

А Ж О Н

ГРЭИ



J O H N
GRAY

**CHILDREN ARE
FROM HEAVEN**

Positive Parenting Skills for Raising Cooperative,
Confident, and Compassionate Children

Д Ж О Н
ГРЭИ

ДЕТИ – С НЕБЕС

Уроки воспитания

Как развивать в ребенке
дух сотрудничества, отзывчивость
и уверенность в себе

УДК 159.953

ББК 74.9

Г91

Перевод с английского Е. Мирошниченко

Г91 Грэй Джон

Дети — с небес: Уроки воспитания. Как развивать в ребенке дух сотрудничества, отзывчивость и уверенность в себе / Перев. с англ. — М.: ООО Книжное издательство «София», 2017. — 352 с.

ISBN 978-5-906791-53-5

Автор бестселлера «Мужчины с Марса, женщины с Венеры» преподнес потрясающий подарок всем мужчинам и женщинам, у которых есть дети. Эта книга **действительно** поможет вам в воспитании детей. Позитивное воспитание сделает ваших детей успешными, способными справляться с любыми жизненными трудностями, избавит от чувства вины и страха. А вас сделает по-настоящему счастливыми родителями, позволив решить все проблемы, связанные с воспитанием детей в современном мире. И как же пожалееете вы о том, что этой книги не было во времена ваших родителей!

УДК 159.953

ББК 74.9

Children are from Heaven

Copyright © 1999 by J.G. Productions Inc

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-906791-53-5 © ООО Книжное издательство «София», 2014

Содержание

Введение	7
Глава 1. Дети — с небес	23
Глава 2. Почему пять принципов работают	41
Глава 3. Новые методы установления сотрудничества	56
Глава 4. Новые методы преодоления сопротивления	72
Глава 5. Новые методы улучшения общения	98
Глава 6. Новые методы мотивировки	115
Глава 7. Новые методы для утверждения своей власти	149
Глава 8. Новые методы сохранения контроля над ситуацией	167
Глава 9. Отличаться от других — нормально	187
Глава 10. Совершать ошибки — нормально	222
Глава 11. Проявлять негативные эмоции — нормально.....	262
Глава 12. Хотеть большего — нормально	285
Глава 13. Выразить свое несогласие — нормально, но помни, что мама и папа — главные	302
Глава 14. Как использовать пять принципов на практике	325
Благодарности	350

С глубочайшей любовью
посвящаю книгу моей жене — Бонни Грэй.
Если бы не ее мудрость и проницательность,
мне просто не удалось бы написать
«Дети — с небес».
Ее любовь, жизнерадостность и свет озарили
благодатью мою жизнь и жизнь наших детей.

Введение

Через год после женитьбы у меня родилась дочь. Кроме того, у меня уже были две замечательные падчерицы. Новорожденную мы назвали Лорен, Джульете было восемь, а Шенон — почти двенадцать. Моя жена, Бонни, имела уже достаточно большой опыт материнства, но для меня отцовство было внове. Вот так, сразу оказаться в ответе за младенца, ребенка и подростка — непростая задача. Мне уже не раз приходилось проводить семинары с детьми разных возрастов, поэтому я прекрасно знал, как дети относятся к родителям. Кроме того, я консультировал тысячи взрослых и помогал им решать проблемы, корни которых уходят в детские годы. Чтобы исправить недоработки родителей, я учил этих людей исцелять старые раны и прощать обиды. Так что, когда я сам стал отцом, у меня уже был этот уникальный и богатый опыт.

Поначалу я на каждом шагу ловил себя на том, что механически подражаю своим родителям. Какие-то их методы были хороши, другие менее эффективны, а некоторые вообще никуда не годились. Опираясь на собственный опыт (какие воспитательные меры, доставшиеся мне от родителей, оказались недейственными), а также на опыт тысяч людей, с которыми мне довелось работать, я постепенно сумел разработать новые, более эффективные методы воспитания.

Я до сих пор отчетливо помню одно из первых изменений, которые я ввел в свою манеру общения с детьми. Как-то раз, когда Шенон пререкалась с матерью, Бонни, я спустился из спальни, чтобы прийти на помощь жене. В какой-то момент я включился в скандал и стал кричать громче их обеих. Через пару минут я, кажется, одержал верх в этом споре. Шенон утихла, затаив обиду и негодование. И тут я понял, сколько боли причинил падчерице.

В этот миг я осознал, что допустил ошибку. Мое поведение не имело никакого отношения к воспитанию. Я вел



себя в точности, как мой отец, когда он не знал, что делать. Стремясь взять в свои руки контроль над ситуацией, я кричал и запугивал. Хотя я еще не понимал, что именно нужно делать, но ясно видел, что крики и угрозы — не метод. С того дня я больше никогда не позволял себе кричать на детей. Со временем нам с женой удалось разработать другие, более разумные способы восстанавливать контроль над дочерьми, когда они вели себя не так, как следует.

Любовь — это еще не всё

Я очень благодарен своим родителям за любовь и заботу, которые были мне воистину необходимы. Однако, несмотря на всю любовь отца и матери, их ошибки нередко причиняли мне боль. Я стал хорошим отцом именно благодаря тому, что *исцелил* эти раны. Я знаю: они делали все, что могли, но им не хватало знаний о том, что действительно необходимо детям. Родители совершают ошибки, воспитывая своих детей, не потому, что не любят их, а потому, что не знают, как делать это лучше.

Самое важное в воспитании — любить детей и отдавать им время и силы. Однако, хотя любовь — самое главное, это еще далеко не все. Если родители не понимают особых потребностей своего ребенка, то не могут в полной мере дать ему то, что нужно современным детям. Бывает, что родители щедро дарят любовь своему чаду, но не так, как это было бы наиболее полезно для его развития.

**Без понимания потребностей ребенка
родители не в состоянии дать ему необходимое.**

С другой стороны, многие родители и «хотели бы» проводить побольше времени с детьми, но не делают этого, поскольку не знают, чем заняться вместе, а случается и так, что дети просто отвергают их попытки пообщаться. Очень часто родители пытаются поговорить с ребенком, но тот просто закрывается. Эти люди действительно хотят поговорить со своими детьми, но не знают, как это сделать.

Некоторым родителям вовсе не хочется кричать на детей и наказывать их, но они просто не видят альтерна-

тивы. Поскольку разговоры ни к чему не приводят, родители не видят иного выхода, кроме наказания и угроз.

Чтобы отказаться от старых методов воспитания, необходимо заменить их новыми.

Разговоры приносят пользу только тогда, когда вы знаете, что требуется детям. Чтобы ребенку хотелось разговаривать с вами, необходимо научиться *слушать*. Чтобы ребенку хотелось сотрудничать, нужно научиться просить его об этом. Нужно научиться давать детям достаточно много свободы, сохраняя при этом контроль. Научившись всему этому, родители могут отказаться от устаревших методов воспитания.

В поисках лучшего пути

После того как я проконсультировал тысячи человек и обучил сотни тысяч, мне стало понятно, какие именно воспитательные методы не работают, — но более эффективных решений я пока еще не знал. Для того чтобы стать хорошим отцом, недостаточно просто отказаться от управления детьми при помощи крика и наказаний. Чтобы исключить такое средство контроля, как угроза наказания, нужно было найти другие, не менее эффективные методы. Работая над философией подхода «дети — с небес» и над пятью методами позитивного воспитания, я постепенно нашел эффективную альтернативу традиционным методам воспитания.

Чтобы стать хорошим родителем, недостаточно просто отказаться от неэффективных методов.

На разработку методов позитивного воспитания, представленных в книге «Дети — с небес», у меня ушло более тридцати лет. В течение шестнадцати лет, давая консультации взрослым, которые страдали от проблем в личной жизни и во взаимоотношениях с окружающими, я получил прекрасную возможность выяснить, какие из примененных к ним в детстве методов не дали позитивных результатов. Затем, в течение следующих четырнадцати лет отцовства, я разработал и применил на практике иные, новые методы воспитания. Действенность этих методов

подтвердилась не только на примере моих детей, но и в тысячах других семей.

Марго, мать-одиночка, начала использовать мои методы в общении со своей старшей дочерью-подростком, Сарой, которая перед этим не просто перестала разговаривать с матерью, но всерьез готовилась сбежать из дома. Стоило Марго подкорректировать свой стиль общения с дочерью, и им удалось уладить все проблемы. Буквально за день Сара стала совсем другим человеком. До того как Марго записалась на семинар «Дети — с небес», Сара только хмурилась в ответ на любые попытки матери поговорить с ней. Через несколько месяцев после семинара Сара уже увлеченно рассказывала Марго о своей жизни, выслушивала советы и охотно сотрудничала с матерью.

У Тима и Кэрол были проблемы с трехлетним сынишкой Келвином. Он непрестанно закатывал сцены, скандалил и твердо стоял на своем в любой ситуации. Когда родители отказались от тумачков и вместо этого стали применять *тайм-ауты*, Келвин понемногу отказался от истерик. Тим и Кэрол сумели вновь обрести контроль над ситуацией в семье, поняв, как удовлетворить потребности своего малыша.

Филипп — преуспевающий бизнесмен. После семинара «Дети — с небес» этот мужчина осознал, как сильно нуждаются в нем его дети, и понял, каким образом он может поучаствовать в их воспитании. Филиппа воспитывала главным образом мать, и он не понимал, насколько необходим ребенку отец. Узнав, что требуется его детям и что он может для них сделать, Филипп стал охотно проводить с ними больше времени. Он очень признателен за эти знания: благодаря им он смог подарить больше счастья не только своим детям, но и себе самому. Прежде ему недоставало радостей отцовства, о которых он даже не подозревал.

Многие мужчины, не занимающиеся воспитанием детей, даже не осознают, каких радостей себя лишают.

Том и Карен всегда спорили по поводу того, как воспитывать своих детей. Дело в том, что их самих воспитывали

по-разному, и вот теперь они не могли прийти к согласию по поводу того, как вести себя с детьми. После семинара «Дети — с небес» они наконец нашли общий подход к воспитанию. В результате выиграли дети — не только потому, что их родители стали применять более эффективные методы, но и потому, что те стали меньше ссориться.

Можно без конца рассказывать истории семей, которым пошли на пользу идеи и методы, предложенные в рамках подхода «дети — с небес». Если у вас есть какие-то сомнения по поводу действенности моего подхода, просто попробуйте применить его на практике и посмотрите, каковы будут результаты. Эффективность этих методов легко доказать: стоит начать их использовать — и они немедленно приносят плоды.

Доказать эффективность предлагаемых мною методов легко: начните их использовать — и вы немедленно получите результаты.

Все положения подхода «дети — с небес» всего лишь *разумны*. Читая эту книгу, вы нередко будете находить подтверждения собственных догадок. В других случаях представленные здесь новые идеи помогут вам увидеть собственные ошибки и ответят на многие вопросы. Хотя книга «Дети — с небес» не подскажет решение всех проблем, которые могут у вас возникнуть, она даст общий подход к их решению. Решать проблемы по-прежнему будете вы сами, но теперь сможете применять новый, более эффективный подход. Этот новый путь к обретению взаимопонимания с детьми поможет вам находить уникальный выход из каждой ситуации — день за днем.

«Дети — с небес» — широкая практическая философия воспитания, применимая к детям любого возраста. Эти новые идеи и методы годятся для работы с младенцами, малышами, детьми и подростками. Даже если до сих пор вы воспитывали своего подростка иначе, начните применять наши методы, — и ребенок пойдет вам навстречу.

«Дети — с небес» — широкая практическая философия воспитания, применимая к детям любого возраста.

Я убедился в этом на собственном опыте: две мои падчерицы отреагировали на новый подход немедленно. Хотя прежде их растили с применением некоторых старых методов вроде наказания и крика, новый подход подействовал сразу же. При помощи этих новых методов удается побудить к сотрудничеству всех детей — независимо от возраста и использовавшихся прежде воспитательных подходов.

Данные техники срабатывают даже по отношению к детям, выросшим в атмосфере пренебрежения, плохого обращения и жестоких наказаний. Понятно, что у ребенка, которым пренебрегали и с которым плохо обращались, могут быть какие-то особые проблемы в поведении, но наш новый подход помогает эффективно решить их. Дети необыкновенно податливы и легко изменяются, стоит дать им необходимую любовь и поддержку.

Кризис воспитания

Свободный мир Запада переживает кризис воспитания. С каждым днем средства массовой информации приносят нам все больше известий о детской и подростковой преступности, заниженной самооценке, синдроме недостатка внимания, наркомании, ранней беременности и самоубийствах. Почти все родители ныне сомневаются как в старых методах воспитания, так и в новых. Создается впечатление, будто ни один подход не годится, а проблемы наших детей между тем все усугубляются.

Некоторые родители полагают, что корень проблем во вседозволенности и в том, что мы слишком много даем своим детям. Другие думают, что все дело в устаревших методах воспитания — вроде криков и тумачков. Третьи склоняются к мысли, что новые проблемы порождены негативными переменами в самом обществе.

Многие считают, что виной всему обилие рекламы, насилия и секса на телеэкранах. Конечно, общество и то влияние, которое оно оказывает на детей, имеют самое непосредственное отношение к данному вопросу, и некоторые проблемы можно было бы решить при помощи соответствующих изменений в законодательстве, — однако куда

важнее обратить внимание на то, что происходит дома. Проблемы детей начинаются дома и могут быть решены там же. Перемены в обществе — важный фактор, но родители должны понять, что именно от них зависит, вырастут ли их дети сильными, уверенными в себе, способными к сотрудничеству и состраданию.

**Проблемы детей начинаются дома
и могут быть решены там же.**

Чтобы не отставать от перемен, происходящих в обществе, родителям нужно изменить свой подход к воспитанию. За последние две сотни лет общество совершило исторический скачок, предоставив всем гражданам небывалые личные свободы и человеческие права. Но, несмотря на то что современное западное общество зиждется на принципах свободы и прав человека, родители по-прежнему используют воспитательные методы, доставшиеся нам из темного средневековья.

Для того чтобы вырастить здоровых, способных к сотрудничеству детей, родителям нужно модернизировать свои методы воспитания. Руководители компаний знают, что, если они хотят сохранить конкурентоспособность на рынке, им необходимо постоянно меняться и совершенствоваться. Подобным же образом, если родители хотят, чтобы дети могли уверенно чувствовать себя в свободном мире, нужно воспитывать их при помощи наиболее эффективных и современных методов.

**Воспитание, основанное на любви,
а не на страхе**

В прошлом детей контролировали при помощи давления, страха и чувства вины. Чтобы мотивировать хорошее поведение, детям внушали, что они порочны и могут заслужить хорошее отношение только послушанием. Сильнейшим сдерживающим фактором для ребенка был страх потерять любовь и благосклонность родителей. Если этого оказывалось недостаточно, взрослые прибегали к более жестким наказаниям, которые должны были пробудить в ребенке еще больший страх и сломить его волю.

Непослушного ребенка нередко называли *своевольным*. По иронии судьбы, с точки зрения позитивного воспитания основой для развития в ребенке духа сотрудничества, уверенности в себе и отзывчивости служит именно воспитание сильной воли.

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

В прошлом цель воспитания состояла в том, чтобы привить детям послушание. Позитивное воспитание направлено на то, чтобы вырастить волевого ребенка, но при этом склонного к сотрудничеству. Чтобы добиться сотрудничества, нет нужды ломать его волю. Дети — с небес. Когда их сердца открыты, а воля получает необходимую подпитку, они больше склонны к сотрудничеству.

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

Методы прошлого были нацелены на воспитание послушных детей. Позитивный подход направлен на воспитание отзывчивых детей, которые подчиняются правилам не из страха, но действуют спонтанно и принимают решения, следуя велению сердца. И если такие дети не лгут, то не потому, что это против правил, но потому, что они честны и справедливы. Мораль для них не является чем-то навязанным извне — она идет изнутри, воспитанная сотрудничеством с родителями.

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

Воспитательные методы прошлого были сосредоточены на том, чтобы приучить детей подчиняться. Позитивное воспитание стремится к созданию уверенных в себе лидеров, способных творить свою судьбу самостоятельно, а не просто следовать по стопам тех, кто идет впереди. Уверенные в себе дети отчетливо осознают, кто они есть и чего хотят добиться.

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

Сильные дети меньше поддаются давлению со стороны сверстников и не испытывают потребности бунтовать, чтобы утвердить себя. Они думают своей головой, но при этом остаются открытыми для помощи и поддержки со стороны родителей. Когда такие дети взрослеют, их не сковывают предрассудки окружающих. Они следуют своему внутреннему компасу и принимают решения самостоятельно.

Сегодня дети не такие, как прежде

Мир вокруг нас изменился — изменились и дети. Воспитание, основанное на страхе, больше не оказывает на них должного воздействия. Старые, основанные на запугивании методы на самом деле лишь ослабляют родительский контроль. Угроза наказания только настраивает детей против родителей и побуждает их к бунту. Крик или удар уже не помогают установить контроль над ребенком, но просто убивают в нем желание слушать и сотрудничать. Родители стремятся к более полноценному общению с детьми, чтобы подготовить их к напряженной современной жизни, но, к сожалению, до сих пор используют при этом устаревшие методы воспитания.

Угроза наказания только настраивает детей против родителей и побуждает их к бунту.

Я помню, как эту же ошибку совершал мой отец. Он всегда пытался контролировать своих шестерых сыновей и дочь при помощи угрозы наказания. Он был военным и не знал иного способа воздействия на окружающих. В каком-то смысле он относился к нам как к солдатам. Когда мы противились его воле, он восстанавливал контроль над ситуацией, грозя наказанием. Такой метод воспитания был в известной мере эффективным, когда подрастало его поколение, но эти средства уже не действовали на моих ровесников, тем более не действуют они на современных детей.

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 таймаут.

В былые времена наказание использовалось для того, чтобы сломать своевольного ребенка. Возможно, этот метод позволял добиваться от детей послушания в прошлом, но не сейчас. Ныне дети гораздо искушенней и разумнее, чем прежде. Они понимают, когда родители ведут себя нечестно и оскорбительно, и не склонны терпеть это. Они возмущаются и бунтуют. А самое главное, наказания и угрозы перекрывают каналы общения между вами. Вместо того чтобы способствовать решению проблемы, родители становятся ее частью.

Используя наказание, вы становитесь ребенку врагами, от которых нужно таиться, а не родителями, от которых можно ждать помощи.

Когда родители кричат на ребенка, это только притупляет его способность слушать. Чтобы добиваться успехов в учебе, и — что еще важнее — конкурировать в условиях свободного рынка и строить прочные взаимоотношения с окружающими, современному человеку необходимо в полной мере владеть искусством общения. Лучше всего

ребенок учится этому искусству, когда выслушивает родителей, а родители выслушивают его.

**Дети прислушиваются к родителям,
когда родители прислушиваются к детям.**

Что бывает, если включить музыку слишком громко? Вы просто перестаете ее слышать. То же самое происходит и тогда, когда родители постоянно чего-то требуют от своих детей. Когда современные родители кричат на детей, как делали их отцы и матери, это производит совершенно другое воздействие. Современный ребенок просто отключается, и взрослые утрачивают контроль над ним.

Отказаться от наказания

В прошлом многие общества жили под гнетом и контролем сильных, жестких диктаторов, но сегодня дело обстоит иначе. Теперь народы не склонны поддерживать несправедливость и попрание человеческих прав, но готовы отвечать на такую политику неповиновением. Люди не раз жертвовали жизнью во имя торжества принципов демократии.

Также и современные дети не склонны мириться с угрозой наказания. Они восстают. Сегодня ребенок острее чувствует, что *любое* наказание несправедливо. Любое наказание оборачивается сопротивлением, возмущением, неприятием и бунтом. Сегодня дети все в более раннем возрасте начинают отвергать ценности взрослых и восставать против родительского контроля. Дети отталкивают и отвергают жизненно важную для их развития поддержку старших гораздо раньше, чем достигают психологической зрелости и могут обходиться без помощи родителей. Они жаждут освободиться от родительской опеки, когда эта опека им еще необходима для здорового развития.

**Дети отвергают помощь родителей,
когда еще психологически не готовы к этому.**

Многие родители понимают, что старые, основанные на наказании методы не работают, но другого пути не знают. Они воздерживаются от наказаний, но это тоже не при-

носит желаемых результатов. Воспитание, основанное на вседозволенности, не дает детям родительского контроля, в котором они нуждаются. Стоит уступить дюйм своего влияния, и они отхватывают у вас целую милю. Дети быстро учатся использовать свою свободу для того, чтобы *манипулировать взрослыми*.

Если ребенку позволяют использовать сильные негативные чувства и истерики для достижения своих целей, он быстро берет родителей под контроль. Если ребенок управляет родителями, сам он становится неуправляемым. В значительной мере это порождает у детей те же проблемы, что и устаревшие методы воспитания.

**Если ребенок управляет родителями,
он сам становится неуправляемым.**

Растет ли ребенок в атмосфере страха или в атмосфере вседозволенности, — если он не чувствует, что родители управляют ситуацией, то отвечает бунтом и отрицанием на любые попытки старших взять бразды правления в свои руки. Отстранившись от поддержки родителей, ребенок развивается неполноценно. Используя методы позитивного воспитания, изложенные в книге «Дети — с небес», родители могут дать своим детям свободу и инициативу, которые необходимы им для развития сильного и здорового ощущения собственного «я».

Результаты воспитания, основанного на страхе

Старые, основанные на страхе методы управления детьми при помощи запугивания, критики, неодобрения и наказаний еще не утратили своей силы, но стали нецелесообразными. Нынешние дети чувствительнее прежних. Они намного способнее, чем раньше, но при этом такие устаревшие методы воспитания, как крики, оплеухи, наказания, заточение, неодобрение, унижение и упреки, оказывают на них гораздо более сильное негативное воздействие. Когда дети были более толстокожими, эти методы приносили пользу, но теперь они устарели и просто противопоказаны.

В прошлом тумачи заставляли детей бояться авторитета и следовать правилам. Сейчас они влекут за собой диаметрально противоположные результаты. Посеешь насилие — пожнешь насилие. Это симптом возросшей чувствительности. Сегодня дети обладают большим творческим потенциалом, чем прежде, но при этом более остро реагируют на внешние условия.

Поскольку дети стали более чувствительными, они активнее отвечают насилием на насилие.

В наши дни дети лучше всего учатся уважать окружающих не благодаря страху, но посредством подражания. Дети всегда запрограммированы на подражание родителям. Их разум воспринимает картинки и записывает их с тем, чтобы повторять и имитировать все, что вы говорите и делаете. Подражание и сотрудничество для детей — важнейшие механизмы обучения. Если родители проявляют уважение к окружающим, постепенно учатся уважать других и дети. Если родители умеют вести себя спокойно и добродушно со скандалящим малышом, он тоже постепенно научается оставаться спокойным и добродушным, когда его захлестывают сильные эмоции. Чтобы сохранять спокойствие, добродушие и уважение, родителям нужно твердо знать, что следует делать, когда ребенок выходит из-под контроля.

Чтобы сохранять спокойствие, добродушие и уважение, родителям нужно знать, что следует делать, когда ребенок выходит из-под контроля.

Если для того, чтобы восстановить контроль над ребенком, вы его бьете, малыш учится, что при потере контроля над ситуацией нужно вести себя агрессивно. Мне не раз приходилось быть свидетелем того, как мать отвешивает сыну оплеуху со словами: «Не смей бить своего братика!» Она хочет, чтобы он почувствовал то же самое, что и брат, однако битье здесь абсолютно порочный метод. Удар, полученный от матери, только укрепляет склонность малыша драться и вести себя агрессивно.

Впоследствии, не получая желаемого, он автоматически дает выход гневу посредством либо прямой, либо скры-

той агрессии. Хотя в прошлом шлепки и удары оказывали должное воздействие на детей, теперь они приводят только к ответной реакции. Основанные на устрашении методы воспитания ограничивают естественное развитие детей; при этом исполнение родительского долга приносит нам меньше радости и отнимает больше времени.

Не хватает времени на воспитание

В наши дни у родителей остается меньше, чем когда бы то ни было, времени на воспитание детей. Поэтому нам необходимо знать, что для наших детей особенно важно. Это знание не только помогает наиболее эффективно использовать свободные минуты, но и побуждает находить дополнительное время для общения с детьми. Отчетливо осознавая потребности ребенка, родители охотно посвящают ему больше времени.

В условиях сильного стресса и напряжения взрослые чаще всего ограничиваются либо тем, что они *должны* сделать для детей, либо тем, что они *могут* сделать. Женщины обычно выбиваются из сил, чтобы сделать все, что они должны, а мужчины главным образом сосредоточиваются на том, что могут. Если отец не знает, что он может сделать для детей, то часто вообще ничего не делает. Если же мать не знает, что важнее всего для ребенка, она обычно ставит на первое место что-то другое. Когда родители выясняют, что именно требуется их детям, они меньше заботятся о том, чтобы заработать побольше денег и закупить вещей, и стараются уделять больше времени семейным радостям. Осознав, что они должны и могут сделать, родители ищут возможности проводить больше времени со своими детьми.

Модернизировать методы воспитания

Читая книгу «Дети — с небес», вы узнаете, каким образом на практике модернизировать свои методы воспитания. Вы обнаружите не только то, какие подходы неэффективны, но и чем их заменить. Познакомитесь с новыми способами побудить детей к сотрудничеству и руководить ими, не прибегая к устрашению.

Современные дети не нуждаются в мотивации страхом и наказанием. Они обладают врожденной способностью отличать хорошее от плохого — нужно только дать им возможность развить эту способность. Вместо того чтобы мотивировать их к должному поведению при помощи наказания и устрашения, можно использовать поощрение, а также их естественное здоровое желание доставить родителям радость.

Первые восемь глав книги «Дети — с небес» научат вас использовать различные методы позитивного воспитания, направленные на то, чтобы улучшить общение с детьми, углубить сотрудничество с ними и побудить их к наиболее полному проявлению своих способностей. В последних шести главах вы научитесь доносить до них пять важнейших принципов, которые должен снова и снова слышать каждый ребенок.

Эти пять позитивных принципов таковы:

1. Отличаться от других — нормально.
2. Совершать ошибки — нормально.
3. Проявлять негативные эмоции — нормально.
4. Хотеть большего — нормально.
5. Выражать свое несогласие — нормально, но помни, что мама и папа — главные.

Эти пять принципов дадут вашим детям свободу развивать способности, дарованные им Богом. Если, используя методы позитивного воспитания, правильно воплощать эти принципы в жизнь, ваш ребенок разовьет в себе качества, необходимые для достижения успеха в жизни. Вот некоторые из этих качеств: умение прощать других и себя, умение делиться, умение дожидаться осуществления своих желаний, чувство собственного достоинства, терпение, упорство, уважение к окружающим и к себе, дух сотрудничества, отзывчивость, уверенность в своих силах, способность быть счастливым. Предлагаемый мною новый подход в сочетании с вашей любовью и заботой даст детям возможность полностью развить свой потенциал на каждом этапе взросления.

Вооружившись новыми идеями, вы обретете уверенность в себе, которая необходима для воспитания детей, и

сможете спокойно спать по ночам. Когда у вас возникнут какие-либо вопросы, и вы придете в замешательство, эти идеи станут для вас щедрым источником, к которому вы сможете возвращаться снова и снова, чтобы обрести поддержку и вспомнить, что необходимо вашим детям и что вы в силах дать им.

Прежде всего, помните, что дети *в самом деле* пришли с небес. У них уже есть все, необходимое для роста. Вы как родители должны только всячески способствовать этому процессу. Применяя на практике пять принципов и пять методов позитивного воспитания, вы обретете не только уверенность в том, что делаете все необходимое, но и осознаете, что ваша помощь дает детям возможность полноценно реализовать заложенный в них потенциал.

Глава 1

Дети — с небес

Все дети рождаются невинными и добрыми. В этом смысле все дети — с небес. Каждый ребенок особенный. Он приходит в этот мир с определенным предназначением. Яблочное семя естественным образом превращается в яблоню. Из него не вырастет груша или апельсин. Как родители, мы прежде всего должны признавать, уважать и поддерживать процесс естественного роста наших детей. От нас не требуется каким-то образом формировать из них таких людей, какими они по нашему мнению должны стать. Однако мы ответственны за то, чтобы оказать им мудрую поддержку, когда речь идет о развитии их врожденных талантов и сильных качеств.

Детям не нужно, чтобы мы их направляли или улучшали, но их рост зависит от нашей поддержки. Мы должны предоставить плодородную почву, на которой смогли бы вырасти плоды их величия. Все остальное они в силах сделать сами. В яблочном семени таится подробнейший план его будущего роста и развития. Подобным образом в растущем разуме, сердце и теле каждого ребенка есть подробный план его развития. Не думайте, будто вам необходимо сделать своих детей хорошими, — признайте, что они уже хороши.

**В растущем разуме, сердце и теле каждого ребенка
есть подробный план его развития.**

Мы как родители должны помнить, что Мать Природа всегда следит за ростом и развитием своих детей. Вот что ответила моя мама, когда я спросил, как она воспитывала детей: «Растя шестерых сыновей и дочь, я в конце концов поняла: я мало что могу сделать, чтобы изменить их. Я поняла, что все в руках Божьих. Я делала, что могла, а

в остальном полагаюсь на Бога». Это осознание помогло ей поверить в процесс естественного роста. Поэтому она не просто спокойно относилась к этому процессу, но и научилась не мешать ему. Такое понимание очень важно для всех родителей. Если человек не верит в Бога, он может заменить это слово «генами» — все заложено в генах.

При помощи методов позитивного воспитания родители способствуют процессу естественного роста своих детей, не вмешиваясь в него. Без понимания естественных путей развития ребенка родители склонны испытывать ненужное разочарование, беспокойство и вину, и по недомыслию блокируют или подавляют развитие своих детей в некоторых направлениях. Например, если ребенок обладает особой чувствительностью, а родители не понимают этого, то, с одной стороны, они не могут наладить с ним полноценное общение, а с другой — у ребенка самого создается впечатление, будто с ним что-то не в порядке. Это ложное убеждение «со мной что-то не в порядке» четко отпечатывается в сознании ребенка, и он не может полноценно развивать свои таланты, связанные с повышенной чувствительностью.

У каждого ребенка особые проблемы

Кроме того, что все дети рождаются невинными и добрыми, все они приходят в мир с особыми проблемами. Мы как родители должны помочь детям справиться с их уникальными задачами. Я рос в семье, где было семеро детей, и, несмотря на то что у нас были одни и те же родители и одинаковые возможности, все семь оказались совершенно разными. Сейчас у меня три дочери — одной из них двадцать пять, другой двадцать один и третьей тринадцать. Каждая из них отличается и всегда отличалась от других, у каждой свои особые сильные и слабые стороны.

Как родители, мы можем помочь своим детям, но не в силах избавить их от стоящих перед ними уникальных проблем и задач. Понимая данный факт, мы можем меньше беспокоиться по этому поводу и не пытаться изменить детей или решить их проблемы. Такое доверие облегчает жизнь как родителям, так и детям. Мы можем позволить

детям оставаться собой и сосредоточиться на том, чтобы просто помочь им решать необходимые для роста задачи, которые ставит перед ними жизнь. Когда отец с матерью проявляют в общении меньше напряжения и неуверенности, детям легче верить в себя, в родителей и в неведомое будущее.

У каждого ребенка свое неповторимое предназначение. Приняв этот факт, родители могут успокоиться, расслабиться и не брать на себя ответственность за любую проблему, возникающую у ребенка. Мы тратим слишком много времени и энергии на попытки понять, что могли бы сделать мы или что должен был сделать ребенок в той или иной ситуации. Вместо этого нам следовало бы осознать, что перед всеми детьми периодически встают различные проблемы, вопросы и задачи. Наша задача как родителей — помочь детям повернуться к проблеме лицом и успешно с ней справиться. Никогда не забывайте, что у каждого ребенка уникальный набор задач и талантов и мы не можем изменить то, какими им быть. Однако мы в силах позаботиться о том, чтобы у детей были все возможности добиться наилучших результатов, на какие они способны.

**У каждого ребенка свой уникальный набор задач
и талантов, и мы не можем изменить то,
какими им быть.**

В трудные времена, когда нам начинает казаться, будто с нашими детьми что-то не в порядке, нужно просто вспомнить, что они — с небес. Они изначально совершенны, и перед ними стоят неповторимые жизненные задачи. Особые препятствия, которые приходится преодолевать детям, помогают им обрести силы и развить свой особый характер.

**Детям необходимо сочувствие и помощь,
но не менее необходимы им для роста
и их особые проблемы.**

Для здорового роста каждому ребенку необходимо пройти через периоды испытаний. Научившись принимать и понимать ограничения, накладываемые на них родителями и миром, дети развивают такие жизненно важные

качества, как умение прощать, умение дожидаться осуществления своих желаний, приятие, дух сотрудничества, творческий потенциал, отзывчивость, отвага, упорство, умение исправлять свои ошибки, чувство собственного достоинства, самодостаточность и целеустремленность. Например:

- * Ребенок не научится прощать, если ему прощать некого.
- * Ребенок не разовьет в себе терпение или умение дожидаться осуществления своих желаний, если всегда сразу предоставляет ему все, чего он хочет.
- * Ребенок не научится принимать собственные недостатки, если все вокруг него безупречно.
- * Ребенок не научится сотрудничать, если всё всегда происходит так, как хочется ему.
- * Ребенок не разовьет свой творческий потенциал, если за него всё будут делать другие.
- * Ребенок не научится сочувствию и уважению к окружающим, если он не видит, что другие люди тоже испытывают боль и переживают неудачи.
- * Ребенок не разовьет в себе отвагу и оптимизм, если ему не придется столкнуться лицом к лицу с неприятностями.
- * Ребенок не разовьет в себе упорство и силу, если все дается легко.
- * Ребенок не научится исправлять свои ошибки, если ему неведомы трудности, неудачи и промахи.
- * Ребенок не разовьет в себе чувство собственного достоинства и здоровую гордость, если не будет преодолевать препятствия и добиваться чего-либо.
- * Ребенок не разовьет в себе самодостаточность, если ему не знакомо чувство изоляции и неприятия.
- * Ребенок не разовьет в себе целеустремленность, если у него нет возможности противостоять авторитету и/или добиваться желаемого.

По многим причинам проблемы и испытания не только неизбежны, но и необходимы. Наша задача как родителей состоит не в том, чтобы оградить детей от жизненных испытаний, а в том, чтобы помочь им успешно преодолевать эти испытания и расти. Здесь вы узнаете новые методы

позитивного воспитания, вооружившись которыми можете своим детям справиться с жизненными проблемами и неудачами. Если вы решаете все проблемы за детей, то они не смогут отыскать внутри себя свои врожденные способности и умения.

Жизненные трудности помогают ребенку стать сильнее и пробуждают то лучшее, что в нем заложено. Бабочке приходится приложить огромные усилия, чтобы выбраться из кокона. Если, стремясь облегчить ее участь, вы разрежете кокон, то бабочка вскоре умрет. Эти усилия необходимы ей для того, чтобы развить мышцы крыльев. Избавьте бабочку от этого трудного процесса, и она не сможет летать — она погибнет. Подобным образом, для того чтобы наши дети выросли сильными и могли свободно парить над этим миром, им необходимы определенные трудности и определенная поддержка.

Чтобы решать уникальные задачи, которые ставит жизнь, каждому ребенку необходима любовь и поддержка особого рода. Без должной поддержки эти проблемы представляются ему в преувеличенном и искаженном виде, что иногда может привести к душевным болезням и развитию преступных наклонностей. Задача родителей — правильно поддерживать своих детей, чтобы они становились сильнее и здоровее. Если мы слишком облегчаем задачи детей, то тем самым мешаем им стать сильными. Однако, помогая недостаточно, мы тоже лишаем их поддержки, которая необходима для роста. Дети не в силах справиться со всем самостоятельно. Без помощи родителей ребенок не может расти и развивать в себе качества, необходимые для достижения успеха в жизни.

Пять принципов позитивного воспитания

Существуют пять важных принципов позитивного воспитания, которые помогут детям найти в себе силы для преодоления жизненных трудностей и в полной мере развить внутренний потенциал. На страницах этой книги вы встретите целый ряд новых методов воспитания, в основе которых лежит стремление донести эти принципы до ребенка.

Вот эти принципы:

1. Отличаться от других — нормально.
2. Совершать ошибки — нормально.
3. Проявлять негативные эмоции — нормально.
4. Хотеть большего — нормально.
5. Выражать свое несогласие — нормально, но помни, что мама и папа — главные.

Давайте рассмотрим каждый из них подробнее.

1. **Отличаться от других — нормально.** Каждый ребенок неповторим. У каждого есть особые таланты, проблемы и потребности. Задача родителей распознать эти особые потребности и удовлетворить их. У мальчиков есть ряд особых потребностей, которые не так важны для девочек. У девочек есть особые потребности, не имеющие особого значения для мальчиков. Кроме того, у каждого ребенка, независимо от пола, есть потребности, связанные с его личными проблемами и талантами.

Дети также различаются в том, как они обучаются, и родителям важно осознавать эти различия, чтобы не расстраиваться понапрасну, сравнивая своих детей с другими. По типу усвоения знаний дети делятся на три категории: бегуны, ходоки и прыгуны. Бегуны обучаются очень быстро. Ходоки обучаются ровно, их успехи несложно заметить со стороны. И наконец, существуют прыгуны. Прыгунов воспитывать труднее всего. Создается впечатление, будто эти дети вообще не учатся и не добиваются никаких успехов, но затем в один прекрасный день они совершают скачок и обретают знания и навыки разом. Они — как поздние цветы. Обучение занимает у них больше времени.

Родителям нужно научиться по-разному проявлять свою любовь по отношению к мальчикам и к девочкам. К примеру, девочкам требуется больше заботы; но, если проявлять слишком много заботы по отношению к мальчишке, ему будет казаться, что вы ему не доверяете. Мальчику нужно больше доверия; но, если проявлять слишком много доверия по отношению к девочке, ей может показаться, будто о ней не слишком заботятся.