

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЯРЛЫКИ: КАК РОДИТЕЛИ НАВЕШИВАЮТ ИХ НА ДЕТЕЙ

Дети начинают проявлять свой темперамент уже с самого раннего возраста. Мы эти проявления, конечно, замечаем и... судим о них порой слишком поверхностно и безапелляционно. «Тихоня», «упрямец», «мечтатель», «забияка» – такие психологические ярлыки могут приклеиться надолго, а избавиться от привитой с детства самооценки потом будет нелегко. А что, если нам поучиться смотреть на наших малышей другими глазами?



Трехлетняя Полина с недавних пор увлеченно исследует разные грани своих женских чар: подолгу рассматривает себя в зеркале, накручивает на пальчик прядки волос, чтобы получились локоны, и строит умильные глазки всем, кто готов ею восхищаться. «Кокетка, модница!» – растроганно повторяют бабушки и тети... Чем и приводят Полину маму в отчаяние: «Зачем же ей все время твердить об этом? Мне кажется, что сейчас дочка просто-напросто поняла, что она – девочка! Кто сказал, что кокетство навсегда останется чертой ее характера? А ведь когда она слышит, что ее называют модницей, то еще больше начинает кокетничать и кривляться...» Непоседа, тихоня, упрямец, мямля, мечтатель, забияка... Наши малыши начинают познавать себя, и часто в очень раннем возрасте, через разнообразные эпитеты, произносимые в их адрес взрослыми, в том числе и нами, их родителями! Фундамент будущей «репутации» закладывается порой еще до рождения: несколько лихих пируэтов в мамином животе – и готово дело, малыша уже окрестили непоседой или драчуном... И через несколько дней после его появления на свет звучит «уточненный диагноз»: «Какой же он крикун... Ну вылитый папаша!» Что с того, что плакал он просто потому, что у него болел животик или начала подниматься температура? «Мы часто воспринимаем человека не таким, каков он есть на самом деле, а таким, каким мы его себе представляем, – объясняет французский психотерапевт Николь Приер. – А если речь идет о нашем ребенке, то мы невольно «дополняем» его портрет и штрихами из нашей собственной биографии, и нашими желаниями или страхами...»

## У него такой характер...

Нужно следить, чтобы положительные на первый взгляд слова не превратились для ребенка в тяжелое бремя, в тот самый коварный и прилипчивый ярлык.

Увы, но это правда: мы легко выносим суждения о наших чадах, но при этом скорее слушаем себя самих, нежели пытаемся увидеть их реальные достоинства. Это объяснимо: ведь перед нами ребенок, о котором мы мечтали, мысленно представляли себе его во всех подробностях задолго до того, как он впервые увидел свет. И, рисуя его портрет, наверняка «вписали» в него все наши самые заветные желания. Далее в популярную игру «На кого он похож?» включаются все без исключения члены семьи: малыш получает звание сладкоежки («Ну точно тетя Света!»), упрянца («Весь в отцовскую родню!») или хохотуна («Мамина порода!»).

Подобные психологические ярлыки порой служат родителям и для того, чтобы распределить роли между родными братьями и сестрами. «В один прекрасный день я обнаружила, что отношусь к своим мальчикам совершенно по-разному, – признается Карина, мама 6-летнего Саши и 4-летнего Матвея. – Старшего я воспринимаю как чистого интеллектуала, а младшего – как шалуна, для которого главное в жизни – это побегать и попрыгать. Конечно, они разные, но я своим отношением до сих пор только подчеркивала и закрепляла эту разницу. Например, в зоопарке, рассказывая о том, из каких краев приехал тот или иной зверь, я обращалась в основном к Саше – а ведь Матвей прекрасно мог понять этот рассказ и извлечь из него пользу!» И, наконец, подобное «наклеивание ярлыков» иногда вызвано просто-напросто желанием родителей успокоить себя: мы своего ребенка хорошо знаем и понимаем, поскольку смогли дать его характеру такое ясное определение. Решить раз и навсегда, что малыш сорвиголова, тихоня или привереда, – это способ отгородиться от той загадки, которую он собой представляет, и необходимости ее разгадывать.





## Бремя суждений

Желание родителей понять и какими-то словами определить характер своего ребенка совершенно естественно. А что значат эти слова для самого малыша? Начнем с позитивных моментов. Ребенок осознает, каким именно видят его родители, и на основании этой «картинки» строит свой характер. С этой точки зрения родительская оценка может подчеркнуть достоинства ребенка («Ты у меня смельчак!»), помочь почувствовать себя личностью. Но при этом нужно следить, чтобы положительные на первый взгляд слова не превратились для ребенка в тяжелое бремя, в тот самый коварный и прилипчивый ярлык. Прежде всего ребенок хочет доставить удовольствие своим родителям, завоевать их любовь. И для этого он постарается как можно точнее соответствовать их ожиданиям, даже если они совсем не похожи на то, что он собой представляет!

У малыша практически нет иных критериев самооценки, кроме тех, что предлагают ему родители. Отец и мать в его глазах всемогущие боги, создавшие этот мир! Если оценка его личности (даже самая невинная) исходит именно от них, она может затронуть ребенка до глубины души и остаться в его сознании на всю жизнь.

## Суд посторонних

«Такой он застенчивый, совсем не похож на своего братика», – причитает бабушка. «Ваш ребенок слишком медлителен», – выносит приговор воспитательница. Ежедневно окружающие взрослые ставят оценки нашим детям, совсем не спрашивая нашего на то согласия. Как помочь малышам спокойно пережить эти суждения, часто поспешные, но способные ранить их надолго?

### Критический взгляд

Мы непрерывно судим друг друга – это в человеческой природе. Приучите ребенка вырабатывать свое собственное, независимое от окружающих суждение о разных вещах. В идеале в один прекрасный день он должен стать полностью независимой личностью. Но это большой труд, который продолжается много лет.

### **Принимать чужую точку зрения**

Даже если чье-то мнение о вашем ребенке не совпадает с вашим собственным, примите его к сведению, не чувствуя себя задетыми лично. Будьте открыты и внимательны к мнениям других людей. Может быть, в них есть доля истины...

### **Поговорите с ним о том, что о нем говорят**

Постарайтесь, чтобы ребенок выразил свои эмоции по поводу того, что о нем говорят. Спросите: «Тебе не нравится, когда тебя называют слишком нерешительным? А сам-то ты каким себя считаешь? Тебе бы хотелось быть другим?» Помогите ему обнаружить и развить в себе иные, не связанные с нерешительностью достоинства.

### **Превратить недостаток в достоинство**

Стеснительный человек обладает такими качествами, как сдержанность и скромность. Обратной стороной медлительности может оказаться прилежание, методичность. Важно помочь ребенку принять какую-то часть своего характера такой, какая она есть, и извлечь из нее выгоду.





## Право на перемены

Основной порок любых, даже положительных, психологических ярлыков заключается в том, что они, образно говоря, запирают ребенка в клетке того определения, которое мы дали ему однажды. Очень часто это происходит оттого, что родителям просто хочется удержать ребенка в его младенческом прошлом. Они не учитывают, что он постоянно меняется и с ним всегда что-то происходит!

Другой важный момент: определенный тип поведения ребенка может скрывать в себе причины, о которых родители и не догадываются. За маленьким Темой закрепилась слава рассеянного мальчика, растеряши. «По дороге из детского сада он не мог чего-нибудь не «посеять», – вспоминает его мама. – А дома ему все приходилось повторять по десять раз! Мы обратились к психологу, и оказалось, что на самом деле многие вещи в саду его просто пугали и этот страх поглощал всю его энергию и внимание. Мы прошли курс терапии, ребенок стал более спокойным... и гораздо менее рассеянным!»

Конечно, больше всего вреда детям приносят уничижительные ярлыки. Резко негативные суждения о нем втягивают ребенка в порочный круг, автоматически вызывают в нем агрессию. Весь этот негатив либо обратится вовне и превратится в бунт, либо в худшем случае уйдет внутрь и обернется против самого ребенка. Если малыша достаточно часто обзывать, к примеру, недотепой, он рискует очень быстро поверить в то, что это действительно так, и от его самооценки ничего не останется.

## Позвольте себя удивить

К слову сказать, и лестные ярлыки порой точно так же могут навредить ребенку. С ранних лет Вике внушали, что она невероятно способная, а она при этом... буквально умирала от страха! «Я знала, что меня переоценивают, чувствовала себя самозванкой, которую рано или поздно разоблачат, – признается она. – Я боялась допустить малейшую оплошность, которая, как мне казалось, неминуемо вызовет ужасное разочарование родителей». Так как же найти золотую середину? Речь, естественно, не о том, чтобы не позволять себе ни единого замечания в



адрес своего ребенка. Такое поведение для родителей просто неестественно. Вы можете, например, заметить, что малыш действительно не отличается ловкостью. Но только при условии, что это будет сказано с целью помочь ему избавиться от этого недостатка.

Самое главное – не воспринимать личность ребенка как некую неизменную данность. Следует быть осторожнее и с обидными словами, которые во гневе сами приходят нам на язык: «Растяпа!», «Увалень!», «Дрянная девчонка!» Естественно, что иногда мы сердимся на наших детей. Но нужно стараться разрядить раздражение иначе, ни в коем случае не прибегая к уничижительным репликам. Не надо упрекать ребенка в том, что он такой или сякой; лучше объясните ему: «Я сержусь, потому что ты сделал то-то и то-то». Не клеймите ребенка обидными словами, даже если он повторяет какую-нибудь глупость десятков раз подряд: ничто так не укрепит его в его недостатках.

На протяжении целой жизни маленький человек будет расти, двигаться вперед, выбирая порой совершенно неожиданные для вас дороги. Вместо того чтобы непрерывно искать в его поведении подтверждения несовершенств его характера, лучше настройтесь на волну поиска тех качеств, которых вы до сей поры в нем не замечали. «Попробуйте забыть все, что знаете о своем ребенке или думали, что знаете. Взгляните на него так, будто видите впервые в жизни!» Дайте своему малышу немного свободы от жестких суждений – так вы позволите ему постепенно сформировать свою истинную личность. И можете не сомневаться, ее черты вас приятно удивят!

---