



Часть вторая

Признаемся себе, что не раз наблюдали такую картину в жизни: слезы ребенка вызывают негативную реакцию взрослых. Хуже, когда родители или воспитатели наказывают ребенка за то, что он плачет, игнорируя причину его слез. Вот наглядный пример поведения родителя, который одинаково ругает ребенка и за отказ идти спать, и за слезы, вызванные потерей любимой игрушки. Ребенок попадает в замкнутый круг: постоянные крики, ругань и наказания вызывают в нем печаль, но когда он, маленький человек, выражает эту свою печаль, то наталкивается на еще большее недовольство родителей. Плакать нельзя, оставь свою печаль при себе, иначе будет еще хуже. Крик страдания — естественная реакция на боль. Если этот врожденный ответ сдерживается страхом наказания, то страх перед болью значительно возрастает.

Боль — тяжелое испытание, а в союзе со страхом она практически невыносима. Из таких ситуаций вырастет множество психологических проблем. Позже ребенок забудет, как срослись его печаль и страх. Уже взрослым он так и не сможет понять, почему ситуации, вызывающие печаль, становятся для него почти непереносимыми. В печали он наполнен дурными предчувствиями, его гнетет страх, и ему не понять причин, не связать их с теми наказаниями, которым он подвергался в детстве, когда плакал от боли и обиды.

Кроме того, чрезмерная боязнь печали для ребенка станет со времени источником апатии и усталости. Прочная связка печаль-страх может лежать в основе трусости, неспособности терпеть боль. Однако, если родители не только не запрещают ребенку выражать печаль, но и помогают ему ее преодолеть, то со временем ребенок может достичь достаточной степени самоуважения и уверенности в себе.

Хороший пример

Куда лучше, если родители пытаются успокоить малыша, пытаются устранить стимул, вызвавший его печаль. Последнее обстоятельство особенно важно, так как если родители ограничиваются только лишь ласковыми словами и сочувствием, они способствуют развитию инфантилизма у ребенка. А вот реальная помощь нужна. В ней всегда есть место не одним утешениям, но активному поиску способов устранения негативных раздражителей. Так возможности ребенка выражать печаль, бороться с ней и побеждать будут гораздо более развитыми. Более того, будут развиваться чувства доверия, честности, готовности к сотрудничеству и помощи. Готовность родителей вот так поступать раз за разом воспитывает в человеке мужество и устойчивость к фрустрации. Так, можно быть уверенным, что маленький человек научится преодолевать печаль. Он уже знает, что она неизбежна, но на смену ей придет радость. Согласитесь, куда оптимистичнее звучит. Так что не стоит попросту запрещать мальчику плакать, ссылаясь на избитое выражение «Мужчины не плачут», а попытаться разобраться в чувствах самого родного человека.

Да, отчасти согласна с теми мамами и папами, которые заговорили о том, что все дети разные, причины слез тоже нужно различать. Но мы и не ставим перед собой задачу обрисовать все модели поведения родителей на все случаи жизни. Давайте разбирать типичные или выдающиеся ситуации, в которые попадаете вы и ваши дети. Мы, скорее, подчеркиваем важность внимательного отношения к ним, а сердце подскажет, психологи помогут. Действительно, пороги возникновения позитивных и негативных эмоций играют свою роль. Ребенок с низким порогом эмоции печали плачет чаще и горше, чем ребенок с высоким порогом. Очевидно, что такой ребенок вызывает раздражение чаще, чем радостный или просто спокойный ребенок, улыбка которого воздействует на родителей совершенно иначе, чем плач. Но это ВАШ ребенок.

Постарайтесь не ступать на эту дорожку

Привычная картинка: малыш плачет, а мама, не вдаваясь в происшедшее с ним, спешит приласкать, обещает купить конфетку, если он перестанет плакать. Ни в коем случае не хочу никого пугать, но маме следует понимать, что же случилось. Сладкой реакции недостаточно. Именно так воспитывается особого рода инфантильность.

Социализация печали посредством частичного поощрения может в конечном итоге привести ребенка к алкоголизму и наркомании. Что происходит? Родители просто целуют, обнимают и ободряют плачущее дитя, не предпринимая никаких попыток устранить причину его печали или довести ее до его сознания с тем, чтобы в будущем ребенок мог сам справиться с ней. При систематическом использовании такого метода ребенок, повзрослев, будет неспособен переносить и преодолевать печаль: всякий раз, сталкиваясь с нею, он будет искать возможности отвлечься и забыться — физически,

психически, эмоционально,— что само по себе не может устранить причину его страдания.

По опыту знаю, что родители начинают «бояться» наркомании, когда чаду исполняется 14 лет. Хотя боязнь утратить контакт с подростком должна быть с его 10–12 лет, а воспитание чувств, о которых мы говорим, с самого раннего возраста.

О силе и власти взрослых

Папа стыдит плачущего ребенка, говорит ему, что «нужно не плакать, а что-то делать». Правильно говорит? Со временем любая трудная ситуация начинает вызывать у ребенка стыд. Ребенок стыдится не только того, что ему хочется плакать, но и своей пассивности, неспособности изменить ситуацию. Не умея прочувствовать собственную печаль, он не способен к сопереживанию и состраданию. Если ребенок усваивает, что плакать «нехорошо», то любое переживание печали может вызывать у него чувство вины. Да, в печали мир видится угрюмым и хмурым — на свет появляется грустный человек.

А ведь есть волшебники — мамы и папы. Они могут переключить печального малыша на что-то другое, вызвать иную эмоцию. Могут объяснить, что же происходит, ведь они умнее и опытнее. Могут растормошить малыша и поиграть с ним, кувыркаясь и балуясь, но это баловство будет очень даже к месту. Потому что печаль улетучится. Многие могут папы и мамы. Так надо так и делать? Главное не отмахиваться от его чувств в раннем возрасте — они очень искренние и сильные.