

КАК СДЕЛАТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ СЧАСТЛИВЫМИ (ЧУДЕСА ЗА ЗАВТРАКОМ)

ГЛАВНАЯ ПРОБЛЕМА С ДЕТЬМИ – КАК С НИМИ ЖИТЬ. ПРИ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ПРОБЛЕМА ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ВО ВЗРОСЛОМ, А НЕ В РЕБЁНКЕ.

ОДНО ИЗ ЛУЧШИХ ЛЕКАРСТВ ДЛЯ РЕБЁНКА – ЭТО ДОБРЫЙ, УРАВНОВЕШЕННЫЙ ВЗРОСЛЫЙ С ЛЮБОВЬЮ И ТЕРПИМОСТЬЮ В СЕРДЦЕ.

ЛЮБОЙ ЗАКОН, ПРИМЕНИМЫЙ К ПОВЕДЕНИЮ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН, ПРИМЕНИМ И К ДЕТЯМ.

РЕБЁНОК – ЭТО МУЖЧИНА ИЛИ ЖЕНЩИНА, КОТОРЫЕ ЕЩЁ НЕ ПОЛНОСТЬЮ ВЫРОСЛИ.

ВАЖНОЕ ЗАМЕЧАНИЕ

При чтении этой книги будьте абсолютно уверены, что вы никогда не пропускаете слова, которые не поняли полностью.

Единственная причина, по которой человек бросает учёбу, или запутывается, или не способен учиться, -- это то, что он пропустил слово, которое не понял.

Замешательство или неспособность усваивать или выучить возникает ПОСЛЕ того, как человек встретил слово, которому он не нашёл определения и которое не понял.

С вами когда-нибудь случалось, что, дойдя до конца страницы, вы осознавали, что не помните, о чём читали? Что ж, где-то раньше на этой странице вы пропустили слово, для которого у вас не было определения, либо было неправильное определение.

Вот пример. «Наше внимание привлекли ропаки, ослепительно сверкавшие в лучах восходящего солнца». Смотрите, как на самом деле ваше непонимание произошло исключительно от одного слова, которое вы не поняли: «ропак», что значит «льдина, стоящая ребром».

Слова, которые вам придётся найти в словаре, необязательно будут новыми или необычными. Часто может оказаться неверным ваше понимание самого простого слова, что и будет причиной замешательства

Эта информация о том, что нельзя пропускать непонятые слова, является наиболее важной во всём обучении. Каждый предмет, который вы начали изучать и бросили, содержал слова, значения которых вы не знали.

Поэтому при чтении этой книги будьте абсолютно уверены, что вы никогда не пропускаете слова, которые вы не вполне понимаете. Если материал кажется запутанным и его никак не удаётся понять, то прямо перед этим местом вы обнаружите непонятое слово. Не спешите двигаться дальше, а вернитесь назад, ДО того места, где у вас начались трудности, найдите непонятое слово и посмотрите его значение в словаре.

ОПРЕДЕЛЕНИЯ

В помощь читателям наиболее трудные и новые слова вынесены в сноски на тех страницах, где они появились впервые. Другие определения этих слов тоже возможны. Их можно найти в словарях.

Глава 1

РОДИТЕЛЬСКИЙ ДОЛГ КАК ИЗБЕЖАТЬ ПОЛНОГО КРАХА

Не легко прекратить быть родителем, стоит нам начать всё это. Мы не можем запросто отстраниться от этой должности или отдать обратно свидетельство о рождении и сказать: «Извините, мы не сошлись характерами».

Если мы собираемся сделать что-нибудь, чтобы уменьшить разочарования при воспитании ребёнка, остаётся только одно заслуживающее уважения решение (путь наибольшего сопротивления): научиться понимать и справляться с маленькими голубками и / или монстрами.

Это может казаться невозможным. Но, если вы всё ещё надеетесь, то, может быть, есть шанс.

Я знаю это, потому что я сама была ужасной Матерью. Разочарованная и подавленная, я однажды убедилась, что в то время как я старалась выпутаться, дети получали возможность захватить меня, общество и, несомненно, планету.

Я не Авторитет по Детям. Я была им.

Но это было до того, как у меня появились собственные дети.

После того как я стала мамой, я поняла, что мне нужна помощь. Я много чего испробовала. Я жадно читала книги по детской психологии, ища в них разгадку тайны: -- «Как мне сохранить здравый рассудок и при этом всё ещё оставаться родителем?». Я так и не нашла её. Совет, о котором я читала, всегда звучал хорошо. Только он не работал. Знание о том, что я должна «понимать нужды ребёнка» не приводило дела в порядок, когда мой сын был готов убить своего друга в ссоре из-за какой-нибудь игрушки. Были случаи, когда я вынуждена была напоминать себе достаточно настойчиво, что «Материнство -- это радостный и приносящий удовлетворение жизненный опыт», когда я отскребала от стен присохшую овсянку или полоскала едкую пелёнку.

Книги говорили мне, что я должна иметь «любовь и терпимость». Да. Это выглядело правильно. Между тем, возвращаясь на землю, ежедневные потребности медленно сдирали внешний налёт любви и терпимости и пробуждали во мне зверя.

К тому времени, когда я и мой муж ожидали нашего второго ребёнка, я сделала вывод, что я всё ещё знаю слишком мало о том, как справляться с детьми, хотя это было моим основным занятием в течение нескольких лет.

Просмотрев местную телефонную книгу, я нашла Центр Развития Способностей Человека. Где, я знала, была международная группа, проводящая обширное исследование поведения человека.

Вскоре меня записали в класс для начинающих. Мне понравилась эта группа, и обучение, и люди, которых я встретила. Каждый из них был

индивидуумом, способным смотреть дальше повседневности в поисках более стоящей жизни.

Однако основным моим интересом было:

- 1) **научиться, и,**
- 2) **как применять полученные знания в воспитании детей.**

Возможно ни один мужчина или женщина не смотрел на своего первого ребёнка, не чувствуя большой любви к этому беспомощному младенцу, вверенному теперь его заботам. И с этой любовью приходит волна устрашающей ответственности¹ и клятва делать всё правильно, что бы это ни было.

Намерение делать все правильно для нашего отпрыска присутствует всегда. Почему же тогда в конце мы часто оказываемся сбитыми с толку? Почему же тогда существует постоянное столкновение желаний между родителем и ребенком -- двумя людьми, которые так сильно любят друг друга?

По мере обучения, я поняла, что существует только две вещи, которые беспокоят среднего родителя:

1. **У нас нет достаточно знаний.** Не слишком ли я строгая или мягкая? Как мне сделать так, чтобы он не навредил сам себе? Почему он не доверяет мне? Как мне помочь ему с уроками?
2. **У нас есть эмоциональные реакции, которые мы не можем контролировать.** Почему я сержусь на него за то, что он шумит? Почему я так сильно о нем беспокоюсь? Почему я наказываю его и потом, расстроившись, плачу?

До занятий в Центре я оставляла эти Важные Вопросы на растерзание философам. Что касается нежелательных эмоций, я испытала их все -- гнев, отчаяние, страх, критичность, неуверенность и горе.

Чтение и курсы повысили мои знания о людях и жизни. Личный процессинг (см. сноску 4 на стр. 4) помог мне избавиться от своих неконтролируемых эмоций.

Более я не испытываю периодов депрессии или безнадежности, но нахожу каждый день новым и волнующим. Я чувствую себя моложе и энергичнее, чем я была двадцать лет назад. Мои лучшие друзья говорят, что я не выгляжу на сорок один год (конечно, поэтому они и являются моими лучшими друзьями).

Мой Коэффициент Интеллекта (КИ) теперь выше и я быстрее обучаюсь. (КИ – показатель способности человека научиться чему-то новому, степень того, насколько человек в состоянии наблюдать и понимать действия.)

Сейчас за один день я делаю больше, чем я могла сделать за неделю.

¹ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ -- способность и готовность быть источником или причиной. Принимать ответственность за что-то, значит предпринимать действие как причина в этом деле. Нужно чётко отличать это от таких низко-тонных (см. стр. 37) представлений об ответственности, как обвинение или восхваление, которые влекут дальнейшее оценивание хороших или плохих вещей, сделанных по отношению к чему-то. ПРИЧИНА – то, что производит какое-либо следствие или результат. То, что способствует возникновению чего-то.

Эта книга -- моя история успеха. Она рассказывает о нескольких правилах, которым я научилась в Центре и как я применила их в воспитании моих детей.

Сегодня я беззаботная Мать. Два моих мальчика -- это пара ультрасовременных людей. Пол, ему четырнадцать, высокий и уверенный в себе. Ему нравится футбол, девушки, бейсбол, хоккей, девушки, история плавания, музыка и девушки. Ли, ему 8, это эльф с волосами как пакля и с ярко-голубыми глазами. Ему иногда нравятся девчата, но он предпочитает лазить на деревья, писать картины, рыбачить, ловить лягушек, возводить странного вида деревянные форты и дразнить своего брата по поводу девчат.

С хорошим взаимопониманием мы обмениваемся историями, обсуждаем проблемы и планируем вместе наши цели. Нам нравится от души посмеяться над чем-нибудь, как, например, недавно, когда Ли сообщил, с серьезным видом, что его учительница довольно хорошо поживает, в этом году она плакала только два или три раза. Иногда мы, мимоходом, принимаем участие в чуде за завтраком, таком как лечение «серьезного заболевания» между приёмом апельсинового сока и булочкой.

Мои мальчики не являются идеальными-как-из-книжки детьми (как и я не являюсь такой Мамой). Они по-прежнему отказываются стричься, выносить мусор и есть овсянку. Иногда я всё ещё пытаюсь исправить эти упрямства.

Но в целом, мне нравится быть их Матерью. Они два моих самих лучших друга. Они рассказывают мне свои шутки и свои тайны и позволяют мне читать любовные записки своих подружек.

Они даже готовы признать (на людях!), что я их Мать.

Итак, как вы видите, мы довольно далеко продвинулись.

ГЛАВА 2

РАЗРЕШАТЬ ИЛИ НЕ РАЗРЕШАТЬ?

Доброта и любовь ребёнка сохраняются только до тех пор, пока он может проявить свое самоопределение. Если вы мешаете ему, вы в какой-то степени мешаете жизни ребёнка.

Меня часто спрашивают: «Верю ли я в абсолютную вседозволенность?». Многие родители знают, им подсказывает инстинкт и любовь, что не стоит слишком часто подавлять ребёнка. Они также знают, что он не должен становиться совершенно диким и неуправляемым. Где же провести границу?

Мне очень хорошо знакома эта дилемма. Одно время я металась между полной вседозволенностью и абсолютным подавлением. В результате, иногда я позволяла победить себя, в другие разы я побеждала их. Оба метода были неэффективными.

Вы (несмотря на то, что вы родитель) имеете право на минуты спокойствия, так же как и ваши дети.

Я нашла ответ, который помог мне, в одной из методик управления Центром:

«Мы вознаграждаем продуктивность и высокие статистики и вводим управление при низкой производительности и низких статистиках».

Для каждой должности в Центре установлен уровень производительности. Это -- статистика, это тот объем продукции, который ожидается от человека. Когда человек перевыполняет этот объем, тогда у него «высокие статистики».

Такой подход укрепил слабую сторону в моем обращении с детьми. Хотя на самом деле не было статистических данных (или цифр производительности), которыми можно было бы измерить развитие нашей семьи; как у группы у нас существовали определенные общие цели. Чьи-то поступки или поведение содействовали этим целям или наоборот -- отвлекали от них внимание.

В начале 50-х годов, в результате систематизации уже известных данных и проведения новых обширных исследований было установлено, что все неконтролируемые чувства и действия происходят из-за части ума, которую называли «реактивным умом».²

Вот источник разрушения человека.

Это реактивный ум в действии, когда мы пинаем ножку стула, о который мы только что ударились, или, когда мы шлепаем ребенка за то, что он плачет. Мы все знаем, что ни стул, ни ребенок не исправятся от такого обращения. Однако реактивный ум не настолько рационален.

У нас также есть «аналитический ум»,³ который принимает правильные решения и помогает нам лучше выживать.

Мы верим, что человек в своей основе хороший, и что, если бы он мог стереть свой реактивный ум, его изначально хорошие качества восстановились бы. Это стирание достигается путем процессинга⁴. (Процессинг используется здесь как общий термин, охватывающий те техники и практики, которые применяются для совершенствования личности. Это деятельность по изменению, работа с чем-то и его преобразование).

Каждая мать и отец могут извлечь пользу, распознавая реактивное⁵ поведение при столкновении с ним.

Когда кто-то действует аналитически, он помогает группе или семье. Когда он действует реактивно, он замедляет или нарушает производительность группы.

Если Цветочек кричит, чтобы привлечь внимание папы, когда тот пытается написать деловой отчет, она уменьшает выживание семьи, у нее низкие статистики.

² РЕАКТИВНЫЙ УМ – та часть ума человека, которая не подчиняется его командам или их отменам, и которая имеет власть над его мышлением и действиями. ОН ПРОСТО РЕАГИРУЕТ, БЕЗ АНАЛИЗА.

³ АНАЛИТИЧЕСКИЙ УМ – та часть мыслительного механизма и памяти человека, над которым он имеет относительно полный контроль. СОЗНАТЕЛЬНЫЙ, ОСОЗНАЮЩИЙ УМ, который мыслит, наблюдает данные, запоминает их, анализирует ситуации и разрешает проблемы. В сущности, это сознательный ум в противоположность бессознательному уму.

⁴ ПРОЦЕССИНГ – действие по задаванию вопроса клиенту (который он может понять и на который может ответить), получение ответа на этот вопрос и подтверждение этого ответа. ПРОЦЕСС – последовательность операций или действий, необходимых для получения определённого результата.

⁵ РЕАКТИВНЫЙ – нерациональный, реагирующий, а не действующий; думательность или поведение, диктуемое реактивным умом, а не собственным определением человека в данный момент.

Когда Цветочек охотно соглашается сбегать за молоком в магазин, он содействует выживанию семьи.

При рассмотрении этого для меня нарисовалась очень простая линия поведения:

Я ДОЛЖНА ВОЗНАГРАЖДАТЬ АНАЛИТИЧЕСКОЕ ПОВЕДЕНИЕ И УПРАВЛЯТЬ РЕАКТИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ.

Прежде чем такая политика станет эффективной, надо осознать, ***КЕМ*** на самом деле является человек. Существует три части человека. В дополнение к уму и телу, есть само Духовное Существо. **Духовное Существо – это и есть ВЫ, -- тот, кто воспринимает окружающую действительность, способен создавать и рассматривать идеи, способен быть причиной и создавать следствия. Мы НЕ говорим, что у человека есть Душа. Мы считаем, что ОН и ЕСТЬ Духовное Существо, и что у него есть УМ и ТЕЛО.** Человек – это не кусок мяса (тело) и он не ум. **Он Духовное Существо, и он стоит над своим умом и телом.** Когда управляет Духовное Существо, он действует аналитически. Когда включен реактивный ум, (мы иногда называем его «БАНКОМ»), Духовное Существо временно побеждено. Оно не отвечает за свое поведение и не может его объяснить. Оно больше не управляет машиной. Оно сидит на заднем сиденье, задаваясь вопросом: «куда еще его занесет?».

ВОТ ТОГДА ВЫ И ДОЛЖНЫ ВЗЯТЬ ДЕЛО В СВОИ РУКИ И НАЖАТЬ НА ТОРМОЗА.

Помните, что **ребенок – это Духовное Существо, которое начинает свой путь в маленьком теле.** Все немного странно и ново, но он – искатель приключений. Он жаждет исследовать мир вокруг себя. Он стремится создавать вещи и познавать их на опыте. Ему нравится смеяться и смешить вас. Ему нужна некоторая помощь, и он захочет помочь вам. Он стремится узнавать, и чувствовать, и нюхать, и пробовать, и любить.

Ребенка, начинающего ходить, надо поместить в безопасное пространство, где ему не будет нанесен вред, когда он будет исследовать и учиться. Мы должны дать ему свободу вертеться и брать вещи. Особенно важно не пытаться остановить его естественную склонность к приобретению опыта и независимости. Чем больше мы помогаем этим желаниям и хвалим их, тем больше ребенок будет развивать свои способности.

С другой стороны, если его действия реактивны, если они невыживательны для него самого или других, введите управление какого – либо рода.

Я не пропагандирую физическое наказание. Хотя, иногда мы и испытываем искушение, **ЭТО НИКОГДА НЕ РАБОТАЕТ. Оно вызовет отдачу в виде скрытого разрушительного действия, направленного против нас.** После взбучки, Соплюшка случайно разобьет папины очки или сядет на новую мамину шляпку.

Хотя вы не можете стереть реактивный банк ребенка какими-либо домашними средствами, существует несколько способов помочь ребенку лучше его контролировать. В нашем Центре мы не позволяем чрезмерно «банковского» поведения. Мы узнали, что если человек не в состоянии вести себя достаточно разумно, наше обучение и процессинг не будут действенны.

Также, для вашего собственного спокойствия, и потому что это необходимо, вы должны удостовериться, что ребенок вновь за рулем машины, прежде чем дать ему необходимое руководство, чтобы он успешно мчался по пути к взрослению.

Можно использовать предупредительные и исправительные меры. Если ваш ребенок сейчас очень мал, вы сможете позволить ему вырасти относительно неподавленным. Это – идеально. Банк не будет настолько расшевелен, чтобы доставлять вам обоим неприятности.

Если ваш ребенок старше, задача может усложниться. Если сейчас он выражает свою «свободу», швыряя через комнату ваш фарфор, или пиная кошку ногой, Духовное Существо на самом деле не свободно. Он до некоторой степени захвачен реактивным банком, и «банк» правит балом. В этом случае, вы должны предпринять исправительные меры, прежде чем сможете делать что-то еще.

ВОТ ЕДИНСТВЕННЫЙ КРИТЕРИЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

ВЫ ПОЗВОЛЯЕТЕ *ДУХОВНОМУ СУЩЕСТВУ* ИЛИ *РЕАКТИВНОМУ БАНКУ*?

Изучив и применяя технологию, я разработала два правила, которые, если им следовать, разрешат множество семейных трудностей.

Правило первое: **НЕ ПЫТАЙТЕСЬ УПРАВЛЯТЬ ДУХОВНЫМ СУЩЕСТВОМ.**

Вы потеряете его, потому что оно никогда на самом деле не перестанет пробовать делать то, что оно хочет. Однако если вы продолжаете останавливать его, оно деградирует из-за своих попыток воспользоваться своим правом выбора.

Правило второе: **УПРАВЛЯЙТЕ РЕАКТИВНЫМ БАНКОМ.**

Только контролируя банк и обучая ребенка справиться с ним, мы опять можем вернуть Духовному Существу управление. Это и есть дорога к истинной свободе.

Вся дисциплина должна быть направлена на конечную цель: помочь ребенку научиться применять самодисциплину. Это то, что отличает цивилизованного человека от животного.

Время от времени вам придется хорошенько посмотреть на себя. Вы и ваш ребенок находитесь в состоянии борьбы, каждый уверен в своей правоте. Когда в доме происходит крупная ссора с криками, можно поспорить, что орудует чей-то реактивный банк. Но, чей он? Прежде чем сказать отпрыску: «Марш в кладовку!», удостоверьтесь, что это рычит не ВАШ собственный «банк». Большинство детей любят создавать много шума и движения. Обычно родители предпочитают, чтобы этого было гораздо меньше. Однако это желание остановить -- часто является реактивным проявлением. Значит ли это, что вам нужно жить в кромешном аду? Нет. Но **попытайтесь определить, ЧЕЙ «банк» действует.** Затем приложите усилия, чтобы справиться с этим «банком».

Пол, который обожает музыку, такой же, как и многие подростки. Он уверен, что громкость радио или магнитофона, должна быть в пять раз сильнее, чем может выдержать барабанная перепонка уха взрослого. Однажды

это было почти невыносимо для меня. Я была убеждена, что он поступает так, чтобы раздражать других. Позже я узнала, что это была МОЯ проблема, а не его. Когда в такие моменты я заглядывала в его комнату, я видела, что он полностью охвачен музыкой, иногда танцуя или играя на своих барабанах. Он был «звездой - барабанщиком, сидящим в центре своей группы и играющим для исступленной публики». Он просто чувствовал ритм и чудесную бодрость своего молодого тела.

Так что же в этом плохого?

Я обнаружила, что **возражаю в основном потому, что «должна» так поступать**, не потому что я на самом деле против музыки. Это был радостный шум. Поэтому я перестала ворчать. Теперь, когда дом раскачивается от включенного на полную мощь магнитофона, а барабаны грохочут, я сама пританцовываю около кухонной раковины.

С другой стороны, если ребенок с грохотом носится туда-сюда, и это мешает разговору или выполнению работы, его надо попросить играть где -нибудь в другом месте. **НЕ ВОЗНАГРАЖДАЙТЕ** его за нарушение порядка.

Я видела, как многие родители заблуждаются в этом. Они дают ребенку печенье или обещают какой-нибудь обмен, чтобы избавиться от него. Ребенок делает вывод **«МЕНЯ НАГРАЖДАЮТ, ЕСЛИ Я ДОСТАВЛЯЮ ДОСТАТОЧНО НЕПРИЯТНОСТЕЙ»**.

Во-первых, побудите ребенка самому контролировать себя. Если он не делает этого, это значит что им управляет его реактивный банк и он не может справиться с ним.

НЕ пытайтесь подкупить или разумно обращаться с реактивным банком. «Банк» в своей основе неразумен. Просто справляйтесь с ним. Если вы не делаете этого, ребенок скоро почувствует, реактивный банк сильнее вас обоих.

Когда вы не допускаете реактивного поведения, вы не наносите вреда Духовному Существо. Вы оказываете ему услугу. Вы показываете, что «банком» можно управлять.

Мы никогда не должны наказывать ребенка за нарушение правил, которые не определены точно, или менять правила по своей прихоти. Итак, какую бы систему дисциплины вы не использовали, сообщите ребенку, что вы от него ожидаете.

Я читала семейные правила мальчикам каждое утро в течение недели, чтобы они врезались в их память. После этого, когда происходило какое-либо нарушение, я просто говорила: «Поставь себе за это плохую отметку». (Доска для отметок висла на кухне, и была разделена по именам мальчиков, а также на «хорошую часть» и «плохую» -- для каждого. Они получали хорошие отметки за аналитические действия и плохие – за реактивные. В конце недели эти «статистики» суммировались).

Я обнаружила, что эта система заметно сокращает мои расстройства.

Мне не пришлось кричать или распространяться на тему «что же мне с тобой делать?».

Я просто делала.

Это краткий выговор, но он выражает все то, что вам нужно сказать. Вы и ребенок можете быстро направить свое внимание на более приятные вещи.

Если вы будете использовать этот метод, ребенок сначала будет сопротивляться наказаниям. Когда такое происходит, не спорьте и не оправдывайтесь. Если ваши правила известны, то все уже было сказано.

Когда я начала использовать этот способ, я часто слышала возражения: «О, я больше не буду так делать», «Я просто забыл», или «Так не честно».

На это я отвечала: «Поставь две отметки». (В графе для плохих отметок).

Никаких комментариев, кроме прибавления дополнительных отметок, не было сделано, пока указания не были выполнены.

Первые несколько раз вы можете чувствовать себя людоедом. Со мной так было. Это часть пути. «Банк» (возможно, ваш, также как и ребенка) попытается сбить вас с толку в отношении настоящей помощи. Если вам придется добавить к первой отметке еще десять, чтобы получить согласие, позже это принесет свои плоды.

После какой-то конкретной неудачи, пусть атмосфера немного разрядится, найдите какую-нибудь обоснованную причину наградить ребенка **ХОРОШИМИ** отметками. Отметьте что-то, что он сделал хорошо или дайте ему небольшое задание. **Это направляет его внимание и ваше на ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ стороны вещей.**

Обещание вознаграждения более эффективно, чем угроза наказания. Вы могли бы сказать: «Уберись в подвале, или завтра останешься дома».

Вы достигните лучших результатов, если скажете: «Когда ты закончишь, тебя ждёт тарелка со свежеспеченным печеньем».

Когда наша система отметок на доске стала работать гладко, количество плохих отметок стало уменьшаться. Если я и ставила одну, реакция была быстрой: «Хорошо» или «Извини».

Ситуацией управляли гладко, и покой в доме ни разу не был нарушен ни одним проявлением «банка».

Через какое-то время ребята стали ценить эту систему. Иногда по своей собственной инициативе, они ставили себе плохие отметки за проступки.

В Центре мы бы сказали, что он «применил к себе Этику». Это высокий уровень ответственности.

Когда плохая сторона доски начинала перевешивать, ребята сновали возле меня, ища дополнительную работу, которую они могли бы сделать, чтобы помочь мне.

Ставя сами себе плохие отметки или ища возможность заработать хорошие, они брали на себя больше ответственности за свое поведение. В этом-то и суть.

Я перестала сомневаться, будет ли работать эта система, когда как-то в субботу ребята проверили доску. Там были только хорошие отметки. Пол закричал: «Эй, я победил свой «банк!»».

Ли сказал: «Я тоже».

Я знала, что мы все трое – победители.

Такой метод может быть успешным только тогда, когда вашей основной целью является сделать ребенка ПРАВИМ. Если он

используется для того, чтобы сделать его неправым, ваш «банк» одержал победу, и слово «управление» становится грязным словом. Нет ничего плохого в управлении, если только Духовное Существо управляет реактивным банком. Однако, когда банк пытается управлять Духом, все терпят поражение. Это рабство.

Если плохих отметок продолжает становиться больше, чем хороших, начните проверять себя. Чётко ли понятны правила? Действительно ли вы ищете любую причину, чтобы ПОХВАЛИТЬ ребёнка? Поверьте мне, если вы этого не делаете, вы ее никогда не найдете. **ЕСЛИ ВАШЕ ВНИМАНИЕ НАПРАВЛЕНО НА ПОИСК НАРУШЕНИЙ, ВСЕ ЧТО ВЫ НАЙДЕТЕ – ЭТО НАРУШЕНИЯ.**

Подумайте о возможностях для ребёнка получить хорошие отметки, или вы разрушите любой стимул для улучшения.

Используя эту систему, я научила ребят правилу:

КОГДА ВЫ ВОЗНАГРАЖДАЕТЕ ЗА НИЗКИЕ СТАТИСТИКИ, И НАКАЗЫВАЕТЕ ЗА ВЫСОКИЕ, ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ НИЗКИЕ СТАТИСТИКИ.

Это естественный закон, и мальчики легко поняли его.

Однажды Ли вернулся из школы и сказал мне: «Некоторые мамы такие тупые!».

Я спросила: «Какие мамы?».

Он рассказал мне, что у мальчика в школе были серьезные проблемы из-за плохого поведения. Вызвали его маму для беседы с учителем. После разговора, мама мальчика открыла сумку и дала ему конфету.

«Разве она не знает, что это вознаграждение низких статистик?» -- спросил Ли с негодованием, -- «Как же тогда этот парень научится?».

Это был хороший вопрос...

Глава 3

« ОН УДАРИЛ МЕНЯ ПЕРВЫМ »

Основной вопрос в воспитании детей – проблема как воспитать, не сломав их. Вы хотите вырастить своего ребёнка так, чтобы вам не нужно было управлять им, чтобы он всегда владел собой. От этого зависят его хорошее поведение, здоровье, здравомыслие.

Дети – это не собаки. Их невозможно дрессировать, как собак. Они – не подконтрольные вещи. Они, и давайте не будем пренебрегать этим фактом, -- мужчины и женщины. Ребёнок – это не какой-то особый вид животного, отличающийся от человека. **Ребёнок – это мужчина или женщина ещё не достигший зрелости.**

ЛЮБОЙ ЗАКОН, ПРИМЕНИМЫЙ К МУЖЧИНЕ ИЛИ ЖЕНЩИНЕ, ПРИМЕНИМ К РЕБЁНКУ.

Мальчики весь день ссорились и дрались. Ничто, из того, что я говорила, не производило продолжительного эффекта. (Это было до того, как я ввела систему доски и стала обучать их). Я кричала на них, отправляла по комнатам и угрожала. Я была вымотана и удручена. Они были по-прежнему «одержимы бесом» и готовы дальше изводить меня. Тогда я заставила их конфронтировать⁶ друг друга. Я знала, что это у них не получается. В этот момент сталкивались два реактивных банка. (Два магнитофона оставались играть друг для друга, в то время как Духовные Существа отсутствовали).

Я взяла два стула, и поставила их один напротив другого. «Пол, ты садись здесь. Ли, ты – здесь. Теперь, я хочу, чтобы вы сидели здесь и смотрели друг на друга. Вы не должны говорить, ни двигаться. Просто смотрите друг на друга. Когда вы начнёте, я поставлю таймер на пять минут. Хорошо? Начали».

Ну, я слышала возражения. Они готовы были делать что угодно, но не смотреть друг на друга. Ли было меньше четырёх лет, Полу было девять. Пол спорил, Ли пытался встать. Когда ему это не удалось, (я удержала его), он попытался отодвинуться на стуле. В конце концов, я выиграла, (я была больше их), и они уселись. Они немного покрутились, был пинок исподтишка и громкое «ай!». Я остановила их и, игнорируя все протесты, заново запустила таймер, включив его на пять минут.

После того как они выполнили в течении пяти минут то, что я сочла чуть лучше, чем безнадежное конфронтирование, я отпустила их.

Я рухнула на стул и начала раздумывать, правильно ли я действую. Упражнение, которое я заставила их выполнить, одно из базовых тренировочных упражнений (обычно называемых ТУ), используемых на занятиях в Центре. Это было ТУ – 0 (ноль), и оно применяется чтобы помочь человеку научиться сидеть удобно на стуле и находиться напротив другого человека без чувства неловкости и смущения.

Я начала обучать детей ТУ со спокойным, аналитическим отношением. Правда в том, что я прибегла к ним в момент полного отчаяния и в тот момент я совсем не была уверена, что действовала, думая только об интересах своих детей. Наказывала ли я их?

Несмотря на свою неуверенность, я решила продолжить использование этого метода, чтобы посмотреть, как это сработает. В конце концов, рассудила я, любой вид определённого и предсказуемого руководства, лучше чем никакого. Более того, это то, что я могла бы делать, чтобы прекратить их продолжающиеся разрушительные действия друг против друга. В следующий раз, поклялась я, я сделаю это с большей любовью и большим намерением. Им это может помочь. Я знала также, что должна объяснить им, что это была помощь, а не наказание.

С этого дня: «Хорошо, мальчики. По стульям!» -- стало привычным сигналом.

Я научилась не дожидаться, пока их стычки достигнут стадии нанесения увечий, а вводить порядок при первой размолвке.

⁶ КОНФРОНТИРОВАТЬ – быть «лицом к лицу», не избегая и без напряжения. КОНФРОНТИРОВАНИЕ – это на самом деле СПОСОБНОСТЬ спокойно быть здесь и воспринимать.

Конечно, были протесты. Иногда они даже дрались из-за того, кто на какой стул сядет. Однако я с ними не спорила. При любом другом ответе, нежели быстрое согласие, я добавляла ещё пять минут. Пока они не выучили это хорошо, они иногда мучались до 30-35 минут.

Бывали дни, когда я почти сдавалась. Возможно, это никогда не сработает. Однако, в конце концов, я поняла, что походы на стулья стали более редкими (к тому времени также была введена система доски, чтобы отмечать индивидуальные нарушения). Дом становился более мирным местом.

Я использовала эти две программы (стулья и доску), чтобы ввести дисциплину. В то же время, я начала давать ребятам больше знаний о человеческом разуме. Они узнали, что ТУ предназначались для того, чтобы помочь им НАЛАДИТЬ УПРАВЛЕНИЕ СВОИМИ «БАНКАМИ», И НАУЧИТЬСЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ОБЩАТЬСЯ ДРУГ С ДРУГОМ.

Я никогда не кричала на такие возражения, как: «Он это первый начал» или «Я ничего не сделал». Вместе с другими основами, я научила их тому, что для драки требуются двое. Невозможно драться в одиночку.

Было много приглашений выступить арбитром в их битвах, но я ни разу не попала на эту удочку. Когда «невинная жертва» приходил ко мне и пытался убедить меня в своей невиновности, я могла спросить: «Что ты сделал для того, чтобы разрешить эту ссору?» или «Что ты мог бы сделать, чтобы предотвратить это?».

На это всегда был ответ.

Поэтому, они всегда ставили стулья, когда между ними был разлад. Постепенно они научились тому, что можно избежать скандала (с тех пор это хорошо им помогало в ситуациях вне дома).

Вскоре они стали брать на себя всё больше ответственности за собственные действия. Удивительно, но после всего этого они не возненавидели меня. Они поняли цель стульев.

Однажды, я ненадолго ушла в гастроном и оставила мальчиков одних. Когда я вернулась, они сидели на стульях, на таймере оставалось ещё две минуты. Я ничего не сказала. Когда зазвенел звонок, они встали, Ли выключил зуммер, и они оба спокойно вышли играть на улицу. Я так и не спросила, что привело к такой самодисциплине. Они предприняли правильное действие. Это всё, что имело значение.

Интересно, что многим детям нравится выполнять ТУ. Многие из них посещают курсы общения для детей в наших организациях и центрах. Я часто смотрю на мальчиков и девочек, проходящих ТУ. Они обычно находят их веселыми и гордятся тем, что выполняют их хорошо.

Однажды, в выходной день к нам пришел школьный друг Пола – Девид. Пол и Ли начали небольшую перебранку, поэтому я сказала: «Ребята, по стульям».

Когда они закончили, я услышала, как Девид спросил Пола: «Значит, ты должен сидеть и просто смотреть на своего брата? Господи. Это бы убило меня!».

Пол заверил его, что это не так уж страшно. Он продолжил, объяснив принцип упражнения.

Несколькими неделями позже мы захватили Дэвида по дороге и поехали к нам домой.

Ведя машину, я услышала, как Девид спросил Пола, продолжают ли он и Ли сидеть на стульях. Пол ответил: «О, да. Когда это необходимо».

«Знаешь, я рассказал своей маме об этом, но она ничего не сделала», -- Девид вздохнул и добавил с сожалением: «Они просто продолжает кричать на нас».

Когда у детей стали лучше получаться ТУ – 0, я позволила им перейти к более сложным упражнениям иногда садясь, чтобы поработать с ними самой. К тому времени, когда мы поехали в Англию, где я проходила дополнительные профессиональные курсы, они были готовы начать официальное обучение (Ли с детьми, а Пол со взрослыми).

Нам больше уже не нужна была такая дисциплина, но иногда, для блага нового друга, мальчики с удовольствием и смехом предавались воспоминаниям о многих часах, проведённых на «Стульях». Самую тёплую моему сердцу награду, которую я когда-либо получала за мои дисциплинарные усилия, я получила несколько лет назад от Пола.

Рассказывая о своей однокласснице, он сказал: «Ей просто нужно больше дисциплины. Я думаю, некоторые люди совсем не знают, как дисциплинировать своих детей».

Затем, несколькими минутами спустя он удивил меня, сказав: «Знаешь, мам, ты даёшь нам, детям, намного больше СВОБОДЫ, чем большинство родителей». Я почувствовала облегчение и волнение. Он сам понял разницу между ДИСЦИПЛИНОЙ и НАКАЗАНИЕМ, между СВОБОДОЙ и НЕОБУЗДАННЫМ ПОТАКАНИЕМ.

Это маленькое воспоминание о пронизательности 11-летнего человека, я не променяла бы ни на что. Это была первая из многих больших побед.

ГЛАВА 4

ЦИВИЛИЗОВАННОЕ ОБЩЕНИЕ

Человек настолько мертв, насколько он не может общаться.⁷ Он настолько жив, насколько он может общаться.

Установление дисциплины в доме невозможно без хорошего общения. Ребёнок должен понимать, что вы делаете.

После классификации реактивного поведения и разработки методов быстрого установления контроля над ним, мне не пришлось тратить много времени на разговоры о плохом поведении. Мы могли использовать общение для обсуждения более созидательных тем и для создания более радостной

⁷ ОБЩЕНИЕ – обмен идеями, мыслями, концепциями и ощущениями между двумя или более людьми. Это включает воспроизведение и понимание, как со стороны отправителя сообщения, так и получателя. ОБЩАТЬСЯ – сделать известным что-либо, разделять (с кем-либо).

атмосферы в доме. Вместо того чтобы бурно рассуждать о том, как вести себя на улице, я могла проводить время, читая с детьми или разговаривая на общие интересующие темы.

Установление хорошего общения с ребенком необходимо, потому что, нравится нам это или нет, -- это основа всего того, что может сработать в воспитании этого ребенка.

Это единственный путь решения проблемы или разъяснения непонимания. Когда оно хорошо установлено, мы используем общение для обучения и руководства. Наверху, там, где уже может не быть серьезных проблем, общение – это награда за жизнь. Без этого нет ничего.

Конечно, после мрачного дня у стиральной машины большинство из нас может подумать о девяносто девяти вещах, которые мы бы лучше сделали, чем поощряющая беседа с трёхлетним ребенком. Однако, будучи в затруднительном положении (случайно ли, или по наивности), лучше находить время и силы. Хорошее общение – это лучший из известных инструментов, с помощью которого пробираются сквозь опасности отцовства и материнства.

С первых мгновений рождения ребёнка вы должны начать разговаривать с ним, открыто и часто. Вскоре после его рождения, найдите время, чтобы представиться ему. Также познакомьте его с другими членами семьи и его окружением. Это может звучать как абсурдное предложение, но если вы этого еще не пробовали, не отмахивайтесь.

Я поговорила так с Ли через несколько часов после его рождения. Я сказала ему кто я, его имя, где мы находимся, и некоторые из наших планов на ближайшее будущее. Пока я говорила, он успокоился и затих. Пока мы находились в больнице, несколько медсестёр отметили, что Ли единственный ребёнок в отделении, который не кричит во всю мощь своих лёгких за час до кормления. Когда они приходили забирать его, он всегда бодрствовал, но был спокоен. Поэтому, даже если вы не можете поверить, что маленький ребёнок понимает вас, помните о том, что вы имеете дело не с нашипгованной уткой из магазина. **Он -- Духовное Существо. В этом теле. А каждое Духовное Существо хочет общаться.**

Обращайтесь к ребенку на понятном, облагороженном языке. Хотя должно быть место играм и глупостям, беспрестанные усю-сю-сю-сю и другую несвязную тарабарщину лучше оставьте для попугаев.

Дети, участвующие в богатом общении, будут более довольными и поэтому научатся говорить раньше (и лучше).

Когда ребёнок начинает задавать вопросы (а он будет, этого не избежать), отвечайте ему честно. Не будьте туманны или остроумны за его счет.

Можно много сказать об общении, потому что оно пронизывает каждый аспект воспитания ребёнка, но сейчас я хочу выделить одну его часть.

Процессинг – применение специально разработанных процедур, для того чтобы помогать людям изменяться к лучшему. (Точное определение

процессинга таково: процессор⁸ задаёт клиенту вопрос (который клиент может понять), получает ответ на этот вопрос и подтверждает получение ответа)). Для облегчения процессинга разработан «Цикл общения в процессинге»⁹. От этого «цикла общения»¹⁰, изысканно простого и точного, частично зависят феноменальные результаты, которых мы достигаем в процессинге. Хотя строгая формальность этого «цикла общения» будет не к месту в большинстве повседневных разговоров, использование его как руководства может помочь любому из нас установить более приятные отношения с другими людьми. Замечательные результаты достигаются при использовании хорошего «цикла общения».

На самом деле, я уверена, что в Центре обучают единственному цивилизованному общению, используемому сегодня на этой планете.

В упрощенном виде «цикл общения» в процессинге состоит из вопроса, получения на него ответа и подтверждения¹¹ ответа.

Если мы не задаем вопросов в обычном разговоре, все равно большую часть времени мы получаем «ответы» или заявления от других. ОНИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ПОДТВЕРЖДЕНЫ.

ОСНОВНОЙ ОБЩИЙ НЕДОСТАТОК В ПОВСЕДНЕВНОМ ОБЩЕНИИ – ЭТО ОТСУТСТВИЕ ПОДТВЕРЖДЕНИЯ.

ПОДТВЕРЖДЕНИЕ -- ЭТО ПРОСТО СПОСОБ ДАТЬ ЗНАТЬ ДРУГОМУ ЧЕЛОВЕКУ, ЧТО ВЫ ЕГО УСЛЫШАЛИ ИЛИ ЗАМЕТИЛИ ТО, ЧТО ОН СДЕЛАЛ. САМО ПО СЕБЕ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЫРАЖАЕТ ОДОБРЕНИЕ ИЛИ НЕОДОБРЕНИЕ, ИЛИ ЧТО ЛИБО ДРУГОЕ, КРОМЕ УВЕДОМЛЕНИЯ О ТОМ, ЧТО ДЕЙСТВИЕ ИЛИ ОДОБРЕНИЕ БЫЛО ЗАМЕЧЕНО И ПРИНЯТО. «Очень мило», «Хорошо», «ОК»(англ.okey -- 1. частица.-- выражает согласие, одобрение. 2. нареч.-- хорошо, отлично) или «Я понимаю» и т.д.

Достаточно любых слов, если они дают другому человеку знать, что вы услышали его или заметили, что он выполнил что-то.

Я помню одну мать, которая рассказала мне: «Я могу говорить и говорить ребенку, а он никогда мне не отвечает. В половине случаев я не знаю, слышит ли он меня».

Да. Это особенно раздражает. **Когда мы не получаем подтверждения, это докучает большинству из нас. Потому что оставляет мысль или то, что мы сделали, висеть там во времени – незаконченным.** Однако когда я слышу жалобу, такую как эта, я узнаю кое-что о жалующейся матери. Она не дает достаточно подтверждений своему ребенку.

⁸ПРОЦЕССОР-- это человек, обученный и имеющий квалификацию в применении специально разработанных процессов и процедур к другим людям для улучшения и восстановления их врождённых способностей.

⁹ Цикл общения используемый при проведении процессинга.

¹⁰ ЦИКЛ ОБЩЕНИЯ – действие по задаванию вопроса, получению ответа на этот вопрос и подтверждению этого ответа.

¹¹ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ – сообщение, которое говорит другому человеку, что его действие признано как завершённое. Пример: «Спасибо». Само по себе ПОДТВЕРЖДЕНИЕ не обязательно выражает одобрение или неодобрение, или что-либо другое. Это уведомление о том, что действие или высказывание было замечено и принято.

Привычка цивилизованного общения воспитана примером. Я вижу некоторых родителей, дающих одно за другим указания ребенку, никогда не подтверждая выполнения какого-нибудь из них.

При таких обстоятельствах, ребенок может выработать замечательное безразличие к указаниям родителей.

Почему?

Для него жизнь стала бесконечной вереницей «начала» без «остановки».

«ЦИКЛ ДЕЙСТВИЯ»¹² состоит из НАЧАЛА, ИЗМЕНЕНИЯ, ОСТАНОВКИ какой-то конкретной деятельности. ЗАВЕРШЕНИЕ цикла действия полезно для каждого из нас (хотя этому всеми силами противится реактивный банк).

ПОДТВЕРЖДЕНИЕ ПОМОГАЕТ ЗАКОНЧИТЬ ЦИКЛ. Оно говорит: «Хорошо сделано», «Да», «Отлично» или «Конец». **Если вы хотите улучшить душевное здоровье ребенка (и его желание что-то делать), помогите ему заканчивать циклы. Когда он говорит вам что-то, подтвердите это. Когда он отвечает на ваш вопрос, дайте ему подтверждение.** (Кстати, заметьте, что он действительно отвечает на ваш вопрос, как только вы его задали). **Когда он делает что-то для вас или выполняет ваше задание, подтвердите это.**

Когда вы даёте ему задание, проследите, чтобы оно было выполнено. Это другая важная часть помощи ему в завершении циклов. **ЕСЛИ ВЫ ПОЗВОЛЯЕТЕ РЕБЁНКУ ОТГОВОРИТЬ ВАС ОТ ТОГО, ЧТОБЫ ДЕЛАТЬ ЧТО-ТО, КАЖДЫЙ РАЗ, КОГДА БУДЕТЕ ПРОСИТЬ ЕГО СДЕЛАТЬ ЧТО-НИБУДЬ, ВЫ ПОЛУЧИТЕ ЕЩЕ БОЛЬШЕ ДОВОДОВ. ЕСЛИ ВЫ НЕ ПРОСЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, ЧТО ЗАДАНИЕ ВЫПОЛНЕНО, ВЫ ПОЛУЧИТЕ ВОПИЮЩЕЕ НЕПОСЛУШАНИЕ В БУДУЩЕМ.**

Маленький ребёнок разбрасывает свои игрушки по всей гостиной. Мама просит его собрать их и положить в коробку. Он не обращает на неё внимания. Она на некоторое время выходит из комнаты. Позже она видит, что игрушки всё ещё там, и она собирает их сама. В дальнейшем эта минутная слабость будет стоить ей многих часов расстройств.

Что должна сделать мать, так это вступить в хорошее общение с ребёнком, поболтать минуту-две, прежде чем опять попросить убрать игрушки в коробку. Это нужно продолжать пока задание не будет выполнено. Ни при каких обстоятельствах, она не должна позволять этому действию оставаться незавершённым. Если у ребенка устойчивая привычка не слушаться, она должна взять его за руку, положить её на игрушку, положить игрушку в коробку и сказать: «Спасибо». Продолжать до тех пор, пока он сам не будет выполнять это действие. Может потребоваться терпение, чтобы проследить, что указания выполнены, но это упорство с самого начала, впоследствии поможет избежать большого утомления нервной системы.

Придавайте большое значение своему общению с ребенком и его – с вами.

Как только я стала использовать хорошее общение с мальчиками, они сами усвоили его. Я научила их принципам цивилизованного общения

¹² ЦИКЛ ДЕЙСТВИЯ. Под циклом действия подразумевается промежуток от начала до завершения намеренного действия.

одновременно с наставлением «пользуйся вилкой, а не пальцами». Это стало естественным для них. На самом деле, без сомнений, их общение лучше, чем их манеры за столом. Но оно более важно.

Существует технический термин для отсутствия подтверждения. Это называется «ВиО»¹³. Это просто значит, что мы не позволяем человеку закончить цикл. Если Цветочек говорит: «Мне нравится эта картошка» и мы говорим: «Хорошо» – это подтверждение. Если мы говорим: «Почему ты не ешь морковь?» – это «ВиО». **Это не значит, что мы никогда не должны упоминать морковь, но прежде чем начать новый цикл разговора, мы должны принять заявления Цветочка и закончить этот цикл общения.**

Ли узнал значение «ВиО» за долго до того как смог произнести его. В его первый день в яслях я спросила понравилось ли ему там. «Было весело, -- ответил он, -- «но эти воспитатели точно делают много Вэ и О».

Хотя его способность общаться постоянно улучшалась, были времена, когда я чувствовала, что Ли мог бы быть более вежливым. Однажды я услышала, как он кричал на друга: «Ты что даже не знаешь, что достаточно сказать мне «ОКей», когда я говорю тебе что-нибудь?»

Я была удивлена, когда воспитатель яслей упомянул замечательные манеры Ли. Я не могла представить, что бы кто-нибудь говорил это о моём неуправляемом отпрыске. Позже, я поняла, что дело должно быть в его цикле общения. Он естественно говорит «ОКей», когда ему сказали что-то и «спасибо», когда ему что-то дали.

Я не полностью осознавала редкость подтверждений, пока однажды, когда Пол был в седьмом классе он не пришёл из школы ликующим. Он рассказал мне, что после урока английского языка, учитель подозвала его к своему столу: «Пол, за сегодня я ставлю тебе три дополнительные «пятёрки».

Пол был заинтригован. У этого учителя было не легко получить «пятерку».

Она объяснила: «Сегодня три раза, когда я раздавала книги, отдавала домашние задания и пожелала вам хороших выходных, ты был единственным, кто поблагодарил меня».

Я почувствовала сильное сочувствие к этому учителю. Она, должно быть, жаждала получить подтверждение за свои усилия.

С тех пор, я не забываю, что один из самых приятных способов поддержать кого-то в своем окружении – это дать подтверждение тем, кто помогает. Или достигает чего-то, или просто продолжает хорошо делать обычную работу. Кстати, именно за эту монотонную, рутинную работу нам особенно необходимо подтверждение.

Если вы домохозяйка, представьте, как терапевтически было бы, если бы кто-нибудь поблагодарил вас за всю ту еду, которую вы приготовили, тысячи тарелок, которые вы перемыли (давайте не вдаваться в конкретные цифры), одежду, которую вы залатали и носы, вытертые вами. Ух!

Если вы -- муж, вы, возможно, не отказались бы, чтобы вам сказали, как хорошо, что вы проводите столько часов на работе ради семьи, проезжаете столько миль, чините столько сломанной техники и приносите столько зарплаты.

¹³ «ВиО» -- (аббр. для «Вопросы и Ответы»). Неудача в завершении цикла действия.

Никто из нас не будет против того, чтобы кто-нибудь замечал, что мы поддерживаем свой уголок в строении под названием жизнь.

С ранних лет ребёнок хочет делать вклад и хочет, чтобы это замечали. Поэтому, когда этот маленький двухлетний ребёнок приносит три помятых одуванчика и земляного червя, вам следует поблагодарить за этот подарок так любезно, как вы поблагодарили бы за дюжину орхидей от короля.

Глава 5.

О ЧЁМ ОБЩАТЬСЯ?

ОБЩЕНИЕ – ЭТО УНИВЕРСАЛЬНЫЙ РАСТВОРИТЕЛЬ. ОНО РАСТВОРЯЕТ ВСЁ.

В дополнение к изучению того, КАК общаться, я подчеркнула детям, что они ДОЛЖНЫ общаться.

ПРИНЦИП СЕМЬИ: КОГДА СОМНЕВАЕШЬСЯ – ОБЩАЙСЯ.

Это помогало, когда приходилось выпытывать подробности некоторых жалоб или расстройств. **Вынутые на дневной свет, такие расстройства быстро разрешались.**

Не должно быть никаких препятствий на пути общения ребёнка, так как для него это единственный способ измениться или улучшиться. Самое жестокое, что можно сделать с молодым человеком, это запретить ему говорить. Некоторые родители заставляют ребенка замолчать, так как не могут переносить постоянную болтовню. **ЕСЛИ КТО-ТО ЧРЕЗМЕРНО МНОГО БОЛТАЕТ, ТО ПРИЧИНА В ТОМ, ЧТО ЕГО ОБЩЕНИЕ НЕДОСТАТОЧНО ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ. ОН ПРОСТО ПРОДОЛЖАЕТ ПЫТАТЬСЯ БЫТЬ УСЛЫШАНЫМ.**

Если ваш ребенок постоянно перебивает или делает другие вещи, чтобы привлечь ваше внимание, он не получает достаточно правильного общения. Просто тот факт, что вы весь день находитесь с ним дома, вовсе не означает, что вы обязательно посвящаете какое-то время качественному общению.

Попробуйте дать ребенку некоторое время для непрерывного общения в его собственной манере. Он может захотеть общаться с вами, играя, читая вместе книгу, или бросая мяч. Двадцать минут, проведенных вместе за просмотром журнала, разговором о картинках и рассказах, могут полностью удовлетворить его потребность в общении, и освободить вам часы разрозненного внимания, вызванного его плохим поведением.

Если ребенок хочет сказать: «Я тебя ненавижу», позвольте ему это сделать. Дайте ему подтверждение. Он, возможно, здесь же избавится от этого.

Если он приносит домой красочный язык трусоб, узнайте, знает ли он смысл этого языка (часто он этого не знает). Объясните отношение общества к такому языку, но не запрещайте его. Скажите, что выбор остается за ним, но он (ребенок), вероятно, будет более популярен в некоторых кругах

(включающих других родителей), если не будет ИСПОЛЬЗОВАТЬ его. Если вы поступите сурово в такой ситуации, РЕБЕНОК БУДЕТ АНГЕЛОМ ПРИ ВАС, И БУДЕТ РУГАТЬСЯ, КАК ПОРТОВЫЙ ГРУЗЧИК ПРИ ДРУГИХ. Это ставит вас в положение страуса из поговорки, а это означает много песка в ушах.

Придерживайтесь политики открытого общения, особенно когда дело касается секса. Если вы не будете свободно общаться с ребенком (а он с вами) на эту тему, вы начнете терять его. Как только он достигнет половой зрелости.

У него должна быть возможность рассказать вам о первом случае, когда он мастурбировал. Лучше бы он прочитал «Великие любовники мадам Флонтинал», чем украдкой обменивался со своими товарищами позади магазина, торгующего порнографическими книгами.

Половое влечение само по себе не является источником человеческих aberrаций¹⁴, оно играет сравнительно маленькую роль в этом. В вопросах секса, особенно наносит вред та тайна и скрытость, которой он иногда окутан.

Поддерживайте линии связи с ребенком открытыми, а течение по ним – свободным.

Мои мальчики знают мое мнение почти по всем вопросам. Они также знают законы и нравы нашего общества. Но, несмотря на всё это, я оставляю для них возможность сказать мне всё, что угодно.

Поэтому, независимо от того, мирюсь я с тем, что они делают или нет, они знают, что могут свободно рассказать мне об этом.

Глава 6.

ЯВЛЯЕТСЯ ЛИ ОН ПРОБЛЕМОЙ ИЛИ ТЕМ, КТО РЕШАЕТ ПРОБЛЕМЫ.

Пол влетает в дом: «Мам, ты мне дашь разрешение дать Джери в нос?»
«Нет», -- ответила я, -- «В чем проблема?»

Он рассказал мне долгую и запутанную историю злодеяний Джери. Этот мальчик был настоящим врагом Пола. Позже я добилась, чтобы Пол прекратил всякое общение с этим мальчиком. Однако на этот раз я погрузила голову в мутную воду. Я попыталась помочь ему справиться с трудностями с Джери. Я предложила несколько альтернативных планов. Каждый из них был уничтожен и осмеян. В конце концов, начиная подозревать, я сказала: «Подожди минуту. В чем здесь конкретно проблема?»

«Я хочу получить разрешение дать ему в нос. Он напросился на это».

«Ты не хочешь разобраться со своими сложностями с ним?»

«Нет. Я просто хочу врезать ему разок».

¹⁴ АБЕРРАЦИИ – любое отклонение от рационального мышления или поведения. От лат. ABERRARE, «отходить от». Основное значение – заблуждаться, совершать ошибки, или, в более узком значении, иметь твердо установленные идеи, которые не соответствуют действительности. Противоположностью АБЕРРАЦИИ является психическое здоровье.

«ОК. Теперь я понимаю. Нет. Ты не получишь моего согласия на то, чтобы врезать ему разок. Это понятно?»

Из этого случая я извлекла несколько стоящих уроков. Во-первых, **прежде чем пытаться помочь кому-нибудь, узнай, в чем проблема.** Также, неплохо бы узнать, **существует ли только одно приемлемое «решение».** Это будет реактивное решение. То есть, это не будет рациональным решением, которое принесет наибольшую пользу всем заинтересованным сторонам. Ударить кого-то в нос – это реактивное решение.

Также необходимо удостовериться, что человек хочет избавиться от проблемы. Он может рассказывать вам о ней, но не просить о помощи. Иногда человек совершенно счастлив хранить свою проблему. Если вы допускаете противоположное, вы просто суете свой нос под пилу.

Существует несколько причин того, почему человек цепляется за проблему. **Может существовать недостаток проблем в его жизни. Или он может сохранять свою часть проблемы, потому что она служит какой-то аберрированной цели, (она может не позволять ему ходить в школу или на работу). Может быть, коммуникация касательно этой проблемы осталась незаконченной (возможно, письмо, вопрос или телефонный звонок все разрешит). Или, если человек совершил какие-то вредоносные действия против какой-то области или другого человека, у него будет проблема с этой областью или человеком.**

ЕСЛИ КТО-ТО РАССКАЗЫВАЕТ ВАМ О ПРОБЛЕМЕ, НЕ ЗАБЫВАЙТЕ О СИЛЕ ПРОСТОГО ПОДТВЕРЖДЕНИЯ.

Дочка-подросток говорит: «Не думаю, что я пойду на вечеринку, я боюсь, что никто не пригласит меня танцевать».

Здесь вы должны сказать: «Хорошо».

Это может быть концом проблемы. Она сказала вам свое реактивное решение не идти на танцы.

ОДНО ПРОСТОЕ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ЕЙ ЗАКОНЧИТЬ ЦИКЛ ЭТОГО РЕШЕНИЯ И БУДЕТ БОЛЕЕ СТОЯЩИМ, ЧЕМ ДЮЖИНА ПОПЫТОК РАЗУБЕДИТЬ ЕЁ.

После того как мне стали известны некоторые ловушки, я разработала хитрые методы, когда кто-нибудь из мальчиков приходил ко мне с проблемой. **Иногда «Хорошо» разрешало ситуацию. Если нет, я спрашивала, наполовину насмешливо: «Эта проблема служит какой-то цели?» или «Ты уверен, что хочешь, чтобы она решилась? Я не хочу отбирать что-то ценное».**

Таким образом, без труда, точка была поставлена. Вскоре они перестали рассказывать о проблемах, если только не хотели какой-то помощи.

Однажды, во время первого полугодия в средней школе Пол сказал: «У меня есть проблема, и я хочу решить её».

«Хорошо. Что это за проблема?»

Он рассказал мне, что одного из его учителей раздражало то, что несколько учеников устраивали шумные ссоры каждый раз, стоило ему выйти из класса. Чтобы решить это, учитель начал наказывать весь класс, давая дополнительные задания. Его доводом было то. Что негодяи почувствуют себя

виноватыми за то, что являются причиной этой дополнительной работы для других, и исправят своё поведение.

Пол и я оба знали, что преподаватель действует исходя из неверного предположения. Понятно, что эта ситуация требовала большего общения. «Но», -- сказал Пол, -- «Я не хочу, чтоб выглядело так, что я знаю больше, чем знает он».

Я попросила Пола подумать о том, что он хотел бы сказать учителю. В конце концов, он разработал план, который ему понравился. Он пошел к себе и набросал петицию, предлагающую посадить «ненарушителей» на одной стороне класса, а хулиганов – на другой. Дополнительные задания должны даваться только тем, кто причинял беспокойства. Ученики «хорошей стороны» будут поддерживать порядок, и голосовать за переход на свою сторону изгнанных, когда их поведение улучшится.

На следующий день, Пол собрал подписи на своей петиции и передал её преподавателю. На учителя произвела впечатление инициатива Пола. Когда они разговаривали, Пол нашел возможность сказать: «Знаете, я не думаю, что эти ребята почувствуют вину из-за того, что другие получают дополнительную работу. Они так не думают».

После небольшого раздумья, преподаватель сказал: «Да. В этом ты прав».

Преподавателю так понравились логика и усилия Пола, что он немедленно отменил свой метод массового наказания. Хотя он и не ввел план разделения класса, он начал справляться с детьми более эффективно. Что касается Пола, его миссия была выполнена.

Я была этим довольна. В то время как остальные жаловались на несправедливость, Пол был единственным, кто верил, что ситуацию можно исправить и принял для этого меры.

ЕСЛИ ВЫ ПОПЫТАЕТЕСЬ ПОМОЧЬ КОМУ-НИБУДЬ, У КОГО ПРОБЛЕМ НЕМНОГО, ВЫ ТАКЖЕ БУДЕТЕ ИГРАТЬ С НЕУДАЧЕЙ. ПРИРОДА ЧЕЛОВЕКА ТАКОВА, ЧТО ОН ХОЧЕТ ИМЕТЬ НЕСКОЛЬКО ПРОБЛЕМ. ОНИ СОЛЬ СУЩЕСТВОВАНИЯ, БЕЗ НИХ ЖИЗНЬ БЫЛА БЫ СЛИШКОМ ЛЕГКОЙ.

Как-то я знала одну одинокую соседку. Её муж много работал, у них не было детей и было немного интересов, занимавших её время. Однажды она начала пространно рассказывать мне о своей большой проблеме с собакой. В конце концов, я предложила то, что могло бы мгновенно решить её проблему. На это она выпалила: «Вы не понимаете».

Она была права. Я не понимала. **Хотя мне не нужна была проблема с собакой, ей она была нужна. Я пыталась забрать у неё одну из её проблем, которых у нее и без того было немного.**

Каждому человеку жизненно важно для собственного благополучия иметь надлежащее количество проблем.

Кто-то однажды сказал: **ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ, ЧТОБЫ РАБОТА БЫЛА ВЫПОЛНЕНА, ДАЙТЕ ЕЁ ЗАНЯТОМУ ЧЕЛОВЕКУ. ЕСЛИ ВЫ ДАДИТЕ ЕЁ ЧЕЛОВЕКУ, У КОТОРОГО СЛИШКОМ МАЛО ДЕЛ, ОН ВОЗЬМЕТСЯ ЗА РАБОТУ, И БУДЕТ БЕСПОКОИТЬСЯ, СУЕТИТЬСЯ И ПРЕУВЕЛИЧИВАТЬ**

ЕЁ СЛОЖНОСТЬ, И БУДЕТ СОПРОТИВЛЯТЬСЯ ЕЁ ОКОНЧАНИЮ. ЛИБО ОН МОЖЕТ ТАК К НЕЙ НИКОГДА И НЕ ПРИСТУПИТЬ.

ВАЖНО, ЧТОБЫ РЕБЕНОК БЫЛ ЗАНЯТ НАСТОЛЬКО, ЧТОБ ЭТО УДОВЛЕТВОРЯЛО ЕГО ЖЕЛАНИЕ БОЛЬШОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Для описания общего накопления непредусмотренных происшествий в окружении индивидуума, мы используем слово «ПРОИЗВОЛЬНОСТЬ»¹⁵.

Сколько незапланированной работы возникнет сегодня? Сколько дополнительных писем придется написать? Сколько непредусмотренных телефонных звонков или визитеров будет сегодня? Всё это величина ПРОИЗВОЛЬНОСТИ на этот день. Однажды я объяснила произвольность Полу, рассказывая, что «положительная произвольность» значит, что происходит больше, чем ты можешь вынести или справиться. «Отрицательная произвольность» – это состояние, при котором, происходит слишком мало действия, чтобы поддерживать твой интерес. «Оптимальная произвольность» - это достаточное количество деятельности, чтобы жизнь оставалась приятной.

Оптимальная произвольность у каждого человека своя.

Когда один человек чувствует себя наилучшим образом, имеет много дел (занятый оператор коммутатора), другой под таким напряжением спятил бы.

Как-то вечером я готовила ужин, одновременно читая рецепт, приглядывая за мясом, и разговаривая с мальчиками. Когда зазвонил телефон и пришёл рассылный из газеты, чтобы забрать статью, я сказала: «Вот, это...»

«...положительная произвольность», -- закончил Пол.

Я обратила особое внимание Пола на проблему «отрицательной произвольности», потому что это обычное дело для большинства молодых людей.

«Например», - сказала я, - «Предположим, что вы с ребятами сидите и ничего не делаете. Вам скучно. Вам не нравится скучать. Так? Поэтому вы пытаетесь найти, чем бы заняться. Теперь, если вы справитесь с этим аналитически, вы найдете что-нибудь созидательное или веселое. С другой стороны, если вы решаете это реактивно, вы начнете дразнить или приставать к кому-то и вскоре один из вас разозлится, в конце концов, начинается драка, и кто-то может вернуться домой пораненным.

Так что из скуки вы можете подняться или опуститься. В любом случае, вы просто пытаетесь решать проблему «отрицательной произвольности».

Несколькими днями позже я услышала, как он вводит это в действие со своими друзьями. Они играли в его комнате в «монополию». Игра начала становиться скучной, и ребята шумели. Когда это произошло, Пол сказал: «Хорошо, ребята. Кончайте. Идёмте, поработаем над нашим фортом».

Если вы встречаете человека, который всегда опаздывает и всегда занят, вы знаете, что он находится в состоянии положительной произвольности и

¹⁵ ПРОИЗВОЛЬНОСТЬ – отношение непредсказуемого движения к предсказуемому движению.

Оптимальная произвольность: с точки зрения человека, все что имеет в себе подходящее количество движения или неожиданности, которое он способен вынести.

Отрицательная произвольность. Все, что имеет в себе слишком мало движения, по сравнению с тем, которое человек способен вынести.

Положительная произвольность. С точки зрения человека, все, что имеет в себе слишком много движения или неожиданности, по сравнению с тем, которое он способен вынести.

обычно нерасторопен. Он берёт на себя больше, чем может справиться, и не в состоянии закончить задания или ввести порядок в своём окружении.

Человек, который мало занят, часто соскальзывает в реактивные решения. Он может волноваться из-за небольшого недомогания, закатывать грандиозные скандалы или пытаться создать неприятности вокруг себя. Вы увидите это явление у скучающей домохозяйки, у человека со скучной работой и у неактивного ребенка.

НЕКОТОРЫЕ ПОДРОСТКИ ВЫГЛЯДЯТ ЛЕНИВЫМИ. ОНИ ПРЕНЕБРЕГАЮТ СВОИМ ДОМАШНИМ ЗАДАНИЕМ И РАБОТОЙ ПО ДОМУ. ОБЫЧНО У НИХ ПРОСТО НЕДОСТАТОЧНО ЗАНЯТИЙ, ЧТОБЫ ПРОСНУЛАСЬ ИХ АКТИВНОСТЬ.

Я помню одного подростка, который приходил в наш Центр на несколько часов каждую неделю для прохождения курса. Вскоре он стал приходить чаще, чтобы помочь нам в работе. Однажды мать мальчика сказала: «Забавно, у нас больше нет проблем добиться, чтобы Билл сделал что-нибудь. Он занят больше, чем когда-либо, но он делает своё домашнее задание сразу после школы и помогает по дому более охотно».

Я никогда не испытываю сожаления по поводу молодого парня или девушки, которые должны работать, я испытываю жалость только к тем, кому нечего делать. Для его собственного душевного равновесия, следите, чтобы ребёнок был достаточно занят. Никогда не отнимайте у него права работать и делать свой вклад в любой доступной ему форме.

Родителям следует приспособить свои жизни, чтобы достигнуть «оптимальной произвольности». Если они слишком заняты, они будут пренебрегать своими детьми, а также и другими своими задачами. Если они недостаточно заняты, они часто становятся чересчур придирчивыми и критичными к своим детям. («Мэри, я не думаю, что тебе следует встречаться с Пэри», «Мери, прекрати чистить свои ногти», «Мэри, ты не правильно сидишь на стуле»). **Это попытка создать какие-нибудь проблемы, там, где их слишком мало.**

Пол научился легко распознавать проблемы с произвольностью.

Однажды, заскучавшая соседка-домохозяйка сделала замечание Полу и его друзьям за какое-то незначительное нарушение. Один из друзей спросил Пола: «Что с этой старой бабой?».

Пол ответил: «О, она просто страдает от «отрицательной произвольности».

«Что это, новое заболевание?»

«Нет. Недостаток проблем. Ей нечем себя занять».

Глава 7

БЕЗОПАСНО ЛИ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ РАЗГОВАРИВАТЬ С ВАМИ?

ОБЩАТЬСЯ ИЛИ НЕ ОБЩАТЬСЯ?

Если человек общаясь, попал в такую конкретную неприятность, тогда, конечно, он должен прекратить общаться. Но это неправда. Если человек имеет неприятности общаясь, он должен продолжать общаться. **Больше общения, а не меньше – вот ответ.**

Однажды вечером, после того как я прочитала лекцию, ко мне подошел мужчина и спросил: «Ваши люди много говорят о том, чтобы вступать в общение. Вот, хотел бы я посмотреть, как бы вы проделали это с моим сыном. Он мне и слово-то едва говорит. Большую часть времени он угрюмый и если я пытаюсь втянуть его в разговор, он просто дает мне уклончивые ответы или уходит в свой собственный выдуманный мир. Я не знаю, что с ним делать. Подростки все такие?»

К сожалению, слишком многие. Почти невозможно, взяв в руки современную прессу, не увидеть там статью о проблемах преступности несовершеннолетних, бросивших школу или подросткового бунта.

Ученые, психологи и педагоги, применяя свои знания к вопросу о наших бунтующих подростках, похоже, соглашаются, что большинство проблем возникает из-за недостатка общения между подростками и взрослыми. Но на этом они и останавливаются. Я ищу, но не нахожу статью, объясняющую что делать по поводу этого недостатка общения. Они предлагают серьезно звучащие, но ничего не значащие банальности. (Например: «Следует понимать, что этот переходный период является для подростка периодом замешательства и непостижимым явлением. Нужно приложить больше усилий, чтобы разделить сложность его жизни в этот период...»).

Они верно диагностируют болезнь, но не могут предложить настоящего лечения, и нет даже слабого проблеска в отношении того, что является её причиной.

Я узнала причину и средство избавления в Центре.

Причина уходит корнями в привычку родителей плохо слушать. Выздоровление приходит только с хорошим общением: СЛУШАТЬ, ПОНИМАТЬ, ДАВАТЬ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ. Без «ВиО» (то есть, быть готовым получить его общение, ничего к нему не добавляя).

Разговор, который считается сегодня вежливой беседой в обычном доме, офисе, школе или вечеринке, редко когда бывает более чем всеобщей свалкой мастеров «ВиО». Почти каждое замечание, которое делает человек, тотчас кем-нибудь опровергается, изменяется, исправляется или подвергается сомнению. Все это формы светского «ВиО».

Чтобы не вступать в «ВиО», необходима дисциплина и твердый характер, чтобы просто принимать общение другого человека (заметьте, пожалуйста, что я сказала «ПРИНИМАТЬ», это не обязательно означает «СОГЛАШАТЬСЯ»).

На самом деле, подобные проявления были бы неуместны на вечеринке. Если бы вы были единственным среди группы, кто по-настоящему слушает, вы были бы слишком популярны. Все бы столпились вокруг вас, чтобы что-нибудь рассказать, это было бы вам в тягость. Вас бы быстро заперли в углу и отрезали от подносов с закуской.

«ВиО» же с ребенком – смертельно

В самом начале у нас открытая, чистая линия общения, она свободная и жизнерадостная. Однако, если мы неправильно её используем, она растягивается, становясь длиннее и тоньше по мере того, как ребёнок взрослеет. Когда он достигает подросткового возраста, она отстреливает назад, как резинка. Озадаченные родители остаются с болтающимися обрывками в руках.

Вот пример результата, который дает НЕ вступление в «ВиО». Бывало, Ли шел спать, резвился там немного, а потом приходил ко мне и говорил: «Мам, я не могу уснуть».

«Хорошо» – всегда отвечала я.

И в течение следующих двух минут он всегда засыпал.

Это происходило почти каждую ночь в течение пяти лет. Время от времени, няня заводила разговор о проблемах со сном у Ли. Я знала, что в таких случаях она считала, что утверждение Ли «не могу заснуть» означает, что она должна что-то сделать (включить свет, почитать сказку, дать ему воды). **Подобные лишние действия просто помогали поддерживать в действии механизм «не могу заснуть».**

Вот одно из заслуживающих внимание открытий об уме и общении человека -- **ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК СМОТРИТ НА ЧТО-НИБУДЬ В СВОЕМ РЕАКТИВНОМ УМЕ И ТОЧНО И ПРАВДИВО ОПИСЫВАЕТ ЭТО КОМУ-НИБУДЬ, ЭТА ВЕЩЬ ТУТ ЖЕ ПЕРЕСТАЕТ ДОСТАВЛЯТЬ ЕМУ НЕПРИЯТНОСТИ, ПРИ УСЛОВИИ, ЧТО ОН РАССКАЗЫВАЕТ ЭТО ТОМУ, КТО ТОЧНО ВОСПРОИЗВЕДЁТ ЕГО КОММУНИКАЦИЮ И ПОДТВЕРДИТ ЕЁ.**

Дети инстинктивно пытаются избавиться от того, что их беспокоит, рассказывая об этом маме или папе.

Маленькая дочь говорит: «Я боюсь темных окон». Мама ошибочно пытается переубедить её: «Тут нечего бояться, дорогая, это глупо».

Поэтому ребенок застревает там. Он все равно боится темных окон. **Подтверждение не сможет найти и справиться с источником его страха (который находится раньше), но оно могло бы отключить его.** А если нет, по крайней мере, оно говорит «я понимаю». Если ребенок хочет оставить включенным свет, чтобы рассеять свои страхи, маме нужно оставить его включенным. Единственная вещь, которую маме не следует делать, это говорить ребенку, что бояться не надо.

Это не работает.

К этому моменту вы, наверное, уже понимаете, что существует бесчисленное количество способов, которыми мы можем отдалить ребенка, не принимая его общение. Но наиболее разрушительным (для него) – это не принять его признание в совершении оверта.¹⁶

Что такое «оверт»? Все что мы делаем (или не делаем), что вредит другому. (Проступок).

Билли отбирает игрушку у своей сестры. Это оверт (проступок). Билли не открывает дверь своей сестре, когда она снаружи плачет и не может достать до дверной ручки. Это оверт (проступок). В первом случае он делает что-то. Во втором, он не заботится о том, чтобы сделать что-то. Оба в результате приводят к тому, что сестра расстраивается.

ВЫ СДЕЛАЕТЕ ОЧЕНЬ МНОГО ДЛЯ УВЕЛИЧЕНИЯ БЛАГОПОЛУЧИЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА, ЕСЛИ СДЕЛАЕТЕ БЕЗОПАСНЫМ ДЛЯ НЕГО ГОВОРИТЬ С ВАМИ, БЕЗОПАСНЫМ ДЛЯ НЕГО РАССКАЗЫВАТЬ ВАМ СВОИ ОВЕРТЫ И, ТАКИМ ОБРАЗОМ, ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ НИХ, ПО МЕРЕ ТОГО, КАК ОНИ СЛУЧАЮТСЯ. ОН БУДЕТ ПЫТАТЬСЯ ДЕЛАТЬ ЭТО, БУДУЧИ ЕЩЁ МАЛЕНЬКИМ, И ИМЕННО ТОГДА РОДИТЕЛИ СОВЕРШАЮТ СВОИ ПЕРВЫЕ ОШИБКИ.

Маленький мальчик играет на пляже. Он подходит к маме и говорит: «Я ударил ту девочку по голове».

Если мама очень мудрая, она скажет: «Спасибо, что рассказал мне об этом».

ВОТ И ВСЕ.

Если это обычная мама, она скажет: «Зачем, ты, гадкий мальчишка её ударил. Ты никогда не должен бить маленьких девочек. За это ты получишь хорошую взбучку».

Ребёнок получает это сообщение. **НЕ ТО, ЧТО ОН НЕ ДОЛЖЕН БИТЬ МАЛЕНЬКИХ ДЕВОЧЕК. ОН ЭТО И ТАК ЗНАЛ. А ПОНЯЛ ОН ВОТ ЧТО: «Я не должен рассказывать маме, когда я делаю что-нибудь плохое, потому что я получу взбучку».**

Таким образом, эта мама **НЕПРЕДНАМЕРЕННО** совершает один из первых шагов, чтобы сделать **НЕБЕЗОПАСНЫМ** для её сына говорить с ней. Вскоре он станет «висхолдировать». Он никому не будет говорить о своих проступках.

ВИСХОЛД (Withhold -- утаивать, умалчивать, удерживать, не раскрывать) – что-то, что держится в тайне. Именно висхолдирование оверта (утаивание проступка) является причиной того, что кто-то притягивает «мотиватор».

МОТИВАТОР – (см. стр. 28).

Если вы каждый раз бьёте собаку, когда входите в дверь, то собака скоро научится прятаться, как только услышит, что вы входите в дверь. **Если вы наказываете ребенка за общение, то он научится останавливать его.**

Вам может быть интересно (и совершенно справедливо), как ребенок научится отличать хорошее от плохого, если мы просто будем говорить «ХОРОШО» на всё, что он делает? Это часть нашей работы в качестве

¹⁶ ОВЕРТ (Англ. Overtact). Намеренное вредоносное действие (или бездействие) против другого. То, что вы делаете сами, но вы не хотите, чтобы это сделали вам.

родителей. Естественно мы должны учить его приемлемому поведению в нашем обществе. Если мы видим, что он делает что-то разрушительное или причиняющее вред другим, мы вмешиваемся, останавливаем его и объясняем, почему так делать не хорошо. Принимать его признания – это не то же самое, что закрывать глаза на оверты. Важно делать здесь различие. **Всеми средствами останавливайте оверты; НО НЕ ОСТАНАВЛИВАЙТЕ ЕГО ОБЩЕНИЯ.**

Помните, что ребёнок в своей основе хороший, и он не хочет создавать плохие эффекты на других. Он действительно хочет одобрения и восхищения. Все мы хотим этого.

Когда он действительно создает плохой эффект, он может исправить его. Он показывает вам свои душевные раны, так же, как показывает вам своё ободранное колено. Он хочет, чтобы вы помогли улучшить это. И теперь, вы бы не стали бить по его ободранному колену молотком, не так ли?

Давайте возьмём подростка, о котором упоминалось в начале этой главы. Он не разговаривает со своими родителями. Они не уверены, где он пропадает всё время, что делает и кто его друзья. Неужели вы действительно думаете, что он не знает точку зрения своих родителей на предмет вождения автомобиля, воровства, выпивки и морального поведения? Конечно знает (если только он не глухой, немой и слепой последние двенадцать лет его жизни). Он также знает приемлемые нравы своего общества, и знает взгляды своих преподавателей и религиозных лидеров. В его жизни так много наставлений типа «поступай хорошо», что он, скорее всего, сыт ими по горло. Позвольте мне заверить вас, ему не нужно ещё одно наставление.

Ему нужно УХО, которое может понять. Ему необходимо знать, что ещё не слишком поздно исправить его ошибки и проступки прошлого. Он не желает разговаривать со своими родителями, потому что он знает, что они не способны принять его общение без «ВиО».

После успешного процессинга многих подростков, я могу вам сказать, что никогда не было необходимости говорить кому-нибудь из них, что он делает что-то неправильно. Они сами говорили мне это. И чувствовали себя прекрасно, после того, как рассказывали об этом.

Другой вопрос, который задают родители, таков: -- если вы просто принимаете оверты ребёнка, не угрожая и не критикуя его, не будет ли он думать, что можно спокойно пойти и опять совершить те же оверты?

Нет. Он будет постепенно улучшаться. После того, как он избавился от овертов, он почувствует себя чистым и захочет оставаться таким столько, сколько это возможно. Вы не можете полностью стереть непреодолимое влечение совершать оверты. Для этого требуется процессинг. Однако вы будете удерживать его от накопления овертов, а это чрезвычайно важно.

Во время моего обучения был очень большой приток студентов из Швеции. Каждую неделю прибывала дюжина новых шведов, чтобы пройти нижние ступени ¹⁷ процессинга, проводимого студентами Центра. Они были

¹⁷ СТУПЕНЬ состоит из серии процессов, которые проводятся с человеком с целью достижения особого состояния – релиза (которое имеет место, когда человек отделяется от своего реактивного ума или от некоторой его часть).

добрыми, приятными людьми. Но очень многие из них принимали наркотики, или ЛСД, или курили марихуану. Политика Центра запрещает процессировать кого-либо, кто принимает наркотики, поэтому необходимо было направлять таких студентов в наш отдел «Этики»¹⁸, где их тщательно знакомили с этой политикой. Иногда приходилось ждать некоторое время, чтобы их допустили на наши линии процессинга.

Насколько я знаю, ни один из этих студентов не принимал наркотики, после того как был принят в Центр. Наоборот, они успешно проходили курсы. Сейчас они серьёзно работают над тем, чтобы выручить своих друзей дома.

Я помню одного из них, веселого, девятнадцатилетнего парня, которому я проводила процессинг, вскоре после того, как он прибыл в Центр. Через некоторое время он уехал в Швецию, затем снова вернулся в Центр, чтобы продолжить процессинг и обучение. За несколько месяцев, проведенных дома, он заработал деньги, вступил в компаньоны с друзьями, купил меблированный дом, чтобы обеспечить доход, и набрал 115 своих друзей для поездки в Центр на обучение.

Его манера обсуждения технологии восстановления способностей человека не была общепринятой, но была эффективной. Он говорил своим друзьям: «Парень, ты должен попробовать эту Технологию. Забудь марихуану. Вот процессинг – это настоящий кайф».

Этот парень компенсирует все прошлые проступки. Теперь он исправляется и занимается тем, что помогает своим друзьям сделать то же самое.

Не беспокойтесь о том: «**ЧТО ВЫЙДЕТ ИЗ ЭТОГО РЕБЕНКА?**» Вместо этого сосредоточьтесь сначала на том: «**ЧТО С НИМ ПРОИЗОШЛО?**»

ВЫ НЕ МОЖЕТЕ С УВЕРЕННОСТЬЮ ПРЕДСКАЗАТЬ БУДУЩЕЕ ЧЕЛОВЕКА, ПОКА НЕ ОЧИСТИТЕ ЕГО ПРОШЛОЕ.

Иногда, когда вы видите ребёнка совершающего какое-либо разрушительное действие, хорошей идеей будет дать ему способ уравновесить или скомпенсировать его.

Если он сломал что-нибудь, позвольте ему починить, убрать или заменить это.

Несколько лет назад, я была свидетелем того, как дети моей подруги заимели привычку разрисовывать стены цветными карандашами. Хотя она шлёпала их, ругала и пыталась добиться чего-то угрозами, стены комнаты регулярно разрисовывались.

Несколько лет спустя, я зашла в свою гостиную и нашла Пола, выражающего себя в настенных росписях, книга для раскрашивания лежала в стороне. Он со страхом посмотрел на меня. Я не стала делать ему замечания, но бросила ему мимоходом: «Я вижу ты раскрасил стены. Ладно, потом я дам тебе вымыть их».

Я дала ему ведро и губку. Это было нелёгкой работой, и он несколько раз обращался за помощью. Однако я настояла на том, чтобы он самостоятельно

¹⁸ ОТДЕЛ ЭТИКИ – это отдел, который справляется с любым человеком, чьё поведение или состояние сдерживает его продвижение (или продвижение других) в процессинге, обучении или руководстве.

закончил эту работу. Время от времени **я подбадривала его**. После этого он решил не следовать более этой форме изобразительного искусства.

Несколько лет спустя, Ли также стал комнатным Микеланджело. На один день.

Когда мы жили в Англии, одна маленькая трёхлетняя девочка, которая жила в том же доме, зашла ко мне в гостиную, чтобы навестить меня. Бегая вокруг, она налетела на кофейный столик и опрокинула сахарницу. Напуганная, она побежала из комнаты. Я позвала её обратно и сказала: «Теперь убери это».

В течение следующих нескольких минут она сгребала сахар в свои тоненькие ручонки и бегала к мусорному ведру. Через некоторое время, она торжественно заявила: «Я закончила».

«Прекрасно. У тебя хорошо получилось».

Она была довольна, что её случайный оверт был стерт. И, что мы остались друзьями.

В ходе многочисленных исследований было выявлено то, что мы называем **«ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОВЕРТ – МОТИВАТОР» (последовательность, в которой кто-то, кто совершил оверт, должен утверждать о существовании мотиваторов. Эти мотиваторы затем могут быть использованы для оправдания дальнейших овертов. МОТИВАТОР – это оверт, сделанный человеку. Мотиватор имеет тенденцию уравновешивать оверт, который совершил сам человек. Это больше чем просто не желательный случай. Он будет управлять некоторыми ситуациями, чтобы разрешить их. Однако ему нужен мотиватор, чтобы уравновешивать оверты, поэтому единственное, что он будет делать, это жаловаться об этом и ничего не будет предпринимать, чтобы это исправить).**

Происходит это так:

- 1) Мы совершаем что-нибудь нехорошее по отношению к какому-нибудь человеку или какой-либо области жизни.
- 2) Затем происходит что-нибудь нехорошее по отношению к нам со стороны этого человека или этой области. И мы начинаем обвинять этого человека или жаловаться на сложившиеся обстоятельства, при этом ничего не предпринимая для исправления или улаживания ситуации. Мы удерживаем её, для того чтобы оправдать оверт, который мы сами до этого совершили. И можем использовать её для того, чтобы оправдать дальнейшие оверты по отношению к этому человеку или этой области жизни.

Я стала более внимательна к тому, чтобы заставлять мальчиков рассказывать мне свои оверты и висхолды.

Был один незабываемый вечер.

Пол был раздражён и критичен целый день (симптом О/В), поэтому, вечером я взяла его к себе в кабинет, чтобы поговорить. Спустя некоторое время было установлено, что он что-то висхолдировал. Он сказал: «Я не скажу ни тебе, ни кому-нибудь ещё».

Мягко, но твёрдо, я сказала: «Ты скажешь».

Было не легко вытянуть тот первый висхолд. Это заняло у меня целый час, но в следующий раз для него это уже не было на столько тяжело. (Между прочим, наш кодекс не позволяет раскрывать личные секреты, рассказанные нам. Пол, возможно, разрешил бы на этот раз сделать исключение, но в любом случае мы оба уже забыли что это было).

Пока мы увязали в его тяжёлой душевной борьбе, я поняла одну вещь, которая с тех пор помогала мне вытягивать тысячи овертов у обучающихся всех возрастов: не важно что он сделал и не важно как неистово он пытается это утаить, **КАЖДОЕ ДУХОВНОЕ СУЩЕСТВО НА САМОМ ДЕЛЕ ХОЧЕТ БЫТЬ РАСКРЫТЫМ!**

По мере того, как мальчики больше узнавали о последовательности овертов и мотиваторов, они наблюдали вокруг себя это явление в действии. В результате они стали весьма дотошными в отношении того, чтобы их собственные О/В (оверт/висхолд) были прочищены.

Однажды вечером я отправила Ли спать, сказав ему, что он может взять с собой два печенья, чтобы перекусить. Позже я зашла, чтобы пожелать ему спокойной ночи. Он лежал с виноватым видом.

«Лучше я расскажу тебе мой оверт», -- сказал он, -- «Я взял три печенья вместо двух».

Не успела я ему дать подтверждение, как он добавил: «О, мам, я уже получил свой мотиватор. Я бежал, чтобы спрятаться в постели с печеньями и ударился ногой о комод и поранил её».

Я убеждена, что мы никогда не сможем угрозами и наказаниями заставить детей «исправиться». Эти методы широко используются. Растущий уровень преступности, правонарушений, наркомании и заполненные тюрьмы демонстрируют их неработоспособность.

Самый эффективный метод, который я знаю, это помочь нашей молодежи очистить прошлое. И в такой же мере важно подавать хороший пример, повышая наши собственные стандарты этики и честности. Я обнаружила, что самые большие свои победы в обращении с детьми, я получила после того, как прочистила свои собственные оверты против них. (Такие как, например, невнимательность, или нетерпеливость, или неразумное наказание.)

Неудивительно, что ребенок принимает притворство, как нормальное поведение, если он видит, как его родители и другие взрослые в его окружении нарушают законы, лгут своим друзьям и выставляют мотиваторы.

Мы редко когда слышим, чтобы кто-нибудь говорил: «Я сделал ошибку на работе и у меня проблемы с начальником».

Гораздо чаще мы слышим: «Мой начальник настоящий ... Он никому не нравится».

Мы можем услышать множество причин, почему человек не продвигается по службе, почему он не зарабатывает больше денег, или, почему он не продал товар. И совсем не часто мы слышим истинную причину его трудностей: **он совершил оверт на этой работе.**

ВИСХОЛД – ЭТО СИЛА. ИМЕННО НАКОПЛЕНИЕ ВИСХОЛДОВ СЖИМАЕТ НАШИ ЛИЦА, И ИЗ-ЗА НИХ МЫ ВЫГЛЯДИМ СТАРШЕ.

ИМЕННО ВИСХОЛД ЗАСТАВЛЯЕТ НАС КРИТИКОВАТЬ ДРУГИХ. ИМЕННО ВИСХОЛД ДЕЛАЕТ ТАК, ЧТО МЫ НЕОХОТНО ОБЩАЕМСЯ. И, В КОНЦЕ КОНЦОВ, ИМЕННО ВИСХОЛД ПРИТЯГИВАЕТ К НАМ НЕСЧАСТЬЯ.

По заведенному порядку, если кто-либо из мальчиков, кажется, притягивает к себе множество проблем или чрезвычайно критичен, я говорю: «Похоже на то, что у тебя какие-то оверты». Они смотрят, находят и рассказывают о них, после чего чувствуют себя великолепно.

Если вы действительно хотите помочь вашему ребенку, не давайте одурачить себя его мотиваторами, даже если они звучат очень разумно.

Однажды, когда мы жили в Англии, Ли пришел ко мне очень расстроенный. Он одолжил другу замок и ключ. Друг потерял ключ и был вынужден сломать замок. Выглядело так, будто он действительно был настоящей жертвой. Его щедрость была вознаграждена небрежностью и разрушением. Однако я не стала сочувствовать. Я спросила его: «А что ты мог сделать, чтобы притянуть этот мотиватор?»

Через минуту раздумья, его рот стал медленно растягиваться в улыбку: «Помнишь тот шиллинг, который ты нашла на кровати позавчера? Ты спросила меня, не мой ли он. Ну вот, я не был на самом деле уверен, что он мой, но все равно взял его».

Это было концом его жалоб о сломанном замке. На следующий день, его друг купил ему новый замок. (Кстати, Ли дал мне разрешение рассказать эту историю.)

Когда мальчики подросли, у них развилось умение отличать тех людей, **кто был менее реактивен**, чем обычный человек.

Весной 1966, они встретились с Джоном МакМастером. Он был первым человеком, который прошел весь путь оригинальной технологии до самой вершины, до наивысшего состояния бытия, которое когда-либо было известно человеку.

В Джоне мальчики нашли своего героя (и я тоже). Здесь, собственной персоной, был самый сильный человек в кругу наших знакомых. Он был умен, но непретенциозен. Человек бесконечной теплоты и понимания.

После этой встречи я была рада видеть, что на мальчиков так сильно повлиял такой достойный человек. Теперь я знала, что Пола и Ли никогда не сойдут с пути крутые ребята, с которыми они могут когда-нибудь столкнуться. Те, кто попытается получить их содействие в мелком воровстве или будут подстрекать их начать курить марихуану. Они будут знать, что под этим «капюшоном» на самом деле находится реактивный, слабовольный человек.

Теперь, когда у мальчиков были более сильные цели, они укрепили решение совершать меньше овертов.

Они заставляют меня держаться настороже.

Однажды мы вместе пекли печенье, и я стала жаловаться на одного из моих друзей: «Как вообще он может так поступать? Меня это просто бесит».

На это, мой маленький шестилетний мудрец, со скукой в голосе, сказал: «У тебя, конечно, против него оверты».

Глава 8

ПАЛКИ И КАМНИ.

« Ты, неуклюжий дурак!» – вопил дядя Раздражение, -- «Ты рассыпал все детали. Мы теперь никогда не соберём часы».

Мортимер взбежал по подвальной лестнице и пробежал через гостиную, где я болтала с его матерью. Слезы бесшумно катились по его щекам, когда он вошел в комнату.

«О, дорогой», -- сказала его мать, -- «У него всегда возникают неприятности с его дядей, а он так старается помочь».

«И часто это происходит?» – спросила я.

«Ну, я боюсь, он довольно неуклюжий».

«Нет, я имею в виду не это. Часто его называют «неуклюжий»?»

Она подумала. «Да. Часто. Мортимеру нравится чинить что-нибудь, но мой брат становится очень нетерпеливым и критичным. Понимаешь, он не привык к маленьким». Мы немного поговорили об этой ситуации. Моя подруга спросила, не могу ли я что-нибудь посоветовать. «Да», -- тут же ответила я, -- «Помоги своему брату найти другое место проживания».

После этого я посоветовала, чтобы она и её муж сосредоточились **на восстановлении у мальчика уверенности в себе**. «Позвольте ему дальше ремонтировать вещи, но игнорируйте незначительные происшествия, хвалите его за всё, что он делает хорошо. Продолжайте ободрять его».

Несколько недель спустя моя подруга позвонила мне: «Ты не поверишь...»

Конечно, я поверила ей, но мне доставило большое удовольствие услышать о потрясающих улучшениях в её сыне. «Да ведь он справляется с самой тонкой работой. Ты знаешь, он, в конце концов, не такой уж и неуклюжий».

Дети дразнят друг друга старой поговоркой, которая утверждает, что «...слова никогда не навредят мне»¹⁹.

Это неправда. Сказанное слово может быть так же разрушительно, как палки или камни, и оно гораздо коварнее.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ОСЫПАЕТ РЕБЕНКА УНИЗИТЕЛЬНЫМИ СЛОВАМИ, В ГНЕВЕ ИЛИ В ШУТКУ, ОН МОЖЕТ НАВЯЗАТЬ РЕБЕНКУ САМУЮ НЕЗАВИДНУЮ РОЛЬ.

Особенно опасны фразы «Ты...»; такие как «Ты – неосторожный», «Ты – никто иной, как лентяй» или «Ты – тупой». Почему? Потому что у него есть реактивный ум.

Специфическая характеристика реактивного ума в том, что он пойдет, с гипнотической покорностью, туда, куда мы направляем его. Упомянув что-нибудь, можно рестимулировать²⁰ реактивный ум.

¹⁹ С англ. «Sticks and stones can break my bones, but names will never hurt me» – «Палки и камни могут сломать мне кости, но прозвища – никогда».

²⁰ РЕСТИМУЛИРОВАТЬ: приводить в действие что-либо в реактивном уме (вызвать заново, расшевелить, подключить).

Когда мы называем нежелательные характеристики, мы обесцениваем²¹ Духовное Существо и восхваляем реактивный ум. Неловкий ребенок станет более неловким, ленивый ребенок станет ещё ленивее, бестолковый ребенок будет проявлять большую бестолковость.

Самый лучший способ вызвать плохое поведение – это НАЗЫВАТЬ плохое поведение. Чтобы помочь ребенку, мы направляем его внимание на те вещи, которые он делает хорошо и на те вещи, которые мы разрешаем ему делать.

Мы не направляем его внимание на его ошибки и на недопустимые действия.

Тётя приводит маленького племянника в свою комнату и важно произносит: «Так, дорогой, ты можешь играть чем угодно в этой комнате, но ты не должен трогать эту вазу. Она очень ценная, поэтому НЕТ, НЕТ, НЕТ».

И теперь племянник, если у него всё в порядке с глазами и ушами, напрямик отправляется к запретной вазе. НЕ ПОТОМУ, ЧТО ЕЁ СДЕЛАЛИ ЗАПРЕТНОЙ, А ПОТОМУ ЧТО ТЁТЯ НИ НА ЧТО, КРОМЕ ЭТОЙ ВАЗЫ, НЕ НАПРАВИЛА ЕГО ВНИМАНИЕ.

ЛУЧШИМ СПОСОБОМ ЗАЩИТИТЬ СВОЮ ВАЗУ, БЫЛО БЫ ПРОИГНОРИРОВАТЬ ЕЁ, НАЙТИ НЕСКОЛЬКО ИНТЕРЕСНЫХ БЕЗДЕЛУШЕК И СКАЗАТЬ ЕМУ, ЧТО ОН МОГ БЫ С НИМИ ПОИГРАТЬ.

Несколько лет назад я наблюдала классический случай подобного неправильного обращения. Ребенку было тринадцать месяцев, и он только учился ходить. Он был в восторге от своих новых возможностей. Занятый изучением новинок, которые теперь находились в пределах его досягаемости, он был особенно зачарован кофейным столиком с его набором интересных безделушек. Однако, когда он дотрагивался до какой-либо из них, его мать шлепала его по рукам и делала ему замечание: «Нет. Это тебе нельзя».

Это не особенно его отпугивало. Он снова тянулся. Она снова шлепала его. Этот маршфон продолжался в течение всего моего пребывания.

Никто из них так и не выиграл эту битву. Мальчик вырос, мать продолжала шлепки и вопли, а он продолжал оказывать сопротивление. К тому времени, когда он достиг подросткового возраста, он имел за спиной внушительный список несчастных случаев и неудач. Она продолжала упоминать о несчастных случаях, и его реактивный ум услужливо продолжал следовать её указаниям: «Вот видишь, я же говорила тебе, что ты упадешь с дерева. Вот, теперь у тебя, наверное, сломана рука».

Очевидно, что есть что-то неправильное в методе, при котором ребенку делают выговор за то, что он проявляет любопытство и интерес к своему окружению.

Я видела другую пару современных родителей, которые решали такую ситуацию совершенно по-другому. Когда их дочь научилась ходить по дому, они очистили каждый стол и полку в пределах её досягаемости.

²¹ ОБЕСЦЕНИВАТЬ: 1) Ослаблять, критиковать или делать неправым.

...2) Опровергать, принижать, дискредитировать или отрицать что-то, что кто-то другой считает действительным.

Единственными объектами, доступными для ребенка, были её собственные игрушки. Мне было чрезвычайно интересно посмотреть, как это будет работать. На первый взгляд казалось, что все в порядке. Однако в действительности это превращало весь дом в детскую. Это может быть довольно неудобно для остальных. Когда я посещала этот дом, я находила, что не могу воспользоваться пепельницей, или поставить чашку с кофе, или положить сумочку. **Ребенка склоняли поверить в то, что все в пределах её досягаемости принадлежало ей.**

К тому времени, как Пол и Ли достигали исследовательского возраста, я выбирала середину и вводила в практику **систему направления внимания.** Когда он подходил к какому-нибудь объекту, я позволяла ему взять его, говоря ему, как он называется. Когда он был удовлетворен, я ставила этот предмет обратно на стол и давала ему что-нибудь другое или направляла его внимание на игрушку. Хотя опасные предметы были удалены из нижней зоны, я решила, что некоторыми принадлежностями комфортной жизни нужно пользоваться совместно с детьми. Ни один из них не представлял для меня особой ценности, чтобы я не могла рисковать возможной поломкой. Таким образом, столы остались нетронутыми, с растениями, фарфоровой посудой и расставленными повсюду статуэтками. **Эти предметы не были запретными, так как на них не направлялось внимание. Я никогда не шлепала мальчиков по рукам, и они вскоре потеряли интерес к моим вещам. Между прочим, ни одна из них так и не была сломана.**

ЕСЛИ ВЫ СЧИТАЕТЕ, ЧТО ЧТО-ЛИБО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ОПАСНО, УБЕРИТЕ РЕБЕНКА ОТ ОПАСНОСТИ, ИЛИ УБЕРИТЕ ОПАСНОСТЬ ОТ РЕБЕНКА, НО НЕ СИДИТЕ ТАМ, И НЕ НАЗЫВАЙТЕ ОПАСНОСТЬ.

ЕСЛИ ВЫ НАМЕРЕВАЕТЕСЬ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ УЛУЧШИТЬ ЕГО СПОСОБНОСТИ, НАПРАВЬТЕ ВАШЕ (И ЕГО) ВНИМАНИЕ НА ТО, ЧТО ОН МОЖЕТ ДЕЛАТЬ, И ПОМОГИТЕ ЕМУ ДЕЛАТЬ ЭТО ЛУЧШЕ.

Многие родительские беспокойства лучше было бы оставлять невысказанными. Вместо того чтобы сказать мальчику, чтобы он был осторожен и не ушибся, играя в футбол, вы могли бы больше ему помочь, если бы сказали: «Удачной игры. Я желаю тебе выиграть».

Если вы находите необходимым напомнить ребенку что ему нельзя делать (а такие дни бывают), всегда добавляйте к этому, что ему можно делать. Таким образом вы не оставите его внимание направленным на негативное действие.

НАЗЫВАЙТЕ ТО, ЧТО ВЫ ЖЕЛАЕТЕ ПОЛУЧИТЬ, ПОТОМУ ЧТО ВЫ ПОЛУЧИТЕ ТО, ЧТО ВЫ НАЗЫВАЕТЕ, ХОРОШЕЕ ИЛИ ПЛОХОЕ.

ЧТО ТАКОЕ УВЕРЕННОСТЬ ?

...уверенность сама по себе это понимание. Неуверенность – это НЕЗНАНИЕ. Когда кто-нибудь сомневается, он просто не знает. Он не уверен. Люди, которые ЗНАЮТ, уверены. Люди, которые не знают, верят в удачу.

Ребёнок сидит на своём высоком стуле, радостно поедая банан. Мать над раковиной на кухне чистит картошку. Хлопает входная дверь. На кухню вбегает отец. «О, ты здесь. Тогда где же машина?»

«У неё кончился бензин» – отвечает Мама, -- «Я оставила её у аптеки».

Отец, теперь раздраженный, говорит: «Когда ты, наконец, поймешь, что когда счетчик показывает «Пусто», машине нужен бензин?»

«А ты», -- кричит Мать, -- «ведь это ты потратил вчера весь бензин». Битва продолжается, их голоса становятся громче и яростнее.

Ребёнок, с широко открытыми от недоумения глазами, хмурится и начинает плакать. Забытый банан шлёпается на пол.

Для Матери и Отца ссора скоро закончится и они, возможно, посмеются над ней позже. Однако на Ребёнка это воздействует гораздо серьезнее. Почему? Потому что **предсказуемость его окружения неожиданно рушится. Это угрожает его уверенности. Его родители превратились в злых незнакомцев. Они поглощены своей собственной игрой, и эта игра исключает его. Он больше не знает чего ожидать.**

Даже младенец (который может не понимать слова ссоры) почувствует эмоции. Это рестимулирует его реактивный ум и он будет расстроен.

Для любого человека (и особенно для маленького ребенка) **уверенность – это предсказуемость. Младенец должен знать, что его родители здесь и что они будут здесь, пока он зависит от них.**

Предотвращение расстройств важно для здравомыслия ребёнка. Непредсказуемые происшествия рестимулируют реактивный ум. Слишком большое их количество будет причиной того, что ребёнок будет чувствовать себя неуверенно.

Маленькая трёхлетняя Дженни бежит к своей маме с распростёртыми объятиями: «Я люблю тебя, мамочка».

Мать, не отрываясь от письма, говорит: «Не мешай мне сейчас, дорогая».

Дженни ожидала, что её любовь примут и ответят тем же, но её отвергли. Может показаться, что это незначительный случай, но он может оставить глубокий след.

Дженни идёт и говорит Мамочке, что её кукла спит. Мамочка всё ещё занята и игнорирует общение. Ещё одна возможная рана.

Мама ведёт Дженни в магазин. Дженни говорит: «Но мне не нравится это платье».

«Послушай, это прекрасное платье, дорогая. Оно тебе понравится».

Дженни ожидала, что Мама поймёт и согласится с ней по поводу платья. Но Мама не поняла.

Чтобы уменьшить расстройства, делайте предсказуемые поступки и принимайте во внимание готовность ребёнка. Для того, чтобы маленький ребёнок чувствовал себя безопасно, его нужно держать в тепле и он должен быть хорошо накормлен. Также ему необходимо, чтобы за ним ухаживали, говорили с ним и замечали его.

Не оставляйте его играть в опасном окружении. Большое количество детей срочно доставляют в больницы на промывание желудка, после того как они что-нибудь проглотили. Подобные предметы не должны быть доступны ребёнку. Вдобавок к физическому повреждению, это ослабляет его уверенность в том, что он будет невредим в окружении, которое он считает безопасным.

Не выбрасывайте ничего из принадлежащих ребёнку вещей без его разрешения. Я говорю это, несмотря на то, что знаю -- что вы, скорее всего, найдёте в карманах мальчика во время стирки. Однако мы возвращаемся не в тех кругах, чтобы понять истинную ценность осколка мрамора, высушенной змеиной кожи, двух крышек от бутылок и какой-нибудь радиодетали.

Если семья что-то круто меняет, например, переезжает в новый дом или перевозит к себе жить Бабулю, ребёнку нужно заранее объяснить все детали.

Если ребёнку предстоит посетить новое место (ясли, детский сад или поездка на каникулы) ему нужно всё подробно описать. Пусть он знает чего ожидать.

Если вы собираетесь оставить ребёнка с кем-нибудь, скажите ему об этом заранее. Некоторые родители в этом отношении настоящие трусы. Они нанимают сиделку и незаметно ускользают, пока она отвлекает ребёнка. Это жестоко, так как у ребёнка обычно случается истерика, когда он обнаруживает отсутствие родителей. Это может быть причиной того, что у ребёнка разовьётся большое беспокойство по поводу потери своих родителей. Он никогда не знает, когда они могут исчезнуть. Он может начать подозрительно относиться к каждому гостю.

Если вы говорите ребёнку, что вы уходите, и он начинает плакать, всё равно уходите. Большинство детей перестаёт плакать, как только ваша машина выезжает из гаража. Подобное поведение означает, что вы были непредсказуемы в прошлом, или ребёнок думает, что **слёзы могут заставить вас передумать.**

Есть, также, такая вещь как неуверенность в определении своего местоположения. Если ребёнка сильно кружить по комнате и внезапно посадить, он будет дезориентирован. Большинство детей любят много двигаться, но, если ребёнок выглядит сбитым с толку или напуганным, не делайте так.

Ни одного ребёнка нельзя заставлять делать или говорить что-то, чего он стесняется. Многие заблуждающиеся родители настаивают на том, чтобы маленький Мямля сыграл на пианино, прочитал свою поэму или «Расскажи Миссис Равнодушие эту милую историю».

Действия под принуждением могут сделать его менее уверенным в себе. **Также не заставляйте ребенка проявлять эмоцию, которая нереальна для него.** Если он не хочет целовать Тётю Агату, не заставляйте его делать это.

Говорите ребёнку правду. Если он обнаружит, что вы лгали ему о чём-то, вы станете для него непредсказуемы. Если есть что-то в семье, что расстраивает взрослых, об этом нужно рассказать ребёнку. В противном случае он может почувствовать, что он и есть причина этого беспокойства или раздражения. **Ребёнок может поглотить огромное количество правды, не бойтесь давать её ему.**

Иногда ребёнок беспокоится по поводу чего-нибудь в будущем. Это можно уладить при помощи общения. Обнаружьте, чего он не понимает.

Однажды Ли сказал мне, что он никогда не женится. Он добавил, что не знает, как завести себе подружку или что нужно ей говорить. Мы это обсудили, и я ответила на все его вопросы. Неделью спустя он рассказывал мне о четырёх своих подружках. С таким гаремом я решила не беспокоиться о его способности ладить с девушками, когда он достигнет брачного возраста.

Часть предсказуемости – это помочь ребёнку научиться вносить вклад в выживание семьи и заботиться о самом себе. Он повышает уверенность, получая доверие. Он получает доверие, обучаясь делать многие вещи.

Не надо заботиться о ребёнке до такой степени, чтобы он не знал как позаботиться о самом себе.

Вместо того чтобы суетиться вокруг него каждое утро: «Дай-ка я застегну твоё пальто. А где твоя шапка? Не забудь надеть варежки», просто позвольте ему одеться так, как он сам это делает.

Если он простудится по дороге в школу, он быстро научится как надо хорошо одеваться.

Получив немного уверенности в себе, в один прекрасный день ребёнок будет сам вас успокаивать, как Ли, когда он только начал ходить в детский сад. Он сказал мне, что ничего страшного, если я пойду за покупками и не вернусь домой к тому времени, когда он вернётся из датского сада. Он не будет обо мне беспокоиться. «Всё равно», -- добавил он, -- «я знаю, что ты когда-нибудь вернёшься, и я знаю, где ты хранишь печенье».

Вот последний пункт по предмету предсказуемости. Раньше я удивлялась, почему некоторые дети плачут, когда им делают прививки. Из моего опыта я знала, что они не были болезненными. Возможно, решила я, что это была просто их непредсказуемость. Чтобы проверить эту теорию, я подготовила Пола к его первым прививкам, когда ему было три месяца. Пока доктора не было в комнате, я сказала Полу, что доктор воткнёт иглу «вот сюда». Я поставила свой ноготь на его руку, ткнула им несколько раз, пока он не привык к ощущению в этой области. Когда вошёл доктор и сделал укол, Пол смотрел с непринуждённым интересом. Ни потрясения, ни слёз, ни удивления.

Я успешно использовала это до тех пор, пока ему не исполнилось шесть. Однако в это время ему сделали укол, который он не ожидал он орал в ужасе и продолжал орать ещё некоторое время. Это был первый раз, когда он чувствовал укол как «боль». Более двух лет спустя, он всё ещё ёжился от страха, если думал, что ему может снова понадобится укол.

Позже, ради него и ради самой себя, я устранила его страх, справившись с этим инцидентом в сессии процессинга (определённый период времени, в течении которого проводился процессинг).

Я использовала тот же метод с Ли. А он – такой авантюрист – заключил сделку с медсестрой, которая в последний раз делала укол.

Она весело пообещала дать ему леденец, после того как сделает ему укол. Он усмехнулся ей (как карточный шулер с заряженной колодой) и сказал: «А за два леденца, и даже не буду плакать».

Глава 10

СПОРЫ, ПРИПАДКИ И СЛЁЗЫ

Задира начинает кричать в ярости, оттого, что не может получить печенье.

Дерзила начинает рыдать, когда платье не налезает на её куклу.

Маленькая Плакса убегает и прячется в чулане, когда звонят в дверь.

Мама стоит посреди этого домашнего хаоса и думает о самоубийстве.

Папа выглядит спокойным, но ему хочется всех поубивать.

Это всё – реактивные эмоции. Они реальны, они неконтролируемы и, несмотря на видимый повод, они не адекватны ситуации.

Обученный специалист описал бы эти реакции как определенные места на Эмоциональной Шкале Тонов²² (смотри неполную Шкалу Тонов в конце этой главы). Шкала Тонов – это последовательность эмоциональных реакций (или тонов) простирающихся от самого нижнего уровня выживания (Апатия) до высокого (ДЕЙСТВИЯ).

Эта Шкала была разработана после нескольких лет исследований и наблюдений. Было обнаружено, что когда у человека тяжёлая потеря или расстройство, он «падает» в низкий тон. По мере того как ситуация улучшается или человек справляется с расстройством, он «поднимается» вверх через определённые, постепенно улучшающиеся реакции до своего обычного диапазона тонов. Именно поэтому пункты на шкале находятся в определённом порядке. Номера, присвоенные каждому тону, не важны.

Индивидуум «колеблется» вверх и вниз по Шкале в зависимости от того испытывает ли он счастье или несчастье. Однако большую часть времени он находится в конкретном тоне и этот тон оказывает влияние на его действия и мысли о жизни. **Фактически, его тон – это его «точка зрения на жизнь».**

Если бы вы изучили материалы по Шкале Тонов, вы бы нашли её весьма полезной. Встретив нового человека, вы могли бы в течение нескольких секунд определить его тон и сразу же узнали бы о нём очень многое. Вы бы узнали, насколько хорошо он работает, о чём он обычно говорит, что может его рассмешить, как он будет реагировать на новую идею, точно ли он передаёт информацию, как он обращается с людьми, и насколько сильно его

²² ШКАЛА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ТОНОВ -- шкала, измеряющая здравомыслие и соотносящая различные факторы поведения, эмоции и мысли с уровнями на шкале.

любят. Знание Шкалы Тонов может помочь вам в выборе друга или делового партнёра (как начальника, так и служащего).

Чтобы понимать эмоциональные реакции вашего ребёнка, изучите эту таблицу и отмечайте его положение на ней или последовательность реакций. Человек, находящийся высоко на Шкале Тонов (высоко-тонный), более живой, он вносит вклад в выживание находящихся рядом с ним. Более низко-тонный²³ человек менее жив и он разрушителен для своего окружения. Разделяющая линия – это 2,0. Выше этой точки человек аналитичен большую часть времени, он вносит вклад в жизнь. Он пытается быть успешным. Ниже 2,0 человек всё более и более реактивен и пытается всё остановить. Он берётся за работу с таким пессимизмом, что обычно терпит неудачу.

В обращении с детьми помогает понимание их эмоциональных тонов и их последовательности. Если сейчас он плачет, а через минуту сердится, он поднимается по тону. Если эти эмоции идут в обратном направлении, он опускается.

То как вы справляетесь с каждым тоном, зависит от вашего собственного мастерства и подвижности на шкале. Я могу дать только несколько правил.

Не пытайтесь урезонивать реактивный тон. Это автоматический механизм. Если вы усядетесь и будете спорить с проигрывателем, вы получите примерно такой же результат. **Вы можете игнорировать реактивный тон, давать ему подтверждение, понимать его, но не спорьте с ним.**

Не осуждайте человека за тот тон, в котором он находится, это просто одежда, которую он сегодня одел.

Большинство индивидуумов «оседают» во всё более и более низких тонах, по мере того как они становятся старше. Дети очень часто скачут вверх и вниз по тонам. Хотя мы не можем устранить их низкие тона не проведя процессинг настоящей причине (реактивный ум), мы можем многое сделать, чтобы улучшить тон ребёнка.

Если вы замечаете, что определённое окружение, условия, человек или слова вызывают у малыша любое из низко-тонных проявлений, сделайте что можете, чтобы устранить эти рестимуляторы.²⁴ Если он боится, когда ему нужно идти в подвал, не заставляйте его идти туда одного. Когда младенец плачет, попробуйте покормить его. В девяти случаях из десяти он окажется голодным, и он просто не хочет ждать. Если ребёнок выходит из себя, когда кто-нибудь дразнит его (в том числе и взрослые в шутку), не позволяйте происходить подобным шуткам.

Ни вы, ни другие не должны нарочно давить на «кнопки»²⁵ ребёнка. То есть, не говорите и не делайте то, что рестимулирует реактивный банк. Когда мы находимся с кем-то в близких отношениях, мы быстро узнаём какие слова

²³ НИЗКО-ТОННЫЙ -- отношение или действия человека в диапазоне 2,0 или ниже на Эмоциональной Шкале Тонов. Человек ВЫСОКО-ТОННЫЙ -- когда его эмоциональное положение выше 2,0 на Шкале Тонов.

²⁴ РЕСТИМУЛЯТОР -- что-либо в окружении человека, что в достаточной степени похоже на что-нибудь в его реактивном уме, и таким образом является причиной того, что часть реактивного ума приходит в рестимуляцию, «включается».

²⁵ «КНОПКА», «КНОПКИ» --темы, слова, фразы, предметы или области, которые могут быть легко рестимулированы у человека словами или действиями других людей, и которые вызывают у него неудобство, смущение или расстройство или заставляют его неудержимо смеяться

или ситуации включают у него определённые эмоции. Мы знаем, как заставить его заплакать или рассердиться или испугаться. **«Нажимать на кнопки» – это безответственное и низко-тонное поведение само по себе.**

Если какой-нибудь тон хронически рестимулирован («кнопка нажата» очень сильно), человек может постоянно впадать в этот тон. Если он часто сталкивается с ситуациями, которые пугают его, он, в конце концов, станет робким и осторожным во всём.

Обычно, низкие тона автоматически включаются от источника неизвестного индивидууму. Однако ребёнок может перенять определённый тон, потому что он «решает» ситуации в его окружении.

Если вы НЕ хвалите ребёнка, когда он делает что-нибудь весело и хорошо, но РЕАГИРУЕТЕ, когда он делает что-то низко-тонное, ребёнок НАЧНЁТ ЧАЩЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ НИЗКИЕ ТОНА, ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ПРОИЗВЕСТИ ЭФФЕКТ.

Маленький, возбуждённый мальчик вбегает в дом: «Мама, грузовичок с мороженым едет! Можно мне мороженого?»

«Нет. Не сегодня»

Ребёнок падает до Антагонизма («Я хочу, почему нельзя?»). Мама всё равно говорит «Нет», тогда он начинает злиться. Если мама будет стоять на своём, он будет продолжать падать по тонам. Он может попытаться польстить ей, говоря, какая она хорошая Мамочка, он может предложить ей что-нибудь, умолять о сочувствии, лить слёзы и, в конце концов, опуститься в Апатию.

Если Мама придерживается своего решения и игнорирует это театральное представление, ребёнок скоро оправится (успокоится) и поднимется обратно вверх по шкале. Но, если она сдаётся на любом пункте этой линии, ребёнок вскоре усвоит этот тон, для того чтобы использовать его в будущем. Если слёзы дают стаканчик мороженого, он будет плакать, когда захочет что-нибудь. Если Мама шлёпает его за то, что он злится, но сдаётся, когда он притворяется хорошим, он будет находиться в тоне 1,1 -- Скрытая Враждебность, чтобы одержать над Мамой победу.

Мы отступаем перед тоном, к которому у нас меньше всего терпения. И, таким образом, по иронии, мы создаём то самое окружение, которое больше всего нас беспокоит. Если вы не можете терпеть слёзы, вы будете реагировать на них. Поэтому, когда ребёнок хочет оказать на вас воздействие, он плачет.

ТАКИМ ОБРАЗОМ, ЖИЗНЬ ОПУСКАЕТСЯ ПО НИСХОДЯЩЕЙ СПИРАЛИ, КОГДА ДВОЕ ЛЮБЯЩИХ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ВСЁ БЛИЖЕ ПОДВОДЯТ ДРУГ ДРУГА К СУМАСШЕСТВИЮ.

Отметьте место, где вы уступаете. На какой эмоции вы сдаётесь, награждая или проявляя какое-либо внимание (даже в форме наказания)?

Если вы редко реагируете на ребёнка (не замечаете его, не обращаете на него внимания, не общаетесь с ним, игнорируете его), пока он не становится шумным и беспокойным, со временем вы обнаружите, что у вас шумный и беспокойный малыш. Если вы никогда не проявляете свою любовь, пока он не заболит или поранится, у вас потенциальный инвалид.

На нашем прошлом месте жительства Пол играл со своим другом, сыном наших соседей, который обычно находился в Антагонизме или Скуке. Время от времени мама звала его домой или просила сбежать по поручению. В этом случае он тут же начинал ныть (тон 0,9 – Сочувствие (см. Шкалу в конце главы)). Его голос и манера поведения менялись. Трудно было узнать в нём того же самого мальчика, который резво играл несколько минут назад. Это, очевидно, был самый лучший способ справиться с Мамой. Можно предсказать, что когда этот мальчик вырастет и женится на девушке, которая будет **напоминать** его Мать, он «застрянет» в хроническом Сочувствии.

Когда имеешь дело с ребёнком, хорошо бы помнить одну из Аксиом:

АКСИОМА 10. ВЫСШАЯ ЦЕЛЬ В ЭТОЙ ВСЕЛЕННОЙ – ЭТО СОЗДАНИЕ СЛЕДСТВИЯ.

Вы обнаружите, что каждый пытается создать следствие. В основном мы все хотим создать хорошее следствие. И больше всего мы ищем восхищения и одобрения нашим усилиям. В этом весь ребёнок, вытворяющий всякие штуки вам напоказ, лезущий на дерево или играющий в бейсбол. Он хочет, чтобы вы восхищались тем, что он делает. Ваше одобряющее общение – это его «плата».

Если ребёнку не удаётся получить восхищения или одобрения, он всё равно будет пытаться создавать следствие. Он может просто стараться быть замеченным – обратить на себя внимание. Он может вести себя шумно или сдержанно. Он может носить странную, крикливую одежду или поражать необычной причёской.

Потерпев неудачу в иных эффектах, он может на самом деле стремиться получить наказание. Он всё ещё пытается создать какое-нибудь следствие. Для запущенного ребёнка, даже порка всё же лучше, чем когда его полностью игнорируют. **Никому из нас не хочется чувствовать, что никто не знает о нашем существовании или, что никому нет до этого дела.**

Одна моя подруга была на вечеринке, где группа взрослых решила пошутить над ребёнком, притворившись, что они не замечают его. Они по очереди смотрели мимо мальчика и говорили: «А где Билли? Интересно, куда он мог пойти?»

Сначала ребёнок улыбался и весело кричал: «Я здесь».

Однако несколько минут спустя, он понял, что всё равно «невидим» для них. Он резко упал по шкале, стал бить их, требуя, чтобы его увидели. В конце концов, он просто сел и заплакал.

Это выглядит жестоко и бесчеловечно. Так и есть. Однако в некоторой степени многие из нас поступают так в отношении ребёнка, только в более утончённой манере. **Когда мы не «видим» его высоко-тонных действий или способностей, но замечаем только ошибки, мы никогда не даём подтверждения Духовному Существо.** Это всё равно, как если бы мы сказали: «Тебя нет. Есть только твой банк».

Важно различать является ли эмоция подходящей к данному случаю. Например, было бы совершенно неестественно, если бы ребёнок не чувствовал горя при серьёзной потере или, если бы стоял спокойный и расслабленный перед несущимся на него автомобилем. Также, из-за

реактивного банка, ребёнок может испытывать горе при потере какой-нибудь безделушки, потому что это рестимулирует более раннюю и более серьёзную потерю. Он может бояться кошки, потому что рестимулирует более ранний страх. В подобных случаях, дайте подтверждение, что вы понимаете его чувства. **Никогда не говорите ребёнку, чтобы он не плакал, когда он в горе или чтобы он не боялся, когда он в страхе.**

Просто следите, чтобы у него не входило в привычку использование низких тонов, чтобы добиться вашего внимания или сочувствия. Если он плачет из-за того, что вы не даёте ему печенье, игнорируйте это и позвольте ему подняться обратно по Шкале. Давайте печенье только когда он весел и в хорошем расположении духа. Если он впадает в гнев из-за того, что вы не помогаете ему собрать игрушку, игнорируйте этот гнев и подождите, пока он не сможет попросить о помощи в разумной манере.

Время от времени кто-нибудь из мальчиков пытался использовать со мной низкий тон, чтобы получить то, что он хотел. Когда это происходило, я просто говорила: «Ты же знаешь, что этот тон не заставит меня передумать».

В основном я непоколебима в отношении правил в семье. Это предотвращает большое количество пререканий и повышает уважение к дисциплине. Однако я стараюсь сохранить некоторую гибкость в отдельных решениях, которые я официально объявляю. Были случаи, когда я понимала, что я была более реактивна, чем мальчики. Поэтому, если они подходили ко мне и предлагали решение, которое было более высоко-тонным, чем моё, я выслушивала их.

Однажды я не разрешила Полу пойти на встречу Молодёжной Группы в Центре из-за какого-то проступка дома. После того как я высказала своё решение по этой теме, мы узнали, что Молодёжная Группа должна была посетить местную радиостанцию. Он не хотел пропускать этот визит, и я сожалела о своём решении, но, вместе с этим, я не хотела ослаблять дисциплину.

В день запланированной поездки Пол подошёл ко мне: «Мам, мы можем возобновить переговоры по поводу поездки Молодёжной Группы?»

«Да».

«Вот. Я бы хотел заключить соглашение. Если ты позволишь мне поехать, я буду сам готовить себе обеды и приносить тебе в постель завтрак в течение недели».

Так как он исправлял эту ситуацию в высоко-тонной манере (и так как я любила завтрак в постель), я приняла его предложение в обмен на отмену наказания. Как мать могла бы отказаться от подобного соглашения?

Тот факт, что ребёнок может быть более высоко-тонным в некоторых вопросах чем я, продемонстрировал Ли, когда ему было четыре года. Была весна. Вода в озере была ещё холодной, и я наказала мальчикам не ходить купаться, пока не потеплеет. Однако, в один из дней, соблазн оказался непреодолимым для Ли. Он играл на пляже. Сначала он промочил свои ноги, затем и брюки. Вскоре он умудрился упасть в воду. И, так как он был уже мокрый, ему осталось только немного поплавать.

На следующий день я сказала ему, чтобы он целый день оставался дома. Он сказал: «Хорошо» и уселся играть со своими грузовиками. Некоторая моя реактивность, однако, была не удовлетворена таким лёгким согласием. Я сказала: «Ли. Ты наказан за то, что вчера купался».

Он спокойно на меня посмотрел. И с достоинством очень мудрого Духовного Существа сказал: «Я не наказан».

Когда он вернулся к своей игре, я испытала досаду и восхищение. Он соглашался следовать моим правилам по этому предмету, но он не соглашался чувствовать себя униженным. Я думаю, у нас часто бывает такая возможность выбора.

Глава 11

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И РАССУДИТЕЛЬНОСТЬ

Какая огромная сила воли требуется от родителя, чтобы не давать ребёнку нескончаемые потоки указаний.

«Никогда не ходи туда больше. Слышишь? Никогда. Никогда. Никогда!»

Я трясла Пола за плечи и кричала на него. Он был сбит с толку и напуган моей яростью. Затем я поняла, что делаю что-то не то. Я отпустила его. Мне нужно было подумать.

Через дорогу протекала небольшая река, с высоким берегом, большими камнями и быстрым течением. Полу было запрещено подходить близко к этому месту. Теперь же, когда ему почти исполнилось пять лет, набравшись безрассудной смелости, он пошёл со своими друзьями на эту реку. За последнюю неделю это было уже во второй раз. Я не могла понять подобного вопиющего непослушания, это было так непохоже на него.

Рассмотрев эту ситуацию, я решила, что это было **сверх-покровительство** с моей стороны. Я вернулась, чтобы поговорить с ним. Я объяснила ему, что собираюсь возложить на него ответственность за его безопасность. Я сказала ему, что, если он хочет жить и вырасти, он должен научиться видеть опасные ситуации и избегать их, или справляться с ними. Я напомнила ему, что, если он хочет играть рядом с этой рекой, меня не будет рядом, чтобы помочь, если что-нибудь случится. На этом мы и порешили. И за четыре года, что мы жили в этом районе, не случилось ни одного происшествия связанного с этой рекой.

Я получила ценный урок из этого случая. Гораздо лучше дать понять ребёнку, что он ответственен за своё собственное выживание, чем продолжать создавать **неосуществимые** правила, регулирующие его поведение.

Сегодня я бы поняла эту ситуацию гораздо лучше чем в то время. Его желание пойти с друзьями, и исследовать новые места было естественным и необеррированным. Я, со своими страхами и сверх-покровительством, была под влиянием реактивного ума. Это была попытка банка (моего) остановить Духовное Существо.

Насколько бы это не действовало на нервы, мы должны позволять ребёнку делать его собственные ошибки, если это необходимо для того, чтобы научиться.

Время от времени я говорила мальчикам: «Помните, это ваше тело. Вы в ответе за его выживание».

Это общее напоминание было более ценным, чем тысячи правил. Ребята мало-помалу приобретали хорошую рассудительность, потому что они пользовались своей. А не моей.

Спустя несколько лет произошёл случай, который может быть хорошей иллюстрацией к этой теме. Мы переехали в новый дом с видом на озеро. Пол отлично плавал и знал правила безопасности на воде. Ли же было меньше трёх лет, и он ещё не умел плавать.

Вскоре после того как мы обосновались, я взяла Ли на местный пляж. Там была женщина с ребёнком примерно такого же возраста. Она держала его на мелководье, оберегая и постоянно предостерегая его.

Я решила позволить Ли самому пойти в воду без единого слова предостережения. На мне был купальник и я села на пляже, готовая помочь, если будет необходимость. Он стал играть и плескаться. Спустя некоторое время он продвинулся немного глубже. Прежде чем он понял это, он оказался в слишком глубоком месте и ушёл под воду, я уже готовилась кинуться ему на помощь, когда он снова поднялся, отплёвываясь водой, но на твёрдом грунте. Вскоре он вышел ко мне на берег и сказал: «Мне в нос попала вода».

«Ясно».

Он пошёл обратно. Несколько минут спустя он нырял и пытался плыть. Больше он не заходил слишком глубоко.

Вскоре после этого, другого маленького мальчика (которого хорошо оберегали) вытаскивал с глубины инструктор по плаванию из Красного Креста. Видимо, по недосмотру, он ускользнул от своей матери и опрометчиво нырнул в глубокую воду, которая накрыла его с головой.

Если мы пытаемся слишком сильно защищать ребёнка, он зависит от нас больше, чем от себя. И тогда у него нет возможности развить хорошую рассудительность и ответственность.

Иногда я сильно удивляюсь, когда слышу, как родители уже почти выросших детей, всё ещё дают такие советы и указания (**обычно не принимаемые во внимание**), которые я перестала давать Ли сразу после раннего детства. Родители, которые продолжают говорить подросткам, когда им высморкать нос и надеть варежки, обычно жалуются о плохой рассудительности своих детей.

РАССУДИТЕЛЬНОСТЬ ПРИХОДИТ С ОПЫТОМ.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РАЗВИВАЕТСЯ ПОСТЕПЕННО, С ПРЕДОСТАВЛЕНИЕМ РЕБЁНКУ ВОЗМОЖНОСТИ ДЕЛАТЬ ЧТО-НИБУДЬ.

У ВАС НЕТ ПРАВА ОТКАЗЫВАТЬ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ В ПРАВЕ ВНОСИТЬ СВОЙ ВКЛАД. ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ СУЩЕСТВО ЧУВСТВУЕТ СЕБЯ СПОСОБНЫМ И КОМПЕТЕНТНЫМ ТОЛЬКО ТОГДА, ПОКА ЕМУ ПОЗВОЛЯЮТ ВНОСИТЬ ВКЛАД, ТАКОЙ ЖЕ ИЛИ ДАЖЕ БОЛЬШИЙ, ЧЕМ ВКЛАДЫВАЮТ В НЕГО.

Как часть своего первого вклада, ребёнок захочет начать заботиться о себе. Он будет пытаться самостоятельно поесть, сходить в туалет и одеться.

Наверное, нет большего разочарования, чем смотреть, как малыш в первый раз самостоятельно одевается. Возможно, вам понадобится сидеть на своих руках, чтобы удержать себя от того, чтобы вмешаться, но, если он действительно показывает желание позаботиться о себе, позвольте ему это.

Далее, он будет хотеть сделать что-то для семьи. Позвольте ему. Его помощь на первых порах может изнурять, но позже вы воздадите ей должное. Позвольте ему выбирать ту работу, которую он хочет сделать столько, сколько можете. Смотрите за тем, что он делает такую работу, с которой легко может справиться. Хвалите его за то, что он её делает, и он придёт снова, чтобы сделать что-нибудь ещё.

Дети, с которыми обращаются подобным образом, будут бороться за привилегию внести свой вклад. Если вы будете ждать, пока он достаточно подрастёт, чтобы позволить ему вносить свой вклад в то, что вы считаете ценным, вы обнаружите, что он больше не хочет работать.

Одна моя подруга была слишком нетерпелива, чтобы принимать неумелые попытки двух её маленьких сыновей. Позже, когда им исполнилось восемь и десять лет, она решила дать им выполнить кое-что по хозяйству. Эта работа была довольно трудной. Они проявили лень и безразличие. Они ныли и умоляли избавить их от работы, иногда они просто совершенно игнорировали её распоряжения.

Как только ребёнок выбирает (или ему дают) работу для себя, не позволяйте никому забирать её у него. Ему необходимо завершать работу, для того чтобы развить ответственность за завершение циклов. Это со временем повысит его уверенность.

В дополнение к позволению ребёнку делать что-нибудь самостоятельно и учиться на своём опыте, **ему нужно давать как можно больше знаний о жизни.** Это поможет ему развить хорошую рассудительность в ситуациях, которые в противном случае запутал бы его.

Я нахожу, что дети очень хорошо применяют на практике знания, которые я им даю. **На самом деле, они редко когда интересуются замысловатой звучащей философией. Вместо этого они требуют примеры.** Они хотят видеть, что эта идея работает. В результате они способны рассмотреть многие жизненные ситуации и быстро их оценить.

Сразу после того как Ли начал ходить в школу в Англии, он удивил нашу домовладелицу (бывалого сотрудника Центра), когда она спросила его, нравится ли ему его учительница. Ли ответил: «О, она хорошая, но это довольно мотиваторский преподаватель».

Ошарашенная, домовладелица спросила: «Что ты имеешь ввиду под этим, дорогой?»

«Ну, она всё время ругает детей и говорит о том, как плохо они себя ведут. На самом деле, она просто не знает, как управлять классом». «Ей я этого, конечно, не говорю» – добавил он.

Глава 12

ДАЙТЕ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ ЕГО БУДУЩЕЕ

Пока мы обращаемся к Духовному Существо, пока мы отвечаем индивидууму доверием и даём ему веру в себя, он становится лучше, сообразительнее, его КИ растёт, его способность справиться с делами улучшается, он становится более сильным, более настойчивым и он становится добрее и милосерднее, терпимее, менее критичным.

Если Мама убеждена, что уроки балета это настоятельная необходимость, ей нужно самой брать их.

Хотя, возможно, довольно странно видеть тридцатилетнюю женщину, вцепившуюся в станок и размахивающую по воздуху полноватой ногой, всё же этот вид не такой душераздирающий, как видеть её семилетнюю дочь, мрачно выполняющую подобные телодвижения, чтобы угодить своей матери, хотя она предпочла бы сидеть дома и делать эскизы одежды для кукол.

РЕБЁНОК НЕ ЯВЛЯЕТСЯ НАШЕЙ СОБСТВЕННОСТЬЮ, ХОТЯ НЕКОТОРЫЕ РОДИТЕЛИ НИКОГДА НЕ БЫВАЮТ ВПОЛНЕ ГОТОВЫ, ЧТОБЫ ПРИНЯТЬ ЭТОТ ФАКТ. МЫ НЕ ВЛАДЕЕМ ИМ, И НИКОГДА НЕ БУДЕМ ВЛАДЕТЬ. МЫ ПРОИЗВЕЛИ НА СВЕТ ЕГО ТЕЛО, ОН МОЖЕТ ИМЕТЬ НЕКОТОРЫЕ ИЗ НАШИХ ФИЗИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК, НО ОН НЕ НАСЛЕДУЕТ НАШИ ЖЕЛАНИЯ.

ОН СОВЕРШЕННО ДРУГОЙ ЧЕЛОВЕК, ОТДЕЛЬНОЕ СУЩЕСТВО СО СВОИМИ СОБСТВЕННЫМИ СИМПАТИЯМИ И АНТИПАТИЯМИ.

Серьёзной ошибкой является попытка не принимать во внимание право ребёнка в том, кем он хочет быть и чем он хочет заниматься.

Некоторые родители делают это в попытке прожить свою жизнь через ребёнка.

Сын хочет быть учёным, но Папа хочет, чтобы он стал звездой бейсбола, потому что сам Папа был не очень хорошим игроком.

Почти каждый ребёнок до десяти лет уже проявляет интерес к какому-нибудь определённом роду деятельности. Это может быть музыка, танцы, спорт, искусство или мастерство того или иного вида. Если правильно с ним обращаться, он будет учиться и развиваться в этом направлении. Это может дать ему удовольствие на всю жизнь и, возможно, обеспечит хорошие средства к существованию.

Однако, если вы поступите неправильно в отношении ранних интересов малыша, он может отказаться от них и потратить свою жизнь, сожалея и чувствуя себя не в своей тарелке.

При проведении процессинга я часто встречала взрослых, сожалеющих о профессии, которую они выбрали под влиянием родителей в ранние годы. Я работала с одним инженером, который всегда хотел быть продавцом. Я встречала профессора философии, который хотел быть певцом, и продавца, который на самом деле хотел быть фотографом. Возможно, вы сами знаете дюжину подобных примеров.

На самом деле, исключительное удовольствие встретить человека, который выбрал верную профессию – ту, о которой он мечтал ребёнком. Когда мы встречаем такого человека, все шансы за то, что он одновременно и удовлетворён своей работой и добивается успехов на ней.

В дополнение к принуждению ребёнка следовать нашим собственным интересам, существует ещё два способа, которыми мы можем подавить его собственные цели.

Мы можем подавить его цели, превращая их в ничто.

Мы можем навязать его цели, делая их слишком важными.

Первый способ очевиден. В конце концов, малыш ищет у нас одобрения своим делам. Если мы высмеиваем или обесцениваем его ранние попытки, он может отказаться от своих действий в этом направлении. **Однако он никогда полностью не отказывается от своих мечтаний.**

Навязывание цели – более тонкое действие.

Малыш проявляет желание играть на скрипке. Его потворствующие родители так рады, что они дают **сверх-подтверждение его цели** (помните, что подтверждение – это остановка). Они мчатся и покупают мальчику дорогую скрипку, нанимают самого лучшего преподавателя и настаивают на том, чтобы он занимался три часа в день. Вскоре они остановятся, удивляясь, почему это Сынок утратил свой интерес к скрипке.

ОН БОЛЬШЕ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПРИЧИНОЙ НАД СВОИМ СТРЕМЛЕНИЕМ, -- ОН СЛЕДСТВИЕ. ЕГО РОДИТЕЛИ ВЗЯЛИ ЕГО СТРЕМЛЕНИЕ НА СЕБЯ И ТЕПЕРЬ КОНТРОЛИРУЮТ ЭТО.

Они, возможно, даже усугубят эту ошибку, напоминая ему: «Но, дорогой, ты же сам этого хотел. Мы просто пытаемся сделать что-то для тебя».

На ранних стадиях цели человека очень хрупки. Если его первые попытки серьёзно обесценены, он может так никогда и не улучшиться.

Если он говорит о своей цели, и её слишком восторженно принимают и восхищаются ей, он может «развеять» её (стереть её) и никогда в будущем не следовать ей. Именно по этой причине некоторые из наших самых худших черт остаются при нас (им никогда не дают подтверждения) и почему некоторые из наших самых лучших целей разрушаются (им дают сверх-подтверждения).

Не недооценивайте силу ваших подтверждений.

Всегда давайте подтверждение и выражайте восхищение достижениям ребёнка -- тем вещам, которые уже сделаны. Это позволяет ему

закончить цикл с ними. Теперь он свободен делать что-то большее и лучшее в этом направлении. Помогайте планировать его цель на будущее.

Не подтверждайте слишком сильно то, что ребёнок планирует сделать. Поговорите с ним о том, как это осуществить. Поддерживайте в нём огонь, выказывая интерес или делая предложения. Не берите на себя его цели, просто будьте зрителем. И держите ваш энтузиазм в узде.

Если малышу необходимы уроки или оборудование, убедитесь, что он стремится к помощи, прежде чем предлагать что-либо. Если возможно, найдите причины для отказа, чтобы он сам заработал часть денег, необходимых для финансирования его начинания. Удивительно, как много ребёнок будет работать, чтобы содействовать своему продвижению к той цели, которую он действительно желает достичь.

Раз уж он уже работает над чем-то, не вмешивайтесь в его продвижение. Выражайте восхищение тому, что он сделал, проявляйте интерес, но никогда не настаивайте на том, чтобы он практиковался или работал над этим.

Пол заинтересовался игрой на ударных в шестом классе. Считая, что это временный каприз, я купила ему его первый барабан только год спустя. Потом он захотел набор тарелок. Когда я не стала покупать их, он пошёл и заработал нужные деньги (за одну неделю), подстригая газоны и моя машины соседям. Позже он убедил своего отца купить оставшуюся часть ударной установки.

Его интерес к ударным никогда не ослабевал, он играл при любой возможности. Я никогда не предлагала ему пойти позаниматься и никогда не вмешивалась в его занятия.

Самый сильный интерес Ли – искусство. В три года, когда его внимание задерживалось на чём-нибудь не более нескольких минут, он проводил по два или три часа, раскрашивая или рисуя.

К четырём годам он вырос из цветных карандашей и дешёвых магазинных красок он хотел профессиональную акварель и бумагу высшего качества.

Я снабжала его материалами в обмен на право первого выбора из его завершённых работ.

Обладая редким сочетанием талантов (и художника и продавца), он рано стал извлекать выгоду из восхищения, которое получили его работы. Он начал продавать свои картины по центу за штуку. Позже, когда мы переехали в Англию, он поднял цену до трёх пенсов.

Сегодня он ведёт «двойную» жизнь. Чтобы удовлетворить своих школьных учителей (и их традиционный вкус в искусстве), он старается не вылезать за линии в книгах для раскрашивания и выбирает карандаш правильного цвета.

Дома он пишет незабываемые прекрасные абстракции, устраивает личные выставки, (он показывает только тем людям, которые ему нравятся) и проводит постоянные распродажи. Его работы сейчас имеют люди, живущие в Детройте, Нью-Йорке, Вашингтоне, Округ Колумбия, и различных частях Англии, Уэльса, Австралии, Новой Зеландии и Южной Африки.

Я уверена, что, если он пожелает продолжить заниматься своим искусством, ничто не помешает его успеху.

В конце концов, что такое успех, как не делание того, что ты действительно хочешь делать? Может быть, на самом деле вы хотели быть фотографом. Возможно, вы сами знаете дюжину подобных примеров.

Глава 13 ПОДАВЛЯЮЩАЯ ЛИЧНОСТЬ

Все люди совершали жестокие и ошибочные действия, за которые их можно подвергнуть критике. Во всём Человечестве нет ни одного безупречного человеческого существа.

Но есть те, кто старается поступать хорошо и те, кто специализируется на плохих делах, и по этим фактам и характеристикам вы можете узнать их.

Как только я вошла на кухню, экономка встретила меня словами, что Пол опять заболел.

Я не могла понять, что с ним не так. Около месяца я не бывала дома по рабочим дням, помогая друзьям в их новом филиале Центра.

В течение этого времени Пол дважды болел и перенёс два серьёзных заболевания. Ли, как я поняла, часто был капризен и раздражителен.

Я задумалась о новой экономке. Казалось, мальчики любили её. Она была экспертом в рыбной ловле, и они вместе с ней получали удовольствие от этого вида спорта. Но всё равно у мальчиков были Американские Горки.²⁶ То есть, они ездили вверх и вниз. В один день они были в прекрасном состоянии, а на следующий день падали по тону или заболевали. Это означало, что в их окружении была какая-то ПОДАВЛЯЮЩАЯ ЛИЧНОСТЬ.²⁷

Я вытщила свои записи по Подавляющим Личностям (ПЛ). Эти данные были для меня новыми в то время, и я была далеко не экспертом по их применению.

Было очевидно, что дети были Потенциальными Источниками Неприятностей (ПИН).²⁸ Так мы называем человека, связанного с подавляющей личностью. И они определённо создавали мне много проблем.

²⁶ «АМЕРИКАНСКИЕ ГОРКИ»: состояние человека, которое то улучшается, то ухудшается – у человека дела идут хорошо, дела идут плохо, затем они идут хорошо, а затем идут плохо. Этот термин произошёл от названия аттракциона («американские горки»), имеющего подъёмы и крутые спуски. (Становится лучше, а затем хуже).

²⁷ ПЛ 1) Человек обладающий определённым характерным поведением, который подавляет других людей в своём окружении, и эти другие люди при этом подавлении становятся ПИНами. (см. следующую сноску).

2) Разрушительный, антисоциальный человек.

3) Тот, кто намеренно расстраивает других вокруг себя, чтобы удерживать их внизу. ПЛ посвящает себя разрушению остальных, потому что он считает, что любой из них угрожает ему. Поэтому он боится, когда кто-нибудь улучшается.

²⁸ ПИН 1) Человек, который каким-то образом связан с подавляющей личностью или группой и находится под её разрушительным влиянием. Его называют ПОТЕНЦИАЛЬНЫМ источником неприятностей потому, что он МОЖЕТ создать множество неприятностей себе и другим.

2) Любой человек, который остаётся связанным с ПЛ или группой. У человека бывают «американские горки», т. е. становится лучше, затем хуже, только когда он связан с подавляющей личностью или группой, и он должен, для того чтобы сделать свои достижения постоянными, либо справиться с источником подавления, либо отсоединиться от него.

После того как я изучила свои заметки, всё прояснилось. Наша замечательная, услужливая экономка была, увы, ПЛ. я немедленно уволила её и поговорила с мальчиками об её влиянии на них. Вскоре в семье всё вернулось к нормальному состоянию.

Позже я получила больше информации по характеристикам ПЛ. я поняла всю важность этих данных и теперь убеждена, что каждый родитель должен использовать эту информацию, если он хочет вырастить разумного, здорового и счастливого ребёнка.

Важно понимать, что человек, который доставляет вам много проблем, может не быть ПЛ, он, скорее всего, ПИН. ПЛ будет где-то на заднем плане, скромно улыбаясь и выглядя вполне нормально. На самом деле ПЛ безумна, но симптомы настолько тонки, что часто именно того, кто находится под сильным её влиянием, считают душевнобольным.

ПЛ в своей основе хорошая (как и все люди) и её мотивы выживательны. Однако она застряла в раннем инциденте, который угрожал её выживанию, и она считает, что должна уничтожить того врага. Трудность в следующем: **она принимает за того врага всех нас.**

По этой причине ПЛ специализируется на том, чтобы останавливать других. Она думает, что для того чтобы чувствовать себя безопасно, всё в её окружении должно находиться в покое. Она будет отговаривать людей от стремления к самосовершенствованию, от дел, которые принесут им успех и от общения. Она будет разрушать наши достижения, и пытаться убрать наше внимание от наших главных целей и направить его на более мелкие цели.

Одной из причин, по которой так трудно определить ПЛ, является то, что она говорит обобщениями.²⁹ Вместо того чтобы сказать, что она слышала, как один комментатор обсуждал возможный спад в бизнесе, она скажет: «Все предсказывают большую депрессию».

Она будет часто использовать такие слова как «они», «люди», «никто», «всегда» и т. п.

ПЛ только и делает, что сплетничает и распространяет новости тревожащего характера. Она будет с большим рвением передавать плохие новости и отпускать хорошие (или она так их извратит, что они будут звучать как плохие).

Начальник говорит служащему ПЛ: «Джо очень хорошо работает. Когда он наберётся побольше опыта, я дам ему повышение».

ПЛ идёт к Джо и передаёт её разговор с боссом, но теперь это звучит так: «Босс сказал мне, что он считает, что тебе ещё очень многому надо научиться, прежде чем ты получишь хоть какое-нибудь повышение».

3)Механизм ПИН-а заключается в том. Что есть угроза в окружении, которая заставляет что-то постоянно быть включенным (рестимулированным). Это может быть неизменно возникающая соматика (физическая боль или неприятные ощущения любого рода) или постоянное давление или масса. Угроза в окружении – не надуманная у таких необычных людей. Предприняв определённые действия, это можно отключить. Но если угроза в окружении реальна и продолжает существовать, она просто включает это снова. Это объясняет невозможность облегчения от постоянного давления с помощью обычных процессов.

Сами подавляющие личности – ПИН-ы от самих себя.

²⁹ ОБОБЩЕНИЕ -- общее или неопределённое утверждение, которое применимо ко всем. Здесь используется для обозначения утверждения сделанного в попытке скрыть источник или подавить другого человека подразумеванием всех, например – «Все считают...»

Для Подавляющей Личности очень трудно закончить цикл. Это может проявляться различными способами. Возможно, она не способна завершить работу. Или, если она действительно что-то закончила, она вернётся и снова начнёт над этим работать. У неё могут быть проблемы с тем, чтобы закончить разговор или уйти после визита. Если она много где бывает, она часто оставляет за собой шлейф из забытых вещей. В разговоре, она, скорее всего, будет перелетать с одной темы на другую, вставляя вопросы и комментарии, вы можете даже почувствовать, как ваша голова обмотана незаконченными мыслями и незавершённым общением.

ПЛ атакует неправильную мишень. Если ему не удаётся продать товар, он может обвинять босса за то, что тот пришёл поздно или свою жену за то, что купила новое платье.

Она может признаваться в страшных овертах с совершенным спокойствием, тогда как нормальный человек стыдится своих преступлений и ошибок.

ПЛ поддерживает разрушительные действия, более суровые наказания, войну, тюрьмы с более жестоким режимом и т. п.

Люди вокруг ПЛ расстроены, несчастные и часто болеют.

ПЛ невозможно определить по социальному положению или КИ. Она может занимать видное или незаметное положение. Она может быть человеком блестящего ума, середнячком или тупицей.

Любым способом, скрытым или явным, этот хитрец пытается остановить нас. Она может тонко принижать наши достижения, она может шутки ради выставить нас на посмешище. Она может рассказать нам, как кто-то потерпел неудачу в том, чем мы сейчас занимаемся.

Проведя с ней немного времени, мы чувствуем себя менее уверенными в себе, менее способными, менее привлекательными и начинаем верить в то, что наши блестящие планы были всего лишь глупыми мечтами.

Теперь вы просто обязаны понять, что ваш ребёнок ни в коем случае не должен быть связан с Подавляющей Личностью. Если он становится больным или слишком реактивным каждый раз, когда он навещает тётю Асю, просто не позволяйте этим визитам продолжаться. Это может звучать жестоко, но в Центре мы знаем (после многочисленных ошибок), что ни один человек не может улучшиться, пока он связан с ПЛ.

Однако, вы человек, и, возможно, совершили когда-то подавляющие действия. И если вы родитель, то это практически неизбежно.

Это не обязательно делает из вас ПЛ.

РАЗНИЦА -- В МОТИВЕ.

Родитель с хорошими намерениями всегда пытается сделать что-то хорошее. Когда он совершает что-нибудь подавляющее, он сожалеет об этом, и будет стараться изменить это к лучшему.

ПЛ гордится отсутствием улучшения. Хотя причина этого скрыта и неизвестна (даже для неё), её единственной целью является разрушение. Цель Центров Развития Способностей Человека прямо противоположна цели подавляющей личности. Поэтому мы (как группа и как индивидуумы) часто подвергаемся нападкам со стороны ПЛ.

Существуют определённые характеристики и состояние ума, которые являются причиной того, что небольшая часть расы выступает против любой деятельности направленной на улучшение и против любой группы с такой деятельностью.

Такие люди, как известно, имеют антисоциальные тенденции...

...Если мы отследим причину провалившегося дела, мы неизменно обнаружим где-то в его рядах антисоциальную личность, работающую в поте лица.

В семьях, которые разваливаются, мы обычно обнаруживаем, что один или другой из входящих в неё людей имеет подобные характеристики.

Там, где жизнь становится жёсткой и не удаётся, тщательное исследование этой области обученным наблюдателем, обнаружит одного или больше подавляющих личностей за работой.

Если у ваших детей «Американские Горки» (или у кого-либо в вашей семье), найдите ПЛ в вашем окружении, справьтесь с ней или проследите, чтобы дети больше не были с ней связаны. Если вы не можете определить ПЛ, вам может понадобиться помощь профессионала, который использует для этого специальные процессы.

Существует много так называемых «трудных детей», которые всего-навсего ПИНЫ. Если бы кто-нибудь определил ПЛ около него и проследил, чтобы он вышел из под её влияния, то он бы сразу избавился от своих главных трудностей.

Я могу вам сказать из собственного опыта, какое это чудо видеть, как человек восстанавливает свою естественную красоту и уверенность, когда верно найдена ПЛ.

Лучшим выводом из этих данных будет напомнить вам:

НЕТ НИЧЕГО НОРМАЛЬНОГО В ТОМ, ЧТОБЫ ЛЕТАТЬ МЕЖДУ СЧАСТЬЕМ И ОТЧАЯНИЕМ.

НАХОДИТЕ ПОДАВЛЯЮЩУЮ ЛИЧНОСТЬ.

Глава 14

ТЕЛО

Чем меньше суеты вокруг еды, тем лучше. Время принятия пищи должно быть приятным и непринуждённым, и проходить за высоко-тонной беседой. Самой еде или тому что ест ребёнок, не следует уделять много внимания.

Мы никогда не должны заставлять ребёнка есть. Я бы не пришла в восторг, если бы кто-нибудь поставил передо мной тарелку с жареными мозгами змеи (или любое другое блюдо, которое я считаю омерзительным), даже если бы меня уговаривали: «Поешь. Это тебе полезно».

Я заключила соглашение с мальчиками. Они не должны были есть то, что им не нравилось. Однако не должно быть критических замечаний о еде. Либо ешь, либо нет, но за обедом нужно поддерживать конструктивную беседу. Если они чувствовали, что начинают голодать из-за несъедобного меню, им разрешалось приготовить что-нибудь своё, но это не должно было добавлять мне работы. (Так как это добавило бы работу для них, они редко пользовались этим правом).

Было одно весёлое отступление от правила «без критики», когда я приготовила то, что сама считала новой вкуснейшей запеканкой.

Ли взял свой первый кусок и торжественно объявил свой приговор: «Ммм. На вкус, как корм для собак».

Пол и я глазели на него целую минуту. Мы спросили в один голос: «Откуда ты знаешь, каков на вкус корм для собак?».

«Ну, я его пробовал, конечно».

Я считаю, что унция (28,3г) витаминов лучше, чем фунт (453,6г) пенициллина, поэтому я немного научилась готовить питательную еду и добавлять в неё сбалансированные витамины и материалы.

Из практики мы знаем, что **неправильное питание или недостаточный отдых вызывает повышенную рестимулируемость банка, поэтому здоровье тела может влиять на ум. Это работает и в обратном направлении. Ум может влиять на тело. По сути, реактивный ум является источником многих болезней. Они называются психосоматическими³⁰ (или вызываемые умом) болезни.**

Со многими повреждениями или болезнями можно хорошо справиться, используя первую помощь, либо дома, либо в кабинете доктора. При других видах нездоровья вы можете сделать несколько вещей, чтобы помочь.

Самое важное правило, которое нужно помнить, это:

КОГДА РЕБЁНОК ПОРАНИЛСЯ, ИСПЫТЫВАЕТ БОЛЬ ИЛИ ОЧЕНЬ БОЛЕН, НИЧЕГО НЕ ГОВОРИТЕ ПРИ НЁМ.

Он находится в середине инцидента, который записывается в реактивный ум (мы называем это инграммой³¹). Ваши слова могут вызвать ужасное воздействие на него, когда позже рестимулируются.

Если он поранился, обнимите его и успокойте его в тишине. Когда он снова будет способен говорить с вами, его аналитический ум возвращается к работе (во время моментов боли и бессознательности аналитический ум прекращает работу, а реактивный ум записывает каждое восприятие из окружения). Ребёнок инстинктивно будет пытаться избавиться от этого

³⁰ ПСИХОСОМАТИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ --телесная боль или дискомфорт, который происходит из реактивного ума. (*Психо* относится к разуму, а *соматический* – к телу).

³¹ ИНГРАММА – (от лат. ENGRAM: вписывать) -- умственный образ-картинка случая, содержащая боль, бессознательность и реальную или предполагаемую угрозу выживанию, это запись в реактивном уме чего-то, что на самом деле произошло с человеком в прошлом, и содержало боль и бессознательность, они обе записаны в умственной картинке, называемой инграммой. ИНГРАММЫ – это полная запись, вплоть до малейшей точной подробности, каждого восприятия, присутствовавшего в момент частичной или полной бессознательности.

инцидента, рассказывая вам, что произошло. Затем вы можете сделать «ассист»,³² который облегчит боль.

КОНТАКТНЫЙ АССИСТ. Отведите его на место, где он получил повреждение, и попросите точно воспроизвести то, что произошло в момент повреждения. Если он ударился коленкой о ступеньку, он должен каждую часть своего тела поставить в то же положение, каким оно было в тот момент, касаясь ушибленной коленкой того же места на ступеньке. Дайте ему повторить это несколько раз, касаясь коленкой ступеньки. Спрашивайте его, как идут дела, и не включилась ли снова боль. Когда он в точности воспроизведёт то действие, боль снова возникнет и вскоре разрядится. Как только это случится, вы заканчиваете ассист.

АССИСТ ПРИКОСНОВЕНИЕ. Когда нет возможности сделать контактный ассист, делайте ассист прикосновение. Попросите ребёнка закрыть глаза, прикасайтесь своим пальцем к различным местам на повреждённом месте и рядом с ним, каждый раз говоря: «Почувствуй мой палец» и давая подтверждение «Спасибо».

Делайте это до тех пор, пока боль снова сильно не включится. Вскоре после этого она полностью отключится.

Время от времени вам нужно спрашивать, как он себя чувствует. Прикасайтесь к областям, которые находятся дальше от головы, чем место повреждения. То есть, если повреждена коленка, прикасайтесь к повреждённой области и к местам ниже колена. Это заставляет его проходить через повреждение. Вы также должны дотрагиваться до противоположной стороны тела. Если боль в правой ноге, дотрагивайтесь до той же области на левой ноге через команду.

Матери инстинктивно делают ассист прикосновение, когда целуют шишку или синяк.

Я никогда не вознаграждаю болезни, даря детям игрушки или прислуживая им в постели. Если им необходимы уколы или пилюли, они идут к доктору. Если им нужен ассист, я повожу его. Будучи профессионалом, я иногда провожу мальчикам успешные процессинг-ассисты, когда болезнь психосоматическая. (Поспешу добавить, что физическое лечение не наше дело. Наша работа – восстанавливать Духовное Существо).

Когда Полу было около десяти, ему часто нездоровилось как раз перед тем, как надо было идти в школу. Я обычно спрашивала его о том, что должно было произойти в тот день. Иногда в тот день должна была быть контрольная или возможно он не доделал домашнюю работу. Болезнь обычно отключалась, когда он понимал, что происходило. (Сегодня мы, возможно, отнесли бы подобную штуку к поиску подавляющего воздействия).

Однажды утром я сидела за завтраком с друзьями из Центра, которые гостили у нас. Пол лениво вошёл в комнату и простонал: «Я себя не очень хорошо чувствую, Мам».

³² АССИСТ: (ASSIST – англ. ПОМОЩЬ) простые, легко выполняемые процессы, которые можно применять к любому человеку, чтобы помочь ему быстрее восстановиться от несчастных случаев, лёгких заболеваний или расстройств. АССИСТ ни в коем случае не вторгается в сферу деятельности медицины. Там, где это необходимо, нужно провести медицинское обследование и диагностику, и там, где медицинское лечение обычно успешно, оно должно быть получено. АССИСТ, несомненно, значительно ускоряет выздоровление.

«Иди сюда».

Посмотрев на меня около минуты, он с улыбкой сказал: «Ничего. Уже всё в порядке». И поскакал в свою комнату одеваться.

Один из друзей повернулся ко мне и сказал: «Вот это да! Видал я шикарный процессинг на своём веку, но что это был за чудесный процесс? Прямо посреди завтрака».

Оба мальчика обладали замечательным талантом читать мысли или видеть картинки в уме у другого. Это и привело к самому впечатляющему «выздоровлению» в моей карьере.

Пол, ему было тогда двенадцать, вернулся из лагеря с тяжёлой формой ларингита. Он мог говорить только шёпотом, который причинял ему боль.

Ещё до того как его сумки были распакованы, он подошёл ко мне и прокаркал: «Мам, ты можешь мне помочь?»

«Возможно. Только после обеда».

Пока я готовила, он слонялся по кухне. Я думала о вопросе, который мне нужно задать, чтобы обнаружить причину ларингита, когда он сказал: «Мне интересно, какой вопрос ты задашь?»

Через несколько секунд он сказал: «Бьюсь об заклад, что ты спросишь меня: _____».

И он в точности воспроизвёл вопрос, который я думала. Во время произнесения этого предложения его голос полностью восстановился! Мы оба рассмеялись. Я сказала: «Хорошо».

Это было концом ларингита. Никто из нас больше не упомянул об этом.

Видите, у нас бывают чудеса и за обедом.

Глава 15 «ЭТО МОЁ!»

Когда вы что-то даёте ребёнку, это принадлежит ему. Это уже не ваше. Одежда, игрушки, жильё, всё, что ему дали, должно оставаться под его исключительным контролем. Другое дело, он рвёт свою рубашку, ломает свою кровать, разбивает свою пожарную машину – тогда вы должны вводить управление его реактивным банком.

Как бы вам понравилось, если бы кто-нибудь подарил вам подарок на Рождество и затем, на следующий день, стал бы говорить вам что с ним делать и даже наказывал бы вас, если бы вы не обращались с ним так, как он хочет?

Вы бы разделались с дарителем и уничтожили бы сам подарок. Вы же знаете, что так бы и произошло. А ребёнок разрушает ваши нервы, когда вы поступаете так по отношению к нему. Это месть. Он плачет. Он докучает вам. Он ломает ваши вещи он «нечаянно» проливает своё молоко. И он ломает, намеренно, вещи, о которых ему так часто напоминают.

Почему? Потому что он борется за своё собственное самоопределение, своё право обладать и оказывать влияние на своё окружение.

Эти «вещи» – ещё один канал, по которому его можно контролировать. Поэтому ему необходимо бороться и с вещами и с контролёром.

Я и моя подруга сидели у меня дома, пили кофе и болтали, пока её дети играли наверху. Показав её сыну и дочке шкаф с игрушками, я предполагала, что они там и играли.

Однако, когда моя подруга и её семья ушли, я поднялась наверх и обнаружила, что шум их игры шёл из моей спальни, когда они разорвали её. Я была потрясена, когда обнаружила открытые ящики стола, разлитые по туалетному столику духи и косметику, и вообще беспорядок в комнате.

Пока я приводила в порядок эту кутерьму, я удивлялась, зачем этому четырёхлетнему мальчику и этой семилетней девочке нужно было причинять такой вред. Поступать подобным образом с чужими вещами -- такое никогда бы не могло произойти ни с одним из моих мальчиков.

С их раннего детства я следовала совету о праве собственности.

ОНИ ОБЛАДАЛИ СВОИМИ ВЕЩАМИ ЦЕЛИКОМ И ПОЛНОСТЬЮ, И МОГЛИ ПОСТУПАТЬ С НИМИ, КАК ЗАБЛАГОРАССУДИТСЯ.

Случай с детьми моей подруги помог мне осознать, что следование этому совету давало дополнительную выгоду.

ПОКА МАЛЬЧИКИ ДУМАЮТ, ЧТО ИХ ВЕЩИ ОСТАНУТСЯ НЕТРОНУТЫМИ, ОНИ ТАКЖЕ ПРИОБРЕТАЮТ УВАЖЕНИЕ К СОБСТВЕННОСТИ ДРУГИХ.

Однажды Пол и его друзья решили устроить на нашем дворе распродажу игрушек среди соседей. Мне едва не понадобилось завязать глаза и заткнуть рот кляпом, пока дети выходили из комнаты Пола с несколькими из самых лучших его игрушек. Перед тем как распродажа закончилась, половина соседских детей была вовлечена в торговлю. Они получали большое удовольствие. К концу дня у Пола оказалось восемнадцать центов и джип, стоимостью около десяти долларов.

Однако, в этот же вечер пришёл, бушующая и сверкая глазами, отец владельца джипа, в сопровождении сына. Он потребовал немедленно вернуть джип. Пол был озадачен подобным родительским вмешательством, но он уступил. Таким образом, он закончил ценой трёх конфет и половиной от имевшихся у него игрушек, но он был совершенно удовлетворён.

Для меня было довольно нелегко принять одну из привычек Ли. Ему нравится всё разбирать на части. Он редко когда использует игрушку так, как обычно предполагается её использовать. Он тут же переделывает её без возможности восстановления и обычно остаётся ни с чем кроме неопределимых частей, на которые наступают, которые попадают в пылесос, или их находят под кушеткой.

Однако ему нравятся его маленькие детальки, и он использует их, чтобы делать всевозможные новые вещи. В конце концов, кто я такая, чтобы настаивать, что грузовик должен просто ездить по полу как грузовик, а не как авианосец? И вам следовало бы посмотреть на те яркие спортивные модели, которые представляет собой старый картон из-под сыра, когда он оборудован сияющим рулевым колесом и четырьмя большими покрывками от грузовика.

Я поняла, что если я слишком сильно расстраивалась, когда один из мальчиков ломал какой-нибудь дорогой подарок, это была моя ошибка.

Привычка детей всё разбирать кое-чему меня научила. Они предпочитали создавать свои собственные игрушки. Поэтому, в то время как магазины игрушек отводят главное место более сложным и дорогим, на батарейках, с дистанционным управлением, саморегулирующимся, компьютеризованным моделям, которые ходят, говорят и сморкаются, мои подарки детям становятся проще с каждым годом -- обычно это просто инструменты или материалы для изготовления чего-нибудь. А также, всегда немного карманных денег, чтобы покупать что-либо по своему выбору.

Хотя вещи детей принадлежат только им, им не разрешается использовать их так, чтобы это нарушало спокойствие или безопасность других. Лук и стрелы во все времена хранятся вне дома. Из пистонных и водяных пистолетов не разрешается стрелять в доме. И так далее... эти правила полностью известны и никогда не нарушаются.

Важно, чтобы у ребёнка было своё собственное пространство. Если в его собственности не может быть целая комната, то ему необходимо выделить, по крайней мере, часть комнаты и место в ящике стола, которое принадлежит исключительно ему. Ему следует позволить заботиться о своём собственном пространстве или не заботиться о нём, смотря по обстоятельствам.

Однажды я поняла, что мальчики не считали аккуратность и чистоту такими же важными, как считала я (это, возможно, преуменьшение нынешнего века).

Долгое время я настаивала на том, чтобы они убрали свои комнаты, по крайней мере, раз в неделю. Это, однако, не принесло улучшения в их поведении и сильно утомляло меня. Я решила полностью изменить свой подход. Я заключила с ними соглашение. Они должны были не допускать распространение своего хаоса на остальную часть дома, но, если они желали, они могли позволять своим комнатам выглядеть как городская свалка.

Они, естественно так и сделали.

После периода времени, гораздо большего, чем мне бы хотелось позволить, они начали проявлять некоторый интерес к более аккуратному жилью. Изредка, они организовывали большую уборку в своих комнатах, иногда также делая перестановку. Я позволяла им делать эту работу самостоятельно.

Я бы не сказала, что они достигли вершины совершенства в области аккуратности, но они продолжают улучшаться. Сейчас они на самом деле замечают мусор. Возможно самое большое достижение в этом -- это моё спокойствие духа. Теперь я способна игнорировать состояние их комнат и позволить им жить так, как они хотят. Однако, в качестве уступки моему самолюбию, они держат свои двери на замке, когда в доме гости.

Многие родители заставляют своих детей быть «хорошими» и делиться своими игрушками с другими детьми. Это нарушает право ребёнка контролировать свою собственность и будет причиной того, что ребёнок станет эгоистичным и жадным.

И хотя я никогда не заставляла мальчиков делиться своими игрушками, было несколько интересных конфликтов из-за этого.

Однажды Пол играл с Джонни, который жил с нами по соседству. Я услышала громкие крики и слова распри. Вскоре ко мне вышел Джонни, уверенный, что, как гость, он имеет превосходство: «Пол не даёт мне играть своим грузовиком».

«Извини, Джонни. Это грузовик Пола и он не должен давать его кому-то, пока он сам этого не захочет».

С видом не приятного удивления, Джонни надел своё пальто и вышел из дома.

Тоже повторилось через несколько дней. Пол подошёл ко мне в слезах: «Джонни всегда уходит домой, если я не даю ему свой грузовик».

«Да. Я вижу.»

«Теперь мне не с кем играть».

«Ну», - предложила я, - «Может ты выберешь что-нибудь, что мог бы дать ему».

Полу понравилась эта идея, поэтому он немедленно пошёл домой к Джонни, чтобы сказать, что он хочет предложить ему две машины. Джонни снова вернулся, и это был конец их разногласиям, связанным с игрушками.

После этого, когда кто-нибудь из детей приходил в гости, Пол вёл их в свою комнату и говорил какие игрушки он готов дать им поиграть.

Некоторое время спустя, мы были в гостях у друзей. Их мальчик, Фрэнк, не хотел давать Полу какую-то игрушку. Его родители говорили: «Фрэнки, веди себя хорошо с Полом. Он твой гость».

Пока Фрэнки ревел, выражая протест, я позвала к себе Пола. «Так» -- напомнила я ему, -- «Дома ты не должен делиться своими игрушками, если сам не захочешь. Давай будем следовать этой же идее и здесь. Ты спрашиваешь у Фрэнки, какие игрушки он может тебе дать».

«Ладно».

С тех пор он с этим справлялся. Он даже завёл привычку брать с собой несколько своих игрушек, когда мы ходили в гости. Сначала несколько минут тратилось на переговоры, после которых дети устраивались и с удовольствием проводили время.

Я с интересом заметила, что после того как эта система была введена, Пол стал великодушным человеком, готовым поделиться игрушкой или кусочком конфеты почти с каждым. Я следовала тому же методу с Ли. И в нашем доме нет конфликтов по поводу собственности.

Принимать во внимание готовность ребёнка гораздо полезней для него, чем любое количество потакающей заботы, которую вы можете проявлять.

Наибольшие трудности я испытывала в отношении их одежды. И не с мальчиками. С собой. Прошло некоторое время, прежде чем они стали заботиться о состоянии их одежды, но, в конце концов, им перестали нравиться школьные брюки с огромными дырками на коленях. Поэтому они сменили одежду после школы и попросили меня починить их порванные вещи. (Им необходимо было просить, так как не в моём характере заниматься шитьём.)

К тому времени как ему исполнилось двенадцать, Пол начал придавать некоторый блеск своему внешнему виду. Он научился стирать и гладить вещи (после того как забывал вовремя отдавать их на стирку); он начал выглядеть опрятнее, чаще принимать душ и тратил по пол часа, причёсывая волосы, чтобы придать им чёткий вид ветреной беззаботности.

Справедливости ради, я должна признать, что эта разительная перемена произошла отнюдь не из-за какого-либо ловкого воздействия с моей стороны. Я думаю, что это случилось после того, как он понял, что девчонки – это противоположный пол.

Глава 16

ТЕЛЕВИДЕНИЕ – МОИ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ

«Мам, можно мы посмотрим Путешествие Терри, перед тем как пойдём спать?»

«Хорошо».

Я неохотно согласилась. Мальчики вели себя хорошо и я не нашла ни одной причины, чтобы запретить им посмотреть одну из их самых любимых телевизионных программ.

Однако после этой программы, оба мальчика стали раздражительными и дёрганными. Я с трудом разняла их и отправила в постель.

Это повторилось ещё раз. Хотя не было ни одного объективного доказательства по этому поводу, я видела, что мальчики постоянно падали по тону после того, как смотрели ТВ.

Сама я его никогда не смотрела. Я прекратила это несколько лет назад, когда обнаружила, что после сотен часов проведённых в одеревенелом состоянии перед ТВ, я не могла вспомнить более одной программы. Не очень большой показатель для такого количества часов. Я знаю, что могла бы лучше провести своё время.

По мере того как мальчики выросли, я старалась свести на нет их привычку смотреть ТВ, *но они, похоже, хорошо сидели на крючке.*

Было несколько причин, почему я запрещала детям смотреть телевизор слишком много. Во-первых, это зрительский спорт, их постоянно развлекают. Это то, что мы называем «односторонний поток». Они постоянно были следствием и никогда причиной. Это само по себе неестественно для детей, потому что они обычно предпочитают больше действия.

Поэтому предполагалось, что у мальчиков после просмотра ТВ некоторое время будет желание действовать. Однако эта активность, похоже, всегда принимала форму реактивного поведения.

Причина, сделала я вывод, была в том, что низко-тонные драматизации были обычны для ТВ программ. Хотя парень в Белой Шляпе (положительный герой) всегда в конце побеждает, перед этим ему приходится иметь дело с ложью, мошенничеством, воровством, ненавистью, жестокостью, страхом, хитростью, слезливым горем, и фонтанирующей сентиментальностью. Всё это низко-тонные эмоции. А так как реактивный ум действует по отождествлению, эти низко-тонные напоминания постоянно рестимулировали реактивные банки детей.

Я не хотела полностью запрещать ТВ, *это могло бы сделать его слишком привлекательным*. Однако я рассказала мальчикам о наблюдении, которое я сделала, надеясь, что с пониманием того, что происходит, они будут меньшим следствием этого. Не помогло. Были времена, когда я в тайне желала, чтобы телевизор вдруг сломался. Без возможности восстановления. Но, я знала, что это был малодушный выход из ситуации. Было бы гораздо лучше, если бы они смогли на самом деле увидеть, что происходит и сделать свой собственный выбор по этому поводу.

В конце концов, моё терпение было вознаграждено. Пол ушёл на ночь к другу по соседству. Я обещала утром взять его на Конгресс, который мы проводили, поэтому я напомнила: «Хорошенько выспись».

Около одиннадцати вечера мне позвонила соседка, «Пол пошёл домой», -- сказала она, -- «Я пыталась остановить его, но он просто убежал. Я не знаю в чём дело».

Я включила наружный свет и ждала его. вскоре он прибежал: «Я хочу поспать мам. Утром я тебе всё расскажу».

На следующий день, когда мы ехали в город на Конгресс, Пол рассказал мне о вчерашнем вечере. Он и его друг хорошо проводили время. Они вместе музицировали, сыграли в шахматы. Всё было прекрасно, пока они не решили посмотреть телевизор, перед тем как пойти спать. После программы его друг стал задиристым. Он не давал Полу заснуть и постоянно провоцировал его на драку.

«Я не мог его уговорить, не мог заставить его замолчать, поэтому я ушёл». «И, мам, если я когда-нибудь захочу снова смотреть эту штуку, не позволяй мне. Я теперь своими глазами увидел, как это происходит. Как ты мне и говорила!» – добавил Пол.

«Хорошо», -- подтвердила я вслух. А про себя, довольная, вздохнула: «Аминь!»

На следующий день Ли включил телевизор. В следующее мгновение взорвался кинескоп. Мы все посмотрели друг на друга и пожалы плечами. Два месяца спустя старьевщик даже заплатил мне, чтобы забрать его.

Это произошло несколько лет назад, но мы не скучаем по нему. Вечера гораздо приятнее без этого одноглазого монстра. (ВЫ КОГДА-НИБУДЬ ПРЕДСТАВЛЯЛИ СЕБЕ, НАСКОЛЬКО СЛЕПЯЩИЙ ГЛАЗ ТЕЛЕВИЗОРА

ОБРЕЗАЕТ ОБЩЕНИЕ В СЕМЬЕ?) Мы больше играем вместе, больше читаем или разговариваем перед сном.

Я уверена, что благодаря обучению и процессингу, сегодня мальчики мало подвержены влиянию ТВ.

Они довольно невозмутимые наблюдатели реактивности человека.

Глава 17 КОЕ-ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ В ОТНОШЕНИИ КИ

«Что касается Ли», -- мрачно произнесла учительница, -- «Я боюсь вам нужно подготовиться к худшему. Он в группе, которая не продвигается. Их четыре человека, бедняги, они ещё не выучили словари даже для начинающих. Несколько детей завершили уже три книги».

«Хорошо, я прослежу чтобы он учил словарь».

Да, было бы прекрасно, если бы вы помогли ему, но не ожидайте слишком многого. Знаете, некоторые дети просто очень медленно учатся».

Может она пыталась в деликатной манере сказать, что мой сын умственно отсталый? Это показалось мне довольно смешным (так как я знала, что могу легко справиться с его трудностью с чтением). Однако я задумалась об остальных трёх детях. Возможно, на них также ложно наклеили подобный ярлык.

Я задала себе вопрос: -- Сколько способных мальчиков и девочек ошибочно признают «малоспособными учениками», «неуспевающими» или «умственно отсталыми», просто потому, что учителя **не знают, как исправить подобные проявления**. Сколько родителей неохотно соглашаются с подобными авторитетными приговорами, потому что **не знают, что их детям можно помочь?**

В эти же выходные я стала помогать Ли. **Перво-наперво я дала ему знать, что скоро он научится читать**. Мы сходили в местный универмаг и купили первые три книги, которые изучали в их классе.

Вскоре после того как мы вернулись, я начала обучать его словарю в первой книге. Он не мог запомнить слова, -- насколько быстро он их запоминал, настолько же быстро они ускользали от него. Я понимала, что трудность была где-то раньше (это основное правило по исправлению трудностей в обучении. **Если трудность не разрешается легко, идите к более раннему**).

Я повторила с ним буквы алфавита, чтобы убедиться знает ли он их, и как они произносятся. Он не знал. Я попыталась обучить его этому. Они также улетучивались из его памяти. Я начала понимать затруднительное положение, в которое попала учительница. Он действительно вёл себя как бестолковый. Однако я знала, что должна идти **к ещё более раннему**.

Вскоре я обнаружила **источник зависания**. Это был инцидент в детском саду. Учитель показывал карточки с буквами алфавита, обучая буквам и их

звучанию. Когда он дошёл до букв «th», Ли не смог усвоить взаимосвязь между этими буквами, звучанием и тем как они применяются. В этом месте нашего возвращения назад Ли закричал на меня: «Я не могу понять эту чепуху!»

«Спасибо». *(Подтверждение.)*

Это очистило решение, которое он сделал по этому предмету. Теперь мы знали, в чём было непонимание. Он был готов учиться.

В течение нескольких минут он одолел буквы алфавита и их произношение. Теперь он был готов учить словарь. Он тут же прочитал первую книгу от корки до корки.

Это полное исправление и его дальнейшее обучение заняло менее трёх часов.

Ли торжествовал. В воскресенье он даже настоял на том, чтобы начать вторую книгу. В понедельник утром он ушёл в школу полный новой уверенности и энтузиазма. «Вот подожди, я расскажу учительнице. Теперь она позволит мне ходить в одну из читающих групп».

Однако наши проблемы на этом не кончились. Ли пришёл домой сильно подавленный. «Она даже не позволила мне прочитать всю книгу. И всё ещё держит меня в группе тупиц».

Я позвонила в школу, чтобы договориться о встрече с учительницей. Она была либо Подавляющей, либо просто совершенно тупой (в любом случае, её действия были подавляющими). Лучше бы ей было воспользоваться презумпцией невиновности, потому что я поклялась, что если с ней справятся, Ли немедленно получит другого учителя. Учительница терпеливо объяснила: «Когда Ли сказал мне, что он научился читать всю книгу за выходные, я обговорила всё это с директором. Мы оба согласились, что это невозможно. Он научился читать с листа и просто произносит слова наизусть, они ничего для него не значат. Перед тем как мы позволяем ребёнку читать, он должен выполнить все задания, которые находятся в книге. Иначе мы не знаем, есть ли у него понимание того, что он читает».

Часть из того, что она сказала, имело смысл, но я была потрясена растущим у меня подозрением. Возможно ли, что эти два педагога на самом деле решили, что ребёнка невозможно обучить? Это казалось невероятным, но я решила проверить, действительно ли она была с этим согласна.

«Скажите мне, вы верите в возможность того, что Ли закончит этот класс?»

«Ну, знаете, он довольно сильно отстал».

«Хорошо. Но вы верите в возможность того, что Ли закончит этот класс?»

«Понимаете», - объяснила она, - «не похоже, чтобы он был слишком заинтересован...»

Потребовалось шесть раз повторить свой вопрос и тридцать минут, **пока она не выпустила все свои отрицательные соображения.** Однако, в конце концов, она смогла признать, что возможно, Ли сдаст экзамены.

Тут я сказала ей, с **огромным намерением**,³³ что планирую проследить, чтобы он перешёл в следующий класс. Если она просто будет ставить меня в известность, когда у него будут трудности, то не будет никаких шансов для провала на экзамене. С её стороны не потребуется никакого дополнительного времени или внимания. «Во-первых», - попросила я, - «не дадите ли вы ему выполнить те задания, которые вы упомянули? Иначе, как вы отметили, вы не будете знать, когда ему можно переходить в читающую группу».

«Да, я думаю, что смогу это сделать».

«Прекрасно. Я с нетерпением буду ждать, когда он принесёт их домой».

За несколько следующих дней Ли приносил домой по четыре или пять листков с выполненными заданиями (все с оценкой «5»), и к концу недели он был своим человеком в читающей группе.

После этого его чтение хорошо продвигалось.

Слишком хорошо для «малоспособного ученика».

Это пример применения того, что я потом узнала о **Данных по Обучению**.

Глава 18

ВСЯКАЯ ВСЯЧИНА

Когда вы пытаетесь внести во что-нибудь порядок, беспорядок появляется и уходит. Поэтому усилия по внесению порядка в общество или любую его часть будут некоторое время производить беспорядок.

Весь фокус в том, чтобы продолжать вносить порядок и вскоре беспорядок уйдёт, а у вас останется упорядоченная деятельность. Однако, если вы ненавидите беспорядок и боретесь только с беспорядком, даже не пытайтесь внести куда-нибудь порядок, так как резонирующий беспорядок наполовину сведёт вас с ума.

Если вы можете вспомнить, как выглядела кухня последний раз, когда вы решили вымыть все кухонные шкафы, вы поймёте эту особенность беспорядка.

Это же произойдёт в вашей семье, если вы неожиданно измените свои методы обращения с вашим ребёнком. Он может на время стать более реактивным, чем был до этого. Он попытается нажать на все ваши кнопки (и он их узнает). Но не теряйте спокойствия.

Конечно, у вас будут трудности, если вашего ребёнка уже учили, контролировали, помыкали им, отрицали его право иметь собственные вещи. Вы меняете тактику в середине полёта. Вы пытаетесь дать ему свободу. Он настолько подозрителен к вам, что ему будет тяжело

³³ НАМЕРЕНИЕ: что-то, что человек желает сделать. Это импульс к достижению чего-то, идея, что человек осуществит что-то. Если ты НАМЕРЕВАЕШЬСЯ, чтобы что-то случилось, -- это случается, если ты НАМЕРЕВАЕШЬСЯ, чтобы это случилось.

приспособиться. ПЕРЕХОДНОЙ ПЕРИОД БУДЕТ ТРУДНЫМ. Но в конце, у вас будет хорошо организованный, дружелюбный ребёнок, заботящийся о вас и, что очень важно для вас -- ребёнок, который вас любит.

Первое, что вы могли бы предпринять, это собраться всей семьёй, чтобы обсудить ваши цели как группы. **ПОБОЛЬШЕ ОБЩАЙТЕСЬ.** Посмотрите, что сейчас делается для осуществления этих целей и что необходимо сделать, чтобы улучшить ваше движение вперёд. Решите, какая необходима коррекция и введите новые методы в действие. Производите повторную проверку и исправляйте, если дела идут не так. **Когда достигнута какая-то цель, осознайте это, дайте этому подтверждение (конец цикла действия) и установите новые цели.**

Вы можете обнаружить, как и я, что будет необходимо ввести жёсткую дисциплину, прежде чем вы сможете наилучшим образом использовать ваши новые знания.

Стулья и доска, которые я использовала, не избавили от аберраций. Но, они помогли мальчикам понять, что они могут взять ответственность за свои «банки». Это облегчило жизнь всем нам.

Никому из нас не нравится компания человека, который постоянно изрыгает повсюду свои эмоции. Он вызывает такой же дискомфорт, как и неддресированный щенок, бегающий туда-сюда по новому ковру.

Большинство из нас до некоторой степени соблюдают благопристойность, прежде чем начинают представлять хоть какую-нибудь ценность как друг, Мать, Отец или ребёнок, и до того, как смогут развить необходимый контроль, чтобы обеспечить постоянные достижения.

Когда вы даёте ребёнку задание, всегда следите за тем, чтобы оно было выполнено.

После того как он поймёт, что вы действительно намереваетесь проследить, чтобы каждое задание было завершено, позвольте ему делать это тогда, когда он захочет.

Игнорируйте любое побуждение к ВиО.

Просто поддерживайте в силе ваши исходные указания.

Он вскоре преодолет это и выполнит работу по собственному выбору.

Он всегда будет предпочитать делать то, что он сам решил делать.

Сейчас я вижу, что мальчики часто предупреждают мои желания и делают это самостоятельно. Ли наблюдает, как я готовлю обед, и занимает себя тем, что накрывает на стол.

Никогда не добавляйте к вашим указаниям отрицательное предположение, что они не будут выполнены: «НЕ ВЫХОДИ НА ДОРОГУ, ИЛИ Я ТЕБЯ ОТШЛЁПАЮ».

Так вы вводите исправление до того, как оно необходимо, и показываете недоверие. Также, реактивный ум почти всегда бросает вызов таким заявлениям.

Устанавливайте ваши правила, давайте указания и верьте в то, что им будут следовать.

Если у вас больше, чем один ребёнок, не относитесь к ним так, будто они все одинаковые. **ОНИ НЕ ПОХОЖИ.** Это может вызвать завистливое соперничество. Подарки и вещи нужно покупать, держа в уме индивидуальные качества.

Старшему ребёнку нужно давать больше привилегий и свободы. Помните, **ребёнок должен видеть преимущества взросления иначе он захочет оставаться ребёнком.** Однажды я слышала, как подруга делала замечание своему мужу: «Перестань хвалить девочку, ты её испортишь».

Это интересное предположение. Оно не верное.

Как мы можем испортить ребёнка? Сверх-потворствуя ему, когда его собственный вклад низок, принимая за него все его решения, слишком много думая и действуя за него, и не позволяя ему выбирать, что он хочет делать, кем хочет быть или что хочет иметь.

Мы не портим ребёнка, давая ему слишком много любви и восхищения, предоставляя ему выбор в делах, касающихся его, предоставляя ему исключительное право на его собственное пространство и вещи, или давая ему подтверждение и вознаграждая его как Духовное Существо.

Хорошие намерения есть у каждого родителя. Мы просто не всегда знаем, что является правильным. НЕ ВАЖНО, СКОЛЬКО ОШИБОК ВЫ СОВЕРШИЛИ В ПРОШЛОМ, НЕ ПОЗДНО ИСПРАВИТЬ ИХ ПРЯМО СЕЙЧАС. Я нахожу, что дети удивительно великодушны по отношению к ошибкам и овертам родителей.

Когда ребёнок критичен, несмотря на то, что его родители стараются изо всех сил, это означает только одно: - **он что-то висхолдирует от них.**

Делайте всё возможное, чтобы понять и повысить осведомлённость ³⁴ ребёнка. Это гораздо важнее того, что он может делать. **Он может быть неспособен ещё делать многое, но он может многое осознавать. Если, например, он знает, что может стать лучше и способен просить помощи, он далеко впереди обученного человека, который, тем не менее, не понимает, что что-то разрушает его жизнь и что ему можно помочь.**

Не составляйте мнение о ребёнке по тому, что он может (или не может) делать на данный момент. Помогайте развить его осведомлённость. По мере того, как он будет взрослеть, это скажется на тех вещах, которые он может делать.

В воспитании ребёнка вы можете дойти только до этого момента. После того как вы это сделали, осознайте, что вы закончили свою работу. Не пытайтесь дальше «растить» его. Жалко смотреть на родителей, которые всё ещё пытаются думать за выросшего сына или дочь. Вовремя выпустите их из рук, и ваши дети станут интересными, взрослыми друзьями.

НИ ОДИН ИЗ МЕТОДОВ ИЛИ СОВЕТОВ В ЭТОЙ КНИГЕ НА САМОМ ДЕЛЕ НЕ СОТРЁТ РЕАКТИВНЫЙ УМ ВАШЕГО РЕБЁНКА. ТОЛЬКО ПРОЦЕССИНГ СДЕЛАЕТ ЭТО. НО, ВОЗМОЖНО, ЭТИ МЕТОДЫ СДЕЛАЮТ ЛЕГЧЕ ВАШУ РАБОТУ В КАЧЕСТВЕ МАТЕРИ И ОТЦА.

Я привела лишь немного примеров.

³⁴ Осведомлённость – то, что человек сознаёт, способность осознавать обстоятельства жизни.

Чем больше вы узнаете о жизни, человеке и его поведении, тем лучше вы сможете выполнять любую работу, являясь ли это воспитание семьи, руководство заводом или доставка почты. Я надеюсь, что вы захотите узнать больше. Написано много превосходных книг. Курсы предоставляются в Организациях Центрах в каждой стране мира за исключением России (что показывает вам, насколько мы согласуемся с коммунизмом).³⁵

Возможно, вы попробуете идеи, изложенные здесь, и будете использовать те, которые у вас работают.

Не сомневаюсь, - вы достигнете в этом успеха.

Глава 19

ПОСЛЕСЛОВИЕ

Между началом написания этой книги и её завершением Пол (тринадцать лет) стал Клиром и я тоже (очередь Ли наступит через несколько лет).

Состояние Клир (от англ. clear – “чистый”) – вещь индивидуальная.

МЫ УНИКАЛЬНЫЕ ЛИЧНОСТИ, КАЖДЫЙ СО СВОИМИ ТАЛАНТАМИ, ОПЫТОМ И ЗНАНИЕМ.

Клирование убирает нежелательные мысли и эмоции, которые исходят из скрытого источника. Старые воспоминания и ассоциации больше не вползают в настоящее и не влияют на него. Появляется подлинное Духовное Существо. Он мыслит и вспоминает по своему собственному выбору, он снова полностью ответственен, как и должно быть.

Утром я стала Клиром, я закончила раннюю сессию процессинга и спустилась на кухню нашего английского загородного дома, чтобы приготовить кофе. Снаружи было холодно, темно и шёл дождь; но я ощущала себя укутанной в солнечный свет. Как-будто мой первый день Весны – тот первый день, когда можно выйти на улицу без тяжёлого пальто. Я чувствовала себя жизнерадостной, молодой и живой. Я хотела поиграть в чехарду с верхушками деревьев и снова влюбиться в жизнь.

Сегодня я в полном мире с самой собой. Семейные дела под хорошим контролем. Я больше не беспокоюсь о том, «Что станет с детьми?»

Я знаю.

Они будут помогать. Как и я. Мы будем искать оставшихся людей, тех, кто всё ещё в зимней спячке, но уже достаточно пробудился, чтобы услышать, когда мы позовём их присоединиться к нам в солнечном свете.

Вместе мы будем делать всё что можем, чтобы вновь сделать эту планету разумной.

Я закончу цитатой; -- это речь, которую произнёс Пол в Центре, когда стал Клиром:

³⁵ Книга написана до 1980 г.

«Вот совет для тех из вас, у кого есть дети: **обращайтесь с ними как с Духовными Существами, а не как с детьми**».

Есть три причины, по которым ребёнок может проявлять низкий КИ.

- 1) Врождённые дефекты. Он родился с действительным повреждением голо
- 2) Аберрация. Слишком большая часть реактивного ума находится в рестимуляции, таким образом уменьшая его осведомлённость.
- 3) Промах в образовании. Во время его обучения были сделаны ошибки и их не исправили.

Самая большая ошибка современной культуры (в отношении интеллекта), это беззаботное смешивание в кучу трёх недостатков. Это грубая ошибка дорого обходится продвижению цивилизации, потому что можно что-то сделать, чтобы исправить аберрации и промахи в образовании. В Центре Развития Способностей Человека мы это и делаем.

Я наблюдаю последовательные примеры улучшения КИ после обучения и процессинга. Я проводила тесты студентам до и после того, как предоставляла им обучение и процессинг. И часто видела, как их КИ подпрыгивал на десять или пятнадцать пунктов. После двух лет обучения и процессинга мой собственный КИ поднялся на тридцать пять пунктов.

В 1964 году было проведено обширное исследование в области обучения. Знания, полученные в результате исследований, были введены в практику во всех Обучающих Центрах с превосходными результатами.

За пределами Центров Развития Способностей Человека, я не знаю сегодня ни одной школы или университета во всём мире, которые предлагали бы курс «Как обучаться?». И, если говорить без церемоний, трудно представить более существенный недосмотр.

В нашем Центре мы в настоящее время предлагаем Курс Обучения и Средства Исправления (для студентов, у которых трудности). Скоро мы добавим семинары для педагогов и, возможно, репетиторские услуги.

Я бы поступила несправедливо по отношению к материалам по Обучению, если бы включила их сюда. Они заслуживают отдельной книги. Однако, эти материалы доступны для обычной публики. Если ближайшая к вам Организация или Предоставляющий Центр не предоставляет курс, они помогут вам приобрести серию Плёнок по Обучению, которые можно прослушать дома.

Между тем, как родителям, вам важно знать, что ваш ребёнок не обязательно ограничен врождёнными способностями. Он ограничен в той степени, в которой не знает, как изучать предмет, и в той степени, в которой его учителя не знают, как исправлять трудности, с которыми он сталкивается.

Слишком долго мы ошибочно делали ударение на способности ребёнка, а не на методы, с помощью которых его обучают.

ПРИНЦИП ПОСТЕПЕННОСТИ: постепенный подход к чему-либо: ступенька за ступенькой, уровень за уровнем, когда каждая ступенька или уровень легко усваиваются, так что, в конце концов, дойдя до очень сложного и трудного материала, вы относительно легко усвоите его. Суть постепенности состоит в том, что вы при этом просто способны сделать чуть больше, и ещё чуть больше, и ещё чуть больше, и, в конце концов, достичь желаемой цели.

ШКАЛА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ТОНОВ (не полная)

20,0 – ДЕЙСТВИЕ
8,0 – ВООДУШЕВЛЕНИЕ
4,0 – ЭНТУЗИАЗМ
3,5 – ВЕСЕЛЬЕ
3,3 – СИЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС
3,0 – КОНСЕРВАТИЗМ
2,9 – СЛАБЫЙ ИНТЕРЕС
2,8 – ДОВОЛЬНЫЙ
2,6 – НЕИНТЕРЕСУЮЩИЙСЯ
2,5 – СКУКА
2,4 – МОНОТОННОСТЬ
2,0 – АНТАГОНИЗМ
1,9 – ВРАЖДЕБНОСТЬ
1,8 – БОЛЬ
1,5 – ГНЕВ
1,4 – НЕНАВИСТЬ
1,3 – НЕГОДОВАНИЕ
1,2 – ОТСУТСТВИЕ СОЧУВСТВИЯ
1,15- НЕВЫРАЖЕННОЕ НЕГОДОВАНИЕ
1,1 – СКРЫТАЯ ВРАЖДЕБНОСТЬ
1,02- БЕСПОКОЙСТВО
1,0 – СТРАХ
0,98- ОТЧАЯНИЕ
0,96- УЖАС
0,94- ОЦЕПЕНЕНИЕ
0,9 – СОЧУВСТВИЕ
0,8 – ЗАДАБРИВАНИЕ
0,5 – ГОРЕ
0,375-ЗАГЛАЖИВАНИЕ ВИНЫ
0,2 – САМОУНИЧИЖЕНИЕ
0,05-АПАТИЯ
0,0 – СМЕРТЬ