

# Глава 2

## Родители-советники: как разговаривать с ребенком

*Если хочешь быть независимым, слушай  
меня.*

Родитель — своему двадцатилетнему  
сыну-неудачнику

В 1964 году Боб Дилан записал песню *The Times They Are a-Changin*, в которой предупреждал родителей: «Ваши сыновья и дочери вам неподвластны». В том же году Рудольф Дрейкурс опубликовал ставшую знаковой книгу о воспитании детей *Children. The Challenge*\* (он правильно понял!). В этой книге Дрейкурс утверждал: дети, выросшие в демократических обществах, рано или поздно понимают, что родители в действительности не могут принудить их что-либо делать. Родителей словно окатили холодной водой. Семейная иерархия претерпела изменения — фактически отец больше не являлся главой семьи. Дрейкурс якобы однажды сказал своим ученикам, что «как только отец теряет контроль над матерью, оба родителя теряют контроль над детьми»<sup>1</sup>, ибо без разделения власти между родителями с перевесом в сторону отца дети лишились возможности видеть семейную

---

\* Издана на русском языке: Дрейкурс Р. Манифест счастливого детства : основные идеи разумного воспитания / пер. с англ. Л. Ткач. Екатеринбург : Рама Паблишинг, 2015.

модель подчинения. Одновременно с этим начала снижаться популярность авторитарного стиля воспитания, для которого характерны фразы типа «Потому что я так сказал» и «Сделай это, иначе...». Многочисленные исследования показали, что у детей, воспитанных в авторитарном стиле, гораздо чаще наблюдаются заниженная самооценка, слабый самоконтроль и недостаточно развитые социальные навыки. Если родители еще и кричали на таких детей, они были более склонны к поведенческим проблемам и депрессии<sup>2</sup>. Однако попустительский или невмешательский стиль воспитания (типичная фраза «Делай что хочешь») — еще хуже<sup>3</sup>. Что же делать примерному родителю?

Исследования показали, что наиболее эффективный стиль воспитания — *авторитетный*: родители устанавливают нормы поведения и ограничения, но относятся к детям с уважением, считаются с их мнением, поощряют детей самостоятельно принимать решения и помогают детям понять, какой они видят свою жизнь. Дети, которых воспитывают в авторитетном стиле, чаще добиваются успеха, пользуются уважением окружающих, проявляют чуткость, эмоциональную грамотность, великодушие и более уверены в себе<sup>4</sup>.

К счастью, сама природа дала родителям полномочия руководить своими детьми. Мы старше, опытнее и (хочется надеется) научились, в отличие от детей, владеть собой. Это не всегда очевидно, но дети прекрасно понимают, что главные в семье — родители<sup>5</sup>. Проблема возникает тогда, когда мы пытаемся навязать свой авторитет. Ограничения необходимы, чтобы ребенок чувствовал себя в безопасности, и мы, родители, совершенно верно играем естественную для нас роль семейного органа власти. Если же мы постоянно заставляем детей делать то, что им не нравится, если мы снова

и снова спорим с ними об одном и том же, если мы теряем самообладание и кричим на детей, то дарованный нам самой природой авторитет трещит по всем швам<sup>6</sup>. Мы оказываемся на том же уровне, что и неконтролируемый ребенок. Иными словами, если родитель кричит на ребенка за то, что этот ребенок кричит на своего брата, — лицемерят все.

Мы полностью одобряем модель воспитания, основанную на принципах авторитетного стиля: мы называем такую модель «родитель как советник» и считаем ее самым эффективным способом направлять и поддерживать детей, сохраняя при этом свой естественный родительский авторитет. Подумайте сами: мудрые бизнес-консультанты не спорят с клиентами об одном и том же, не пытаются заставить клиентов измениться, не указывают клиентам, что им думать или чувствовать, не ругают их на чем свет стоит, не делают для своих клиентов того, что они могут сделать сами, и, помогая клиентам перестроиться, не прилагают усилий больше, чем сами клиенты. Бизнес-консультанты не таскают за собой свой эмоциональный багаж, они заинтересованы в успехе клиента, они в первую очередь слушают и задают толковые вопросы. Если подставить вместо слова «клиенты» слово «дети», мы достигнем того, к чему стремимся в процессе воспитания: наши дети научатся управлять собственной жизнью.

Такой подход поистине творит чудеса, меняя отношения между родителями и детьми. Как вам уже известно, дети лучше воспринимают наш опыт и прислушиваются к нашему мнению в те моменты, когда между нами и детьми устанавливается доверительный контакт. Дети и подростки *намного способнее, чем кажется нам, взрослым*. Посмотрите на старшеклассников с активной жизненной позицией;

на подростков, которые увлечены живописью или музыкой; на детей, у которых весьма широкий круг обязанностей по дому или которые подрабатывают, чтобы помочь своей семье; на молодых людей, которые взяли на себя миссию нести добро в мир. Трудно поверить, что добросовестно заниматься только учебой или спортом — это единственное, на что они способны. Очевидно, что такие дети смогут разобраться без родительских подсказок, в какой колледж им поступать. (Мы знаем одну маму, которая прямо сказала детям, что оплатит их обучение в университете, но не будет вмешиваться в процесс выбора учебного заведения. Недавно ее сын поступил в Стэнфорд, а мама даже не знала, что он подавал туда заявление.) Не пишите детей, не принимайте за них решения и не делайте за них то, что они прекрасно могут сделать сами.

Даже маленькие дети способны вести себя разумно и ответственно. Наш коллега изучал, как организован учебный процесс в начальной школе в Финляндии, — финская система образования считается одной из лучших в мире. Во время урока у девочки-первоклассницы зазвонил телефон. Девочка встала и жестом показала своей сестре-близнецу, что нужно выйти из класса. Присутствовавший на уроке директор поинтересовался, в чем дело, и девочки объяснили ему, что им позвонил дантист и вежливо напомнил о назначенном приеме. Безусловно, культура поведения в Финляндии своеобразная, но этот простой пример подтверждает, что даже дети младшего возраста могут поступать правильно в конкретной ситуации<sup>7</sup>. Запомните: у детей есть интеллект, и каждый ребенок хочет, чтобы в его жизни все удалось. Дети всегда проявляют себя наилучшим образом, если им поручают ответственные дела.

Вот из каких простых ингредиентов состоит секретный соус модели воспитания «родитель как советник».

1. Предлагайте детям помощь (например, репетиторство или психотерапию), но не старайтесь навязать ее (исключением являются случаи, когда ребенок находится в глубокой депрессии, злоупотребляет наркотиками или отрицает все свои проблемы).
2. Делитесь с детьми знаниями, опытом, мудростью, но не пытайтесь давить на детей, невзирая на то, готовы они слушать вас или нет.
3. Если дети согласны рассматривать другие варианты, позволяйте им принимать самостоятельные решения и действовать в соответствии с принятым решением (исключением являются случаи, когда дети выбирают заведомо неприемлемый вариант). Если вы не разделяете выбор ребенка, это отнюдь не означает, что его выбор неверный!
4. Предлагайте детям помощь в решении их проблем, если они в ней нуждаются, и поддерживайте их эмоционально, когда они расстроены, но не торопитесь спасать их. Когда ребенок испытывает стресс, справляется с ним и восстанавливается после него, он приобретает стрессоустойчивость. Если же мы решаем проблемы за ребенка, мы вынуждаем его ждать, что выход из ситуации найдем мы, а не он сам.

В этой главе мы расскажем, как применять все это на практике, и поможем вам освоить язык родителя-советника.

## Почему придирки, ругань, нотации и принуждение неэффективны

Шутливое поздравление гласит: «Я хочу дать вам несколько советов, которые дала мне моя мама, — потому что я в них не нуждаюсь!» Возьмите это себе на заметку. Вы хоть раз видели, чтобы люди следовали навязанным советам или были благодарны за них? Посмотрите на себя со стороны, когда вы читаете ребенку нотации, твердите одно и то же, спорите с ним до хрипоты, кричите на него или запугиваете ребенка, заставляя его что-то сделать. Иногда, на короткое время, это может сработать: ребенок уступит и согласится с вами только ради того, чтобы вы оставили его в покое, однако рассчитывать на долговременный эффект не имеет смысла. Говоря ребенку: «Тебе нужно вот это...» или «Ты должен сделать так-то...», будьте готовы встретить сопротивление.

Если родители постоянно придираются к ребенку, результат оказывается прямо противоположным тому, чего добиваются родители. В ответ на упреки ребенок встает в позу, не желая выполнять требования родителей. Один из подопечных Неда, учившийся на отлично в престижной школе, сказал: «Каждый раз, когда родители говорят, что я должен делать уроки, у меня *пропадает* всякое желание делать их».

На консультациях дети часто рассказывают нам, что сильнее всего их раздражают придирки со стороны родителей, касающиеся выполнения уроков и домашних обязанностей. Например, дети готовы выносить мусор (правда, без особого энтузиазма), но они хотят сами решать, когда это делать. Однако стоит только маме или папе попросить ребенка вынести пакет с мусором, моментально возникает реактивный

протест. Причина этого — наше естественное сопротивление получаемым извне указаниям, которые ограничивают наше чувство контроля и самоощущение. Наш мозг думает: *«Мне казалось, что все идет хорошо, а теперь мне говорят, что это не так»*.

Нередко родительское недовольство имеет еще одно довольно опасное — и весьма неожиданное — последствие: дети становятся зависимыми от него. Вот что нам рассказала старшеклассница Анджела: «Я рада, что мама будит меня по утрам и постоянно ворчит на меня по поводу учебы. Если бы она не ругалась, я ни за что бы не встала, да и уроки бы не сделала». Только не подумайте, что Анджела не расстраивалась из-за своих оценок. Со стороны *может показаться*, что отстающих учеников совсем не волнует их плохая успеваемость, но это ошибочное впечатление. Большинство таких детей серьезно обеспокоены своими результатами и, для того чтобы справиться с тревожностью, используют самый распространенный механизм: они уклоняются от решения проблем. Когда родители придираются к детям, заходят на школьные порталы, чтобы контролировать их домашние задания и проверять оценки, они, по сути, укрепляют у детей эту вредную привычку — самоустраняться от ответственности. Для Анджелы и ее мамы придирки стали удобным способом на короткий срок выйти из сложившейся ситуации: мама снизила свою тревожность, придираясь к дочери, а Анджела снизила свою тревожность, максимально уклонившись от выполнения собственных обязанностей. А что дальше? Анджела оканчивала школу, но она совсем не умела справляться со своей тревожностью и выстраивать свою жизнь. Единственный выход: когда Анджела поступит в университет, найти *кого-то, кто вместо мамы будет ее подстегивать*.

Мы, родители, допускаем, что все наши придирки, нотации и ругань дают вовсе не тот результат, к которому мы стремимся, и все-таки большинство из нас не в силах устоять перед соблазном проверить это на практике. В конце концов, такой подход прочно ассоциируется с представлением о «правильном» воспитании. Когда родители говорят нам: «Я устал твердить ему об этом...», «Я хочу, чтобы он осознал...», «Я уже сто раз повторил ему, что...», таким образом они показывают, что делают все возможное для того, чтобы добросовестно выполнить свой родительский долг и передать детям верный посыл.

В обществе глубоко укоренилось представление о хорошем родителе: такой родитель непременно должен быть бдительным и должен контролировать своего ребенка, особенно это касается школьной жизни. Сейчас во многих школах задания и оценки размещаются на электронных ресурсах, и родители могут их просматривать в режиме реального времени. На родительских собраниях учителя настоятельно советуют родителям чаще посещать школьные порталы и проверять, вовремя ли ребенок выполняет задания. Даже если родители не согласны с такими методами контроля, игнорировать рекомендации учителей бывает трудно. (Ситуация особенно обострилась в период пандемии COVID-19, когда родители в условиях дистанционного обучения поневоле примерили на себя роль учителя.) Как-никак, *сам учитель попросил их сделать это!* Мы призываем родителей помнить, что в этом случае все мы попадаем в некий замкнутый круг, вырваться из которого непросто. Учителя боятся, что, если ребенок будет учиться плохо, в этом обвинят их, а потому перекладывают часть ответственности за успеваемость ученика на его родителей. В свою очередь, родители боятся, что, если



ребенок начнет отставать, учитель обвинит в этом родителей, поскольку те недостаточно контролируют ребенка, поэтому родители устраивают настоящую слежку за выполнением домашнего задания. Этот цикл повторяется снова и снова, тревожность перемещается туда-сюда, словно большое пятно, которое пытаются вытереть бумажным полотенцем, пока оно не растеклось по всему полу. Исследования подтверждают, что участие родителей в учебном процессе положительно сказывается на оценках ребенка<sup>8</sup>, однако нам важно донести до вашего понимания, что участие родителей должно делать ребенка сильнее и увереннее в себе, а не наоборот. Запомните: если вы постоянно следите за тем, как ребенок выполняет домашние задания и нет ли у него хвостов, облегчая тем самым ребенку жизнь, ничего хорошего из этого не получится — такая забота не способствует личностному росту.

Кроме того, придираясь к детям и читая им нотации, мы успокаиваемся сами, ведь мы не сидим молча, сложа руки — мы действуем и благодаря этому чувствуем себя лучше. Когда мы что-то делаем — пусть даже от этого нет никакой пользы, — мы испытываем меньший стресс, чем когда бездействуем. Такой подход к воспитанию снижает стресс у родителей, а вот у детей, наоборот, стресс только усиливается.

Клинический психолог Джессика Борелли и ее коллеги занимались изучением явления, которое они назвали «родительский гиперконтроль». Признаки родительского гиперконтроля — повышенная бдительность со стороны родителей, чрезмерное стремление регулировать мышление детей, их эмоции и поведение, снижение мотивации ребенка самостоятельно решать проблемы<sup>9</sup>. Борелли проводила эксперимент, в котором детям предлагалось разгадывать сложные головоломки в присутствии матерей. Мамам было

запрещено оказывать детям помощь, если дети не нуждались в ней. Многие мамы попытались сразу же вмешаться в процесс. Когда они предлагали своим детям помощь, уровень стресса мам снижался<sup>10</sup>. Логично, не правда ли? Ведь мамы что-то делали! Однако стресс ребенка при этом усиливался. Чрезмерный родительский контроль приводит к тому, что впоследствии у детей развиваются повышенная тревожность, неспособность противостоять стрессу, мнимая некомпетентность и стойкое убеждение в том, что внешний мир — страшное место<sup>11</sup>. Родители! Не вмешивайтесь, пусть это и нелегко! Одна мама, старавшаяся контролировать своих детей-подростков в разумных пределах, услышала от дочери: «Я люблю тебя, мама, и вижу, что тебе трудно, поэтому я разрешаю тебе доверять мне».

## Измените энергетику общения с ребенком: да пребудет с вами сила принуждения

В воскресенье накануне вступительных экзаменов в университет Джесси, одна из учениц Неда, должна была сдавать пробный тест. Но в субботу вечером у друзей намечалась вечеринка, на которую Джесси очень хотела попасть. Она аккуратно забросила удочку, спросив у мамы разрешения пойти на вечеринку. Мама ответила отказом и объяснила, что тест слишком важен для Джесси. Девушка была в ярости. На следующее утро перед тестом мама и дочь все еще продолжали ссориться, что, естественно, не лучшим образом повлияло на оценку Джесси.

Вообще-то мама Джесси проиграла бы в любом случае. Если бы она разрешила Джесси пойти на вечеринку и та

провалила бы тест, то обвинила бы в этом свою маму. А вот как мама могла бы ответить, когда Джесси попросила разрешения пойти на вечеринку:

— Понимаешь, Джесси, я не могу заставить тебя отказаться от вечеринки. Я вовсе не собираюсь держать тебя под замком, ведь я знаю, что друзья для тебя очень важны и время, проведенное с близкими людьми, невероятно ценно. Но я также знаю, что ты хочешь успешно сдать пробный тест. Подумай, что можно сделать, чтобы создать нужный для тебя настрой. Тебе было бы полезно хорошенько выспаться. Главное, чтобы ты была уверена в своих силах, когда войдешь в кабинет. Выбирай сама, что для тебя на первом месте. Я готова обсудить с тобой все плюсы и минусы, а если ты решишь никуда не идти и выспаться, мы позже подумаем, как найти время для общения с друзьями.

В этом сценарии мама, безусловно, выигрывает. Мама высказала свое предложение, и теперь Джесси знает, что, если она пропустит вечеринку, это будет ее собственное решение. Никаких ссор или противоборства. Если Джесси все-таки пойдет на вечеринку — независимо от того, как она сдаст тест, — она сможет обдумать последствия такого шага и проверить это на практике. Сколько часов ей нужно, чтобы выспаться? Повлияет ли недосып на ее работоспособность? Естественный, добровольно признаваемый авторитет мамы поможет Джесси осознать, было ли решение пойти на вечеринку верным. Таким образом мама меняет энергетику всей ситуации.

Другой сценарий, благодаря которому полностью меняется настрой противоположных сторон, предполагает примерно такой разговор родителя с ребенком: «Я слишком сильно люблю тебя, чтобы ссориться из-за уроков. Я готов

помочь тебе с учебой, но не хочу все время ругаться с тобой или притворяться, что я обязан заставлять тебя что-то делать». Этот подход — самый востребованный из тех, что мы рекомендуем, но многие родители не сразу понимают, как он работает, а дети порой удивляются, когда слышат от родителей такие слова. Одна мама рассказала нам, что в ответ на эту фразу ее сын-восьмиклассник улыбнулся, обнял ее, а потом недоуменно спросил: «Мама, с тобой все хорошо?»

Эффективность утверждения «Я слишком сильно люблю тебя, чтобы ссориться из-за уроков» обусловлена четырьмя факторами. Во-первых, эта фраза информирует о том, что в конфликте участвуют две стороны, и, если мы не хотим постоянно ругаться из-за чего-то с нашими детьми (поскольку ссоры всегда вредят отношениям), мы можем не делать этого<sup>12</sup>. Во-вторых, этой фразой мы заявляем, что отношения с ребенком для нас важнее его успехов в школе или в других жизненных сферах. В-третьих, эта фраза напоминает ребенку, что, если мы отказываемся от ссор, а значит и от роли босса, менеджера, надсмотрщика или домашнего полицейского, мы получаем возможность выстроить другие взаимоотношения, более позитивные. И наконец, в-четвертых, благодаря этой фразе обе стороны четко понимают, кто за что несет ответственность.

Чейзу тринадцать лет. Во втором классе ему поставили диагноз СДВГ, но он сразу же начал противиться приему лекарств. Младшую школу Чейз закончил с неплохими оценками, поведение тоже было в пределах нормы, однако после перехода в среднюю школу у него появились проблемы не только с учебой, но и в общении со сверстниками. Мама Чейза переживала из-за того, что чрезмерная эмоциональность сына мешала ему адаптироваться в новой среде: он

говорил и делал такие вещи, которые отталкивали от него других детей. Кроме того, из-за своей невнимательности Чейз пропускал вербальные и невербальные сигналы и слишком остро реагировал на поступки сверстников, так как не мог справиться с малейшей неприятностью. Он по рассеянности делал ошибки и часто забывал сдавать домашние задания. Когда Чейзу подошло время перейти в старшие классы, его мама заволновалась еще больше: мальчик утверждал, что у него все хорошо в школе и у него много друзей, но мама считала, что он либо не понимал, либо не хотел признавать, насколько сильно его диагноз влияет на его оценки и взаимоотношения с окружающими. Год назад Чейз, несмотря на рекомендации педиатра, наотрез отказался принимать лекарства, и мама Чейза обратилась к Биллу за помощью.

Билл объяснил маме Чейза, что заставить детей делать что-то против их воли невозможно. Однако он пообещал поговорить с Чейзом, чтобы убедить подростка в том, что прием лекарств может ему помочь. Вот как прошел их разговор.

Б и л л. Я совсем не хочу, чтобы тебя заставляли принимать лекарства. Во-первых, такое принуждение отрицательно влияет на твою психику, а во-вторых, никто не может заставить тебя делать то, чего ты не хочешь. На какие только хитрости не идут дети, чтобы не принимать лекарства: прячут таблетки под язык или вызывают у себя рвоту.

Ч е й з. Я никогда не хотел их принимать.

Б и л л. Я знаю. И никто тебя не заставит их принимать, я обещаю. Но для меня важно, чтобы дети делали осознанный выбор, тем более если это касается их жизни, и, если ты не возражаешь, я бы хотел изложить тебе свою точку зрения.

Ч е й з. Ну давайте.

Билл. У многих твоих сверстников, с которыми я работаю, лекарства от СДВГ заметно улучшили качество жизни. Иногда мои пациенты даже говорят, что произошло маленькое чудо. Поэтому я обычно рекомендую попробовать принимать лекарство и посмотреть, каким будет эффект, а уже *потом* решить, использовать этот препарат или нет. Даже если окажется, что лекарство помогает, ты не обязан его принимать — выбор за тобой. Но узнать, поможет ли тебе лекарство улучшить оценки, повысить шансы поступить в ту школу, о которой ты мечтаешь, и справиться с нагрузкой в старших классах, все-таки стоит.

Неудивительно, что, как только Чейза перестали заставлять, он согласился попробовать принимать лекарство.

## Заручитесь поддержкой ребенка

Итак, основное правило — вы ни к чему не принуждаете ребенка. Когда он четко уяснит это, переходите к следующему шагу: заручитесь его поддержкой. Хочет ли ребенок узнать ваше мнение о проблеме? Спросите себя честно: чья это проблема? Ведь это не ваша проблема, а проблема ребенка, не так ли?

Самый простой способ заручиться поддержкой ребенка — спросить его: «Мы можем поговорить пару минут?», «Я кое-что думаю по этому поводу, хочешь узнать, что именно?» или «Можно поделиться с тобой своими соображениями?»

Вот как Нед однажды добивался поддержки от своего сына-подростка Мэтью. В какой-то момент Мэтью серьезно подсел на видеоигру Fortnite. Нед прекрасно понимал: даже если он станет ворчать на сына за то, что тот слишком

много времени тратит на игру, сын попросту проигнорирует его замечания. Нед стремился к конструктивному диалогу с сыном, чтобы Мэтью сам осознал, что злоупотребляет видеоиграми. В течение нескольких недель Нед выдерживал мучительную паузу, наблюдая за тем, как все выходные Мэтью просиживает перед компьютером. Переживал ли Нед? Еще как. Было бы лучше, если бы он принудительно установил лимит времени, которое Мэтью дозволено проводить за игрой? Конечно. Однако Неду отлично известно, что такой подход неэффективен, а потому он не высказывал свои мысли вслух.

В четверг вечером Нед спросил Мэтью, какие у него планы на пятницу, поскольку в этот день у Мэтью не было занятий в школе.

— Буду играть в Fortnite.

— А еще?

— Не знаю пока. Подумаю.

Вернувшись с работы в пятницу вечером, Нед увидел, что Мэтью сидит за компьютером, и, судя по всему, он прекрасно провел время, потому что даже не потрудился снять пижаму. Нед, сдерживая раздражение, спросил у Мэтью, не будет ли он так любезен закончить игру и *одеться (!)*, поскольку они всей семьей собирались сходить в пиццерию.

— Да-да, конечно, — ответил Мэтью.

Немного остыв, Нед ничего больше не сказал и стал наслаждаться общением с семьей. В субботу Мэтью нашел другие способы увильнуть от выполнения домашних заданий, но Нед опять промолчал. Утром в воскресенье все повторилось. Вечером того же дня Мэтью начал ныть, что «профукал всю пятницу», и жаловаться, что сейчас ему придется делать уроки.

Это был идеальный момент для фразы «А я тебе говорил!», но Нед вместо этого сказал:

— Да, я вижу, что ты расстроен. Можно задать тебе вопрос?

— Конечно.

— Как ты думаешь, сколько времени ты играл?

— Часов десять, наверное.

— Ух ты! Весело было?

— Ага.

— А если прикинуть, сколько времени нужно тебе, чтобы от души наиграться, приготовить уроки и, может быть, позаниматься на пианино или сделать что-то еще?

— Ну где-то часов пять...

— А хотел бы ты, чтобы я или мама помогли тебе следить за временем?

— Да, пожалуй, было бы неплохо.

К выпускному классу Мэтью согласился на то, чтобы родители помогали ему контролировать время, проведенное за компьютером, и оценил все плюсы этого сотруничества.

— Ты хотел закончить работу к полудню, — говорил кто-то из родителей Мэтью. — Если я заберу твой телефон на эти несколько часов, тебе будет комфортнее?

— Да. Если телефон мне понадобится, я приду за ним.

Нед вовсе не стремился упорядочить режим дня Мэтью или установить для него жесткий график пользования гаджетами. Даже наоборот: Нед и Ванесса постепенно выходили из своей роли «технических консультантов», потому что знали, что скоро Мэтью уедет из дома и будет сам определять, сколько времени он может потратить на игру. Лучшее, что Нед мог



сделать для сына, — помочь ему научиться понимать, когда нужно остановиться.

Не исключено, что на вопрос, можете ли вы дать совет, ребенок ответит «нет». Уважайте этот ответ. Если бы Мэтью сказал отцу «нет», то Нед отступил бы: Мэтью, понимая, что его принуждают, не пошел бы на контакт с отцом. Когда вы спрашиваете ребенка, согласен ли он с вами что-либо обсудить, это не означает, что вы подразумеваете «Я знаю, как заставить тебя прислушаться к моему мнению». Возможно, в этот момент ребенок не хочет слушать вас или просто не готов говорить на какую-то тему, поэтому лучше всего оставить его в покое. Отец одной из учениц Неда решил проверить словарный запас дочери. Нед посоветовал ему для начала спросить девочку, нужна ли ей помощь в изучении лексики. «Хорошо, понял, — сказал отец девочки. — А как мне заставить ее согласиться, если она откажется?» Увы, этого сделать нельзя. Однако, показывая ребенку, что вы считаетесь с его желаниями, вы не только проявляете к нему уважение и укрепляете его чувство, что он сам сможет справиться с этой задачей, но и работаете на перспективу: в этом случае ребенок с гораздо большей вероятностью обратится к вам за советом или помощью по какому-то другому поводу.

Джора, дочь Билла, в детстве была очень застенчивой. Она хорошо училась, но тяжело сблизилась с другими детьми и не любила участвовать в школьных дискуссиях. Учителя почти всегда отмечали, что она умница, но ей все-таки нужно больше разговаривать в классе. Билл иногда спрашивал Джору: «Ты хотела бы справиться со своей застенчивостью?» и «Ты хотела бы свободнее общаться с одноклассниками?» Джора все время отвечала «нет». Билл не навязывал дочери свою помощь и не

пытался объяснить ей, что принимать участие в школьных дискуссиях было бы для нее полезно. Он знал: пока она не согласится с самим фактом существования проблемы, никакие его слова здесь не помогут. Дочь не хотела становиться более разговорчивой, и это был ее выбор. Если когда-нибудь она осознает, что ее застенчивость имеет для нее определенные минусы, она всегда сможет обратиться за помощью к Биллу. Сейчас Джора — очаровательная взрослая женщина, она остается интровертом, но очень хорошо справляется с межличностными отношениями, она целеустремленная, у нее отличные друзья, и ей даже хватает смелости рисковать, когда это необходимо.

Родителям бывает тяжело видеть, что ребенок испытывает те или иные трудности, но при этом отвергает любые предложения помощи. Мы знаем, что ребенку стало бы легче, если бы он последовал нашему совету и немного попрактиковался, или что ему было бы проще общаться с подругой, если бы он позвонил ей, забыв про ссору, или что он меньше переживал бы, если бы честно поговорил с учителем о своей оценке. Мы страдаем, когда вынуждены наблюдать со стороны за тем, как ребенок понапрасну себя изводит. Соберите свою волю в кулак. Если ребенку не нужна ваша помощь именно сейчас, это не значит, что он никогда не обратится за ней, и ни в коем случае не закрывайте для него двери вашего дома. И пока вы сидите и волнуетесь за ребенка, помните о том, что ваша родительская задача — не убрать все препятствия с пути ребенка, а помочь ему найти верный способ преодолеть эти препятствия и сделать правильные выводы.



[Почитать описание, рецензии  
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

