

---

## ОТ АВТОРОВ

---

Приветствуем вас, уважаемые педагоги, воспитатели, нянечки, мамы и папы!

Благодарим вас за то, что вы выбрали эту книгу!

Она посвящена системе воспитания детей, исключаящей применение наказаний. Мы не сомневаемся в том, что те методы, которые вы уже используете, воспитывая детей дома, в детском саду, школе и университете, приносят достойные плоды. Вы делаете все от вас зависящее для того, чтобы ваши дети выросли достойными людьми. И это прекрасно!

Но мы также убеждены, что эта книга расширит ваши возможности для выработки у детей высокой самооценки и, одновременно, ответственности. Возможно, именно благодаря советам и рекомендациям, приведенным в книге, вы достигнете наиболее впечатляющих результатов в воспитании в детях умения сотрудничать с другими людьми.

Конечно же, у многих из вас нередко возникало чувство неловкости и беспомощности, когда в процессе воспитания ребенка не удавалось обойтись без применения наказаний. У вас опускались руки. Возможно, вы злились на себя за то, что не сумели найти иных способов мотивации, стимулирования ребенка. Вам хотелось применять какие-то более разумные способы воспитания, которые не нарушали бы общий внутренний душевный комфорт. И это абсолютно естественно! Спокойный, уверенный в себе родитель, педагог, воспитатель, находящийся в приподнятом настроении, ориентированный на позитив в общении с ребенком, несомненно, оказывается более успешным в достигнутых результатах!

Предполагаем, что вас наверняка интересует следующий вопрос: «Какая из существующих систем воспитания является наиболее действенной?»

Действительно, выбор огромен. Систем и подходов в воспитании великое множество. Выбрать единственный оптимальный вариант не просто, да и какими критериями при этом руководствоваться? Чем больше вы читаете литературы, посвященной данному вопросу, чем больше семинаров и тренингов посещаете, тем чаще ощущаете себя сбитыми с толку. У вас на душе остается тяжелый осадок от того, что не можете определиться, правильный ли путь избираете, окажется ли тот или иной метод действительно эффективным.

В итоге, вы не столько занимаетесь собственно воспитанием ребенка, сколько ищете *идеальный метод*, который поможет решить все проблемы.

Мы надеемся, что именно сейчас вы нашли такой метод, основанный на принципах, разработанных Альфредом Адлером (1870–1837) — австрийским врачом и психологом, создателем системы индивидуальной психологии.

Однако предупреждаем сразу: если вы открыли эту книгу в поисках ответа на вопрос, как эффективнее манипулировать детьми в свою пользу, то обратились не по адресу. Здесь подобных «советов» нет. Как нет и никаких четких инструкций по управлению детским сознанием. Вам, в любом случае, не удастся, как по мановению волшебной палочки, мгновенно превратить своих детей в «правильных» личностей, к тому же высокоинтеллектуальных и образованных, к вашей гордости и на зависть менее «начитанным» родителям. «Секреты поведения детей» — это не «секреты управления детским сознанием»! Ведь ребенок — не машина, к которой прилагается некая «инструкция пользователя» вроде: «Нажимайте в правильном порядке на такие-то кнопочки — и гарантированно получите удобное и простое в управлении существо рядом с собой».

Сам по себе подобный подход к воспитанию был бы негуманным и манипуляторным. Если миф о самой возможности найти именно такой метод уже почему-либо успел укорениться в вашем сознании, то данная книга полностью его разрушит.

К тому же, мы можем гарантировать, что следование методу, изложенному в этой книге, сделает процесс воспитания ребенка самым радостным периодом и его, и вашей жизни. Мы



сами прошли такой путь, вырастив собственных детей; и то, что наш метод реально работает, могут подтвердить более тридцати тысяч родителей, посетивших наши тренинги.

Книга «Секреты поведения детей» станет для вас своеобразным проводником по загадочному миру детской души. Путь, который вам предстоит пройти, — долгий и далеко не простой, но радостный и увлекательный. Этот путь сблизит вас с вашим ребенком и позволит любить друг друга еще крепче.

Используя принципы и методы, изложенные в этой книге, вы действительно сможете вырастить детей с высокой самооценкой, самостоятельных, любящих и заботливых.

*Искренне ваши,  
авторы Юрий Кузнецов и Лариса Велькович*

---

# АЛЬФРЕД АДЛЕР И ЕГО ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

---

**П**режде всего, давайте постараемся понять, каковы основные положения индивидуальной психологии Альфреда Адлера. О чем, собственно, пойдет речь?

Альфред Адлер — австрийский врач и психолог — родился 7 февраля 1870 года в Вене. Он закончил медицинский факультет Венского университета, поначалу предполагая, что станет врачом-офтальмологом. Однако вскоре Адлера куда больше увлекли неврология и психология. Он стал заниматься частной практикой, а в 1902 году стал одним из первых четырех членов кружка Зигмунда Фрейда. Восемью годами позже Альфред Адлер возглавил Венское психоаналитическое общество.

Как это ни странно, его идеи во многом противоречили основным положениям теории Фрейда, и в 1911 году пути двух величайших психоаналитиков разошлись. Адлер сложил с себя полномочия президента и создал Ассоциацию индивидуальной психологии.

Прежде всего, Адлер видел очень тесную связь между педагогикой и психотерапией. Неслучайно даже первая его работа, опубликованная в 1904 году, называлась «Врач как воспитатель». Терапию он рассматривал как продолжение воспитания, в котором человек особенно нуждался, если по каким-то причинам свернул с правильного пути. И, чтобы работа психотерапевта была успешной, следовало, прежде всего, определить, каким способом пациент обычно решает возникающие у него жизненные проблемы.

В отличие от Фрейда, Адлер вовсе не считал, что поведение человека определяется, главным образом, бессознательными влечениями.

По его мнению, неизмеримо важнее является способность или неспособность устанавливать и поддерживать социальные контакты, умение чувствовать свою общность с другими людьми. Не менее значимы для человека те цели, которых он старается достичь. Чтобы понять кого-либо, нужно, прежде всего, определить, чего он добивается, на что направлены его мысли, чувства, поступки, то есть для чего он живет и действует.

Такая цель может быть как истинной, так и ложной, фиктивной, а значит, недостижимой в принципе. Поведение обычного человека и человека, страдающего неврозом, определяется именно тем, к какой цели он стремится, насколько она реалистична или, наоборот, недостижима в принципе.

Вот почему и в нашей книге уделено очень большое внимание ошибочным целям, определяющим поведение детей, и способам коррекции таких целей.

Конечно же, крайне важно и то, в каком окружении человек проводит свои первые годы, что представляет собой его семья, социальная среда в целом, какие примеры он видит перед глазами и, следовательно, какие ценности у него при этом формируются.

Что же касается сферы бессознательного, то, по мнению Альфреда Адлера, Фрейд придавал ей неоправданно большое значение. По Адлеру, человек — существо гармоничное: сознательное и бессознательное пропорционально сочетаются в каждом из нас.

Все мы, согласно индивидуальной психологии Альфреда Адлера, стремимся к утверждению собственной значимости и не понаслышке знакомы с ощущением неполноценности. Вообще, каждый ребенок чувствует себя «неполноценным» в сравнении со взрослыми людьми. Недаром великий польский педагог Януш Корчак совершенно справедливо заметил: «Жизнь ребенка — не рай, а драма». Ведь ребенок слишком сильно зависит от взрослых, ему приходится подчиняться им и просить их о помощи...



Но ощущение неполноценности — это вовсе не обязательно что-то негативное, это нормальное, естественное состояние. Более того, чувство неполноценности — прекрасный «мотиватор», мощный импульс к действию, заставляющий человека искать и находить компенсацию собственных объективных недостатков. Как, например, в тех случаях, когда ребенок-инвалид или ребенок со слабым от природы здоровьем нередко достигает больших успехов в жизни, чем его крепкие сверстники. А если рассматривать данный вопрос в масштабах природы в целом, то биологическая «неполноценность» человеческого вида как такового, отсутствие у наших далеких предков крепких клыков, когтей, толстой, теплой и прочной шкуры, пожалуй, и привело к тому, что мы прекрасно адаптировались — в качестве компенсации у нас появился разум, а вслед за ним — речь, способность к техническим открытиям и научным исследованиям. Суть в том, что тот, кто вынужден догонять других, а не идет изначально с ними «в ногу», в итоге зачастую перегоняет и оказывается впереди всех.

Но это в идеале. К сожалению, бывает и так, что ребенок встает на ошибочный путь — невротический — путь компенсации своей неполноценности, например, стремится к «бегству в болезнь» или постоянному перекалыванию вины за собственные неудачи на других людей и внешние обстоятельства. Такой человек живет, руководствуясь «невротическим планом жизни» и нередко превращая ее в кошмар для себя и окружающих. Почему это происходит, как выправить ошибочную цель? Ответы на эти вопросы необходимо искать в неблагоприятных ситуациях, имевших место в детстве.

По Адлеру, лучший способ избежать формирования ошибочных целей и, как следствие, возникновения неврозов — это максимально развивать в ребенке то, что он называл «социальным чувством». Социальное чувство несколько не препятствует личностному самоутверждению, хотя бы потому что человек — существо сугубо социальное и никакая личность не способна сформироваться в изоляции в принципе.

Социальное чувство — это наше с вами естественное стремление к физическому контакту, эмоциональной привязанности, дружбе. Очень важно, насколько значимы для человека переживания, здоровье, душевный мир тех, кто находится рядом с ним, умеет ли он сочувствовать и насколько глубоко ощущает свою внутреннюю связь с другими людьми. Поэтому необходимо как можно раньше научить ребенка «видеть глазами другого, слышать ушами другого, чувствовать сердцем другого», научить его быть искренним, понимающим и готовым проявить доброту и участие. Подобное воспитание — в обществе и для общества — залог того, что мы вырастим социально и психически здоровых детей, не склонных к формированию фиктивных целей и невротическим реакциям.

---

## ЧЕГО ХОТЯТ ОТ НАС РОДИТЕЛИ?

---

Любым нормальным человеком, безусловно, изначально движут добрые намерения. На сознательном уровне мы хотим, чтобы жизнь наших детей была как можно лучше или чтобы продуктивность работы наших сотрудников на предприятии неуклонно увеличивалась, ко всеобщему удовлетворению. Но стоит начать предпринимать реальные действия в нужном направлении, как происходит «сбой программы»: подсознание вдруг, словно назло, принимается играть с нами жестокие шутки. И мы в очередной раз восклицаем: «Ну почему все так?! Эх, наверное, недаром говорят, что благими намерениями вымощена дорога в ад!»

Мы стремимся к тому, чтобы посвятить себя творчеству, будь то рисование, музыка или танец; мы хотели бы всерьез заняться каким-нибудь видом спорта, чтобы совершенствовать и укреплять свое тело, мечтаем выращивать прекрасные цветы, бережно ухаживая за брошенными в землю крошечными зернышками. Но, вместо того чтобы следовать своим желаниям и стремлениям, мы чувствуем себя связанными по рукам и ногам требованиями социума, родителей, учителей, которые без конца твердят о том, что мы, с их точки зрения, *должны* делать.

С самого раннего детства нам навязывается круг действий, которые мы обязаны совершать, независимо от наших личных желаний и внутренних потребностей. Чаще всего речь идет об элементарных вещах. Нам следует вовремя принимать пищу, вовремя ложиться спать, следить за своим внешним видом, учить уроки, быть отличниками в школе, слушаться родителей, уважать старших. Сами по себе подобные требования никак нельзя назвать неправильными



или аморальными. Но дело в том, что мы зачастую вынуждены делать то, чего не желаем в данный момент или вообще. Например, садиться обедать, не испытывая чувства голода. Подчиняться практически невыполнимому и абсурдному в своей жестокости требованию: «Спи сейчас же!» Пытаться по всем предметам получать только отличные оценки, при том, что у нас попросту нет никаких способностей к изучению некоторых областей школьной науки... На это уходит масса времени и сил. Постепенно наш внутренний стержень начинает подтачиваться с разных сторон. Мы перестаем доверять самим себе, своему внутреннему голосу, своей сути.

Если что-то внутри нас говорит: «Это здорово! Давай, сделай это!» — мы уже сами останавливаем себя, уныло признавая: «Да, наверное, здорово, но мои родители считают иначе. Они скажут, что я опять поступаю неправильно».

Только не поймите нас превратно. Речь вовсе не идет о таких моментах, когда родители, воспитатели, учителя запрещают совершать действительно аморальные, антисоциальные поступки — напиваться, бить стекла, и т. п. Мы говорим не об этом! Ни одному психически нормальному ребенку, верному своей человеческой сути и воле, не придет в голову ни с того ни с сего поджечь мусоропровод. Не надо думать, будто он непременно сделает нечто подобное, если его постоянно не одергивать и не останавливать.

Но рассмотрим такой пример. Ребенок с детства стремится рисовать. В принципе, родители не запрещают ему этим заниматься, однако настойчиво убеждают в том, что рисование приемлемо лишь в качестве хобби, но никак не профессии: «Ты своей мазней на хлеб не заработаешь!» Поэтому, казалось бы, желая своему чаду

исключительно добра, они ориентируют его на получение «серьезного», например, экономического или юридического образования.

Таким образом, ценность природных увлечений ребенка снижается, если не полностью нивелируется. Юный художник начинает ощущать себя неполноценным: «Надо же, я все время считал, что рисовать — это здорово, ценно и значимо, а на самом деле, мои работы яйца выеденного не стоят. Родители лучше знают, ведь они старше и умнее меня. Я действую неправильно, мне следует подчиниться их авторитету».

И ребенок ломает свой характер в угоду непререкаемому родительскому авторитету и безапелляционному мнению старших.

Отказ от собственных интересов в пользу чужих, в том числе, и родительских, некоторые психологи называют «грехом покорности». Это очень точное определение! Ведь исконный смысл слова «грех» — это «упущение». А какое упущение может быть хуже, чем предательство собственного жизненного предназначения даже во имя сохранения мира в семье?..

Наверняка среди читателей этой книги найдутся родители, которые скажут, что дети обязаны слушаться старших. С одной стороны, это так, но ведь и родители обязаны прислушиваться к детям! Если ребенок стремится к чему-либо, не стоит сразу запрещать ему этого. Важно поинтересоваться, понять для себя, почему для ребенка это действие настолько значимо. Спросите, пусть он объяснит свою позицию. Вполне возможно, вы посмотрите на его желание под совершенно другим углом и примете его мнение, вместо того чтобы принципиально настаивать на своем и в очередной раз чего-то от него требовать!

Нередко мы выставляем ребенку такие требования, которых сами не соблюдаем. Разве мы всегда ложимся спать вовремя, едим исключительно здоровую пищу или постоянно учимся?..

Любое общество требует от своих членов соблюдения правил и определенных поведенческих норм. В целом, жизнь по таким правилам — в интересах каждого человека. Вряд ли кому-то захочется жить в мире, где каждому дозволено безнаказанно убивать, грабить, различными способами нарушать общественный порядок, тем самым создавая постоянную угрозу для всех людей.

Однако, требуя уважения к социальным нормам, современное развитое демократическое общество, в свою очередь, тоже должно строиться на основах толерантности, уважать личность каждого человека, не ограничивая его права выбора относительно того, чем заниматься, какую специальность выбирать, как, с кем и когда строить взаимоотношения.

Чего еще хотят от нас люди?

Если вновь обратиться к теме родительских ожиданий, то, конечно же, большинство из нас всегда желает, чтобы дети достигли в жизни большего, чем предшествующее поколение. То, чего в силу ряда субъективных и объективных причин не удалось реализовать родителям, должны добиться их дети, хотя бы в области улучшения качества жизни. Вместе с тем, родители, пусть и неосознанно, зачастую очень боятся того, что дети будут успешнее их самих, хотя и маскируют свой страх под благородные мотивы.

Мы раскроем эту интересную тему позже, когда будем говорить о намерениях, в частности, о намерении отомстить. Во многом в отношениях между родителями и детьми обеими сторонами движет намерение мести, лишь замаскированное под благородные поступки. Это может вызвать искреннее недоумение, но все так и происходит: за двадцать лет проведения тренингов и консультаций мы убедились в том, что и дети, и родители нацелены на месть. Слава Богу, не все!

Каждого родителя на тренинге «Секреты детского поведения» мы спрашивали: «Есть ли вещи, за которые вы злитесь на ребенка?» Все родители честно признавались в том, что это действительно так.

Развивая тему, мы интересовались, появились ли какие-нибудь неудобства в семье с рождением детей? Чего лишились отцы и, в особенности, матери после того, как произвели ребенка на свет? Практически все мамы говорили о том, что они лишились определенной свободы, которая была важна для них. Они оказались постоянно привязанными к дому, были вынуждены резко или даже полностью ограничить свои походы в гости, встречи с друзьями, деловые и профессиональные контакты. Пришлось пожертвовать полноценным сном, ощущением удовлетворенности в интимных отношениях, а физические нагрузки многократно увеличились. Некоторых женщин рождение ребенка привело к потере мужей, семьи.

Даже если дело не доходило до столь серьезных и неприятных перемен в жизни, все без исключения матери признавали, что рождение ребенка наложило определенный негативный отпечаток на их жизнь. Жизненные неудобства разной степени, естественно, навсегда оказались ассоциативно связаны с рождением ребенка.

Конечно, ребенок как личность не является причиной всех этих проблем, и матери прекрасно это понимают. Однако именно с его рождением, с его существованием как таковым оказываются связаны те неурядицы и трудности, с которыми впоследствии приходится сталкиваться матерям.

Соответственно, у родителей на бессознательном уровне формируется установка, что активное поведение ребенка, в особенности

негативное, является поводом для раздражения. Не всегда отдавая себе отчет в собственных действиях, они выплескивают на ребенка негативные эмоции, степень выражения которых не адекватна проступку малыша и логически не объяснима. Мать или отец, конечно, будут утверждать, что причиной злости и желания наказать стал тот момент, когда ребенок повел себя «неподобающим» образом. Однако в этот момент родители руководствуются не какими-либо умозаключениями, а чувствами, которые вызывает у них не столько поведение ребенка, сколько сам факт его существования. То есть, в момент принятия решений и совершения действий, связанных с сиюминутным детским проступком, родители находятся в плену своих ассоциативных образов, корни которых лежат еще в периоде, последовавшем сразу за рождением ребенка.

Вот яркий пример. В семье, состоявшей из двух студентов, родился ребенок. Молодому отцу пришлось совмещать учебу с работой, чтобы обеспечивать увеличившуюся семью и снимать комнату в коммунальной квартире. Мать была вынуждена на время бросить учебу вообще. Общительные молодые люди, любители путешествий и шумных компаний, оказались в ситуации, которая вынуждала их отказаться от прежних интересов. Качество жизни резко и заметно снизилось. Ребенок с самого начала вызывал у них негативные эмоции. В дальнейшем каждый его проступок провоцировал немедленную жестокую реакцию. И отец, и мать на долгие часы запирали своего сына (в возрасте от 3 до 8 лет) в ванной комнате с выключенным светом, избивали, любой диалог с ним велся на повышенных тонах. В итоге ребенку был диагностирован невроз, мальчик до 14 лет страдал энурезом.

Каждый родитель на вопрос, любит ли он своего ребенка, скорее всего ответит: «Да, это так». Однако, если спросить, почему же тогда он кричит на своего ребенка, заставляя его плакать, ответом будет банальная фраза о том, что раздражение вызвано элементарным непослушанием.

Вот горькие откровения уже взрослой женщины, которая оказалась в подобной ситуации в детстве:

*В какой момент закончилась наша семья? Я не знаю. Мне, наверное, теперь и не важно это. Просто я вижу руины. И помню, как было. И мне невыносимо больно.*

*Мама осталась с нами тремя, когда мне было одиннадцать. Отец просто в какой-то момент собрал вещи и ушел, перешагнув через ревущую у порога мелкую нашу сестренку. Помогать, кроме бабушки с маминой стороны, было некому. Мама разрывалась.*

Когда она стала ненавидеть нас за все произошедшее, я так и не поняла. Факт остается фактом: виноватых нужно было найти. И не просто виноватых — нужны были люди, на которых свое зло можно сорвать. Дети — оптимальный вариант. Дети, которые привыкли принимать маму такой, какая есть. Дети, которые привыкли к летящим в головы учебникам после родительских собраний. Дети, для которых крик — нормальная привычная интонация. Дети, для которых бессонная ночь у подножья горы из вещей троих девочек-подростков — вариант нормы, если мама затеяла уборку в их комнате.

От семьи не осталось теперь ничего.

Три девочки, повзрослев, не обзавелись ни семьями, ни детьми. Три девочки, у которых нет понятия о том, кто такой мужчина и как с ним надо себя вести. Три девочки с покалеченным сознанием, покалеченными душами и психикой — и с мамой-тираном, продолжающей бои с невидимыми врагами.

Мама добилась своего: она одна в трешке, за которую платят дети. Дети живут по съемным хатам, и за них платят тоже.

Но маму не исправишь, и она продолжает издеваться, унижать тех, кому сама жизни дала. И я не могу понять — зачем? Разве провинились дети в том, что жизнь с отцом — не сложилась? Как строить отношения, в которых одна сторона просто этого не хочет и ненавидит всех вокруг? Как могут стать счастливыми дети, мать которых посылает во вселенную негатив ежедневно тоннами? Как? Зачем? С какой целью нас производили на свет? Почему я не умерла в родах? Почему у нее не случился выкидыш на малом сроке, если я настолько ненавистна ей и не нужна?

Мама... она просто сломалась...

Она просто с ума сошла, оказавшись без денег с тремя мелкими на руках. Она все нам отдала, да, но себя не смогла сохранить — ни для себя, ни для нас...

Я хочу, чтобы у меня была семья...

Я так хочу, чтобы у меня была мама, настоящая, которая любит, понимает и поддерживает всегда.

Я от ее ненависти устала, просто не могу так жить.

Говорят же, что ничего нет страшнее материнского проклятия. А она в гневе столько раз прокляла нас, что и не упомнишь...

Как уйти от этого? Как от этого груза освободиться?..

**Анна, 51 год**

Подчеркиваем: возможно, в душе каждого родителя живет обида на своего ребенка. И с этим чувством отец и мать ничего не пытаются сделать. В какие-то моменты общения с ребенком у них воз-

никают негативные чувства по отношению к нему, и они начинают пытаться контролировать его поведение. А подобный контроль — это замаскированная месть по отношению к ребенку. Иными словами, подобным образом родитель заявляет: «Я умнее тебя, я старше, я больше прожил, и поэтому лучше знаю, что тебе следует делать».

Однако любой контроль-ограничение всегда вызывает реакцию сопротивления.

Если спросить ребенка, любят ли его родители, он ответит, что любят, потому что чувствует это. Но попробуйте затем задать ему вопрос: «Скажи, почему ты не делаешь то, о чем просят тебя родители?» В зависимости от чувств, которые возникают у ребенка относительно родителей, он ответит: «А почему я должен делать то, что они от меня хотят? Я не хочу этого делать. Я хочу играть».

Как видите, ребенок тоже руководствуется своими эмоциями, своими мотивами. Следовательно, можно предположить, что образ родителей в подсознании ребенка складывается из тех чувств, которые он испытывает в ответ на различные реакции родителей. На уровне сознания он знает, что его любят, но неосознанно начинает сопротивляться даже самым разумным и естественным просьбам и требованиям. Соответственно, постоянно повторяемое «нет» в ответ на просьбу родителей — это тоже месть, и тоже неосознанная. Ребенок ведь не может в четырехлетнем возрасте сказать: «Вы у меня не родители, а монстры! Вы не позволяете мне делать то, что мне нравится, так что я собираю вещи и ухожу из дома». У него нет физической возможности так поступить, поэтому он защищается психологически.

Одним из способов защиты является стремление угодить, подчиниться. Ребенок вынужден ломать свой характер, отказываться от собственного «Я». Его воля подвергается серьезнейшему испытанию, выдержать которое удается далеко не каждому.

Во взрослом возрасте ничего не меняется, люди по-прежнему хотят в нас видеть то, что является желаемым и правильным с их точки зрения. Во взрослой жизни, если говорить, например, о работе на предприятии, начальник хочет, чтобы подчиненные качественно выполняли свою работу. Это естественно, однако руководитель не ограничивается подобными разумными требованиями. Он пытается «стричь всех под одну гребенку», не допуская проявления инициативы, обусловленного индивидуальными отличиями между сотрудниками.

К примеру, пятеро сотрудников отдела продаж должны реализовывать определенное количество товара в день. Перед каждым поставлена та же цель, что и перед другими, но в случае разных людей она будет достигнута по-разному — с учетом их личностных характеристик и индивидуальных особенностей.

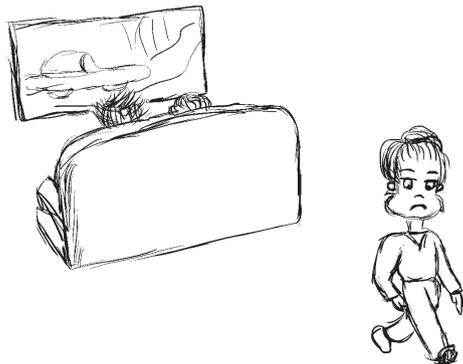
С точки зрения руководителя, все сотрудники должны действовать одинаково, ни на йоту не отступая от единых для всех четких инструкций. С одной стороны, такие инструкции помогают, но, если не учитываются особенности характера каждого сотрудника, эффективность работы снижается.

Мы все разные, у каждого свой способ взаимодействия с окружающими, свой график и ритм, который не срывает установленного плана организации, просто человек действует по-другому. Манера общения с клиентами может быть разной, даже если все сотрудники проходили одни и те же тренинги.

Допустим, руководитель отдела требует строгого соблюдения алгоритма продаж, хотя он не знает клиента, с которым говорит подчиненный. Он не учитывает, что подчиненный в данный момент лучше чувствует клиента. В том случае, если продажа не совершилась, руководитель обвиняет менеджера в нечетком следовании инструкциям, хотя причина, возможно, совершенно не в этом. Чтобы угодить начальству, сотруднику приходится ломать в себе то позитивное, что было выработано по отношению к общению с клиентами.

Таким образом, если не рассматривать каждого сотрудника как индивидуальность, если не приветствовать его уникальные качества и постоянно контролировать его поведение, можно тем самым вызвать у него желание отомстить. Руководители заблуждаются, считая, что причина низкой производительности в том, что коллектив плохо знает свои обязанности. На самом деле, сотрудники не достигают наивысших результатов потому, что на подсознательном уровне жаждут отомстить руководителю за минуты унижения, которое испытывают время от времени.

Мсть затмевает разум настолько, что оказывается сильнее желания заработать денег. К тому же мсть — очень устойчивое со-



стояние. Если обратить внимание на установки, которые мы получили с детства, фундаментом для большинства из них оказывается чувство обиды и несправедливости. Почему ребенок должен идти спать тогда, когда взрослые смотрят телевизор? Почему им можно, а ему нельзя? Почему родители могут делать то, чего ребенок не может? Ребенок постоянно сравнивает себя с другими. Чаще всего итог оказывается не в его пользу, поэтому с детства у него накапливается много обид.

В дальнейшем детские обиды на сознательном уровне забываются, но при этом очень ярко выражаются во взрослой жизни. Что делают повзрослевшие дети, чтобы вернуть накопленные в детстве обиды родителям? К примеру, в телефонных разговорах они жалуются на здоровье, говорят о своих проблемах на работе, просят денег. Все эти действия — та же неосознанная месть! Почему? А представьте себе, что вы — родитель, вам звонит ваше чадо и жалуется на все перечисленное выше. Какие чувства вызовут у вас такой разговор? Естественно, сердце заколотится, давление поднимется и возникнут горькие мысли о том, что с вашим сыном или дочерью что-то не в порядке. Конечно же, родитель не осознает, что таким образом ребенок ему сообщает: ты плохой родитель, несостоявшийся. А тот, в свою очередь, начнет защищаться и скажет: «Я же говорил, что тебе не стоило жениться на этой женщине, что тебе не надо было идти работать по этой специальности...» Иными словами: «Ты по-прежнему глупый и маленький. Каким был, таким и остался». Это тоже месть, замаскированная под сочувствие и советы.

В личных взаимоотношениях нередко один из партнеров хочет, чтобы его «вторая половина» была менее успешной, чем он. Партнеры, как и родители в детях, хотя и видят друг в друге недостатки, в свете которых сами будут выглядеть более выигранно. Мечь проявляется в критике и советах.

Муж говорит жене: «Ты растолстела, дорогая, не сходить ли тебе в тренажерный зал?» Он таким образом демонстрирует ей свое физическое превосходство.

Когда мы принимаемся заботиться о ком-то, не слишком интересуясь, а нужно ли наше усиленное внимание этому человеку, — это тоже месть, замаскированная под благородные намерения. Мы начинаем делать что-то за других людей, брать на себя чужие проблемы, как будто имеем дело с беспомощным инвалидом, а не вполне нормальным, дееспособным, взрослым человеком, который может обойтись и без нашего участия в своей жизни. Это тоже проявление мести.

Если мы знаем, что человек вполне способен справиться с чем-либо сам, то, выполняя за него его работу, заставляем его ощутить себя слабым. Мы делаем все, чтобы он почувствовал наше преимущество перед ним.

К примеру, когда муж говорит жене: «Тебе нужно пойти в тренажерный зал, а то что-то ты в последнее время растолстела», — на самом деле он имеет в виду следующее: «Ты настолько тупая, что не можешь сама этого понять, глядя на себя в зеркало». Естественно, муж, на первый взгляд, заботится о жене и ее внешнем виде, но эта забота является маскировкой стремления к превосходству за чужой счет. Страдая комплексом неполноценности, мы хотим получать подтверждения тому, что с нами все в порядке. Для того, чтобы почувствовать свою «нормальность», самое простое — заставить другого ощутить неполноценным себя. И мы всячески подчеркиваем, будто у него что-то не в порядке.

Как же следует действовать, чтобы «добрые намерения» были на самом деле добрыми?

Вернемся к приведенному выше примеру. Итак, муж хочет, чтобы его жена выглядела привлекательнее. Он смотрит на других женщин, сравнивает ее нынешнюю фигуру с той, которая была у нее в молодости, и понимает, что было бы хорошо, если бы она вновь стала стройнее.

Если мужа действительно интересует, чем мотивировать жену заботиться о себе, он начнет думать, как это сделать. Бессмысленно намекать ей на то, что она слегка расплзлась в фигуре, или дарить на праздник пояс для похудения. Лучше действовать другим способом, опосредованно. Например, сказать жене: «Помнишь, вчера в кафе напротив нас сидел мужчина? Мы с ним вроде бы ровесники, а он выглядит куда лучше, чем я! Может, мне на тренажеры походить, как думаешь?» Очень может быть, что жена заинтересуется и скажет, что тоже хочет заниматься. В конце концов, можно ей предложить ходить в зал вдвоем. Цель одна: чтобы человек начал заботиться о себе. При этом, добиться этой цели можно, еще и укрепив отношения.

Вы можете подумать, что это манипуляторский метод. Но что такое манипуляция и чем она отличается от влияния? Влияние — это когда я в первую очередь думаю об интересах самого человека. А манипуляция — это когда мне нужно получить какие-то блага для себя, не задумываясь о том, что получит мой партнер. Если бы муж манипулировал, ход его мыслей был бы следующим: «Я хочу пойти в тренажерный зал, стать лучше и привлекательнее. Как сделать так, чтобы она там не появлялась? Дам-ка я ей понять, что ей это все равно не поможет».

И говорит он следующую фразу: «Ты очень расползлась, не позаниматься ли тебе?» В итоге жена обижается и не думает о том, что нужно позаботиться о себе. Она станет либо угождать, либо мстить тем, что перестанет заниматься собой вовсе. В обоих вариантах ее обида будет расти, и это сделает отношения только хуже. При манипуляции муж переступил бы через ее чувства ради достижения своих собственных целей. Это говорит об осознанности, при которой мы не действуем по схеме «стимул-реакция», а задаем себе вопрос: «К чему приведет то, что я сейчас скажу? Какие будут последствия, если я сразу заявлю, что ей необходимо заняться собой?» Часто у нас не хватает времени на то, чтобы задуматься над вопросом. Как правило, мы открываем рот и говорим, что жена растолстела. И только получив взамен месть, вспоминаем, как все было хорошо до упоминания о тренажерном зале.