



Коэн Л. Дж.

Помощь родителям в нравственном развитии детей*

Лоуренс Дж. Коэн, PhD, лицензированный психолог, автор, спикер и консультант (Бостоне, штат Массачусетс, США)

Статья посвящена помощи родителям в нравственном воспитании детей социопатов, т.е. тех, кто нарушает принятые в социуме нормы поведения. Многие родители боятся, что их дети не смогут стать в достаточной степени социализированными. В публикации рассматриваются способы взаимодействия с такими детьми. Используется определенная модель совести, которая включает ряд компонентов. Среди них выделяются: нравственное понимание, управление побуждениями, внутренний голос, эмпатия и сострадание. Описывается процесс формирования этих четырех компонентов здоровой совести. Показана необходимость тонкого и деликатного взаимодействия, основанного на умении видеть скрытые мотивы поведения детей, что позволяет рассчитывать на позитивный прогноз их морального развития.

Ключевые слова: нравственное воспитание, социопаты, социализация, эмпатия, совесть, сострадание, нравственное понимание, управление побуждениями.

Для цитирования: Коэн Л. Дж. Помощь родителям в нравственном развитии детей // Современное дошкольное образование. – 2019. – №4(94). – С. 60–63.

Многих современных родителей вызывает беспокойство тот факт, что их маленькие дети пренебрегают социальными нормами и у них отсутствуют угрызения совести или сочувствие, когда они причиняют кому-то боль. Они боятся, что их дети – начинающие социопаты. В статье будут рассмотрены основные принципы взаимодействия с детьми, испытывающими трудности в эмпатии и самоконтроле, основанные на богатом опыте проведения психотерапии.

Обычно достаточно нескольких минут наблюдения за семьей или разговора с родителями, чтобы исключить редкий диагноз социопатии. Даже когда дети довольно агрессивны и испытывают трудности с коммуникацией, ситуация, как правило, тоньше, чем предполагает этот экстраординарный ярлык, поэтому ободрение, безусловно, необходимо. Почти все дети обладают некоторой способностью к эмпатии, сотрудничеству и доброте, хотя вам, возможно, придется поискать примеры.

Конечно, большинство родителей действительно беспокоятся, будет ли их ребенок добрым, вдумчивым и законопослушным взрослым.

* Эта статья была опубликована в журнале Psychotherapy Networker (осень 2015), в несколько переработанном виде.

Поэтому я обычно сочетаю заверения о том, что все будет хорошо, с признанием того, что есть серьезные проблемы, и чем скорее они будут решены, тем лучше. Среди взрослых встречается гораздо больше эгоцентричных, несносных людей, чем социопатов! Я склонен рассматривать эти типы трудностей с точки зрения разобщенности и эмоциональной перегрузки и уверен, что терапия может помочь семьям восстановить связи и помочь детям выражать свои эмоции нормальными способами. Как правило, в комнате ощутимо витает облегчение, хотя иногда родители не верят мне, пока я не увижу их ребенка в «худшем» состоянии, но я *по-прежнему* стою на своем.

По мере того как мы переходим от страхов социопатии к сложностям нравственного развития, я формирую дискуссию с помощью модели совести, состоящей из четырех частей:

1. Нравственное понимание. Оно начинается с правил и со временем перерастает в знание абстрактных этических принципов.

2. Управление побуждениями. Но это не означает их отсутствия.

3. Внутренний голос. Сердце совести – это внутренняя реакция на собственное поведение – приятный блеск правильного поступка в сравнении с мукой моральной тревоги, стыда,



Assistance to Parents in the Moral Development of Children

Lawrence J. Cohen, PhD, licensed psychologist, author, speaker, and consultant, Boston, MA, USA.

This article is devoted to assistance to parents in the moral upbringing of children of sociopaths, i.e. those who violate socially accepted norms of behavior. Many parents are afraid that their children will not be able to become socialized. The publication discusses ways of interacting with such children. A certain model of conscience is used, which includes a number of components.

These include: moral understanding, motivation management, inner voice, empathy and compassion. The process of forming these four components of a healthy conscience is described. The need for subtle and delicate interaction based on the ability to see the hidden motives of children's behavior, which allows us to count on a positive forecast of their moral development, is shown.

Keywords: moral education, sociopaths, socialization, empathy, conscience, compassion, moral understanding, motivation management.

For citation: Cohen L.J. (2019). Assistance to parents in the moral development of children. *Preschool Education Today*. 4:13, 60–63 (in Russian).

вины и угрызений совести. Наш внутренний голос также побуждает нас брать на себя моральную ответственность, исправлять межличностные разрывы и делать добро ради себя, а не ради награды или из-за страха наказания.

4. Эмпатия и сострадание. Это уровень, выходящий за пределы нашего «я», уводящий нас от черствости, зависти, жестокости или использования других людей для нашей собственной выгоды. Как говорил Далай-лама: «Сделай меня единым со всем».

Эти четыре аспекта здоровой совести развиваются неравномерно. Многие дети понимают, что это правильно, но не могут собраться, регулировать свое поведение, чтобы сделать это. Дети с неконтролируемыми побуждениями могут испытывать чувство вины за свое поведение или оправдать его как достаточно приемлемое. Как сказал мне десятилетний мальчик о драках со своей сестрой: «*Все началось, когда она ударила меня в ответ*». Каждый из этих аспектов может быть слабым, сильным или излишне суровым и жестоким. Дети-говоруны, например, имеют такой сильный контроль над своими побуждениями, что пытаются распространить этот контроль на других детей: «*Я так хорошо контролирую свои побуждения; все остальные тоже должны*». И многие импульсивные дети ругают себя за незначительные или воображаемые нарушения, даже при том, что обладают железным контролем своих побуждений.

Совесть не растет, как дерево, постоянно вверх и вширь. Нравственное понимание и уп-

равление побуждениями весьма тонки и исчезают при сильных эмоциях. Например, приступ ревности может заставить ребенка забыть правило о том, что нельзя бить других. Каждый родитель знает, что дети более импульсивны, когда им скучно, они голодны, устали или испытывают стресс. Переживания эмпатии и взаимосвязи не похожи на фонетику – расшифрованные один раз, а затем всегда доступные. В результате, заверение, что ребенок – *не социопат*, должно включать в себя мысль о том, что путь к морали медленный и ухабистый.

Но родителям нужно больше, чем простые заверения. Они нуждаются в помощи, способствующей развитию здоровой совести детей, особенно когда внутренние ориентиры родителей чрезмерно ориентированы на репрессии, а их собственный запас эмпатии и сострадания низок. Как и во всех аспектах воспитания, добрые отношения, игра и юмор приводят к большему, чем наказания, морализм и лекции. Ниже приведены некоторые конкретные сценарии, разработанные на основе модели совести.

«**Ты же знаешь, что не должен бить своего брата**». Есть знание и есть доступ к знаниям. Родители часто испытывают сейсмический сдвиг в эмоциональном понимании, когда узнают, что знания недоступны, когда детей переполняют эмоции. По меткому замечанию Даниэля Сигеля, у этих детей «сорвало крышу». То есть их кора отключилась, потому что лимбическая система перегружена. Чем позже были приобретены знания и чем сильнее эмоции, тем



больше вероятность того, что знания «вылетят в окно». Эмоции маленьких детей очень сильны, а их моральные знания очень свежи. Для того чтобы информация о правилах (и желание следовать им) была доступна здесь и сейчас, детей нужно успокаивать, а не ругать. Наказание просто заставляет детей «терять голову» чаще и дольше. Родителям также полезно мягко напоминать, что у взрослых тоже часто «сносит крышу», и они забывают, что знают об эффективном воспитании.

«Я тебе сто раз говорил...» Моральное поведение довольно сложное, и чтобы добиться в нем мастерства, требуются сотни или тысячи повторений, напоминаний и практических занятий. Я напоминаю родителям, чтобы они не ожидали, что их ребенок будет ходить, не падая, или читать, не делая ошибок. Социальное и моральное поведение, такое как соблюдение и следование правилам, намного сложнее и требует еще больше времени для освоения. (Меня часто раздражает необходимость повторять эту информацию родителям много раз.) Я рекомендую родителям взять ребенка на руки и сказать как можно более мягко: *«Я просто не могу поверить, что это случилось снова! Давай еще раз пройдемся по этим правилам»*. Лучше всего сказать это с сердечной улыбкой, которую я называю «у тебя нет проблем», потому что дети не могут хорошо обдумывать или усваивать ценности, если они боятся осуждения или наказания. Многие родители опасаются, что любовь и эмпатия после проступка «вознаграждают плохое поведение», но на самом деле это восстанавливает связь, которая является краеугольным камнем нравственного развития.

Контроль над побуждениями также находится в процессе становления. Это очень долгая, медленная работа, как может засвидетельствовать любой родитель. Малыши часто озвучивают внутреннюю борьбу вслух, пытаясь усвоить свои знания правил и способность следовать им: «Нет, нет, нет, не причиняйте вреда ребенку». Чтобы сделать свой внутренний голос сильным, но не жестоким, дети нуждаются в возможности постепенно развивать контроль над побуждениями, не будучи перегруженными стыдом, унижением, презрением или чувством вины. Это требует ограничений, которые установлены как любовью, так и твердостью.

«Она должна была знать...». Родители говорят это все время, но это не вписывается в модель из четырех частей. Либо ребенок не знал – проблема нравственного понимания, либо ребенок знал, но его импульсивность или эмоци-

ональность перевешивали это знание – проблема управления побуждениями. Первый ребенок нуждается в терпеливом и любящем процессе повторения, чтобы полностью усвоить правила; второй ребенок нуждается в помощи, регулирующей эмоции и обуздывающей побуждения.

«Он специально вел себя вызывающе». Родители становятся раздраженными, когда видят намеренное неповиновение, в отличие от случайного неповиновения. Я понимаю, почему это сбивает с толку. Ребенок уже обладает знаниями и, кажется, не действует импульсивно. Родителям нужна помощь, чтобы понять, что наказание не решает эту проблему. На самом деле наказание часто является основной причиной такого поведения. Когда моральные ограничения слишком суровы, дети часто пытаются восстановить чувство контроля и свободы воли путем неповиновения – по крайней мере, они могут решить, когда и где «упадет топор». Дети с чрезмерно разрешающими родителями могут нарушать правила, чтобы определить скользкие границы.

«Скажи, что ты сожалеешь». Истинное сочувствие и раскаяние не могут быть принуждены. Многие дети заучивают механическую формулу извинения, а затем смущаются, когда неискренность не устраняет трещину в отношениях. Другие отказываются извиняться неискренне. Эти дети, как правило, особо чувствительны, но их обвиняют в недостатке эмпатии! Один двенадцатилетний мальчик часто попадал в неприятности из-за того, что врзался в людей (у него были некоторые проблемы), и в еще большие неприятности из-за того, что не извинялся. Сотрудники его школы настаивали на том, что у него нет способности к эмпатии, что встревожило его родителей, которые позвонили мне. Всего за несколько бесед стало ясно, что мальчик эмоционально отстранялся всякий раз, когда кто-то злился на него, и полностью замолкал, когда взрослые пытались заставить его извиниться. Если они будут продолжать в том же духе, это давление активизирует сильную потребность ребенка в автономии, и это заставит его полностью отказаться от извинений. Его равнодушие выглядело как отсутствие раскаяния, но это было не так. Когда у ребенка было достаточно времени и места, он обладал очень острым чувством моральной ответственности и являл собой глубокий источник подлинной эмпатии.

Конечно, нам всем нужно учиться социальным тонкостям, таким как «Спасибо за прекрас-



ный подарок», но мы также должны уважать тех детей, которые более привержены искренности, чем социальным благам. Вместо вынужденных извинений я хотел бы сказать детям: «Мы должны сделать это правильно, у кого-нибудь есть идеи, как мы можем это сделать?» Эта формула учитывает как восстановление отношений, так и эмоциональную искренность.

«Мне не жаль ... мне все равно». Очень немногие дети действительно имеют это в виду, когда говорят «мне все равно» после того, как они кого-то обидели. Я склонен думать, что «мне все равно» на самом деле означает, что *мне нужна помощь в воссоединении – с моими братьями и сестрами, с тобой или с моим собственным внутренним голосом.* Разобщенность заставляет их прятать свое раскаяние и эмпатию, делая вид, что у них их нет. Часто это реакция на слишком резкие действия родителей в ответ на незначительные нарушения. Вместо того чтобы усвоить моральные принципы, они могут восстать против этой внешней совести и начать действовать. Или, возможно, у них очень сильная совесть, настолько сильная, что они съеживаются перед ней и пытаются избежать ее. *Если я не несу ответственности, я могу избежать возмездия со стороны моей суровой совести.* Часто родители взваливают еще больше вины поверх сильного внутреннего раскаяния, и это слишком много для ребенка, поэтому они полностью закрывают свою совесть. Родители, как правило, испытывают трудности с пониманием того, что лучший способ научить детей эмпатии – это сопереживать им, даже если они «этого не заслуживают».

«Я ужасен». Когда дети имеют чрезмерно суровый внутренний голос, с беспричинными приступами вины и стыда, я часто говорю: «Могу ли я на минуточку поговорить с твоей совестью?» Они обычно улыбаются и соглашаются, и я продолжаю: «Итак, совесть Сары, я рад, что ты сильна и держишь ее подальше от неприятностей. Но я вижу, что ты действительно заставляешь ее страдать из-за ее чувств, мыслей и даже мечтаний, и я должен сказать тебе, что *это не твоя работа.* Твоя задача – сохранить ее нравственным человеком, а не контролировать ее мысли и чувства. И ты также закликаешься на ошибках, например, на тесте или рисовании картинки. Ошибки не аморальны, это просто ошибки! Чувства – это хорошо, ошибки – это хорошо, и если бы всех пришлось наказывать за их подлые мысли, мы бы все долго стояли в углу».

«Как бы ты хотел сделать это?» Прошло уже более ста лет с тех пор, как Фрейд опубликовал *«Толкование сновидений»*, но родители все еще шокированы тем, что их дети испытывают жестокие, сексуальные и мстительные желания. Мы можем помочь родителям перестать путать управление побуждениями с отсутствием желаний. Конечно, после того, как родители убедились в универсальности побуждений, они все еще нуждаются в руководстве, чтобы помочь своим детям управлять ими. Я призываю их сначала сосредоточиться на том, чтобы успокоить свое эмоциональное состояние, чтобы затем они могли успокоить своего переполненного эмоциями ребенка. Следующим шагом будет научиться признавать потребности, желания и стремления своего ребенка, даже если они не могут быть выполнены («Ты хочешь, чтобы каждый день был твоим днем рождения») и отражать все чувства своего ребенка, а не только «хорошие» («Ты действительно без ума от этого»). Наконец, я советую родителям переводить проблемы в игровую форму, например, играя в игры с созданием и нарушением правил («Что бы ты ни делал, не трогай эту подушку!»).

Не соционат. Одна из моих целей – помочь родителям понять, что скрывается за поведением их детей – хорошим или плохим. Основные понятия играют решающую роль для эмоционального и нравственного развития. Первый раз я встретил Теда дома. Когда я стоял в дверях, его мать придержала собаку, которая, по ее словам, недолюбливала незнакомцев. Тед широко улыбнулся и сказал собаке: «Фас!» Его мать была в шоке. Я отшатнулся в притворном страхе и сделал вид, что спрятался за вешалкой. Он засмеялся, и в итоге мы отлично провели время, играя и проводя эффективную терапию. Сначала я должен был помочь матери Теда понять, что он не жестокий и бессердечный садист. Я полагаю, что Тед просто показывал свою внутреннюю борьбу с агрессивными импульсами, а также проверял меня и – как собака – защищал свою маму. Как только он увидел, что может привести свою агрессию в действие, он отбросил маску холодности и бессердечия и нашел новый способ взаимодействовать с миром. Как и почти все дети, которых мы наблюдаем, Тед не был подающим надежды соционатом, нуждающимся в более твердой руке, но перегруженным маленьким мальчиком, которого нужно было принять и понять без осуждения или стыда. ■