

Любимые родительские воздействия

Глава из книги Ирины Млодик «Метаморфозы родительской любви, или Как воспитывать, но не калечить.»

Исходя из воспитательной предпосылки «искоренить и переделать», главным и основным в родительском воздействии на ребенка выработались такие незатейливые родительские интервенции, как оценивание, критика, принуждение, устыжение, ограничение, угрозы. Главной детской добродетелью оказывалось послушание, признание собственного несовершенства и виновности, а также стремление максимально соответствовать родительским ожиданиям. Основными инструментами — манипуляции, принуждения, наказания, поощрения. Любимыми средствами — собственное недовольство и вызывание в ребенке чувства вины, стыда, страха.

Ребенок воспринимался взрослым миром как неспособный к позитивному управлению собственной деятельностью. Формообразующая, структурирующая функция была вынесена вовне, помещена во внешнего взрослого. Ребенок воспринимался как хаотичное, начисто лишённое воли, совести, естественных внутренних ограничений, осознанного выбора и нравственных принципов существо. Что говорить, по-прежнему многими взрослыми и в наше время продолжает так восприниматься.

Взрослый, выращенный при прежнем строгом авторитарном режиме, как правило управлялся извне, задаваемый и формируемый внешними посылками, и корректирующей средой, выпадать из которой, выделяться, было достаточно опасно. Поскольку такой взрослый все время испытывал давление и ограничения извне, то и детям своим он транслировал то же самое.

Как правительство, уйдя от «отцовской» власти монархии, перейдя к матриархальным принципам большевистского братства, окунувшись в хаос и не справившись с постреволюционным разбродом, вынуждено было вернуть строгую и авторитарную власть, так и современный родитель практически убежден, что если оставить ребенка предоставленным самому себе, то он, безусловно, не справится с собственным внутренним хаосом, и непременно разнесет все вокруг. И потому жесткий контроль, критика и понукание каждому ребенку практически необходимы.

Это совершенно не так. Детская, не изнасилованная родительским давлением психика, способна к самоорганизации. Ребенок вполне может вести себя конструктивно без вездесущего родительского давления или контроля, постепенно осваивая среду вокруг, овладевая собственным контролем, выращивая собственную ответственность. Но насколько трудно поверить в это взрослому, выросшему в тотальном контроле над ним государства, системы и его собственных родителей!

Давайте все же разберемся, какое послание получает ребенок от взрослого, испытывая на себе те самые традиционные родительские воздействия. И какое на самом деле влияние они на него оказывают. Итог часто оказывается совершенно не тем, который мечтает увидеть воспитывающий родитель. Но искать первопричину в себе, он, к сожалению, часто совсем не склонен.

Итак, даже вполне современные родители нередко делают это.

Принуждение

Традиционный воспитательный метод. Обычная ситуация: ребенок не хочет; родитель принуждает. Первый, по каким-то причинам, выбирает чего-то не делать. Второй считает необходимым не искать причины, а просто заставить.

Послание при этом примерно таково: **«Ты сам не можешь, у тебя нет своей воли, своей интенции, контроля, опыта, ума, а у меня есть! И я заменяю твою внутреннюю волю своей!»**

Тот, кого часто принуждают, живет во внутреннем конфликте: с одной стороны, он старается выполнять все, что от него хотят, во избежание еще большего давления. С другой, что-то в нем изо всех сил сопротивляется принуждению.

Жить под принуждением, регулярно отдавая весь контроль внешнему Другому, нам, на самом деле, совсем не хочется, поскольку вместе с контролем мы отдаем и свои желания, и свое ощущение себя, своих чувств, своей воли. Постоянная жизнь под принуждением — верный путь к окончательной потере себя самого. Выхода из такой модели, как правило, два. Либо смириться, отказавшись от всего своего, полностью подчинившись чужой воле, став послушным и ведомым до конца дней своих.

Либо включать противоволю, пытаясь противостоять принуждению. Если все-таки в какой-то момент, когда мы уже хотим перестать быть подчиненными и задавленными, мы начинаем бунтовать, то встречаемся с сильной ответной агрессивной реакцией. Наше окружение, привыкшее к нашей безропотности, скорее всего, быстро подавит «бунт на корабле», чем, с большой степенью вероятности, окончательно убьет нашу волю, лишив смысла [сопротивление](#) принуждению.

И если окажется, что бунт в нашем домашнем окружении все же строжайше запрещен, то какое-то время мы еще бунтуем через болезнь, пассивные протестные реакции, навязчивые состояния. Но потом, не в силах все время жить во внутреннем конфликте, в конце концов, отказываемся от собственной воли ради спокойствия.

Таким образом, нам важно осознавать, что, регулярно принуждая детей, мы калечим их здоровую волю (в случае их полного отказа от сопротивления), закладываем в них либо мазохистский механизм (привычку страдать и терпеть), либо болезненное стремление к сверхконтролю.

Его часто принуждали, но никогда не били — он же рос в такой интеллигентной семье! Строгая бабушка просто не допускала возражений, чего бы это ни касалось: супа, который надлежало доест, вне зависимости от того, что ему в нем было противно, уроков, которые надо было делать в заведенной ею очередности. Одеваться, раздеваться, убирать, складывать, чувствовать, думать. В нем не было ничего своего, кроме настойчивого желания сделать все именно так, как она хотела. Но бабушкино давление делало его неповоротливым, руки переставали двигаться, ноги не хотели идти.

Он жил как будто в вязком болоте, где каждое движение стоило невероятных усилий. Ему невыносимо было слышать ее бесконечные замечания, но как бы он ни старался, каждый раз почему-то все получалось медленнее и медленнее. Это рождало новую волну бабушкиного недовольства, и казалось, этому не будет конца. Он был в тупике, но поделать уже ничего не мог. Когда ему поставили

диагноз «обсессивно-компульсивное расстройство», они оба были очень огорчены. Она — тем, что он ее так разочаровал, а он — тем, что так ее подвел, хотя очень старался делать все, что ожидали от него требовательные и любящие взрослые.

Альтернатива принуждению — твердое обозначение своей родительской позиции или проявление нормальной родительской власти, желательно с обозначением и принятием детских чувств. Пример: «Да, я понимаю, что ты не любишь вставать так рано. Но в твоей школе уроки начинаются в 8 утра, и потому тебе уже пора». Другая альтернатива, для более взрослых детей — отдать им контроль за своим ранним подъемом, обозначив, что это их дело — разбираться потом с опозданиями в школу. Третья альтернатива — нормальная родительская просьба: «Ты не мог бы помочь мне с уборкой, убраться сегодня в своей комнате и помыть везде пол, потому что к вечеру у нас будут гости». Важно помнить, что просьба подразумевает возможность отказа. Но ваше уважительное отношение к ребенку, который может вам отказать, окупится сторицей, потому что обернется гораздо большим сотрудничеством и ответным уважением к вам и вашим просьбам.

Устыжение

Излюбленная родительская манипуляция. Действительно, часто срабатывающая, сиюминутно эффективная, но весьма токсичная в своей перспективе, поскольку грозит насильно вскрыть то, что хотелось бы оставить укрытым.

Послание при устыжении таково: ***«Ты плохой, ужасный, я вижу тебя насквозь, ты от меня ничего не скроешь, и особенно того, в чем ты ужасен. Все твои желания и действия порочны. Учти, я слежу за тобой, и всегда готов вывести тебя на чистую воду»***

Если мы пристыдили ребенка, особенно публично, то вот что мы на самом деле сделали:

- мы продемонстрировали свое превосходство, совершив акт психологического насилия;
- мы вскрыли перед всеми то, что он предпочел бы оставить при себе, тем самым нарушили его интимность;
- мы объявили его плохим, и это чувство, увы, надолго останется с ним;
- мы поселили в нем страх перед собственными ошибками, недостатками, поступками;
- мы положили еще один камень в сооружение его собственной «тюрьмы», которая не позволит ему проявляться, творить, пробовать, самовыражаться, достигать.
- мы самонадеянно посчитали, что у него нет собственного инструмента совести и понимания, что он поступил неправильно.

Поэтому я считаю устыжение, скорее, вредной, разрушительной родительской интервенцией. Главным образом потому, что «в руках» некоторых взрослых стыд утрачивает свою первичную функцию: укрывать сокровенное, интимное от чужого взгляда, перестает быть эмоциональным выражением нашей совести, а превращается в [инструмент](#) манипуляции, запугивания, воздействия.

Тот, кто постоянно стыдит ребенка, либо рождает в ребенке тенденцию к расщеплению и

вытеснению всего того, чего по их мнению надо стыдиться. И тогда ребенок вынужден не чувствовать потребностей своего тела, отказавшись от всего, что вызывало мучительный стыд: от удовольствия, сексуальных желаний, проявления чувств, от возможности проявляться в принципе. Либо рождает в нем сопротивление в виде девиантного (социально неприемлемого) поведения, которое позволяет ребенку совершать поступки, которых уже можно реально стыдиться, тем самым ребенок парадоксальным образом пытается взять стыд под свой контроль.

Поскольку испытывать стыд весьма мучительно, а стать безупречным, лишенным всего человеческого — невозможно, то в семьях со слишком строгими правилами и тенденциями постоянно стыдить, ребенок не становится безупречнее, он просто учится тщательно скрывать, утаивать, лгать, пытаясь укрыть и сохранить свою интимность, уберечь ее от вскрывания и устыжения.

Над ней все любили посмеяться, ведь она была самой младшей в их большой семье. Всех потешало, как она пела, когда была маленькой — «медведь на ухо наступил», как танцевала, весело размахивая подолом платья, как говорила, не справляясь с непослушной «р». Наименее страшное, что она слышала, говоря о своих желаниях, было «Ишь чего захотела!», чаще слышала «Ей еще и ... подавай! Губа не дура». Она пыталась укрыться от вездесущих глаз и насмешек, но удавалось плохо: чтобы она ни сделала, все получалось как-то не так, и сколько она себя помнит «наша недотепа» она слышала значительно чаще, чем свое имя. Ее мучительные старания доказать им, что она хоть чего-то стоит, закончились в подростковом возрасте, когда она, видимо, решила, что угодить им уже невозможно, что с таким прыщавым лицом и угловатой фигурой ей не светит услышать в свой адрес ни одного доброго слова, она стала воровать и убегать из дома, чтобы оправдать свое «повышение» в статусе: от «нашей недотепы» она доросла до «исчадия ада».

Устыжение, вопреки родительским ожиданиям, не делает ребенка лучше, оно делает его скрытнее. Риск быть пристыженным заставляет загонять вглубь многие естественные проявления и импульсы, заставляет бояться себя самого, собственной Тени, аффектов, мыслей, чувств. Ожидание стыда — это жизнь в постоянном страхе. Это желание укрыть от других то, что и должно быть в основном укрыто, и показываться только тогда, когда этому приходит время, место и соответствующие обстоятельства.

Устыжение — это внешняя замена внутренней совести ребенка. Когда он не делает чего-то не потому, что осознает, что это плохо, неприемлемо, неуместно, а потому, что боится быть застыженным. Так, принуждая ребенка, вы забираете себе его волю, так стыдя его, вы забираете себе его совесть. В конце концов, ему становится выгоднее либо жить бессовестным, либо жить в страхе наказания, а не в соответствии со свободно и осознанно выбранными моральными ценностями.

Альтернатива устыжению. В любом случае, «плохие поступки» ребенка лучше обсуждать с глазу на глаз, обсуждая с ним причины и следствия того, что он сделал, в соответствии с его возрастом, конечно. Вы можете поделиться своими чувствами: «Я так расстроен (рассержен, обижен). Что побудило тебя так поступить?». Если ребенок отвечает «не знаю» (иногда он может действительно не знать), то просто стоит объяснить примерно в таком ключе: «Когда ты поступаешь вот так, другие люди могут чувствовать

себя вот так». В таком случае, ребенку будет проще воспринять моральные нормы и социальные ограничения, не становясь ужасным, плохим, не заслуживающим вашей любви.

Мы все совершаем ошибки, все способны на дурной поступок, каждый в какой-то момент может проявить слабость, смалодушничать, растеряться. Важна не наша мнимая безупречность, а то, как мы поступаем с неприятными для себя открытиями, как разбираемся с последствиями своих поступков. Застыженному ребенку будет труднее брать на себя ответственность за свершенное: он будет скрываться, оправдываться, переносить вину на другого, что объяснимо, ведь хочется избежать ощущения окончательной никуда негодности.

Есть разница в том, что бы все время говорить: ты плохой, ты ужасный. Вскоре волевым неволей начнешь считать себя таким. Или говорить: ты хороший и [я люблю](#) тебя, но, на мой взгляд, ты поступил плохо (а еще лучше: ты поступил так, что другим людям и тебе от этого было так-то и так-то).

Принятие и уважение к ребенку или взрослому всегда полезнее и действеннее попытки пристыдить, поскольку позволяют принять в себе недостатки и укрепить ресурсные и «положительные» качества. К тому же направляют ребенку послание о том, что мир, люди вокруг в порядке, хороши, но иногда могут происходить различные события, складываться неоднозначные ситуации, к которым ему самому предстоит выработать свое отношение.

Наказание

Наказание — один из любимых способов в российской педагогике закрепить отрицательный результат. Применяется, как правило, с целью предотвратить повторение подобного поведения в дальнейшем. Но часто скрывает всего лишь проявление нашей взрослой беспомощности, разочарованности и злости.

Справедливое наказание за реально нанесенный ущерб еще может быть воспринято ребенком как адекватная мера, поскольку слегка освобождает его от вины (и это опять же не совсем тот эффект, которого добивается наказывающий родитель; он предпочел бы, чтобы ребенок еще долго ощущал себя виноватым). Несправедливое наказание рождает в детях, да и в людях вообще, лишь обиду, злость, возмущение, и нежелание сотрудничать или иметь дело с таким непонимающим взрослым.

Послание при наказании: ***«Ты, видимо, не понял, как ужасно поступил? Так вот, я причиню тебе боль, сделаю тебе плохо, унижу тебя за то, что ты заставил меня переживать и стыдиться. Я вымещу на тебе всю боль моего разочарования. Из собственного страха оказаться плохим родителем еще раз, я хочу, чтобы ты навсегда запомнил, насколько плохо поступил, а то вдруг забудешь».***

Тот, кого наказывают с помощью унижения, физического или психологического насилия, в итоге очень быстро становится насильником сам. Не в силах противостоять наказывающему его родителю, он вымещает свою злость на других детях в школе, на собственных братьях-сестрах, на бабушке, на любом, кто будет позволять ему делать это с собой. Поскольку несправедливое наказание почти всегда воспринимается как акт унижения, проявление агрессии, то в ответ рождает тоже лишь желание унижать и

мстить.

В качестве сопротивления наказанию ребенок может использовать и модель жертвы, стойко перенося все унижения, оскорбления и побои. Ему страшно оказать [сопротивление](#), поскольку больше всего на свете он боится уподобиться его мучителям. У него есть надежда стать абсолютно хорошим, и тогда он избежит нападения и наказания. Но его жертвенно-мазохистская модель всегда будет только провоцировать окружение на нападение и насилие. Причем не только в его семье. Ребенок-жертва будет попадать в ситуации нападения и наказания повсеместно, где бы он ни был.

Его детская [мечта](#) — вырасти и придушить отца собственными руками так и не сбылась, тот умер раньше, чем он вырос. Он до сих пор сжимает кулаки в бессильной злобе от невозможности хоть раз почувствовать себя не полным ничтожеством, а человеком, которого все вокруг и он сам могли бы уважать. И у него, к сожалению, отличная память, особенно на ощущение тяжелой пряжки отцовского ремня, врезающейся в его детскую худосочную спину.

В конце концов с ним ничего плохого не случилось. Просто он бьет своих детей. Не все время, конечно, а когда выпьет, и когда узнает, что сын-подросток опять принес двойку и нахамил учительнице, и потому его в который раз вызывают в школу. Дочь он старается не бить, она же девочка и маленькая еще, и он как-то по-особенному ее жалеет, просто она сама попадает под руку, когда пытается защитить мать, а мать-то уж само собой получает всегда по заслугам.

Наказывая ребенка, вы не делаете его хорошим, вы отнимаете у него его достоинство, истребляете его самоуважение и способность уважать окружающих. Унижение не способно генерировать добро и свет, чаще всего, оно рождает жертвенность, месть и ответную агрессию.

Альтернатива наказанию. Их, как обычно, несколько. Если ваш ребенок не хочет вас послушать и прекратить делать то, что он делает, то, возможно, ему это суперважно. Важнее, чем кажется нам, родителям. И тогда здесь возможно обсуждение и возможность договориться о форме, сроках, альтернативе. Вы можете сказать: «Я понимаю, что тебе не хочется идти домой, а хочется продолжать играть во дворе, но [я могу](#) дать тебе еще только пять минут, а потом мы все же пойдем, а завтра мы еще обязательно выйдем гулять». Это не значит, что эту реплику ребенок воспримет с воодушевлением, но ваше уважительное отношение, скорее всего, заметит, и ему захочется с таким же уважением исполнить ваше желание идти домой и готовить ужин.

Ребенок иногда не желает прекращать делать то, что делает, чтобы вызывать нашу реакцию, причем любую. Потому что наша реакция, даже не самая дружелюбная — это эмоциональный контакт, которого он давно ждет и добивается, и возможно, уже отчаялся добиться ее другим способом.

Альтернатива наказанию, кроме попыток договориться, обозначив наши чувства и намерения, это и просто наше «стоп», наше установление границы. «Прекрати, остановись, перестань, пожалуйста». Твердость ваших слов (а не уровень децибелов) будет всегда воспринята ребенком. Постоянный и истеричный крик им воспринимается не как «стоп», а как сигнал вашего бессилия, а значит, приглашение к тому, чтобы продавливать ваши личностные границы дальше. Регулярно орущая мать воспринимается ребенком как неспособная справиться. Внимательная, но периодически твердая в своих

намерениях — остановить ребенка в его возможно ошибочных действиях. Таковую мать ребенок слышит прекрасно и останавливается, не переходя границы дозволенного.

Еще одна альтернатива — обсуждение случившегося. Даже повзрослев, мы нередко совершаем поступки, о которых потом сожалеем. Самонаказание — не лучший способ разобраться с тем, что случилось. Чувство вины будет либо водить нас по бессмысленному кругу («зачем я это сделал, не надо было так поступать»), либо будет стараться быстрее вытеснить, забыть событие, возможно найти оправдания, перенести ответственность на кого-то другого. Попытки же понять мотивы своих поступков, выяснить обстоятельства, при которых это произошло, осознать важную потребность, которая двигала нашим поступком, больше дают нам и нашим детям, чем наказание или самонаказание, потому что позволяют лучше понять себя и окружающие обстоятельства, осознать последствия и, в итоге, научиться жить, не предавая себя и не нанося вред окружающим людям.

Если книга Вас заинтересовала , Вы можете [приобрести собственный экземпляр](#) на сайте [Издательства психологической литературы «Генезис»](#).