Джон Грей. Дети с небес (уроки воспитания)

Джон Грэй – прекрасен, простите за грубую лесть. Каждый раз, делая обзор по его книгам, я думаю: как он умудряется выделяться. Ведь подобных книг – тьма тьмущая. И американские психологи, психотерапевты, они же почему-то – юристы и экономисты, судя по названиям «супербестселлеров» («богатей за 100 рублей», «как ничего не делать, и быть безнаказанно счастливым») прут к нам безостановочно, и выпускают их щедро. Джон Грэй на их фоне выглядит немножко русским, он рассуждает с точки зрения глубины, а не поверхности, духовности, а не материи, знания, а не дурной головы, не дающей покоя ногам.

Чем сильнее ребенок боится совершать ошибки, тем больше притупляется его врожденная способность корректировать свое поведение.

Боязнь совершить ошибку безмерно увеличивает вероятность того, что она все‑таки будет совершена. Наказывая или стыдя ребенка за ошибки, вы усиливаете в нем боязнь и ослабляете врожденную способность к самокоррекции. Родителям нужно помнить, что дети — с небес. Самокоррекция — автоматический процесс, осуществляющийся главным образом посредством имитации и сотрудничества, а не наказания и стыда.

Его книги из серии «Мужчины с Марса, Женщины – с Венеры» объясняют практически все, что происходит между людьми. Книжка «Дети с небес» гармонично их дополняет: какая семья без детей, и какая семья без любящих и любимых детей.

Чтобы воспитать в ребенке дух сотрудничества, уверенность в себе и отзывчивость, необходимо развивать его волю, а не ломать ее.

Цель позитивного воспитания — вырастить волевого, но при этом готового к сотрудничеству ребенка.

Вместо того чтобы развивать в детях послушание, позитивное воспитание стремится развить в них сострадательность.

Уверенные в себе дети меньше поддаются давлению со стороны сверстников и не испытывают потребности бунтовать.

Я бы рекомендовала прочитать «Дети с небес», прежде всего, папам. Это мамам свойственно обложиться литературой и хвататься за голову от невозможности переделать себя, внушить всю эту мудрость папе, да еще и за ребенком проследить не абы как, а по рекомендованным методикам. Папа, читающий книгу о воспитании, нам более ценен, во многих случаях пригодится его конкретное мышление и трезвый взгляд, отметающий лишнее в пользу главного.

Если угроза не склоняла нас к послушанию, отец прибегал к более веской угрозе. Он говорил:

— Если будешь разговаривать со мной в подобном тоне, я неделю не позволю тебе выходить на улицу.

Если я упорствовал, он грозил:

— Прекрати немедленно, не то будешь сидеть дома две недели.

Если и это меня не вразумляло, отец заключал:

— Ладно, будешь сидеть дома целый месяц. А сейчас марш в свою комнату!

Усугубление наказания не оказывает желаемого влияния на ребенка, но только усиливает его негодование. Целый месяц я размышлял о том, как несправедлив мой отец. Вместо того чтобы пробудить во мне стремление к сотрудничеству, он только отталкивал меня своими действиями. Было бы гораздо лучше, если бы он просто сказал:

— Поскольку ты не отнесся к моим словам с должным уважением, я хочу, чтобы ты взял десятиминутный тайм аут.

Дело в том, что Джон Грэй, верный своим традициям, собран и деловит, он – мужчина, и его методика позитивного воспитания во многом больше подходит именно папам и дедушкам. К примеру, приказы. Когда я читала главу о пользе приказов: каким тоном их нужно делать (неэмоциональным, непреклонным), как нужно развивать в себе терпимость и не съезжать с приказного тона - немного недоумевала. И вдруг до меня дошло: это же для пап. Это папа способен приказать так, что ребенок не только не обидится и не включит программу «меня никто не любит», но даже будет рад подчиниться с независимым и гордым видом, чувствуя родительский авторитет.

Негативное замечание: Ты меня не слушаешь.

Как направить ребенка в позитивное русло: Пожалуйста, слушай меня внимательно...

Негативное замечание: С тобой не договоришься. Я хочу, чтобы ты…

Как направить ребенка в позитивное русло: Делай то, что я говорю, пожалуйста.

Негативное замечание: Посмотри, как ты одет.

Как направить ребенка в позитивное русло: Не наденешь ли ты голубую рубашку? Она очень хорошо смотрится с этими брюками.

Негативное замечание: Так у тебя ничего не получится.

Как направить ребенка в позитивное русло: Давай‑ка посмотрим, нельзя ли сделать это иным способом.

Негативное замечание: Не будь дураком.

Как направить ребенка в позитивное русло: Давай‑ка еще раз разберемся в этом повнимательнее.

Негативное замечание: Иди помедленнее. Не бегай.

Как направить ребенка в позитивное русло: Иди, пожалуйста, помедленнее.

«Методика позитивного воспитания» неоригинальна, если собрать все хорошие книги о детях, везде написано примерно то же самое, только другими словами. В этой книге импонирует конкретика: все важное – выделено, все ситуации знакомы. Автор больше уделяет внимания разбору возможных проблем, чем досужим рассуждениям.

Очевидно, одна из худших форм общения — крик. Если человек кричит, значит, его не слышат, и поэтому он вынужден увеличить громкость. Крича на детей или подростков, вы как бы передаете им сообщение: «Ты меня не слушаешь». В результате ребенок и вправду перестает слушать. Когда вы переходите на крик, ребенок просто отключается и ничего не слышит.

Выкрикивать приказание еще хуже, чем просто кричать. Выходит, ребенок не слышит, что вы ему говорите. Крича, вы притупляете в ребенке желание, чтобы им руководили. Крик — самый неэффективный способ командовать, поскольку он ослабляет вашу командирскую позицию. Лишь в том случае, если вы снова и снова отчетливо повторяете один простой приказ, ребенок отказывается от сопротивления и следует за лидером.

Итак, в книге «Дети с небес» рассказывается о воспитании вообще с приведением массы примеров. Как общаться с детьми, как привить им навыки хорошего воспитания и культуры поведения, и самое главное: как безболезненно утвердить свой авторитет. Автор подчеркивает: дети естественным образом и безоговорочно принимают родительский статус, не нужно тыкать им по любому поводу. Задача родителей – не уронить себя, быть для ребенка мудрым наставником и хорошим другом, а не царьком, против которого так и хочется восстать.

Большинство людей, кому не удалось добиться личного успеха, либо глухи к своим чувствам, либо принимают решения исходя из негативных эмоций, либо просто зациклены на негативных чувствах и отношениях. В любом случае, что‑то мешает им воплотить свои мечты в реальность. Для того чтобы помнить о страстях собственной души и пользоваться способностью получать от жизни то, что тебе нужно, очень важно полностью осознавать свои чувства. При помощи методов позитивного воспитания вы сможете постепенно научить своего ребенка преодолевать негативные эмоции и генерировать позитивные.

Люди, которым не удалось добиться успеха в жизни, либо глухи к своим чувствам, либо просто зациклены на негативных эмоциях и отношениях.

Многие скажут: в книжках все просто. Это и есть зацикливание на плохом. Мол, у меня столько проблем с моим паршивцем, и я вся такая сложная, а уж папа у нас какой неприступный, и вообще, жизнь нашей суперсложной семьи не может регулироваться карамельными славословиями из психологических книг. С такими установками действительно ничего не получится, лучше и не начинать. Лучше оставаться сложными и непонятными, соответствовать хмурой жизни… Дело в том, что родителям свойственно преувеличивать масштаб проблем. Замороченный подросток, уткнувшийся в компьютер, чаще всего, просто ждет, чтобы кто-нибудь подошел и сказал что-нибудь хорошее. А не напоминал о куче ответственности. Все ждут взаимного тепла, а не многомудрых решений, любая ситуация может решиться за минуту, если впустить в свою уставшую голову тот самый позитивный настрой.

КАК МОДЕЛИРОВАТЬ ПРОСЬБЫ. Чтобы научить ребенка этому важному искусству, лучше всего моделировать соответствующее поведение. Как мы говорили в главе 3, родители должны следить за тем, чтобы не требовать и не понукать детей, но формулировать свои просьбы, используя слова «не сделаешь ли ты… ?», «сделай, пожалуйста…», «спасибо». Если ребенок начинает требовать

ли командовать, вместо того, чтобы говорить ему, что он ведет себя неуважительно, просто смоделируйте более приемлемый способ выразить ту же просьбу.

Если четырехлетний малыш говорит: «Папа, дай мне вот это!» — просто скажите в ответ: «Папа, дай мне, пожалуйста, вот это. Конечно, я с удовольствием дам». Затем дайте то, что просил малыш, как будто он сам произнес эти вежливые слова.

Неоспоримое достоинство книги Джона Грэя: она легко читается, все главное выделено и хорошо укладывается в подсознание. Ее можно именно почитывать в перерывах между делами, не боясь потерять логические нити. Ставим господину Грэю твердую «десятку» из десяти баллов.