# Послушный ребёнок — миссия выполнима!



Что делать, если ребёнок по-хорошему не понимает? Как поступать, когда игнорируются просьбы навести порядок, помыть посуду, сделать уроки? Если ребёнок не уважает родительское мнение, ленится и растёт эгоистом, как исправить ситуацию?

Хочу поделиться с вами точкой зрения на воспитание, целью которой является построение отношений с ребёнком, основанных на согласии, мире, взаимоуважении и любви. Применение рекомендаций из этой статьи устранит огромное количество проблем!

Ребёнок начнёт проявлять больше уважения, станет прислушиваться к мнению родителей, количество конфликтов пойдёт на спад и в доме воцарится порядок. Перспектива хорошая. И она вполне достижима в условиях самого обычного домашнего быта.

В этой статье вас ожидает порция тщательно подобранной информации, которую легко усвоить и применить на практике. Информация логически обоснована и вызывает ощущение естественного и гармоничного подхода к воспитанию детей. Именно так, как и должно быть в крепкой и дружной семье.

## “Послушные дети - возможно ли это вообще?”

“*Лучший способ сделать детей хорошими —
это сделать их счастливыми”****Оскар Уайльд***

Знаете ли вы родителей, которые не хотели бы иметь послушных детей? Возможно, они где-то и есть, но я таких не встречал.

Родительское желание, чтобы их дети были послушными, вполне естественно. Ничего преступного в нём нет. Кто же не хочет, чтобы дети любили, уважали и слушались своих родителей? Мало кто хочет сына-грубияна или дочь-хамку. Да и удовольствие от регулярных скандалов довольно сомнительно.

Итак, мы хотим воспитать доброго, послушного, жизнерадостного и целеустремлённого ребёнка, который ценит мнение родителей и живёт с ними в согласии. Если ребёнка воспитывать правильно, именно так всё и будет. Во всяком случае, вероятность этого высока.

Соответственно, если воспитывать неправильно, то потенциальные хорошие черты могут обернуться со знаком минус: ребёнок будет перечить, грубить, язвить, хамить, убегать из дому, закатывать скандалы и истерики. Всё это указывает на дисгармонию в воспитании.

**Формула проста:**

***Правильное воспитание => хороший результат.
НЕправильное воспитание => плохой результат.***

Не бывает дыма без огня. Дети не станут просто так, от нечего делать, перечить и хамить родителям. Им это просто не выгодно. Значит, этому поведению есть причина!

И сейчас нам предстоит выяснить, какая именно. Не переключайте канал — рекламы не будет :)

## “Воспитание под эгидой насилия — чума 21 века”

“*Ругая ребенка, мы хотим сделать из него
маленькую бесчувственную и управляемую вещь”****Лууле Вильма, "Оставаться или идти"***

Определимся с терминологией. В этой статье я буду использовать слово “родитель” (отец или мать) и слово “ребёнок” (сын или дочь). Я специально не указываю пол, чтобы вы чувствовали себя свободно, выбирая пол того или иного персонажа. Просто знайте, что слово "ребёнок", а так же местоимения “он” и “его”, означают не только мальчика, но и девочку.

Теперь определимся с термином “насилие”. Обычно под этим словом подразумевается физическое насилие с причинением боли. Я же буду использовать его в более широком смысле.

**Насилие**— это любые действия, направленные на подавление воли другого человека. Это лишение свободы выбора, запреты, принуждения, игнорирование желаний и мнений индивидуума.

Подойдёт такое определение? Надеюсь, что да.

Итак, есть эмоциональное насилие, есть физическое, а есть их смесь. Эмоциональное насилие — это психологическое давление словами и поступками: запугивания, шантаж, брань, крики, суровый взгляд, взывание к чувству вины и стыда. Физическое насилие — это то же самое, но с причинением телесной боли: ремень, выкручивание уха, подзатыльник, удар ложкой по лбу и прочее.

Другими словами, насилие — это когда более сильный применяет давление или психологические уловки, чтобы более слабый поступал так, как того хочет более сильный.

Фундаментом устаревшей модели воспитания, которая широко распространена на территории постсоветского пространства, является метод “кнута”, который применяется в качестве лекарства от “плохого” поведения.

Основа метода проста. Негативные эмоции, направленные на старших, насильно подавляются через наказания. Мнение ребёнка, идущее вразрез родительскому, либо игнорируется, либо подавляется. Если ребёнок не подчиняется приказам, его также ожидает эмоциональное или физическое насилие.

Для чего? Чтобы воспитать хорошего человека!

То есть, человека, который боится отказывать старшим (читайте “начальству”), боится высказывать личное мнение, идущее вразрез верхам (ты ещё сопляк, чтобы иметь своё мнение!). Человека, который боится принимать решения из-за страха ошибиться (ты сделал плохо!), боится выделяться из толпы (не высовывайся!) и так далее. Иными словами, это воспитание человека, который не осмелится выступить против начальства и власти.

Говоря ещё проще, это подготовка и воспитание будущего раба.

Так и есть! На выходе мы получаем исполнительного и послушного раба, который выгоден государству. Добро пожаловать в систему, сынок: воспитание — школа — институт — работа — пенсия — смерть. И не забывай поступать правильно — как мы тебе сказали. Пенсии не хватает? Ничего не поделаешь…

Уважаемые родители, у вас действительно такие планы на будущее ребёнка?

В общем, неприятнейшая картина получается. Давайте разберёмся, как метод “кнута” влияет на психику ребёнка. Запаситесь чаем или кофе, сейчас вот-вот начнётся!

## “Созревание детского ума”

“*Воспитание человека начинается с его рождения; он
ещё не говорит, ещё не слушает, но уже учится.
Опыт предшествует обучению”****Жан Жак Руссо***

Что делают маленькие дети, когда учатся говорить? Они слушают родителей и стараются повторять незнакомые слова. Верно? Постепенно словарный запас накапливается, мозг развивается и тогда ребёнок начинает заучивать целые фразы и речевые обороты.

Главный принцип овладения речью — это наблюдение и повторение. Ребёнок наблюдает,**КАК** и **ЧТО** говорят окружающие, а затем запоминает это, чтобы позже повторить. Тон, громкость и темп речи — это **КАК**, а **ЧТО** — это слова.

Но навык речи далеко не всё, что нужно ребёнку. В первые годы жизни его ум остро нуждается в новых моделях поведения. Как вести себя в обществе? Что делать в тех или иных ситуациях? Как реагировать на слова людей? Что делать, чтобы получить желаемое? И прочее, прочее, прочее.

Пока что этими данными ум не располагает. Их нужно откуда-то получить.

А кто имеет самый высокий авторитет для трёхлетнего ребёнка? Конечно же, его родители. Сейчас они единственные самые близкие люди в этом огромном и незнакомом мире. Они заботятся, кормят и одевают. Бывают исключения, но сейчас не о них. Возьмём классическую семью.

Итак, родители имеют большой авторитет для ребёнка. Именно они являются самым первым и самым главным примером для подражания. Манеру говорить, жесты и реакции ребёнок старается копировать у родителей.

Догадываетесь, к чему я веду?

В то время, как родители воспитывают насилием и словами,  объясняя, как надо себя вести, 72% словесной информации маленький ребёнок не усваивает. Зато он прекрасно усваивает другую информацию — поведение родителей. Ребёнок запоминает громкость голоса, тембр, интонацию, жесты и так далее.

Ребёнок всё это внимательно наблюдает, чтобы потом воспроизвести ту же интонацию, позу, громкость голоса, жесты и слова. Помните первый главный принцип обучения: наблюдать — запоминать — повторять?

Я называю этот принцип правилом зеркала. Скорее всего, вы уже знаете о нём: иногда в поведении других можно заметить и своё собственное поведение :)

За отражение поведения окружающих отвечают зеркальные нейроны. Они есть у приматов, птиц и людей. Логика зеркальных нейронов ребёнка следующая: если родители так поступают, значит и мне можно поступать так же, значит так принято поступать в этом обществе.

## “Делай, как я говорю, а не как я делаю!”

“*Детям нужны не поучения, а примеры”****Жозеф Жубер***

Какому поведению родители учат своих детей? Ой, самому разному...

Ребёнок наблюдает, как реагирует отец, когда мать просит что-то принести. Запоминает, с какими чувствами родители делают уборку в доме или ходят на работу. Говорят ли они “спасибо” друг другу? Обнимаются ли они? Проявляет ли мать уважение к отцу, а отец к матери?

Свежий ум ребёнка впитывает поведение родителей, как промокашка чернила. Но далеко не всё родительское поведение ребёнок будет повторять. Ребёнок сам по себе является уникальной личностью со своим неповторимым характером. Поэтому двое детей в одной семье возьмут разные шаблоны у взрослых, поскольку каждый воспринимает мир через свою уникальную призму.

В контексте всего этого, давайте рассмотрим методику воспитания кнутом.

Когда ребёнок не слушается, то есть делает что-то вразрез родительскому желанию, то принято наказывать. Зачем? Чтобы запомнил урок и больше так не поступал. Ребёнка сперва ругают, а потом наказывают. Или сперва наказывают, а потом ругают. Тут вариантов маса.

Что происходит в этот момент? Ребёнок наблюдает, как поступают родители (авторитеты). Зеркальные нейроны фотографируют поведенческую информацию и откладывают её в память. Представьте, будто мозг малыша размышляет в этот момент: “Ага. Понял. Если ты не согласен с чьим-то мнением, значит нужно кричать и угрожать. Так делают мои родители, значит так правильно. Усвоил”

Проходит некоторое время. Несколько дней, если хотите. Возникает ситуация, когда ребёнок не согласен с мнением родителей. Его ум сразу вспоминает, как они делали, когда были не согласны с его мнением. Они возмущались и ругались. И тогда ребёнок начинает возмущаться, кричать и топать ногами. Ведь так принято поступать в этом мире?

“Нет. Не так!” - считают в этот момент его родители.

Ничего себе! Ребёнок кричит на них! Этого нельзя допускать. Это непослушание. Придётся наказать за это. И тогда всё по новой повторяется: брань, крики, шлепки по заднице и так далее. Ребёнок ещё раз убеждается, что если ты с кем-то не согласен, значит нужно громко ругаться и бить.

Он понимает это так: “чтобы отстаивать своё мнение и свои желания, нужно подавлять других людей”.

Жаль, только, родители оказались сильнее. Я был против и, как положено, начал на них кричать и возмущаться, но они перекричали меня. Они старше и сильнее. Теперь мне обидно и больно. С моим мнением не считаются. Это несправедливо. Но я вырасту и стану сильнее!

Итак, желания и поступки ребёнка, которые не нравятся родителям, необходимо насильно подавлять. Не так ли? Не это ли называется правильным воспитанием?

Вам скажут “**НЕТ**” во многих развитых странах. Например, в США, Японии, Италии, Англии, Испании, Португалии, Ирландии и многих других. Их психологи давно уже поняли, насколько мощно насилие травмирует ребёнка. И лишь одни мы до сих пор используем варварские воспитательные подходы, которые лет уже 200 как безнадёжно устарели.

Можно невооружённым глазом увидеть разницу: насколько закомплексованные и злые люди у нас и насколько раскрепощённые и приветливые в странах, не применяющих насилие над детьми. Подумайте об этом.

## “У кошки родятся котята, у мышки родятся мышата”

“*Поделись улыбкою своей, и она к тебе не раз
ещё вернётся”****м/ф “Крошка енот”***

Из наблюдения, которое показывает нам, как дети копируют родительское поведение, можно вынести несколько правил. Ими легко руководствоваться, чтобы определить, чему мы учим детей, когда поступаем так или иначе.

Вот эти правила:

* **Неуважение порождает неуважение** в ответ, уважение порождает ответное уважение;
* **Насилие порождает насилие** в ответ, доброжелательность порождает мир;
* **Эгоизм порождает эгоизм**. Внимательность к другому обернётся внимательностью в ответ;
* **Если не слушать мнение детей, они учатся не слышать ваше мнение**;
* **Принуждения порождают несвободу**. Невольник убежит на свободу при первой же возможности.

Формула простая. Поведение А учит ребёнка поведению А, а поведение Б учит поведению Б. Неуважение мнения и желаний ребёнка (эгоизм), учит его неуважению к родителям и другим людям (эгоизму). Воспитательное насилие учит насилию над другими детьми (не согласен — получи по голове). Принуждения учат ребёнка насильно принуждать других.

В следующих частях этой статьи мы довольно глубоко нырнём во все эти темы. А сейчас ещё немного теории про человеческий мозг, прежде чем мы начнём изучать конкретные жизненные ситуации.

## “ Понимание психологии поведения”

Разбирая общепринятые подходы воспитания, мы будем опираться на один из базовых законов психики — на модель триединого ума. Модель гласит: внутри человеческого мозга параллельно работают три ума. То есть, мозг состоит из трёх основных разделов:

* **Р-комплекс** [рептильный ум] — самый эволюционно-древний участок мозга. Отвечает за выживание тела в окружающей среде: за инстинкты, за интуицию, за работу иммунной системы и рефлексы. Регулирует внутренние процессы тела, такие как: теплообмен, дыхание, пищеварение, выработку адреналина и так далее.
* **Лимбическая система** [ум млекопитающих] объединяет людей в группы, семьи, кланы, коллективы. Отвечает за эмоции, влияя ими на наше поведение и слова. Предсказывает будущее, основываясь на эмоциональном опыте прошлого.
* **Неокортекс** [новая кора] — сознание. Неокортекс формирует все наши мысли. Здесь хранятся наши убеждения и стереотипы. Неокортекс строит планы на будущее, рассуждает о жизни, читает книги и, конечно же, занимается творчеством. Располагается на правом и левом полушарии мозга.



Каждый ум — это сложный нейронный компьютер, состоящий из нескольких блоков (отделов головного мозга). Нейрокомпьютеры работают быстро и параллельно, обмениваясь друг с другом информацией по нейронным сетям.

Вся информация, собранная телом из внутреннего и окружающего мира поступает в р-комплекс (рептильный ум). Этот ум делает быстрый анализ данных и, в случае необходимости, запускает в действие какой-либо инстинкт.

Это может быть один из инстинктов выживания: напасть, убежать, замереть, спрятаться, закрыться. Это может быть один из бытовых рефлексов: желание чихнуть, почесаться, сходить в туалет, попить воды, поесть и прочее.

Далее, р-комплекс “пережёвывает” полученную информацию и передаёт её в лимбическую систему (ум млекопитающих). Это тот самый ум, который отвечает за управление нашим поведением посредством включения и выключения эмоций.

Вот несколько животных эмоций: страх, паника, гнев, злость, безысходность. Вот более высокоуровневые эмоции: любопытство, обида, вдохновение, скука, радость, влюблённость.

Среагировав эмоциями на полученную информацию, ум млекопитающих передаёт её в наше сознание — в неокортекс. И только тогда мы осознаём информацию, которую уже обработали предыдущие нейронные компьютеры. Теперь в голове возникают словесные мысли по поводу того, что сейчас произошло.

Мысль — это последний этап осознания полученного опыта. Сперва включается инстинкт. Он вызывает эмоцию. Эмоция вызывает мысли и действия. Мысли порождают убеждения и жизненные правила.Мысли в гораздо меньшей степени влияют на эмоции, чем эмоции на мысли. 95% от всего времени бодрствования наши эмоции обуславливают наши мысли: в апатии мы думаем о том, как всё плохо, а в радости думаем о том, как всё хорошо. И лишь 5% — это моменты, когда мы сознательно влияем на свои эмоции, например, при помощи визуализации.

Если говорить о детях, то, в первую очередь, у них возникает эмоция, затем действие и лишь потом мысль об этом.**Запомните этот важный момент!** Сперва эмоция, потом осознание и мысль. В дальнейшем это знание поможет нам прояснить разрушительные последствия общепринятого воспитания.

## “Эмоции управляют поведением, а не заученные правила”

“*Любая собака, не что иное, как передатчик эмоций
на языке, который люди без труда понимают”****Энн Прегозин***

Предположим, что у собак нет мыслей. Почему предположим? Потому что, мы не можем знать этого наверняка. В любом случае, человеческих мыслей в словестной форме у собак точно нет.

Но кто станет спорить, что у собак нет эмоций?

Не нужно быть учёным, чтобы знать — собаки очень эмоциональные существа. Мы понимаем эмоции собак, а они понимают наши. Нам не нужно слов, чтобы понять друг друга, достаточно лишь продемонстрировать свои чувства.

Учёные подтвердят, что эмоциональный ум собак очень развит. Как вы помните, за эмоции отвечает лимбическая система, второе название которой — ум млекопитающих. Занимательно, что эмоциональный ум собаки очень похож на человеческий!

Эмоции управляют собакой, так же, как и нами. Когда она видит хозяина, то чувствует радость (вожак стаи пришел!). Радость заставляет тело собаки извиваться от удовольствия, а хвост энергично вилять из стороны в сторону. Страх наоборот заставляет собаку поджать хвост и бежать прочь.

Надеюсь, вы согласитесь, что собака не может дать себе сознательную команду, чтобы вызвать ту или иную эмоцию. Наоборот. эмоции — это реакция на внешние события или поведение других существ.

Но, в первую очередь, эмоция — это реакция на инстинкт, вызванный рептильным умом. Например, инстинкт “бежать” включает страх, а инстинкт “нападать” включает злость и ярость.

Всё то же самое касается и человека. Но вернёмся к детям.

## “Дети не выбирают эмоции сознательно”

“*Я наблюдал только одно действие розги — она
или притупляет или озлобляет душу”****Мишель де Монтель***

Наши дети не выбирают эмоции сознательно. Эмоциями они реагируют на события. Например, несправедливость родителей может вызвать эмоцию обиды, которая следом потянет жалость к себе, а жалость к себе вызовет слёзы и громкий плач.

Дети свободно проявляют эмоции, в отличие от взрослых. Как минимум, именно поэтому они более счастливы и жизнерадостны. Но я отвлёкся.

Итак, эмоциональная волна накрывает ребёнка с головой и он не может ей противостоять. Это новое и неизвестное чувство, которое заполнило всё изнутри. Ребёнок не управляет своей эмоцией. Он не может сознательно дать себе команду на “выключение” этого чувства.

Даже взрослые не умеют этого делать. Многие просто делают вид, что умеют включать и выключать эмоции по своему желанию, а на деле попросту запихивают их поглубже, создавая тем самым целый букет хронических заболеваний.

Если родители ругают и наказывают ребёнка за проявление негативных эмоций, то происходит две неприятные вещи:

1.Это вызывает у ребёнка ещё больше негативных эмоций, которые являются естественной реакцией на насилие.

 2.Это может вызвать ещё больше обиды, ещё больше злости, чувства ненужности, несправедливости и стыда;

Даже если родители объяснили ребёнку, как надо себя вести и он всё понял, в следующий раз эмоциональная волна точно так же накроет его. Вопреки сознательным желаниям и заученным правилам. Это произойдёт независимо от того, помнит ребёнок родительские наставления или нет. Сознательно ребёнок не выбирает эмоции.

## “Во всём виновата собака Павлова”

“*Если ребенок провинился, то в угол следует
ставить его родителей”****Бауржан Тойшибеков***

Родители наказывают детей, потому что верят в старый “добрый” миф о том, что если наказать, то ребёнок запомнит боль, получит урок и, в страхе повторного наказания, будет вести себя хорошо. Но горькая правда заключается в том, что наказания делают ребёнка лишь более неуверенным в себе, а не более послушным.

Проведите небольшое исследование. Спросите у своих знакомых, которые воспитывали детей методом наказаний не менее пяти лет (что уже, само по себе, смешно!), действительно ли ребёнок после двух-трёх наказаний становится послушным? Или же в будущем им приходится применять этот метод снова и снова? Думаю, вы уже догадались, каков будет ответ ;)

Подумайте вот о чём. Допустим, у человека есть страх высоты. Когда он смотрит вниз, его переполняет паника, ноги подкашиваются и становятся ватными. Давайте теперь попробуем применить к нему методику советского воспитания. Мы будем бить его за то, что он чувствует страх высоты. И мы будем бить его каждый раз, когда у него подкашиваются ноги.

**Внимание вопрос**: сколько раз придётся применить наказание, чтобы он перестал чувствовать страх и панику? Сколько лет мы будем применять насилие, чтобы на большой высоте он вёл себя хорошо?

Да, вы правы — это полнейший абсурд!

Но не меньшим абсурдом является наказание за проявление негативных эмоций: за капризы, обиды и топанье ногами. Посудите сами: ребёнок выражает негативные эмоции, которые стали реакцией на события, и за это, в воспитательных целях, родители его наказывают.

Но с позитивными ли эмоциями родители наказывают ребёнка? Вряд-ли. Скорее, они чувствуют злость, гнев и раздражение. Не поэтому ли они кричат на ребёнка?

Погодите. Получается, родителей тоже нужно наказать, ибо они тоже проявляют негативные эмоции! Но разве их не воспитали в детстве, чтобы они не кричали и не ругались на других? Значит, плохо воспитали. А как именно? Точно так же: их наказывали и ругали.

О чём это говорит? О том, что желаемый результат воспитания так и не получен. Агрессия породила ещё больше агрессии. Получил агрессию от родителей — передал её детям. Кто остановит этот порочный круг, если не мы?

## Заключение

 Мы с вами провели замечательное исследование, которое пролило свет на тёмные области разрушительного воспитания.

И, напоследок, давайте подведём итоги:

* **Насильственное воспитание травмирует ребёнка**, делая его злым и закомплексованным, а не добрым, смелым и отзывчивым;
* Ребёнок запоминает поведение родителей, а не то, чему они учат его. Какое обращение с ребёнком демонстрируют родители, такому обращению с людьми учится ребёнок;
* **У кошки родятся котята, у мышки мышата**: неуважение к ребёнку обернётся неуважением к родителям, насилие порождает насилие, эгоизм порождает эгоизм;
* Сперва возникает инстинкт, а затем эмоция, которая проявляется в поведении и словах. Даже взрослые часто не могут остановить бурю эмоций, но именно этого они требуют от своих детей;
* **Применение насилия, с целью остановить детские капризы, разрушительно.**Ребёнок не управляет возникновением эмоций, но с помощью родителей может научиться подавлять их. Подавление эмоций приводит к болезням, которые лечить придётся родителям;
* Бить ребёнка за капризы так же бессмысленно, как и бить человека за страх высоты. Со временем ребёнок станет взрослее и перестанет капризничать, но об этом во второй части статьи :)