



Каким вырастет ваш ребёнок

Как воспитать
уверенность,
самостоятельность
и внутреннюю опору

НОЙ ЭВЕРТ

Ной Эверт

**Каким вырастет ваш
ребёнок. Как воспитать
уверенность, самостоятельность
и внутреннюю опору**

«Автор»

2026

Эверт Н.

Каким вырастет ваш ребёнок. Как воспитать уверенность, самостоятельность и внутреннюю опору / Н. Эверт — «Автор», 2026

Ребёнок не рождается уверенным в себе его выращивает среда, в которой он растёт день за днём, слово за словом, взгляд за взглядом. Эта книга не сборник запретов и наказаний, а карта того, как построить семью, в которой ребёнок чувствует себя в безопасности и не боится быть собой. Что важнее материальный достаток или семейная культура? Почему «нормальная» семья не всегда означает здоровую? Как признавать свои ошибки перед детьми, не теряя авторитета? В чём разница между материнской и отцовской любовью, и почему обеим ролям нужен баланс? От семейной атмосферы до подлинной родительской близости практические принципы воспитания, которые помогают вырастить не удобного ребёнка, а самостоятельного, уверенного и любящего человека.

© Эверт Н., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Семейная среда — основа развития ребенка	7
1. Хорошая среда воспитывает талантливых людей	7
Помимо материального капитала, культурный капитал семейных традиций имеет ещё большее значение	10
Семейная среда формирует мечты ребенка	12
Влияние окружающей среды на поведение человека	13
Окружение и личные усилия определяют будущее	14
Порядок рождения в семье оказывает такое же влияние на развитие ребенка	16
Американская элита с высокой вероятностью происходит из элитных семей	23
Можно ли в академических кругах «пойти по стопам отца»?	25
Социальный статус — это не всё: в китайскоязычном мире по-прежнему появляется множество выдающихся личностей	27
Самый большой барьер, мешающий ребенку преодолеть социальный барьер, — это родители?	29
Сейчас мы и есть «родная семья» для наших детей	31
Размышления, которые вызывает у нас среда взросления детей в традиционном обществе	33
Нормальная семья ≠ здоровая среда для семейного воспитания	35
Как не стать «токсичными» родителями	37
Как создать правильную и комфортную среду для взросления?	40
Какую среду, способствующую здоровому развитию, следует создать?	43
4. Как создать семейную культуру	46
Обмен личными историями	49
Родители должны смело признавать свои ошибки	51
Воспитание — это самое важное в передаче семейной культуры	54
Иерархия ценностей+чувство торжественности	56
Эффективные «семейные собрания»	58
1. Этапы эффективного семейного собрания	59
2. Руководящие принципы проведения эффективных семейных собраний	60
Заключение	62
Глава 2. Родительская любовь — гавань для души ребенка	63
1. Родительская любовь — источник энергии для роста ребенка	63
Лучше всего выдерживают испытание временем любовь и привязанность	65
Люди, испытывающие недостаток любви, подвержены психическим заболеваниям	67
Безусловная любовь и принятие ребенка	69
Ребёнок должен любить и уважать своих родителей	71
Ребёнок должен принять своих несовершенных родителей	73
3. В чём разница между материнской и отцовской любовью	75
Четыре роли родителей	76

Даже неидеальная мама может дать ребенку стопроцентную любовь	77
Ворчливая мама и строгий папа — это родители, которые сами так и не повзрослели	79
Почему у «тигра-отца» рождается «собака-сын»?	80
Конец ознакомительного фрагмента.	82

Ной Эверт

Каким вырастет ваш ребёнок.

Как воспитать уверенность,

самостоятельность и внутреннюю опору

Предисловие

Дети — самое ценное достояние человечества, их взросление — это будущее семьи, общества и страны. Однако вопрос о том, как воспитать здорового, уверенного в себе, ответственного, любящего и способного к счастью ребенка, является важной задачей, стоящей перед каждым родителем.

Еще 100 лет назад Лу Синь написал статью под названием «Как нам сейчас быть отцами», в которой были такие слова: «Родительство должно быть исключительно обязательным, альтруистическим и самоотверженным делом, и это очень нелегко». Господин Лу Синь также говорил: «Пробудившиеся родители должны сами нести на себе тяжёлое бремя традиций, удерживать ворота тьмы, чтобы выпустить детей на простор и свет, где они смогут впоследствии жить счастливо и вести достойную жизнь. Это чрезвычайно великое и важное дело, а также чрезвычайно тяжёлое и трудное». Воспитать ребёнка, стать хорошими родителями — это было нелегко 100 лет назад, и нелегко это и сегодня.

Стать хорошими родителями — это обязанность и стремление каждого родителя. Хорошие родители должны не только обеспечивать детей материально, но и оказывать им психологическую поддержку и давать образование.

Во-первых, семейная обстановка является основой для роста ребенка. Благоприятная семейная обстановка имеет решающее значение для роста и развития ребенка. Стабильная, гармоничная и теплая семейная обстановка дарит ребенку чувство безопасности и принадлежности, позволяя ему расти более уверенным в себе и здоровым.

Во-вторых, родительская любовь — это душевная гавань для ребенка. Родительская любовь является важным источником роста ребенка. Она не только позволяет ребенку почувствовать тепло и заботу, но и влияет на его мысли и поведение, формируя его личность и характер.

Кроме того, в книге подчеркивается важность родителей в процессе взросления ребенка: они должны стать его спутниками на всю жизнь, служить примером для подражания, маяком и движущей силой. Особое внимание уделяется «правилам любви» и искусству общения хороших родителей — все это является неотъемлемой частью роли и ответственности родителей в семейном воспитании. А уважение к индивидуальности и желаниям ребенка является ключом к более эффективному развитию его независимости и самостоятельности в процессе воспитания.

Эта книга призвана стать надежным руководством для родителей, помогая им принимать правильные решения в процессе воспитания, повышать свои родительские навыки и стать лучшими родителями. Мы верим, что ценность этой книги заключается не только в том, чтобы научить родителей лучше воспитывать детей, но и в том, чтобы помочь им заново взглянуть на себя и тем самым стать лучшими родителями.

Цюй Сихао

18 марта 2023 года

Глава 1. Семейная среда — основа развития ребенка

1. Хорошая среда воспитывает талантливых людей «Три поколения — и появится аристократ»

Есть поговорка: «It takes a village to raise a kid» (дословно: «Чтобы воспитать ребенка, нужна целая деревня»). На самом деле это означает, что успех и высокий уровень образования человека зависят от естественного воспитания в широком окружении, а не от насильственного навязывания знаний в какой-то отдельной сфере. Такая комплексная среда, требующая взаимодействия школы, семьи и общества, представляет собой обширный круг.

Иногда, даже если в семье всё организовано правильно, в школе дети начинают сравнивать себя с другими, и это мешает формированию хороших привычек в долгосрочной перспективе; иногда, даже если в школе всё организовано правильно, в семье нарушаются правила, и тогда невозможно создать благоприятный цикл.

Что касается школы, то в нашей системе школьного образования большое внимание уделяется стремлению к единообразию, а не к индивидуальности; индивидуализированному образованию, включая жажду знаний и врождённые способности, уделяется недостаточное внимание. Возможно, иногда объективные условия не позволяют уделять слишком много внимания индивидуальному подходу. Ведь занятия проходят в больших классах, учителей мало, и у них нет возможности удовлетворить потребности каждого ребёнка.

Почему дети, получающие одинаковое школьное образование в одной и той же школе, обучаемые одними и теми же учителями и изучающие одни и те же предметы, по взрослению ведут столь разную, а порой даже кардинально отличающуюся жизнь? Здесь есть один особенно важный фактор: — это семейная среда воспитания.

Мы часто говорим, что «только через три поколения рождается аристократ».

Среда воспитания определяет кругозор человека. Редкому удаётся обрести широкий кругозор, выросши в крайне неблагоприятных условиях. Именно этот кругозор определяет ваши жизненные устремления и цели. Конфуций говорил: «Занимая определённую должность, выполняй свои обязанности». Дети купцов, крестьян и аристократов из-за положения своих родителей ежедневно сталкиваются с разной информацией, и это незаметно, но неуклонно формирует их мировоззрение. Мид выдвинул концепцию «культуры преемственности», под которой подразумевается обучение младших старшими. Особенно в традиционном китайском обществе культура преемственности является основным трендом. В условиях культуры преемственности изменения во всем обществе происходят очень медленно. Люди одного поколения получают образование от предыдущего поколения и заново проживают жизнь предыдущего поколения; люди следующего поколения получают образование от нынешнего поколения и вскоре будут проживать жизнь предыдущего поколения. Одним словом, среда определяет ваше мировоззрение и жизненную позицию.

Основная причина того, что аристократия формируется за три поколения, — это среда, а во вторую очередь — образование и связи.

Образование — это вид ресурса, а ресурсы требуют времени для накопления. Образовательные ресурсы простолюдинов относительно ограничены, тогда как аристократия располагает большим количеством ресурсов, поэтому аристократы получают более качественное образование. Полученное образование определяет ваши ценности и методологию поведения. Кроме того, это важный инструмент, позволяющий семье стать аристократической и передать это наследие из поколения в поколение.

Связи — это влияние. Это также взаимное влияние и взаимная поддержка.

Среда воспитания, образование, связи — все эти три составляющие требуют длительного времени для накопления, а число «три» в выражении «три поколения» означает «большинство»: это не значит, что всего за три поколения можно завершить этот процесс накопления, а означает, что только совместными усилиями многих поколений можно постепенно обрести культурное воспитание, социальную ответственность, свободную душу и аристократический дух с независимой волей, что и позволяет роду стать аристократическим.

Рокфеллер однажды сказал: «Самая мудрая инвестиция в моей жизни — это не само богатство, а образование детей!» Рокфеллер был не только успешным бизнесменом, но и отцом, умевшим правильно воспитывать своих детей. Он понимал, что счастье на всю жизнь детям дарят не деньги, а целостная личность, сильный дух и правильные жизненные привычки. Сегодня, спустя более 100 лет и шесть поколений, семья Рокфеллеров по-прежнему остается одной из самых богатых в мире; то, что потомки Рокфеллера смогли сохранить славу и успех семьи до наших дней, неразрывно связано с семейным воспитанием, которое они получали с самого детства.

Точно так же из аристократических кругов чаще всего появляются учёные.

Под аристократией понимаются люди, обладающие такими качествами, как смелость, искренность, чувство социальной ответственности, сострадание к слабым и стремление к истине, а не бездушные богачи, презирующие человечность.

Детям из обычных семей трудно стать великими учеными в области фундаментальных наук, поскольку в процессе их взросления они испытывают слишком много лишений, а соблазн денег для них гораздо сильнее. В то же время теория превосходства денег оказывает меньшее влияние на детей из аристократических семей: как только они заинтересуются фундаментальными научными теориями, они могут полностью посвятить себя этому делу, не считаясь с затратами.

Ферма, сформулировавший великую теорему Ферма, вырос в аристократической семье; он был главным судьей провинции, а в свободное время больше всего любил решать математические задачи. Ни его статьи, ни ходы вычислений не предназначались для публикации — он занимался этим исключительно для собственного удовольствия. Именно эта мотивация, не связанная с экономической выгодой, побуждала его к научным исследованиям.

Кроме того, система абсолютного равенства, подобная советской, также способствовала появлению великих ученых в области фундаментальной науки, например, Перельмана, разгадавшего гипотезу Пуанкаре.

Нильс Бор происходил из выдающейся семьи. Его отец был профессором физиологии в Копенгагенском университете, а мать — из богатой еврейской семьи. Бор работал в лабораториях Кавендиша и Резерфорда. Лаборатория Резерфорда подготовила 14 лауреатов Нобелевской премии по физике.

Юй Миньхун также отмечал, что унаследовал от отца великодушие, а от матери — упорство и настойчивость: «Мои родители сделали меня тем, кем я являюсь».

Будучи выходцем из сельской местности, Юй Миньхун, поступив в Пекинский университет, из-за нестандартного произношения мандаринского диалекта, бедности семьи и неблагоприятного внешнего вида некоторое время пребывал в подавленном настроении и «чуть не заболел депрессией»; позже он усердно занимался чтением и постепенно преодолел свои внутренние страхи.

Преподавать — это дело учителей, но воспитывать детей — это, безусловно, дело родителей. Юй Миньхун твердо убежден, что качества матери определяют всю жизнь ребенка. Он советует матерям развивать себя, чтобы быть способными не только воспитывать детей, но и направлять их. Создавайте обстановку, в которой можно читать в любое время и в любом месте: только в семьях, где пахнет книгами, появляются выдающиеся таланты.

Супруги, которые хорошо ладят друг с другом, легко становятся примером для подражания и с большей лёгкостью открывают сердца своих детей. Даже если семья настолько бедна, что в доме нет ничего, кроме четырёх стен, но ею управляет добрая, трудолюбивая, оптимистичная и аккуратная женщина, такая семейная обстановка всё равно остаётся святилищем души и источником радости.

Помимо материального капитала, культурный капитал семейных традиций имеет ещё большее значение

«Дети из семей среднего и высшего слоев общества с раннего возраста получают разнообразные сенсорные стимулы, в то время как дети из бедных семей полны страха перед неизвестным и живут в угнетенном состоянии».

«Воспитание в семьях среднего и высшего слоя общества делает акцент на стремлении к долгосрочным целям, тогда как в семьях низшего слоя преобладают фатализм и безразличие».

«Семьи среднего и высшего слоя придают большое значение академическим достижениям и сотрудничают со школой, тогда как семьи из низших слоев не придают значения учебе и не доверяют школьной системе».

...

Будь то США, Япония или Китай, передача преимуществ элиты из поколения в поколение — это факт, отмеченный многими социологами. При этом они охотно используют противопоставление среднего класса, высших слоев и низших слоев общества, чтобы проиллюстрировать эту мысль. Например, название книги японского писателя Миуры Акира «Социальный класс передаётся по наследству: не дайте своему ребёнку скатиться в „низший социальный слой“» само по себе передаёт чувство тревоги, заставляя родителей бояться, что они подведут следующее поколение и оно скатится в бездну социального падения. А так называемая книга «Бедный папа, богатый папа» популярна уже много лет. Действительно ли это закон межпоколенческой передачи культурного капитала?

Лайонел Пенроуз — британский психиатр, генетик, математик и теоретик шахмат, известный своими достижениями в области евгеники. У него и его жены четверо детей, и все четверо братьев и сестер проявили себя в различных областях, в которых работал их отец, став выдающимися деятелями в своих сферах.

Старший брат Оливер Пенроуз — известный физик-теоретик, в течение 17 лет преподавал в Открытом университете, а затем до выхода на пенсию занимал должность профессора математики в Университете Херей-Уотт; до сих пор он носит звание почетного профессора.

Младший брат, Джонатан Пенроуз, — британский мастер по шахматам; он научился играть в шахматы в 4 года, а в 13 лет уже стал чемпионом Великобритании среди юношей. В период с 1958 по 1969 год он 10 раз становился чемпионом Великобритании, установив рекорд. Самым знаменитым выступлением Джонатана стала победа над тогдашним чемпионом мира Михаилом Талем на шахматной Олимпиаде 1960 года. Тактика Джонатана получила название «жертва Пенроуза». Кроме того, он имеет степень доктора психологии и ранее работал преподавателем в университете.

Его младшая сестра Шерли после второго брака взяла фамилию Ходжсон (Shirley Hodgson) и стала известным британским генетиком. С 2003 года она занимает должность профессора генетики рака в Колледже Святого Георгия Лондонского университета.

Поколение отца, дяди, дедушки и бабушки, а также дедушки и бабушки по материнской линии Лайонела Пенроуза также состояло из выдающихся личностей с блестящими достижениями. Дядя и дедушка обладали высоким художественным мастерством и были известными художниками и творческими деятелями. Дедушка по материнской линии был физиологом и биохимиком, а дядя по материнской линии — поэтом и экономистом. Это свидетельствует о важности семейного происхождения, культурного и символического капитала в формировании талантов, как отмечал французский мыслитель Пьер Бурдьё.

Известная американская социолог Аннет Ларру, проведя 10-летнее исследование 12 американских семей из разных социальных слоев, обнаружила: помимо материального и генети-

ческого капитала родителей, «культурный капитал» семьи также является ключевым фактором, определяющим социальный статус ребенка.

Семейную среду, подобную той, что сложилась в семье Пенроузов, действительно трудно воспроизвести, но обычные семьи могут способствовать развитию детей, обогащая свой культурный капитал. Например, можно чаще знакомить детей с книгами, картинами и другими объектами культуры, а также развивать их «мягкие» навыки. Для воспитания детей также очень важны всесторонние качества родителей. Если родители демонстрируют высокие эмоциональные качества, полезные привычки и правильное поведение, эти качества передаются потомкам через гены, что снижает для них порог на пути к успеху.

Помимо генов, на выбор людей влияют и некоторые скрытые факторы окружающей среды, поэтому для здорового развития ребенка необходима всесторонне благоприятная семейная среда. С этой точки зрения, у настоящих аристократических семей порог для воспитания детей, способных стать великими людьми, ниже, а если ребенок из обычной семьи сможет стать представителем социальной элиты, это будет тем более ценным достижением.

Семейная среда формирует мечты ребенка

Мозг ребенка обладает способностью учиться на основе опыта, поэтому среда воспитания с самого начала влияет на развитие мозговой ткани, особенно в плане некогнитивных навыков, таких как смелость, оптимизм, чувство ответственности и самоконтроль. Для развития этих навыков родителям необходимо обеспечить благоприятную среду воспитания и служить примером для подражания.

Возьмём, к примеру, Маска: под влиянием и вдохновением своего деда-авантюриста в его душе зародилась мечта о космосе. После успешного запуска стартапа он даже увеличил инвестиции в свою компанию, что требует очень сильной способности к саморегуляции. Такой подход, достойный аристократа, не только принёс ему огромную финансовую отдачу, но и заложил прочную основу для его ракетной программы, укрепив его репутацию и характер. Детская мечта Маска о космосе разгорелась с новой силой, когда он достиг выдающихся успехов. В этом в некоторой степени сыграла роль его семейная обстановка, ведь дедушка Маска был настоящим безумным авантюристом: он брал всю семью в полеты и экспедиции, а также пересекал с ней пустыню в поисках затерянных городов. Этот дух приключений нашел отражение и в самом Маске.

Семья Маска уже как минимум три поколения подряд состоит из победителей среди авантюристов. В ситуациях, когда на карту ставится всё, Маску всегда сопутствовала удача, и этот опыт постоянно укреплял его характер, склонный к риску: он никогда не переоценивает риски и всегда чрезмерно оптимистичен. Таким образом, идея переселения на Марс стала для него целью, которую он намерен реализовать, когда у него появится достаточно средств и свободного времени. Его мать, Мейер Маск, также была настоящей «супермамой», и семейная обстановка действительно сыграла важную роль в его достижениях.

Еще один подобный пример — покойная звезда НБА Корби Брайант, чей отец был игроком НБА, благодаря чему Корби с детства рос в атмосфере баскетбола. В шесть лет он вместе с родителями уехал в Италию; незнакомая обстановка заставила Корби проводить все дни в компании баскетбольного мяча, но благодаря этому он смог играть в матчах со звездами уровня НБА, с детства закалив свой характер и сформировав свою детскую мечту.

Влияние окружающей среды на поведение человека

Давайте рассмотрим пример того, как полиция Нью-Йорка снизила уровень преступности, изменив микросреду.

В 1980-х годах в Нью-Йорке ежегодно происходило в среднем более 2000 убийств — почти 5–6 убийств каждый день. Метро было зоной с особенно высоким уровнем преступности: ежегодно там совершалось более 15 000 преступлений, что в среднем составляло 40–50 случаев в день.

Однако к концу 1990-х годов преступность в метросократилась на 75 %, а количество убийств по всему городу снизилось на две трети. Причиной этих изменений стали небольшие меры, предпринятые администрацией Нью-Йорка для изменения окружающей среды.

Во-первых, новый чиновник, ответственный за обеспечение правопорядка в метро, начал уделять пристальное внимание вопросам чистоты. Он потребовал поддерживать чистоту и порядок на станциях и в вагонах, а также перекрасить поверхности, чтобы скрыть следы граффити, нанесенные детьми. Правительство также организовало специальную станцию для очистки вагонов: вагоны допускались к эксплуатации только после тщательной очистки.

Во-вторых, власти начали жестко бороться с безбилетным проездом, начав с одной станции, где это явление было особенно распространено: туда направили 10 полицейских в штатском, которые, поймав безбилетника, надевали на него наручники и заставляли всех безбилетников встать на платформе в круг, чтобы это послужило предупреждением для остальных. Хотя в то время многие считали, что чиновник, ответственный за охрану порядка в метро, вел себя несерьезно, Грэдвелл полагает, что эти, казалось бы, незначительные мелочи сыграли важную роль в сдерживании тяжких преступлений.

Почему? Потому что это связано с пониманием причин преступности. Некоторые объясняют, что люди совершают преступления из-за неполноценного развития личности, обусловленного жизненным опытом, а другие — что к преступной склонности приводят гены. Эти объяснения носят детерминистский характер, поскольку человек не может контролировать, в какой семье он родился, и тем более не может контролировать свои гены.

Однако существует ещё одно объяснение, согласно которому поведение человека зависит от социальной среды, причём под средой здесь подразумеваются не столько масштабные явления, такие как разрыв между богатыми и бедными или расовая дискриминация, сколько среда, складывающаяся из мелких деталей — например, граффити и безбилетный проезд в метро.

На что это похоже? Если вы обратите внимание, то заметите: если в каком-то углу уже немного грязно и лежит мусор, у других людей не возникает психологических барьеров, чтобы бросить туда мусор. Напротив, если вся улица чистая, никто не станет бросать мусор на землю или плевать.

Криминологи выдвинули «теорию разбитого окна», которая как раз и означает это. Она гласит: если окно, выходящее на улицу, разбито и долгое время никто этим не занимается, то прохожие, проходя мимо, невольно подумают: «Здесь, наверное, никто не следит за порядком, раз окно так и осталось разбитым». В результате будут разбиты и другие окна. Аналогично, если в каком-то районе нищие могут беспрепятственно приставать к прохожим с просьбой о милостыне, то воры, увидев это, сделают вывод, что здесь действительно происходят кражи или ограбления, и никто не будет вмешиваться.

Таким образом, даже незначительные изменения в окружающей среде могут повлиять на поведение людей в ней.

Окружение и личные усилия определяют будущее

Согласно данным текущих исследований, в процессе развития человека 40 % зависит от семейной среды, а 30 % — от школьного образования и личных усилий. Конечно, это лишь среднее значение, и между отдельными людьми существуют определенные различия. Поэтому создание относительно справедливой системы государственного образования, обеспечивающей стабильность и дополняемой усилиями семьи и самого человека, является довольно распространенной и разумной практикой в восточных странах и регионах (таких как Япония, Южная Корея, Сингапур, Тайвань и др.).

«Богатый брат, бедный брат» — это интересный британский документальный фильм, в котором с точки зрения семейных отношений миллиардер-старший брат и его бедный младший брат меняются ролями, чтобы в течение 8 дней пожить жизнью друг друга.

В условиях повседневной жизни старшего брата младший словно преобразился: он избавился от прежнего уныния, а отношения между братьями стали более тесными. Старший брат обнаружил, что младший вовсе не бесполезен — у него есть много скрытых достоинств, просто ему не хватало благоприятной среды, чтобы в полной мере раскрыть свой потенциал.

После просмотра этого документального фильма, помимо восхищения глубокой братской любовью, мы также невольно сожалеем об огромных различиях в жизненных путях этих двух людей. Существование такой пропасти зачастую неизбежно.

Во-первых, главное различие между братьями за последние несколько десятилетий заключалось в том, предпринимали ли они реальные действия. Младший брат целыми днями жаловался на заговоры правительства и социальную несправедливость, даже прибегая к астрологическим теориям для решения реальных проблем; хотя на первый взгляд его аргументы казались убедительными, на самом деле он ничего не знал. Многие теории, в которые он верил, не имели под собой никакой реальной основы.

С другой стороны, старший брат, несмотря на своё богатство, сохранил привитую с детства привычку усердно работать и организовал свою жизнь по всем правилам. Благодаря практическим действиям он сформировал собственные жизненные ценности, что позволяет ему с твёрдой позицией противостоять негативному влиянию всевозможной абсурдной информации.

На развитие человека влияют многие факторы, среди которых семейная среда, школьное образование и личные усилия составляют соответственно 40 %, 30 % и 30 %. В частности, для восточных стран и регионов (таких как Япония, Южная Корея, Сингапур и Тайвань, Китай) справедливое государственное базовое образование в сочетании с усилиями «семьи и самого человека» является довольно распространенной и разумной системой.

«Богатый брат, бедный брат» — это британский документальный фильм, в котором миллиардер-брат и его бедный брат поменялись ролями и прожили 8 дней в жизни друг друга, что позволило с точки зрения семейных отношений исследовать огромные различия в жизненных траекториях. Оказавшись в условиях жизни старшего брата, младший брат быстро изменил свой унылый и апатичный взгляд на жизнь, что укрепило отношения между братьями. Старший брат обнаружил у младшего множество достоинств, которым просто не хватало благоприятной среды для проявления, что еще раз подтверждает формирующую роль благоприятной среды в жизни человека.

Второе важное различие заключается в окружении и культуре. Старший брат находится в кругу элитарной культуры, где царит гармоничная атмосфера, собираются выдающиеся личности, которые уважают друг друга и взаимно перенимают лучшее; младший брат же погряз в антисоциальной и альтернативной среде, общаясь с замкнутыми и упрямыми людьми, и не проявляя желания участвовать в реальной жизни. Человеку, находящемуся в определённой

среде, очень трудно оставаться «незапятнанным, как лотос, растущий в грязи», поэтому благоприятная среда играет особенно важную роль в формировании личности.

Третьим фактором, который нельзя недооценивать, являются личное отношение и усилия. Младший брат легко выходит из себя и склонен к субъективности, предпочитая оценивать мир через призму собственного отношения. Он может насмеяться над статусом и богатством старшего брата, злиться на то, что тот «никогда не заботится о нём», но при этом никогда всерьёз не задумывается о том, в чём заключается истина. Напротив, старший брат сохраняет спокойное и объективное отношение ко всему на свете, хорошо понимая, что «постороннему видно лучше, чем участнику». Иногда, даже когда младший брат выводит его из себя, старший брат предпочитает сделать шаг назад, выслушать мнение третьих лиц и не поддаваться эмоциям.

Существование этой пропасти вызывает множество размышлений и заставляет задуматься. А за всеми этими различиями в обществе, деньгах и статусе не стоит недооценивать силу индивидуальных факторов.

Все, что мы можем сделать, — это, прочитав истории других людей, задать себе вопрос: в чем мы не дотягиваем? Чему стоит поучиться? Преодолеть социальные барьеры не так просто, но на пути к тому, чтобы стать лучшей версией себя, всегда есть место для самосовершенствования и улучшения.

Порядок рождения в семье оказывает такое же влияние на развитие ребенка

Психолог Альфред Адлер в своей книге «Неполноценность и преодоление» пишет: «Индивидуальная психология добилась значительного прорыва в исследовании порядка рождения детей». Чтобы облегчить понимание этого вопроса, давайте исходим из предпосылки, что отношения между родителями гармоничны, и они с полной отдачей воспитывают своих детей. Даже при таких условиях положение каждого ребенка в семье по-прежнему значительно различается, и условия их взросления также будут сильно отличаться. Мы хотим ещё раз подчеркнуть: условия взросления двух детей, живущих в одной семье, различаются, поэтому, адаптируясь к своей среде, дети по-разному относятся к жизни.

1. Старший сын (дочь)

Старший ребенок в семье проходит период, когда он является единственным ребенком, но с рождением последующих детей ему приходится адаптироваться к новой обстановке и меняться. Рождение первого ребенка часто приводит к тому, что внимание всей семьи сосредотачивается на нём, и он постепенно привыкает к роли любимчика. Однако появление второго ребенка лишает его этого статуса, не давая ему времени подготовиться — он больше не единственный ребенок. Теперь ему приходится делить родительскую любовь с другим ребенком, и эта перемена оказывает на него огромное влияние, что может привести к появлению проблемных детей, невротиков, преступников, самоубийц, алкоголиков и людей с сексуальными отклонениями. Другие дети в семье также теряют свой статус, но не испытывают столь сильных переживаний.

Однако для старшего ребенка это огромная перемена. Если родители начнут игнорировать его из-за появления другого ребенка, он не примет такую реальность и даже может затаить обиду на родителей. Родителям необходимо дать ребенку почувствовать свою любовь, дать ему понять, что его положение никому не заменить, и вместе с ним радоваться появлению новорожденного. В противном случае старший ребенок будет стремиться привлечь внимание матери, чтобы вернуть себе прежнее положение, и даже может вступить в конкуренцию с другими детьми за внимание.

У старшего ребёнка, благодаря физическому превосходству, появляется больше возможностей. В такой ситуации можно представить, на что он способен. Если бы мы оказались на его месте и стремились к той же цели, мы, вероятно, поступили бы точно так же. Мы устранили бы всякие неприятности, ссорились с матерью и даже совершали различные поступки только для того, чтобы завоевать её внимание. Старший ребёнок также может прибегнуть к той же стратегии, что в конечном итоге приведёт к тому, что мать не сможет больше терпеть его поведение. Когда у него не останется других выходов, мать начнёт испытывать к нему отвращение, и только тогда он по-настоящему почувствует, что такое быть игнорируемым. Стремясь завоевать материнскую любовь, он будет изо всех сил бороться, но в итоге полностью лишится материнской любви. Он чувствует себя отвергнутым, и его поведение действительно вызывает отторжение. Он считает, что не сделал ничего плохого, и даже может сказать: «Я не виноват, все остальные неправы, только я прав». Он словно попал в ловушку: чем сильнее он сопротивляется, тем глубже погружается в неё. Он продолжает искать всевозможные оправдания своей точке зрения, считая, что всегда прав, и как же ему тогда отказаться от борьбы?

Такие случаи конфликтов требуют тщательного изучения. Если мать идет с ним на конфронтацию, ребенок становится вспыльчивым, теряет самообладание, становится придиричливым, эксцентричным и непокорным. Во время конфликта между матерью и сыном отец может дать ему шанс вновь завоевать благосклонность, и ребенок, стремясь завоевать его внимание и любовь, становится ближе к отцу; поэтому старший ребенок обычно больше любит и полага-

ется на отца. Можно с уверенностью сказать, что как только ребенок начинает отдавать предпочтение отцу, он вступает во второй этап своей жизни. В раннем возрасте ребенок привязан к матери, но когда материнская любовь постепенно отдаляется, он переносит свою привязанность на отца, тем самым мстя матери. Если ребенок отдаёт предпочтение отцу, можно судить, что он когда-то пережил неудачу, был игнорирован или пренебрегаем. Эти переживания остаются в его памяти, и эта тень влияет на его отношение к жизни.

Эта борьба часто длится очень долго, сопровождая ребенка на протяжении всей жизни. Такие дети уже научились сопротивляться и в любой ситуации склонны к конфликту. Из-за отсутствия единомышленников они могут утратить уверенность в себе и считать, что не способны общаться с людьми. Они становятся вспыльчивыми, молчаливыми, неконформистскими и даже полностью изолируют себя от окружающих. Поведение и реальное поведение таких детей по-прежнему сосредоточены на прошлом; они хотят лишь погрузиться в приятные воспоминания.

Поэтому в старшем ребенке мы всегда можем увидеть ностальгию по прошлому. Они любят вспоминать, но не уверены в будущем. Ребенок, когда-то обладавший властью и контролем, гораздо глубже осознает важность власти. Взрослея, они продолжают манипулировать властью, чрезмерно преувеличивая роль правил и институтов. Они считают, что всё должно выполняться строго по правилам, и что эти правила неизменны. Власть должна оставаться в руках того, кто её предоставил. Именно в этот момент становится очевидным, какое влияние детские переживания оказали на их мировоззрение. Если такие люди занимают высокие посты, они постоянно подозревают окружающих в не, стремящихся отнять у них должность.

Хотя статус старшего ребёнка может вызывать множество проблем, вызывающих беспокойство, при правильном подходе их можно успешно решить. Если старший ребёнок научился сотрудничать ещё до рождения младших братьев и сестёр, никаких конфликтов не возникнет. У некоторых старших детей можно заметить, что они с готовностью обеспечивают защиту и помощь другим и считают, что приносить счастье окружающим — их обязанность. Они часто перенимают у родителей манеру заботиться о младших братьях и сестрах, берут на себя родительские роли и становятся наставниками для младших. Благодаря этому у них развиваются отличные организаторские способности. Возможно, та защита, которую они обеспечивают, вызывает у младших братьев и сестёр зависимость или же порождает у них самих желание управлять другими, но это, без сомнения, положительные примеры.

Судя по моему опыту в Европе и Америке, среди проблемных детей наибольшую долю составляют старшие дети, за ними следуют младшие. Это действительно интересно: они представляют две крайности семейной структуры, однако существующие методы воспитания пока не позволяют по-настоящему решить проблемы, возникающие у старших детей.

2. Второй ребенок

Положение второго ребенка в семье уникально и не имеет аналогов среди других детей. С самого рождения у него уже есть брат или сестра, с которыми он делит внимание родителей, поэтому по сравнению со старшим ребенком ему легче сотрудничать с другими. Если старший ребенок в семье не давит на него, он может жить вполне счастливо. Однако в его жизни существует один чрезвычайно важный и неизменный факт — в его жизни всегда есть соперник. Старший ребенок старше его и развивается раньше, поэтому ему нужно срочно прилагать усилия, чтобы догнать его. У второго ребенка мы часто наблюдаем такую ситуацию: его жизнь похожа на гонку, как будто впереди него всегда бежит лидер, и он должен изо всех сил стараться догнать его. Ему нужно постоянно прилагать усилия, чтобы догнать и даже превзойти старшего брата или сестру.

Во многих замечательных главах Библии мы также можем наблюдать подобные психологические явления; Иаков, например, является типичным представителем второго ребенка. Он всегда стремился превзойти своего старшего брата Исава и занять его место. Второго ребёнка

никогда не согласен оставаться позади, он постоянно стремится превзойти старшего. Поэтому у второго ребёнка больше шансов на успех, и зачастую он обладает большими врождёнными преимуществами, чем старший. Это происходит не из-за генетики, а потому, что постоянные усилия ребёнка способствуют его быстрому прогрессу. Даже став взрослыми, они по-прежнему ищут цель, превосходящую их самих, чтобы превзойти её.

Эти черты проявляются не только в нашей бодрствующей жизни, но и оставляют след во всех проявлениях характера, причём особенно часто это происходит во сне. Например, сны о падении с высоты часто снятся старшему ребёнку, поскольку, несмотря на то что он находится в положении, превосходящем других, он не может быть уверен, что не потеряет его. Что касается вторых детей, то им часто снится, что они соревнуются с кем-то: участвуют в беге, гонятся за поездом, участвуют в велогонках и т. д. Такие сны, полные спешки и погони, часто дают нам подсказки, и по ним легко догадаться, что человек, которому снится подобное, является вторым ребёнком в семье.

Однако мы вынуждены подчеркнуть, что в этом мире ничто не остается неизменным. Поведение и манеры старшего ребенка не всегда соответствуют описанному. Решающим фактором является окружающая среда, а не место в семейном порядке. У детей, живущих в многодетной семье, те, кто родился позже, также могут демонстрировать черты, схожие с чертами старшего ребенка. Если разница в возрасте между первыми двумя детьми небольшая, а у третьего ребенка разница с ними значительная, но после третьего рождаются еще дети, то третий ребенок может проявлять черты, схожие со старшим. У одного из детей, родившихся после четвертого и пятого, также могут проявиться типичные черты «второго ребёнка». Если два ребёнка, близкие по возрасту, значительно отличаются от остальных, то черты старшего и второго ребёнка также будут проявляться.

Если в конкуренции с младшими братьями и сёстрами старший ребёнок потерпит поражение, он может встать на неправильный жизненный путь. Но если старший станет лидером для младших, то второй ребёнок станет источником проблем. Особенно когда старший — мальчик, а второй — девочка, положение старшего становится ещё более уязвимым. Если он потерпит поражение от девочки, он сочтёт это потерей достоинства. Конкуренция между мальчиком и девочкой бывает более ожесточённой, чем между представителями одного пола.

Девочкам в этой конкуренции, похоже, уделяется больше внимания. До 16 лет девочки развиваются физически и психологически быстрее, чем мальчики. Как правило, старший брат сам сдаётся, становится ленивым, унылым и подавленным, прибегая к таким неудачным приёмам, как хвастовство и ложь, чтобы одержать победу. В такой ситуации можно с уверенностью сказать, что победительницей обязательно станет девочка. Мы видим, как мальчик сбивается с пути и всё глубже погружается в него, в то время как проблемы девочки легко решаются, и она идёт вперёд с высоко поднятой головой. Если предвидеть кризис и своевременно принять меры предосторожности до его возникновения, такой ситуации можно избежать. В семье, где все равны и царит сплочённость, такой печальный исход вряд ли возникнет. В семье не должно быть противостояния, и не следует тратить время на интриги из-за угрозы, нависшей над каким-то одним ребёнком.

3. Младший ребёнок

За исключением младшего ребёнка, у всех остальных детей в семье могут быть младшие братья или сёстры, поэтому их положение почти всегда находится под угрозой. У младшего же ребёнка нет младших братьев и сестёр, зато у него много соперников. Он — самый любимый ребёнок в семье, но это также делает его склонным к избалованности и появлению различных проблем. Однако, поскольку у него больше всего соперников, он часто оказывается самым развитым и быстро прогрессирующим ребёнком в семье. Судя по историческому опыту, положение младшего ребёнка, как правило, остаётся неизменным. Во многих древних семьях младший ребёнок часто показывал лучшие результаты, чем его старшие братья и сёстры.

В Библии младшие дети часто выступают в роли завоевателей. Например, Иосиф был воспитан как младший ребенок в семье. Несмотря на то что Вениамин родился на 17 лет позже Иосифа, это нисколько не повлияло на развитие Иосифа. Отношение Иосифа к жизни также демонстрировало типичные черты младшего ребенка. Он был полон уверенности в своём превосходстве; другие подчинялись ему даже во сне, полностью ослеплённые его сиянием. Поскольку все жили бок о бок, братья Иосифа прекрасно знали о его амбициях, боялись его и пытались избавиться от него. Но в итоге Иосиф стал правителем семьи, обогнав старших братьев и став главой семьи.

Конечно, место в семейном ранге — не единственный фактор, определяющий характер ребёнка; окружающая среда также играет решающую роль. В многодетной семье младший ребёнок может сталкиваться с такой же конкуренцией и вызовами, как и старший, и проявлять сходные с ним черты. Поэтому в семье родители должны следить за тем, чтобы не допускать конкуренции и противостояния между детьми, и создавать равноправную, гармоничную семейную атмосферу.

Младший ребенок в семье часто становится опорой, и это явление не случайно. Люди хорошо понимают это и сочиняют множество историй, воспевающих способности и силу младшего ребенка. Очевидно, что младший ребенок получает помощь от всех членов семьи, у него есть много стимулов, которые подстегивают его амбиции и побуждают бороться, и никто не нападает на него из-за спины или не отвлекает его внимание — его положение весьма привилегированное.

Однако, как уже упоминалось ранее, младшие дети занимают второе место среди проблемных детей, и основная причина этого заключается в чрезмерной избалованности со стороны семьи. Избалованный ребёнок никогда не сможет стать самостоятельным и независимым; ему не хватает мужества бороться в одиночку и добиваться успеха. У младших детей всегда грандиозные устремления, но слишком грандиозные цели зачастую нереальны, поэтому леность является неотъемлемой чертой их характера: у них есть стремления, но не хватает мужества. Иногда младшие дети подчеркивают, что у них нет никаких идеалов, потому что они стремятся превзойти других во всех отношениях, не хотят подчиняться каким-либо ограничениям и обладают чрезвычайно высоким самолюбием. Это можно понять: окружающие люди старше, сильнее и опытнее младших детей, поэтому последние испытывают огромное чувство неполноценности.

4. Единственный ребёнок

У единственных детей тоже есть свои специфические проблемы. Их соперником являются не братья и сёстры, а отец. Поскольку единственные дети пользуются особой любовью матери, которая боится их потерять и хочет, чтобы они росли под её постоянной опекой, у них может развиваться «материнский комплекс»: они словно тень матери, целыми днями находятся рядом с ней и даже отталкивают отца. Однако, если родители будут совместно прилагать усилия, чтобы внимание ребёнка распределялось между ними обоими, такая ситуация не возникнет. Но, как правило, связь отца с ребёнком всегда слабее, чем у матери. Единственные дети иногда проявляют черты, схожие с чертами старшего ребёнка: они стремятся превзойти отца и любят общаться со старшими.

Единственные дети также беспокоятся о том, появится ли у них младший брат или сестра. Если кто-то скажет: «У тебя должен быть младший брат или сестра», они будут очень огорчены. Они хотят всегда оставаться в центре внимания и считают, что это их законное право. Как только кто-то угрожает их положению, они не могут этого вынести. Если в будущем они утратят эту центральную роль, им придется столкнуться с различными испытаниями. Если ребенок растет в чрезмерно осторожной и тревожной семье, это также сказывается на его развитии. Если родители утратили способность к деторождению по состоянию здоровья, мы можем лишь постараться помочь им справиться с проблемами, связанными с воспитанием единствен-

ного ребенка. Однако такая чрезмерная тревожность встречается и в семьях, способных иметь детей. Эти родители, как правило, робки и пессимистичны, им не хватает мужества взять на себя финансовое бремя, связанное с рождением еще одного ребенка, что приводит к угнетающей атмосфере в семье, от которой страдает ребенок.

Если разница в возрасте между детьми значительна, то особенности единственного ребенка проявятся у каждого из них, и такая ситуация не выглядит оптимистично. Часто задают вопрос: «Какой возрастной разрыв между детьми в семье является оптимальным? Лучше, когда разница небольшая или большая?» Лично я считаю, что оптимальный разрыв составляет около трех лет. Если младший брат или сестра рождаются, когда старшему ребенку уже три года, он уже освоил некоторые навыки сотрудничества и может понять, что в семье не обязательно должен быть только один ребенок. Но если ему в этот момент всего один или два года, объяснить ему эту логику будет невозможно, ему будет трудно понять наши намерения, и мы, соответственно, не сможем подготовить его психологически к этой реальности.

Если в семье только один мальчик, а остальные — девочки, то положение этого мальчика будет весьма сложным. Если днём отец находится вне дома, он окажется в окружении женщин. Он будет видеть только мать, сестёр, возможно, ещё и домработницу, и, обнаружив, что отличается от всех, почувствует себя одиноким. Ситуация ухудшается особенно тогда, когда женщины в семье объединяются против него. Они могут считать, что ему нужна помощь в процессе взросления, или, возможно, предупреждать его, чтобы он не был слишком самонадеянным; в любом случае, между ними постоянно возникают конфликты и соперничество. Еще хуже, если он занимает среднее место в семье — тогда ему приходится терпеть притеснения с обеих сторон. Если он старший, то младшие сестры идут по пятам, угрожая его положению. Если же он самый младший в семье, то легко становится избалованным ребенком.

Мальчики, выросшие в окружении девочек, обычно не пользуются популярностью у других детей, но если научить их ладить и сотрудничать с другими детьми, эта проблема решится сама собой. В противном случае, находясь в течение длительного времени в окружении девочек, их поведение и речь могут приобрести девичьи черты.

Женская среда отличается от смешанной. Мы часто сталкиваемся с такой ситуацией: в квартирах без единого управления комнаты девочек убраны до блеска, вещи расставлены аккуратно, и даже цветовая гамма гармонично сочетается. А вот в жилищах, где живут мальчики, мы видим грязь и беспорядок: сломанную мебель, разбросанные вещи и даже кровати, заваленные одеждой. Мальчики, выросшие в женской среде, приобретают некоторые девичьи черты, а также некоторые привычки и особенности, присущие девочкам.

В семье единственные дети, младшие дети, дети из середины и дети разного пола могут сталкиваться с различными влияниями и трудностями. Например, единственные дети сталкиваются с такими проблемами, как матереоценный комплекс и чрезмерное внимание; младшие дети подвержены излишней балованности и влиянию конкурентной среды, а дети из середины могут страдать от давления со всех сторон. Кроме того, воспитание мальчика в женском окружении или девочки в мужском окружении может привести к путанице в гендерной идентичности и чувству беспомощности.

Эти проблемы зачастую возникают из-за отсутствия духа сотрудничества и равного отношения в семье. Несправедливость в семейных отношениях и враждебность между членами семьи часто оставляют глубокий след в душе ребенка в детском возрасте и влияют на него на протяжении всей жизни. Поэтому мы должны воспитывать в детях дух сотрудничества, чтобы они научились ладить с другими и работать вместе, избавившись от влияния конкуренции и враждебности.

Несмотря на то, что разные дети сталкиваются с разными трудностями в процессе взросления, мы не должны делать поспешных выводов, а должны понимать и уважать индивидуаль-

ность и потребности каждого ребенка, помогая им расти и развиваться с помощью подходящих методов.

2. В какой среде воспитываются элита

Из каких семей за последние 150 лет выходила китайская элита?

За последние 150 лет образовательная элита Китая претерпела четыре трансформации.

В период с 1865 по 1905 год, до отмены императорского правительством системы императорских экзаменов, более 70 % образовательной элиты составляли дети чиновников и представители дворянского сословия со всех уголков страны.

В период с 1906 по 1952 год более 60 % образовательной элиты составляли дети местных специалистов и коммерсантов, особенно из регионов Цзяньнань и Дельты Жемчужной реки.

В период с 1953 по 1993 год более 40 % образовательной элиты составляли дети из пролетарских семей рабочих и крестьян со всей страны.

В период с 1994 по 2014 год более 50 % образовательной элиты составляли представители обеспеченных семей из разных регионов, а также выпускники определённых приоритетных средних школ.

Эти данные взяты из обширной базы данных об образовательной элите Китая, созданной под руководством Ли Чжунцина и Кан Вэньлина; эта база данных основана на информации на индивидуальном уровне о социальном и региональном происхождении образовательной элиты Китая с 1760 года по настоящее время. База данных включает подавляющее большинство «цзюнььиней», «гуншэней», «цзиньши» и чиновников эпохи Цин(1644–1911), большую часть выпускников университетов и государственных служащих Китайской Республики(1912–1949), а также часть выпускников университетов Китайской Народной Республики и выпускников университетов, входящих в китайскую программу «211» (с 1949 года по настоящее время).

Хотя образовательная элита не тождественна экономической, политической или социальной элите, между ними существует значительная корреляция и пересечение. Ли Чжунцин — сын лауреата Нобелевской премии по физике Ли Чжэндао, в настоящее время занимает должность декана факультета гуманитарных и социальных наук Гонконгского технологического университета. Он окончил исторические факультеты Йельского и Чикагского университетов в США и на протяжении многих лет занимается исследованиями в области истории социальных наук. С 2007 года он в сотрудничестве с ученым из Южного университета Лян Чэнем и его командой проводит исследования, посвященные элитным группам в сфере высшего образования Китая и их социальному происхождению.

Наряду с этим Ли Чжунцин проанализировал ситуацию в Гонконге (Китай) и США. В восьми университетах Гонконга, получающих государственное финансирование, примерно половина студентов бакалавриата происходит из семей со средним и низким доходом. Однако это не исключает того, что семьи из высших слоев общества уже отправляют своих детей в такие ведущие учебные заведения, как Гарвард и Кембридж. А в США половина студентов элитных университетов происходит из 5 % самых богатых семей.

Потомки элитных семей старого Китая вновь обрели преимущество: чтобы оценить влияние китайской революции на неравенство, исследователи собрали из архивных документов данные о владении землёй за 1950 год. Как и следовало ожидать, неравенство в распределении земельной собственности, измеряемое коэффициентом Джини, резко снизилось после земельной реформы — с 0,5 до 0,1, что близко к полному равенству. Затем авторы использовали данные опроса 36 000 жителей Китая, проводившегося в 2010 году. В этом опросе были зафиксированы сведения о доходах, образовании и социальном статусе, а для разграничения представителей прежней элиты и остального населения использовалась категория «классовая принадлежность». Авторы обнаружили, что вероятность завершения среднего образования у представителей элиты, родившихся до 1940 года, была на 7 % выше, чем у их сверстников. По сравнению с другими людьми того же возраста вероятность того, что их дети окажутся в

неблагоприятном положении из-за классовой принадлежности, была на 3 % ниже. К 2010 году доходы детей представителей старой элиты были на 5 % ниже, чем у остальных китайцев.

Однако ситуация начала меняться. Вероятность того, что потомки старой элиты, родившиеся в период с 1966 по 1990 год, закончат среднюю школу, на 6 % выше, чем у их сверстников. К 2010 году их доходы превышали доходы остальных китайцев на 12 % и даже на 2 % превышали доходы потомков членов партии.

Американская элита с высокой вероятностью происходит из элитных семей

Почему образование в разных слоях американского общества отличается по форме и содержанию? У Ван Вэйгана есть своё объяснение: образование в разных слоях американского общества имеет разное содержание, и это как раз зависит от различных образовательных целей каждого из этих слоев.

Профессор Ван отмечает, что США — это страна с явными классовыми различиями, где различные сообщества естественным образом разделяются в зависимости от уровня цен на жилье, что в определенной степени является проявлением расовой и экономической сегрегации. Финансирование государственных начальных и средних школ в основном осуществляется за счет налога на недвижимость в соответствующем школьном округе, что означает следующее:

во-первых, школы в богатых районах располагают большими средствами, что позволяет им нанимать более квалифицированных учителей, использовать более современное оборудование и обеспечивать более высокий уровень обучения;

во-вторых, ученики фактически учатся вместе с теми, кто принадлежит к тому же социальному слою, что и они сами.

Если проанализировать средние оценки по математике у американских школьников, то они действительно значительно уступают оценкам учеников из Шанхая (Китай). Однако на этот средний показатель негативно влияют афроамериканцы и мексиканские иммигранты из бедных районов. Если же рассмотреть оценки по математике учеников из богатых белых районов США, то они ничем не уступают оценкам шанхайских школьников.

Однако оценки — не главная проблема. Разница между хорошими и плохими школьными округами в одном китайском городе заключается лишь в том, что результаты экзаменов там чуть выше или чуть ниже, а количество учеников, поступивших в престижные средние школы, чуть больше или чуть меньше — все это различия «количественного» характера, тогда как различия в образовании между различными школьными округами в США носят «качественный» характер.

Если вы зайдёте на сайт, подобный greatschools.com, чтобы посмотреть общую оценку американской начальной или средней школы, то в первую очередь этот сайт покажет вам расовый состав учащихся данной школы — например, сколько белых, мексиканцев, азиатов и т. д.; во-вторых — долю учащихся из малообеспеченных семей, например, сколько учащихся пользуются бесплатными обедами, финансируемыми государством; и только в-третьих — учебные результаты.

Социальный слой важнее оценок, поскольку методы обучения и цели воспитания в разных слоях совершенно различаются. Как гласит пословица: «Дракон рождает дракона, феникс — феникса, а сын крысы умеет рыть норы».

В образовании для рабочего класса делается упор на соблюдение правил и процедур, весь учебный процесс наполнен механическим зазубриванием, возможности для выбора и принятия решений практически отсутствуют. Цель такого образования — контролировать учащихся, не давая детям сбиться с пути.

В школах для среднего класса учителя по-прежнему контролируют учащихся, но в таких школах преподаватели имеют высокий профессионализм, и всё направлено на то, чтобы помочь детям найти работу или поступить в университет.

В школах для представителей профессионального класса делается упор на творчество и самостоятельность; именно то, что получают дети из этой среды, и является тем мифическим «американским образованием», о котором обычно мечтают китайцы.

Что касается высшего класса — это так называемый класс капиталистов, родители учеников которого являются правителями и владельцами этой страны; им, конечно, не нужно учиться соблюдать чужие правила, и им не нужно заботиться о том, как порадовать работодателя красивым резюме. Ученики этого класса учатся не тому, как соблюдать правила, а тому, как устанавливать правила. Основная цель образования — развить у учеников способность принимать решения и делать выбор.

Даже на уроке математики, когда изучают деление, первый вопрос, который задает учитель ученику, касается не того, как выполнить вычисления, а того: «Если бы ты столкнулся с таким примером, каким было бы твое первое решение?» Ученик предлагает способ решения задачи и разрабатывает собственный план, учитель оценивает правильность этого решения и побуждает ученика более подробно объяснить свой план, а затем предлагает всему классу вместе посмотреть, к какому результату привело решение и план этого ученика.

Учитель не предлагает никаких готовых методов решения задач, а поощряет учеников самостоятельно формулировать формулы, то есть правила. Учитель не спрашивает, правильно это или нет, а спрашивает: «Согласен ли ты с этим утверждением?» Если весь класс обнаруживает, что ученик ошибся, учитель скажет ему: «Они с тобой не согласны... Конечно, ты тоже можешь в любой момент не соглашаться с тем, что говорит учитель».

Такое образование для высших слоев общества уже не направлено на развитие навыков самовыражения, достижение художественного эффекта или создание красивых презентаций, а уделяет особое внимание анализу проблем. При изучении истории Древней Греции учитель не заставляет учеников разыгрывать сценки из жизни исторических личностей, а задает им вопросы: «Как ты думаешь, какие ошибки допустил Перикл во время Пелопоннесской войны? А какие ошибки допустили афинские граждане?» И т. п.

Эти дети обречены стать будущими лидерами: уже с четвертого-пятого класса они начинают высказывать на уроках своё мнение по актуальным вопросам. Например: «Почему рабочие бастуют? Правильно ли они поступают? Как мы можем предотвратить инфляцию?» Учитель говорит: «Не страшно, если вы не знаете ответов — я задаю вопросы только для того, чтобы вы научились думать».

Эти ученики учатся не ради экзаменов. Если они изучили какую-то сложную грамматику, то просто правильно ответить на вопросы на экзамене недостаточно — они должны применять эту грамматику в последующих письменных работах, иначе учитель не будет доволен. На уроках письма не только поощряются творчество и эмоциональное описание, но и уделяется особое внимание структуре рассказа и логике, что напрямую применяется при написании сочинений по общественным наукам и отчетов о научных экспериментах.

Учащиеся не только обладают правом на самостоятельность, но и способны к самоуправлению. Каждый учащийся имеет возможность один раз выступить в роли учителя, после чего учитель и остальные учащиеся проводят его всестороннюю оценку. В плане дисциплины не предъявляется особых требований: любой может свободно покидать класс, пользоваться любыми школьными предметами без разрешения и не обязан стоять в очереди.

Учащиеся учатся делать выбор и нести ответственность. Они могут самостоятельно ставить приоритетные цели, самостоятельно решать, чем заниматься, нести ответственность за свои действия и самостоятельно управлять собой. Учитель говорит: «Ты — единственный водитель своей машины, и только ты можешь определять её скорость».

Учитель Ван Вэйган говорит: «Такое отношение ко мне проявили только тогда, когда я уехал за границу и поступил в аспирантуру».

Можно ли в академических кругах «пойти по стопам отца»?

«Поразительное открытие раскрыло сохраняющееся неравенство в академической среде», — так прокомментировал это Арунас Радзвилавичус, заместитель главного редактора одного из журналов серии Nature. В недавно опубликованной статье раскрывается феномен, наблюдаемый в академической среде США: почти у четверти профессоров с пожизненным контрактом родители имеют докторскую степень, а это в 25 раз превышает аналогичный показатель среди обычного населения. В престижных университетах этот показатель даже вдвое выше. Это открытие потрясло Радзвилавичуса и вызвало широкий резонанс среди интернет-пользователей.

Исследовательская группа ранее опубликовала препринт этой статьи в Интернете, который набрал более 2000 ретвитов в Twitter и был освещён многими популярными СМИ. Профессор журналистики также высказала своё мнение: у неё дед был доктором наук, а родители — магистрами, поэтому это явление не вызывает у неё удивления. Некоторые пользователи Интернета, прочитав статью, вдруг поняли, что это явление может объяснить многие вещи, происходящие в их окружении.

Итак, как же исследователи пришли к этим выводам?

1. Явная межпоколенческая передача

В рамках исследования были отобраны 7204 профессора с пожизненным контрактом из разных вузов и по разным специальностям. Была собрана информация о максимальном уровне образования их родителей и социально-экономическом статусе в детстве, которая затем была сопоставлена с данными о среднем уровне образования, доходах и рейтингах вузов по стране за тот же период. На основании этого были сделаны следующие выводы.

Во-первых, профессора с пожизненным контрактом, как правило, происходят из семей с высшим образованием. Среди них 22,2 % профессоров указали, что по крайней мере один из их родителей имеет докторскую степень, а у 3,7% профессоров оба родителя обладают докторской степенью. Если расширить критерий до степени магистра, эти данные станут ещё более очевидными: более половины профессоров (51,8 %) имеют по крайней мере одного родителя с образованием не ниже магистра. В резком контрасте с этим стоит тот факт, что доля населения США, имеющего докторскую степень, составляет менее 1 %, а доля обладателей степени магистра — 7,4 %.

Во-вторых, в престижных вузах это явление проявляется ещё ярче. Данные показывают, что профессора, родители которых имеют высшее образование, чаще принимаются на работу в престижные вузы, тогда как профессорам, родители которых не имеют докторской степени, для того чтобы преподавать в престижных вузах, как правило, требуется более высокий уровень образования. Что ещё более важно, исследователи отмечают, что эта тенденция наблюдается в академической среде уже почти 50 лет. Проанализировав данные о родителях с докторской степенью за период с 1940 по 1980 год, они обнаружили, что на протяжении почти 50 лет доля профессоров с пожизненным контрактом, чьи родители имели докторскую степень, стабильно держалась на уровне выше 20 %.

Кроме того, исследователи учли ситуацию с представителями этнических меньшинств и пришли к выводу, что для афроамериканцев и латиноамериканцев межпоколенческая преемственность в академической среде является более сложной. Как видно из приведенного ниже графика, по сравнению с белыми у афроамериканцев и латиноамериканцев меньше шансов получить любую степень магистра или доктора наук. Доля родителей белых профессоров с бессрочным контрактом, имеющих докторскую степень (23,4 %), выше, чем среди афроамериканцев (17,2 %) или латиноамериканцев (16,9 %). Это означает, что влияние родителей с док-

торской степенью на поступление детей в академическую среду, по-видимому, меньше в случае последних двух групп.

Итак, в чем же заключаются причины, лежащие в основе вышеперечисленных явлений?

2. Академическое поощрение +финансовая поддержка

Исследователи указали причины, лежащие в основе таких значительных различий в данных. Во-первых, исследователи проанализировали поддержку, которую родители оказывают академическому развитию своих детей: родители с докторской степенью оказывают детям наибольшую академическую поддержку и поощрение. Например, они могут раньше сформировать у детей приверженность академическим идеалам, а дети, возможно, будут пользоваться большим уважением или приобретут больше опыта в рамках академической деятельности. Точные данные свидетельствуют о том, что до 68,3 % родителей с докторской степенью оказывают значительную поддержку академическому развитию своих детей, в то время как только 35,1%родителей с образованием на уровне средней школы и ниже оказывают им такую же поддержку.

Кроме того, по сравнению с широкой общественностью наличие одного или обоих родителей с докторской степенью практически всегда означает, что условия жизни детей с раннего возраста будут более благополучными. Статистические данные показывают, что доход в семьях, из которых вышли профессора с пожизненным контрактом (73 000 долларов США), значительно превышает средний уровень (59 000 долларов США).

Помимо общей картины доходов, существуют и другие данные, подтверждающие благосостояние семей, из которых вышли эти профессора с бессрочным контрактом. Например, 75,7% опрошенных профессоров указали, что владели собственным жильем до достижения 18-летнего возраста, причем этот показатель превышалсредний уровень владения жильем в США на тот момент (62 %). Судя по среднему году рождения профессоров и карте распределения населения США того времени, они с большей вероятностью росли в процветающих крупных городах. Подводя итог, можно сказать, что родители докторов наук не только поощряли их академические устремления, но и оказывали материальную поддержку, что вполне объясняет, почему их дети чаще становятся университетскими профессорами.

Социальный статус — это не всё: в китайскоязычном мире по-прежнему появляется множество выдающихся личностей

Современное образование обычно делится на три уровня, которые соответственно соотносятся с тремя социальными слоями. Семьи из нижнего слоя ожидают, что цель образования — это приобретение навыков с целью трудоустройства; семьи из среднего слоя ожидают, что цель образования — это повышение личной ценности с целью развития умений; семьи из верхнего слоя ожидают, что цель образования — это воспитание личности, способной ценить, выбирать и менять окружающий мир.

Современное индустриализированное образование может помочь человеку попасть только на первый уровень; чтобы перейти на второй, семья должна приложить все усилия для поступления в элитный университет; а третий уровень почти полностью зависит от семьи и самого человека, роль школы здесь минимальна.

Судя по всему, в США, если человек оказался в неправильном социальном слое, обучение в школе может стать очень сложной задачей.

Ван Вэйган однажды сказал: «По американским меркам моя начальная школа (на Северо-Востоке Китая) действительно относилась к рабочему классу. Даже в учебном корпусе существовали четкие правила: куда идти, как поднимать руку на уроке и т. д., например,. Однако несколько одноклассников из нашего класса совершенно не обращали внимания на эти правила, они часто шли наперекор школе, а учителя даже хвалили нас за «дух бунтарства» — мы, эта группа детей рабочих, в своих поступках часто проявляли стиль правящего класса».

Один мой друг тоже рассказывал: «В моей бывшей средней школе каждую неделю проводились тесты по математике, которые назывались «Цзоу Шуан». На протяжении нескольких десятилетий все вели себя очень спокойно. Но вдруг в один год один мальчик отказался сдавать тест и даже возглавил забастовку, призвав одноклассников из общежития отказаться от тестирования. Заведующий курсом жестко раскритиковал его при всех, но в частной беседе в кабинете сказал нам: «Этот парень просто молодец! Почему обязательно нужно сдавать тест? Почему так предписано? Все молчат, а только он осмелился бросить вызов! Вспоминая об этом, можно сказать, что учителя Шанхайской средней школы просто сияли светом человечности».

На самом деле, в Китае тоже есть выдающиеся учителя, воспитывающие представителей правящего класса.

Качества действительно могут передаваться по наследству, а семейные традиции — передаваться из поколения в поколение. Ученые уже располагают достаточными доказательствами того, что IQ может передаваться по наследству, и в сочетании с влиянием семейной среды в большинстве случаев людям нелегко выйти за пределы того социального слоя, в котором находятся их родители.

Хотя и гены, и среда влияют на развитие человека, человек отличается от машины тем, что по своей сути он свободен. Несмотря на это, большинство людей ограничены объективными условиями, но у каждого есть свобода воли, позволяющая не следовать устоявшимся нормам. Если бы все действовало по одному и тому же сценарию, этот мир стал бы скучным и безвкусным.

Несмотря на то, что в настоящее время в Китае социальное расслоение не столь явно выражено, как в США, и большинство людей принадлежит к обычному среднему классу и ниже, с постоянным проникновением западной культуры, особенно под влиянием американской культуры героев, новое поколение молодёжи в китайскоязычном мире также лелеет мечту стать героем. Герой — это человек, способный превзойти своих родителей, окружающую

среду, род, происхождение и черты характера; он бросает вызов авторитетам и всегда приносит человечеству сюрпризы. Традиционная азиатская культура почитает великих людей, но величие — это врождённое качество, тогда как героизм — это результат упорных усилий и роста.

В современном китайскоязычном мире — на материковом Китае, в Гонконге, Макао, Тайване и среди китайских общин за рубежом — появляется всё больше героических личностей, которые бросают вызов устоявшимся порядкам и меняют мир. К ним относятся Рен Чжэнфэй из «Хуавей», ученые китайского происхождения Чжан Итан, Чжан Фэн и многие другие. В эту эпоху, когда герои появляются один за другим, каждый может, благодаря непрерывному обучению, расширить свои горизонты, превзойти свой социальный слой и стать героем, меняющим мир.

Самый большой барьер, мешающий ребенку преодолеть социальный барьер, — это родители?

40 лет назад люди восклицали, что романы о воинах-супергероях разрушат следующее поколение;

30 лет назад люди восклицали, что поп-музыка погубит следующее поколение;

20 лет назад люди восклицали, что телепередачи разрушат следующее поколение;

10 лет назад люди восклицали, что Интернет погубит следующее поколение;

сейчас люди восклицают, что видеоигры разрушат следующее поколение.

Однако история развития человечества доказывает: «Никакая сила не способна погубить следующее поколение, кроме предыдущего».

Во всем мире родители из разных социальных слоев демонстрируют заметные различия в подходах к воспитанию детей. В развитых странах всё больше высокообразованных родителей стремятся воспитать следующее поколение, обладающее самостоятельностью, независимостью и способностью к самоанализу, поощряя у детей чувство собственного достоинства и самоутверждение, а также способность делать позитивный и конструктивный выбор. В то же время родители с низким уровнем образования или большинство китайских родителей уделяют больше внимания дисциплине и послушанию, требуя от детей строгого соблюдения правил, установленных школой и родителями. Семьи из высших слоев общества применяют «стратегию продвижения», поощряя детей раскрывать свой потенциал в комфортной обстановке; в то время как семьи с отсталыми педагогическими взглядами или семьи со средним достатком используют «стратегию защиты», ставя во главу угла обеспечение безопасности детей и стремление «не проиграть».

Между этими двумя типами родителей также существует значительная разница в том, сколько времени они уделяют своим детям. Наиболее ярко это проявляется во время «сказок на ночь» и «совместного ужина». Таким образом, дети, родившиеся в семьях с правильными педагогическими взглядами, могут пользоваться большими финансовыми и временными вложениями, получая тем самым двойную выгоду для своего развития; в то время как дети из семей с низким социальным статусом или с неверными педагогическими взглядами могут столкнуться с двумя видами трудностей в процессе взросления.

Самая большая трудность в преодолении классовых барьеров заключается в родителях и социальном круге.

Часто пределом для продвижения ребенка вверх являются не его собственные знания и способности, а кругозор, образ мышления и масштаб мышления его родителей и того социального круга, в котором они находятся.

Есть один фильм под названием «Хайди и дедушка».

Хайди, жившая в швейцарских горах, была отправлена тётёй в дом немецкой аристократической семьи в качестве компаньонки для обучения. Увидев в аристократическом доме гораздо более широкий мир, она, однако, из-за тоски по дедушке вернулась в швейцарские горы.

Во время урока учитель спросил: «Кем вы хотите стать в будущем?»

Одноклассники отвечали, что хотят стать пастухами, фермерами или кузнецами, как их отцы.

Когда Хайди вызвали отвечать, она сказала, что хочет писать рассказы и стать писательницей. В результате весь класс разразился хохотом, а Хайди почувствовала себя неловко.

Позже вся семья аристократов приехала из Германии в швейцарские горы, чтобы навестить её. Старая бабушка из аристократической семьи, которая всегда знала о её мечте стать

писательницей, подарила ей очень красивый записник. Хайди замерла, уставившись на записник, и на её лице отразилось замешательство.

Бабушка спросила её, в чём дело, и она ответила: «Я сказала, что хочу писать рассказы, но над мной смеялись все жители деревни, и мои родные тоже не одобряют мою затею».

Бабушка из аристократической семьи сказала несколько очень мудрых слов: «Они знают слишком мало, потому что знакомы только с этой деревней, а ты видела гораздо больше в этом мире, не так ли? Если что-то делает тебя счастливой, то просто делай это, несмотря на то, что говорят другие».

Чжуан-цзы говорил: «С летними насекомыми нельзя говорить о льде, ибо они привязаны к своему времени; с узколобыми людьми нельзя говорить о Дао, ибо они ограничены своим образованием».

То есть летние насекомые не могут говорить о льде, потому что они ограничены временем и вообще не доживают до зимы; с простыми людьми невозможно обсуждать Дао, потому что они ограничены низким уровнем образования.

Выдающиеся родители всегда знают то, чего не знают обычные родители. Например, они знают, что жизнь нелинейна, что многие достижения имеют эффект «задержки», и что ориентироваться на интересы ребёнка — это всегда правильный подход, что взросление ребёнка — это процесс постепенного отделения от родителей; они, подобно матери Маска, Мейер Маск, способны преодолеть приобретённую беспомощность, наводить мосты там, где есть вода, и прокладывать дороги там, где есть горы; они также передают эти знания, образ мышления и широту взглядов следующим поколениям.

Так называемое «три поколения — и появляется аристократ» на самом деле означает, что только когда такая широта взглядов передается по наследству в достаточной степени, она, подобно переполненной чаше, приносит свои плоды.

Нам, родителям, когда какая-то точка зрения или слова упрека подсознательно готовы сорваться с языка, стоит сдержаться и подумать: достигли ли мы такого уровня знаний, мышления и широты взглядов, чтобы иметь право свободно порицать, ругать и вмешиваться в жизнь ребенка?

Если нет, то лучше сдержаться, выслушать мнение ребенка или других выдающихся людей.

В крайнем случае, не стоит возлагать на ребёнка столько ожиданий: зачем заставлять его нести на себе бремя достижений, которых вы сами не смогли достичь? Не создавать ребёнку препятствий — это и есть самая большая помощь, которую вы можете ему оказать.

Сейчас мы и есть «родная семья» для наших детей

В нашей жизни есть два дома: один — тот, в котором мы выросли с детства, состоящий из родителей, братьев и сестёр, а другой — семья, которую мы создали сами, вступив в брак. Первую из них мы называем «родной семьёй». Как родители, мы должны осознать: сейчас мы и есть родная семья для наших детей! Мы создаём новую культуру. Не стоит продолжать то, что в прошлом было неверно, а хороший опыт прошлого следует передавать дальше. Наше поведение повлияет на счастье будущей семьи наших детей.

Известный американский семейный психотерапевт Сатир считает: человек и его родная семья связаны тысячами тонких нитей, и эта связь может влиять на всю его жизнь. Поэтому не стоит использовать родную семью как оправдание для отказа от роста и изменений, ведь ваше счастье и радость зависят только от вас самих.

1. Люди из разных семей имеют разные требования, правила и привычки

Например, возьмём молодожёнов: жена настаивает на том, чтобы выдавливать зубную пасту с нижней части тюбика, а муж сжимает тюбик посередине, в результате чего паста выдавливается. Жена скажет, что пасту нужно выдавливать снизу, а муж ответит: «То, что ты считаешь правильным, не совпадает с тем, что я считаю правильным».» Или, например, жена, воспитанная в строгой семье и имеющая тесные отношения с родными, сопровождает своего мужа, с которым у них натянутые отношения, в его родную семью. После ужина в канун Нового года родственники мужа разошлись по комнатам смотреть телевизор или развлекаться, оставив жену одну перед накрытым столом, а муж остался равнодушным. Жена почувствовала себя обиженной и заплакала, но муж этого не понял; однако когда муж сопровождал жену в её семью, утром в первый день Нового года вся семья рано встала, занялась приготовлением пельменей, нарядно оделась и села за стол, ожидая новогодних благословений родителей, а молодая невестка всё ещё спала в постели. Жена поспешила разбудить его — она почувствовала себя очень униженной и ещё сильнее обиженной, но муж по-прежнему не мог понять причину.

Поэтому, когда вы не чувствуете любви, это не значит, что любви рядом нет. Возможно, у каждого свой способ выражать любовь; точно так же, когда вы чувствуете себя обиженными, это не значит, что другие намеренно причиняют вам боль.

2. То, чего мы не помним, влияет на нас сильнее

То, чего мы не помним, оказывает на нас большее влияние, чем то, что мы помним. Этот принцип в равной степени применим к некоторым событиям, которые мы пережили в детстве в своей родной семье. Это похоже на компьютер: обычно мы видим только интерфейс на экране, но этот интерфейс определяется командами, скрытыми в программном коде. Точно так же на наше поведение влияют некоторые скрытые, невидимые программы.

3. Счастливые люди исцеляют всю свою жизнь с помощью детства, а несчастные — всю жизнь, исцеляя детство

В межличностном общении мы часто неосознанно копируем модели поведения, усвоенные в родной семье, а иногда поступаем с точностью до наоборот. Некоторые сильные и болезненные переживания детства зачастую заставляют нас, сами того не замечая, принимать важные решения, которые влияют на всю нашу жизнь, в том числе и на то, как мы относимся к людям и ведем себя с ними.

Например, одна очень красивая и отлично успевающая в учебе девушка при поиске партнера всегда выбирает парней, условия жизни которых намного хуже, чем у неё самой, но, пожив с ними некоторое время, с трудом заставляя себя уйти. Дело в том, что когда ей было шесть лет, её родители развелись, и мать, чтобы прокормить семью, была вынуждена работать на нескольких работах. Однажды вечером девочка, вернувшись домой одна, увидела темную ком-

нату и пустой холодильник. Это чувство одиночества и отчаяния глубоко запечатлелось в её душе, и она приняла решение — ни за что не позволить кому-либо бросить себя.

Поэтому, выбирая партнера, она не решается выбрать парня, который был бы таким же успешным, как она сама. Эти сформировавшиеся в подсознании «невидимые внутренние обещания» часто оказывают решающее влияние на самые важные межличностные отношения в нашей жизни. Это решение, определяющее всю жизнь, не обязательно плохое — на каком-то этапе жизни оно защищало вас и помогало вам. Однако, когда жизненные обстоятельства меняются, такое поведение может превратиться в препятствие.

Когда внутренние обещания супругов оказываются прямо противоположными, это может привести к множеству проблем. Речь идет о «взаимосвязанных психологических комплексах».

4. Сейчас мы и есть исходная семья для наших детей

Отношения между супругами чем-то напоминают двух влюбленных, танцующих танго в совершенно темной комнате — это чрезвычайно сложно. Чтобы вместе исполнить самый прекрасный танец жизни, мы должны научиться понимать свою исходную семью и разжечь огонь любви. Мы не можем контролировать ветер, но можем настроить паруса, чтобы плыть к месту назначения. Те, кто заикливается на прошлом, не желает учиться и не принимает влияния других, как правило, являются самыми неспособными и не имеющими никакого влияния.

Мы не можем использовать неблагополучную семью, в которой мы выросли, в качестве оправдания, отказываясь расти и меняться. Ведь наше счастье и радость находятся в наших руках. Мы не можем изменить то, что произошло в прошлом в нашей семье, но сейчас мы сами являемся семьёй для наших детей, и с сегодняшнего дня мы несем ответственность за каждый свой выбор.

3. Как создать здоровую среду для развития

Размышления, которые вызывает у нас среда взросления детей в традиционном обществе

В одной из деревень Новой Гвинеи у многих людей на теле есть шрамы — это следы ожогов, полученных в детстве. Родители в этой деревне придерживаются принципа свободного воспитания: они позволяют детям трогать всё, что угодно, и даже если ребенок подходит к костру или другим опасным предметам, они его не останавливают.

В общине индейцев пилаха в Америке взрослые бездействуют, наблюдая, как дети совершают опасные поступки. Однажды примерно двухлетний малыш сидел в доме и играл с острым ножом длиной около 22 сантиметров. Он размахивал ножом, иногда едва не поранив себе глаза или грудь. Его мать беседовала с кем-то и не только не отобрала нож, но и постоянно подбирала его с пола, позволяя ребенку продолжать игру.

Почему эти родители так «беспечны»?

На самом деле это метод воспитания, позволяющий детям получить собственный жизненный опыт. Индейцы племени пилаха рассматривают детей как самостоятельных личностей, наравне со взрослыми, и позволяют им пробовать разные вещи, многие из которых опасны. Если ребенок получит травму, этот урок наверняка запомнится ему на всю жизнь. Предоставляя детям возможность самостоятельно приобретать опыт, мы, напротив, помогаем им постепенно осознать необходимость соблюдения правил, осторожности в действиях и обучения у родителей. Дети, выросшие в такой среде, во взрослом возрасте часто становятся очень стойкими и смелыми.

Вопрос об условиях взросления детей можно обсудить более подробно.

Современное образование часто рассматривает детей как особую группу и делит их по возрасту на разные классы, далее разбивая на несколько групп, чтобы дети примерно одного возраста учились вместе. В школьном образовании существует различие между уроками и временем вне уроков: от учеников требуется сидеть в классе и усваивать знания во время уроков, а во время перерывов они могут играть со сверстниками. В конце семестра проводятся экзамены, а во время каникул задаются задания по социальной практике и т. д.

Однако в некоторых небольших общинах охотников-сборщиков нет такой организации, как школа, нет деления на классы и группы, и тем более нет различия между уроками и временем вне уроков. Тем не менее, такая среда приносит много пользы.

Поскольку возрастные границы стираются, дети разных возрастов могут жить и играть вместе, и даже играть вместе со взрослыми. В такой среде не существует границ между игрой и обучением. Игры детей часто представляют собой имитацию жизненных ситуаций взрослых, а это означает, что они применяют полученные знания на практике в любое время и в любом месте. Младшие дети могут учиться навыкам общения и бытовым навыкам у старших братьев и сестёр, а также у взрослых. А дети постарше, в свою очередь, приобретают опыт ухода за младшими детьми.

В тропических лесах Африки живёт племя мбути. Когда их родители охотятся, ловят рыбу или собирают растения, дети мбути подражают им, беря в руки маленькие луки и стрелы, рыболовные сети или корзинки. Для них жизнь — это череда игр. Когда они вырастают, они понимают, что игры, в которые они играли раньше, на самом деле были предварительной подготовкой к выживанию. Гоняться и резвиться — это, по сути, обучение охоте; лазать по деревьям — это поиск мёда или преследование хитрой добычи среди ветвей.

Сейчас мы часто призываем возвращать знания в повседневную жизнь. Однако в традиционном обществе это не было чем-то особенным. Из-за ограниченных условий традиционное общество не могло пользоваться плодами индустриализации современного общества: в нём не было детских кроваток, школ и внешкольных игр. Но именно благодаря этому дети в тради-

ционном обществе могли расти в естественной среде. В младенческом и раннем детском возрасте они получали от родителей максимальное тепло; в детском возрасте они в играх учились общаться с людьми и приобретали навыки добычи пищи. Для них знания и жизнь всегда были неразделимы. Это важный повод для размышлений, который дает нам среда взросления детей в традиционном обществе.

Нормальная семья ≠ здоровая среда для семейного воспитания

Подавляющее большинство наших семей — теплые и благополучные, а большинство детей — послушные. Поэтому, когда речь заходит о семейном воспитании, многие считают, что у них нет проблем, ведь папа и мама, безусловно, любят своих детей.

Однако я хочу сказать, что множество примеров показывают нам: благополучная семья не означает благоприятную среду для развития ребенка.

1. Нездоровые педагогические взгляды, когда поступление в престижный университет считается конечной целью

Родители, готовя детей к вступительным экзаменам в среднюю и высшую школу, направляют на это всю свою энергию — это нездоровая педагогическая концепция. Это все равно что сконцентрировать все боеприпасы на одной битве, рассматривая поступление в престижный университет как конечную цель. Но на самом деле поступление в университет — это лишь первая битва в жизни, а не вся война.

Означает ли поступление в университет, что у ребенка обязательно будет светлое будущее? На самом деле, не обязательно. Раньше в университет могли поступить лишь немногие, поэтому поступление в вуз было символом успеха в жизни, но сейчас ситуация изменилась: поступление в университет — это просто способ избежать провала в жизни. Среди моих знакомых много выпускников ведущих университетов: одни добились успеха, другие потерпели неудачу. На самом деле социологи на основе многолетних исследований пришли к выводу: поступление ребенка в 18 лет в университет первого или второго уровня практически не влияет на его будущие перспективы. Более того, если студент показывает отличные результаты в университете второго уровня, он может получить больше образовательных ресурсов и внимания, что также благотворно сказывается на формировании уверенности в себе.

2. Слишком узкий фокус внимания на ребенке

Есть ли что-то, на что стоит обратить внимание, помимо успеваемости? Сколько родителей задумывались о том, кто лучший друг их ребенка? Замечали ли они последние изменения в настроении ребенка? Интересовались ли они увлечениями и хобби ребенка? На самом деле именно эти факторы, связанные с развитием, являются ключевыми для качества будущей жизни ребенка.

Результаты опроса показывают, что многие родители уделяют внимание только таким практическим факторам, как здоровье и безопасность детей, а также их успеваемость, при этом уделяя меньше внимания таким факторам развития, как увлечения и формирование характера. В порядке убывания: здоровье и безопасность(65,95 %), формирование привычек(55,47 %), повседневная учеба(53,58 %), межличностное общение(37,89 %), способность самостоятельно справляться с повседневными задачами(33,75 %), формирование характера(28,09 %), увлечения и хобби(19,47 %), эмоции и чувства(11,93 %).

Из этого видно, что родители больше заботятся о «достижении успеха» и упускают из виду «формирование личности» своих детей, поэтому они уделяют недостаточное внимание таким факторам развития, как межличностное общение, навыки самообслуживания, формирование характера, увлечения и эмоциональное состояние, а также недооценивают важность установления близких отношений между родителями и детьми и создания благоприятной семейной атмосферы.

При таких ценностных ориентирах учеба становится приоритетом в большинстве семей: более 80 % учеников начальной школы получают дополнительные задания после уроков, почти 50 % семей рассматривают учебу как основную тему общения между родителями и детьми, 40 % учеников не имеют времени на активный отдых на свежем воздухе после возвращения

домой, а для почти половины учеников основными развлечениями после возвращения домой являются просмотр телевизора, игры на компьютере или в мобильном телефоне.

Успеваемость детей становится критерием взаимной оценки родителей и даже приводит к конфликтам между супругами.

3. Неумение создать здоровую семейную среду для развития

Все родители хотят создать для своих детей здоровую среду, но некоторые, несмотря на такое желание, не знают, как этого добиться.

Например, чрезмерная избалованность и потакание детским капризам, когда ребенку позволяют без ограничений развлекаться и питаться, не заниматься физическими упражнениями, что приводит к формированию нездоровых привычек. Или, наоборот, недостаток поощрения и признания, когда ребенок постоянно окружен негативными эмоциями: критикой, жалобами и упреками.

Конфликты и ссоры между родителями также создают для ребенка ненормальную и нездоровую обстановку. А распад семьи и длительная разлука лишают ребенка чувства принадлежности.

Если изменения в семье неизбежны, некоторые родители не знают, как утешить и направить ребенка позитивным и здоровым образом, а также как избежать крайних мер, таких как недостаток дисциплины, излишняя балованность или чрезмерная строгость; некоторые даже переносят своё недовольство семьёй на ребёнка.

4. Попытки ускорить рост, страх «проиграть на старте»

У каждого ребенка своя уникальная траектория развития, и не существует такого понятия, как «проиграть на старте». Наша жизнь похожа на марафон, а ребенок должен шаг за шагом продвигаться к финишу. В процессе роста ребенку требуется множество возможностей для обучения, способствующих развитию мозга, но такое обучение не равнозначно так называемому «антинатуральному воспитанию» и «дошкольному образованию», которые продвигают родители и репетиторские центры.

Например, для детей в возрасте до шести лет самым важным способом обучения является игра! Им нужно взаимодействовать с другими детьми, испытывать семейную и дружескую привязанность, отрабатывать навыки общения, формировать здоровый характер, а не заучивать стихи династии Тан, считать и выполнять арифметические действия или запоминать огромное количество иероглифов. Так называемые группы раннего развития не так уж важны, и начать обучение в втором классе начальной школы еще не поздно; что касается школьников, то в изучении математики и олимпиад по математике, если освоить основные принципы, даже в пятнадцать-шестнадцать лет можно за короткое время полностью овладеть математическими знаниями, которые изучаются в течение первых десяти лет обучения. Напротив, чрезмерный акцент на учебе и пренебрежение временем для игр не только негативно сказывается на физическом и психическом здоровье ребенка и развитии его мозга, но и приводит к появлению у него неприятия к учебе, что негативно влияет на формирование характера.

В Корее есть книга под названием «Хорошая мама не торопится». Современные родители слишком стремятся к быстрым результатам, не могут терпеливо ждать естественного развития ребенка и постоянно ищут различные способы «быстрого успеха», чтобы ускорить его развитие. Однако раннее образование — это не обучение с опережением: то, что ребенок не умеет делать в 3 года, он, возможно, будет делать отлично в 5 лет; то, что он не может выучить в 5 лет, не станет проблемой в 6 лет; а задачи, которые он не может решить в третьем классе, он с лёгкостью решит в четвертом. Чему же на самом деле способствуют все эти методы «быстрого успеха»? На самом деле — лишь удовлетворению родительского тщеславия.

Как не стать «токсичными» родителями

Термин «токсичные» относится не к родителям, которые лишь изредка ведут себя неправильно, а к тем, кто постоянно использует определенные поведенческие модели, чтобы контролировать жизнь ребенка. В зависимости от поведенческих моделей «токсичных родителей» можно разделить на следующие типы:

Первый тип — это незрелые родители. Родители должны брать на себя ответственность за воспитание детей, удовлетворять их материальные и эмоциональные потребности, а также обеспечивать их безопасность. Незрелые родители же поступают с точностью до наоборот, заставляя детей заботиться о своих собственных потребностях. Они игнорируют потребности детей и заботятся только о том, удовлетворены ли они сами.

В книге «Семья происхождения» приводится следующий пример: маленький Лейс в детстве пережил много страданий. Его отец был очень занят на работе и редко бывал дома, а мать страдала нервным истощением и часто болела. Поэтому маленький Лейс взял на себя все домашние обязанности: он не только ухаживал за двумя младшими братьями, но и старался поднять маме настроение. Он стал главой семьи, взвалив на себя тяжёлое бремя, и его детство, проведенное в одиночестве и чувстве вины, не давало ему дышать. Даже повзрослев, Лейс остался трудоголиком, используя работу как защиту от чувства вины и одиночества. Однако в итоге это привело к тому, что его жена ушла от него. Он переехал в Лос-Анджелес по работе, но родители по-прежнему не оставляли его в покое. Каждый раз по телефону отец говорил: «У твоей мамы очень плохое настроение, не мог бы ты приехать домой и навестить её?» Затем мать подхватывала разговор, говоря, что Лейс — вся её жизнь и что она не знает, сколько ей ещё осталось жить. Столкнувшись с такой ситуацией, Лейс был вынужден часто летать домой, считая это своим долгом.

У Мелани и Лейса был похожий опыт: с детства она ухаживала за своим отцом. Став взрослой, она дважды выходила замуж и сожительствовала с несколькими мужчинами, каждый раз выбирая ленивых или хулиганов, а иногда даже наркоманов. Она всегда верила, что благодаря своей самоотдаче и влиянию эти люди исправятся, но её самоотдача лишь поощряла их безответственное поведение, и в итоге она получала только разочарование. Она так и не осознала, что предпочитала быть с мужчинами, у которых были проблемы, потому что хотела повторить отношения со своим отцом, и поэтому так и не смогла найти человека, достойного любви.

В целом, родители «инфантильного типа» заставляют детей терять себя и даже игнорировать свои законные потребности. Они не понимают, что слепое самопожертвование приводит лишь к пренебрежению со стороны окружающих: чтобы тебя любили, сначала нужно научиться любить себя. А родители «манипулятивного типа» боятся, что дети перестанут в них нуждаться. Они хотят, чтобы дети никогда не смогли жить самостоятельно. Как только ребенок вырывается из-под их контроля, они испытывают сильнейшую боль, словно лишившись смысла жизни. Родители этого типа лишают детей способности принимать решения, постоянно угрожают им, что в противном случае перестанут с ними общаться или не будут давать денег. Они без конца ворчат, доводя детей до полного изнеможения, а затем принимают на себя роль жертвы. Такие родители считают мнение детей ничтожным и принимают все решения за них. Например, в телесериале «Маленькие радости» персонаж, которого играет Тао Хун, часто так обращается со своей дочерью: она даже заменила стену между спальней дочери и гостиной на прозрачное стекло, чтобы удобнее следить за учебной работой ребенка, и принимает за неё всевозможные решения, такие как участие в зимнем лагере и выбор вуза.

Такие родители продолжают манипулировать своими детьми, независимо от того, являются ли те детьми или уже взрослыми. Когда ребенок вырастает, он обнаруживает, что решения

родителей всегда ошибочны, а родители вечно находятся в противостоянии с ним. Родители вмешиваются в работу и личную жизнь ребенка. После того как ребенок женится или выходит замуж, они также вмешиваются во все решения новой семьи, например, в выбор даты свадьбы, решение о том, заводить ли детей и т. д. Мнение ребенка и его супруга не учитывается, решающим является только мнение родителей.

Одним словом, манипулирующие родители пытаются сорвать каждое решение ребенка, делая его характер незрелым, чтобы навсегда оставаться хозяевами его жизни.

Родители, склонные к словесному насилию, представляют собой третий тип; они причиняют ребенку боль словами. В раннем детстве родители являются центром мира ребенка. Оценка, которую родители дают ребенку, влияет на его самооценку. Однако некоторые родители любят подвергать ребенка словесному насилию. Большинство родителей в порыве гнева могут сказать что-нибудь резкое, но некоторые родители постоянно оскорбляют внешность, интеллект, способности или человеческую ценность ребенка. Они произносят язвительные фразы, такие как: «Ты такой тупой, что даже дерьмо не успеешь съесть, пока оно не остынет», «Не знаю, зачем я тебя вообще родила!» Такое поведение может быть расценено как жестокое обращение. Кроме того, частые упреки и критика также наносят ребенку психологическую травму.

За таким поведением родителей, практикующих вербальное насилие, стоят несколько психологических факторов. У некоторых родителей есть нереалистичные иллюзии и завышенные ожидания в отношении образования ребенка; когда ребенок не оправдывает их требований, они испытывают сильное чувство неудачи и вымещают свой гнев на ребенке. Некоторые родители рассматривают ребенка как соперника и не могут смириться с тем, что в некоторых аспектах ребенок превосходит их, поэтому пытаются сохранить свое чувство превосходства с помощью насмешек и унижений. Есть также родители, у которых некоторые недостатки ребенка напоминают их собственные, вызывая воспоминания о неприятных переживаниях детства, и они невольно вымещают свой гнев на ребенке.

Родители, прибегающие к физическому насилию, представляют собой последний тип. Хотя многим родителям приходила в голову мысль ударить ребёнка, особенно когда тот плачет, капризничает или бросает вызов родительской власти, большинство из них всё же способны сдерживать свои импульсы. Однако родители, прибегающие к физическому насилию, обычно сами ищут поводы для ссор и применяют насилие по отношению к ребенку даже без всякой причины. Эти родители могут сталкиваться с давлением на работе, семейными конфликтами или недовольством обществом, но никакие оправдания не могут оправдать их насильственные действия. Многие родители, прибегающие к физическому насилию, выросли в семьях, где царило насилие; они ненавидят своих родителей, но при этом считают насилие единственным способом решения проблем и выхода эмоций. Живя с такими родителями, ребенок испытывает чувство незащищенности, не зная, когда на него обрушится насилие. Детям, выросшим в таких семьях, трудно доверять другим, они полны настороженности, с трудом налаживают хорошие отношения, всегда думают о худшем и живут в страхе.

Все четыре вышеперечисленных типа родителей объединяет одно: они стремятся поддерживать функционирование «токсичной» семейной системы. Если кто-то из членов семьи пытается разрушить эту систему или если в их жизнь вмешиваются внешние силы, они прибегают к целому набору стратегий противодействия. К этим стратегиям относятся: отрицание происходящего, перекладывание вины на ребенка, насильственное препятствование и изоляция семьи от внешнего мира. Такие семьи, как правило, находятся под контролем токсичных родителей, которые не желают устанавливать связи с внешним миром и не приветствуют появление посторонних в своём кругу. Они отказывают друзьям или учителям детей в посещении дома, опасаясь, что эти люди раскроют их секреты. Таким образом, такие семьи часто нахо-

дятся под контролем токсичных родителей, которые с помощью этих стратегий реагирования сохраняют свою власть.

Как создать правильную и комфортную среду для взросления?

Многие китайские родители придерживаются ошибочного представления, просто определяя «правильную и комфортную среду для взросления» как набор материальных условий и материально-технической базы, таких как жилищные условия, уровень потребления, выбор образования и так далее. Однако Перри говорит нам, что эти аспекты не являются самыми важными; самое главное — это «ощущение семьи». Один мой друг посетил семью беженцев. Несмотря на то, что их условия жизни были очень плохими, один из детей сказал ему: «У нас есть дом! Просто у него пока нет постоянного места».

Во-первых, научитесь честно относиться к спорам: в любой семье случаются споры, но способ их урегулирования и разрешения имеет решающее значение — нельзя допускать, чтобы разногласия разрушали отношения между членами семьи. Ведь конфликты вызывают у детей психологическое напряжение, угрожают их чувству безопасности и заставляют их находиться в состоянии постоянной готовности к реагированию.

Что же нам, родителям, следует делать? Прежде всего, нужно упорно говорить о проблеме и о своих чувствах по поводу этой проблемы, выражать свою позицию, не нападая на собеседника. Например: «Когда ты сидишь в телефоне и не отвечаешь мне, я чувствую себя очень обиженным» — это хороший способ общения: сначала описываешь проблему, а затем выражаешь свои чувства. Напротив, если сразу сказать: «Тебе важен только твой телефон, а я тебе безразличен», это легко обострит конфликт и отвлечет разговор от темы. В конце концов, нападки только пробуждают защитные инстинкты собеседника и не способствуют решению проблемы.

Кроме того, во время спора мы должны учитывать чувства собеседника и не спешить с осуждением. В то же время нужно тщательно проанализировать, какие неудовлетворенные потребности — как ваши, так и собеседника — лежат в основе этого спора. Также следует тщательно различать, что именно вызвало гнев в споре: прошлые травмы или непосредственные слова и поступки близких в данный момент.

Второй принцип заключается в том, чтобы с пониманием относиться к чувствам ребенка, а не сосредотачиваться исключительно на «решении конкретной проблемы».

Филиппа Перри в книге «Как бы я хотела, чтобы мои родители прочитали эту книгу» отмечает, что невозможность получить утешение от родителей является одной из основных причин депрессии у взрослых. Многие родители из-за невнимательности или намеренного игнорирования чувств ребенка, особенно негативных, приводят к тому, что чувства ребенка отрицаются; эти чувства не исчезают, а накапливаются в глубине души ребенка, нанося ему долгосрочный ущерб.

Например, ребенок, выросший в семье, где постоянно царили конфликты и насилие, может ошибочно полагать, что насилие и контроль также являются частью любви, и испытывать сильную зависимость от других людей, если те проявляют к нему хоть малейшие признаки доброжелательности. В своей книге Перри приводит пример десятилетнего ребенка, который, чувствуя себя одиноким рядом с родителями, занятыми созданием собственного бизнеса, в итоге предпринял попытку самоубийства. Ребёнок чувствовал себя обузой, не ощущал любви родителей и чувствовал себя как мяч, которым то и дело пинают. Чтобы изменить эту ситуацию, Джон приостановил свою работу и провёл месяц дома с сыном, а также договорился с женой, что по крайней мере один из них должен возвращаться домой не позднее шести часов вечера, чтобы гарантировать как минимум два часа общения с сыном. Таким образом, родители должны прислушиваться к чувствам ребёнка, особенно к негативным, и проявлять понимание, сопереживание и поддержку.

Перри отмечает, что внимание к чувствам ребенка и обратная связь должны начинаться с самого его рождения. Даже если ребенок еще не овладел речью, его жесты, мимика, плач и другие звуки — это способы, которыми он пытается общаться с родителями, и родители должны взаимодействовать с ребенком различными способами, включая звукоподражания, жесты и мимику. Как только ребенок поймет, что его чувства вызывают внимание и реакцию родителей, он сможет почувствовать любовь и безопасность в семейной обстановке и сделать первый шаг к формированию здоровой личности. Когда чувства ребенка расходятся или противоречат нашему взрослому здравому смыслу или воспоминаниям, не стоит поспешно их отрицать, поскольку его возраст и образ мышления могут не совпадать с языковыми представлениями. Когда ребенок выражает эмоции, например: «Мама никогда не водит нас гулять», он не стремится отрицать тот факт, что родители когда-то водили его на прогулки, а хочет сказать: «Я уже давно сижу дома, мне скучно, и я хочу, чтобы родители обратили на это внимание и что-то предприняли».

Однако терпимость не означает излишней балованности и безграничных уступок ребенку. Если ребенок выдвигает необоснованные требования, родителям необходимо в разумных пределах ограничивать его и направлять его поведение. Например, у отца Дейва есть четырехлетняя дочь Нова, которая иногда бывает очень капризной и, когда ей что-то не нравится, начинает громко плакать. Чтобы решить эту проблему, Перри посоветовал Дейву изменить стиль общения. Однажды, когда Нова села на своё привычное место, а её двоюродный брат занял его, она начала плакать и капризничать. Дэйв не заставил детей поменяться местами и не стал ругать дочь. Он присел на корточки, чтобы оказаться на одном уровне с дочерью, выразил понимание её чувств и спросил, где она хотела бы сесть. Так Нова постепенно перестала плакать, без проблем села в детское кресло и начала весело болтать с двоюродным братом и отцом, словно инцидент с местом вообще не имел места.

Третий принцип: только хорошие супруги могут быть хорошими родителями

Чтобы стать хорошими родителями, сначала нужно стать хорошими супругами. В семейной системе отношения между супругами всегда являются краеугольным камнем функционирования семьи и самой важной подсистемой. Супругам необходимо иметь собственное пространство, чтобы выражать близость, решать конфликты и обсуждать вопросы. Чтобы система «муж-жена» работала, супруги должны быть на одной стороне.

Если границы семьи проходят между родителями и детьми, то дети будут понимать, что родители — это единое целое, и точка зрения отца отражает точку зрения матери. Однако если один из родителей ближе к ребенку, это равносильно установлению границы между родителями: один из них оказывается в одной группе с ребенком, а другой — за ее пределами. Мать находится вместе с ребенком, а отец — с другой стороны, в результате чего отец оказывается исключенным из подсистемы и постепенно теряет свою отцовскую роль. Мать же, оказавшись в изоляции и без поддержки, становится эмоционально еще более зависимой от ребенка.

Такая ситуация часто приводит к двум распространенным проблемам. Первая проблема заключается в том, что воспитание ребенка превращается в борьбу за него. Многие родители испытывают беспокойство, не зная, как правильно воспитывать ребенка, но они упускают из виду, что для того, чтобы стать хорошими родителями, нужно сначала стать хорошими партнерами. Только стоя на одной стороне, они смогут эффективно решать проблемы ребенка. Если они не будут сталкиваться со своими противоречиями и не будут их урегулировать, им не удастся сблизиться эмоционально, и им будет трудно стать эффективными родителями.

В семье с детьми, чтобы стать хорошими родителями, супруги должны в первую очередь стать хорошими партнерами. Поскольку отношения между супругами являются краеугольным камнем семейной подсистемы и её важнейшей составляющей, для того чтобы она функционировала должным образом, супруги должны действовать сообща, имея при этом собственное пространство для урегулирования конфликтов и обсуждения вопросов. Если границы про-

водятся между родителями и ребенком, ребенок будет воспринимать родителей как единое целое: критика со стороны отца будет восприниматься как критика со стороны матери. Если только один из родителей близок с ребенком, то другой родитель будет отстранен ребенком и утратит свою функцию в подсистеме, а мать станет полагаться на ребенка для удовлетворения своих эмоциональных потребностей.

Такая семейная структура, при которой один из супругов близок к ребенку, а другой — отдален от него, легко приводит к двум проблемам: во-первых, воспитание ребенка превращается в борьбу за его внимание, а во-вторых, из-за любви к ребенку супруги отдаляются друг от друга. Чтобы решить эти проблемы, необходимо объединить супругов в один лагерь, а ребенка — в другой, и установить четкие границы между супругами и ребенком. Это позволит супругам лучше понимать друг друга, стать партнерами, а не соперниками, и не беспокоиться о том, что ребенок будет ревновать или чувствовать себя обделенным вниманием; к тому же ребенок будет рад видеть, что родители ладят друг с другом.

Какую среду, способствующую здоровому развитию, следует создать? Во-первых, создать стабильную и предсказуемую среду

У несовершеннолетних детей способность к самоконтролю ещё не сформирована, поэтому родители должны взять на себя ответственность за их воспитание. Однако такое воспитание должно быть проникнуто любовью, гуманным, научно обоснованным и рациональным; нельзя рассматривать ребёнка как частную собственность, с которой можно произвольно обращаться. Не следует также прибегать к грубым и приказным методам, не учитывающим и не уважающим мнения и личность ребёнка.

С другой стороны, несовершеннолетние дети рассматривают родителей как опору; разумное воспитание и забота дают детям чувство безопасности и поддержки, благодаря чему в случае проблем или опасности они обращаются за помощью к родителям. Если же родители в повседневной жизни слишком безразлично относятся ко всему, что касается ребенка (учеба, поведение, увлечения и т. д.), создавая видимость большей свободы, ребенок может почувствовать, что родители «не заботятся» о нём, и отдалиться от них.

Хотя и верно, что до достижения ребенком совершеннолетия воспитание является обязанностью родителей, это не означает, что нужно контролировать каждую мелочь. Так что же следует контролировать, а что нет? Это, пожалуй, вопрос большой мудрости. Главный принцип заключается в том, чтобы сосредоточиться на главном и не заикливаться на мелочах. Что же является важным? Например, выработка хороших привычек (это подробно освещается в разделе «Привычки» данной книги, поэтому здесь не будем повторяться); преодоление лени и приверженность усердию; сдерживание желаний.

Читатели этой книги живут в очень благоприятных условиях, и родители способны удовлетворить любые запросы своих детей. Возможно, некоторые родители считают, что если ребенок счастлив, то даже огромные затраты оправданы. Однако именно такое мышление заставляет ребенка теряться в своих постоянно растущих желаниях и в конечном итоге не достигать ничего в жизни.

Как в китайской, так и в западной культуре всегда ценились трудолюбие и бережливость, а тех, кто, получив немного денег, тратит их все на сиюминутные удовольствия, презирают — и учёные полностью согласны с этим: все исследования показывают, что умение думать о долгосрочной перспективе и откладывать удовольствия на потом является обязательным качеством для долгосрочного счастливого жизни.

Но почему же некоторым это не удаётся? Некоторые звёзды НБА, заработав огромные деньги, умудряются в течение нескольких лет после завершения карьеры растратить всё своё состояние до после дней копейки. Неужели эти люди от природы глупы? Вполне возможно, что причиной тому является неблагоприятная семейная обстановка в детстве.

Что касается знаменитого «теста с зефирком» (marshmallowtest), посвященного отсроченному удовлетворению, то последние выводы показывают, что дети из обеспеченных семей обладают большей силой воли. Экономист из Гарвардского университета Сендил Муллайна-тани специалист по поведенческим наукам из Принстона Эльдар Шафирещё в 2013 году в своей совместной книге «Дефицит: почему недостаток значит так много» (Scarcity: Why Having Too Little Means So Much) указали, что бедность лишает человека желания ждать долгосрочной выгоды и делает его близоруким; сама по себе бедность изменяет поведение человека и его взгляд на вещи.

Социальный психолог из Университета Орегона Эллиот Беркман также согласен с этим: одной из главных черт бедности является непредсказуемость жизни; бедность заставляет чело-

века жить настоящим моментом, ведь когда завтрашний день под вопросом, думать о будущем — это просто роскошь. Как говорится, «кто не думает о будущем, тому придут беды в настоящем».

Воспитывая ребенка, необходимо обеспечить ему стабильную и предсказуемую среду. Если случайно появится что-то особенно вкусное и необычное, не следует съесть всё за один раз, а нужно разделить на несколько порций и есть постепенно. Когда ребенок в хорошем настроении, не позволяйте ему несколько дней подряд только играть и не заниматься учебой; когда он в плохом настроении, не запрещайте ему играть несколько дней подряд.

Как родитель, осознаёте ли вы, какую важную миссию несёте на своих плечах? К сожалению, сегодня многие родители думают только об оценках и местах в рейтинге. На самом деле в будущем конкуренция будет всё меньше сводиться к «борьбе за первое место», а всё больше — к «поиску единственного»: поиску того, что отличает вас от других, вашего уникального преимущества. Ведь истинный смысл образования заключается в том, чтобы помочь ребёнку стать лучшей версией самого себя: без индивидуальности нет настоящего роста.

Во-вторых, среда, помогающая ребенку раскрыть и развить свой потенциал

Каковы признаки здоровой семейной среды для развития?

Некоторые говорят, что это терпимость и доброжелательность. Защита нормальной жизни ребенка, защита его физического и психического здоровья — вот важнейшая среда для развития. Иными словами, относитесь к ребенку как к ребенку: он не щенка из цирка, ему не нужно осваивать все восемнадцать видов боевых искусств, ходить по канату или пролезать через огненные кольца.

Некоторые говорят, что это освобождение природных наклонностей. Тао Синчжи предлагал освободить ум ребенка, освободить его глаза, освободить его уши, освободить его рот, освободить его время, освободить его пространство. Нельзя брать на себя чужие обязанности и действовать вместо него, нельзя чрезмерно ограничивать и контролировать, а также не следует слишком рано определять его будущее направление. В цветочном горшке не вырастет высокое дерево.

Кто-то говорит, что это открытие себя. В семейном воспитании важнейшая роль родителей заключается в том, чтобы помочь ребенку открыть себя, обнаружить свою индивидуальность и способствовать развитию его личности.

На мой взгляд, все три вышеупомянутых утверждения верны.

Родителям не следует заикливаться только на оценках, а нужно наблюдать за ребенком и открывать его уникальные способности, потенциал и увлечения, разжигать огонь в его душе и находить направление его развития — на это, возможно, уйдет много времени. Поэтому есть такая поговорка: «Помочь каждому ребенку раскрыть свой талант — это высшая миссия родителей!»

Баффет говорит, что единственное, что родители должны сделать для своего ребенка, — это найти то, чем он увлечён, поощрять его стремиться к этому со всей силой и раскрыть свой потенциал в полной мере. Поиск увлечения — это трудоёмкий и загадочный процесс, требующий большого пространства для свободы; если родители будут оказывать давление, это приведёт к обратному результату. Родителям достаточно сказать ребёнку, что при выборе не следует учитывать статус, вознаграждение или доход, а нужно прислушиваться к искренности и отзвуку в своём сердце.

Вот какой опыт воспитания детей делится ученый из США Сюз Юн. По его словам, семейное воспитание включает два основных аспекта:

во-первых, «разжечь огонь в сердце ребенка», то есть воспитывать в нём уверенность, любопытство к миру и стимулировать интерес к обучению — это и есть «ориентированное на ребёнка» индуктивное образование.

Во-вторых, «подкидывать дрова в огонь души». Ребёнок, в конце концов, остаётся ребёнком: сталкиваясь с трудностями и неудачами, он легко унывает и даже сдаётся, тогда как все великие достижения человечества основаны на череде неудач и неукротимой воле. Только постоянно подкидывая дрова, можно поддерживать огонь, и только так грубая руда может превратиться в золото.

Духовное развитие и формирование личности ребёнка, в том числе помощь в формировании его интересов и увлечений, — это то, что доставляет родителям немало хлопот. Стоит ли отдавать ребёнка в кружки по музыке, рисованию, английскому языку или олимпиадной математике? Если не отдавать, не «проиграет» ли он «на старте»? Здесь нет универсального подхода. Главное — исходить из интересов и возможностей ребенка, следовать естественному ходу вещей и подбирать обучение с учетом индивидуальных особенностей, а не навязывать что-то насильно. Заставлять ребенка, который любит рисовать, учиться игре на фортепиано, не принесет хороших результатов.

Однако у детей все меняется, их увлечения могут меняться, так стоит ли заставлять их продолжать? Это требует конкретного анализа ситуации каждого ребенка, и не следует делать общих выводов. В идеальном случае родители могут создать для ребенка максимально свободную среду для развития, в которой можно выявить и понять его истинные увлечения и склонности, а затем направлять и развивать их. У Юй Пинбо есть концепция воспитания, называемая «растить рыбу в большом водоеме»: нужно дать ребенку свободную и непринужденную среду, ведь чем больше водоем и чем больше в нем воды, тем больше шансов, что рыба вырастет большой.

4. Как создать семейную культуру

Если бы дети могли выбирать себе родителей, как бы они поступили?

Иногда, когда родители считают, что ребенка трудно воспитывать, и ищут всевозможные способы изменить его, на самом деле ребенок тоже испытывает страдания. Некоторые даже задумываются о том, чтобы выбрать другое место рождения, чтобы обрести родителей, соответствующих их представлениям. Социальный рекламный ролик из Финляндии под названием «Детский дом» демонстрирует зрителям такую фантазию: если бы дети могли выбирать родителей, выбрали бы они правильных?

Этот короткометражный социальный ролик длится всего одну минуту тридцать секунд; в нём нет ни душераздирающих историй, ни подробных сцен из жизни — только сцены, напоминающие витрины. Милая сестра и брат приходят во взрослый «детский дом» и под руководством одной женщины начинают проходить собеседования с группами родителей, выбирая тех, кого считают идеальными. Но финал оказывается неожиданным и в то же время вполне логичным, что производит сильное впечатление! Рекомендую всем поискать этот ролик в интернете и посмотреть его — этот финал заставит вас задуматься.

Этот короткометражный фильм также отражает множество проблем в семье, которые многие родители игнорируют. В этом плане этот социальный ролик дает нам, родителям, важные уроки.

1. Не сосредотачивайтесь исключительно на проблемах ребенка, обратите внимание на семью, чтобы найти первопричину

Если отец постоянно занят работой, воспитание детей часто ложится на плечи матери. Из-за недостатка общения между супругами мать может искать чувство безопасности в ребенке и сосредоточивать все свое внимание на нем. Это не только вызывает у матери беспокойство, но и создает огромное давление на ребенка. При этом конфликты между супругами часто затрагивают ребенка, поскольку он является связующим звеном между ними. Но как в таких условиях ребенок может обрести чувство безопасности?

Некоторые дети не слушаются и не любят учиться, зачастую из-за отсутствия чувства безопасности, что приводит к их эмоциональной нестабильности. Причинами отсутствия чувства безопасности у детей часто являются плохое качество брака родителей или недостаточно гармоничные взаимоотношения между членами семьи. Если семья жизни ребенка упало на почву, лишенную семейного уюта, как оно может принести плоды счастья?

Когда родители недовольны ребенком или считают, что у него возникли различные проблемы, им следует задуматься о том, что это не только проблема самого ребенка. Им необходимо проанализировать общее состояние семьи, включая состояние брака супругов и взаимоотношения между членами семьи. Когда родители хотят изменить ребенка, ребенок также хочет изменить атмосферу, создаваемую в семье, чтобы в его душе произошли тонкие изменения.

2. Нельзя игнорировать врождённую связь: модели взаимодействия супругов оказывают влияние на ребёнка

В короткометражном фильме «Детский дом» семейная атмосфера, созданная первыми тремя парами родителей, дарила детям надежду и счастье.

Родители из первой пары выглядели очень воспитанными: отец читал книгу, а мать убиралась; родители из второй пары весело обедали, сопровождая трапезу смехом; родители из третьей пары прогуливались под деревом — мать была очень красивой, а отец выглядел очень любящим.

Эти три пары родителей передают сообщение о том, что в семье царит гармония, родители доброжелательны, и дети чувствуют счастье, глядя в их глаза и видя их улыбки.

В отличие от них, в четвёртой семье мама злоупотребляет алкоголем, папа кричит, в доме царит беспорядок — это чистая негативная энергия. Ребёнок испытывает страх, тревогу и растерянность — эта невидимая сила начинает проявляться. Эмоциональная атмосфера в семье оказывает незаметное, но глубокое влияние на развитие ребёнка; взаимодействие и реакции супругов передают ребёнку определённый сигнал, и ребёнок, чувствуя эмоции родителей, немедленно корректирует своё поведение в ответ на них. Ребёнок стремится к признанию родителей и связи с ними. Если взаимодействие между супругами состоит из обвинений и вражды, а один из них отрицает другого, то чувства, которые ребёнок получает от такого взаимодействия родителей, будут похожи на то, как будто его собственная внутренняя «половина» отрицает другую «половину», в результате чего он погружается в состояние противоречия и раскола, что ещё больше затрудняет обретение чувства безопасности и принадлежности.

Когда связь между ребенком и родителями разрывается, ребенок пытается найти возможность восполнить этот пробел и зачастую начинает подражать поведению родителей. Другими словами, если родители способны регулировать свои эмоции, общаться с ребенком в дружеской манере и создавать гармоничную семейную атмосферу, то ребенок на подсознательном уровне будет склонен подражать поведению родителей или использовать эту модель взаимодействия в качестве опыта для будущего общения с окружающими, проявляя уважение и понимание по отношению к поведению и отношению других людей.

Если родители обладают неблагоприятными чертами характера или демонстрируют нежелательное поведение, а также часто ссорятся, проявляют равнодушие или обвиняют друг друга, это вызывает у ребенка чувство беспокойства и тревоги, приводит к отсутствию чувства счастья или самоуважения, а также может заставить его думать, что он сам недостаточно хорош, что и стало причиной конфликтов между родителями.

Для каждого члена семьи дом — это не только пристанище для родителей, но и родной дом для ребенка, где он ищет чувство безопасности и принадлежности. Поэтому семейная атмосфера имеет решающее значение, а манера взаимодействия между супругами — особенно важна, поскольку все это оказывает глубокое и долгосрочное влияние на всю дальнейшую жизнь ребенка.

3. Понимают ли родители, чего больше всего хотят их дети? Способны ли они по-настоящему удовлетворить эти потребности?

Вспомните этот короткий ролик: когда двое детей ищут подходящих родителей, в их глазах читаются надежда и ожидание. Реакция детей на первые три пары родителей — это улыбки, радость и невинное счастье.

Встреча ребенка и родителей — это судьба. Какой бы ни была эта судьба, с самого рождения ребенку нужна поддержка семьи: взаимная помощь, совместные усилия, забота друг о друге — все это позволяет создать счастливую жизнь.

На самом деле, если мы выберем позитивный подход, мы ничего не потеряем. Каждый человек жаждет уважения, понимания, признания, любви и тепла, и родители тоже когда-то были детьми, и тогда они тоже жаждали получить всё это от своих родителей.

Поэтому, если родители хотят подарить детям самый ценный подарок, им нужно создать для них гармоничную и теплую семейную атмосферу.

4. Не спешите переосмысливать свой выбор или менять партнера, попробуйте примириться с жизнью и близкими

Фильм «Детский дом» выдвигает гипотезу, что «ребёнок может выбирать родителей», но в финале короткометражки брат и сестра, напуганные и с опущенными головами, следуют за родителями, которые постоянно ссорятся из-за алкоголизма, домой... Такая сцена, по сути, является точным отражением реальности некоторых семей.

Например, некоторые семьи сталкиваются с такими проблемами, как алкоголизм, ссоры, «холодная война», и члены семьи очень хотят изменить сложившуюся ситуацию, мечтают о

теплом и гармоничном семейном очаге. Но порой они действительно бессильны и вынуждены с покорностью смириться с тем, что их семья сейчас не так уж гармонична.

Обмен личными историями

Учитель Цзя Синцзя говорит: «Я — это совокупность историй».

Рассказывая истории своей жизни, можно объединить жизненный опыт. Конкретный метод заключается в том, чтобы в каждую важную дату — например, на Весенний фестиваль, день рождения ребенка, Рождество и т. д. — терпеливо, с эмоциями и искренне делиться с самыми близкими людьми теми историями, которые сформировали вас как личность. Не судите, не обвиняйте и не приукрашивайте — просто рассказывайте.

Родители могут рассказывать свои истории детям или попросить об этом своих родителей и дедушек с бабушками. Таким образом, они обнаружат, что их жизнь не была однообразной и безжизненной, и поймут, что у их родителей и дедушек с бабушками тоже были трогательные жизненные истории. В результате они, возможно, осознают, что нынешние проблемы по сравнению с тем временем на самом деле не стоят и упоминания.

Дети также могут воспользоваться этой возможностью, чтобы рассказать своим сверстникам о своих приключениях за пределами дома, тем самым лучше понять свои истинные мысли и чувства, а также углубить взаимопонимание и доверие между близкими.

Идея «обмена жизненными историями» взята из книги «Творчество по Лай Шэнчуану». При создании восьмичасовой пьесы «Сон, подобный сну» Лай Шэнчуан подготовил огромное количество материала, но так и не смог найти подходящего способа его систематизации. Позже, во время участия в семинаре по буддизму в Индии, он прочитал в одной книге историю: молодой врач, работая в клинике, обнаружил, что не знает, как успокоить пациентов. Лама тибетского буддизма посоветовал ей сначала предложить пациенту рассказать историю своей жизни. В таком состоянии люди, рассказывая свою историю, способны проявить неожиданную мудрость и выстроить структуру своей жизни.

В психологии этот процесс называется «нарративной реконструкцией». Рассказ о своей жизни — это социальный процесс, который позволяет нам объединиться и сформировать отношения «один на один» путем интеграции собственной истории и формирования ответа на вопрос «кто я». Проблемы в близких отношениях часто возникают из-за того, что жизненные истории друг друга не понимаются и не ценятся.

Этот процесс повествования открыт для новых импульсов, которые могут исходить как от психолога, так и от человека, слушающего историю. В системе того лама это является практикой, называемой «обмен «я» и «ты»». Обмен чувствами и точками зрения в ходе повествования позволяет по-новому осмыслить проблему.

Учитель Цзя Синцзя считает, что рассказ о своей жизни — это прекрасный и светлый способ начать диалог.

В программе «Культурный справочник» он упомянул, что мать учителя Гуодянь, основателя «New Elite Career» и ведущего проекта «Супер-индивид», тетя Сюй Мин, в 2022 году издала книгу под названием «Дяньдянь», в которой зафиксирована семейная история, начиная с рождения Гуодяня. Перед публикацией Гуоцзянь беспокоился, можно ли считать эту книгу литературным произведением, но учитель Цзя считает, что это искреннее излияние материнских чувств, которое не должно ограничиваться или оцениваться с точки зрения литературных приёмов.

Эта книга рассказывает об одной из самых уникальных историй в жизни человека: хотя она и кажется обыденной, эмоции, таящиеся в глубине души, трудно выразить словами напрямую. Профессор Цзя также отметил, что он очень завидует тому, что между матерью и сыном может происходить столь откровенный обмен жизненными историями. В книге тетя Сюй Мин вспоминает об их с Гуодянь совместной жизни, включая его бунтарский характер и индивидуальность в юности, а также о том, как после его рождения у него подозревали неизлечимое

заболевание крови и как тетя Сюй Мин, переживая мучительный внутренний конфликт, приняла решение воспитывать сына как здорового ребенка. Эти истории помогли ей увидеть, как постепенно между ней и сыном возникало отчуждение, вплоть до того момента, когда сын поступил в университет и стал воспринимать дом лишь как гостиницу, избегая общения с родителями. Тетя Сюй Мин решила сесть с сыном и по-настоящему поговорить, чтобы обсудить истинный смысл жизни.

Сюй Мин и Гудянь часто делились друг с другом жизненным опытом и обменивались историями. Когда умерла бабушка Гудяня, он был рядом с Сюй Мин: одной рукой держал руку бабушки, а другой — руку матери, и сказал ей, что жизнь состоит из множества историй, и попросил рассказать о том, что пережила бабушка при жизни. Сюй Мин рассказала о том, как бабушка помогла сбежать пойманному за воровство батраку и приносила ему еду, а также о том, как бабушка и дедушка сбежали, чтобы жить вместе, и продавали стельки у ворот военного округа. В тот вечер истории бабушки перетекали из левой руки в правую, из жизни бабушки — в жизнь Сюй Мин, а оттуда — в жизнь Гуодянь.

В семье Гудянь Сюй Мин писала для неё рассказы и письма, а Гудянь, в свою очередь, писала письма своим детям. Однажды Сюй Мин во время укола в больнице впала в шок. Гудянь спросила её, почему она не предупредила её об этом, на что Сюй Мин ответила, что подобное может случиться в любой день, но главное — заниматься по-настоящему ценными делами, чтобы мы все могли быть спокойны. В письме к своему ребёнку Гудянь написала: «Живи ярко, будь серьёзным, сравнивай себя с самим собой. Пусть твоя жизнь будет ярче, чем та, которую я вижу и понимаю».

Если они смогли это сделать, то и мы тоже сможем. Главное — сохранять спокойствие и в разговоре открыто делиться своими мыслями с самыми близкими людьми в жизни. И самое главное — сказать тому, кто рассказывает историю: «Расскажи мне свою историю, я хочу её услышать».

Родители должны смело признавать свои ошибки

Филиппа Перри в своей книге «Как бы я хотела, чтобы мои родители прочитали эту книгу» рассказывает одну историю: у неё была коллега-психолог по имени Тэй, высокопрофессиональная и добросердечная женщина, которую можно было бы назвать идеальной матерью.

Но однажды семилетняя дочь Тай, Эмили, застряла на детской лестнице в парке и попросила маму спустить её. Однако Тай, услышав просьбу дочери, неожиданно вспылила, посчитав, что дочь капризничает, и крикнула ей: «Спускайся отсюда немедленно!». После этого обиженная Эмили с трудом спустилась сама и, пытаясь взять маму за руку в поисках утешения, была оттолкнута Тай, от чего Эмили разрыдалась от обиды. Через неделю Тай снова привела Эмили на детскую площадку и внезапно поняла причину своего прошлого вспышки гнева: в детстве ее мать чрезмерно опекала ее, что привело к потере уверенности и способности исследовать новое и развиваться самостоятельно.

Эти скрытые в глубине души негативные эмоции внезапно проявились, когда дочь оказалась в опасности, и Тай осознала свой гнев по отношению к матери и сильное желание помочь дочери. Она своевременно извинилась перед дочерью, объяснила ситуацию и уладила этот конфликт.

Уверена, что, дочитав до этого места, многие из вас почувствуют отзвук в своей душе: иногда, когда мы злимся на ребенка, в душе у нас тоже раздается крик: «Боже мой, мои родители поступали со мной точно так же, как я сейчас — как же я, сама того не замечая, пошла по их стопам?»

Филиппа Перри в своей книге «Как бы я хотела, чтобы мои родители прочитали эту книгу» даёт нам следующий совет по воспитанию детей: если мы внезапно испытываем по отношению к ребёнку сильные негативные эмоции, такие как гнев, разочарование, страх, отвращение и т. д., не следует рассматривать это как сигнал о том, что ребёнок совершил ошибку, которую нужно исправить, а скорее как напоминание о том, что в нас вновь пробудились воспоминания о внутренних травмах. Чрезмерный гнев по отношению к ребенку — это нарушение равновесия, крайняя мера, к которой мы прибегаем, пытаясь восстановить душевное и физическое равновесие. В этот момент кора нашего мозга не способна понять чувства ребенка. Поэтому мы не должны винить ребенка и не должны чрезмерно винить себя. Самое главное — это исследовать истоки этих эмоций, выработать совершенно новый способ реагирования и не допустить передачи этой травмы ребенку и нашим потомкам. Чтобы выработать совершенно новый способ реагирования, самое главное — проявить сопереживание к ребенку и подумать о том, какие эмоции и чувства побуждали нас к подобным поступкам, когда мы были в том же возрасте. В своей книге Перри приводит пример, показывающий, как, обнаружив истоки собственного гнева, можно постепенно научиться проявлять больше терпения по отношению к приемному ребенку.

Неспособность ребенка перестать плакать и капризничать — проблема, вызывающая у многих родителей гнев и чувство беспомощности. На самом деле такая ситуация может быть связана с нашими собственными переживаниями в младенческом возрасте, когда родители жестко пресекали наш плач, не давая нам выпустить негативные эмоции. Мы инстинктивно не хотим вновь переживать ту боль, поэтому и хотим, чтобы ребенок замолчал. Однако трещины в отношениях между родителями и детьми неизбежны, и самое главное — их устранить.

Готовность родителей проявить инициативу и восстановить отношения с ребенком имеет огромное значение для самого ребенка. Поскольку личность, физическое развитие, ценности и жизненные навыки ребенка еще не сформировались полностью, родители являются для него основным источником чувства безопасности. Многие дети испытывают страх, что родители перестанут их любить или нуждаться в них, и у них возникает ощущение, будто «небо обру-

шилось». Некоторые родители спрашивали Перри, не повредит ли извинение перед ребенком их авторитету в семье. В ответ на такие сомнения Перри твердо заявлял: «Нет! Ребенку нужны настоящие и заслуживающие доверия родители, а не родители, лишенные недостатков».

Если мы будем притворяться, что никогда не совершали ошибок, и не признавать истинные причины происходящего, то ребенок начнет сомневаться в своих способностях понимать мир и впадет в когнитивный диссонанс. Некоторые дети начнут безосновательно винить себя, пристально анализировать свои слова и поступки, пытаясь обнаружить несуществующие ошибки, что приведет к формированию «личности, стремящейся угодить». Другие же дети, возможно, уже разглядели несоответствия в поведении родителей, и их отказ признавать ошибки только усугубит холодность и отчуждение в отношениях между родителями и детьми; ребенок может даже начать искать эмоциональную поддержку и помощь за пределами семьи. В ходе этого процесса, если ребенок столкнется с людьми, преследующими коварные намерения, он с большой вероятностью может сбиться на неверный путь.

Если же мы осмелимся признать свои ошибки и проявим инициативу в налаживании отношений, эта полезная привычка передастся ребенку. Пери вспоминала, как однажды, когда она забирала свою четырёхлетнюю дочь, та была в плохом настроении, но по возвращении домой, во время еды торта на кухне, дочь сказала: «Мама, я только что в машине рассердилась, потому что проголодалась, прости. Теперь всё в порядке». Пери почувствовала облегчение, потому что дочь смогла проанализировать своё поведение и попыталась загладить трещину в отношениях между матерью и дочерью.

Поэтому с самого рождения ребенка мы должны передавать ему положительный опыт — такую как забота, терпение и старание — и одновременно скрывать негативные переживания и эмоции из детства. Эти негативные переживания и эмоции иногда проявляются в форме внутреннего монолога. Есть ли и у нас в повседневной жизни голос, который оценивает каждое наше действие? Если самокритика преобладает над самоутверждением и похвалой, нам нужно обратить на это особое внимание, ведь чрезмерная самокритика может повлиять на наше собственное восприятие и восприятие наших детей, сбивая нас с правильного пути.

Однажды Перри проводил консультацию с матерью по имени Элейн, у которой было двое детей. В ходе консультации Элейн обнаружила, что в глубине души у неё всегда звучит голос, который критикует её и заставляет отрицать себя; на самом деле этот голос исходил от её матери. Мать была очень строгой, отрицала и подавляла всё, что происходило, и это стало неизгладимым воспоминанием детства Элейн. Поэтому, став взрослой, Элейн неизбежно унаследовала характер матери. Осознав это, она начала сознательно бороться с этим внутренним голосом, стараясь не передавать эти негативные эмоции своим двум детям через самоотрицание.

Перри посоветовал Элейн не тратить силы на споры с этим внутренним голосом, а рассматривать его как «сложного коллегу». Что бы ни говорил этот голос, достаточно просто выслушать его, не принимая слишком близко к сердцу. В то же время нужно смело подбадривать себя, выходить из зоны комфорта и пробовать делать то, что этот внутренний голос запрещает. С каждым успехом вы заметите, что внутренний голос, критикующий вас, будет появляться все реже, а его громкость постепенно уменьшится.

Наконец, Перри поделилась с нами очень полезным небольшим приёмом, помогающим восстановить душевное равновесие в процессе воспитания детей. Оценивая себя или своего ребёнка, не стоит просто навешивать ярлыки типа «хорошо» или «плохо». Из-за страха стать «плохими родителями» мы можем стесняться признавать свои ошибки и игнорировать эмоциональные потребности ребёнка. С другой стороны, частая оценка поведения и слов ребенка с помощью таких ярлыков также не способствует его росту или прогрессу. В частности, грубая и прямолинейная критика только усиливает у ребенка чувство неудачи и приводит к отчуждению в отношениях между родителями и ребенком.

Так как же поступать правильно? Нужно хвалить свои и детские усилия, а также подробно описывать чувства, связанные с мельчайшими деталями. Например, если ребенок потратил много времени на рисование картинки, некомпетентные родители могут либо не проявить никакой реакции, либо придаться к ребенку, грубо заявив: «Не похоже»; обычные родители, возможно, в общих чертах похвалят: «Неплохо нарисовано», но идеальные родители скажут: «Ты потратил много времени и сил, чтобы нарисовать этот домик, это просто замечательно! Этот домик как будто улыбается, и когда я на него смотрю, у меня тоже поднимается настроение!» Перри подчеркивает, что то, как мы относимся к себе и как реагируем на поступки и слова ребенка, является ключом к отношениям между родителями и детьми. Наша реакция на поведение ребенка формирует его личностные качества и характер.

Воспитание — это самое важное в передаче семейной культуры

Что является самым важным в передаче семейной культуры?

Учёная Ань Чао, проанализировав историю воспитания в своей семье, предложила новые наблюдения и ответы. Её книга «Дети, выращенные в сельской местности» подробно описывает историю воспитания в одной простой семье в сельском сообществе на протяжении 100 лет и объясняет, как поколения сельских детей преодолевали социальные барьеры и культурные различия.

В статье «Столетняя история воспитания одной сельской семьи: именно воспитание является самым важным элементом образования» журналист «First Financial Daily» Сунь Синчжи пишет, что Ань Чао называет себя «оставленным ребенком» первого поколения. Из-за материальных трудностей семьи и загруженности родителей работой она выросла у бабушки и бабушки. После окончания университета и нескольких лет жизни в большом городе Ань Чао какое-то время не могла найти ценность своего детства, связанного с землёй, что усугубило её отчуждение от родной семьи. Ей было стыдно говорить о детских переживаниях, и она ещё меньше хотела к ним возвращаться — как написал Ся Линьцин в книге «Звёздное небо в маленькой комнате»: «Человек, проживший много лет в большом городе, действительно не осмеливается оглянуться назад и признать свою родную семью». Ань Чао отмечает: «Многие, не оглядываясь на свою родную семью, могут притворяться, что они — приличные представители городского среднего класса, но стоит только оглянуться назад, как всё обнажается в истинном свете».

После рождения сына традиционные методы воспитания, присущие сельской местности, постоянно сталкивались с мировоззрением этой молодой мамы, прошедшей путь от бакалавра педагогики до доктора наук. Ей пришлось заново переосмыслить вопрос передачи традиций воспитания. В тех детских песенках, которые пела ребенку свекровь — немного грубоватых, но полных колорита, — Ань Чао почувствовала знакомое, давно утраченное «человеческое тепло». Это привлекало её гораздо больше, чем популярные сегодня английские песни и иллюстрированные книжки, и заставляло вспомнить сцены из её детства. Она отмечает: «Раньше теории педагогики, которые я изучала, неизменно ссылались на Запад, но когда пришлось применять их на практике, я обнаружила, что они не работают, потому что разные методы воспитания в разных обществах дают разные результаты, а мы имеем дело с китайским обществом, которое не полностью оторвано от традиций».

Ань Чао, проанализировав историю воспитания в своей семье, предложила новые точки зрения и ответы. В книге «Дети, выращенные в борьбе» она подробно исследует историю воспитания в одной простой семье в сельском обществе на протяжении 100 лет, объясняя, как поколения сельских детей добивались социальной мобильности и культурного превосходства. В интервью Ань Чао высказала мнение, что в семье супруги не являются единственной силой, воспитывающей детей: дети растут под совместным влиянием дедов и отцов. По мнению стариков, драки между детьми неизбежны, и если они не слишком жестокие и не приводят к кровотечению, взрослые не вмешиваются, а максимум утешают ребят парой слов.

Если речь не идет о воровстве или нанесении серьезного вреда другим, старики в деревне редко бьют детей на глазах у посторонних, а если и бьют, то не по лицу. Если родители бьют ребенка, соседи и родственники вмешиваются, чтобы их уговорить — эта традиция называется «юаньчэн». Все эти подходы дают детям чувство безопасности и понимание меры во время игр, благодаря чему случаи причинения серьезного вреда практически не возникают. За столетнюю историю рода Ань в нём не было ни одного человека с испорченным характером или дурным

поведением; у этого рода есть ещё много мудрости в воспитании, достойной подражания, и такое воспитание можно распознать с первого взгляда.

«Кто не трудится, тот не ест» и «зарабатывать на жизнь собственным трудом» — вот основные принципы сельского семейного воспитания. В семье Ань Чао все, от мала до велика, участвовали в семейных работах, и даже маленький Ань Чао не был исключением. Она собирала пшеницу, собирала дикие овощи, сажала батат, а также пасла овец и кормила кур. Среди этих работ сбор пшеницы был самым тяжёлым, поскольку созревание пшеницы часто приходится на самую жаркую погоду, а пшеничная солома колючая и царапает кожу. Она говорит, что те, кто испытал на себе сельские труды, лучше всего понимают, какое счастье и роскошь — возможность учиться, ведь эти «естественные лишения» служат для многих детей из крестьянских семей движущей силой, помогающей им вырваться из бедности.

Семья Ань также уделяла большое внимание столовому этикету: родители часто связывали манеры детей за столом с их будущим успехом, тем самым воспитывая в них стремление к достижениям и наблюдая за их характером. В условиях бедности у детей особенно сильно проявлялась тяга к еде, но за столом родители строго запрещали детям привередничать, растрачивать еду или просить еду у других. В противном случае ребенка считали «бесперспективным» и «невоспитанным». На первый взгляд это кажется мелочью, но именно так в детской душе укореняется качество самоконтроля, позволяющее им сохранять сдержанность и хладнокровие даже перед лицом серьезных искушений.

Семья Ань Чао происходила из сельской общины, и некоторые методы воспитания, характерные для этой местной культуры, хорошо известны. Хотя старшие члены семьи Ань Чао были заняты зарабатыванием на жизнь и не имели времени заботиться об учебе детей, в той сельской среде «учеба» считалась своего рода «верой». Дедушка Ань Чао, хотя и был неграмотным, и в доме не было книг, с большим почтением относился к письменному слову: даже если на землю падала бумажка с надписью, он поднимал её, а не топтал ногой. Старики обращались к молодым учителям как «господин», и такое уважение к учителям также является частью сельской культуры.

В семье многие нормы воспитания передавались не только через слова и личный пример старших, но и посредством семейных обрядов. В сельском обществе различные праздники, свадьбы и похороны сопровождалась ритуалами поклонения богам; эти обряды постепенно сформировали систему «священных правил», позволяющую людям ощутить, что в мире существуют вещи, которые человек не в силах контролировать. Ань Чао считает, что такое мировоззрение противоречит идее «человек победит природу», которая подчеркивается в процессе модернизации, но оно сохраняет в человеке благоговейное отношение к природе и миру.

Иерархия ценностей+чувство торжественности

Семейная культура — это совокупность гуманистических и природных факторов, которые мы воспринимаем, живя в семье, то есть «три взгляда» — представления и подходы к миру, себе и вещам.

С точки зрения формирования культуры, самое важное — дать возможность людям с разным культурным происхождением найти общие ценности и использовать этот набор ценностей для ориентации поведения каждого. Именно поэтому у многих компаний есть «слоганы ценностей», подобно «Новым шести мечам» компании Alibaba, о которых мы упоминали ранее.

Семья также может установить свои собственные ценности, такие как доброта, уверенность в себе, открытость и т. д. Однако она особо подчеркнула, что для того, чтобы ценности действительно сработали и культура стала «эффективной», необходимо сделать ещё один шаг — установить иерархию ценностей. В компании только тогда, когда ценности имеют приоритетный порядок, сотрудники могут понять, на чём следует сосредоточиться при необходимости принятия решения.

Например, корпоративная культура Disney — это «безопасность, вежливость, превосходство, эффективность». Когда посетитель останавливает маршрутный автобус и просит его подвезти, должен ли сотрудник остановиться из вежливости или продолжить движение в целях безопасности? Согласно приоритетам корпоративной культуры, при принятии решения сотрудник в первую очередь должен учитывать вопросы безопасности.

Еще один пример — компания «Пиксер», корпоративная культура которой основана на принципах «качество, эффективность», причем качество занимает первое место. Поэтому в «Пиксере», когда сценарий готов, все приступают к производству в соответствии с установленным порядком. Если пробный ролик не привлекает зрителей, «Пиксер» без колебаний вносит изменения в сценарий и переделывает все с нуля. Это происходит потому, что качество стоит на первом месте.

Точно так же, чтобы семейная культура действительно работала, нам необходимо расставить приоритеты среди выбранных ценностей. Например, если в семье, где на первом месте стоит ценность «независимость», а не «забота», родители, возможно, с раннего возраста обеспечат ребенку личное пространство — например, спальный мешок, детскую кроватку, отдельную детскую комнату. По мере взросления ребенка родители могут считать, что у них нет обязательств по дальнейшему содержанию ребенка, а также по уходу за внуками; границы между ними будут четко обозначены — такова семейная культура, в которой независимость стоит на первом месте.

Как только ценности семьи определены и расставлены по приоритетам, большая часть работы уже сделана. Однако, как вы знаете, самое сложное — это практическое воплощение. Так как же воплотить это в жизнь в семье? Есть один хитроумный способ — закрепить семейную культуру с помощью «ритуальности». Конкретным ритуалом может быть семейное собрание, например, проводимое по воскресеньям, с фиксированной повесткой дня, включающей пение песен, обсуждение темы, рассказывание историй, поедание мороженого и игры.

У каждой семьи своя культура, включая взгляды на мир, на себя и на вещи, а также способы их восприятия и отношения к ним. Для формирования культуры важно, чтобы люди с разным культурным происхождением могли найти общие ценности и руководствоваться ими в своих поступках. Для этого необходимо расставить семейные ценности по приоритетам.

Однако на практике возникает немало проблем, например, дети могут скучать или не хотеть участвовать. Чтобы семейная культура действительно заработала, её необходимо закрепить с помощью «чувства ритуала». Например, можно сделать семейные собрания более увле-

кательными, чтобы дети воспринимали их как канал общения, а также использовать эти собрания для объявления хороших новостей. Одновременно на семейных собраниях можно ввести церемонию награждения, например, «Премия за терпимость к другим» или «Премия за разделение ответственности». Семейная культура формируется родителями, и нам необходимо идти в ногу со временем, постоянно учиться, расширять кругозор, вносить изменения и корректировать подход, чтобы создать семейную культуру, адаптированную к будущим тенденциям, и обеспечить наилучшие условия для развития детей.

Эффективные «семейные собрания»

Семейные собрания дают родителям и детям возможность общаться и укреплять отношения. В зависимости от формата и атмосферы «семейного собрания» результаты, естественно, будут разными.

1. Этапы эффективного семейного собрания

1. Благодарность. Члены семьи могут выразить благодарность другим членам семьи за их вклад или похвалить их за какое-то поведение, либо поделиться тем, что их тронуло. При этом необходимо конкретно указать человека или событие, а не ограничиваться общими фразами.

2. Оценка хода решения вопросов, обсуждавшихся на прошлом семейном собрании.

3. Обсуждение повестки дня текущего семейного собрания. Члены семьи могут в течение недели собрать вопросы, которые они хотели бы обсудить на собрании, записать их в «список вопросов», либо один из членов семьи может предложить тему, которую ему не терпится обсудить. Темами могут быть семейные поездки, распределение домашних обязанностей, семейные развлечения, мнения и чувства по поводу какого-либо события, решение проблем и т. д. При обсуждении способов решения проблем можно использовать метод «мозгового штурма».

4. Семейные развлечения. Члены семьи могут вместе играть в игры, наслаждаться вкусной едой, заниматься спортом, делать поделки, слушать музыку, танцевать и т. д. Если вы смотрите фильм вместе, после просмотра необходимо обсудить сюжет и высказать свои мнения.

2. Руководящие принципы проведения эффективных семейных собраний

1. Семейные собрания должны проводиться регулярно — еженедельно, раз в две недели или ежемесячно — а не только тогда, когда возникают проблемы, чтобы избежать у всех чувства усталости и раздражения. Лучше всего проводить собрания в одно и то же время, чтобы придать им торжественный характер. Если все очень заняты и трудно выбрать фиксированное время, можно в конце текущего семейного собрания договориться о дате следующего.

2. Выбор тем должен включать вопросы, волнующие каждого члена семьи, особенно детей, а не только родителей.

3. На семейном собрании необходимо распределить обязанности между членами семьи, еженедельно поочередно выполняя разные роли:

Ведущий: созывает собрание, организует его проведение в соответствии с повесткой дня (эту роль не следует поручать слишком маленьким детям).

Секретарь: записывает основные моменты обсуждения и предложенные в ходе мозгового штурма способы решения проблем, чтобы в итоге можно было выбрать один вариант, устраивающий всех, и попробовать его в течение недели.

Хронометрист: устанавливает продолжительность семейного собрания (это может быть 15 минут, полчаса или дольше), а также максимальное время выступления каждого участника, чтобы контролировать продолжительность собрания и избежать его затягивания и скуки.

4. Главное в семейном собрании — продемонстрировать взаимное уважение между членами семьи, а не давать указания, читать нотации или отдавать приказы, что значительно отличает его от традиционных собраний. Поэтому на семейном собрании каждый имеет право высказаться и изложить свою точку зрения, а остальные не должны критиковать или комментировать. Можно подготовить предмет, который будет служить «палочкой для выступлений», и передавать его по определённой очереди (обычно два круга); когда наступает чьё-то, он может выбрать, говорить или нет, а остальные только слушают, не высказываясь. Во время выступления следует избегать жалоб и обвинений в адрес других, сосредоточиваясь на поиске решений проблем.

5. Семейное собрание следует начинать с «благодарности», чтобы создать позитивную атмосферу, в которой все смогут расслабиться и откровенно высказаться. Хотя поначалу это может показаться немного неестественным, с помощью постоянной практики это станет более естественным. Такой подход не только укрепляет эмоциональные связи между членами семьи, позволяя каждому почувствовать свою ценность и принадлежность к семье, но и помогает детям замечать достоинства других людей и не воспринимать их усилия как нечто само собой разумеющееся.

6. Не пытайтесь контролировать или командовать другими, и не ожидайте, что каждое семейное собрание пройдет идеально. Некоторые вопросы могут потребовать многократного обсуждения для их решения; в таком случае мы можем отложить их рассмотрение до следующего семейного собрания, а пока действовать по-прежнему.

7. Родители должны в равной степени уважать детей, давая им почувствовать, что к ним относятся серьезно и считают важными и полезными членами семьи; не следует монополизировать право голоса.

8. Любой подход и метод требуют времени для отработки и налаживания, а это требует неустанных усилий; не стоит ожидать мгновенных результатов. На практике можно начать с решения простых семейных проблем, постепенно продвигаясь вперёд, чтобы избежать быстрого отказа из-за разочарований.

9. Семейное собрание следует завершать в приятной атмосфере; можно организовать какие-нибудь семейные развлекательные мероприятия, что даст очень положительный эффект.

10. К семейным собраниям следует относиться серьезно и с должным вниманием; нельзя во время собрания отвечать на звонки, отправлять SMS или заниматься другими делами.

Решения, принятые на семейном собрании, должны выполняться всеми членами семьи. Если консенсуса достичь не удалось, не следует принуждать других принять свой вариант решения.

Из вышеперечисленных этапов и руководящих принципов видно, что семейное собрание — это эффективный способ углубить взаимопонимание, развить социальные навыки ребенка и сформировать семейную культуру. Благодаря выражению благодарности ребенок учится чувствовать и выражать любовь; анализируя ход выполнения решений за прошедшую неделю, он учится анализировать и оценивать возможные последствия своего поведения, а также исправлять ошибки и совершенствоваться; обсуждая вопросы повестки дня, ребенок обретает чувство собственной значимости и принадлежности, смело берет на себя ответственность, не боится высказывать свою точку зрения, осваивает навыки мозгового штурма, а также учится уважать других и сосредотачиваться на поиске решений, а не на выплеске эмоций; Семейные развлечения способствуют обмену любовью между членами семьи, благодаря чему подростки перестают так сильно закрываться в себе и поддерживают связь с близкими.

Хотя с точки зрения развития социальных навыков подростков отдавать им приказы и составлять планы, не спрашивая их мнения, может повысить эффективность действий родителей, в долгосрочной перспективе это не приносит большого пользы для развития социальных навыков детей. Для семей, у которых никогда не было подобного опыта, особенно в тех, где родители привыкли «стоять над детьми», начало этой деятельности может оказаться несколько сложным: родителям, возможно, будет трудно отказаться от своей высокомерности, а дети могут с подозрением отнестись к этому, полагая, что родители снова пытаются контролировать их с помощью новых методов.

Поэтому, прежде чем принять решение о начале этой семейной практики, родителям необходимо проделать некоторую подготовительную работу.

Первый шаг — скромно признать в душе, что прежние методы не работали, что вы либо слишком контролировали, либо слишком баловали ребенка. Второй шаг — откровенно поделиться этим с ребенком, предложить ему попробовать новый подход вместе и попросить его своевременно напоминать вам, когда вы снова прибегаете к неправильным методам.

Продолжительность семейного собрания можно обсудить и определить в зависимости от того, насколько хорошо ребёнок воспринимает этот подход. Важно помнить, что «семейное собрание» не должно превращаться в «собрание для критики», а должно быть «собранием для поощрения».

Заключение

Генетическое наследие ребенка носит случайный характер, а окружающая среда зависит от родителей. Генетика и окружающая среда взаимодействуют и влияют на всю жизнь ребенка. В особенности семейная среда является фундаментом для роста ребенка: высокое здание строится на ровной земле, и только при прочном фундаменте ребенок сможет вырасти в высокое дерево.

Как родители, мы, во-первых, должны сделать всё возможное, чтобы обеспечить ребёнку здоровую среду для развития, а во-вторых, должны менять свои взгляды в соответствии с окружающей средой. Применять к современным детям педагогические принципы наших предков — это всё равно что искать меч, вырезанный на лодке. Внешняя среда ребёнка изменилась, изменились способы его общения, изменилась структура его знаний... Если каждый родитель не сможет искренне принять эти изменения, глубоко адаптироваться к ним и активно меняться вместе с ребенком, мы окажемся в растерянности и беспомощности, и наше обучение превратится в пустую формальность, а воспитание утратит свою эффективность! Поэтому постоянное обучение стало обязательным для родителей! Только так мы сможем стать достойными родителями и развиваться вместе с ребенком.

Что касается ребенка, мы также должны привить ему следующее представление: независимо от окружающих условий, всегда нужно стремиться к прогрессу; даже если из-за неблагоприятных условий он не сможет достичь таких же успехов, как другие, он должен «расцвести своим цветом и принести свой плод»; кроме того, окружающие условия можно изменить, как гласит лозунг из фильма «Начало: Сын Неба»: «Моя судьба зависит от меня, а не от небес».

Глава 2. Родительская любовь — гавань для души ребенка

1. Родительская любовь — источник энергии для роста ребенка Семья — прототип социальных отношений

В семье очень распространены тройные отношения, состоящие из отца, матери и ребёнка, которые способствуют духовному росту ребёнка. Когда между любыми двумя участниками возникает конфликт, третий человек может выступить в роли посредника. Такие тройные отношения существуют не только в отношениях между родителями и детьми, но и повсеместно. Если у вас возникнет спор с кем-то, и вы будете спорить только вдвоём, вам будет трудно соблюсти меру. В такой ситуации вам легко придет в голову обратиться к третьей стороне за решением. Это и есть тройные отношения или тройной мир.

В реальной жизни различные тройные отношения можно встретить повсюду. Поэтому человеку необходимо научиться в таких сложных отношениях одновременно выражать свои соревновательные стремления, сотрудничать с другими и при этом соблюдать надлежащие границы. Первыми тройными отношениями являются отношения между родителями и ребенком, в которых ребенок может полноценно учиться и получить важную практику перед выходом в реальное общество.

Задачи, которые должны решать дети в возрасте от 3 до 6 лет, заключаются в соревновании и сотрудничестве, а также в соблюдении правил и преодолении трудностей. Триада отношений предоставляет возможность практиковаться в конкуренции и сотрудничестве. Если сравнить ребенка с маленьким орлом, то в раннем детстве он похож на орленка, еще находящегося в яйце; в период симбиоза, оказавшись в объятиях матери, он напоминает только что вылупившегося орленка, внешне похожего на безобидного птенца. А ребенок в период отделения и индивидуализации — это орленок, у которого начинают расти крылья, острые клыки и зубы. Однако таким орлятам ещё нужно отточить свои навыки нападения, и дети в возрасте от 3 до 6 лет как раз находятся на этой стадии. В отношениях с родителями ребёнок одновременно оттачивает свою конкурентоспособность и учится сотрудничеству. Только когда в родительско-детские отношения вступает более сильный отец, ребёнок может смело проявлять свою агрессивность.

Возможно, некоторые родители спросят: чтобы дать ребенку больше возможностей для моделирования социальных отношений, не лучше ли завести еще нескольких детей или привлечь к воспитанию бабушек и дедушек? Рождение нескольких детей, безусловно, способствует душевному росту ребенка, особенно если их трое и более — между ними может сформироваться свой собственный мир. Однако привлекать к воспитанию бабушек и дедушек — не лучшая идея.

Когда психологически незрелые мужчина и женщина, не имеющие четкого представления о себе, вступают в брак и заводят детей, между ними часто складываются чрезмерно тесные семейные отношения. Боясь, что такие тесные отношения приведут к хаосу, они обычно сознательно или бессознательно приглашают дедушек и бабушек в семью, что на самом деле является вторжением в их отношения. Конечно, это типичная черта китайских семей, где три поколения живут вместе, как в одном котле. То, что бабушки и дедушки время от времени помогают присматривать за внуками или рассказывают семейную историю, заслуживает одоб-

рения, но если старшее поколение неосознанно становится четвертым или пятым элементом в маленькой семье, это не является разумным шагом. Поскольку представления и мнения разных поколений не всегда совпадают, это часто ставит ребенка в затруднительное или даже крайне сложное положение, а также серьезно подрывает семейное согласие. Супруги, являясь ядром семьи, должны твердо защищать эту ось. Если эта ось будет утрачена, в фундаменте семьи, скорее всего, возникнут проблемы.

Родители — самая мощная опора для ребенка, а семья — источник энергии для его роста. От того, насколько глубока наша поддержка, зависит, как далеко сможет зайти ребенок на своем жизненном пути. На самом деле, поддержка, в которой нуждается ребенок, не обязательно заключается в лучшей частной школе или покупке квартиры в престижном школьном районе, а в том, чтобы родители самым благотворным образом передавали ему любовь и нежность, позволяя ему, благодаря этой любви и нежности, смело идти вперед по пути взросления, не боясь ни ветра, ни дождя.

Практическая поддержка со стороны родителей позволяет ребенку почувствовать любовь и заботу. В раннем детстве родителям необходимо уделять внимание потребностям ребенка и своевременно на них реагировать; родителям нужно понимать интересы ребенка и оказывать ему помощь в меру своих возможностей; родителям следует уважать индивидуальность ребенка и терпеливо ждать, пока он повзрослеет. Поддержка родителей в этих аспектах позволяет ребенку почувствовать любовь и заботу, закладывая основу для его чувства безопасности на всю жизнь.

По мере того как ребёнок постепенно растёт, родителям необходимо постоянно наблюдать за ним, понимать его таланты и интересы, а также оказывать постоянную поддержку в том, что ему нравится. Не менее важна эмоциональная поддержка, которая дарит ребёнку уверенность в себе и тепло. Такая поддержка включает в себя понимание и принятие эмоций ребёнка, поощрение и похвалу за его усилия и стремление к лучшему, терпимое отношение к его ошибкам и направление его поведения, а также терпение и спокойное отношение к процессу его взросления.

Некоторые родители могут обеспечивать ребенку хорошие материальные условия, но при этом испытывают недостаток в эмоциональном и душевном общении. Особенно когда ребенок вступает в подростковый возраст, многие родители чувствуют, что ребенок все больше отдаляется от них, и именно в этот момент нам требуется еще больше эмоциональной поддержки. Эмоциональная поддержка ребенка начинается с самого его рождения: родители должны стараться удовлетворять его желания, но в то же время мягко и решительно отклонять некоторые его просьбы, чтобы ребенок чувствовал понимание и уважение со стороны родителей.

Если ожидания родителей соответствуют природным склонностям ребёнка, достижимы при его усилиях и действительно способствуют его развитию, то их требования и ожидания станут мощной движущей силой, побуждающей ребёнка постоянно двигаться вперёд. В любящей семье любовь становится лучшим питательным веществом для роста ребенка. В такой семье между людьми складывается тонкое взаимопонимание: каждый любит свою жену, мужа, родителей, детей, братьев и сестёр, домашних питомцев и даже комнатные растения, а также весь мир.

Лучше всего выдерживают испытание временем любовь и привязанность

15 апреля 2020 года в городе Хулудао провинции Ляонин произошел случай, когда мать с дочерью пытались покончить с собой, бросившись в море. В тот момент молодая мать, держа за руку свою 10-летнюю дочь, шла к морю, и полицейские никак не могли их отговорить. В конце концов, четверо полицейских совместными усилиями спасли мать и дочь и вытащили их на берег. Причина этого инцидента оказалась просто невероятной: дочь плохо занималась онлайн-уроками и постоянно ссорилась с матерью, и мать в порыве гнева привела дочь на берег, чтобы напугать её угрозой прыжка в море. Если бы это был единичный случай, то вину следовало бы возлагать на конкретных людей, но что, если многие сойдут с ума подобным образом? По сравнению с физическими и психологическими изменениями, гораздо более пагубным является влияние общественных представлений и отсутствие достаточной социальной поддержки.

Однако родителям не стоит слишком беспокоиться — нужно верить в свои врождённые силы. Единственное, что выдерживает испытание временем, — это самая простая человеческая любовь и привязанность. Профессор Ли Мэйцзинь, эксперт в области криминальной психологии, однажды рассказала историю об аресте преступника. Когда к месту происшествия прибыла большая группа полицейских, чтобы задержать преступника, он уже готовился открыть огонь в знак сопротивления, но в этот момент на месте внезапно появилась его мать. Увидев мать, преступник опустил оружие и послушно пошел с полицейскими. Позже преступник сказал полицейским: «Если бы не моя мама, вы все были бы мертвы». На примере многих людей с личностными расстройствами, психическими заболеваниями, а также самых жестоких преступников мы ясно видим: родители могут совершать любые ошибки, но только разрушение привязанности ребенка практически невозможно исправить. Если ребенок в детстве получал любовь родителей, если мать (или отец) давала ребенку почувствовать, что он любим, то ещё есть надежда.

Мы должны как можно лучше относиться к детям и дарить им как можно больше счастья в процессе их взросления. Ведь, став взрослыми, они столкнутся со многими страданиями, и тогда радость детства станет для них самыми прекрасными воспоминаниями и утешением.

Смысл существования родителей заключается не в том, чтобы обеспечить детям комфортную и богатую жизнь, а в том, чтобы, вспоминая своих родителей, вы чувствовали в душе силу и тепло, обретая тем самым мужество и способность преодолевать трудности, а вместе с тем — истинное счастье и свободу в жизни.

Мы также должны рассказать детям об этой истине: в этом мире самым близким человеком для тебя является твой супруг, самым любимым — твой ребёнок, а тем, кто любит тебя больше всего, — твои родители. Любовь родителей к детям — самая стойкая перед испытаниями времени; какие бы невзгоды ни выпали на долю жизни, родители всегда остаются для ребёнка самым прочным и надёжным убежищем и опорой для души.

Естественная любовь родителей к ребенку — это лучшее эмоциональное пробуждение для ребенка.

Педагог Спенсер считает, что эмоции играют важную роль в воспитании человека. Мораль подсказывает нам, что мы должны делать, разум — как это делать, а эмоции — что мы хотим делать.

Многие замечательные истории и благородные поступки в жизни ребенка берут своё начало в эмоциях.

Теплота и забота, которые родители проявляют по отношению к другим людям, а также их восхищение и уважение к природе глубоко развивают эмоциональный интеллект ребенка.

Родители должны часто выражать ребенку любовь и заботу, учить его благодарности и выражению эмоций.

Психолог Юй Ганьгуй считает, что родители порой похожи на психотерапевтов: им нужно помочь ребенку понять некоторые слова и чувства, дать ему почувствовать: «Я готов пожертвовать собой ради него, буду любить его даже в случае неудачи и готов протянуть ему руку помощи».

Пусть семья станет для ребенка внутренним источником, дающим ему неиссякаемую жизненную силу.

Родительство — это долгий процесс поиска. Несмотря на врождённые инстинкты материнской и отцовской любви, никто не рождается с готовым знанием того, как быть родителем.

Быть родителями — это процесс обучения, продолжающийся всю жизнь. Когда ребенок, повзрослев, будет готов преодолеть тысячи ли, чтобы навестить вас, скучая по вам, любя вас и уважая вас, — тогда вы поймете, что как родители вы получили самую ценную награду: вечную любовь своих детей.

Люди, испытывающие недостаток любви, подвержены психическим заболеваниям

Например, одной из наиболее заметных черт людей, страдающих депрессией, является отсутствие чувства собственной ценности: они считают себя ни на что не годными, ничтожествами. Согласно теории психоанализа, это происходит из-за того, что у людей, склонных к депрессии, отсутствуют внутренние ресурсы самоуважения, и этот дефицит обусловлен неблагоприятными отношениями с родителями в раннем детстве. В нормальных условиях после рождения ребенка мать берет его на руки, и в процессе кормления он впитывает материнскую любовь, благодаря чему все его основные потребности удовлетворяются. Ребёнок чувствует, что его ценят, и из глубины души у него формируется чувство собственной ценности. Это чувство постепенно превращается в убеждение, позволяющее ему верить, что этот мир — место, где он может найти свое место под солнцем, и даже сталкиваясь с неудачами и разочарованиями, он с оптимизмом считает, что это лишь временное явление. В ненормальной же ситуации, когда человек с младенческого возраста не получает ласки, сталкивается с отвержением и пренебрежением, он не может сформировать чувство собственной ценности и не способен развить доверие к миру; даже небольшие неудачи могут привести его в отчаяние и вызвать депрессию.

Закончив с абстрактной теорией, давайте теперь конкретно рассмотрим, каких недостатков было в условиях воспитания Черчилля и Ньютона в раннем детстве.

Черчилль был недоношенным ребенком; к его рождению семья оказалась совершенно не готова — у них даже не было подготовленной одежды для него. Мать, рожавшая впервые, не имела опыта ухода за младенцами и полностью доверила его на попечение няне. Отец был поглощен политикой, мать — светскими обязанностями; оба пренебрегали Черчиллем, и единственным источником эмоциональной поддержки для него стала кормилица. Степень холодности матери не позволила ему сформировать внутренний запас уверенности в себе. Даже в пожилом возрасте, когда он был известен на весь мир, Черчилль считал себя ничем не выдающимся. Это свидетельствует о том, что безусловная любовь и принятие со стороны матери в младенческом возрасте позволяют человеку считать любовь к себе чем-то само собой разумеющимся. А те, кто не получил достаточной любви, могут удивляться, обнаружив, что их кто-то любит, и начинают искать причины той любви, которую другие считают само собой разумеющейся.

Давайте еще раз обратимся к Ньютону. Ньютон тоже был недоношенным ребенком; его отец умер за три месяца до его рождения. В первые три года после рождения мать в одиночку заботилась о нем, окружая его всевозможными заботами. Но когда Ньютону исполнилось три года, мать вышла замуж во второй раз, и, поскольку отчим не любил его, его отправили на воспитание к бабушке по материнской линии. Это предательство Ньютон не мог простить до конца жизни. Какое влияние на ребенка оказывает лишение его любви, которой он раньше был окружен? Известный британский детский психоаналитик и мастер теории объектных отношений Винникотт считал, что после периода удовлетворения внезапное лишение вызывает у ребенка гнев и формирует у него определенную степень антисоциальных наклонностей. Конечно, нельзя сказать, что Ньютон был антисоциальным человеком, но его воинственный характер свидетельствует о том, что он действительно испытывал к миру определенную враждебность.

Можете ли вы выделить что-то общее в условиях, в которых росли Черчилль и Ньютон в детстве? Верно, это именно недостаток любви. В условиях дефицита любви у них постепенно сформировались личностные черты, склонные к депрессии.

Черчилль всю жизнь боролся с чувством отчаяния; из-за недостатка внутренней уверенности в себе он всегда чувствовал себя бесполезным, часто испытывал тревогу и даже имел

суицидальные порывы. Фрейд считал, что причиной депрессии у людей является их неспособность справиться с внутренней враждебностью. Когда потребности ребенка остаются неудовлетворенными или он лишается чего-то, он испытывает гнев и направляет враждебность на тех, кто стал причиной этого недостатка — на воспитателей. Однако, не имея возможности противостоять родителям или другим авторитетным фигурам, он вынужден подавлять гнев и направлять враждебность внутрь, то есть обращать её против самого себя. Когда у ребёнка формируется такая модель поведения, это закладывает семя депрессии во взрослом возрасте. При приступе депрессии пациент направляет враждебность на себя и изо всех сил принижает собственную ценность. Чтобы справиться с внутренней враждебностью и облегчить симптомы депрессии, больной вынужден искать врагов во внешнем мире — именно поэтому Черчилля обвиняли в воинственности.

То же самое можно сказать и о Ньюtone. В борьбе за приоритет в изобретении интегрального исчисления между ним и немецким философом Лейбницем разгорелась словесная перепалка, продемонстрировавшая его сильную и рациональную сторону. Однако опыт лишения материнской любви в детстве наполнил Ньютона недоверием и настороженностью; он отказывался вступать в близкие отношения с другими людьми, всю жизнь проводил в одиночестве и так и не женился. Как и Черчилль, Ньютон не смог сформировать чувство собственной ценности; из его автобиографии видно, что он постоянно сомневался в своей значимости. Кроме того, Ньютон был полон чувства вины: в «Исповеди», написанной в 1662 году, он перечислил 58 своих грехов.

2. Безусловная любовь и принятие

Безусловная любовь и принятие ребенка

В мире существует миллионы видов любви, но только один вид любви с самого начала предназначен для окончательного расставания — это любовь родителей.

Практически все психологи и педагоги подчеркивают, что родители должны проявлять к ребенку безусловную любовь и принятие, но на практике многие родители неправильно понимают и размыывают это понятие. Некоторые родители уделяют внимание и поощряют ребенка только тогда, когда он добивается успехов или хорошо себя ведет в школе и дома, а как только ребенок показывает плохие результаты или совершает ошибку, они начинают его резко критиковать и относятся к нему с холодком — на самом деле это означает, что любовь стала обусловленной. Безусловная любовь и принятие означают, что независимо от того, хорошо или плохо ведет себя ребенок, прав он или не прав, и даже если он станет преступником, родители должны любить и принимать его безоговорочно.

Например, когда мать обнаруживает у ребёнка лёгкие симптомы сенсорной интеграционной дисфункции, она из-за беспокойства и раздражения постоянно сетует и жалуется, но на самом деле такое поведение негативно сказывается на отношениях между матерью и ребёнком. Когда кто-то напоминает ей, что у отца ребёнка тоже были похожие симптомы, она ошибочно считает, что у ребёнка нет никакой надежды. На самом деле безусловное принятие означает признание всех врождённых особенностей ребёнка: даже если он медлительный или неуклюжий, это не его вина. Принятие означает, что не следует тратить время и силы на упреки в адрес ребёнка, жалобы и самобичевание, а нужно направлять их на то, чтобы помочь ребёнку активно меняться, совершенствоваться и прогрессировать.

Однажды в интернете я прочитала, как один мудрый человек поделился методом, который я лично проверила и который действительно работает: «Когда ты чувствуешь, что ребенок доводит тебя до срыва, обязательно сдержи внутренний гнев, сосредоточься на самосовершенствовании, укрепи лодочку семейных уз, сначала успокой, потом погладь, а затем обними, и про себя повторяй: «Этот ребенок — мой родной, мой родной, мой родной! Эти гены я передала ему, я передала ему, я передала ему! Если вы заметите, что он на самом деле похож на своего отца и вам хочется взорваться от гнева, про себя повторяйте: «Отца этого ребенка выбрала я, я выбрала, я выбрала! Я несу ответственность, я несу ответственность, я несу ответственность!»

Принятие — это предпосылка и основа для изменения (прогресса). С методом безусловного принятия тесно связан метод позитивного воспитания: по возможности игнорировать недостатки ребенка, особенно врожденные, такие как IQ; напротив, следует поощрять и развивать сильные стороны ребенка, чаще хвалить его за старание, усердие и другие качества, а при критике анализировать конкретные проблемы конкретно, избегая общих фраз.

Еще одно заблуждение в отношении «безусловной любви и принятия» — это избалованность. В данном случае родители просто приравнивают «безусловность» к «беспринципности», то есть считают, что ребенка нужно любить и принимать независимо от того, что он делает, что приводит к формированию у ребенка вредных привычек.

На самом деле безусловная любовь и принятие не противостоят принципиальным требованиям, то есть: я буду безусловно любить и принимать тебя как личность, но при этом я по-прежнему буду предъявлять к тебе требования, указывать на твои ошибки и критиковать тебя.

Духовные и эмоциональные семена, посеянные родителями в сердце ребенка, растут по мере его взросления. В одних семьях родители сеют любовь, уважение и независимость, а в других — страх, чувство ответственности или вину.

Конечно, родители — тоже обычные люди, и им не избежать невнимательности и ошибок. Но если они в повседневной жизни дарят ребенку достаточно безусловной любви и понимания, большинство детей все равно простят им случайные вспышки эмоций.

Ребёнок должен любить и уважать своих родителей

Одной из причин психических заболеваний у детей обычно является то, что любовь к близким, существующая в подсознании, подавляется на сознательном уровне. Только выразив любовь и уважение вслух, можно вновь пробудить в глубине души искреннюю семейную привязанность, что, в свою очередь, может способствовать выздоровлению.

Если кто-то опрометчиво бросает семью и не проявляет к ней никакого интереса, то дети из этой семьи зачастую умирают от тяжёлых болезней, совершают самоубийство или страдают от каких-либо хронических заболеваний. А сам этот муж, возможно, больше не сможет построить удовлетворительные и долгосрочные супружеские отношения. Такой опрометчивый уход для семьи равносителен преступлению и неизбежно влечёт за собой соответствующие последствия.

Некоторые люди считают: «Я занимаюсь своими делами, а ты — своими. Что с тобой будет, меня не касается, я иду своим путем». Однако психолог Берт Хелингер отмечает по этому поводу: «Здесь отрицается ответственность, а последствия перекладываются на других. Я называю таких самореализующихся людей отвратительными психологическими миллионерами».

Хелингер считает, что различия существуют и в наблюдении, и в ощущениях. Наблюдение, лишённое целостного контекста, приводит к одностороннему восприятию. Когда люди внимательно наблюдают за поведением человека, они зачастую улавливают лишь отдельные детали. Напротив, если при наблюдении не уделять особого внимания деталям, одновременно занимаясь чем-то другим, можно упустить некоторые детали, но уловить суть и главное.

Человек происходит из семьи; семья наделяет его различными возможностями и ограничениями в жизни, а семейные отношения втягивают его в определенные несчастные события. По мнению Хайлингера, нет ничего важнее семьи. Он глубоко почитает семью, и уважение к родителям, по его мнению, имеет особое значение. Родители настолько важны для Хайлингера, что он никогда не высказывает им никаких возражений. Такое отношение удивляет, ведь мы часто привыкли возлагать всю вину на родителей. Даже в психотерапии врачи часто встают на сторону пациента, выступая против родителей или одного из них. Хайлингер отвергает точку зрения, согласно которой «ты должен избавиться от своих родителей». По его мнению, это совершенно абсурдно, ведь «как ребенок может избавиться от своих родителей? Ведь он или она и есть свои родители!»

Хайлингер считает, что семья оказывает огромное влияние на психологическое здоровье человека. Он не призывает людей вымещать гнев на родителях, поскольку это только усугубляет страдания. Напротив, его метод направлен на то, чтобы помочь людям вновь обрести искреннюю семейную любовь. Хайлингер считает, что успех в семейных системных расстановках — лучший способ лечения. По его мнению, семья оказывает большее влияние на психологическое здоровье человека, чем терапевт. Задача Хайлингера — помочь пациенту почувствовать семейную близость и разрешить конфликты. Многим пациентам трудно принять объяснения причин болезни, предложенные психотерапевтом; они скорее готовы терпеть страдания, чем действовать.

Это происходит потому, что в глубине души у человека существует скрытая мысль: «Любовь — это то, что я стану таким же, как мои родители» или «Я буду поступать так же, как мои родители, жить так же, как они, — в этом заключается моя любовь к ним как их ребёнок». У людей также бывает такая скрытая мысль: «Своей болью и смертью можно спасти других, то есть, если они умрут, другим станет лучше». Такие мысли одновременно скрыты и наивны, поскольку не требуют действий: люди подчиняются воле судьбы, веря, что всякое счастье истекает из страдания. В семейных расстановках мы видим не всю картину, а лишь её часть.

Связь между родителями и детьми неразрывна, и особенно важно уважать эту связь и эмоциональную привязанность родителей, при этом родители также должны осознавать важность этой связи. Наша связь с семьёй очень тесна; ребёнок воспринимает эту связь как любовь и счастье, и независимо от того, как ребёнок растёт в семье или умирает в младенчестве, эта любовь является первостепенной и может называться первичной любовью. В глазах ребёнка нет разумных критериев, позволяющих различать добро и зло: то, что родители считают хорошим, ребёнок тоже считает хорошим.

Если вторая жена ревнует к ребёнку, рождённому от мужа и его бывшей жены, то эта естественная последовательность также нарушается. Только сбалансированные отношения «давания и получения» могут поддерживать нормальные взаимоотношения между людьми. Между родителями и детьми может наблюдаться дисбаланс, поскольку родители в основном берут на себя роль дающих, но в будущем, когда ребенок передаст то, что получил от родителей, следующему поколению, эти отношения «давания и получения» смогут достичь равновесия.

Хорошие супружеские отношения требуют не только сбалансированных отношений спроса и предложения, но и того, чтобы получающая сторона отдавала дающей стороне больше, благодаря чему дающая сторона будет вкладывать ещё больше, а брак или отношения между партнёрами станут более гармоничными и сбалансированными. Чем лучше такие отношения спроса и предложения, тем счастливее обе стороны. Однако углубление такой связи может вызывать у некоторых людей страх: если человек считает, что ему не нужно получать, а нужно только отдавать, он будет чувствовать себя одиноким, и брак или отношения между партнёрами не смогут долго выдерживать такое дисбаланс.

Хайлингер считает, что счастье, построенное на чужом страдании, обычно бывает кратковременным. В сфере эмоциональных связей «невиновность», которую мы испытываем, — это чувство принадлежности к семье, а «вина» — это отрыв от семейных отношений. Вина, которую мы испытываем в сфере эмоциональных связей, является тяжким чувством.

Что касается баланса спроса и предложения, то «невиновность», которую мы испытываем, — это ощущение свободы и легкости, а «вина» — это ответственность и обязанность. В вопросах порядка «вина» и «невиновность», которые мы испытываем, варьируются в зависимости от ситуации. Если порядок рассматривается как действующие правила, то «невиновность» — это лояльность и серьёзность, а «вина» — это превышение полномочий и страх наказания.

Самые злонамеренные поступки зачастую порождаются самыми благими намерениями совести, а самые благонамеренные поступки — самыми злонамеренными. Чтобы разрешить противоречия и способствовать миру и добру, необходимо устранить те ограничения, которые совесть навязывает нам из-за эмоциональной привязанности к группе.

Семья, в которой мы родились, неразрывно связана с нашей судьбой. То, уважают ли дети своих родителей, всегда обращается против самих детей. Только приняв сначала то, что есть в родителях, мы даем возможность развиваться тому, что есть в нас самих. Тот, кто крайне неуважительно относится к своим родителям, будет лишен самого важного. Он будет чувствовать пустоту и утрату. Чем сильнее отторжение родителей, тем суровее наказание, которое налагается на самого себя.

Ребёнок должен принять своих несовершенных родителей

По мнению Хайлингера, главным условием принятия родителей является покорность, то есть благоговение перед даром жизни, полученным через родителей. Мы можем испытать эту покорность, представив себя стоящим на коленях перед родителями с распростертыми руками, ладонями вверх, и сказав: «Я почитаю тебя». Некоторые могут подумать, что полное принятие родителей может привести к неблагоприятным последствиям для них самих, но если кто-то высказывает возражения, он теряет возможность полностью принять своих родителей.

У нас нет права осуждать родителей. Тот, кто по-настоящему принимает родителей, не выбирает, а принимает их целиком — и хорошие стороны, и их проблемы. Выдвигать требования — это проявление отказа от принятия; только отказавшись от требований, мы сможем по-настоящему принять родителей. Принимая родителей, мы одновременно говорим им: «Вы уже дали мне многое, этого достаточно. Остальное я возьму на себя, я больше не буду вас беспокоить». Такое отношение позволяет нам стать самостоятельными. Для Хайлингера принятие — это акт покорности, который сильно отличается от одобрения. Одобрение включает в себя некую доброту, тогда как принятие означает согласие с тем, что действительно существует, выходя за рамки морали, без различия на добро и зло.

Если у человека мать-проститутка, но в душе он говорит ей: «Даже если ты проститутка, я всё равно считаю тебя своей матерью», — то он на самом деле не принимает свою мать.

Если он скажет: «Хотя ты совершила много ошибок, ты всё равно остаёшься моей матерью», — это тоже не сработает. Только когда ребёнок с глубокой любовью скажет матери: «Я принимаю тебя такой, какая ты есть, ты — моя настоящая мать», — это и будет настоящим принятием.

Если он испытывает боль из-за профессии матери, он не сможет по-настоящему приблизиться к ней. Он должен преодолеть эту боль, чтобы по-настоящему принять свою мать. В психотерапии люди часто видят лишь поверхность отношений между родителями и детьми. Обычно люди вымещают злость на родителях, не обращая внимания на скрытую в глубине души первоначальную любовь между родителями и детьми. Поскольку сын полностью отвергает отца, черты отца, напротив, проявляются в сыне. За ненавистью и презрением, очевидно, скрывается глубокая любовь к отцу.

Если ребенок жалуется отцу на плату за обучение или другие требования, это также приведет к негативным последствиям. Ребенок заплатит за такое превышение полномочий. Даже дети, подвергавшиеся насилию, должны на сто процентов принять своих родителей, чтобы иметь возможность идти своим путем. Ненависть и месть обладают сильной связывающей силой, а тот, кого мы любим, дарит нам свободу.

Если младшее поколение стремится только давать старшему, а не принимать от него, то весь баланс «спроса и предложения» в семье нарушается.

Если ребенок восхищается своими родителями и способен осознать их величие, то в его душе сформируется чувство безопасности.

Если ребенка заставляют взять на себя роль утешителя родителей, это увеличивает его психологическую нагрузку. Против такого преворачивания естественного порядка вещей ребенок бессилен.

Ребёнок, к сожалению, попадает в эту ситуацию и вынужден нести её последствия. В присутствии родителей ребёнок всегда остаётся ребёнком; только достигнув совершеннолетия, он становится равным своим родителям. Обязательство заботиться о родителях в старости или в случае их бедности может привести к тому, что ребёнок уйдёт от них. Обычно о родителях заботится самый младший ребёнок, поскольку он не только получает любовь родителей, но и помощь старших братьев и сестёр.

Однако многим детям не хватает понимания необходимости заботиться о родителях. Встречаясь с родителями уже во взрослом возрасте, они сразу же чувствуют себя как в детстве, а родители всегда считают своих детей маленькими детьми. Решением этой проблемы может стать следующее заявление родителям: «Если я вам понадоблюсь, я сделаю всё, что в моих силах, чтобы позаботиться о вас». Таким образом, ребёнок вступает в роль взрослого.

3. В чём разница между материнской и отцовской любовью

Материнская любовь направлена на слияние, отцовская — на порядок

Отцовская и материнская любовь отличаются друг от друга. Основоположник психологии Карл Юнг считал, что материнская любовь направлена на слияние, а отцовская — на порядок. Общаясь с ребенком, мать искренне говорит: «Ты милый, и что бы ты ни делал, это правильно», и, когда она любит ребенка, считает, что он хорош в любом случае. А отец скажет: «Это хорошо, а это плохо; так правильно, а так — неправильно».

Юнг также считал, что женщины от природы эмоциональны, а мужчины — логичны. Мужчинам нужно учиться у женщин чувственной силе эмоций, а женщинам — у мужчин рациональной силе логики. Чувственные эмоции и материнская любовь, направленная на слияние, находятся в гармонии, в то время как рациональная логика и отцовская любовь, направленная на порядок, тесно связаны между собой.

В супружеских отношениях рациональная логика должна понимать эмоции и не может легко отрезать их. Ведь какая бы совершенна ни была логика, она не способна установить связь в отношениях. Сила, создающая эту связь, исходит из эмоциональной чувственности.

В отношениях между родителями и детьми сила материнской любви может принести значительную пользу, помогая установить глубокую эмоциональную связь с ребенком. Только такая сила, лишённая осуждения, способна создать симбиотические отношения с младенцами и детьми младшего возраста. Если же слишком сильно акцентировать внимание на рациональном познании, сила логики, напротив, разрушит эмоциональную связь между родителями и детьми.

Психолог Альфред Адлер считал, что все поступки ребенка направлены на установление связи с матерью (или лицом, выполняющим роль матери). Если ребенку не удастся установить связь с матерью, это неизбежно окажет негативное влияние на формирование его личности и психическое здоровье. В процессе взросления ребенка мать должна овладеть навыками сотрудничества с ребенком и побуждать его к сотрудничеству с собой.

Говоря проще, мать должна передавать ребенку «любовь», чтобы удовлетворить его потребности. Только тогда, когда мать искренне любит своего ребенка, стремится завоевать его любовь и заботится о его благе, эти навыки могут проявиться в полной мере.

Четыре роли родителей

Становясь родителями, мы начинаем путь обучения любви. Только через сопровождение и участие мы можем стать частью жизни ребенка. Ребенку нужна стабильная среда для обучения и родители, которые действительно выполняют свои обязанности, поощряют его и возлагают на него надежды. Ребенку нужно присутствие родителей, потому что, как только родители уходят, они теряют способность направлять его развитие и дарить ему неиссякаемое тепло.

По мере взросления ребенка родителям приходится играть разные роли. Согласно исследованиям психологов, родители в основном выполняют четыре важных роли: воспитатель, установщик норм, защитник и духовный наставник. Все эти четыре роли играют ключевую роль на разных этапах развития ребенка, поэтому в определенные моменты родителям необходимо уделять особое внимание той или иной роли.

Первая роль — воспитатель — актуальна для детей от рождения до 6 лет. Этот этап является наиболее важным: ребенку необходимы полная любовь и чувство безопасности. Родители должны в полной мере выражать свои чувства к ребенку, чтобы он чувствовал себя в безопасности и значимым.

Вторая роль — «нормоустановщик» — актуальна для детей в возрасте от 6 до 12 лет. На этом этапе необходимо установить для ребенка нормы поведения во всех сферах жизни. Родителям следует соблюдать баланс между ролью «нормоустановщика» и другими ролями, чтобы не быть слишком строгими и не утратить эмоциональную близость.

Третья роль — «боец и защитник» — предназначена для детей в возрасте от 12 до 18 лет. На этом этапе родителям необходимо помогать детям справляться с вызовами подросткового периода и противостоять негативному влиянию извне.

Четвертая роль — духовный наставник, предназначенная для детей, вступающих во взрослую жизнь. На этом этапе родители должны делиться с детьми жизненным опытом, могут даже показать свою уязвимость и, выступая в роли духовного наставника, дарить детям свое благословение.

Даже неидеальная мама может дать ребенку стопроцентную любовь

В суетливом современном обществе многие мамы передают заботу о детях пожилым родственникам или няням, становясь так называемыми «невидимыми» мамами. Эти мамы заняты работой и передают ответственность за уход за детьми другим людям, лишь изредка выходя с детьми в парк, фотографируя их и публикуя снимки в социальных сетях. Но «занятость на работе» не должна служить оправданием для уклонения от родительских обязанностей. Напротив, работающие мамы могут поступать так же, как австралийская сенатор Лариса Уотерс, которая ухаживает за детьми, не отрываясь от работы, или как Линетт из американского сериала «Отчаянные домохозяйки», которая старается совмещать семью и карьеру. Мамам приходится нелегко лавировать между семьёй и работой, но ни одни отношения между родителями и детьми не даются легко — все они требуют ухода. Мы должны вкладывать усилия в благо детей и семьи, заботливо строить отношения с детьми и пожинать от этого сладкие плоды.

«Невидимые» мамы зачастую не могут обрести душевную близость и чувство признания со стороны детей, а также не получают удовлетворения от работы, в результате чего они все больше оттесняются на обочину семейной жизни. Им не остается ничего другого, как еще больше отдаляться от центра семейной жизни, а стабильность брака становится непредсказуемой.

Вред, наносимый ребенку, огромный, и опыт Ван Шо — очень типичный пример. В «Письме к дочери» он пишет: «Как и все дети военных в то время, я вырос в коллективном детском доме. В полтора года меня отдали в детский дом, где я жил вместе с другими детьми, домой я возвращался раз в две недели, а иногда и раз в четыре недели. Долгое время я не знал, что людей рожают папа и мама, думал, что их рождает государство, что есть какой-то завод, где специально рожают детей, а потом отправляют их в детский дом, чтобы там всех вместе воспитывали».

В воспоминаниях Ван Шо его мать была полностью поглощена работой в больнице, стремясь стать передовой работницей, и всецело заботилась только о себе, совершенно не учитывая чувства сына. Он даже считал, что мать с самого детства не проявляла к нему никакого внимания — она даже не была рядом с ним в больнице, когда ему делали операцию на аппендиците. Поэтому он так и не смог простить мать, эту «трудоголику».

Быть мамой нелегко, поэтому цените каждое мгновение. Быть мамой нелегко, но даже самые тяжёлые времена длятся всего десяток с лишним лет — время, пока ребёнок растёт, пролетает незаметно. Если вы не готовы потратить время и силы сейчас, те годы взросления, которые вы упустили, приведут лишь к отчуждению между вами и ребёнком.

Ван Шо потратил 30 лет, но так и не смог простить мать. Он оценивает свою мать всего четырьмя словами: «Родила, но не воспитала». Его мать всегда надеялась, что «сын, когда вырастет, сможет меня простить».

Ван Шо же считает: «Кровные узы — это ещё не всё. Если ты никогда ничего не вкладываешь, то и ничего не получишь. Никто изначально не обязан быть добрым к другому».

«Невидимые» матери, ставя собственное удобство выше всего, оставляют детям сожаление на всю жизнь. Дни, проведённые без материнской любви, — это не просто вопрос того, что «взрослея, ты всё поймёшь». Не испытав с детства материнской заботы, ребенок будет всегда питать к матери младенческие ожидания, жаждая получить от нее непрекращающуюся любовь. Однако, как бы он ни старался во взрослом возрасте, ему не удастся восполнить недостаток материнской любви, испытанный в детстве. Даже такой выдающийся человек, как Ван Шо, в душе навсегда останется ребенком, боящимся, что мать его бросит.

Любовь — это искусство, требующее умеренности. Когда мы изо всех сил стараемся воспитать ребёнка и усвоить опыт своих родителей, мы всё равно сталкиваемся с различными проблемами, и только тогда осознаём, что большинство родителей не идеальны. Но даже неидеальная мать может дать ребёнку 100 % любви. Конечно, большинство мам — обычные люди, и нет необходимости становиться идеальной «супермамой». Даже если у мамы есть недостатки, ребенок все равно будет считать ее своим сокровищем. Достаточно просто по возможности сопровождать ребенка в процессе его взросления, проявлять к нему заботу и любовь — и его сердце наполнится счастьем и удовлетворением. Ведь даже если мать не идеальна, она когда-то была для ребенка всем.

Ранее На Ин в одной из передач похвалила Чжан Бочжи, назвав её «просто потрясающей матерью». Она привела пример: однажды она принесла с собой очень вкусное печенье, чтобы поделиться с коллегами, но, к её удивлению, Чжан Бочжи, откусив один кусочек, упаковала остальное, сказав, что хочет отвезти его сыну. На Ин была настолько тронута этим, что не только попросила своих сотрудников привезти ещё печенья из Пеки, но и твердо решила защищать Чжан Бочжи. В то же время многие вспомнили, как Чжан Бэйчжи в повседневной жизни упоминала о сыне: она говорила, что он живёт в Шанхае, она за него переживает и хочет забрать его к себе.

Возможно, Чжан Бочжи не является идеальной мамой, поскольку не смогла обеспечить детям полноценную семью, а также из-за скандала с откровенными фотографиями в молодости, что может наложить некоторую психологическую нагрузку на будущее детей; но её любовь к детям заставляет 99 % мам покраснеть от стыда, и нельзя не восхищаться тем, что Чжан Бочжи является идеальным воплощением принципа: «Даже неидеальная мама может дать ребенку стопроцентную любовь».

Ворчливая мама и строгий папа — это родители, которые сами так и не повзрослели

В здоровой семье должны быть чёткие границы и взаимонезависимые отношения, чтобы даже без поддержки друг друга можно было жить полноценной жизнью. В нездоровой семье же отсутствуют чёткие границы, происходит символическое взаимное вторжение в личное пространство и отсутствует дифференциация. В китайском мире ворчливая мама и строгий папа являются типичным примером нечётких семейных отношений.

В семье, где есть чрезмерно ворчливая мама, она чрезмерно контролирует семейные дела, упрекает и ворчит на детей, всегда удовлетворяя своё чувство счастья с помощью слов. Проще говоря, такая мама застряла в «стадии орального влечения».

Если женщина, достигшая материнского возраста, выражает столько агрессии и эмоций через речь, это означает, что она причиняет боль мужу и детям посредством словесного насилия. Это явление очень распространено в семьях китайского мира.

Как матери, мы должны по возможности избегать упреков в адрес мужа в присутствии детей. Даже если у мужа есть недостатки, следует не допускать, чтобы дочь слишком много знала о его плохих сторонах. Если мать действительно любит свою дочь, она должна позволить ей сохранить только теплые воспоминания об отце. В противном случае дочь в будущем может стать такой же, как мать. Это не судьба, а выбор. Если жена чувствует, что муж становится всё больше похожим на своего отца, которого она не любила, то обычно это происходит из-за придирчивости и упреков её матери — это семя, заложенное в несчастной семье её детства.

В семье есть чрезмерно строгий отец. В китайском обществе широко распространено представление о «строгом отце и ласковой матери», что на самом деле ограничивает роль отца, ведь отец тоже может быть очень нежным.

Идеальный отец должен обладать способностью устанавливать четкие границы в отношениях с другими людьми и проявлять нежность. Однако личность многих отцов не достигла настоящей зрелости как мужчины, поэтому им приходится притворяться мужчинами, проявляя чрезмерную строгость. На самом деле это попытка скрыть свою незрелость.

В реальности многие взрослые до сих пор не завершили процесс отделения от матери и по-прежнему живут с ней. Если представить себе, как подросток-мальчик выпендривается перед понравившейся девочкой, то станет понятно, зачем мужчина с детьми ведет себя перед ними чрезмерно строго.

Если мать постоянно ворчит, а отец притворяется строгим, дети будут страдать от жестокого обращения. Семья — это не компания и не рабочее место, и не символ власти, а тёплая гавань, источник счастья. Отцы и дети должны больше общаться, делиться мыслями и заботиться друг о друге, чтобы не превратиться в соседей, живущих под одной крышей, но остающихся чужими друг другу.

Почему у «тигра-отца» рождается «собака-сын»?

Ожидания родителей часто становятся для детей источником стресса и тревоги. «Сын тигра» и «посредственный ребенок выдающегося родителя» — это результаты влияния семьи. Однако как воспитать здорового ребенка и как избавиться от родительского давления — это вопросы, над которыми стоит серьезно задуматься.

Согласно психологии, в каждом человеке сосуществуют такие противоположные черты, как любовь и ненависть, свет и тьма, нежность и жестокость. Выдающиеся люди не обязательно обладают большим количеством положительных качеств; их отличие заключается в том, что они находят свой собственный, признанный обществом способ самовыражения, с помощью которого им удастся преобразовать агрессию и темные желания. Однако этот процесс «очищения» должен происходить в естественной среде, а не навязываться родителями.

Если же воспитание происходит под принуждением родителей, эти подавленные страдания будут без устали стонать в темных подземельях глубины детской души, надеясь, что однажды они смогут увидеть свет. Ребёнку приходится заставлять себя преобразовывать те желания, которые ему не разрешают, чтобы вырваться из этой клетки. Конечно, есть и другой путь — стать человеком, полностью противоположным тому, кем он является сейчас.

Поэтому родителям следует по возможности избегать навязывания своих ожиданий детям и давать им возможность свободно развиваться и исследовать свои интересы и особенности. В то же время необходимо уважать индивидуальность и выбор ребенка, предоставляя ему достаточно пространства и свободы, чтобы он мог вырасти независимым, уверенным в себе и здоровым человеком.

Например, такой успешный звезда кунг-фу, как Джеки Чан, в своих фильмах много раз изображал как мнимые «нападения на других», так и трансформированные «нападения на себя» (он не только получал удары в фильмах, но и славился тем, что снимался, рискуя жизнью, что можно назвать скрытым самоубийством). Кроме того, слава, богатство и привилегии, принесённые ему профессиональным успехом, сами по себе являются яростным ударом по обычным людям.

Многие знают, что в детстве Джеки Чан жил в бедности, учился плохо и часто подвергался побоям и ругательствам со стороны своего учителя. Но тот Джеки Чан, которого мы видим сейчас, — это образ успешного, справедливого и доброго человека, у которого, казалось бы, не осталось никаких следов от всех тех принуждений и ударов, пережитых в детстве. Мы предполагаем, что, возможно, в глубине его души всё ещё скрывается маленький человечек, который помнит многое и в любой момент готов вырваться на свободу.

Джеки Чан однажды признался, что уделял своему сыну слишком мало внимания. Например, однажды он лично пошёл забирать сына из начальной школы, чтобы устроить ему сюрприз, но в итоге обнаружил, что тот уже учится в средней школе. Возможно, в глубине души у Джеки Чана всё ещё живёт маленький человечек, который ждёт, что у его сына найдутся недостатки, поэтому Джеки Чан, оправдываясь загруженностью на работе, жестоко игнорировал своего сына. Пренебрежение со стороны родителей наносит ребёнку гораздо больший вред, чем любое наказание.

По сравнению с пренебрежением, слишком строгий контроль над ребенком также приводит к проблемам. Лун Ин-тай написала много историй о себе и своем сыне, и многие из них трогают до глубины души. Однако в статье ее старшего сына Хуа Аня некоторые читатели с удивлением обнаружили такую фразу: «В общей сложности два раза она даже ударила меня по лицу». Разве это поступки Лун Ин-тай? Человека, чье сердце наполнено состраданием?

Среди успешных людей многие либо страдают обсессивно-компульсивным расстройством, либо имеют нарциссическую личность. Став родителями, они, скорее всего, разработают идеальный план воспитания и будут заставлять ребенка следовать ему.

Когда родители обнаруживают, что ребёнок развивается не так, как им хотелось бы — например, родители считают, что, терпеливо объяснив три раза, ребёнок обязательно всё поймёт, но на самом деле он ничего не понял, — они чувствуют себя беспомощными, словно парализованный человек, не способный управлять частью своего тела. Это чувство беспомощности и страха делает их раздражительными, иногда даже вызывает желание наказать ребёнка, вплоть до того, чтобы «отрубить» его «бесполезную конечность»; поэтому пощёчина — всего лишь мелочь, не настолько серьёзная, чтобы убить ребёнка.

Такую раздражительность можно рассматривать как страх сильного перед собственной беспомощностью. Каждый счастливый ребенок, выросший в окружении прекрасных родителей, — это выживший, и ему следует ценить это нелегко дающееся счастье. Воспитание «собачьего сына» «тигровым отцом» — это подсознательный импульс, а наличие посредственного ребенка — одна из самых нормальных вещей на свете. Чтобы «тигровый отец» смог воспитать «тигрового сына», главное — не рассматривать ребенка как часть себя, а признать, что ребенок — это личность, независимая от него самого. Когда «тигровый отец» начинает воспринимать ребёнка как другого человека, к нему возвращается здравый смысл. На самом деле это не только секрет воспитания «тигрового сына», но и секрет воспитания счастливого ребёнка. Родителям следует больше читать книги по педагогической психологии, например, «О детях», а не сосредотачиваться исключительно на собственном успехе.

Только преодолев эту высокую гору, которой являются родители, ребенок сможет обрести настоящую независимость.

В мемуарах одного американского баскетболиста НБА упоминается, как в детстве он учился играть в баскетбол у отца. Его отец был местной знаменитостью, все мальчики боготворили его, и он сам тоже боготворил отца. В его глазах отец казался непреодолимой горой, и он всегда испытывал недостаток уверенности в себе, находясь рядом с отцом. Однажды отец предложил ему поставить перед собой амбициозную цель — стать игроком НБА и попасть в профессиональную лигу, но тогда он просто подумал, что отец шутит.

Но однажды, когда они с отцом тренировались в игре «один на один» — он атаковал, а отец защищался — Внезапно он провёл мяч, сделал шаг в сторону, развернулся — и обошёл отца! Он почувствовал, что отец не специально позволял ему забить: когда он прорвался через его защиту и оставил его позади, шаги отца, пытавшегося догнать его, замедлились. В этот момент он внезапно ощутил огромную силу и обрёл беспрецедентную уверенность в себе. Он победил отца!

С того момента он по-настоящему захотел попасть в НБА и начал свой путь к карьере профессионального баскетболиста. В конце концов ему удалось попасть в НБА и стать суперзвездой, превзошедшей своего отца. Когда родители по-прежнему кажутся ребенку высокой горой, они на самом деле становятся препятствием на его пути к взрослению, мешая ему по-настоящему войти в свой собственный мир.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.