

Глава 1

.....

ДЕТСТВО И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ

Содержание этой главы раскрыто уже ее названием. Как выстроить отношения с детьми так, чтобы стали счастливыми и они, и их родители?

Очень мало теории и много практики. Показываю в том числе на собственном примере.

МНОГОДЕТНЫЙ ПСИХОЛОГ — О ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ

Многодетный психолог — это, собственно, я. Итак, как же их воспитывать?

У меня опыт воспитания четверых, не считая четверти века педагогического стажа в вузе и вожатского экспириенса в юности. А потому честно скажу: я понятия не имею, как их воспитывать.

Зато, похоже, знаю, как сделать так, чтобы дети выросли хорошими и радостными людьми.

Вот об этом и поговорим. Как всегда, конкретно и даже по пунктам.

1. Дети нуждаются в нашей любви, а мы нуждаемся в детях. Это аксиома. Если вас не переполняет радость от того, что они у вас будут и/или уже есть, то они вам не нужны.
2. Дети — суперинтересные люди. Я это понимал и когда я был вожатым, и когда у меня появились свои собственные дети. С ними никогда не скучно. Они развлекают меня не меньше, чем я их. Если это не так, то нужно сильно задуматься и многое поменять.
3. Надо всегда быть за своих детей. Не в смысле, что они всегда правы, потому что справедливость превыше всего. А в смысле, что, даже когда они не правы, вы — с ними, вы разделяете их проблемы и даже вину. Например, они всегда говорят вам правду, а вы вместо ругани и наказаний вместе думаете, как теперь исправлять ситуацию.
4. Не менее важно разделять их успехи и радости. Тем более что это приятно. Научитесь автоматически выходить из своих дел и вникать в их дела. Я сам, правда, так и не научился: не могу отвлекаться, когда работаю. Но когда доделал, я в их распоряжении. Если очень устали, придумайте соответствующую игру.
Меня, например, здорово выручала игра в госпиталь. Я типа без сознания, а они врачи. Опасность только в том, что влепят укол острым карандашом или внезапно интубируют.
5. Дети такие же цельные личности, как и взрослые, разве что, как правило, лучше. Если вы не будете их уважать, вас тоже не будут уважать.

6. Можно ли ими манипулировать? Ровно так же, как и взрослыми. Можно, конечно. Если получится. Они, кстати, тоже будут постоянно пробовать.
7. Нельзя тупо давить. Нужно объяснять. Или честно выигрывать в манипуляциях. Хотя иногда выигрывают они.

Пример манипуляций: когда финансовое состояние позволило, я стал ровно к 18 годам покупать им машину. Самую безопасную из недорогих. Тогда это был «рено меган».

Они, счастливые, выкатывали первый бак бензина и приходили за деньгами на второй. А тут облом. Так что деткам пришлось работать с 18 лет, иначе слишком обидно иметь новенький автомобиль и не ездить на нем.

Кстати, им хотелось что-то более быстрое, но менее безопасное, чем «меган». Я не возражал, я демократ со стажем. Ответ мой звучал так: это твое полное право — выбрать «меган» за мои деньги или любую другую за свои.

8. Надо никогда не врать детям. Иногда это выходит накладно, но другого выхода нет. Например, я первый раз в жизни покупал себе недешевые часы, а меня не захотели пускать в салон (Испания, небритый, дырявые джинсы). Сынок был одет сильно лучше меня, я обиженно сказал часовому, что по его вине ребенок останется без часов. Тот смекнул насчет чокнутых русских и пустил нас внутрь. Часы были куплены, но мне не достались. «Ты ж ребенка покупал», — напомнил мне сын.

Что ж, пацан сказал — пацан сделал. Короче, у меня часы появились только через два года. И мы с ним владеем ими до сих пор, и эта история до сих пор нас смешит.

9. От детей не должно быть никаких тайн. Они в состоянии понять все, что понимают взрослые.
- Их советы полезны. Если это так, если жизнь одна на всю семью, то они и воспитываются в процессе этой жизни без какого-либо вашего специального вмешательства.
10. Дети — лучшее, что есть в нашей жизни, несмотря на то что иногда они бывают невыносимы. :) Ну так и мы, по большому счету, не подарок.

РЕБЕНОК КАК НАШЕ СОБСТВЕННОЕ ОТРАЖЕНИЕ

Для нормального человека действительно нет ценности большей, чем его ребенок.

Тем не менее даже вполне нормальные, казалось бы, люди часто ведут себя так, что наносят вред своему ребенку. Не зря же говорят в народе: сколько дитя ни воспитывай, оно все равно будет похоже на тебя самого.

Ниже — несколько историй из совершенно реальной жизни.

«ПОЙДИ И ВЕРНИ СВОЮ ВЕЩЬ»

У мальчишки на снежной горке другой пацан, посильнее, отнял санки. Ребенок пришел в слезах домой, обиженный и униженный. На что его папаша, такой большой мачо, дал сыну... нож (!) и сказал: «Если ты мужчина, пойди и верни свою вещь».

Мальчик пошел и вернулся.

К счастью, ни один из участников во время этой операции возмездия физически не пострадал. Насчет морального вреда, причем для обеих сторон конфликта, я бы с уверенностью так не сказал.

Поскольку мальчик вырос, сам стал папой, то теперь с гордостью рассказывает окружающим, как его жестко, но правильно воспитывал отец. И своему сыну в том числе рассказывает, объясняя, как должен поступать мужчина в этом жестоком и несправедливом мире.

Я, кстати, уверен, что и среди наших читателей найдутся люди, которые одобряют эту модель поведения. В конечном итоге принцип «око за око» никто не отменял. И все мы с огромным удовольствием смотрим фильмы, где какой-нибудь Сталлоне, или Сигал, или герой, возвращенный на наших отечественных хлебах, пулей, ножом и кулаком восстанавливает справедливость, попанную всякими злодеями. И я, как и все, испытываю при этом чувство удовлетворения. Но вот пригодны ли подобные соображения в обычной, точнее, обыденной жизни?

Итак, вопрос: борьба или непротивление? Ответ зависит от обстоятельств. Главное, чтобы без последствий. :)

Пример: пьяный неадекват оскорбил вас на улице. А вы ему — в морду.

Справедливо? На мой взгляд, человека, выросшего не в консерватории, несомненно, справедливо. Да только пьяный придурок возьми да и упади. Головой о бордюр.

Все, ваша судьба — под откос. А тут еще выяснится, что погибший — человек неплохой. И в подобном ранее не замечен. Просто у него был скверный день, звезды сошлись в роковом варианте. И да, у него остались дети. Теперь — сиротами.

Как вам такой поворот ситуации? Все же сделано справедливо. Не придерешься. А поломано несколько судеб сразу.

Тут возникает вопрос, на который у меня нет готового ответа: ну и что, прощать неадекватам все их тупые выходки?

Наверное, это тоже не решение.

Лично мне в свое время подходящую инструкцию навечно втемяшили на секции контактного карате. Звучит она примерно так: если не связан обязательствами — лучше всего просто быстро убежать. Если связан — с тобой девушка, или ребенок, или друг, который не умеет быстро бегать, — значит, судьба. Которую, впрочем, тоже можно попробовать перехитрить, вступив в переговоры с агрессором.

Пытаться же стать вершителем правосудия стоит лишь в тех условиях, когда другого выхода нет, а чьей-то жизни или здоровью угрожает реальная опасность. Тогда уже не до сантиментов, красивые пируэты нежелательны. А желательно сразу же нанести агрессору такой уровень вреда, чтобы он точно не смог продолжить атаку.

Идеальный же вариант во всех случаях — попытаться решать конфликты с помощью языка, а не кулаков. И кстати, к этому тоже нужна привычка. Потому что зачастую кулаком проще, да и быстрее.

Теперь следующая, тоже реальная ситуация из жизни.

ГОЛОСОВАНИЕ ВТОРОКЛАШЕК КАК СРЕДСТВО МЩЕНИЯ

Ребенка не хотели брать в «блатную» школу прямо возле дома. Мама настояла, отстояла свои права, «пробила» место через министерство. Директор нехотя согласился, но любви к маме с его стороны это не прибавило.

Правильным же будет готовить ребенка к возможности покушений и на его личное пространство, и на его права, в том числе имущественные.

Он должен знать, что такое ненормально, но, в принципе, возможно. И он должен получить максимально адаптированную к жизни инструкцию, как себя вести в подобных случаях.

Дальше — больше. Нелюбовь к активной маме директор и классный руководитель преобразовали в гнобление восьмилетнего ребенка.

Это, на мой взгляд, верх непрофессионализма. Да и подлости, если откровенно.

Апофеоз свинства — организованное голосование (!) детей второго класса (!). Организованное учительницей. По теме «хотим ли мы видеть Мишу в нашем классе». Все это — при живом, как говорится, Мише рядом.

Для детей восьми лет учительница — один из наиболее значимых взрослых. Все дети понимали, что она не хочет видеть Мишу в их классе. В итоге класс, кроме двоих, проголосовал, как она хотела.

Один из оставшихся двоих — сам Миша. Второй — его друг, сидевший с ним за одной партой.

Это большое счастье, что у друга хватило смелости на такое противостояние со значимым взрослым. Потому что, поступи он как все, неизвестно, как это отразилось бы на формировании его личности. И это большая гнусность — устраивать подобные голосования. Гнусность и подлость.

Ну и сделаем выводы из рассмотренных историй, чтобы потом не формулировать собственные, выстраданные, как говорится, на личном опыте.

1. Всегда вникайте в проблемы своего ребенка. Они могут казаться вам малозначащими. А ребенку — жизненно важными. Его видение в данном случае — единственное, на что стоит опираться в оценке важности рассматриваемой ситуации. Если она кажется ребенку важной, значит, она действительно важная.
2. Не запугивайте ребенка возможными проблемами: хулиганами, несправедливостью, ворами и т. д. Но на при-

мерах показывайте, что нежелательные явления могут происходить. Рассказывайте, как они могут происходить. И главное, что в этом случае делать.

3. При любой проблеме ребенок должен в первую очередь обращаться к родителям. А чтобы это происходило именно так, никогда не ругайте ребенка за его сообщения. Даже если он сообщает что-то очень неприятное. Главное, что он сообщает это вам.
4. И последнее. Ваш ребенок всегда должен чувствовать, что вы — за него. Даже если вам приходится объяснять ему, что он абсолютно не прав.

МОЖНО ЛИ НАКАЗЫВАТЬ ДЕТЕЙ ФИЗИЧЕСКИ?

Для меня ответ на этот вопрос был всегда предельно ясным.

Нет, нельзя.

Но так думают далеко не все.

Сотни раз встречал — в прессе и в общении — сожаления о том, что розги нынче не в моде. Мол, что не вбито в детстве через попу, взрослому потом в голову не вложить.

Причем это мнение разделяют отнюдь не только маргиналы, сами выросшие в унижениях и битье. Я слышал сожаления по поводу запрета физических наказаний даже от вполне, казалось бы, умных и интеллигентных людей.

Короче, я — категорически против. И как человек, и как психолог.

Во-первых, потому, что это нечестно. Мы же, взрослые, сильнее. Даже боксеры дерутся каждый в своей категории.

А мы вроде как собираемся учить своего ребенка «разумному, доброму и вечному». Но изначально нечестно.

Во-вторых, это дает ребенку крайне негативный опыт поведения в конфликтной ситуации, который может подтолкнуть в будущем его самого к роли жертвы или мучителя. Разумеется, непреложной связи между физическим наказанием и печальным будущим нет. Но подобные тенденции существуют, и теперь это доказано уже экспериментально.

Вот, например, достаточно свежее исследование — статья от 21 апреля 2021 года¹. Если кратко пересказать своими словами, то получим примерно следующее. В эксперименте участвовали 147 детей (средний возраст — 11 с половиной лет), из которых 40 подвергались физическим наказаниям (were spanked — трепке, порке, шлепкам), а 107 детей не имели дела с такими методами воспитания. Девочек — 75 человек, то есть примерно половина. Среди детей пропорционально присутствовали представители различных рас и народностей: белые, африканцы, латиноамериканцы и азиаты.

Испытуемым в аппарате МРТ предъявляли изображения лиц с выражением различных эмоций. Далее реакции мозга детей на стимульный материал визуализировались и анализировались. В черно-белой «текстовой» книжке невозможно показать картинки с визуализацией работы мозга, выполненной магнитно-резонансным томографом. Желающие посмотрят их по приведенной ранее ссылке.

¹ *Cuartas J., Weissman D., Sheridan M., Lengua L., McLaughlin K. Corporal Punishment and Elevated Neural Response to Threat in Children. Child Development, 2021.*

Я же сразу перейду к результатам исследования. Они сконцентрированы в двух сканах, паре сравнительных изображений, где мы воочию видим разницу между реакцией детей, познавших даже такое «малозначительное» физическое насилие, как шлепки от любящих родителей, и детей, которых такими методами не воспитывали. И это вовсе не случайность, потому что, как мы помним, количество детей, участвующих в эксперименте, достаточно велико.

Итоговый вывод авторы исследования делают примерно такой: «Дети, которых шлепали, демонстрировали большую активацию в нескольких областях медиальной и латеральной префронтальной коры головного мозга... по сравнению с детьми, которых не шлепали.

Эти результаты свидетельствуют о том, что (домашняя) порка может изменить нервные реакции на угрозы окружающей среды таким же образом, как и более тяжелые формы жестокого обращения».

Закончу на самом что ни на есть бытовом уровне.

Я ни разу в жизни не ударил ни своих, ни чужих детей. Но все равно навсегда запомнил эпизод, который до сих пор меня напрягает. Мы с сынишкой поднимались по лестнице в нашем подъезде, он шел на пару ступенек впереди меня. Была уже ночь, люди спали, а сын — ему тогда было лет пять — громко и весело топал ногами. Я сделал ему замечание, он не угомонился. Второй раз сказал. Тот же эффект.

Я здорово разозлился и схватил его за плечо. Нет, не вцепился, не сделал больно. Но он, конечно, сразу повернулся и увидел мое гневное лицо. И испугался. Он уже давно выше

меня ростом и, наверное, умом. Но вот эти испуганные ребячьи глаза до сих пор гложут мою совесть.

Послесловие к тексту. Вообще-то, я думал, что затронутая тема — можно ли физически наказывать детей? — закрыта. Но вопросы на эту тему приходят и приходят. А значит, надо снова и снова отвечать, потому что проблема очень важна для психологического здоровья ребенка.

Итак, еще раз: **можно ли бить детей (наказывать физически)** с целью улучшить их поведение, показатели учебы и т. д.?

Кому лень читать длинные статьи с аргументами, результатами исследований и выкладками, ответу сразу: **НЕТ, НЕЛЬЗЯ.** Нельзя пугать физическим наказанием и тем более осознанно причинять боль ребенку НИ ИЗ КАКИХ СООБРАЖЕНИЙ.

Причин как минимум три. **Первая** — выше я привел экспериментальные данные (подобных экспериментов проводилось много, они все перепроверены в разных странах и разными коллективами ученых), **доказывающие, что «битые» дети** (даже битые не сильно, которых, как говорится, только шлепают) **заметно отличаются психологическими реакциями от детей «небитых».** Отличаются в худшую сторону. Проблема — потеря *базального доверия* (общего доверия

к окружающему миру, готовности конструктивно с ним взаимодействовать), которое закладывается с раннего детства и крайне тяжело восполняется позже.

Вторая причина — научив ребенка принципу «кто сильный, тот и прав», вы можете быть очень разочарованы, когда ребенок вырастет и станет сильнее вас.

Третья причина — применяя заведомое физическое преимущество и намеренно причиняя ребенку боль, вы его унижаете. Конечно, можно унизить ребенка и не избивая. Но нельзя побить, не унизив.