



...у из кто? или Дети наших де  
...Волков бояться? или Стр  
...«Битие» определяет со  
...? или  
...то? или Дети наших де  
...Волк  
...«Битие» определяет со  
...? или  
...олит, Айболит, почему  
...? или Б  
...и недостат  
...А счастье так  
...и так возможно, или  
...о такое хороше  
...ко дожи  
...ли В  
...осудите  
...Вень – д  
...тег  
...грес  
...важн  
...лен  
...руте  
...уться, учит  
...де раз  
...а? или  
...руки не дл  
...обовь  
...а? и  
...ериль  
...иди дру  
...уда  
...арке  
...а? и

# НЛП для родителей

*Диана Балько*



**11**  
**законов**

- 10 способов решения проблем трудного возраста
- Как стать Новыми Лучшими Предками
- Шаблоны воспитания, которые нам мешают
- Техники НЛП – как профилактика наркомании

**НЛП-допинг**

**эффективного ВОСПИТАНИЯ подростка**

Диана Балыко

**НЛП для родителей. 11  
законов эффективного  
воспитания подростка**

«ЭКСМО»

2009

## **Балыко Д.**

НЛП для родителей. 11 законов эффективного воспитания подростка / Д. Балыко — «Эксмо», 2009

Возраст 11–15 лет считается «трудным», и в это время детям особенно нужны любовь и понимание родителей. Законы НЛП (нейролингвистического программирования) помогут вам стать Новым Лучшим Предком для своего ребенка. Ведь каким бы ответственными чутким отцом или заботливой и нежной матерью вы ни были, нет пределов совершенству! Эта книга даст вам возможность более эффективно использовать свой уникальный опыт воспитания, скорректировать его возможные ошибки и стать настоящим другом вашему подростку. Вы узнаете, как справиться с подростковыми страхами и комплексами, как побудить ребенка лучше учиться и осмысленно выбрать профессию, как корректно помочь ему в вопросах дружбы и любви, как уберечь от «плохих компаний» и наркотиков, и многое другое. Автор – практикующий психолог и сертифицированный тренер по НЛП – не поучает родителей, а предлагает простые и действенные рецепты гармоничных отношений между детьми и родителями.

© Балыко Д., 2009

© Эксмо, 2009

# Содержание

Введение	5
Глава 1	9
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# Диана Балыко

## НЛП для родителей. 11 законов эффективного воспитания подростка

*Я – это я.*

*Я в этой жизни не для того, чтобы соответствовать твоим ожиданиям.*

*Ты – это ты.*

*Ты в этой жизни не для того, чтобы соответствовать моим ожиданиям...*

**Ф. Перлз «Молитва Гештальтиста»**

### Введение

*«Одно поколение уходит и другое поколение приходит...*

*...и ничто не ново под солнцем».*

**«Екклесиаст», глава 1, стих 9**

*Каждый читатель с легкостью согласится со мной, что быть родителем – тяжелая работа. Кое-кто даже вздохнет: мол, ужасно жаль, что нас заранее не предупреждают о тяготах родительской миссии. Предупреждают, скажу я вам. Только мы не верим. Мы ведь точно знаем, что у нас-то все будет по-другому, не так, как у наших родителей... И тут же наступаем на старые грабли.*

Да, родительская работа – непростая. И если вы не готовы взяться за это тяжелое дело, не становитесь родителями. Но что делать, если вы уже отец или мать?

Не будучи довольным работой программиста, вы можете переквалифицироваться в менеджера. Если вы устали быть парикмахером, можно пойти на курсы кройки и шитья и сменить работу. Можно вообще уволиться и жить на сбережения, деньги мужа или неожиданно свалившееся наследство. Но вот в одночасье перестать быть родителем нельзя. РОДИТЕЛЬ – ЭТО НАВСЕГДА. Это не просто работа – это новое качество жизни. Становясь родителем, человек перестает принадлежать себе. Теперь он принадлежит ребенку. Но молодые матери и отцы так редко задумываются об этом... Люди просто становятся родителями, не зная, что они делают.

Но, рождая новую жизнь, нужно помнить: вам понадобится ВСЯ ЛЮБОВЬ, КОТОРАЯ СУЩЕСТВУЕТ В МИРЕ. Любовь – единственный способ сделать родительскую работу удивительно приятной. Других секретов нет.

#### **Новые Лучшие Предки**

НЛП без любви – это просто бездушные техники. НЛП с любовью – это уже искусство. Как и любое другое искусство, НЛП требует отдачи, приверженности и, конечно, любви.

Мне кажется, что наиболее важные вопросы для нас – те, о которых мы вообще не задумываемся. Что такое воспитание? Нужно ли оно кому-нибудь? Как этим самым воспитанием не навредить? И кого вообще нужно воспитывать? Детей или родителей? А нужно ли? И если нужно, то когда начинать? И где остановиться?

Вы когда-нибудь задумывались об этом?

Большинство родителей воспитывают своих детей как Бог на душу положит. Вернее, так, как это делали их родители с ними. Почему? Да потому что мы, родители, впитали определенные методы воспитания с молоком наших матерей. Мы получили опыт, которым начинаем пользоваться совершенно бессознательно. Или осознанно. Даже если мы понимаем, что все

эти методы не были эффективны, мы все равно настойчиво внедряем их в жизнь, потому что **ПОЛУЧАТЬ ДРУГОЙ ОПЫТ НАМ ЛЕНЬ**. И мы маскируем свою лень словами о том, что нам некогда, мы деньги зарабатываем, чтобы прокормить детей, потому что это – базовая потребность, самая важная...

И пока мы кормим своих детей, дети подкармливают нас своими идеями, примерами из жизни, вопросами и критикой, обратной связью и, прежде всего, любовью и вдохновением. Но замечаем ли мы это? Открываемся ли мы своим детям? Идем ли им навстречу?

Надеюсь, эта книга поможет вам стать более открытыми по отношению к миру, к своим собственным детям, поможет вам не учить, а учиться у своих детей, учиться вместе со своими детьми... по законам НЛП – нейролингвистического программирования, которое придумали и описали для нас Джон Гриндер и Ричард Бендлер.

Моя задача проста. Я хочу, чтобы после прочтения этой книжки ваши любимые дети, ваши беспокойные подростки, трудные парни и непослушные девчонки сказали:

– Отлично! Теперь у меня Новые Лучшие Предки. Непонятно, как это получилось, но факт!

Итак, *НЛП для родителей – это эффективный способ стать Новым Лучшим Предком для ваших детей.*

– Только и всего? – спросите вы.

– **ТОЛЬКО ЭТО И НУЖНО ВАШИМ ДЕТЯМ**, – скажу я вам.

### **Связь времен**

Мы все сегодня Сократы. Особенно в воспитании и отношении к детям. Не верите? Хотите знать, что еще за 400 лет до нашей эры говорил Сократ о подрастающем поколении?

«Они (подростки) сегодня обожают роскошь, у них плохие манеры и нет никакого уважения к авторитетам, они высказывают неуважение к старшим, слоняются без дела и постоянно сплетничают. Они все время спорят с родителями, они постоянно вмешиваются в разговоры и привлекают к себе внимание, они прожорливы и тиранят учителей...»

Да-да, это слова мудрого древнегреческого философа Сократа, которого мы так любим цитировать и ставить в пример.

И знаете что? Я не согласна! Я спорю! Мне кажется, мы приписываем детям наши собственные пороки. А если то, о чем говорил Сократ, и есть в наших детях, то, прежде чем ругать ребенка, стоит задуматься: нет ли в нас этих качеств, ведь это же **НАШИ** дети... И научить мы их можем только тому, чем с успехом владеем сами. Но мы не хотим признаваться даже себе, что неудачи нашего ребенка – плоды нашего воспитания. Мы берем в руки ремень и начинаем «вкладывать в ребенка всю душу» (как правило, рассчитывая на высокие проценты).

Но когда родители вкладывают в ребенка всю свою душу, у него не остается места для его собственной.

Я часто вспоминаю слова Януша Корчака...

«Вы говорите:

– Дети нас утомляют.

Вы правы.

Вы поясните:

– Надо опускаться до их понятий.

Опускаться, наклоняться, сгибаться, сжиматься.

Ошибаетесь!

Не от этого мы устаем. А от того, что надо подниматься до их чувств.

Подниматься, становиться на цыпочки, тянуться.

Чтобы не обидеть».

### **Что такое НЛП?**

Какой бы не была ваша родительская история, каким бы ответственным и чутким отцом вы не были, какой бы заботливой и нежной матерью не знали вас ваши дети, нет пределов совершенству. НЛП предоставит вам способы плодотворного и более эффективного использования своего уникального опыта и придаст ему конкретную ценность, что позволит вам быть гораздо более естественными во взаимоотношениях со своими детьми.

*Нейролингвистическое программирование – это процесс моделирования уникальных возможностей для каждого человека, возможностей, направленных на то, чтобы постоянно двигаться к раскрытию своего потенциала. Разве не об этом мечтает каждый родитель для своего ребенка?*

НЛП поможет вам выстроить свою собственную максимально эффективную модель воспитания. Потому что НЛП обучает **МОДЕЛИРОВАНИЮ УСПЕШНЫХ СТРАТЕГИЙ**.

### **НЕЙРО**

Ключ к успеху каждого человека находится в первую очередь в нем самом. И изучение того, как мы думаем, как думают наши дети, позволит нам раскрыть внутренние ресурсы. Как ни парадоксально, но наши возможности ограничены лишь нашим собственным убеждением в том, что наши возможности ограничены. НЛП помогает сформировать позитивные, эффективные новые убеждения.

### **ЛИНГВИСТИЧЕСКОЕ**

Наш язык – наша жизнь. Мы можем сказать лишь то, что мы можем подумать и что можем сделать. Обучение пониманию и управлению структурой нашего языка играет ключевую роль в этом мире, где все больше и больше ценится способность к общению. Только язык может научить нас и наших детей открыто выражать свои мысли и желания, верно и ясно их формулировать. С помощью языковых паттернов (шаблонов, моделей) мы планируем и определяем свою жизнь.

Вадим Шефнер – советский поэт, размышляя о судьбах языка и роли слова, написал такие строки:

Словом можно убить, словом можно спасти,  
Словом можно полки за собой повести.  
Словом можно продать, и предать, и купить,  
Слово можно в разящий свинец перелить...

И сейчас, в начале XXI века, строки эти звучат не только не менее, но и более современно. Я бы даже сказала – современно и своевременно.

### **ПРОГРАММИРОВАНИЕ**

Мы управляем жизнью при помощи эффективных и неэффективных стратегий так же, как компьютер использует программу для достижения конкретных результатов. Когда мы осознаем модели и стратегии поведения, у нас появится выбор: продолжать действовать как и прежде или взять на вооружение что-то более эффективное.

По своей сути НЛП – это исследование мышления, поведения и речевых паттернов, при помощи которых можно выстроить набор эффективных стратегий для взаимоотношений с окружающими людьми и миром в целом.

Конечная цель НЛП состоит в том, чтобы породить в человеке желание развиваться и учиться дальше. Многие люди не понимают этого – в особенности те, которые ищут готовые ответы на свои вопросы.

Мне важно объяснить вам, что **ЭТО НЕ УЧЕБНИК ПО НЛП**. Это разговор о родителях и детях, это попытка приблизить родителей к детям, сократить расстояние, которое лежит между поколениями. И с помощью определенных методик и техник НЛП позволить отцам и детям

избежать конфликтов и прийти к пониманию, а в результате – к новой, более гармоничной и счастливой жизни.

При написании этой книги я хотела, чтобы вы, возможно никогда раньше не занимавшиеся НЛП ни всерьез, ни в шутку, приняли его в свою жизнь вместе с любовью. Надеюсь, вы будете читать эту книгу перед сном, в маршрутке, когда едете на работу, на пляже во время отпуска, – в любом месте и в любое удобное для вас время. Я надеюсь, вы почерпнете из нее вдохновение для качественно нового общения не только со своими детьми, но и с собой, со всем миром.

И потом, когда друзья, подруги, коллеги по работе, заметив эту книгу на вашем столе, спросят, помогает ли она вам воспитывать детей, вы улыбнетесь:

– Совсем наоборот. Это мои дети воспитывают меня.

Я хочу, чтобы НЛП научило вас уважать и принимать людей (в первую очередь собственных детей!) ТАКИМИ, КАКИЕ ОНИ ЕСТЬ.

*Nota bene*

«Нельзя чему-нибудь научить человека, можно только помочь ему обнаружить это внутри себя».

*Г. Галилей*

## Глава 1

# ХУ ИЗ КТО? или ДЕТИ НАШИХ ДЕТЕЙ

*«Не у всех есть дети, но у всех есть родители – или были, где-то и как-то были...»*

*«Не всем дано повзрослеть, но каждый рожденный был и остается ребенком – где-то и как-то»...*

*Владимир Леви*

*Они – наше все. Счастье материнства и отцовства, надежда на будущее, осознание небесмысленности нашего существования на Земле, возможность ощутить себя полноценными во всех смыслах этого слова. Они – наши маленькие и большие радости. А еще они – бессонные ночи и тревожления, раздражительность и постоянная головная боль, глупые вопросы и огромная статья расходов. И все-таки без них мы вряд ли сможем ощутить всю полноту жизни, все ее возможности, подаренные нам природой. Потому что они – наши дети.*

### **По законам природы**

Если во время изучения школьного курса биологии вы не только бегали за угол покурить с одноклассниками, но хотя бы пару раз открыли учебник, то, надеюсь, следующие цифры не будут для вас откровением.

При рождении природа «выписывает» каждой представительнице слабого пола полтысячи яйцеклеток (да-да, пять-шесть сотен!), каждая из которых имеет все шансы быть оплодотворенной. (Наша биологичка месячные называла не иначе, чем «кровавые слезы матки о несостоявшейся беременности»). И это действительно так. Ведь каждый месяц женщина теряет несколько неоплодотворенных яйцеклеток – несколько нерожденных мальчиков или девочек... При каждой эякуляции мужчина «отпускает на волю» несколько миллионов сперматозоидов. А это значит только одно – чтобы выжить, человек должен плодиться и размножаться.

Только с точки зрения природы плодиться и размножаться – это значит проявить свое отцовство и материнство не жалкие один-два раза, а буквально каждый год. Традиционная семья – многодетная, в которой старшие уже имеют своих детей, средние помогают воспитывать младших, а мама в это время беременная ходит... Так рассчитан и организм человеческий, и психика с ее инстинктами. Если следовать зову природы, то все мы должны быть «родителями-героями». И, между прочим, изрядная часть населения нашей планеты до сих пор ему следует.

Но если посмотреть на жизнь с природной точки зрения, то сюсюкаться с детьми просто некогда. Каждому ребенку в многодетном семействе причитается своя толика родительской любви. И все. Успел – не успел получить, времени на «разбор полетов» нет. На подходе следующий.

### **Цветы на асфальте**

Ну, а что получается сегодня у нас с вами?.. В классической семье суматошного города, при неумовимо убыстряющейся скорости жизни современного мегаполиса?

Дети – цветы жизни. Довольно спекулятивная фраза. С какой стороны не посмотри. Вначале родители обсуждают, «заводить или не заводить» ребенка по принципу «если у вас нет собаки – ее не отравит сосед», а стоит ли этот венчурный проект вложенных в него средств, времени и сил? А уж если «завели», то считают себя героями и каждый день напоминают ребенку, что он вообще-то мог бы и не родиться...

И все-таки дети рождаются. Приходят в нашу жизнь, прямо как в песне Михаила Боярского:

В городах, где зимою не видно зари,  
Где за крышами спрятана даль,  
По весне, словно добрые духи земли,  
Прорастают цветы сквозь асфальт.

Сколько у вас детей? Я, конечно, не прослышу оракулом, но вряд ли ошибусь, если предположу, что один, от силы двое. И то благодаря президентской программе, которая, как фантик от конфеты, шуршит над ухом родителя и манит приятным финансовым вливанием. Удивительно, но факт – в нашем обществе семья с тремя детьми уже считается многодетной! Как шутит по этому поводу психолог Владимир Леви: «По счету дикарей «один, два, три – много»!..

*Такова, как говорят НЛПеры, КАРТА РЕАЛЬНОСТИ горожанина, заполненная крестиками его представлений о мире. И она вступает в конфликт с природной территорией, где, кроме ваших крестиков, еще и ноликов полно, где даже четверо детеньшей с точки зрения эволюции с ее миллионновековым опытом недостаточно для обеспечения мало-мальской вероятности продолжения рода!*

Вы хотите спросить, что такое карта реальности и чем она отличается от территории? Карта – это ваш угол зрения, ваше видение ситуации. А территория не исчерпывается даже миллионами разных карт. Вселенная – это территория. Наше представление о Вселенной – это наша карта. Но карты мира необходимы, чтобы ориентироваться в нем. Если разным людям дать задание составить карту одной и той же территории, карты получатся разными, ведь люди по-разному воспринимают окружающий мир, у них различные способности к рисованию и интересы. Реально только наше восприятие мира, и это восприятие у каждого человека индивидуально и уникально.

*В НЛП под картой мира отдельно взятого человека понимают индивидуальный набор убеждений об окружающих событиях и явлениях: «Люди ходят на ногах, детей нужно рожать, дети неблагодарны, горячее обжигает...»*

Кстати. Если кому-то хочется забросать меня камнями – не спешите это делать. Я не спорю: и в многодетности есть очевидные минусы, и в бездетности – свои плюсы.

Биологи считают, что бездетность современного мира – один из способов саморегуляции человеческой популяции наравне с войнами, голодом и болезнями. Продолжительность и качество жизни растут, смертность падает, а природные ресурсы рано или поздно иссякнут... Вот и приходится природе выдумывать совершенно «неприродные» хитрости, чтобы люди меньше размножались.

Урбанизация, эмансипация и эротизация общества – мощнейшие «помощники» в снижении рождаемости. Этот феномен изучал специалист по человеческой этологии Виктор Дольник.

Стекающиеся в города-гиганты люди совсем не обязательно «находят себя». Здесь они часто влачат бессмысленное и неактивное существование, а значит, не спешат продлевать род. Развитие эмансипации женщин приводит к увеличению количества матерей-одиночек. Их плодovitость обычно вдвое ниже, чем у замужних женщин. Да и замужние при эмансипации избегают иметь много детей. Эмансипация обычно сопровождается внешней эротизацией общества, превращением половых отношений в средство общения и забавы, а не размножения.

Природа регулирует воспроизводство человеческой популяции, и мы имеем то, что имеем, – семьи с одним-двумя детьми.

Один мой друг говорит: при строительстве отношений мы всегда получаем партнера в комплекте с его достоинствами и недостатками. То же самое происходит в процессе воспитания. Наши дети получают нас целиком – всю нашу любовь и всю нашу... нелюбовь... И если раньше родительские забота, внимание, время делилось на десяток детей, то теперь все достается одному, в лучшем случае – двум детям. А как говорят поляки: «Что занадта – то

не здрава», что в художественном переводе означает: «Во всем должна быть мера». Ведь вся любовь и все внимание – это уже не благо. Это гиперопека и подростковая неврастения как ее следствие. К тому же родители – не святые, и кроме любви в них еще бурлит раздражение, плавают усталость... Так что на головы и плечи наших детей вместе с заботой и вниманием ложатся и родительская тревога, властность, агрессивность... Продолжить список подарков?

Суть проста: воспитывая одного-двух детей, родители не успевают приобрести достаточно «кандидатских» и «докторских» навыков, им катастрофически не хватает выборки и среза для анализа собственных педагогических экспериментов. Мы остаемся на всю жизнь НЕОПЫТНЫМИ ВОСПИТАТЕЛЯМИ. Но тем не менее мы методично рисуем свою карту реальности воспитания – делаем выводы, философствуем, рассуждаем, знаем, что надо было ремнем почаще потчевать или не бить вовсе, побольше хвалить или почаще держать в ежовых рукавицах.

Мы делаем выводы «от противного»: прокололись на своем педагогическом эксперименте – значит, надо было бежать в другую сторону, делать все наоборот. И забываем, что у медали не две стороны, а сто две, а в воспитании не два метода, а тысяча сто два.

Зато как прекрасно мы умеем воспитывать других! Воспитывать, учить и лечить! Это наш конек! Мы все об этом знаем. Мы же взрослые.

Но и нас тоже продолжают воспитывать все, кому не лень. Начальники. Врачи. Педагоги. Психологи. Журналисты. Правительство. Все они думают, что знают гораздо лучше, чем мы, КАК НАДО. А автор этой книги – уж точно самый лучший воспитатель. А если не лучший, то зачем он тогда родителей воспитывает?!

Нет. Я родителей не воспитываю. Родители вы хорошие – любящие, внимательные, думающие (раз уж книжки по воспитанию читаете). *Я просто хочу поговорить с вами о новых возможностях познания мира СОВМЕСТНО С ДЕТЬМИ, БЛАГОДАРЯ ДЕТЯМ.*

Когда дитя подрастает, наш неизрасходованный родительский инстинкт заставляет нас и дальше видеть в нем все того же «маленького». Заставляет опекать, учить, читать нотации, решать за ребенка, прогнозировать его жизнь и, что самое страшное, – эту жизнь за него проживать...

Ведь в своей жизни мы мало чего успели, многого не достигли, не попробовали, не побывали... И нам кажется, что наша жизнь была лишь репетицией настоящей жизни. А вот теперь в наших собственных детях мы наконец-то проживем настоящую, подлинную, прекрасную, ПО НАШИМ ПОНЯТИЯМ (по нашей карте), жизнь.

А когда ребенку прожить СВОЮ? Мы не задумываемся об этом! А если и задумываемся, то точно знаем, что ему с его воробыным жизненным опытом и – не картой вовсе, а раскрасками детскими – никак не разобраться, как лучше эту жизнь прожить, а мы – аксакалы городских джунглей – все точно знаем, теперь-то уж наверняка...

Знаете, что во время ваших ПРАВИЛЬНЫХ советов думает ваш ребенок?

– Мама, если бы ты личным примером – яркой, интересной жизнью – показала мне, что такое небо в алмазах, я бы прислушался... А так – прости. *Дай мне ПРАВО НА СОБСТВЕННЫЕ ОШИБКИ.* Ну, я пошел, пока...

### **Подросток на линии огня**

Вы – родитель. У вас богатый жизненный опыт – «сын ошибок трудных». И вы хотите поделиться им со своим ребенком. Как вы можете передать этот опыт ему? Вы задумывались когда-нибудь об этом? Есть ли какой-то измеритель ваших впечатлений, переживаний, чувств? Ваши фотографии, шрамы на коже, сентенции и нравоучительные педагогические беседы о «недопустимости и последствиях нарушения режима» – пыль и прах, тщета, которой никогда не поверит ваш подросток. Ему двенадцать, а то и все пятнадцать, а родители наивно продолжают заблуждаться, думая, что все еще ВЛИЯЮТ и ФОРМИРУЮТ мир ребенка. Нет, ребенок живет СВОЕЙ жизнью (иногда рядом с вами, иногда очень далеко – ведь путешествия мысли

еще никто не отменял), составляет СВОЮ карту реальности, на основе СВОЕГО СОБСТВЕННОГО опыта.

И знаете что? Жизнь вашего ребенка, впечатления вашего подростка гораздо ярче ваших просто потому, что они ЕГО. Они – РОДНЫЕ, ПЕРЕЖИТЫЕ. А то, про что рассказываете вы, похоже на черно-белые фотографии из прошлого. Общеизвестно, что Цветаева писала стихи лучше, чем я. Но поверьте, любое мое стихотворение дороже и ближе мне, чем вся мировая литература, только потому, что я ПЕРЕЖИЛА события и ИСПЫТАЛА эмоции, описанные в моих стихах. Наверняка есть женщины в русских селеньях, которые испытывают множественные оргазмы космических масштабов, но что мне до них? Меня интересует мой сексуальный партнер, мои с ним отношения и мое собственное удовольствие.

То же самое происходит и с вашим подростком. Когда вы рассказываете ему о вреде курения – это всего лишь слова, дисассоциированные, как говорят НЛПеры. А вот когда ваш подросток закашляется от сигаретного дыма, когда его вытошнит от глубокой затяжки, когда скрутит живот от перекура, тогда он будет ассоциирован в ситуации, тогда он проживет собственный опыт и сможет присвоить все ваши сентенции о вреде курения. Ведь есть две большие разницы между ощущениями, когда вы смотрите на людей, катающихся на американских горках, и когда вы катаетесь на них сами. Опыт как дзен можно передать не словами, а только от сердца к сердцу – смехом, слезами, шрамами, переживаниями.

Подросток не знает цены ни деньгам, потому что не зарабатывает сам, ни времени, потому что ему кажется, что его бесконечно много, ни здоровью, потому что оно у него есть, зато, потеряв мобильник, подравшись с соседом по парте или схватив «пару», он приходит в отчаяние, потому что в этих ситуациях он ассоциирован. И в то же время родителям, ассоциированным с совсем другими ценностями и проблемами, кажется, что ребенок занимается сущими пустяками и глупостями, не желает знать, что почем и каким трудом все дается... Вот он, как говорил Василий Чонкин, – круговорот дерьма в природе. Короче, «моя твоя не понимает?». А ведь так хочется объяснить, заставить палкой разделять реальность...

И вот родитель – дирижер маленького оркестра из одного-двух детей – пытается научить их тому, что знает сам... Он берет в руки «дирижерскую палочку» и... Мне страшно! Мне действительно страшно!

### **Опыт без страха**

Вы **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** хотите научить ребенка быть в точности такими же, как вы?

Загляните внутрь себя. Когда последний раз вы смотрели в ночное небо? Когда читали Достоевского и плакали? Когда читали Чехова и смеялись? Когда сделали домашнюю стенгазету со своим подростком или сняли домашнее кино про день рождения сына или поездку в аквапарк с дочкой? Когда вы пели от радости и кружились по квартире? Когда танцевали под дождем и собирали осенние листья?

Вы можете научить лишь тому, что знаете сами. Причем не словами... А личным примером!

Когда ко мне на консультацию приходят матери с жалобами, что их подростки ничем не интересуются, не хотят ходить в школу, посещать спортивные секции, я спрашиваю:

– Позвольте, а чем занимаетесь вы?

– Что значит – чем? Я сижу дома и **ВОСПИТЫВАЮ** ребенка. Я всю себя ему отдала.

Всю – это слишком много. Ребенку этого не вынести, он не сможет это потянуть. Да оно ему и не надо.

Однако родитель настойчиво хочет передать ребенку свой **ОПЫТ**. А больше всего он хочет передать ему свой **СТРАХ**! Танцевать под дождем опасно – можно промочить ноги и заболеть! Лазить по деревьям страшно опасно – можно упасть! Ребенок должен бояться переходить дорогу, людей и поздно возвращаться домой, высказывать свое мнение, отличное от остальных... Потому что его будут ругать. Но главное – родитель хочет, чтобы ребенок

**БОЯЛСЯ БЫТЬ СОБОЙ.** Ведь он, родитель, решил, что отныне и навсегда ребенок будет его, родительским продолжением, его, а не своей надеждой и гордостью.

Родитель хорошо знает, как нужно бояться. И именно этому он может научить.

Что вам известно о запредельном? Об иных мирах? Ничего. Вы знали, когда были детьми, но забыли, а место этого знания занял страх.

Ваш ребенок десять—пятнадцать лет назад (это не так давно) прибыл ОТТУДА. К нему прикасался Бог. В его сердце жила Любовь – беспричинная, априорная. Он любил без условий. А может, и любит. Он оживляет вещи. Он – Творец.

Он играет по-настоящему. Он плачет «взаправду». Он легко может оживить плюшевого медведя, взяв его в руки. Он совершает чудо, которое вам уже недоступно, – он может одухотворить. А вы – нет. Он чувствует связь со всем сущим. Он может говорить с животными, искренне веря, что они его понимают. Поверьте: они его понимают. Не верите? Удивляетесь моему идеализму?

Тогда попробуйте поговорить с деревом. Да, это медитация для вас. Медитация НЛПера, готового расширять карту своей реальности.

#### Разговор с Деревом

Подойдите к Дереву в парке, саду или лесу. Прислушайтесь к тому, как шумит крона. Прикоснитесь к нему и почувствуйте всем телом связь с Природой.

Дерево имеет связь с Землей, его корни идут глубоко. Оно больше вас, оно старше и мудрее. Оно живое, его листья соединены с Солнцем. Расскажите ему все, что вас беспокоит. Ответом будет молчание. Примите это молчание или услышите разговор Ветра в волосах Ветвей...

Кажется глупым? Бойтесь, что вас примут за сумасшедшего? Наверняка, кто-то именно так и подумает.

В вас говорит рационалист. В вас опять работает страх.

А ваш ребенок не боится, он живет, он любит.

А теперь скажите мне: кто кого должен учить?

О, нет. Ребенок ничему не сможет вас научить. Но вы сможете У НЕГО НАУЧИТЬСЯ. Сможете, если перестанете быть... автоматом.

#### **Быстрое реагирование**

Зачастую родители, как врачи в реанимации, действуют мгновенно. Им кажется, что промедление, необходимое для мыслительного процесса и обдумывания воспитательных решений, подрывает их авторитет гуру в глазах ребенка. Поэтому мамы и папы включают программы «быстрого реагирования» на поведение своего чада: ругать, кричать, запрещать, прощать, поволять, унижать, обижать.

Откуда они берут эти программы? Из опыта! Вся наша жизнь состоит из пазлов нашего предыдущего опыта – наших успехов, обид, достижений – короче, моделей, как говорят НЛПеры. Эти модели мы заимствуем у других людей, то есть крадем, компилируем, зачастую без самостоятельной их обработки и собственных исследований. Мы подглядываем, наблюдаем и привносим в свою жизнь то, что кажется нам эффективным. Если нас били родители, мы сами просто рефлекторно хватаемся за ремень. Если нам постоянно, как собаке, указывали место, то и своему ребенку мы говорим: «Не лезь вперед батьки в пекло». Если на нас повышали голос, значит, именно такой способ мотивации мы считаем самым действенным и, конечно, предлагаем его своему ребенку.

Предлагаем на автомате. Так из родителей получаются, как писал Владимир Леви, «автомамы» и «автопапы»: «Такие родители обходятся без таких излишеств, как соучастие, сопе-

реживание, игра, интуиция, творческое воображение, предвидение последствий и, самое главное, – элементарная обратная связь».

Многие родители действуют по принципу: если отнять у человека все, а потом вернуть половину, то он будет благодарить тебя всю жизнь. Да-да, именно так многие добиваются любви и благодарности. Родители просто не слышат своих детей. В их голове уже сформированы ожидаемые реакции, так что у них нет никакой необходимости слушать то, что ребенок хочет сказать на самом деле. Запрограммированность на «быстрое реагирование» не дает им возможности менять свое поведение в зависимости от его результатов. Они всегда правы. Ошибки не замечаются. А ведь порой лучше семь раз обдумать воспитательный эксперимент, чем один раз его предпринять...

У родителей всегда благородные цели:

- побудить ребенка читать или учить уроки;
- заставить помогать матери по хозяйству;
- убедить закончить школу с медалью;
- научить быть аккуратным, порядочным, трудолюбивым, верным, целеустремленным...

Однако с помощью подобного «блиц крига» цели либо не достигаются, либо достигаются с точностью до наоборот: воспитывают отвращение к учебе, домашнему труду, получению знаний, культуре, духовности и к самой жизни. Но ребенок все равно заполнит пустоту, найдет занятие по душе – Интернет, компьютер, телевизор, наркотики...

### **Родители и позиции восприятия**

Вообще-то, все родители разные. Но НЛПеры их объединяют в три группы, по позициям восприятия мира.

#### **ПЕРВАЯ ПОЗИЦИЯ: «Я»**

Я и весь остальной мир? Нет! Только я! Я – не центр Вселенной! Я – Вселенная! Есть два мнения: мое и неправильное.

Такие родители – деспоты – хотят заставить своих детей реализовывать их собственные нереализованные цели.

Как говорил Ларошфуко: «Мы считаем здравомыслящими лишь тех людей, которые во всем с нами согласны». Это о людях, застрявших в первой позиции.

У ребенка в такой семье есть только один шанс – со всем соглашаться... Или сбежать к чертовой матери, как только представится возможность.

Спросите себя, где кончается желание блага для ребенка и начинается субъективное: я этого хочу, потому что лучше знаю! Не забыли ли вы, что ребенок – не ваше продолжение в том узком смысле, который вы в это вкладываете, не актер вашего спектакля, не кукла?

#### **ВТОРАЯ ПОЗИЦИЯ: «ТЫ»**

Я не боюсь, я за других волнуюсь!

Мать приводит сына на прием к врачу. Шепотом:

– Доктор, мы ночью... писаемся... в кровать!

Доктор, удивленно глядя на мать:

– Да? И вы тоже?

Такие родители спешат прожить вторую жизнь: одну за себя, вторую – за своего ребенка. Дети в таких семьях не моют за собой посуду, не подметают пол и не наводят порядок в своей комнате. Все это делает за них заботливая мать. А когда дети вырастают, родители тоже не спешат с ними расставаться:

– Сынок, ну зачем тебе жениться сейчас? Не торопись! Неужели ты хочешь вкалывать с утра до ночи на какую-то дуру, которая только ногти будет красить да по салонам шляться? Ну, встречайся с ней, конечно, жизнь-то твоя... Но на ночь возвращайся домой, где постель свежая, мать пирожков напекла, рубашечку погладила...

Когда мать говорит: «Жизнь-то твоя», она лукавит. Она очень надеется, что ей удастся сделать жизнь сына «нашей» и прожить ее совместно, продлевая свою молодость, направляя и поучая «несмышленика», даже если тому уже за тридцать.

«Для матери ты всегда будешь ребенком!» Разве вам так не говорили? Разве вы так не говорите своим детям?

– Доченька, ну куда ты поедешь учиться в другой город? Ну что хорошего в этом Питере? Ну какая культура? Много ли ты будешь ходить по театрам и музеям? Небось по ночам по дискотекам будешь шляться! Так и у нас в Ростове дискотек хватает.

Матери, застрявшие во второй позиции, – насадки, отцы – страусы нанду в Южной Америке, где самец целый месяц высиживает яйцеклад, а потом самостоятельно растит потомство. Вот!

### ТРЕТЬЯ ПОЗИЦИЯ: «НАБЛЮДАТЕЛЬ»

В этом случае родитель выступает в роли «камеры», которая за всем наблюдает, ни во что не вмешиваясь. В принципе, это самая правильная позиция в деле воспитания. Однако и здесь есть подводные рифы.

Оставаясь только в этой позиции, можно лишить ребенка такой нужной ему поддержки, недодать ему любви, нежности, чувства плеча... Оставаясь наблюдателем, есть опасность недохвалить ребенка, недоласкать, недолюбить... А ведь доброе слово и кошке приятно. Добрые слова, комплименты, пожелания успехов, описания сцен блестящего будущего, слова гордости за ребенка, произнесенные вслух, – все это авансовый платеж на перспективу.

Поверьте, что ребенок, которым гордятся априори, обязательно оправдает ваши надежды, всего добьется, сделает все в лучшем виде... Просто ему важно и нужно знать, что он любим и хорош!

### ЧЕТВЕРТАЯ ПОЗИЦИЯ: «МЫ»

О четвертой позиции восприятия в НЛП упоминают редко. Почему-то так повелось. Хотя используют ее практически всегда, когда работают с первыми тремя и достигают успеха в коммуникации. Что же это за позиция?

Вы будете удивлены, насколько все просто. Секрет силы четвертой позиции восприятия заключается в ЕДИНОЙ ЦЕЛИ. Общей глобальной цели всех людей, кто объединен в команду «Мы». В данном случае под командой подразумевается семья.

Таким образом, четвертая позиция восприятия позволяет системно рассмотреть интересы всех членов команды «Мы» через общий командный интерес. А если мы можем эти выгоды увидеть, значит, мы можем их и создать.

Позиция «Мы» – это особенность лидерского мышления. Только тот может увлечь людей за собой и получить их искреннюю веру в свою идею, кто способен мыслить в рамках коллективных интересов. А тот, кто может еще и показать другим людям, КАК в коллективных интересах реализуются их личные интересы, способен воодушевить массы на воплощение любой идеи.

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

Быть гармоничным. Легко перемещаться из одной позиции в другую. Скользить. Маневрировать. Проявлять твердость из первой позиции. Переживать радости и горести подростка как свои собственные – из второй. Не мешать ребенку выбирать жизненный путь – из третьей. И эффективно руководить – из четвертой.

Короче, все, что нужно от родителей, – делать простые вещи.

### ПРОСТЫЕ ВЕЩИ

1. ПОМНИТЕ: каждый конфликт, каждая крупная ссора, каждый удар по самооценке оставляют в душе след на всю жизнь. Конфликты неразрешенные, подавленные вылезают, как крысы, из щелей памяти, принимают вид невроза, отравляют любовь... Если недоверие, отчуж-

дение и война составляют основной фон, атмосферу ваших отношений, ребенок понесет их с собою и дальше, как мешок с отравляющими веществами, будет терзать душу себе и другим.

2. **ПОМНИТЕ:** дать жизнь другому человеку было вашим осознанным решением. И этот человек пришел в мир не для того, чтобы расплачиваться с вами за этот подарок. Он просто даст жизнь кому-то другому. Таков закон времени и природы.

3. **ПОМНИТЕ:** живая душа, которую вы не знаете, – тайна вселенская, которую не постичь... Позвольте быть этой тайне.

#### **Еще немного о цветах**

«Дети – цветы жизни». Расхожее выражение? Однако в нем есть огромный философский смысл.

Как же все-таки относиться к детям? Как правильно воспользоваться третьей позицией восприятия?

Обратите внимание, как мы относимся к растениям, которые сажаем на клумбах. Мы наблюдаем, как появляются всходы, как наливаются бутоны и распускаются затем цветы. Мы любуемся их красотой, и никому из нас не приходит в голову брать ножницы и резать лепестки, чтобы сделать из простого цветка махровый. Мы не хватаем краску и не начинаем поливать цветок, чтобы неугодный нам цвет переокрасить в другой, приятный нашему глазу.

Но мы прилагаем очень много усилий, чтобы взрыхлить почву, удобрить ее, вовремя и в меру полить, в заморозки прикрыть растения пленкой, в жару – затенить. Мы СОЗДАЕМ УСЛОВИЯ, но ни в мыслях, ни в действиях не прикасаемся к тому, что растет и распускается по законам Природы. Напротив – предельная бережность к особенностям каждого цветка. Даже невзрачные цветы несут в себе какие-то свойства, за которые мы выделяем их среди прочих и по-своему любим.

## **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.