

Ю. Гиппенрейтер

Самая важная книга для родителей



Издательство АСТ
Москва

Содержание

Предисловие	3
-------------------	---

КНИГА ПЕРВАЯ ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. КАК?

Можно ли что-то исправить? Как?	7
---------------------------------------	---

Часть первая УРОКИ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ

Урок 1. Безусловное принятие	13
Урок 2. Помощь родителей. Осторожно!	21
Урок 3. «Давай вместе!»	27
Урок 4. «А если не хочет?»	38
Урок 5. Как слушать ребенка	58
Урок 6. Двенадцать против одного, или Что нам мешает слушать ребенка	76
Урок 7. Чувства родителей. Как с ними быть?	105
Урок 8. Как разрешать конфликты	127
Урок 9. А как насчет дисциплины?	144
Урок 10. «Кувшин» наших эмоций	173

Часть вторая РЕАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ ПОМОЩИ «ТРУДНОМУ ПОДРОСТКУ»

От автора	193
Комментарии к письмам	226

КНИГА ВТОРАЯ ПРОДОЛЖАЕМ ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. ТАК?

Предисловие	233
-------------------	-----

Часть первая РЕБЕНОК РАСТЕТ

ПРИРОДА РЕБЕНКА	237
Стремление к свободе	237
Глубокая сосредоточенность	240

Список литературы



Удивительная настойчивость	242
Особенная впечатлительность	243
ЕГО ВНУТРЕННИЙ МИР	246
Очарованность	246
Чувство предназначения	249
«Магия» тихой сосредоточенности	251
Сокровенность переживания	252
Стойкость	254
Свой путь	257
ПОСТАРАЕМСЯ БОЛЬШЕ ПОНЯТЬ	260
Потребности и мотивы	260
О мотивах и эмоциях	264
Что привлекает и что отталкивает?	265
«Мытье посуды»	267
Что ущемляется и почему?	268
Сверхзабота	271
Девочки-отличницы	273
Загадка Паганини	275
Разве можно иначе?	278
ВЗРОСЛЫЙ — ЗНАТЬ И УМЕТЬ	281
М. Монтессори: не заглушать саму жизнь!	281
А. Нилл: быть на стороне ребенка	284
А. Звонкин: вопросы без ответов	296
Отец Фейнмана: особые отношения	302
Матери: «свет на лице другого»	306
Атмосфера семьи: Флоренские	307
Любимый Учитель	310
Главные «секреты»	312

Часть вторая

ЖИВЕМ ВМЕСТЕ

ПОВСЕДНЕВНЫЕ ДЕЛА И ПОРЯДОК	319
Как же его приучать?	319
Начинать как можно раньше	321
Организовать среду и быт	324
Помочь ребенку организовать себя	327
Использовать «внешние средства»	330
Не бояться «уроков жизни»	332

Содержание



НАКАЗЫВАТЬ РЕБЕНКА: КАК И ЗАЧЕМ?	335
Разные позиции	335
Смысл наказания	337
«Понимаю, но не могу!»	340
Разные пути	341
Общие правила	350
ВСЕГДА ЛИ БЫТЬ СЕРЬЕЗНЫМ?	352
Шутки, смех	352
Действия наоборот	357
Чувство юмора	360
Мир фантазий	363
Сказки и истории	371
Игры и загадки	378
Время для ребенка	383

Часть третья НАШЕ ОБЩЕНИЕ

СЛУШАТЬ И СЛЫШАТЬ	389
Пойдем «от печки»	390
А что, если... ..	400
Как нам сочувствие удастся	403
ТРУДНЫЙ МИР ЧУВСТВ	413
Начнем с начала	413
Важное предостережение	418
Позитивные чувства	422
Услышать самого себя	424
ВОКРУГ КОНФЛИКТОВ	431
Две трудности	431
Как из нас «вьют веревки»	433
Родители на тропе войны	440
Понимание и гибкость	444
Путь к согласию	450
НИКОГДА НЕ ПОЗДНО	455
Можно ли его исправить?	455
Родители тоже способны меняться	459
Дети — родителям	465
Вместо эпилога	472

Список литературы



КНИГА ТРЕТЬЯ РОДИТЕЛЯМ: КАК БЫТЬ РЕБЕНКОМ Хрестоматия

Предисловие477

Глава первая

МИР ГЛАЗАМИ РЕБЕНКА

М.В. Осорина. Два мира: Этот и Тот	.480
Павел Флоренский. Впечатления таинственного	.492
«Чудовище»	.493
Искра	.494
Агата Кристи. Волнующий мир детства	.496
Мои мама и папа: «Не отпускайте своего ребенка!»	.497
Сад!	.500
Мои Котятта и другие...	.501
Канарейка и собака	.503
В гостях у Бабушки	.505
Игра в «Старшую сестру»	.506
В четыре года я влюбилась	.507
Истории Няни и мамы	.508
Обруч и Матильда	.509
Игра в дом	.513
Марина Цветаева. «Памятник-Пушкина»	.516
Взрослый в мире ребенка, ребенок в мире взрослого	.521
Л.К. Чуковская. «Коля мечтает»	.522
Марина Цветаева. Сказка матери	.524
Л.К. Чуковская. «Люди как люди!»	.531
Агата Кристи. «В моей памяти осталось...»	.534

Глава вторая

ОТ УВЛЕЧЕНИЯ К ПРИЗВАНИЮ

К.С. Станиславский. Детство	.537
Ранние воспоминания	.538
Цирк	.539
Кукольный театр	.546
Итальянская опера	.549
Тур Хейердал. «Я — часть природы»	.552

Содержание



Первые открытия	553
Мечты, приключения	554
«Сказочный» Уле — уроки на всю жизнь	556
С.С. Прокофьев. «Музыку в доме я слышал от рождения»	560
Детство	560
Ричард Фейнман. «Он станет ученым»	568
Он чинит радиоприемники, думая!	569
Создание ученого	575
Марина Цветаева. «Пушкин был мой первый поэт»	581

Глава третья

БЛИЗКИЙ ЗНАЧИМЫЙ ВЗРОСЛЫЙ

Евгений Шварц. «Мы все ссорились... но как я ее любил!»	597
Л.К. Чуковская. «Если с ним — то не важно куда»	605
«Для детей младшего возраста»	606
Учил, играл, придумывал	608
Работа или игра?	608
Он пытался и уроки превратить в игру	611
Море!	613
«Он не терпел полужнаительства, да и полуделанья»	615
«Перебивать — только если загорелся дом!»	616
«Рука искусства»	617
«Зыбь ты великая! Зыбь ты морская!»	619
Г.Л. Выгодская. «Просто жизненно необходимо»	621
«Непередаваемое чувство защищенности»	622
«Скажи, что случилось?»	625
«Шприц для игры — совсем не прихоть!»	625
«Вот если бы папа был милиционером!»	628
«Мы с папой работали за одним столом»	629
«Можно! Конечно, можно!.. Иди за ребятами»	631
«Он что-то чертил, придумывал...»	632
«Папа никогда не морализировал, но...»	633
«Сказал, что сам ею займется»	635
Павел Флоренский. Семья и тетя Юля	637
Прогулки с папой	638
Мать	639
Тетя	641
Атмосфера семьи	642

Содержание



Глава четвертая ЗАНЯТИЯ, УЧЕБА, ШКОЛА

<i>Карл Густав Юнг. «Передо мной оказалась глухая стена»</i>652
<i>Александр Звонкин. Грустные размышления о школе</i>655
<i>Святослав Рихтер. «Школу я ненавижу»</i>660
Рассказ Генриха Нейгауза о том, как Святослав Рихтер попал в его класс Московской консерватории667
<i>Марина Цветаева. «Музыкального рвения у меня не было»</i>670
<i>Наталья Сац. «Мне рано и горячо захотелось учиться»</i>676
У нас, на Пресне677
Когда Зверевы «звереют»678
Разная музыка, разные люди681
Растем682
«Бороться и побеждать»684
<i>Карл Роджерс. «Вопросы, которые я бы себе задал, если бы был учителем»</i>686
<i>Александр Нилл. Воспитание свободой</i>696
Вступление, идейные предпосылки696
Саммерхилл: замысел, порядки, дети их судьбы701
Принятие и справедливость против страха и агрессии706
Постоянные опасения708
Свобода — не вседозволенность712
О воспитании детей: ответы на вопросы родителей717
Вместо послесловия726
Литература727
Путеводитель по книгам Гиппенрейтер Ю.Б.729

ПРЕДИСЛОВИЕ

В настоящее издание вошли три мои книги — «Общаться с ребенком. Как?», «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» и «Родителям: Как быть ребенком (хрестоматия)». Эти книги объединяет общий гуманистический подход и направленность на практические задачи воспитания ребенка.

Гуманистический подход к человеку и человеческим взаимоотношениям, который составил идейную основу всех книг, противопоставит авторитарному стилю воспитания детей, который долгое время бытовал в наших школах и семьях. Гуманизм в воспитании основан прежде всего на понимании ребенка — его нужд и потребностей, знании закономерностей развития его личности. Стиль общения, с которым вы познакомитесь в этих книгах, базируется на таких знаниях.

Первая книга — «Общаться с ребенком. Как?» — вышла в свет почти два десятилетия назад (1995) и неожиданно для автора стала бестселлером. Такой положительный прием, а также многочисленные вопросы и запросы читателей заставили меня продолжать думать над «уроками общения», оказавшимися столь практически полезными. В результате появилась вторая книга — «Продолжаем общаться с ребенком. Так?». В ней я попыталась удовлетворить потребности читателей, да и свои тоже, в более глубоком освещении тем, связанных с воспитанием детей и поведением самих родителей, которые были затронуты в первой книге.

Из своего педагогического и писательского опыта я знаю, как важно иллюстрировать каждую теоретическую мысль живыми примерами. Поэтому в обеих книгах привожу многочисленные реальные истории и сцены из жизни детей, а

Предисловие



также отрывки из детских воспоминаний. Вместе с тем меня не покидало ощущение, что конкретные факты, особенно личные свидетельства из детства, требуют еще большего внимания и пространства. Так родилась идея третьей книги: «Родителям: Как быть ребенком». В ее текстах звучат «голоса» детей, многие из которых стали знаменитыми взрослыми и при этом сохранили взволнованную память детства. В комментариях к каждому тексту я попыталась обсудить простую и поучительную мудрость этих голосов.

Несмотря на главную направленность всех текстов на воспитание ребенка, я сочла полезным затронуть и «взрослые» темы. Гармоничные отношения между взрослыми — необходимое условие эмоционального благополучия детей и их развития в целом. Поэтому родителям очень важно обращать внимание на стиль общения друг с другом и с окружающими. Надеюсь, что в книгах они найдут помощь и в этом отношении. Очень важно, чтобы в семье каждый умел по-настоящему слушать, искренне выражать свои эмоции, мирно разрешать конфликты, уважать уникальность и достоинство другого. Невозможно создать правильные отношения с ребенком, если нет мирной и доброжелательной атмосферы в семье в целом.

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

Особая благодарность моему мужу, Алексею Николаевичу Рудакову — неизменно терпеливому слушателю, собеседнику и консультанту по всем вопросам, которые когда-либо приходили и приходят мне в голову. Его ясный ум, математика, широкая образованность и безошибочный вкус делали его принципиальным участником и судьей текстов всех книг. Все оставшиеся несовершенства отношу, конечно, на свой счет.

*Профессор Ю.Б. Гиппенрейтер
Январь, 2013*

*книга
первая*

.....

ОБЩАТЬСЯ
С РЕБЕНКОМ.
КАК?

.....

МОЖНО ЛИ ЧТО-ТО ИСПРАВИТЬ? КАК?

(Из предисловия к первому и второму изданиям)

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

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

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

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

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



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

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

«Проблемные», «трудные», «непослушные» и «невозможные» дети, так же, как дети «с комплексами», «забитые» или «несчастные», — всегда результат неправильно сложившихся взаимоотношений с ребенком и в семье в целом.

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

Основные черты этого стиля определились в результате огромной работы психологов-гуманистов, теоретиков и практиков. Один из основателей гуманистической психологии — известный американский психолог Карл Роджерс — назвал его «лично-центрированным», то есть ставящим в центр внимания личность того человека, с которым ты сейчас общаешься. Большой вклад в гуманистические идеи воспитания и обучения внесли отечественные ученые, прежде всего Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев П. Я. Гальперин и др.

Психологи обнаружили, что большинство родителей, которые обращаются за психологической помощью по поводу трудных детей, сами в детстве страдали от конфликтов с собственными родителями. Специалисты пришли к выводу, что стиль родительского взаимодействия **непроизвольно «записывается»** (запечатлевается) в психике ребенка. Это происходит очень рано, еще в дошкольном возрасте, и, как правило, бессознательно.

Став взрослым, человек воспроизводит его как естественный. Таким образом, из поколения в поколение происходит социальное наследование стиля общения: большинство родителей воспитывают своих детей так, как их самих воспитывали в детстве. Из этого открытия был сделан важный вывод: родителей надо не только просвещать, но и **обучать на практике** способам правильного общения с детьми.

Предисловие



Этим и стали заниматься психологи. Во многих странах уже не одно десятилетие существуют «курсы общения» для родителей. В нашей стране такие курсы (их еще называют «группами» или «тренингами») также приобрели большую популярность, хотя их, конечно, все еще слишком мало, чтобы удовлетворить огромную накопившуюся потребность населения.

Психологи сделали радостное открытие: оказалось, что многие родители гораздо больше готовы к изменению стиля общения в семье, чем предполагалось. В результате обучения они не только прекращали «холодную войну» с детьми, но и умели установить с ними глубокое взаимопонимание. О другом замечательном результате часто сообщают родители, которые успели пройти курсы до наступления у их детей «переходного возраста». Они вовсе **не нашли** этот возраст **трудным** — ни для себя, ни для своих детей.

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

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

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

В ходе подготовки книги родилась идея включить **вторую часть**, посвященную «трудному» переходному возрасту — теме, составляющей не менее половины всех жалоб и обращений за помощью. В ней вы найдете реальную жизненную историю в письмах. Первоначально, в первых изданиях и тиражах книги, автор этих писем фигурировала как «одна знакомая бабушка», которая любезно согласилась поделиться историей помощи своему внуку Феде — типичному

книга первая
Общаться с ребенком. Как?



«трудному подростку». Однако по прошествии многих лет я сочла возможным признаться, что это были **мои письма**. Я их писала матери внука (моей дочери) «для отчета». Время идет, «Федя» перешагнул уже через свое тридцатилетие, и у него растет сын – милый и добрый мальчик. Хочу добавить, что в нашей недолгой совместной жизни с Федей (всего три месяца) я прошла через муки и радость попыток сближения с «трудным» ребенком, постоянно держа в голове все «уроки», которые сама же писала. Без них, я уверена, радости и успехов у нас бы не было.

Одновременно с писанием книги у меня была счастливая возможность проводить тренинги с родителями, учителями, воспитателями школ и детских садов, студентами психологического факультета и слушателями спецотделения МГУ. Очень хочу поблагодарить всех участников этих тренингов. Вы искренне делились своими проблемами, переживаниями, пробами, ошибками — и снова пробами. Малейший успех каждого из вас поддерживал и вдохновлял остальных, и многие к концу наших занятий достигали глубоких сдвигов в понимании себя и своих детей. Ваши поиски и успехи, напряженный душевный труд нашли отражение в этой книге, и, я надеюсь, вдохновят вступить на этот путь многих и многих других родителей, педагогов и воспитателей.

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

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

*Профессор Ю.Б. Гиппенрейтер
Москва, 1995*

часть первая



*Уроки общения
с ребенком*