

ЕКАТЕРИНА БУРМИСТРОВА

РАСТЁМ С ДОШКОЛЬНИКОМ

ВОСПИТАНИЕ
ДЕТЕЙ
ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ



Екатерина Алексеевна Бурмистрова

Растем с дошкольником: воспитание детей от 3 до 7

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=20599606

Растем с дошкольником: воспитание детей от 3 до 7 / Е.А.

Бурмистрова: ДАРЪ; Москва; 2018

ISBN 978-5-485-00570-2

Аннотация

Период 3–7 лет – особый возраст в жизни ребенка. Именно тогда формируется его личность, закладываются основы навыков общения – с родителями, сверстниками, окружающим миром. Родителям дошкольников часто трудно сориентироваться в огромном информационном потоке, посвященном «правильному» воспитанию детей этого возраста. Новая книга известного семейного психолога Екатерины Бурмистровой, посвященная взаимодействию родителей с детьми-дошкольниками, содержит огромное количество ответов на вопросы – как разумно организовать жизнь семьи в этот крайне важный период взросления детей и сделать ее по-настоящему счастливой и наполненной. Чем непослушание отличается от плохого поведения, как научить делиться, как преодолеть агрессию, как наказывать, как приучить к домашним

обязанностям, как подготовить к школе – эти и многие другие вопросы рассматриваются на базе огромного материала, полученного благодаря собственному опыту воспитания детей и многолетнему успешному опыту семейного консультирования.

Содержание

Введение	6
Глава 1. Дошкольник	8
1.1. Непослушание или плохое поведение?	8
1.2. Привлечение внимания плохим поведением. Что делать?	44
Конец ознакомительного фрагмента.	50

Екатерина Бурмистрова

Растем с дошкольником: воспитание детей от 3 до 7



Саша Сорокин

Введение

Эта книга посвящена особенному возрасту ребенка – дошкольному. В этот период формируется фундамент личности, закладываются базовые качества и в отношениях с ровесниками, и в отношениях с родителями, и в отношениях с самими собой. Ребенок еще очень впечатлителен и очень верит родителям. Даже если он спорит, если он говорит, что всё решают дети, если он дерется, плюется, не хочет и вредничает, он еще очень настроен на родителей.

За последние 10–15 лет появилось очень много разной, часто не подтвержденной, информации о воспитании детей. Кроме того, за это же время раскрутился бизнес занятий с детьми-дошкольниками, возник целый рынок новых услуг с хорошей рекламой, с прописанными статьями – этого раньше было очень мало. Нынешние родители подвергаются более сильной бомбардировке информацией, чем 10–15 лет назад. Есть масса родителей, у которых все было бы хорошо, если бы они прочли меньше литературы и меньше бы слушали, какими должны быть дети и какими должны быть хорошие родители.

Надеюсь, моя книга снизит потребность в психологических консультациях, потому что в ней содержится огромное количество ответов – как должна выглядеть жизнь ребенка, чтобы это была хорошая жизнь.

Мы сохранили стилистику разговора, диалога в первую очередь потому, что нам не хотелось, чтобы эта книга стала еще одной «книгой эксперта», излагающей одну жесткую позицию. И на своих занятиях, и на своих консультациях, вебинарах я всегда пытаюсь развивать у родителей собственную экспертную позицию и помогаю раскрыться их собственной интуиции, чтобы голос любых специалистов стал для них только совещательным, а решающим был их собственный голос. Именно этот диалоговый компонент, компонент разговора вовлекает читателя в дискуссию на равных, а не делает его студентом, конспектирующим еще одну умную лекцию.

В качестве иллюстраций мы использовали реальные рисунки реальных детей, собранные мною за долгие годы консультаций.

Эти рисунки уникальны, самобытны, нет ни одного похожего. И я очень надеюсь, что они вам понравятся и помогут лучше погрузиться в тему. Так, как рисуют дети, не может нарисовать даже самый хороший детский художник-иллюстратор.

Глава 1. Дошкольник

1.1. Непослушание или плохое поведение?

Непослушание – лидер среди проблем, с которыми обращаются родители дошкольников на психологических консультациях. Неумение справиться с поведением непослушного ребенка, с одной стороны, становится причиной возникновения множества кризисных ситуаций, а с другой стороны, в свою очередь, является частью более сложной проблемы.

Начнем с самого раннего возраста, поскольку очень часто ключики к разрешению проблемы непослушания лежат в дошкольном детстве, даже во младенчестве. По мере того как ребенок растет, справиться с непослушанием становится все сложнее.

Дети ведут себя по-разному. То, что выглядит как непослушание у некоторых из них, на самом деле непослушанием не является, а является результатом других процессов. А есть непослушание как конкретное сознательное действие по сопротивлению тому, что говорят родители, другие взрослые, старшие братья и сестры. Мы будем пытаться разделять

непослушание и просто плохое поведение детей.

Прежде всего, полезно определить, что такое воспитание. Если спросить десять разных человек, что такое воспитание, есть ли оно или есть просто жизнь с ребенком, – будет десять разных мнений.

Как мы будем относиться к непослушанию, зависит от наших взглядов на воспитание и жизнь в целом.

Предлагаю коротко ответить на вопрос, что такое послушание, зачем оно нужно, чем может быть опасно?

Собеседник: Послушание – это прежде всего умение правильно себя позиционировать.

Собеседник: Выполнение просьб, задач, поставленных целей.

Собеседник: Ребенок делает не то, что хочется, а то, что сказали родители.

Собеседник: Умение слышать родителей.

Собеседник: Важно в экстренных случаях делать именно так, как говорит родитель.

Собеседник: Существовать в социальных рамках.

Собеседник: Первая ступенька к самостоятельному выполнению правильных дел, каких-то бытовых, домашних.

Собеседник: Формирование привычек.

Собеседник: Послушание нужно для передачи родительского опыта. Польза послушания – это готовность принимать опыт, а вред – ребенок начинает полагаться только на чужой опыт, боится делать самостоятельные шаги, становится роб-

ким.

Екатерина: Список можно продолжать. Это взгляды с разных сторон. Но в любом случае дети очень четко чувствуют наш настрой. Всем, наверное, доводилось отучать от груди. Кто-то, возможно, помнит, насколько важен при этом настрой: если вы не настроитесь твердо, что отучать уже пора, время пришло, вы ни за что не отучите. Ребенок чувствует уверенность или отсутствие уверенности. С послушанием примерно так же. Если родитель в душе сомневается, что ребенок может и должен слушаться, что ему это полезно, что он должен послушаться именно сейчас, то ребенок считает на невербальном, довербальном уровне сомнение и это для него определяющий фактор. Для того чтобы в детско-родительских отношениях хотя бы в какой-то пропорции присутствовало детское послушание, родитель не должен сомневаться в том, что оно нужно и что ребенку оно полезно, а не вредно.

Механизмы послушания – это очень зрелые формы поведения, человеческого взаимодействия. Они изначально отсутствуют. У утят есть нечто похожее на послушание – импринтинг: утенок начинает следовать за первым движущимся объектом, который попал в его поле зрения, как только он вылупился из яйца. «Злые» биологи, изучая это явление, провели опыт, в котором первым движущимся объектом для утят стал красный мяч, и утята за этим мячом так и ходили. Это своеобразная форма послушания – следование за,

копирование. У человека, который рождается с белым незаполненным мозгом, очень длинное детство и фактически нет predetermined образцов поведения. И это не случайно, потому что именно незаполненность мозга, отсутствие заданной матрицы дают возможность каждому стать уникальной личностью. Но это же может приводить к некоторым сложностям в воспитании.

У ребенка, младенца, нет послушания – у него есть имитация. Например, в первые полгода очень развита мимическая имитация – копирование выражения лица взрослых. Это не послушание.



У ребенка годовалого, полуторагодовалого есть подражание – он берет веник и начинает им размахивать или пытается чистить картошку. Это тоже не послушание. Послушание – очень сложная культурная форма поведения, когда ре-

бенок, не зная, почему и зачем, делает то, что ему говорят.

Собеседник: Это важный момент? Он должен послушаться?

Екатерина: Я не говорю, что это единственная форма окультуривания, но это абсолютно новый способ передать специфические человеческие знания, особенности поведения – чего угодно, – основанный на согласии ребенка принять то, что у него в сознании отсутствует. Формы могут быть разные: с аргументами, без аргументов, но в целом он готов их принять. Чтобы по явилось базовое послушание, важно, чтобы Маленький человек воспринимал Большого, чтобы он был открыт к восприятию информации, а не ставил стенку.

Собеседник: Ребенок не автоматически открыт?

Екатерина: Есть некоторая сложность. Ребенок, младенец в первый год жизни, автоматически абсолютно открыт маме – никаких заслонов от нее не имеет. Но он неврологически, умственно, физиологически незрел, и послушание у него еще возникнуть не может. Работают другие механизмы: имитация, эмоциональный отклик, несловесная связь, – но это еще не послушание. Открытость есть, а послушание невозможно, не созрело. От ребенка первого года жизни большинство людей и не ждет послушания. До года мама с ребенком представляют из себя единое яйцо личности – считается, что личность ребенка еще не делима от личности мамы. И папа, находящийся рядом, обеспечивает эту кон-

струкцию, делает ее благополучной. От нуля до года послушание невозможно, поскольку нет физиологической готовности.

Дальше начинается интересный возраст от года до двух. Это возраст так называемого «вылупления из яйца», когда личность ребенка начинает отделяться от личности матери. Этот процесс занимает весь второй год, иногда забирая и половину третьего. Связь огромная, имитация по-прежнему есть. В этом возрасте формируется и активно развивается речь. Возможна первичная форма послушания, связанная с запретом социально опасных вещей. Это еще не послушание, когда ребенок открыт. Это более простой вариант – выработка сигнала опасности.

Очень часто люди пропускают эти два периода, ничего не запрещая, хотя именно в это время могли бы быть первые «нельзя», первые «опасно», «край» – первые стоп-сигналы, предупреждающие ребенка, что нужно остановиться, прекратить какие-то действия или отказаться от намерений что-то сделать. Идея развития в том, что если что-то не освоено вовремя, оно потом все равно осваивается, но только с большим трудом и усилиями. Возможно, вы на этом этапе не выработали стоп-сигнал, скажем, были очень гуманны, или боялись задавить творческую свободу ребенка, или считали, что нельзя говорить «нельзя». Есть такие среди нас?

Собеседник: Когда «нельзя» много, они обесцениваются.

Собеседник: Я читала, что дети воспринимают, когда что-

то нельзя сделать физически, например, нельзя достать луну с неба.

Екатерина: Про «нельзя» много всего написано. Также вспоминают японскую систему, где считается, что «нельзя» — это вообще вредно, и все должно быть можно.

Собеседник: А как же, например, горячее?

Екатерина: У японцев идея среды, которая подстраивается под ребенка: не нужно создавать среду, в которой вы могли бы сказать «нельзя». Для нашей, европейской ситуации в этом возрасте возможны первые базовые запреты, связанные с собственной безопасностью, и запреты, связанные с причинением боли и вреда ближним. Как это ни парадоксально, это фундамент одной части послушания.

Очень часто и от нуля до года, и от года до двух особенно у мам включается стратегия долготерпения. Мама считает, что нужно терпеть все: и как крутят второй сосок, и как царапают, и как дерут волосы, и как «выковыривают» глазки, и как хлопают по щекам — эти невинные, но не очень приятные младенческие действия, которые редкий ребенок не пытается осуществить по отношению к своим родителям.

Когда ребенок от нуля до года и от года до двух начинает делать то, что вам неприятно, как вы реагируете?

Собеседник: Когда мой ребенок кусается, я говорю сразу: «Ай-ай-ай». В какой-то момент мне показалось, дочь поняла и перестала, но потом опять начала. И я не понимаю, действует это или нет.

Екатерина: Чем темпераментнее ребенок, тем более вероятно, что он будет делать что-то, неприятное другим. У активного малыша все активно. Он, скорее всего, попробует и ударить, и отнять, – он активнее осваивает мир, чем более спокойный ребенок. Он еще не понимает, не знает, что за этим последует, как на него отреагируют.

Как реагировать правильно? Показывать, что неприятно, или терпеть?

Собеседник: Конечно, показывать.

Собеседник: Сложный вопрос. Если ребенку будет интересно, он может эту реакцию провоцировать. Мой ребенок в восторг приходил, когда я делала страшное лицо, если она «ела» песок или колесо от коляски. Она в девять месяцев ползла и нарочно это делала.

Екатерина: Если от нуля до года у ребенка с мамой – симбиоз, то в течение второго года у них должны возникнуть отношения, причем отношения не на равных, не паритетные, а более-менее иерархичные. Ребенок – новичок, а взрослый – более опытный; ребенок – ведомый, а взрослый – ведущий.

С первенцами по этим статьям у родителей возникает огромное количество сложностей. У мамы есть большие сомнения, может ли она быть ведущей. Действительно ли она старше, или это у нее родилась какая-нибудь великая инкарнация, потому что ее младенец очень взросло выглядит и у него такой глубокомысленный взгляд.

Этот вопрос нужно для себя решить, потому что он клю-

чевой для выработки послушания. Если вы думаете, что это существо воспитывать нельзя, ни о каком послушании не может быть и речи.

Значит, должны возникнуть отношения не на равных, а отношения взрослого и маленького существа. И это возможно, как только ребенок пополз, появились первые негативные эмоции, первые желания и фрустрация (преграда) желаниям. Родителям приходится как-то реагировать, когда ребенок не доволен. Вы не можете разрешить ему засунуть пальчик в розетку или бросить телефон в ванную, даже если он очень хочет. Детская активность не может не столкнуться со средовым ограничением. Это очень важный период.

До 2 лет вы с ребенком «договариваетесь» действием; на границе 2 лет появляется речь; с 2 до 3,5 лет наступает следующий возраст. Я считаю его ключевым для закладки послушания. Речь идет не о возрасте календарном, а о возрасте психологическом. Граница первого возраста – ходьба (это может быть и десять месяцев), а граница второго возраста – появление фразовой речи (не просто слова, а предложения).

К этому времени должен сформироваться семейный треугольник, возрастает роль папы. Ребенок отделился от мамы, и далее очень важно, чтобы отношения развивались не в паре, а в тройке «папа, мама, ребенок» (при условии, что папа есть). И именно в этот период возможна именно человеческая форма послушания, когда ребенок слышит речь, понимает речь и готов к содержанию речи прислушаться.

Появление речи создает возможность для появления послушания, но никак его не гарантирует. Появление фразовой речи – это необходимое, но недостаточное условие. Послушание – очень сложный навык.

Что нужно для начала его возникновения, кроме фразовой речи?

Собеседник: Пример поведения в семье: родители хлеб на пол не бросают – и ребенок тоже не должен.

Екатерина: Возможно. Но сейчас большинство семей состоят из мамы, папы и одного или двух детей. Нет расширенных семей, где есть другие дети, другие взрослые. Семья – довольно маленькая единица. Очень часто такой пример не может быть использован, потому что ребенок себя со взрослыми не отождествляет. Он может себя отождествлять с центром мира или с малышом. Кем себя считает ребенок в вашей семье – это вопрос к вам. Но в этом возрасте ему еще очень сложно брать поведение взрослых за основу своего. Хотя что-то ребенок может очень сильно копировать, поскольку присутствует имитация, как менее совершенный механизм.

Собеседник: Если я наказываю ребенка, которому четыре года, а он меня в ответ наказывает – это имитация?

Екатерина: Это другое: ребенок пытается перевернуть действие, пытается «сесть на ваше креслице».

Очень важно понять: то, что не сформировалось на первых этапах, потом так и будет не сформированным годиков

до тридцати. И в результате взрослый человек часто не в силах справиться с ситуациями, характерными для детского возраста.

Именно на первых этапах формируется способность осознавать границы, способность понимать сложную систему социальных разрешений и запретов. Между «можно» и «нельзя» – граница, ты должен ощущать, где ты еще в области «можно», а где ты уже в области «нельзя». Граница – это понимание того, что можно, и того, что нельзя, это нормы поведения, понимание того, что принято и что не принято.

Ребенок должен осознавать, что родители – тоже люди, и не он один является человеком с желаниями, что у мамы с папой (а с появлением малыша и у него тоже) есть свои желания.

Несмотря на все вышесказанное, есть люди, которые не переносят слова «нормы», «границы», «нельзя».

Повторяю: именно в этом возрасте ребенок осваивает огромный объем знаний о том, что принято и что не принято в мире. Это социальные нормы. Они ребенка не сбивают, а развивают, если правильно поданы. Двухлетний ребенок может спокойно пописать где угодно; ребенок в 3,5 года, скорее всего, отойдет, если ему нужно пописать, – усвоилась норма, что в нашем социуме не принято это делать прилюдно. Ребенок в 2 года еще может что-то отобрать в песочнице; в 3,5 года он тоже может отобрать, но ему уже будет стыдно. Даже если он отберет, он будет понимать, что сделал что-то не то.

Поведение может еще не очень отличаться, но реакция на свое неправильное поведение уже должна отличаться довольно сильно.

Тревожный сигнал для родителей – если в 2 года и в 3,5 года реакция одна и та же, никакой разницы нет: ребенок сосет грудь, абсолютно неуправляем, не умеет самостоятельно засыпать, не имеет никакого представления о базовых домашних обязанностях, не понимает, что мама может попить чай, когда ей этого очень хочется. Приходится следить на площадке или в детской, чтобы не было серьезных стычек.

От 3,5 до 5,5 лет, максимум до 6 лет, также происходит огромный рост. Ребенок по идее уже может различать добро и зло, хорошо и плохо, нравственно – не нравственно (это уже сложная форма). Некоторые дети способны к этому уже в 3 года, и зависит это от скорости развития речи, от скорости умственного развития, от того, сколько вы с ребенком разговариваете, и от того, какой он вообще родился. Есть дети, осознанные с самого начала, есть дети, надолго застрявшие в младенческом состоянии. Это условный возраст – может быть 3 года или 4 года. Но в целом к 5,5 годам у ребенка должно быть довольно четкое представление, что «хорошо» и что «плохо».

В возрасте 1–2 лет граница – это что-то внешнее, связанное с тем, что есть кто-то, кто эту границу удерживает. Скажем, лежит на столе конфета, и чтобы ребенок ее не взял, рядом должен быть взрослый, который напоминает, что кон-

фету брать нельзя. А в возрасте от 3 лет ребенок должен уже конфету не взять сам. Граница «переезжает» внутрь, и ребенок сам становится цензором, который за собой смотрит.

Это достаточно сложная форма поведения. Может быть не освоен и первый этап – ощущение границы.

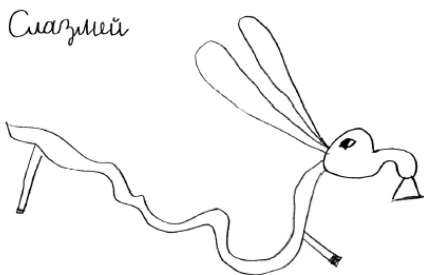
Возникнет ли ощущение «хорошо – плохо», и как оно возникнет, сможет ли ребенок его использовать – целиком зависит от семьи, воспитания, взглядов родителей и, конечно, личности ребенка.

Все послушание – непослушание может быть основано на различении добра и зла, хорошо и плохо. Это возраст сказок, «почему», историй о том, как мама была маленькая, возраст большого количества объяснений, которые должны быть сделаны именно родным взрослым. Не няней, не воспитательницей, а именно близким взрослым.

Собеседник: Почему?

Екатерина: Именно тот человек, кто с ребенком разговаривает и передает ему знания про границы, знания про хорошо и плохо, является реальным воспитателем, тем, кто «войдет» в плоть и кровь ребенка, станет его внутренним голосом, будет звучать как часть совести, хотя в каком-то объеме могут присутствовать и другие взрослые. Есть в психологии термин «суперэго» – нечто над сознанием. Тот, кто с ребенком разговаривает, тот становится частью его самого. Если это круглосуточная няня, то это будет она. Важно присутствие, важны силы на разговор.

В этом возрасте и в следующем, начиная с 5 лет, есть очень много детей, которых развивают, и гораздо меньше тех, с кем разговаривают. Получается «вилка». Интеллектуальное развитие стало более интенсивным, шагнуло вперед, а с умственным могут быть большие проблемы, даже при условии хорошего развития интеллектуального. Как правило, эти проблемы возникают от того, что воспитание кому-то передано. Ребенок посещает массу занятий, с ним занимаются няни, бабушки по тетрадкам, но никто ему не говорил, почему нельзя бить малышей, а если и говорил, то до ребенка не дошло. Получается, гораздо проще учить, чем разговаривать и объяснять.



Человеческий ребенок – совсем не «автомат». Он на первом этапе еще слушаться не умеет, на втором слушаться учится, и только к концу «второго» возраста может появиться послушание. И дальше у ребенка возникает масса вопро-

сов, в том числе – почему надо слушаться? Бывают периоды более спокойные, когда ребенок почему-то просто слушается, или же у него такой характер, что ему не сложно слушаться.

Собеседник: Мои дети все время спорят, во всем. И что делать?

Екатерина: Это вопрос позиционирования. Для того чтобы все работало, чтобы границы были определены, вы должны быть с ребенком не в паритетных отношениях. Иногда можно просто сказать: «Я так говорю, потому что я – твоя мама. Я уже была, а тебя еще не было».

Попробуем разобрать конкретные ситуации. У вас есть ребенок, и есть какой-то эпизод поведения. Ребенок ведет себя не так, как вы бы хотели. Что нужно определить первым делом?

Собеседник: Почему он не слушается. Он услышал, что я сказал, но не хочет этого делать, – или же он хочет сказать мне что-то тем языком, каким может.

Екатерина: Да, первое, что нужно понять: он умеет вообще слушаться или нет, этот конкретный ребенок в этом конкретном состоянии.

Есть «зеленая зона» – это когда ребенок в хорошем адекватном состоянии; «желтая зона» – ребенок уже не очень спокоен, но еще не в истерике, и «красная зона» – когда он в истерике, в срыве, устал, у него что-то болит, его заклинило. Трехлетний ребенок теоретически может слушаться. А он

всегда может слушаться? Нет, не всегда, он может слушаться только в своем «зеленом коридоре». Пятилетний ребенок может слушаться в любой «зоне», а трехлетний – только в «зеленой зоне», потому что и «желтая», и «красная» отбрасывают любого человека на ступеньку назад в развитии.

Собеседник: То есть в 5 лет он и в «красной зоне» может слушаться?

Екатерина: Если он уже хорошо обучен, то на дорогу, скажем, и в 5 лет не выскочит. Все зависит от уровня послушания. Но надо понимать, что любое возбуждение, любое расстройство, любое отрицательно окрашенное состояние отбрасывает назад в развитии по всем показателям.

Собеседник: А если ребенок почти сразу переходит в «красную зону»?

Екатерина: Он в ней невменяем. Поэтому первое, что нужно понять – можно ли ждать послушания от этого ребенка сейчас. И если нет, то должен быть «план спасения» – вариант, альтернативный послушанию.

План спасения у каждой семьи свой. Предположим, вы переходите дорогу, понимаете, что ребенок невменяемый, но вы не готовы с ним полчаса препираться, чтобы он дал вам руку, – значит, вы берете его в охапку и несете орущего. Это срабатывает. Если скандал происходит из-за того, что вы сами нажали кнопку лифта, тогда проще опять подняться или спуститься и разрешить нажать кнопку лифта самому.

Собеседник: У моего ребенка в 5,5 лет такая реакция на

кнопку лифта.

Екатерина: Он конкурирует с младшим за кнопку лифта?

Собеседник: Да. И когда мама нажала – истерика.

Екатерина: Значит, для него это остается по-прежнему важным. Возможно, потому, что нет других привилегий – вставлять ключ в замочную скважину или здороваться с консьержкой.

Собеседник: Можно перед лифтом строгим родительским голосом говорить: «Сегодня кнопку нажимаю я».

Екатерина: Это уже продвинутая родительская концепция.

Итак, первое, что нужно понять, вменяем ли ребенок, «адекватен ли пациент», может ли он послушаться, т. е. в какой «зоне» он находится, в каком он состоянии.

Почему с этого желательно начинать? Основная ошибка родителей, приводящая к очень сложно устранимым последствиям, – ждать послушания от невменяемого ребенка и применять к нему санкции.

Собеседник: А что же делать? Может ли родитель как-то предотвратить «красную зону», зная ребенка?

Екатерина: Часто проще научиться не попадать в «красную зону». Надо понимать, что в целом, если вы пытаетесь добиться послушания и воспитываете ребенка, который неадекватен, вы нарабатываете «мозоль» или «аллергию». Вы хотите, чтобы послушался ребенок, который потерял управление собой. Вы говорите: «Возьми себя в руки», –

а у него нет инструментов взять себя в руки. И возникает один из типов конфликтов, связанных с непослушанием маленького ребенка, когда родитель требует невозможного, использует неработающие методы. Ребенок чувствует, что он не соответствует ожиданиям, и реакция может быть разной. у активных – это, скорее, агрессия, у менее активных – уход в себя и ухудшение отношения к себе. В целом поведенчески это довольно сложный спектр реакций.

Собеседник: Это потом сказывается на отношениях родителя с ребенком?

Екатерина: Если это единственное, что вы делаете, то скажется. Важно, чтобы это не становилось фоном взаимодействия. Обычно это все-таки какие-то эпизоды.

Собеседник: Если это часто?

Екатерина: Это бесполезно.

Продолжим. Итак, мы определили, в какой «зоне» находится ребенок. Что еще нужно определить?

Собеседник: Сколько есть времени на разборки.

Екатерина: Прекрасно – нужно понять, насколько напряженная ситуация по темпам. Можно объединить: сколько у вас есть времени и сколько глаз на вас смотрит, кто еще участвует в этой ситуации, т. е. какие ресурсы, не только временные, имеются.

Собеседник: Еще надо определить, насколько адекватна возрасту ребенка наша просьба, а то иногда мы просим невозможного.

Екатерина: Это следующий момент.

Прежде чем ждать послушания, нужно подумать:

- в какой «зоне» находится ребенок в данный момент;
- какие есть ресурсы;
- какие есть ограничения.

Скажем, ребенок еще в «зеленой зоне», но через полчаса он уже должен быть в кровати. И если сейчас затеять разборку или какое-то выяснение, через двадцать минут ребенок будет уже не в «зеленой зоне».

Это все кажется сложным, но на самом деле просто. Проблема часто возникает там, где родитель реагирует, а не думает, у него нет ни секунды на размышление. В реальном времени все занимает секунды, у мамы или папы нет возможности задуматься и стратегически оценить ситуацию.

Какие есть хорошие ресурсы?

Собеседник: Папа в «зеленой зоне».

Екатерина: Все в «зеленой зоне».

Отсутствие спешки.

Очень важно – отсутствие перекрестных лучей внимания.

Например, у вас деточка лежит в парке в луже и стучит ножкой, а по дорожке идут «заинтересованные» тетеньки. Есть ли у вас шансы разрешить ситуацию хорошо? Мы же не на Западе – у нас каждый прокомментирует. Проходящие мимо вас люди, их внимание – все это помешает разобраться с ситуацией так, как вам бы хотелось.

Или другая ситуация: нет никаких тетенок, ребенок дома,

валяется на ковре и вопит, потому что выключили мультик. И папа в своей «зеленой зоне» говорит: «Зачем ты выключила мультик? Мы бы полчаса спокойно сидели». Свой папа, он в «зеленой зоне», но – разные мнения у взрослых.

Собеседник: Мама сразу переходит в «красную зону»: сначала достается папе, потом ребенку, потом все переходят в «красную зону»...

Екатерина: При этом начальная ситуация не решена. Соответственно надо понять, какие в вашем распоряжении есть ресурсы, полезные они или вредные – смягчают они или отягощают ситуацию.

Первое: все воспитание происходит не в момент инцидента, 80–90 % воспитания происходит в нейтральное время, а не тогда, когда ребенок не слушается. Обычно жизнь устроена так, что если этот эпизод непослушания возник, то, скорее всего, ресурсов не хватает. Если бы все было хорошо, вы бы, наверное, в эту ситуацию не попали. Она – экстраординарная: или ребенок резко освоил что-то в поведении, или день специфически неудачный. Обычно когда возникает непослушание – это либо что-то новое, либо что-то застарелое, с чем хронически не получается справляться. В среднем любой нормальный родитель более-менее справляется. И обычно в острой ситуации с ресурсами всегда проблема.

Второе: если вы сейчас отступите, это не значит, что вы проиграете все сражения в ходе воспитания. Иногда родителям крайне важно победить именно здесь, т. е. в конкрет-

ный момент добиться послушания. Послушание – невероятно важно, однако не всегда нужно в каждый момент, здесь и теперь, его добиваться. Более того: чем больше вы добиваетесь послушания здесь и теперь, тем больше с этим может быть сложностей в дальнейшем.

Ребенок – существо теоретическое. И как только освоена фразовая речь, это существо человеческое. Основной тип непослушания у дошкольников следующий – ребенок в принципе знает, как надо, но у него отказали какие-то системы регуляции. Теоретически он знает, что сестру кусать нельзя; теоретически он знает, что сахара разрешено класть один кусок; теоретически он знает, что нельзя прыгать с последней ступеньки, но конкретно в этот момент отказали или не сработали тормоза. Если добиваться полного раскаяния сразу, как только ребенок что-то нарушил, это может привести к обострению поведения и усилению непослушания. Для достижения самого хорошего результата нужно немножко подождать и вернуться к обсуждению инцидента в нейтральное время, когда все в «зеленой зоне». Но это возвращение возможно с детьми 3–3,5 лет, с двухлетками это не работает.

Собеседник: Это наши действия уже после того, как непослушание совершилось?

Екатерина: Да. Это наши действия в нейтральное время. Ребенок, который уже умеет слушаться, в состоянии непослушания временно не договороспособен. Он должен вер-

нуться в состояние договороспособности. А взрослый тоже должен вернуться в состояние, когда он его не танками давит, а словами разговаривает. Можно провести аналогию с гораздо более старшим возрастом – подростковым, 13–14 лет. И хотя кажется, что сюжеты разворачиваются совсем другие, но очень часто ситуация та же: и подросток невменяем (он неадекватен по какой-то причине, хотя его неадекватность отличается от трехлетней, но задействованы такие же сильные эмоции), и мама или папа, которые не справляются с поведением подростка, выходят из состояния человека, наделенного связной доходчивой речью.

Стоит подумать о том, не возникнет ли в такой момент срыв – односторонний или двусторонний, обоюдный. Очень часто люди из-за проблемы непослушания из срыва и не выходят – они постоянно живут в таком состоянии. Если срывы постоянны, значит, вы пытаетесь добиться определенных результатов неэффективными способами. Надо понимать, что конкретно у вас засбоило.

Еще одно базовое знание: раздраженное воспитание не воспитывает, а раздражает, а раздраженный ребенок не воспринимает информацию. Например, ребенок орет или бубнит, он раздражен, а родитель продолжает говорить: «Нехорошо! Нехорошо! Нехорошо...» Вся информация, которая попадает к человеку, находящемуся в отрицательных эмоциях, уходит в «спам». Она, мало того, что не воспринимается, – она маркируется как то, что не надо слушать. И в этом

трехлетка от тринадцатилетнего подростка отличается очень мало. Так и у взрослых устроено: когда вы включаете определенный тон, муж перестает вас слышать; или наоборот.

Вспомните, когда информация, сказанная в определенной ситуации определенным тоном, идет в «спам»?

Собеседник: У меня очевидный пример. Моя бабушка, которая живет с нами, бесконечно находится в состоянии раздражения, и происходит то, о чем вы сказали. Дети приходят к ней сначала спокойные, а потом с воплями от нее убегают, или дерутся, или она их выгоняет. И когда я попыталась объяснить двухлетней дочери, что что-то делать нельзя, реакция была такая же – от меня убежали.

Екатерина: Вы считаете, это связано с тем, что бабушка находится в раздражении, когда говорит «нельзя»?

Собеседник: Да, это очевидно. И я не знаю, что с этим делать.

Екатерина: Игру в куколки никто не отменял. Когда ребенок осваивает новое, для него один из главных элементов игры – сюжетные наборы игрушек животных и человечков. Обязательно должна быть семья человечков, и обязательно – семья животных. На таких фигурках прекрасно можно проигрывать ситуации, которые в речи могут не восприниматься. Когда что-то говорите дочке не вы, а одна кукла говорит другой кукле, это закрепляется.

Собеседник: Так это и будет продолжаться. Получается, что я не смогу с ней нормально поговорить?

Екатерина: Нет, почему же? Можно поговорить.

Собеседник: В более старшем возрасте?

Екатерина: Думаю, даже в четырехлетнем возрасте можно поговорить.

Еще какой-нибудь пример «спама»?



Собеседник: Моя мама два раза в неделю куда-нибудь водит детей, и каждый раз, приводя их обратно, она мне говорит: «Эти дети вообще меня не слышат». Пока она с ними общается, она постоянно читает им нотации.

Екатерина: Детям постарше можно объяснить, что таким образом – в запретах – выражается любовь и беспокойство. Маленькие дети этого не понимают. Даже большие, которые уже сами книжки читают, могут так это не дешифровать. Нужно объяснить им, что так «несовершенно» выражена любовь и беспокойство. Дети раздраженный тон с большим ко-

личеством одергиваний воспринимают как то, что они не нужны и неинтересны родителям.

Собеседник: Ситуация с папой. Вечером готовимся ко сну. Ребенок играет с папой. Все мои просьбы и указания по поводу укладывания отодвигаются на полтора часа от положенного времени.

Екатерина: Кем отодвигаются?

Собеседник: Всеми вместе. Их трое, папа с ними заодно, и они все меня не видят и не слышат.

Екатерина: А вы продолжаете говорить?

Собеседник: Да.

Екатерина: Есть еще одна неработающая стратегия. Это стратегия «попугай»: когда 25 раз, совершенно без надежды на восприятие, человек повторяет: «Убери игрушки. Убери игрушки». Никто этого делать не собирается, пока родитель не пере ходит на крик. Пока они этот крик не услышат, они не реагируют.

Собеседник: Разве это нормально?

Екатерина: Это абсолютно нормально. Используется неработающая стратегия. Дети прекрасно понимают, что будет первое, второе, двадцать пятое повторение. Они это слышат.

Собеседник: Мой муж говорит: «Посмотрите мне в глаза», – и они смотрят ему в глаза, и он им говорит, и они это делают.

Екатерина: Если бы он проводил с ними другое количе-

ство времени, это бы не работало. Дело не в детях. Они присоединяются к папе и находятся «под юрисдикцией папы». Он у них в авторитете. То, что можно делать, – это не тратить свои силы. Кроме того, вы же не только силы тратите. Вы повторяете много раз, а у детей возникает рефлекс не реагировать.

Собеседник: Я понимаю, что папа у них в авторитете и я не нужна в тот момент, когда есть он. Я объясняю, что днем они не спали, устали, им нужно лечь пораньше – никто не слушает... Это кошмар.

Екатерина: Общение с папой – это почти всегда нарушение режима. Прекратить это все равно нельзя. Если это происходит ежедневно и это нельзя изменить, то это надо узаконить.

Собеседник: Папа не поднимает детей утром, а мне это дорого стоит.

Екатерина: Это не вопрос детского непослушания. Это случай, когда детское непослушание по сути не является непослушанием. Как только взрослые договорятся друг с другом, дети подстроятся. Не может быть послушания в условиях непроговоренных границ между взрослыми. Обязательно будет ложное непослушание.

Собеседник: У нас такая же ситуация. Супруга говорит, что, во-первых, нужно обозначать границы времени: например, пришло время, когда мы должны начинать собираться спать. А собираться (это ведь непонятное слово) – это зна-

чит сделать то, и другое, и третье. Она говорит: «Смотри на меня внимательно. Вот это надо сделать. Мы сейчас этим занимаемся», – и ребенок понимает, что мы вышли из игры и начинаем что-то делать.

Екатерина: Дети моментально чувствуют степень свободы. Если не слушаться, то папа с мамой будут не нами заниматься, а ругаться, как правильно нас уложить, – это скрыть невозможно ни в каком возрасте, дети сразу это чувствуют. Это чувствуют трехлетки, пятилетние виртуозно используют, а у подростков может быть на этом выстроена целая стратегия: они умело «бросают камушек» – стравливают родителей, – а сами занимаются своими делами, и все это – в считанные секунды.

Соответственно возможен и срыв, в том числе и в отношениях между взрослыми. Предположим, вы сейчас начнете воспитывать ребенка, который не убрал тарелку со стола, – и спровоцируете, вызовете на себя агрессию или недовольство со стороны второго взрослого. Бывает, что любой акт детского непослушания вызывает у родителей «стойку». Нужно выбирать «поле боя»: если вы сейчас ввязываетесь в авантюру, есть ли у вас шансы на победу, шансы добиться того, чего вы хотите. И вступать в «бой» нужно, только если у вас действительно есть шансы выйти с достойным результатом: есть ресурсы, вы в «зеленой зоне». Если же такой уверенности нет, то, может быть, лучше и отложить – в тех случаях, когда отложить возможно. Но чем младше ребенок,

тем меньше возможностей отложить то, что связано с непослушанием, ведь он просто забудет.

Иногда очень сильно давят окружающие. Например, ваш ребенок отнял игрушку или ударил кого-то – сделал противоправное действие по отношению к ребенку из другой семьи, и вы начинаете делать то, что не стали бы делать без давления внешних обстоятельств. Или смотрит бабушка – и вы не можете себе позволить, чтобы ребенок не поднял фантик, хотя, будь вы один на один, вы бы про этот фантик забыли, а ребенок его поднял бы потом, и другой бы поднял, и все остальные, которые валяются.

Всегда надо задавать вопрос: почему вы принимаете решение разбираться с актом непослушания именно сейчас. Возможно, вы начинаете действовать, потому что все мамы на площадке стоят и ждут, как вы отреагируете. Причем вы можете и не хотеть делать что-то по отношению к собственному ребенку, но тогда вы на эту площадку больше не выйдете.

Очень часто системное непослушание связано с тем, что приходится добиваться его по принуждению. Это может быть принуждение внешнее – на вас смотрят, – а может быть принуждение внутреннее: вы прочитали какую-нибудь книжку про наказания, или услышали авторитетную подругу, или в передаче сказали, что ребенок должен всегда слушаться, – принуждение со стороны внутренних идей или знаний из психологической и педагогической литературы. Или

бабушка, например, говорит: «А вы-то у меня всегда слушались! У нас такого не было».

Собеседник: У бабушек действительно такого не было? Может быть, они не помнят? Они так часто говорят...

Екатерина: Во-первых, память избирательна. Во-вторых, мы все ходили в сад и больше ценили маму в те времена.

Собеседник: Правда, что многие дети спали от рождения до года?

Екатерина: Правда, конечно. У них выработался рефлекс – первые три месяца орали, потом спали. И сейчас этого можно добиться. Например, у принципиальных противников ночного кормления дети, действительно, по ночам спят.

Собеседник: Расскажите, пожалуйста, о способах выхода из «красной зоны»?

Екатерина: Если вы видите, что ваш ребенок вошел в пике непослушания, следует признать этот факт, оценить свой ресурс и решить: имеет смысл бороться сейчас или оставить до нейтрального времени.

Собеседник: А ребенку нужно озвучивать, что он сейчас находится в этом состоянии?

Екатерина: Если вы в состоянии не шипеть, а произносить слова спокойно, то сказать это можно и даже нужно, обозначив, что он ведет себя как ребенок, который не умеет слушаться. Но это не должно быть обвинением, не должно быть «шипением», а просто констатацией факта. Вести диалог с недоговороспособным ребенком не нужно. Подростку,

например, можно сказать: «Ты сейчас не в том состоянии, чтобы с тобой можно было говорить». Это вполне можно обозначить, но очень важно, чтобы это было сделано не в обвинительном ключе, не звучало диагнозом, приговором. Мы же и сами не всегда в том состоянии, когда с нами можно договориться.

Мне кажется, это было бы хорошим общим правилом в семье: не разговаривать с тем, кто неадекватен. Почти любой человек иногда оказывается в состоянии, когда с ним невозможно ни разговаривать, ни договариваться. Надо подождать. Мы верим, что он хороший, что он не всегда такой, что он успокоится, поспит, поест, переключится, и тогда мы поговорим. Нам парадоксальным образом мешает логика детских заведений – мы все выросли в жестких авторитарных системах, где прямо сейчас нужно наказать двоюродника Иванова, прямо сейчас должна быть уличена ложь или воровство. В семье времени много – у вас еще будет возможность с этим разобраться, оно никуда не денется, и от того, что вы возьмете паузу, поведение хуже не станет. Детское поведение становится хуже от применения неработающих стратегий, а не от того, что вы взяли паузу на «подумать».

Мы дошли до возраста 7 лет.

Все равно это – маленькие дети. Они кажутся очень большими, на самом деле они очень маленькие. И у этих маленьких детей часто выключается способность регуляции

собственного поведения. Они довольно часто становятся не управляемыми, невменяемыми. Это то, чего в 2 года совсем много, в 3,5 – уже меньше, в 5,5 лет ребенок еще более контролируем, в целом. И тем не менее 7 лет – это возраст, когда эмоции все еще сильно преобладают. А в подростковом возрасте эмоции снова выходят на первое место, потому что пошло созревание, утрачен привычный контроль, а новый еще не найден.

Пытаться добиться послушания можно с ребенком, который адекватен, и четко маркировать, когда он не такой. Например, мама успела поесть, никуда не спешит, ребенок спокоен, – можно заняться воспитанием, разобрать с ним какую-нибудь недавнюю ситуацию. Это то нейтральное время, когда все возможно.

Я всем родителям рекомендую книжку «Жила-была девочка, похожая на тебя», автор Дорис Бретт. Это книжка про искусство рассказывания терапевтических историй. Можно ее прочитать и подарить, а кому-то она оказывается нужной постоянно. В ней придумываются истории про разные ситуации, которые могут случиться в жизни. Если у вас ребенок совсем маленький (с двух до пяти лет), то можно еще прочитать «Машины сказки» Софьи Прокофьевой – это классика терапевтической истории. Для подростков прекрасная книжка «Роль терапевтических историй» – это уже не короткие истории для двух леток. Чтобы рассказать терапевтическую историю подросткам, нужно прочитать книжку и при-

думать серьезную историю с фабулой. В хорошей подростковой литературе отыгрываются как раз те самые дилеммы, с которыми вы так или иначе сталкиваетесь. Родителям подростков, очень рекомендую перечитать хорошие подростковые книги и пересмотреть вместе с ними фильмы, чтобы использовать терапевтические истории в жизни, потому что это очень хороший способ добиться послушания косвенным путем.

Собеседник: То есть читаешь подростку книгу, но ничего не объясняешь?

Екатерина: Не только ничего не объясняешь, но и выводов с ним никаких не делаешь – даешь возможность сделать вывод самому. А потом уже можно спросить: «Помнишь, мы читали? Похоже или нет?» И даже на уровне 3–4 лет, на уровне «Машиных сказок», ребенок делает вывод. И он уже слушается, потому что считает, что так правильно.

Теперь давайте подумаем, зачем нужно послушание и чем оно может быть опасно.

Собеседник: Невозможность сказать «нет» чужому человеку.

Собеседник: Отсутствие своего мнения.

Собеседник: Несамостоятельность, неинициативность – нет собственной активности личности, а есть большая заранжированность запретами.

Собеседник: Страх быть наказанным.

Екатерина: Это все минусы. А плюсы?

Собеседник: Порядок, упорядоченность.

Собеседник: Безопасность, здоровье.

Собеседник: Эффективность.

Собеседник: Доверие к окружающему миру, открытость.

И в этом смысле – обучаемость, потому что ты можешь принять чужую точку зрения, чужую позицию, чужой довод. Здесь же и выбор авторитета, умение узнать что-то новое, в новое включиться за счет доверия к чему-то.

Екатерина: Получается, что нужно и то и другое. И этот список можно продолжать. Необходим какой-то гибкий баланс между послушанием и способностью не слушаться. Представим себе, что ребенок послушен все время, семь дней в неделю, двадцать четыре часа в сутки, пока не спит.

Собеседник: Удобно...

Екатерина: Только это не ребенок. Ребенок – существо спонтанное, творческое. Если присутствует абсолютная послушность, сразу выпадают детские качества. Настоящая детская игра совсем не про послушание. Она про спонтанность, про непредсказуемость, про свободу. А игра по правилам (это тоже очень важная часть игр дошкольников) – это как раз игра с возможностью использовать послушание. Сплошное послушание – антиутопия. А сплошное непослушание? Это как раз можно чаще увидеть, но это тоже не слишком приятно. Обычно на первом месте у таких детей необучаемость: ребенок настолько не может слушаться, что не воспринимает ничего от человека в позиции учителя, пе-

дагога, тренера. Хорошо? Тоже не хорошо.

Это такой коктейль у каждого свой. Тем, у кого двое детей, проще понять, насколько они разные – совсем разные: по степени энергичности, по экстравертности-интровертности, по упорству. Они вообще разные, как будто сделаны из разных материалов. И чтобы добиться послушания от одного, нужно сто джоулей усилия, а к другому сто джоулей приложишь – и сломаешь его, просто расплющишь в лепешку.

Собеседник: Дети ведь видят разное отношение друг к другу, и может возникнуть вопрос, почему одному что-то можно, а другому нельзя.

Екатерина: Семья – это не только много времени, но еще и много возможностей индивидуального подхода. Это должно быть задекларировано: она – девочка, а ты – мальчик, она такой человек, а ты такой человек. Иногда в одной семье растут дети, и на одного нужно орать, чтобы он услышал, а на другого заорешь, он сразу испугается, впадет в ступор. Я знакома с родителями, у которых дети родились с небольшой разницей, и они совсем разные. Здесь нет равенства. Равенство – в детских воспитательных учреждениях, которое до сих пор у многих из нас остается во внутреннем коде – идея того, что нужно относиться ко всем всегда одинаково. Это невозможно. Вы же к себе и к супругу имеете разный подход? Или что себе, то и ему?

Мне кажется, это как различия на уровне продуктовой корзины: вы знаете, кто у вас в семье что ест, а кого что

бесполезно заставлять есть. Или вы используете садовский подход: всем – молочную лапшу? Корзины продуктовые разные – все надо учитывать. Степень теплопроводности в семье разная: один потеплее одевается, другой все с себя снимет. Одежда разные любят: один потеплее закутался, другой пятки высунул. И тут то же самое. Мы все очень разные.

«Я тебе скажу пожестче, а ей помягче, потому что вы разные люди, у вас разные способности восприятия», – это никак не обижает, если не сравнивать детей между собой.

Собеседник: У них по этому поводу нестыковка: они друг друга ревнуют.

Екатерина: Мне кажется, нестыковка есть до тех пор, пока есть переживания у родителей. Потом можно спокойно говорить: «Я такой – я не ем чечевицу, я обожаю красный цвет, и у меня способности к математике. А он любит зеленый, ест рис с соевым соусом и не любит плавать».

Давайте подведем итоги. Что запомнилось?

Собеседник: Я задумалась о том, что такое послушание вообще; поняла, что такое «ребенок в красной зоне».

Собеседник: Мне понравилась идея – посмотреть на ситуацию стратегически, причем по пунктам, т. е. оценить, а потом действовать.

Собеседник: Если один раз уступить, это не проигранная навсегда битва.

Собеседник: А если уступать все время?

Екатерина: Если уступать все время – это другая страте-

гия воспитания. Это уже направление, которое может быть полезно вам и вашему конкретному ребенку, а может быть не полезно – универсальных рекомендаций нет. Есть дети с невероятно волевым характером в возрасте 2,5–3,5 лет, т. е. в том возрасте, когда речь еще не полностью освоена, а характер, воля и упорство уже есть. Если таким детям не уступать, будет постоянная оппозиционная война: ребенок постоянно в истерике, взрослый постоянно вводит какие-то санкции. По сути, неуступчивость приведет к результатам, противоположным тем, которые хотели бы получить родители. Это один из тех случаев, когда при кризисе трех лет стоит подумать о стратегии большей уступчивости.

Иногда о стратегии большей уступчивости можно думать, когда ребенок проходит через подростковый возраст, и он вообще ограниченно вменяем. С ним происходит нечто, что родителям не всегда понятно: он трансформируется, он взрослеет, он сопротивляется всему, и чем больше настойчивость со стороны родителей, тем больше сопротивление. Здесь каждый раз – индивидуальное решение. Это «пирог», который вы готовите по собственному рецепту, нет универсального. Можно сказать, что неуступчивость не всегда хороша, а уступчивость не всегда плоха. Это как танец: надо чувствовать, когда ваша неуступчивость будет работать против ребенка, против отношений, против общей ситуации.

1.2. Привлечение внимания плохим поведением. Что делать?

Давайте поговорим о том, что не связано с возрастом ребенка, а что может происходить в детско-родительских отношениях, начиная примерно с 2,5 или даже с 2 лет и до старости, обостряясь в критические периоды развития (семь лет, подростковый возраст).

Иногда плохое поведение связано не с неумением или нежеланием слушаться. Иногда плохое поведение является стратегией, может быть, осознанной, но чаще всего (в 85 % случаев) неосознаваемой стратегией привлечения внимания взрослого к себе. Наверное, теоретически есть люди, которые с этой мыслью знакомы.



Первая и чаще других встречающаяся ошибочная цель детского поведения – привлечение внимания через непослушание и другое плохое поведение. Непослушание используется чаще всего. И в этом случае прямые меры борьбы с непослушанием приводят к обратному эффекту.

Предположим, есть эпизод непослушания, эпизод поведения «А» – какое-то непослушание в зависимости от возраста, пола, типа ребенка. Это поведение притягивает некоторый объем внимания родителей, или мама и папа теряют покой: начинают советоваться, читать литературу, показывать ребенка неврологам. Этот эпизод имеет следствия, которые,

по сути, ребенка устраивают. Но это не происходит по продуманной заранее схеме. Ребенок вовсе не думает: «Ага! Стану-ка я валяться и бить ногами (или кусать сестру, или не делать уроки) – тут-то они и попрыгают!» Так думает только очень «продвинутый» ребенок. Обычно все происходит на уровне инстинктивного реагирования. Ребенок ищет, пробует разное и находит то, что привлекает большой эмоциональный куш. Может быть, кто-то вспомнит эпизод из жизни ребенка любого возраста, когда ему удалось привлечь внимание чем-то парадоксальным, и вы увидели, что ребенку это нравится?

Собеседник: У меня старший все время привлекает внимание. Даже когда я говорю, чтобы он не подходил, потому что я нервничаю, он все равно подходит, что-то начинает разбрасывать... Хотя, может быть, он просто пытается сделать что-то, когда чувствует напряженную ситуацию. Мы с мужем никогда не ругаемся громко, но напряжение в воздухе висит, даже если мы молчим. И он предпринимает какие-то действия.

Екатерина: У меня консультируется семья с подростком. Мальчик ничего не хочет делать: ни уроки, ни по дому помогать, – и они никак не могут эту ситуацию сдвинуть. И вдруг дедушка начал ругаться, т. е. случилось то, чего в семье обычно не происходит. И подросток перемыл посуду, сам пошел делать уроки, потому что понял: ситуация серьезная, и громоотводом послужит хорошее поведение. И он ре-

ально разрядил обстановку, потому что все увидели какое-то чудо.

Попробуйте вспомнить другие моменты, когда ребенку удалось привлечь внимание. Например, даже в возрасте годика он может изобрести какой-то трюк – плюется, или как-то наклоняется, или на что-то нажимает, – и это привлекает внимание.

Собеседник: У меня сын лупит старшую и слышит, как мама с папой хором кричат: «Не бей сестру!»

Собеседник: У нас то же самое – старшая младшего, а младшая старшего...

Екатерина: В целом, бывает, ребенок отлично понимает, что увлеченные бытом или экраном родители отвлекутся, только если сестру побить – тогда они, хотя бы формально, включатся. И это может быть одной из ошибочных целей неправильного поведения.

Собеседник: У нашего двухлетнего ребенка излюбленные трюки – плевать на пол, срывать с себя фартучек, разбрасывать фасоль из кастрюли.

Екатерина: Да, ведь он знает, какое внимание за это получит. У маленьких детей до года это все еще неприкрыто, очень видно. Чем старше ребенок, тем больше это может быть как-то завуалировано, не в такой откровенной форме. И цель ребенка не в том, чтобы побить сестру, или разбросать фасоль, или плюнуть, или намеренно нарушить запрет – например, потрогать блок компьютера, – он просто знает,

что все это отвлечет маму от того, чем она занята. Или ребенок начинает показательно отрывать или ковырять обои – и при этом вызывающе смотрит... Также дети могут есть зубную пасту, и не потому, что она им нравится.

Итак, есть поведение «А», цель которого не прямая – ребенок ест конфету, чтобы съесть конфету, – а он хочет, чтобы прибежала мама, обратила бы на него внимание, началась бы разборка, его бы поругали, потом с ним бы поговорили, потом бы его простили. Разворачивается целая эмоциональная история. Получается, что он ест конфету не для прямого последствия «А1», а для какого-то «кривого» последствия «Б».

Если начать бороться с поведением «А» или с его последствием «А1», вы усугубите круг, т. е. ребенок будет пытаться получать внимание этим же способом и дальше.

Когда есть привлечение внимания через плохое поведение и непослушание, это почти всегда означает, что ребенок по какой-то причине не получает это внимание прямым путем. Иногда родители, не замечая этого и делая для детей все, не дают им какой-то формы внимания, какой-то степени внимания, в которой они сейчас нуждаются.

Очень советую книгу Р. Кэмпбелла и Г. Чепмена «Пять путей к сердцу ребенка». В ней рассказывается о том, каким образом дети чувствуют любовь, обращенную к ним: есть разные каналы, разные модальности восприятия, и иногда родители работают не на той частоте, которая нужна ребен-

ку, и возникает ощущение, что любви и внимания мало.

Собеседник: «Не на той частоте» – это даришь ему подарки, а он...

Екатерина: Проводишь с ним время, разговариваешь, а ему нужно, чтобы его на ручках подержали. Любой конфликт (по этой нехитрой схеме) – конфликт способов выражения любви. Иногда родитель делает для ребенка все: быт, еда, одежда, режим, прогулка, занятия, задания, – и все это делается для ребенка и с ребенком, а его волнует вопрос, почему тень солнца закрывает тень луны, или ему приснился страшный сон, или он вообще хочет поговорить о другом. А у вас настолько мощно закрученная ежедневная машина занятий и прочего, что на просто поразговаривать нет времени. Часто родители манипулируют ребенком как объектом. Вам надо его поднять, чтобы он почистил зубы, собрался в садик и т. д.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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