

БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ

Каким бы ни был родной язык вашего ребенка, важно говорить на этом языке, ничего не требуя взамен. Выставлять условия нельзя. Безусловная любовь — наша путеводная звезда. Лишившись ее света, родители блуждают впотьмах. Она помогает нам верно оценить, к чему привели наши воспитательные усилия, и подсказывает, в каком направлении следует двигаться дальше. Поэтому прежде, чем обратиться к разговору о пяти путях, ведущих к сердцу ребенка, о «пяти языках», которыми мы, взрослые, можем выразить нашу любовь, давайте рассмотрим суть и значение безусловной любви.

Итак, что же такое безусловная любовь? Такую любовь ничто не в силах поколебать. Мы любим ребенка, даже если он некрасив и звезд с неба не хватает. Мы любим его, даже когда он не оправдывает наших надежд. Его достоинства и недостатки роли не играют. Мы любим ребенка, каким бы он ни был; и, что самое сложное, мы любим его, что бы он ни сделал. Это не значит, что любой его поступок мы одобряем. Это значит, мы любим ребенка и показываем ему это, даже если его поведение оставляет желать лучшего.

Не ведет ли это к вседозволенности? Нет. Просто во всем нужно быть последовательным. Так и здесь: сначала мы наполним сердце ребенка уверенностью в том, что мы любим его, что он нам очень нужен, и лишь потом будем заниматься его воспитанием и обучением. Ребенок, когда чувствует, что его любят, скорее прислушается к вам, и ваши наставления не вызовут у него протеста.

. Только от вас зависит, станет ваш ребенок полноценным членом общества или вырастет неуверенным, обозленным, замкнутым и безответственным.

КАК РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ ЛЮБОВЬ

Вырастить эмоционально здорового ребенка в наше время становится все более сложной задачей. Несмотря на все это, мы хотим обнадежить родителей. Мы хотим, чтобы ничто не омрачало ваших отношений с ребенком, чтобы между вами царила любовь. В этой книге речь идет об одной из основных родительских обязанностей — удовлетворять потребность детей в любви. Если дети чувствуют, что их по-настоящему любят, они скорее

прислушиваются к вашим наставлениям. Чтобы ребенок почувствовал вашу любовь, вы должны не только найти этот особенный путь к его сердцу, но и научиться *проявлять* свою любовь исходя из этого. Дети по-разному чувствуют любовь. Существует пять основных способов, которыми дети (и вообще все люди) выражают любовь. Вот они: прикосновение, слова поощрения, время, подарки, и помощь. Если в семье несколько детей, вряд ли их языки любви совпадают. У детей разные характеры, и любовь они понимают по-разному. С каждым вам придется говорить на его родном языке.

Давайте рассмотрим пять языков любви в контексте любви к детям.

СЛОВА ПОДДЕРЖКИ

Обычно родители часто употребляют слова поддержки, пока ребенок ещё маленький. Даже когда ребенок еще не понимает речи, родители говорят: "Какой красивый носик, какие красивые глазки, какие кудряшки" и так далее. Когда ребенок начинает ползать, мы аплодируем каждому его движению и высказываем "слова поддержки". Когда он начинает ходить и стоит, держась одной рукой за край дивана, мы стоим рядом и говорим: "Давай, давай, давай. Правильно, вот так. Вот так, иди". Ребенок делает полшага и падает. И что же мы говорим? Мы не говорим "Ты, глупый ребёнок. Ты что, ходить не умеешь?"

Наоборот: "О, молодец!" И он поднимается и пробует еще раз.

Почему же по мере взросления ребенка наши "слова поддержки" превращаются в слова осуждения? Когда ребенку семь лет, мы заходим к нему в комнату и говорим, чтобы он собрал свои игрушки в коробку. На полу - двенадцать игрушек. Мы возвращаемся через пять минут - семь игрушек в коробке. И что мы говорим? "Я сказала тебе собрать игрушки. Если ты их сейчас же не соберешь, то я..." А как же те семь игрушек в коробке? Почему мы не говорим "Ух ты, Джонни, - ты положил в коробку уже семь игрушек Молодец!"

Остальные пять, возможно, просто бы запрыгнули в коробку! По мере взросления нашего ребенка мы более склонны осуждать его за неудачи, чем хвалить за успехи.

Для ребенка, чьим основным языком любви является язык "слов поддержки", наша негативность, критика, требования наносят ужасный удар по его психике. Сотни тридцатипятилетних взрослых все еще продолжают слышать слова осуждения, прозвучавшие в их адрес двадцать лет назад: "Ты слишком толстая, никто и никогда не пригласит тебя на свидание". "Ты - не ученик. Тебя могут вышвырнуть из школы". "Поверить не могу, что ты такая тупица". "Ты - безответственный и никогда ни на что не сгодишься". Взрослые

сражаются с собственной самооценкой и чувствуют себя нелюбимыми всю жизнь, если их основной язык подвергается надругательству таким образом.

КАЧЕСТВЕННОЕ ВРЕМЯ

Качественное время - это безраздельное внимание, уделенное ребенку. Для маленького ребенка это сидеть на полу вместе с ним и катать мячик - туда, сюда. Мы ведем речь об игре в машинки и в куклы. Мы говорим об игре в песочнице и строительстве замков из песка, о том, чтобы проникнуть в его мир, делать что-либо вместе с ним. Когда вы - взрослый, то вы можете увлекаться компьютером. Но ваш ребенок живет в детском мире. И если вы, в конце концов, хотите провести его в мир взрослых, то вам придется сначала спуститься к его уровню.

По мере того, как ребенок взрослеет, у него развиваются новые интересы, и вы, если хотите удовлетворить его потребности, должны войти в них. Если он интересуется баскетболом, заинтересуйтесь баскетболом, играйте с ним в баскетбол, ходите с ним на баскетбольные матчи. Если он увлекся игрой на пианино, то вы, возможно, могли бы взять несколько уроков или, по крайней мере, послушать с полным вниманием его игру во время занятий. Когда вы уделяете ребенку безраздельное внимание, то это значит, что он для вас важен, и что вам приятно быть вместе с ним.

Многие взрослые, оглядываясь на свое детство, помнят мало из того, что говорили им родители, но помнят то, что родители делали. Один взрослый говорил: "Я вспоминаю, что мой отец не пропускал ни одной из моих игр в школе. Я знал, что ему интересно то, чем я занимаюсь." Для этого взрослого "качественное время" было крайне важным выражением любви. Если "качественное время"

является основным языком любви вашего ребенка, и вы говорите на этом языке, то есть вероятность того, что он позволит вам проводить с ним качественное время и в период его подросткового возраста. Если вы не уделите ему качественное время в ранние годы, он, скорее всего, в подростковом возрасте будет искать внимания ровесников и отвернется от родителей, которые в этот момент будут страстно желать проводить больше времени со своими детьми.

ПОЛУЧЕНИЕ ПОДАРКОВ

Многие родители и дедушки с бабушками слишком увлекаются языком подарков. Действительно, посещение магазина игрушек наталкивает на мысль, что родители считают язык подарков - единственным языком любви. Если у родителей есть деньги, то они склонны покупать своим детям много игрушек. Многие родители уверены в том, что это лучший способ показать любовь. Некоторые родители пытаются сделать для своих детей то, что в свое время не удалось их родителям сделать для них. Они покупают своим детям то,

о чем мечтали, когда сами были детьми. Но если это не является основным языком любви ребёнка, то подарки могут для него не иметь практически никакого значения в эмоциональном плане. У родителей - добрые намерения, но своими подарками они не удовлетворяют эмоциональные потребности своего ребенка.

Если подарки, которые вы дарите, быстро откладываются в сторону, если ребёнок редко говорит "спасибо", если ребенок не бережет то, что вы ему подарили, если он не любит ими, то, скорее всего язык "получения подарков" не является его основным языком любви. Если же, напротив, ребенок отвечает вам большой благодарностью, если он показывает подарки другим и говорит, какие вы хорошие, что купили их для него, если он кладет их на самое видное место в своей комнате, вытирает с них пыль, если часто и в течение продолжительного времени играет с ними, тогда, возможно, "получение подарков" является его основным языком любви.

Что если основным языком любви вашего ребенка является язык "получения подарков", а вы не можете себе позволить часто их покупать? Помните: суть не в качестве и не в стоимости подарка, "важен сам факт". Многие подарки могут быть изготовлены собственными руками, и иногда ребёнку они нравятся больше, чем дорогие, покупные подарки. Ведь зачастую дети больше играют с коробкой, в которую был упакован подарок, чем с самим подарком. Вы можете также найти бракованные игрушки и отремонтировать их. И этот процесс ремонта может стать общим проектом для ребенка и для родителей. Вам не нужно иметь много денег для того, чтобы обеспечить своего ребенка подарками.

АКТЫ СЛУЖЕНИЯ

Пока дети маленькие, родители постоянно совершают по отношению к ним "акты служения". Если бы они этого не делали, то ребёнок бы умер. Купание, кормление и одевание требует массу усилий в первые годы жизни ребенка. Затем приходит черед приготовления пищи, стирки и глажки. Затем - заворачивание завтрака в школу, вызов такси, приготовление уроков. Это все воспринимается многими детьми как нечто само собой разумеющееся, но для некоторых - это выражение любви к ним.

Наблюдайте за своими детьми. Смотрите затем, как они выражают свою любовь другим. Это — ключ к их языку любви.

Если ваш ребенок часто выражает благодарность за простые акты служения, это ключ, указывающий на то, что они важны для него в эмоциональном плане. Ваши акты служения в полном смысле несут к нему вашу любовь. Когда вы помогаете ему сделать практическую работу по какому - либо предмету, то это значит гораздо больше, чем хорошая оценка. Это значит. "Мои родители любят меня". Когда вы ремонтируете велосипед, то это значит гораздо больше, чем приведение его в рабочее состояние. Ваш ребёнок уезжает на нем с

полным сосудом. Если ребёнок постоянно предлагает вам свою помощь в работе, возможно, это означает, что он понимает под этим выражение любви и, скорее всего, "акты служения" являются его основным языком любви.

ФИЗИЧЕСКОЕ ПРИКОСНОВЕНИЕ

Уже давно известно, что "физическое прикосновение" многое говорит детям с точки зрения эмоций. Исследования показывают, что дети, которых носят на руках, часто развиваются в эмоциональном плане лучше, чем те дети, которых не носят. Обычно многие родители берут маленького ребенка на руки, баюкают его, целуют, прижимают к себе и говорят ему всякие глупые слова. Задолго до того, как ребенок начинает понимать значение слова любовь, он чувствует, что его любят. Объятия, поцелуи, держание за руку - всё это передаёт ребенку чувство любви. Обнимать и целовать подростка - это не одно и то же, что обнимать и целовать маленького ребенка. Ваш ребенок-подросток может противиться этому в присутствии своих ровесников, но это не значит, что он против того, чтобы вы к нему прикасались, особенно, если это его основной язык любви.

Если ваш ребенок часто подходит к вам, берёт вас за руку, слегка толкает вас, обнимает вас за ноги, когда вы проходите мимо него по комнате, хочет побороться с вами - все это указывает на то, что "физическое прикосновение" для него имеет очень большое значение.

Наблюдайте за своими детьми. Смотрите за тем, как ваши дети выражают другим свою любовь. Это - ключ к их языку любви. Замечайте их просьбы к вам. Во многих случаях их просьбы прямо связаны с их языком любви. Примечайте то, к чему они наиболее восприимчивы. Скорее всего, это указывает на их основной язык любви.

Язык любви нашей дочери - "качественное время". Поэтому, когда она росла, мы часто ходили с ней на прогулки. Когда она училась в старшей школе, посещая академию в Салеме - одну из самых старых в стране академий для девочек, мы совершали прогулки в живописных окрестностях старого Салема. Моравийцы отреставрировали деревню, которой уже более двухсот лет. Прогулка по вымощенным булыжником улицам возвращает вас в старые времена, когда жизнь была проще. Проходя по старому кладбищу, вы чувствуете реальность жизни и

смерти. В те годы мы прогуливались три раза в неделю по вечерам и вели долгие дискуссии, окружённые аскетическим ландшафтом. Сейчас она врач, но каждый раз, когда она приезжает домой, то почти всегда говорит; "Пройдёмся, папа?"- И я никогда не отказываю ей в ее просьбе.

Мой сын никогда не ходил со мной на прогулки. Он сказал: "Прогулки - это глупость! Это - поход в никуда. Если уж собрался куда-то, то лучше ехать".

"Качественное время" не было его основным языком любви. Как родители, мы часто пытаемся втиснуть наших детей в одну и ту же форму. Мы ходим в школу для родителей, читаем книги для родителей, обретаем прекрасные идеи и хотим поскорее придти домой, и испытать их на каждом из детей, но проблема в том, что дети - они разные, и то, что передаёт любовь одному ребенку, равным счётом ничего не передаёт другому. Если вы заставляете своего ребёнка идти с собой на прогулку с тем, чтобы уделить ему "качественное время", то это не расскажет ему о вашей любви. Если мы хотим, чтобы наши дети чувствовали себя любимыми, мы должны научиться говорить на языке любви наших детей,

Я уверен, что многие родители всей душой любят своих детей. Я также уверен и в том, что тысячам родителей не удалось говорить о любви на правильном языке, и тысячи детей в этой стране живут с пустым эмоциональным сосудом. Я уверен в том, что истоки правонарушений детей и подростков лежат в пустоте их сосудов эмоциональной любви.

Выражать любовь не поздно никогда. Если у вас взрослые дети, а вы поняли, что говорили с ними не на том языке любви, то почему бы вам не сказать им об этом? "Ты знаешь, я читаю книгу о том, как выражать любовь, и я понял, что все это время не самым лучшим образом выражал её тебе. Я пытался показать, что люблю тебя путём, но теперь я понимаю, что это, наверное, тебе мало о чём говорило, так как у тебя, скорее всего, совсем другой основной язык любви.

Я думаю, что твоим языком любви является язык "___" Знаешь, я действительно

тебя люблю, и надеюсь, что в будущем у меня лучше получится выразить тебе это" Возможно, вы даже захотите объяснить им пять языков любви и обсудить как ваш собственный, так и их языки любви.

Возможно, вы не чувствуете любви со стороны своих старших детей. Если они достаточно взрослые для того, чтобы понять концепцию языков любви, то ваше обсуждение может открыть им глаза. Вы, возможно, будете удивлены их готовностью начать говорить с вами на вашем языке любви и, если они это сделают, вы, возможно, будете удивлены тем, насколько станет меняться ваше отношение к ним и ваши чувства. Когда члены семьи начинают говорить на основном языке любви друг друга, эмоциональный климат в семье значительно улучшается.

ВАЖНАЯ МЫСЛЬ

Пять языков любви также применимы и к детям, хотя они могут и не осознавать своих действительных потребностей и могут понимать или не понимать свою реакцию. Для того чтобы быть хорошим родителем, практикуйте общение с каждым из детей на его языке любви. Регулярно говорите на всех пяти языках до тех пор, пока не определите основной язык любви каждого из детей.

1. Слова одобрения - Обучая наших детей, мы тяготеем к критике их неудач. Если переусердствовать, то это может повлечь за собой разрушительные последствия в его взрослой жизни. Примите решение хвалить вашего ребёнка на следующей неделе за любое дело, которое он сделал правильно. Минимум два комплимента в день - это хорошая цель.

2. Качественное время - Опуститесь до уровня своего ребёнка. Откройте для себя его/её интересы и узнайте о своём ребёнке всё, что возможно. Присутствуйте в полной мере, отдавая ребёнку своё безраздельное внимание. Каждый день выделяйте время для того, чтобы уделить своему ребёнку (или каждому из детей) по крайней мере, несколько минут качественного времени. Сделайте это своим приоритетом.

3. Получение подарков - Подарки, если с ними переборщить, могут потерять свой смысл и привить ребёнку ложный набор ценностей. Но подарки, которые вы дарите время от времени, сопровождая их словами поддержки, как на пример: "Я люблю тебя и поэтому у меня есть для тебя особый подарок", могут помочь удовлетворить потребность ребёнка в любви. В следующий раз, когда будете дарить подарок своему ребёнку, сопроводите его словесным выражением любви, (С тем же успехом вы можете выражать свою любовь, когда отказываете своему ребёнку в том, что считаете для него лишним. "Я люблю тебя и поэтому не стану покупать тебе гремучую змею в качестве домашнего животного").

4. Акты служения - Хотя вы и совершаете постоянно акты служения по отношению к своему ребёнку, в следующий раз, когда будете выполнять что-либо особо важное для него, не забудьте сказать, что вы делаете это потому, что любите его/её. Выберите то, что не является особо важным для вас, но очень важно для вашего ребёнка. Овладейте новыми навыками в "академической" сфере или в сфере механики для того, чтобы стать более крутым родителем.

5. Физическое прикосновение - объятия, поцелуи и соответствующие прикосновения очень важны для эмоционального сосуда ребёнка. Примите во внимание возраст, темперамент, язык любви и т.д. каждого ребёнка и найдите индивидуальный подход к каждому из них в этой области. По мере их взросления вам будет необходимо очень тонко чувствовать ситуацию и поддерживать постоянную привычку прикосновения с целью поддержки.