**[Вопросы, которые задают родители](http://cpms-smol.ru/parents/248-voprosy-kotorye-zadayut-roditeli)**

**Разве моя задача не состоит в том, чтобы направлять ребенка, руководить им? Разве он не нуждается в моем руководстве?**

Ну конечно же мы считаем, что ваш сын нуждается в вашем руководстве. Однако, что бы вы ни делали, ваш сын не избежит его влияния; в этом смысле вы просто не можете не руководить им. Но важно, на что именно указывает, на чем акцентируется ваше руководство, говорит ли оно вашему сыну: «Следуй моим решениям, ибо я знаю все лучше тебя, а ты не можешь принимать правильных решений» — или же оно говорит ему: «Ты можешь принимать собственные правильные решения».

Для того чтобы обеспечить наилучшее руководство, вы должны позволить и доверить вашему ребенку самостоятельно управлять и распоряжаться его жизнью. При этом вам все же не следует отказываться от своей способности контролировать происходящее. Обратите эту способность на себя и используйте ее для того, чтобы внести в вашу собственную жизнь все то, чего вы хотите.

**Разве не должны мой муж и я проявлять согласованность друг с другом?**

Мы считаем согласованность очень важной, но не ту согласованность, которая предписывает, что вы и ваш супруг должны все делать одинаково. Вы и он — разные люди, у вас разные желания и разные переживания. Кроме того, у каждого из вас эти желания и переживания постоянно изменяются. Поэтому обычно нельзя требовать согласованности в том смысле, что вы и ваш муж приходите к одним и тем же решениям, как следует действовать в той или иной ситуации.

Существует другой тип согласованности, который гораздо более значим. По своей сути это ваша согласованность с самой собой — в том смысле, что вы всегда руководствуетесь собственными переживаниями и желаниями и знаете, что вне зависимости от того, каким образом меняется ситуация, вы можете положиться на себя, ибо способны позаботиться о самой себе.

Если вы действуете таким вот образом, то ваши желания и переживания могут меняться, а ваше поведение, изменяясь, будет соответствовать им; но при этом вы останетесь верны самой себе. Подобная линия поведения важна и для вас, и для вашего ребенка.

Кроме того, если вы верны себе, а одно из ваших желаний — счастливые взаимоотношения с мужем, вы проявите преданность и по отношению к нему, стараясь, чтобы его дела шли как можно лучше, и никоим образом не станете препятствовать им. Вы будете доверять вашему супругу в том, что он может справиться с возникающими у него проблемами, делая это по-своему.

**Разве родители не обязаны устанавливать ограничения? Как же я могу это делать, если не собираюсь даже пытаться контролировать то, что делает ребенок?**

Да, устанавливать ограничения — действительно важное дело. Но можно делать это, вводя ограничения не на то, как будет вести себя ваш ребенок, а на то, как будут относиться к вам.

Вы можете ясно сформулировать, какого рода обращения с собой вы хотите, вы можете занять твердую позицию, чтобы добиться такого обращения, и, наконец, вы можете дать понять, что именно вы предпримете, чтобы позаботиться о себе в том случае, если к вам будут относиться иначе.

**Разве не я отвечаю за моего ребенка? Он ведь не просил, чтобы его рожали.**

Мы не раз слышали, как и родители, и дети упоминали этот аргумент: «не просили, чтобы рожали» или «не просили, чтобы усыновляли»; обычно они говорили это для того, чтобы оправдать то одностороннее детско-родительское отношение, в котором родитель испытывает чувства вины и долга, а ребенок — чувство возмущения от того, что ему не дают еще большего Для нас это замечание звучит алогично; если учитывать тот контекст, в котором оно здесь используется, то вы также не просили, чтобы вас рожали. В факте рождения мы видим отнюдь не чей-то подарок, но скорее обретение человеком его собственного дарования, сущность которого состоит в праве и обязанности отвечать за свое собственное Я. Чем, кроме этого, располагает любой из нас?

Нет, мы не думаем, что ваш ребенок является вашим подответственным, потому что он или она не является вашей собственностью. Ваш ребенок отвечает за себя; вы отвечаете за себя.

**Разве не эгоистично заботиться о себе?**

Нет. В том смысле, в котором мы описываем это здесь, дело обстоит как раз наоборот.

Альтруизм и проявление заботы о других представляются нам высшей формой человеческого существования. И все же в этом есть нечто почти парадоксальное. Альтруизм имеет смысл лишь в том случае, если вы даете нечто другим, потому что хотите этого, т. е. если альтруистический поступок является в то же самое время заботой о себе: вы даете нечто другому потому, что вам доставляет удовольствие видеть счастливым другого человека.

Если же вы даете нечто другому по обязанности, потому что вы должны, или даете и одновременно жалеете об этом, или же ждете чего-нибудь взамен, то альтруистическое даяние превращается уже во что-то иное.

Мы полагаем, что важно усвоить эту разновидность даяния — потому-что-вы-хотите-давать; первый шаг в этом направлении состоит в том, чтобы научиться заботиться о себе.

Наш опыт показывает: если люди становятся восприимчивыми и преданными своим собственным желаниям, они обнаруживают, что одно из самых благородных желаний — стремление помогать другим, любить их и жить, сотрудничая с ними. Таким образом забота о других людях оказывается глубочайшим проявлением заботы о себе.

**Детям непросто взрослеть в современном мире; я глубоко переживаю за мою дочь и хочу помочь ей.**

Мы, безусловно, можем понять эти глубокие переживания, но в то же время стремление опекать вашу дочь чревато пагубными последствиями. Ваша дочь с меньшими трудностями станет взрослой, если дать ей понять следующее: вы верите в то, что она может прекрасно преуспеть в жизни.

**А как быть с образом Я у моего ребенка? Я часто говорю дочери, что люблю ее, поэтому она будет думать, что о ней заботятся.**

Мы согласны с тем, что образ Я и ощущение ребенка, что он способен самостоятельно справляться с трудностями, крайне важны. Поэтому вопрос состоит в следующем: что вы как родитель можете сделать, чтобы повысить самооценку дочери и упрочить ее ощущение, что она вполне может справляться с трудностями?

Лучше всего поможет в этом, на наш взгляд, изменение вашего представления о дочери, восприятие ее как человека, который способен преодолевать трудности; именно это представление должно лежать в основе всех ваших действий и поступков.

**Как же могут изменения во мне помочь моему сыну? Могу ли я что-либо сделать, если он не захочет измениться тоже?**

Да, многое вы можете сделать сами.

Некоторые из проступков вашего сына связаны с вашим поведением.

Если вы измените свое поведение, он уже больше не сможет поступать тем же самым образом, и, с вашей точки зрения, его изменившееся поведение вполне можно будет рассматривать, скорее всего, как изменившееся к лучшему по сравнению с тем, каким оно было раньше.

Некоторые из проступков вашего сына могут вытекать просто-напросто из того, каков он сам по себе. Поэтому лучше всего научиться не проявлять излишнего, ненужного беспокойства в этих случаях.

И, конечно же, необходимо научиться принимать на себя ответственность за то, чтобы сделать собственную жизнь счастливой.

Это принесет пользу не только вам, но окажется вероятно, одним из наиболее эффективных приемов способствующих тому, чтобы ваш сын изменился в лучшую сторону.

**Не считаете ли вы, что детей следует просто оставить на произвол судьбы и не заботиться о них?**

Одно дело заявить: «Давай, давай, делай все, что ты хочешь. Мне все равно». Другое дело сказать: «Я беспокоюсь о том, что, сделав так-то и так-то, ты можешь пострадать из-за этого, и я верю в твою способность поступать так, как будет правильно для тебя. И я действительно забочусь о твоем благополучии». Мы поддерживаем, конечно, последнюю точку зрения.

**А как же сделать так, чтобы восстановить близость с детьми? Мы привыкли к близким отношениям с ребенком, а теперь сын держится с нами отстраненно.**

Когда вы были близки, ваш сын был маленьким. Вы говорили ему, что следует делать, и он обычно так и поступал. Подростковые годы — это как бы подготовка к тому времени, когда и сын станет большим и когда никто из вас не будет уже говорить другому, что надо делать и как следует поступать. Вот почему ваш ребенок отходит, отстраняется от роли «я маленький» и готовится к возрасту «я большой». Это отстранение вполне естественно и обычно непродолжительно. Будьте терпеливыми, и близость между вами, скорее всего, вернется в новой, взрослой форме.

**А как же опасности? Я боюсь позволять моему ребенку делать то, что он хочет, так как это может принести ему вред.**

Нас настолько глубоко беспокоит этот вопрос, что мы рискнем сказать болезненную для некоторых из вас правду: ваши продолжающиеся попытки контролировать ребенка еще ближе подталкивают его к опасности.

Передача ребенку ответственности за его собственные действия дает ему возможность выработать наилучшую защиту от опасности — трезвомыслящий интеллект, который приспособлен к тому, чтобы заботиться о себе.

**Что если мой супруг не будет сотрудничать со мной при использовании предлагаемого вами подхода?**

В отношении этого вопроса мы должны высказать два важных замечания.

1. Принципы, которые мы описали в этой книге, приложимы не только к подросткам. Они действуют также применительно ко всем иным разновидностям межличностных отношений. Если ваша проблема — отношение к вам и/или детям вашего супруга, то перечислите обусловленные этим отношением более частные проблемы, распределите их на пункты, непосредственно влияющие на жизнь вашего супруга и на вашу собственную жизнь, и используйте для проработки этих пунктов все те принципы, которые были сформулированы в данной книге.

2. Непременно «позвольте» вашему супругу и вашему ребенку устанавливать такие взаимоотношения, которые представляются им наилучшими. Например, если вы хотите общаться с вашим ребенком в ненапряженной и благожелательной манере и ведете себя соответственно, а ваш супруг и ваш ребенок считают возможным взаимодействовать друг с другом посредством распоряжений, взаимных обид и упреков, то пусть они так и делают. Придерживайтесь того, чтобы заботиться лишь о проблемах, непосредственно влияющих на вашу жизнь и на то, как вы относитесь к другим людям.

Даже если ваш супруг сотрудничает с вами, но не ведет себя «в точности так», как вы, не принуждайте его к этому, но позвольте действовать таким образом, который устраивает его.

***Материал из книги Байярд Р.Т., Байярд Д.***

***«Ваш беспокойный подросток»***

http://cpms-smol.ru/parents?start=70