



Часть первая

Однажды мы были на экскурсии в Принстоне, что сравнительно недалеко от Нью-Йорка. Старый университет из пятерки лучших в мире, красивые, в английском стиле здания и скульптуры, тишина воскресного утра и свежесть зелени. В Принстоне проходила выставка русского искусства, что нас привлекло и стало поводом для поездки. Так как именно в поездках по миру мы становимся чуть больше русскими, чем привыкли ощущать себя дома. Но речь не о выставке русской живописи. Хочу поделиться с вами одним наблюдением — за тем, как проводили экскурсию в зале итальянской живописи для малышей 2, 5–3,5 лет.

Да-да, сюжеты, как правило, библейские, много открытого красивого человеческого тела. И страстей, и сильных человеческих эмоций. Тогда показалось, что это так рано. Зачем? Позже пришло понимание этого, а еще позже — мысль поговорить об этом.

Чувства и эмоции — как язык общения

Воспитание чувств действительно важно, но начать хорошо бы с ответов на вопрос, как рождаются чувства малышей. Хотелось бы поговорить о языке эмоций, который не имеет границ — в этом мы-люди едины. Все мы испытываем любовь, печаль, страх, смущение и стыд, вину. Более того, и выражаем это одинаково. Язык эмоций вне национальностей и культурных барьеров. Когда я писала этот материал, передо мной стоял малыш, которому совсем мало лет, но смотрел он на меня серьезно. Он «понимал» меня очень точно, но не так, как поймете меня вы, дорогие взрослые, прочитав этот текст. Он чувствовал то, о чем я пишу и говорю — о чем я старалась

рассказывать ему. Он понял меня на языке чувств, на языке эмоций. Мы признали право друг друга чувствовать и сопереживать чувствам друг друга.

Именно так «расшифровывали» мифологические сюжеты те маленькие американцы. Эмоциональный уровень общения крайне важен для родителей и малыша, но не все так просто, иначе мы не наблюдали бы в жизни ситуации, когда этого общения не хватает, либо оно ущербно. Лишь самые смелые мамы и папы готовы признать, что в контакте с ребенком что-то не так. Вот в этом случае ситуация поправима, а контакт будет налажен.

А если взрослые этого не признают? О каком воспитании тогда идет речь?

Непонимание чувств

Так бывает, взрослый смотрит на печали и горести (а также и радости) малыша с высоты своего роста и опыта, они кажутся ему такими маленькими, почти ничтожными. Если печали столь ничтожны, тогда почему он, малыш, так бурно реагирует? Откуда столько слез, температура, истерики?

И второе, на мой взгляд, важное примечание, прежде чем мы начнем. Мы общаемся со «своими» малышами, ощущая их с самого рождения, как что-то свое либо ЧАСТЬ СЕБЯ, но как трудно прийти к пониманию, что это ОТДЕЛЬНЫЙ от тебя маленький человек. Не собственность, не ты сам, как вторая рука, не источник проблем и забот, не игрушка. А человек. Понять и признать это бывает мучительно тяжело.

Малыш в печали

С самого рождения ребенок часто плачет. Так он дает сигнал близким, что он не в порядке. Мокрый, хочет есть. Окружающие к этой простой мысли привычны, адаптированы. Да, раздражает, даже гостиницы теперь рекламируют себя отдыхом «без детей». Но, гораздо хуже, когда на плач малыша не реагируют вовремя самые родные и близкие. С этого начинаются неполадки контакта, что непременно скажется и в детском возрасте, да и во взрослом. Начиная с того момента, как малыш научится отделять себя от окружающих. Мама безразлична ко мне? Мои печали и слезы никого

не волнуют? От таких чувств рукой подать до ощущения, что тебя не любят.

Мама для малыша — это совершенно особенное существо, жизненно необходимое и самое родное. Она всегда должна быть рядом, потому что... Потому что она кормит, защищает, любит. Нужно ли объяснять? И вот мама оставила малыша в манеже и вышла. Малыш заливается горькими слезами. Она думает, что пошла (всего-то!) на кухню приготовить обед, ее раздражает, что он не может поиграть один. А малыш потерял в этот момент маму, а вдруг навсегда? Конечно, он в печали.

Источники и причины

Разлука или отделение, как физическое, так и психологическое — главные источники печали. Родители любят оставлять малышей на пару недель для отдыха бабушкам. Мамы доверяют детей своим мамам. 24 месяца его жизни и заботы о нем их утомили, а еще беременность. В некоторых жизненных ситуациях эти сроки затягиваются и до нескольких месяцев и лет. Вынужденная разлука с семьей может вызывать у детей печаль, которая позже способна проявиться как неспособность к общению, к искреннему выражению своих чувств, как неумение завоевать симпатию окружающих.

Приведу другой пример детской печали. Вот опыт моей маленькой двухлетней героини. Дед Мороз должен был, по словам мамы, подарить живого медвежонка (это была детская мечта), но он ограничился сладким подарком, хотя стишок ему рассказали... Вечером температура поднялась под сорок. Именно тогда молодые родители зареклись давать пустые обещания ребенку, а маленькая девочка пережила большую неудачу, крушение мечты и сильнейшую печаль.

Детям приходится пережить много неудач на пути своего взросления, и почти всегда они вызывают эту самую эмоцию — печаль. Нам, взрослым, стоит быть внимательными: если ребенок часто оказывается в ситуациях, с которыми объективно не способен справиться, если он часто переживает неудачи, то, может, в конце концов начать винить в этом себя, может утвердиться в мысли о своей несостоятельности. В таких случаях большое значение имеет реакция родителей и старших детей в семье. Если папа привычно винит себя во всех случаях, не разделяя те, в которых есть и объективные причины, то и его сын, усвоив отношение к неудачам, может винить себя за любое случившееся с ним несчастье. Не будем забывать, предрасположенность к печали существует.

Но для нас сейчас важнее то, что печаль играет роль в формировании эмпатии, то есть способности сопереживать. Плач ребенка вызывает у матери чувство сострадания, побуждает ее обратить внимание на ребенка, успокоить его. Часто и малыш, видя слезы мамы, печалится и утешает ее. Всегда ли это так? Там, где нет места эмпатии, рождается холодность к чувствам и переживаниям другого. Не сумели культивировать прекрасный цветок, его место займет сорняк. Мамы взрослых сыновей и дочерей иногда испытывают эту холодность своих выросших чад. Согласна, это больно, в самое сердце... «Я же тебя вырастила!» Иногда это эхо детства. Истоки холодности в нем.