



Дебора Макнамара

ПОКОЙ ИГРА РАЗВИТИЕ

Как взрослые растят маленьких детей,
а маленькие дети растят взрослых



Дебора Макнамара
Покой, игра, развитие.
Как взрослые растят
маленьких детей, а маленькие
дети растят взрослых
Серия «Библиотека
института Ньюфелда»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=31287565

*Дебора Макнамара. Покой, игра, развитие. Как взрослые растят
маленьких детей, а маленькие дети растят взрослых: Ресурс; Москва;
2016*

ISBN 978-5-9906512-7-2

Аннотация

Книга Деборы Макнамары «Покой, игра, развитие» – третья книга в серии «Библиотека института Ньюфелда», продолжает рассмотрение модели развития личности на основе теории привязанности Гордона Ньюфелда. Тема книги – дети дошкольного возраста. Без преувеличения, Дебора Макнамара написала полноценное пособие для родителей о том, как понять суть внутреннего мира детей. Показывая, что дошкольный возраст играет решающую роль в развитии способности к

отношениям, она рассматривает незрелость, присущую ребенку этого возраста, – одно из наиболее игнорируемых и неверно понимаемых понятий, – не как изъян, требующий мгновенного исправления, а как часть замысла развития.

Основная проблема человека заключается в том, что не все мы взрослеем, становясь старше. Автор убедительно доказывает, что только понимая незрелость дошкольников – чего им недостает и почему, – мы сможем осознать значение условий, благоприятных для истинного взросления, а значит, сможем разобраться в самих себе и выполнить задачу воспитания детей. Ведь, если мы знаем, что нужно Природе и можем обеспечить эти условия, то мы позволим себе немного расслабиться, а затем и порадоваться спонтанно созревающим плодам.

Содержание

Отзывы о книге	9
Предисловие Гордона Ньюфелда	12
От автора: Почему так важно понимать смысл	18
Стать главной надеждой и опорой для ребенка	22
Подход Ньюфелда	25
Что значит покой, игра, развитие?	29
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Дебора Макнамара

Покой, игра, развитие. Как взрослые растят маленьких детей, а маленькие дети растят взрослых

Посвящается Крису, Ханне и Маделин, вместе с которыми мы отдыхаем, играем и развиваемся.

«Пожалуйста, не мучайте, не докучайте, не беспокойте, не дразните, не тревожьте, не утомляйте, не теребите, не приставайте, не раздражайте, не пугайте, не досаждайте, не волнуйте, не сердите, не изводите, не надоедайте, не злите и не терзайте маленьких детей!»

(Переделанные правила по обращению с животными зоопарка в Сан-Диего)

Написана на основе теории развития Гордона Ньюфелда
Deborah Macnamara

Rest, play, grow

Making Sense of Preschoolers (Or Anyone Who Acts Like One)

Based on the relational developmental approach of Gordon Neufeld

© Издательство «Ресурс», 2016, перевод, оформление
Copyright © 2016 Дебора Макнамара

Изображения в книге используются с разрешения Гордона Ньюфелда.

Имена были изменены, если не было получено особое согласие на их использование.

* * *



ДОКТОР ДЕБОРА МАКНАМАРА – клинический психолог-консультант и преподаватель с более чем 25-летним опытом работы, в том числе в Института Ньюфелда, где ведет консультационную практику и выступает с лекциями о детском и подростковом развитии. Пишет статьи и дает интервью на радио и телевидении о потребностях детей и молодежи с точки зрения науки о развитии. Дебора живет в Ванкувере (Канада) с мужем и двумя дочерьми.

ОТЗЫВЫ О КНИГЕ

«Эта книга воплощает собой не только талант доктора Макнамары, но также ее абсолютную убежденность в том, что понимание отношений и процесса развития должно быть донесено до тех, кто отвечает за воспитание детей... У д-ра Макнамары есть все необходимое, чтобы подробно объяснить вам этот материал, переходя от теории к практике. Сложно представить себе лучшего рассказчика».

– *Гордон Ньюфелд, д-р психол. наук, автор бестселлера «Не упускайте своих детей» и основатель Института Ньюфелда*

«Книга Деборы Макнамары богата на откровения как о природе ребенка, так и о позитивном воспитании. Настоящий подарок для родителей и учителей! Эта книга рассказывает о важности ранней детско-родительской привязанности для оптимального развития, а также подчеркивает первостепенное значение игры для детского благополучия и творческих способностей. Д-р Макнамара отлично разбирается как в потребностях детей, так и в наилучших методах воспитания. Читайте, размышляйте, делитесь с другими родителями!»

– *Раффи Кавукян, член ордена Канады, певец, писатель и основатель Центра уважения детства*

«Основываясь на теории привязанности и

революционном подходе Гордона Ньюфелда, Дебора Макнамара написала полноценное пособие для родителей о том, как понять суть внутреннего мира детей. Эта книга представляет собой науку о развитии в переводе на язык любви».

– *Габор Матэ, доктор медицины, соавтор книги «Не упускайте своих детей»*

«Эту книгу должен прочесть каждый родитель дошкольника или малыша. Д-р Макнамара доступно рассказывает о стадиях развития дошкольников, так что родители смогут лучше понять эмоциональное состояние детей. С таким пониманием воспитывать дошкольника становится легче. Прочитайте эту книгу, и вы действительно станете «лучшей надеждой и опорой» для своего ребенка».

– *Кристи Лиллинджер, главный редактор журнала для родителей Nurture Parenting Magazine*

«Когда я читала эту книгу, у меня на глазах наворачивались слезы, потому что в ней я находила подтверждение тому, что чувствовала сердцем. Д-р Макнамара говорит о детях и об их взрослении понятным языком. Читая ее объяснения, вы не раз мысленно воскликните «ага!». Также вы узнаете, как справляться с сильными эмоциями детей. В книге научный подход сочетается с историями из реальной жизни, юмором и разумными стратегиями. Деборе удалось доступным языком передать прекрасный хаос мира дошкольников. Если бы нужно было выбрать

единственную книгу, которую должен прочитать каждый родитель, то я бы выбрала эту».

– *Трейси Коста, основательница и директор компании и сообщества мам Peekaboo Beans в Канаде*

Предисловие Гордона Ньюфелда

Никогда не забуду нашу первую встречу с Деборой Макнамарой. Это энергичная, мудрая и остроумная женщина, которая может взять штурмом практически все что угодно, хотя это будет самый мягкий штурм, какой вы только можете себе представить. Она определенно оказывает сильное влияние на людей, несмотря на то что часто являет собой картину безмятежности. Я всегда считал, что это выдающееся качество – ее детям очень повезло.

Наше знакомство началось с того, что Дебора стала моей студенткой. Она быстро схватывала теорию развития и понимала смысл подхода на основе привязанности для родителей. Осознав всю мощь этих знаний, она настояла, что их нужно распространять как можно шире, и я очень рад, что она взяла на себя эту задачу.

Глубоко впечатляет то, в каком совершенстве Дебора владеет теорией привязанности и развития. Но больше всего в начале нашего знакомства меня впечатлила основательность ее понимания материала. Казалось, она интуитивно чувствует, как перейти от теории к практике. Не упуская из внимания общей картины, ей удавалось применять материал в любых конкретных ситуациях. Пока я обдумывал теоретические моменты, она уже переходила к многочисленным способам их практического применения. При этом она не теря-

лась в частностях и не попадала во всевозможные ловушки.

Со времени нашего знакомства мы с ней в какой-то мере поменялись местами. Теперь нередко именно она берет на себя ведущую роль, выискивая в научной литературе значимую информацию и результаты новаторских исследований и рекомендуя мне к прочтению самые стоящие из своих находок. Дебора знает направление мысли сегодняшней науки о развитии и понимает, как важно придерживаться научной истины. Критическое мышление и научный интерес необходимы, чтобы понять смысл чего бы то ни было, а особенно таких сложных явлений, как привязанность и незрелость.

Также я высоко ценю Дебору как теоретика. Я заложил определенный базис подхода психологии развития на основе привязанности, а она проявила свои выдающиеся творческие способности в совершенствовании материала, развив его и открыв передо мной новые перспективы.

Быть родителями дошкольника нелегко. Как одновременно не забывать о привязанности, создавать ощущение безопасности, удерживать свою ведущую роль заботливой альфы, обеспечивать ощущение покоя, при этом зная, когда нужно провести границу и принять слезы ребенка по этому поводу? Многие любящие родители, даже понимая суть происходящего, слишком сильно отклоняются в том или ином направлении. Некоторые из них слишком потакают детям, теряя при этом свою ведущую роль, из-за чего дети становятся тревожными, занимают альфа-позицию и стремятся ко-

мандовать всеми. Такие родители хорошо заботятся о детях, но не могут обеспечить четкие границы и «стены» тщетности, которые абсолютно необходимы для здорового развития. Другие родители способны замечательно вести ребенка за собой, принимая на себя роль источников адаптации, но испытывают трудности с тем, чтобы показывать ребенку свою любовь будучи в раздражении.

Дебора смогла преодолеть этот путь, и это, на мой взгляд, то, что позволяет ей написать книгу о маленьких детях. Теоретических знаний недостаточно для того, чтобы учить других людей. Знания должны быть усвоены как стиль жизни, тогда Природа сможет воплотить свой великолепный замысел в наших детях.

Через всю книгу красной нитью проходят две идеи. Первая – о важности отношений, правильных отношений, для того чтобы подвести ребенка к раскрытию полного личностного потенциала. Мы не должны забывать, что именно отношение ребенка к родителям или учителям является естественным контекстом для его воспитания. Когда есть проблемы в отношениях, например, сопротивление близости или лидерство ребенка, никакие методы воспитания не будут работать правильно. Раньше культура защищала отношения с помощью ритуалов и традиций. К сожалению, сейчас это не так, поэтому нам необходимо осознавать фактор личных отношений. Оказывается, что дошкольный возраст играет решающую роль в развитии способности к отношениям. Этот

фактор является критически важным в развитии. Мы должны всегда помнить о привязанности.

Вторая идея – о незрелости. Можно подумать, что незрелость дошкольников – это очевидный факт. Однако на самом деле незрелость сегодня является одним из наиболее игнорируемых и неверно понимаемых понятий. То, что открыл еще Пиаже – что незрелость делает дошкольника совершенно иным существом, – никогда не доходило до нашего осознания, по крайней мере в достаточной степени, чтобы изменить нашу линию поведения. Если бы мы действительно понимали незрелость, наши дошкольники не ставили бы нас постоянно в тупик. Если бы мы действительно понимали незрелость, мы бы не считали ее изъясном, требующим исправления. Если бы мы действительно понимали незрелость, мы бы не наказывали детей за то, что они незрелые. Оказывается, для незрелости существует веская причина: незрелость – это часть замысла развития.

Основная проблема человека заключается в том, что не все мы взрослеем, становясь старше. Зачастую это застревание начинается еще в детстве. Дошкольники, безусловно, имеют право быть незрелыми. Проблемы начинаются, когда мы сами все еще ведем себя как дошкольники, хотя давно уже вышли из этого возраста. Чем больше мы будем понимать незрелость дошкольников – чего им недостает и почему, – тем лучше мы сможем осознать значение условий, благоприятных для истинного взросления, тем меньше нас бу-

дут сбивать с толку наши дети, и тем лучше мы сможем разобраться в собственной незрелости. Незрелость – это незрелость, и не важно, сколько нам лет.

Быть может, это покажется иронией, но я убежден, что современные родители в большинстве своем берут на себя слишком много ответственности за воспитание своих детей. Мы забываем, что люди выросли задолго до того, как появились книги и учителя, задолго до того, как мы получили хоть малейшее представление о том, как происходит взросление, задолго до появления школ и тем более психотерапии. Хорошая новость заключается в том, что, если родители действительно поймут посыл этой книги, они смогут оценить значение процесса развития и расслабиться. Нам не нужно подгонять реку, которая и так течет, – чем большинство из нас сейчас занимается. Если мы знаем, что нужно Природе, чтобы выполнить свою работу, и можем обеспечить эти условия, только тогда мы позволим себе немного расслабиться, а затем и порадоваться спонтанно созревающим плодам.

Я был так рад, когда Дебора объявила мне – несколько лет назад – о своем намерении написать книгу о понимании дошкольников. Две ее маленькие дочери оказались кладезем примеров и забавных случаев. Но как найти время и возможности для осуществления такого намерения? Благодаря своему таланту к выступлениям она оказалась очень востребованным докладчиком на конференциях и семинарах по профессиональной переподготовке. Из-за сильной любви к

детям она была не готова пожертвовать этой сферой своей жизни. Эта книга воплощает собой не только талант доктора Макнамары, но также ее абсолютную убежденность в том, что понимание отношений и процесса развития должно быть донесено до тех, кто отвечает за воспитание детей. В попытке найти возможности для написания книги Дебора практически полностью оставила преподавание в университете. Кроме того, она сократила свою частную практику. Без этого непреодолимого устремления и жертв, на которые она готова была пойти, эта книга никогда бы не появилась на свет. У Деборы есть все необходимое, чтобы подробно объяснить вам этот материал, переходя от теории к практике. Сложно представить себе лучшего рассказчика.

Д-р психол. наук Гордон Ньюфелд

От автора: Почему так важно понимать смысл

Чтобы понять ребенка, нужно понаблюдать, как он играет, и изучить все его настроения. Нельзя проецировать на него наши предрассудки, надежды и страхи или загонять его в рамки наших собственных представлений об идеале. Если мы постоянно оцениваем ребенка, исходя только из наших личных представлений о хорошем и плохом, то тем самым мы создаем препятствия не только в наших с ним взаимоотношениях, но и в его личных отношениях с окружающим миром.

Джисдду Кришнамурти¹

Несколько лет назад меня пригласили выступить перед группой молодых родителей с темой о привязанности и маленьких детях. Зал в местном клубе был набит до отказа. Мамы кормили грудью, укачивали детей, меняли им подгузники. Автокресла, коляски и переноски лежали грудой, из них торчали одеяльца. Мередит, организатор еженедельной группы поддержки, предложила родителям сесть в круг. Она тепло приветствовала тех, кто пришел, спрашивая у каждого, как идут дела. Многие отвечали, что на этой неделе им

¹ Кришнамурти, Д. Образование и смысл жизни: перев. с англ. – М.: ИД «София», 2003.

удавалось выходить из дома, некоторые сказали, что наконец смогли принять душ, кто-то сообщил, что стало налаживать-ся грудное вскармливание. Заговорила мама, которая выглядела очень уставшей: «Моя дочка начинает плакать каждый раз, когда я ее откладываю. Я кормлю ее грудью, пока она не уснет, но, как только я кладу ее в кроватку, она просыпается. Я уже выдохлась». Все начали сочувственно вздыхать, а Мередит ответила: «Да, это тяжело. Вы просто хотите хоть немножко отдохнуть, но, кажется, все время нужны детям». Все закивали, и Мередит, сделав паузу, продолжила: «Думаю, ребенку тоже тяжело. Он был внутри вас круглые сутки, чувствовал ваше тепло, слышал сердцебиение, а теперь он должен перейти к тому, чтобы больше никогда не быть так близко к вам». На мгновение в зале воцарилась тишина, и я мысленно перенеслась назад в то время, когда я в первый раз стала мамой. Я нутром почувствовала опасения мам, их волнение и усталость.

Затем Мередит представила меня родительской группе и сказала, что пригласила меня выступить с темой о привязанности. Она подчеркнула важность человеческих отношений и сказала мамам, что процесс привязанности уже развивается между ними и их малышами. Она заранее предупредила меня, что я должна буду уложиться в 15 минут, потому что всем будет тяжело слушать дольше. Рассказывая о том, как выглядит хорошая привязанность и как она способствует развитию, я смотрела на усталые и растерянные лица мам.

Они были задумчивы и внимательны, они впитывали все, что могли, одновременно концентрируясь на нуждах своих малышей.

Через 15 минут я закончила и спросила, есть ли вопросы. Прижимая к себе малыша, одна мама спросила: «Как мне приучить его к дисциплине?» Я растерялась. Что такого мог сделать ее ребенок, чтобы потребовалась дисциплина? Должно быть, удивление отразилось на моем лице, потому что мама быстро добавила: «Я имею в виду, как мне дисциплинировать его, когда он подрастет?» Дело в том, что ее вопрос был не похож на те многочисленные вопросы, которые возникали у меня, когда я была молодой мамой, и которые я регулярно слышала от родителей. Обычно вопросы начинаются одинаково: «Что мне делать, если ребенок...», «Что мне делать, если ребенок не слушается?», «Что мне делать, если дети не хотят ложиться спать?», «Что мне делать, если ребенок бьет брата/сестру?» Я была выбита из колеи ее вопросом. Мне хотелось, чтобы меня спросили о чем-то более важном.

Я хотела, чтобы она задала мне вопрос о секрете взросления и о раскрытии личностного потенциала. Я хотела поделиться с ней чудом развития и ее ролью в нем. Дать ответ на ее вопрос о дисциплине можно было, лишь рассмотрев прежде, как маленькие дети «выпускают бутоны» и «цветут». Мне хотелось отступить на шаг назад от того, что делать в конкретных ситуациях, и порассуждать о том, как

она может создать условия для здорового развития. Я хотела сконцентрироваться на зрелости как на главном решении проблемы незрелости и на том, что суть родительства – это терпение, ожидание и тщательная забота.

Мысль, которую мне хотелось донести, молодые родители слышат нечасто. Я хотела им показать, что секрет воспитания детей не в том, чтобы знать ответы на все вопросы, а в том, чтобы быть ответом для ребенка. Я хотела поделиться с ними тем, что нельзя научиться по книгам, как быть родителем, хотя книги могут помочь, когда вы пытаетесь понять ребенка. Я хотела сказать, что умению быть родителем не учатся у своих родителей, хотя некоторые из них могут быть прекрасным образцом для подражания. Я хотела заверить их, что забота о ребенке не знает ни пола, ни возраста, ни этнической принадлежности. Я хотела подбодрить их, рассказав, что, когда они испытывают чувства ответственности, вины, тревоги и равнодушия, закладывается инстинктивная и эмоциональная основа их превращения в тех родителей, которые нужны их детям. Я хотела донести до них, что каждому ребенку необходимо место, где можно обрести покой, чтобы играть и расти. Это не требует от родителей ни совершенства, ни знаний, жестко устанавливающих, что делать в каждую конкретную секунду. Нужно лишь стремление стать главной надеждой и опорой для ребенка и работать над созданием условий, способствующих его развитию.

Стать главной надеждой и опорой для ребенка

Маленьких детей любят больше всего, но при этом их чаще всего понимают неправильно. Их уникальные личности, как правило, не поддающиеся логике и пониманию, бывают сложной задачей для взрослых. Секунду назад это был дерзкий и непослушный ребенок – и вот он уже озаряет все вокруг улыбкой и заразительно смеется. Непредсказуемостью натуры маленьких детей объясняется желание родителей найти методы и инструменты, чтобы совладать с их незрелым поведением. Проблема в том, что инструкции не помогут родителям понять детей.

Чтобы стать главной надеждой и опорой для ребенка, необходимо «погружение» в него, глубокое его понимание. А для этого нужна способность проникновения в суть, а не в навыки. Речь, скорее, о том, что мы видим, когда смотрим на ребенка, чем о том, что мы делаем. О том, чтобы быть способными держать в голове общую картину развития и не теряться в ежедневных частностях. Проще говоря, перспектива – это наше все. Если мы видим, что ребенок страдает, мы будем стремиться утешить его, а если нам кажется, что перед нами маленький манипулятор, это оттолкнет нас. Если мы увидим, что ребенок не слушается, нам, быть может, захочется наказать его, а если мы поймем, что ребенок со-

противляется инстинктивно, мы сможем найти выход из тупика. Если ребенок кажется нам слишком эмоциональным, мы попытаемся утихомирить его, но, если мы понимаем, что сильные эмоции нужно и можно выражать, мы поможем ребенку научиться языку сердца. Если нам кажется, что ребенок не может сосредоточить свое внимание из-за нарушений работы мозга, мы будем его лечить, если же мы видим, что ребенок просто незрел, мы подождем, пока он вырастет.

Когда мы понимаем ребенка – понимаем причины его действий, кроющиеся в развитии, – мы можем не принимать его агрессию так близко к сердцу, сопротивление кажется нам не таким уж вызывающим, и мы сосредоточимся на создании условий, благоприятных для роста. Трудно добиться успеха, когда мы не понимаем, что движет поведением ребенка, или когда наши эмоции затуманивают всю картину. Чарли, отец двух маленьких детей, рассказал: «Я был самым сдержанным человеком. Любой из моих друзей сказал бы, что у меня самый легкий характер в нашей компании. Теперь у меня есть дети, и мне кажется, что у меня проблемы с самообладанием». Саманта, мать двух маленьких мальчиков, написала мне о том же: «Я, наконец, поняла, что мои дети вовсе не пытаются довести меня до кипения, и снова стала получать от них удовольствие». Получается, наши реакции на маленьких детей основаны на том, что мы видим, и это, в свою очередь, влияет на то, что мы делаем. И самое важное – наши действия показывают нашим детям, какой заботы они

могут от нас ожидать.

Маленькие дети демонстрируют незрелость в ее лучшем проявлении и позволяют увидеть истоки, из которых мы все произрастаем. Быть может, мы с ужасом наблюдаем за их незрелым поведением, но одновременно нас переполняет благоговение и трепет перед развитием новой жизни. Ключ к древнему секрету человеческого развития не в том, что мы делаем с маленькими детьми, а в том, кем мы являемся для них. В наших детях заложена перспектива будущей зрелости, а нам отведена роль «акушеров», сопровождающих ее рождение. Именно поэтому так важно понимать детей.

Подход Ньюфелда

Книга «Покой, игра, развитие» (название книги на англ. яз. – «Rest, Play, Grow». – *Прим. перев.*) базируется на интегрированном подходе к психологии развития, основанном на теории привязанности Гордона Ньюфелда, для понимания наших детей.

Гордон Ньюфелд – всемирно признанный авторитет в области психологии развития. Он создал последовательную, взаимосвязанную, всестороннюю теоретическую модель личностного развития. В течение 40 лет исследований и практики Ньюфелд собирал воедино детали «пазла» человеческого развития. Его теоретическая модель основана на данных нейробиологии, психологии развития, науки о привязанности, психотерапии, а также на культурных традициях. Она дает детальный план, чтобы понять, как человек вырастет от рождения до зрелого возраста и что мешает достижению психологической зрелости. В ней нет искусственных стратегий вмешательства, которые находились бы в отрыве от естественного развития и человеческих взаимоотношений. В центре подхода Ньюфелда лежит главная практическая задача психологии развития – понять условия, необходимые для реализации личностного потенциала. Его цель – вернуть родителям бразды правления, объяснив им, что происходит внутри ребенка. Иными словами, родитель,

являющийся экспертом по своему ребенку, становится его главной надеждой и опорой.

Мое знакомство с Гордоном Ньюфелдом произошло более 10 лет назад. Тогда я одновременно была исследовательницей, преподавательницей, психологом-консультантом и, самое главное, мамой. После нескольких десятилетий изучения развития, обучения студентов и консультирования клиентов, я случайно попала на лекцию Ньюфелда о подростковом возрасте. С самого начала я была зачарована тем, как он объяснил мне мой собственный подростковый возраст, а также поведение столь многих студентов, которых я обучала и консультировала. Его работа изменила мое понимание человеческого развития, особенно уязвимости, привязанности и взросления. Я осознала, что раньше мой взгляд был слишком узким, поскольку я рассматривала поведение без понимания развития. Я работала с людьми, у которых были диагностированы различные расстройства, не обладая полным пониманием человеческой уязвимости. Я предлагала способы лечения и давала советы по поводу таких проблем, где было необходимо понимание самих причин. Сама того не осознавая, я заблудилась в результатах исследований и методиках, оторванных от интуиции, и не имела никакой возможности сложить детали «пазла» вместе. Лекции Гордона Ньюфелда возвращали меня обратно к здравому смыслу, вновь выводя на передний план интуицию.

Довольно скоро я начала основательно углубляться в изу-

чение человеческого взросления, привязанности и уязвимости в Институте Ньюфелда. Два года спустя, прекрасным весенним вечером, я сидела напротив Гордона у него во дворе и проходила собеседование для постдокторской интернатуры. Перед встречей я спросила его, нужно ли мне что-то сделать для подготовки, и он ответил: «Нет, все, что нужно, уже есть внутри Вас. Просто приходите». Его вопросы тем вечером были обманчиво просты, но мои ответы должны были объяснить, почему я хочу учиться у него. Я сказала, что благодаря его теории в центре моего внимания оказалась человеческая природа; что как консультант я стала эффективнее в нахождении изначальных причин; что мне стало легче строить отношения со студентами; что его теория изменила мое родительство. Я сказала, что считаю необходимым распространять его работу дальше и хочу помогать родителям и специалистам понимать детей. Судя по всему, ему понравился мой ответ, потому что я все еще здесь, уже более десяти лет, и теперь пишу о том, чему научилась.

Теоретические наработки и изображения в этой книге используются с разрешения Гордона Ньюфелда, в их основе лежат материалы свыше 14-ти его курсов, имеющихся в арсенале Института Ньюфелда, что составляет более 100 часов обучения. Я благодарна за разрешение заимствовать его материалы и продолжать его новаторскую работу как в качестве теоретика, так и учителя. Больше информации об Институте Ньюфелда и о предлагаемых им курсах – в конце книги.

Несмотря на то, что эта книга основана на теории Ньюфелда, иллюстрируется она примерами из моего собственного родительского и профессионального опыта. Именно такую книгу мне бы хотелось прочесть, когда мои дети были младше, и именно ее я надеюсь подарить им, когда они сами станут родителями. В ее основе лежат истории о маленьких детях, которыми делились со мной родители, учителя, воспитательницы детских садов, ведущие курсов и преподаватели Института Ньюфелда и работники здравоохранения, а также мой собственный материнский опыт. Как исследовательница и писательница я предпочитаю описательный подход – стараюсь оживлять явления через подробные примеры, что облегчает проникновение в суть и ее понимание. Я смотрю на маленьких детей сквозь эту призму и делюсь своим взглядом, чтобы помочь каждому взрослому развить собственную проницательность и понять своего ребенка. Все данные, позволяющие установить конкретные личности, были изменены, поэтому любое сходство с реальными людьми совершенно случайно. Единственным исключением является история Гейл в третьей главе. Гейл Карни была уважаемым членом преподавательского состава Института Ньюфелда, ей нравилось делиться своими знаниями об игре и маленьких детях.

Что значит покой, игра, развитие?

Покой, игра и развитие – это ориентиры, закладывающие основу для понимания того, как дети в полной мере раскрывают свой личностный потенциал. Под потенциалом мы понимаем не академические достижения, не социальный статус или хорошее поведение, не личные таланты или одаренность.

Эти ориентиры необходимы для того, чтобы стать проводником ребенка к зрелости, к гражданской ответственности и разностороннему взгляду на мир. Это план действий по «выращиванию» ребенка отдельной, самостоятельной личностью, которая принимает на себя ответственность за управление своей собственной жизнью и за принятие собственных решений. Это план раскрытия потенциала ребенка как адаптивной личности, обладающей психологической устойчивостью, способной преодолевать превратности судьбы и не сдаваться перед лицом трудностей. Это план раскрытия потенциала ребенка как социального существа, способного ответственно делиться мыслями и чувствами, развивать в себе контроль над импульсами, терпеливость и предупредительность и учитывать свое влияние на окружающих. Это ориентиры, направляющие действия родителей, учителей, воспитателей в детских садах, бабушек и дедушек, тетюшек и дядюшек – любых взрослых, играющих важную роль, –

так, чтобы ребенок мог развиваться как целостная личность. Эти ориентиры показывают, как взрослому работать над тем, чтобы дети могли обрести покой в отношениях, чтобы играть и затем развиваться.

Книга была задумана, чтобы придать глубины и широты пониманию маленького человека, показав при этом, как взрослым создать условия для его здорового развития. Несмотря на то, что каждая глава фокусируется на различных аспектах, все вместе они характеризуют ребенка и объясняют, каким образом развитие становится главным ответом на незрелость. В книге рассматривается, насколько игра критична для детского развития, как привязанность обеспечивает условия для покоя и роста ребенка, каким образом эмоции оказываются двигателем развития и как разбираться с такими проблемами, как слезы, истерики, тревожность, разделение, сопротивление, непослушание и, конечно, дисциплина. В последней главе мы обсудим, как взрослеют родители, когда растят детей. Надеюсь, эта глава снимет беспокойство по поводу того, что прежде, чем заводить детей, надо стать полностью зрелым человеком.

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.