретным страхом, с тем, чего именно боится ребенок.

Крайне ошибочными следует считать попытки некоторых родителей дискредитировать страх, показать ребенку его нелепый характер. Мама включает и выключает свет, демонстрирует, что в комнате никого нет, папа залезает под шкаф, под диван и убеждает ребенка, что никаких страшных зверей нет, родители объясняют ребенку, как хорошо работает милиция, какие прочные в их квартире замки, как бы уверяя ребенка, что ему не угрожает никакая опасность. Бесполезность таких воздействий очевидна—они не затрагивают причинности состояния ребенка, а вот вред, который часто наносится детям, не всегда уясняется родителями. Действительно, если ребенок с повышенной тревожностью начал испытывать страх, конкретный страх, это приводит к известному облегчению его внутренних переживаний. Он обращается за помощью к родителям, а они начинают своими действиями как бы косвенно убеждать ребенка, что его страх все же имеет какие-то основания: не зря же мама показывала все предметы в комнате, а папа освещал все фонариком, ведь есть же на свете настоящие волки, а не только волки на экране, а вполне может быть, что замок сломается и милиция не успеет подоспеть вовремя. Иными словами, пытаясь показать ребенку нелепость его страхов, родители обычно получают обратный эффект, еще более фиксируют страх, заставляют ребенка находить все новые и новые обоснования своих беспокойств.

Как же надо поступать, что делать и чего не делать родителям, если их дети испытывают страхи? Главное, что нужно делать родителям в таких случаях,—это устранять основные причины повышения общей тревожности ребенка. Для этого заставьте себя внимательно присмотреться к ребенку, к самим себе, ко всей ситуации в семье в целом. Необходимо критично пересмотреть свои требования к ребенку, обратив внимание на то, не слишком ли родительские запросы превышают реальные возможности ребенка, не слишком ли часто он оказывается в ситуации «тотального неуспеха». Родителям надо помнить, что ничто так не окрыляет ребенка, как удача, радость от хорошо выполненного, даже самого маленького дела, и ничто так не в состоянии заглушить в ребенке чувство самоуважения, усилить чувство тревожности, как часто повторяющиеся неудачи. Тогда станет ясно, по какому пути должны направлять свое воспитание родители, дети которых испытывают страхи. Родители должны всеми силами повысить чувство уверенности ребенка в себе, дать ему переживания успеха, показать, как он силен, как он может, приложив усилия, справиться с любой трудно-

стью. Очень полезно пересмотреть применяемые методы поощрения и наказания, оценить: не слишком ли много наказаний? Если это так, усилить поощрения, направить их на повышение самоуважения, на подкрепление самооценки ребенка, на воспитание уверенности и усиление чувства безопасности.

Именно тогда, когда ребенку трудно, когда он охвачен тягостным переживанием, родители могут с наибольшей полнотой проявить свою любовь, свою родительскую нежность. Помочь ребенку справиться со страхами—это значит пережить совместную радость от обретенной победы над самим собой. Это будет вашей общей победой, потому что измениться нужно не только ребенку, но и его родителям. Не стоит жалеть труда для достижения такой победы, ведь наградой будет ваш собственный ребенок—освобожденный от страха, а значит, подготовленный для обретения нового жизненного опыта, открытый для радости, для счастья.

*Когда же ты
перестанешь упрямиться?*

Упрямство не что иное, как искаженное стремление к свободе.

К. Д. Ушинский

Требование самостоятельности

Упрямство—одна из наиболее серьезных трудностей, проявляющаяся в поведении детей всех возрастов. Как часто родители долго заставляют ребенка одеться, сначала трудно заставить выйти погулять, потом никак не уговоришь возвращаться с прогулки. Отдали в детский сад, а там сплошные драки, воспитатели жалуются, просят разъяснить ребенку, как следует относиться к другим детям. Получил плохую оценку в школе, его наказывают, а он грубит. Родители не пускают на улицу, а сын убегает. Подросток заявляет: «Я взрослый, сам могу решить, что и как мне делать, не желаю жить под вашу диктовку!»

Изменяется возраст детей, перестраиваются их отношения с родителями, меняются поводы и обстоятельства конфликтов, но что-то объединяющее, сходное присутствует во всех приведенных примерах. Общность состоит в том, что здесь отражены некоторые внешние признаки так называемого эффектного поведения. Впервые оно

проявляется у некоторых детей весьма рано, в возрасте 2—3 лет. Нередко родители жалуются, что ребенок стал агрессивным, может ударить не только ребенка, но и взрослого, стремится все разрушать во время игр, упрямится и сопротивляется инструкциям родителей буквально по любому поводу.

В чем причина? Если ребенок здоров, то причиной такого усилившегося упрямства следует считать неблагоприятное в отношении малыша с близкими взрослыми. Не случайно возраст 3 года считается первым критическим возрастом. Именно в это время впервые родителям необходимо достаточно основательно изменить сложившийся стиль отношений к ребенку. Общее правило, предупреждающее упрямство — предоставление ребенку максимальной свободы в приобретении собственного активного опыта. Если ребенок часто произносит «Я сам!», а взрослые по тем или иным причинам делают все за ребенка, излишне оберегают его, ограничивают его активность, заботясь о том, не причинит ли ребенок лишнего беспокойства, шума, не испортит ли, не запачкает ли, не сломает ли, — налицо ситуация, которая неизбежно вызовет упрямство и драчливое, аффективное поведение. Ребенок хочет активно и самостоятельно действовать в окружающем мире. Малыш многому научился с тех пор, как начал ходить. Его знания и умения рвутся наружу, подталкиваемые обостренной любознательностью. Идет активный поиск приложения собственных сил. Если родители не хотят, чтобы их дети становились упрямыми и драчунами, первая задача — *предоставить ребенку наибольшие возможности для самостоятельной активной деятельности.*

Однако этого все же недостаточно. Ведь дети, как и мы, взрослые, разные, не похожи один на другого. Если в поведении вашего малыша усилилось аффективное поведение, агрессивность, необходимо внимательно проанализировать, как и когда проявляется подобное поведение. В одной семье агрессивность, капризы возникали у ребенка только в присутствии мамы, в другой — ребенок начинал упрямиться только по вечерам, когда с работы возвращался отец. В чем Дело? Здесь действует общий механизм, который вызывает многие формы неправильного поведения детей. Если ребенок меняется в присутствии определенного человека, следовательно, это именно тот человек, на которого своим поведением бессознательно воздействует ребенок. Стало быть, именно в контактах с этим человеком малышу чего-то не хватает. Бывает так, что ребенку уделяется мало внимания, с ним не занимаются или, если и находят время, то делают это в спешке, думая о чем-то другом, как бы сожалея, сколько бесценных минут затрачено на такую безделицу, а тем временем

более важные дела стоят. Такая ситуация подталкивает ребенка к более активным действиям, к тому, чтобы своим плохим поведением, упрямством, драчливостью привлечь внимание определенного взрослого. Или наоборот, именно этот человек своим постоянным ограничивающим воздействием стал субъективно восприниматься ребенком как препятствие к приобретению самостоятельного опыта. В последнем случае родителю следует умерить свой «воспитательный пыл», последить за собственным поведением, сдерживать, когда это необходимо, непосредственное желание помочь, вмешаться, предостеречь, уберечь. Здесь следует хорошо понять, что ребенок перестал быть младенцем и теперь для его самостоятельного полноценного развития необходимо увеличить дистанцию. Подчеркиваем — не ослабить любовь, внимание и ласку, а проследить за тем, чтобы выражение чувств не тормозило развития ребенка.

Как преодолеть драчливость?

Как себя вести, если в поведении малыша возникла агрессивность, как реагировать на приступы ярости, попытки по любому поводу драться? Здесь следует руководствоваться тремя простыми правилами. Во-первых, никогда не позволять самим себе проявлять агрессивное поведение. Именно в раннем детском возрасте это особенно важно. Дело в том, что именно в три-четыре года наиболее сильной потребностью малышей является потребность быть, как взрослый, быть таким, как его отец или мать. Подражание, мгновенное запечатление действий и реакций, подсмотренных у взрослых, наиболее сильно именно в этом возрасте. Достаточно один раз увидеть проявление агрессивности у взрослого, и малыш может воспроизводить подобное поведение в самых разных ситуациях. Многочисленными наблюдениями и экспериментами установлено, что у агрессивных родителей становятся агрессивными и дети. Во-вторых, нельзя за агрессивное поведение строго наказывать. Если родители, борясь с проявлениями драчливости, сами будут буйствовать, кричать, размахивать руками или нашлапают малыша, тем самым они становятся еще более выраженной негативной моделью, объектом для подражания и тем самым лишь усилят проявление агрессивности.

В-третьих, нельзя быть уступчивым и примирительно-снисходительным по отношению к крайним проявлениям агрессивности. Это правило исходит из установленной психологическими исследованиями связи между тревожностью и агрессивным поведением. Очень часто у детей с

повышенной тревожностью как реакция на это тягостное состояние возникает усиление драчливости. Дети как бы вооружаются против всего мира, создают оборону в виде угроз, злости, готовности к дракам и потасовкам. Очень наглядно проявляется такое поведение на специальных игровых экспериментах. Если малышам предлагается выбор игрушек, то дети с повышенной тревожностью прежде всего хватаются за ружья, пистолеты, боксерские перчатки. Если игра заключается в беседе одновременно с перебрасыванием мяча собеседнику, когда подготовленными для приема мяча ручками дети показывают, что готовы к общению со сверстниками, ребенок с повышенной тревожностью принимает характерную, угрожающую позу, оскаливает зубы, растопыривает пальцы, как бы готовясь наброситься на предполагаемого обидчика.

Итак, если на проявление агрессивности ребенка родители никак не реагируют, это приводит к усилению и тревожности, и агрессивности. Очень часто агрессивность в таких случаях направляется больше всего на близких взрослых. Создается замкнутый круг, такая семья полна для ребенка соблазнов, он чувствует, что беспрепятственно может проявлять агрессивность поведения. Но, проявляя агрессию, ребенок усиливает чувство тревожности, поскольку, оставляя агрессивность без внимания, родители как бы косвенно внушают ребенку, что они не могут обеспечить ему никакой безопасности, никакой защиты, поскольку сам малыш может совершенно безнаказанно быть агрессивным и с ними. Итак, агрессивность, порожденная повышенной тревожностью, вторично повышает тревожность, вызывая тем самым усиление агрессивного поведения. Понятно, что родителям необходимо по возможности мягко, совершенно уверенно, твердо, без колебаний препятствовать проявлениям агрессивности. Здесь следует не столько говорить и разъяснять, сколько действовать: оттащить ребенка, задержать его руку, предотвратить удар. Но главное — разобраться в истинных причинах агрессивности. Если это недостаток активности, предоставить ребенку все возможности для самостоятельной деятельности; если это дефицит внимания — отбросить все дела, компенсировать допущенную потерю; если, это выношенная тревожность — устранить все возможные причины ее возникновения, о чем уже писалось в предыдущем разделе.

Итак, если в поведении маленького ребенка появилась агрессивность и упрямство, родителям следует направить свои усилия на изменения взаимодействия с ребенком, изменить что-то в самих себе.

Аффективное поведение и проблемы подростков

А как реагировать, если упрямство, драчливость, негативизм проявляются у детей старшего возраста, младших школьников и подростков? И здесь действует один всеобщий закон — прежде всего необходимо разобраться в истинных психологических причинах такого поведения. А причины эти нередко бывают достаточно сложными, они коренятся в самых глубинах сложного внутреннего мира подростка. Нужно много терпения и такта, много родительской любви, чтобы помочь ребенку справиться с трудностями личностного роста.

Повышенная конфликтность, драчливость подростка обычно бывает следствием серьезных личностных перестроек, выступает в комплексе с обидчивостью, негативизмом, раздражительностью и объединяется под названием «аффективное поведение». Источники аффекта могут быть самыми разными и зависят чаще всего от неправильно сложившихся отношений ребенка с товарищами или с позицией ребенка внутри семьи. Аффективное поведение — результат расхождения между тем положением, которое ребенок стремится занимать, и тем, которое он фактически занимает. Особенную остроту этот внутренний конфликт может приобрести тогда, когда ребенок теряет заранее занимаемое положение. Аффективное поведение в этих случаях проявляется во всей полноте. Ребенок пытается сохранить привычную самооценку. Например, если ребенок привык считать себя лидером в коллективе, то попытки сменить лидерство могут вызвать аффективное поведение. При этом само проявление аффекта может возникнуть по совсем отдаленному от истинной причины поводу.

Как формируется неадекватное аффективное поведение? Бывает так, что притязания ребенка в какой-то деятельности и самооценка не снижаются, несмотря на постоянный неуспех, на неудачный опыт, и в то же время ребенок не может добиться успеха, поднять свои возможности до уровня собственных притязаний. Возникает разрыв, противоречие между потребностями и стремлениями ребенка к их удовлетворению. Это сопровождается тяжелыми эмоциональными состояниями неудовлетворенности, чувством эмоционального неблагополучия. Трудно постоянно жить в таком состоянии. И дети, естественно, пытаются выйти из него. Вот тут и возникает своеобразное явление непроницаемости, отстранения от опыта. Неуспех не анализируется, а отвергается (возникает чувство обиды, несправедливости, недоверия к людям, и в

результате растет агрессивность, аффективные вспышки, реакции протеста).

Как родители могут помочь ребенку, как найти выход из сложившегося клубка противоречивых чувств? Теоретически ответить на этот вопрос нетрудно: надо либо снизить притязания и самооценку и привести их в соответствие с реальными возможностями, либо направить все усилия для развития возможностей и достижений подростка до уровня притязаний. В жизни все это сделать, конечно же, трудно, но вполне возможно. Родители должны начать с пересмотра своих требований к ребенку, ведь обычно завышенный уровень притязаний возникает при завышенных родительских требованиях или при незаслуженно высоких оценках сравнительно невысоких достижений детей. Наряду с этим необходимо любыми способами повысить достижения ребенка в значимой для него области. И делать это нужно, внушая чувство уверенности, помогая справляться с временными трудностями.

Но бывает и так, что завышенный уровень притязаний ребенка формируется как компенсация постоянных неодобрений и негативных отношений родителей. Здесь также необходимо трезво оценить возможности ребенка и, задавая ориентиры, ставя новые задачи, внимательно следить за тем, чтобы родительские требования лишь постепенно усложнялись, ненамного превосходили его возможности. В противном случае, если ситуация неуспеха станет хронической, постоянной или «тотальной», проявляющейся в различных сферах жизни, в поведении подростка может возникнуть устойчивое аффективное поведение.

Очень часто за аффективным поведением подростка скрываются родительские недооценки тех перестроек, которые возникают в этом непростом возрастном периоде. Чувство взрослости — это основное психологическое новообразование, определяющее этот период жизни человека. У подростков возникают новые потребности, интересы, стремления. Более тонкими и глубокими становятся переживания, более подвижны и неустойчивы чувства.

Родителям необходимо перестроить свои воспитательные усилия, главное — изменить стиль общения. Если родители продолжают с подростком использовать директивы, запреты, приказы, пытаются требовать безоговорочного, бездумного подчинения, в результате они утрачивают контакт и, сами не ведая, становятся причиной аффективного, конфликтного поведения. В консультативной практике приходится часто иметь дело с «мамами-преследовательницами». Это матери, которые никак не могут примириться с необходимостью изменения дистанции, с тем, что ребенок все заметнее отдаляется и что в его

жизни более значимыми людьми становятся сверстники. Пытаясь всеми силами удержать привязанность ребенка, они усиливают контроль, налагают всевозможные ограничения на общение ребенка со сверстниками, обесценивают друзей в глазах ребенка, пытаются внушить ему мысль о том, что, только материнские суждения и оценки правильны и направлены на благо ребенка. Это серьезная ошибка, следует помнить, что вмешательство в личные переживания и отношения ребенка — дело чрезвычайно тонкое, ведь юношеская дружба, любовь необычайно сильны, непосредственны. Дети остро реагируют на все связанные с этими привязанностями события. Надо предоставить детям в дружбе известную свободу, наше родительское вмешательство должно быть обдуманным, деликатным.

Только на основе глубокого контакта, взаимного доверия можно позволить себе некоторые косвенные советы по поводу выбора друзей. Если же ваш подросток оказался вовлеченным в явно неблагополучный стиль общения, попал под влияние, необходимо очень внимательно оценить, какие же личностные черты мешают ребенку быть критичным, самостоятельным. Работу с подростком следует направить не на выработку подчинения родительскому авторитету, а, наоборот, на выработку самостоятельности, независимости, критичности, способности противостоять неблагоприятным влияниям. Это самый главный путь для предотвращения аффективного поведения. Если он успешно пройден, родители могут считать, что подготовили ребенка к будущей самостоятельной жизни, к решению сложных жизненных проблем в общении с людьми. Полезно помнить, что только внутренне уверенный в себе человек способен любить, способен ответственно и серьезно относиться к близким людям, только став психологически независимым в полной мере способен проявить любовь к своим родителям.

* * *

,- Итак, как быть родителем и как разумно любить своих детей? Вероятно, ни один родитель и ни один специалист не могут дать окончательного ответа на этот вопрос. Но это вполне естественно, если подходить к воспитанию как К, творческому процессу, ведь творчество беспредельно, оно не знает границ.

В этой безграничности и заключено существо любви родителей к своим детям. Любя своего ребенка, созидая его жизнь, мы преодолеваем ограниченность собственного земного существования.

Уметь любить ребенка—значит много думать, много переживать, искать, отказываться от сковывающих шаблонов, привычек, предрасудков. Учиться любить и уважать своего ребенка—значит учиться любить и уважать самого себя.

Успехов вам на этом пути, дорогие родители!

Содержание

Предисловие

От автора

Моя семья и воспитание моего ребенка

Семь «законов» супружеской гармонии

Как быть хорошим родителем?

«Театр» одной семьи

Если предстоит развод...

Одна с ребенком

Мои родители и я как родители

Родительские позиции и воспоминания детства

Поколения рядом: содружество или соперничество?

Когда я буду бабушкой...

Моя жизнь и жизнь моих детей

Время детей и время родителей

Прости, я больше не буду!

Искусство хвалить •

Почему ты опять ленишься?

Мой ребенок плохо ест...

Не бойся, здесь никого нет!

Когда же ты перестанешь упрямяться?