

The background of the book cover is a detailed illustration in shades of green and brown. It depicts a large, gnarled tree with thick branches and dense foliage. In the center, a small child is sitting on a swing that hangs from a branch. The child is wearing a light-colored dress and is looking down. The overall mood is nostalgic and serene.

ӨЗГӨЧӨ ЖАШЫРУУН:

АТА-ЭНЕЛЕРГЕ
балдар

ТУУРАЛУУ

ШОНТИ
ФЕЛЬДАН

ЛИЗА
РАЙС

The background of the cover is a light gray with a subtle, repeating floral pattern. In the center, there is a black silhouette of a child swinging on a swing set. The child is facing right, with their arms holding the chains of the swing. On either side of the child, there is a large, black silhouette of a person's head in profile, facing each other. The person on the left has a large, circular earring. The person on the right has a mustache. The text is overlaid on the upper part of the cover, between the two adult profiles.

ӨЗГӨЧӨ ЖАШЫРУУН:
АТА-ЭНЕЛЕРГЕ
балдар
ТУУРАЛУУ

Шонти Лиза
ФЕЛЬДАН РАЙС

*Биздин ата-энелерибиз
Ричард жана Джуди Рейдингер
менен Глен жана Ли Хультквистке
арналат*

Азыр АКШда биринчи номердеги статустун
белгиси чоң үй же автоунаа эмес, а никедеги
туруктуулук экенин айтышат. Бул китеп
чогуу жашаганына 95 жыл болгон, китептин
жазылышына абдан кымбат негиз болуп берген
эң сонун эки жуп жубайларга арналат.



БИЗДИН БАЛДАР КАНТИП ЧОҶОЮШАТ?

Баланын учки дүйнөсүнө саякат

Жакында биздин үй-бүлө (Шонтинин) досторубуз менен бирге дем алыш күндөрүндө түнөп келе турган саякатка аттандык. Бизде сегиз чоң жана мектеп жашына чейинки сегиз бала бар болчу. Саякатыбызды тынымсыз күлкү коштоп жүрдү, биз эс алыш үчүн араң убакыт таап жаттык, бирок ал күндөрдөн сонун эскерүүлөр калды!

Алардын бири менин эсимде түбөлүккө кала берет. Негизинен жаштардан куралган башка эс алуучу топ менен бирге чөп жүктөлгөн арабага отуруп, ойноп келгени жөнөдүк. Моокумубуз канганча жүргөндөн кийин арабадан түшүп алып, акырындык менен артты көздөй өз чатырларыбызга кайттык. Ошол жаш балдардын бирөөсүнүн апасы биздин балдарыбызга

жылмая карады да: «Балдарыңар кичинекей кезинде жырғап алгыла», — деп айтты. Айылдын ийри-буйру көчөсүндө бизден алдыда бара жаткан бойлору узун жана арык өспүрүмдөрдүн тобун карай башын ийкеп: «Алар да ушундай болуп каларын байкабай деле каласыңар», — деди. Ошол замат белги берилгендей, балдарыбыз колубуздан суурулуп чыгып, алгач басып баратып, андан кийин алдыга чуркап кетишти.

Бул көрүнүш менин эсимде сакталып кала берди: батып бара жаткан күндүн нурларынын астында кичинекей балдар көздөрүндөгү суктануу менен «кыйын» өспүрүмдөрдү кууп жетишип, чоң жашоого жакындаганга бүт күчү менен аракет кылышты... Менин көзүмө жаш тегерене түштү...

СИЗДИН БАЛАҢЫЗ КАНЧА ЖАШТА БОЛБОСУН, БУЛ КИТЕП СИЗ ҮЧҮН

Биз бул китепти досум Лиза экөөбүз биргелешип жаздык. Анын балдары бардык мезгилде өздөрүнүн жеке жумуштары менен алек болгон узун бойлуу өспүрүмгө айланып калышты. Балалыктын канчалык тез өтүп кетерин карап, биз Лиза экөөбүз көз каранды ушул кичинекей чүр-

пөлөрдүн акылы жетилген өз алдынча адамга айланышына ата-энелердин катышуусу канчалык маанилүү экендигин ачык түшүндүк.

Эгерде сиздин балаңыз абдан кичинекей болсо, же тескерисинче, ата-энелик уядан учуп кеткенге даяр болуп турса, анда бул китеп сиз үчүн. Биздин максатыбыз — балаңыздын жан дүйнөсүндө болуп жаткан (же жакында боло турган) нерселерди түшүнүшүңүзгө жардам берүү жана сиз эч түшүнө албай жаткан нерсени түшүндүрүп берүү.

Балдардагы жана алардын жүрүм-турумундагы абдан көп нерсе ата-энелерге (менимче, муну ар бир ата-эне тастыктайт) түшүнүксүз жана аларды аргасыз абалга калтырат. Ар убак эң жакын досуңуз болгусу келген кичинекей кыз эмне үчүн капысынан эле сиздин көзүңүзчө уяла баштайт?

Эмне үчүн адатта өзүн жакшы алып жүргөн бала капысынан эле абдан ачууланып, каардуу сөздөрдү айтып кыйкырып, андан кийин эшикти катуу жаап, өз бөлмөсүнө качып кетет? Оор басырыктуу жана жоопкерчиликтүү жаш адамды өз үй-бүлөсүнүн моралдык баалуулуктарынан шектенгенге эмне мажбур кылат?

Эң башкысы биз мындай учурларда эмне кыла алабыз?

Биз кийинки бөлүмдөрдө балдарыбыздын мындай жүрүм-турумуна *себеп болгон* сезимдери, керектөөлөрү жана азгырыктары тууралуу канча айта турган болсок, түшүнүксүз (жана ачууну келтире турган!) кылык-жоруктар тууралуу да ошончо айта кетебиз. Анан сиз балдарыңызга абдан зарыл болгон нерсени кантип эч нерсеге карабастан бере билүүнү акырындык менен түшүнө баштайсыз.

*Бул китептин максаты — сизге
балаңыздын жан дүйнөсүндө эмне болуп
жатканын түшүнүшүңүз үчүн жардам
берүү.*

Кээде балдардын кылык-жоруктары ата-эnelерди ушунчалык тынчсыздандырып, ачуусун келтиргендиктен аларга өзүн тынч кармоо жана балдарын чоңдордун жашоосуна алып барган жолдо ишенимдүүлүк менен жетектеп баруу кыйынчылыктарды туудурат. Бирок биздин изилдөөлөрүбүз көрсөткөндөй, эгерде биз балдарыбыздын кандай жаралганын билсек, анда

аны менен көп убакытты пайдалуу өткөрүп гана тим болбостон, алар менен мамилелешүүдөн *ыракаттана да алабыз.*

Байыркы жүйүттөрдүн мындай макалы бар: «Аксакалдары жаштарын уккан муун бактылуу, ошондо кийинки муунда жаштар аксакалдарын уга турган болушат». Бул макалда бизди ушул китепти жазганга шыктандырган негизги себеп камтылган. Эгерде биз абдан көптөгөн өспүрүмдөр туш болгон шектенүүлөр менен кыйынчылыктарга көңүл бура турган болсок, анда өз катышуубуз аркылуу алардын чоңоюу процессине жардам бере алабыз.

БУЛ КИТЕПТИ КИМ ЖАРАТТЫ

Ой-пикирлердин түпкүрүнө чөмүлөрдөн мурда сиздерге өзүбүз жөнүндө бир аз айта кетүүгө уруксат этиңиздер. Шонти — көптөгөн статьялардын автору, таланттуу оратор жана көптөгөн бестселлерлердин автору, анын ичинде «Өзгөчө жашыруун: аялдарга эркектер тууралуу» жана «Өзгөчө жашыруун: эркектерге аялдар тууралуу» деген китептери да бар. Лиза сценарийлерди жазат, жаштардын проблемаларын изилдейт, Шонти менен биргеликте «Өзгөчө жашыруун: кыз-

дарга жигиттер тууралуу» деген китепти жазган. Бул китептер ар бир адамдын жашоосунда бир кыйла маанилүү ролду ойной турган кылык-жоруктарды изилдөөгө жана анализдөөгө арналган. Биздин (Лизанын жана Шонтинин) дагы балдарыбыз бар, биз дагы көпчүлүк ата-энелер сыяктуу эле кээде алардын жүрүм-турумун таптакыр түшүнбөй калабыз, ошондуктан биз бул маселеде сөзсүз түрдө чындыкка жетүү үчүн белибизди бекем буудук.

Бул китепте, мурдагы китептердин баарындагыдай эле, келтирилген маалыматтар менен тыянактар жалаң биздин изилдөөлөрдүн жыйынтыгына негизделген. Биз психолог да, үй-бүлөлүк мамилелер тууралуу адистер да эмеспиз. Биз — элдер бири-бирин мүмкүн болушунча жакшы түшүнүшү үчүн жардам берүүгө өзүнүн билимин жана тажрыйбасын (Шонти — Гарвард университетинин дипломун алган Уолл-стрит аналитиги, Лиза — бизнести баалоо боюнча жогорку квалификациядагы эксперт) колдонгусу келген аналитиктербиз. Ошондой эле биздин ата-энелерге көрсөтө алган эң жакшы жардамыбыз — балдарга кайрылып, өзүнүн кылгандарын түшүндүрүп берүүсүн сурануу деп эсептейбиз.

Кээ бир сынчылар балдар өзүнүн ичинде болуп жаткан нерселерди так жана ачык айтып бере аларынан шектенишкен. Бирок изилдөө жүргүзгөндө балдардын (өспүрүм курактагы жана андан бир аз кичүүрөөктөрү) жан дүйнөсүндө эмне болуп жатканын жана өздөрүнүн ата-энелеринен эмнени күтөрүн канчалык терең жана маңыздуу айтып беришкенин көрүп таң калганбыз.

*Биз балдардын жан дүйнөсүндө эмне
болуп жатканын канчалык терең
жана маңыздуу кылып айтып
беришкенин көрүп таң калганбыз.*

Балким, авторлору сизди өспүрүмдөргө кулак салганга чакырган китепти таштап жибергиңиз келип кеткен чыгар, өзгөчө маанайыңыз жаман болуп, чарчап турган учурда, же болбосо өзүңүздүн кымбат баалуу тукумуңуз тууралуу жакшы ойлобой турган ушул кезде. (Же бул жазык бизге гана тиешелүүбү?) Биз төгүнгө чыгарбайбыз: кээ бир нерселер чындыгында эле уккан кулакка жагымдуу эмес. Бирок бүтүндөй алганда, сиз алган маалымат сизди таң калтырып гана тим болбостон, балаңыз менен болгон мамилеңиз-

ди жөнгө салат, андан кийин аны жакшыраак түшүнө баштайсыз. Эң эле аз дегенде, көптөгөн учурларда!

БИЗДИН АЧЫЛЫШТАР

Ошентип, бизге балдардын ички дүйнөсүндөгү кандай таң калыштуу нерселер ачылып берди? Бул таблицада ата-энелер менен балдардын ортосунда тез-тез пайда болуп турган түшүнбөөчүлүк учурларды, ошондой эле изилдөөлөрүбүздүн жүрүшүндө чыгарган чечимдерибизди белгилеп койдук.

Алар чоңойгондо...	
Биз ... деп ойлойбуз	А бирок чындыгында...
достору тараптан көрсөтүлгөн басым балдарды козголоң чыгарганга жана натыйжасын ойлонбой туруп, акылга сыйбаган иштерди жасаганга мажбурлайт.	оргуштап турган эркиндик сезими жана аны жоготуп алуу коркунучу жакшы балдарды деле биринчи караган көзгө алды-артын ойлобогон, акылга сыйбагандай көрүнгөн, бирок чындыгында көз карандысыздыкка карай күчтүү умтулуу менен түшүндүндүрүлгөн кыймыл-аракеттерди жасаганга мажбур кылат. Өз алдынчалыкка болгон мындай тартуучу күчтү алардагы жоопкерчиликти тарбиялоо үчүн колдонсо болот.

өспүрүмдөр ата-энеден алыстап, алардын баалуулуктарын четке кагышат, бул учурда ата-энелер эмнени ойлоп, эмнени сезиштерин ойлоп да коюшпайт.	өздөрүн ата-энелеринин инсандыгынан алыстатуу менен гана өспүрүм өзүнүн жеке индивидуалдуулугун оорусуз түрдө ачып бере алат. Бирок бизден алыстаганы менен балдар баары бир болуп жаткан нерсе жөнүндөгү биздин ойлорубузду билгиси келет жана жардам менен колдоого муктаж.
өспүрүмдөр эрежелерге баш ийгиси жана тартипти сактагысы келбейт.	өспүрүмдөр эрежелерге каршы козголоң көтөрүп, аларды жазаланганга мажбур кылганына карабастан, жашыруун түрдө алар биз өзүбүздүн көз карашыбызды бекем кармашыбызга үмүт кылышат, эгерде андай кылбасак, алар бизге болгон сый-урматын жоготушат.
балдар катачылык кетиргенде ата-энесинин ойлорун жана сын-пикирин жокко чыгарышат.	балдар биздин аларды түшүнгөнгө аракет кылганыбызга ишенгилери келет жана кетирген бардык катачылыктарына карабастан алардын жанында болорубузга үмүттөнүшөт (жада калса, бизге тескерисинче сезилсе да). Бирок эгерде сиз балдарды соттосоңуз, алар сизге ишенбей калышат.
балдар ата-энебиз бизди укпайт деп эсептешет.	эгерде балдар бизди кунт коюп укпаган угуучу катары эсептесе, биз менен мамиле кылбай калышат. Бирок эгерде биз аларга бизге ишенсе болорун көрсөтө турган болсок жана алардын жүрүм-туруму менен кылык-жоруктары тууралуу айтардан мурда тынчтык менен уксак, анда алар ачык айтышат.

өспүрүмдөр болбогон нерсеге да ачуулана беришет жана кабагы салыңкылыгы, каардуулугу жана сый-урматсыз мамилеси менен үй-бүлө мүчөлөрүн капа кылышат.	биз кабыл алынгыс жүрүм-турум катары кабыл алган нерсе өзүнө ишенбөөчүлүктүн далили болушу мүмкүн. Бирок эгерде баланын коркунучу менен активдүү күрөшө турган болсо, анда бул анын өзүнө болгон ишениминин артышына жана ата-энеси менен башка адамдарга көбүрөөк сый мамиле кылышына жардам берет.
--	---

БИЗ КАНТИП МЫНДАЙ ТЫЯНАККА КЕЛДИК

Сиз, балким, анча көп сүйлөбөгөн өспүрүмдөрдөн бул маалыматты кантип сууруп чыкканыбызды билгиңиз келип жаткан болсо керек? Алгач биз өспүрүм курактагы балдар менен анык бир темадагы жашыруун сүйлөшүүлөрдү өткөрдүк. Ар түрдүү проблемалар жана суроолор жөнүндөгү ойлорун билиш үчүн алар менен көчөдө, соода түйүндөрүндө, кафеде, мектептерде жана дүкөндөрдө баарлаштык. Биз мурда жазган «Өзгөчө жашыруун: кыздарга жигиттер тууралуу» деген китебибиздеги сурамжылоолордун материалдарын колдондук, аларды абдан тыкандык менен анализдеп чыктык. Биз өлкөнүн ар бир бурчуна — Лос-Анджелес менен Канзастан тартып, Саратовко чейин командировкаларга бардык,

алган маалыматтарыбыздын толук универсалдуу экенин бекемдеш үчүн өспүрүмдөр менен баарлаштык.

Ошентип, биз абдан масштабдуу, профессионалдуу, бүт өлкөнү өз кучагына камтыган изилдөөнү жүргүздүк, анда бизге эксперттердин эки коллективи: АКШнын элин каттоо Бюросунун изилдөөлөрдү талдап чыгуу бөлүмүнүн мурдагы жетекчиси Чак Коуэн жетектеген «Analytic Focus» тобу; ошондой эле Кевин Шарп менен Келли Пиг жетектеген атактуу «Decision Analyst» компаниясы жардам беришти. Бүтүндөй алганда биздин изилдөөлөрдүн жүрүшүндө 15 тен 17 жашка чейинки ар түрдүү штаттарда жашаган 427 өспүрүм өздөрүнүн эмнени сезгени, эмнени ойлой турганы жана эмнени каалашары туура-луу болжол менен 12 суроого жооп беришти*.

Бул изилдөө биздин жекеме-жеке жана топтук сурамжылоолорубузда алган жыйынтыктарды бекемдеди. Жаш акылмандар бир эле нерсени кайра-кайра кайталашты (сиз алардын айткандарын китептин кийинки бөлүмдөрүнөн

* Ар түрдүү расалык топтогу, ишенимдеги жана социалдык катмарлардагы өспүрүмдөр сурамжылоого тартылган. Изилдөөлөрдүн ишенимдүүлүк деңгээли — 96% жаңылыштыгы менен +/- 3,5%. — *Авт. эскер.*

көрө аласыз). Андан бетер алардын ой-пикирлери жана айткан сөздөрү статистикалык маалыматтар менен далилденген. Бүтүндөй алганда, 1200 дөн ашуун бала бул же тигил формада бул китептин жаралышына өз салымдарын кошушту.

Ошондой эле биз өзүбүз ээ болгон маалыматтарды ачыктап бериши үчүн кээ бир чоң адистерге кайрылдык жана алардын уруксаты менен жекече сүйлөшүүлөрдө, телефондо жана электрондук почтада аларды суроолорго көмүп салдык.

Алар балдарды тарбиялоодогу проблемаларды эң сонун талкуулаганды гана билип тим болбостон, баланын чоңоюсунда коштоп жүргөн процесстерди талкуулаганды да билишет. Биз психиатрия профессору, үй-бүлөлүк мамилелер тууралуу адис жана балдардын проблемалары тууралуу консультант, доктор Джули Кэрберге; мамлекеттик сертификаты бар орто класстардын мектеп консультанты Нериде Эдвардска; жыныстык айырмачылыктар жөнүндөгү маселе менен алектенген мурунку пастор, «Сүйүү жана сый-урмат» деген бестселлердин автору Эмерсон Эггерихске; «Виртуалдык чындык» аттуу өспүрүм кыздардын уюмунун негиздөөчүсү Вики

Кортниге жана башка көптөгөн адамдарга терең ыраазыбыз.

ИШКЕ КИРИШЕРДИН АЛДЫНДА

Баланын ички дүйнөсүнө саякатка чыгардан мурда бир канча учурларга көңүл буралы:

1. *Биз бул китептин барактарында келтирилген балдардын жүрүм-туруму менен кылыктарын колдоого албайбыз жана актабайбыз. Биздин максат — сизди өспүрүмдүн жан дүйнөсүндөгү сизге бейтааныш жана укмуштуу дүйнөгө сапарга алып чыгуу, ошондой эле баланын башында эмне болуп жатканын жана ал эмне үчүн кээ бир акылга сыйбаган аракеттерди жасай турганын түшүнүшүңүз үчүн жардам бере турган маалымат менен тааныштыруу, ошону менен бирге бул билимдер тарбиялоо процессинде сизге кандай жардам берерин көрсөтүп берүү. Биз балдардын «бары ушундай кылышат» деген негиз менен жасаган кээ бир кабыл алынгыс кылык-жоруктарды кабыл алынарлык деп эсептебей турганыбызды жана актабай турганыбызды белгилей кетебиз.*

2. *Биздин сурамжылоого ар түрдүү улуттагы жана ар түрдүү ишенимдеги балдар катышышты, бирок биз ата-энелик милдетти аткарууда машайактык окутууну карма-набыз. Биз өз балдарыбызды аларга Теңир берген потенциалын толугу менен колдоно алышына жардам бере турган жолго багытта-ганга аракет кылабыз. Биз сизге да ошол эле нерсени ишке ашырганга жардам бергибиз келет жана сиз биздин диний ишенимибиз-ге макул болбогон кезде деле биздин изил-дөөлөрдүн жыйынтыгы жана алардын ана-лизи сизге пайдалуу болоруна ишенебиз.*
3. *Бул китеп өспүрүмдөрдүн ата-энелери үчүн гана эмес. Биз изилдөөлөрүбүздө түшүнүксүз себептер менен өспүрүм курактагы балдар-дын жүрүм-турумун изилдөө менен жана алынган маалыматтарды аларды тарбиялоо-до колдонуу менен чектелип калганбыз, би-рок кичинекей балдары бар ата-энелер үчүн деле бул маалымат чоң мааниге ээ болот деп эсептейбиз. Мен (Шонти) — төрт жана жети жаштагы эки баланын энесимин, биздин изил-дөөлөрдүн жыйынтыгын аларды тарбиялоодо кантип колдонсо болорун көрүп жатам.*

4. *Ар бир эреженин кемчилиги бар.* Биз балдардын көпчүлүгү ушундай деп ойлошот деп айтканда, таптакыр бардыгы эмес, так ошол көпчүлүгү дегенди айтабыз. Биз зарылдыктын айынан жалпылоого алабыз, бирок изилдөөлөрүбүз көрсөткөндөй, эрежелердин ичинде дайыма кемчилиги болот. (Кээ бир мындай учурлар олуттуу проблемалардын себеби болуп калышы мүмкүн болгондуктан адистерге кайрылууну көшөрүп сунуштайбыз.)
5. *Бул китеп балдарды тарбиялоодогу жыйынтыктуу эрежелер жыйнагы эмес.* Биздин негизги максат — жетилүү жолунда сиздин балаңызды коштоп жүргөн маанилүү процесстерге, ошондой эле көптөгөн ата-энелерге түшүнүксүз болгон нерселерге карата сиздин көзүңүздү ачуу. Бирок проблемага жаңыча өңүттөн карап коюунун өзү жетишсиздик кылат. Сиз анык-бир фактылар менен таанышканда, балким, ага төп келген тарбиялоо аймактарын тереңирээк изилдеп үйрөнгүңүз келет чыгар, өзгөчө, Теңирдин күчү жүрөктү кантип өзгөртө турганы талкууланган учурда. (Кээ бир маалыматтарды, анын ичинде биздин изилдөөлөрдүн жыйынтыктарын, сиз

www.forparentsonlybook.com. сайтынан таба аласыз.) Андан сырткары, биздин китепте проблемалуу учурлардын баарын карап чыгуугу мүмкүн болбогондуктан, колуңузга калем алып, окуп жатканда келтирилген бул же тигил маалыматтарды практика жүзүндө кантип колдонууга болорун жазып алышыңызга кеңеш беребиз. Бул иште биздин китеп сизге жардам берет.

Ошондой эле акырында айтарыбыз. Баарын дароо түшүнүп алганга аракет кылбаңыз. Тыным жасаңыз. Биздин, ата-энелердин, арасынан эч ким балдарына керек болгон нерсенин бардыгын бере албайт, эгер андай болсо, алар сурагандын баарын берип салганга туура келмек. «Дүңүнөн арзан» деген фильмдин аягында улуу кызы атасына (анын ролун Стив Мартин аткарат): «Сен мага идеалдуу эне же идеалдуу ата болууга мүмкүн эмес экенин, бирок өз балаңа жакшы ата-эне болуу үчүн миңдеген мүмкүнчүлүктөр бар экенин түшүнүшүмө жардам бердиң», — деп айтат. Эгерде сиз бул китепти окуп жатсаңыз, жакшы ата-эне боло түшкөнүңүзгө көзүбүз жетет. Өз балдарыңызды тарбиялоо ишинде узак мөөнөттүү

перспектива жөнүндө ойлоңуз жана өзүңүздүн да, башка бирөөнүн да бул олуттуу процесске болгон мамилесин соттобоңуз. Бир гана идеалдуу Ата-эне бар, ал — биздин Теңир.

Биз экөөбүз тең жолубуздагы кыйынчылыктарга карабастан Асмандагы Атабыз бизди чындыкка алып барарына ишенебиз. Балким, бул нерсе сиздин бүгүнкү күндөгү дүйнө көз карашыңыз менен төп келбейт чыгар, бирок биздин изилдөөлөрүбүз жана анализдерибиз сиздин балдарыңыз чоңоюунун кайсы этабында болбосун, сиздерге пайдалуу болоруна үмүт кылабыз.

Сиз даярсызбы? Анда келиңиз, өз балабыздын ички дүйнөсүнө болгон кызыктуу жана мезгил-мезгили менен толкундатуучу саякатыбызды баштайлы.

КОЗГОЛОҢДУН СЕБЕБИ ЭМНЕДЕ?

*Эмне үчүн жакшы
балдар деле эркиндикке
талпынат жана бул проблеманы
кантип акылмандык менен
чечсе болот*

*Оргуштап турган эркиндик
сезими жана аны жоготуп алуу
коркунучу жакшы балдарды деле
биринчи караган көзгө алды-артын
ойлобогон, акылга сыйбагандай
көрүнгөн, бирок чындыгында көз
карандысыздыкка карай күчтүү
умтулуу менен түшүндүрүлгөн
кыймыл-аракеттерди жасаганга
мажбур кылат. Өз алдынчалыкка
болгон мындай тартуучу
күчтү алардагы жоопкерчиликти
тарбиялоо үчүн колдонсо
болот.*

Биздин балдарыбыз көз карандылыктан азап чегишерин билет белеңиз? Ооба-ооба, сиз жаңылыш уккан жоксуз. Чындыгында, бала көз карандылыгын сездирген бир да буюмду бир да жолу татып көрбөгөн болсо деле, ал баары бир, эң жашыруун лабораториядан да табылбай турган кайсы-бир нерсени «жаза басып» алган. Бул эркиндик. Биз ачыктагандай, көбүнчө ата-энелердин ачуусун келтирген жана тынчсыздандырган жүрүм-турум баланын эркиндикке болгон ыксыз умтулуусу жана аны жоготуп алуу коркунучу менен тикеден-тике байланышкан.

Муну түшүнгөнгө чейин биз өспүрүмдөрдүн кээ бир арыздарын таптакыр түшүнгөн жокпуз. Төмөндө өзүн жазалашканына атырылып жооп кайтарган он алты жаштагы жигит менен болгон диалогубузду келтире кетели:

Ал: «Мен ата-энемдин менин буюмдарымды тартып алганын жек көрөм, өзгөчө мобилдик телефонумду же компьютеримди. Бул адилетсиздик!»

Биз: «А балким, сен бул жазага татыктуу болгон чыгарсың?»

Ал: «Билбейм, балким ошондойдур. Бирок мындай кылганга алардын укугу жок. Бул менин теле-

фонум! Бул *менин* компьютерим! Алар аны жөн гана тартып алып, алып кетип кала алышпайт!»

Ошондон кийин гана башка балдардан да ушул сыяктуу ондогон даттанууларды уккандан кийин биз кеп балдардын ата-энелери алардын буюмдары үчүн акча төлөшкөнүн түшүнбөгөнүндө гана эмес, дагы башка бир нерседе экенин түшүндүк. Деги ал эмне деген нерсе?

ЭРКИНДИК НАРКОТИК СЫЯКТУУ НЕРСЕ

Чоңдордун жана балдардын проблемалары менен алектенип жаткандыктан өзүнүн 12 жылдык тажрыйбасында мындай нерсеге туш болгон болсо керек деген чечим менен биз доктор, психотерапевт, Джули Кэрбериге кайрылдык. Андан өспүрүмдөрдүн мындай ачуулуу реакциясынын мыйзам ченемдүүлүгүн түшүндүрүп берүүсүн сурандык. Ал минтип түшүндүрдү: «Эркиндик. Аларда болуп жаткан нерсе ушул. Эркиндик алар үчүн *наркотик* сыяктуу нерсе. Ал мас кылат. Ал көз карандылыкты туудурат. Анан көбүнчө алар үчүн ар түрдүү кылыктарды жасаганга эң күчтүү мотив катары кызмат кылат. Алар эркиндикке жетиш үчүн мүмкүн бол-

гон нерсенин баарын жасашат жана аны жоготуп алуудан үрөйлөрү учуп турат. Ата-энесинин адилетсиздигин айтып даттанган эркек бала чындыгында минтип айткысы келген: “Менден наркотигимди тартып албагыла! Менин эркиндигимди тартып албагыла!”»

*Эркиндик алар үчүн наркотик
сыяктуу нерсе. Ал мас кылат.
Ал көз карандылыкты туудурат.
Анан көбүнчө алар үчүн ар түрдүү
кылыктарды жасаганга
эң күчтүү мотив катары
кызмат кылат.*

Эми бизге түшүнүктүү болду!

Бизге бул чындыкты ачып беришкенде гана эркиндикке болгон мындай оорулуу умтулуу көп учурда биз сүйлөшкөн балдардын мотивин жана жүрүм-турумун түшүндүрө турганын үйрөнүп таң калдык. «Көз карандылык» абдан күчтүү угулат чыгар, бирок бир окуучунун эркиндик деген сезимди кантип сүрөттөп бергенин карап көрүңүзчү: «Ага ээ болор замат дароо эле тоюп калбайсың. Жеген сайын жегинч келет». Анан ал

мындай тыянак чыгарды: «Эми мени дайыма көзөмөлдөп турушканын *элестете да албайм*».

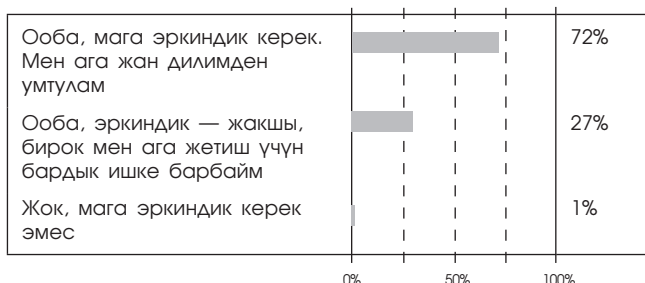
Биз маектешкен балдардын дээрлик бардыгы өз жашоолорун өздөрү башкаргысы келе турганын билдиришти. Өз буюмдары болушун, өзүнө досту өзү тандоону, кеч уктаганды, досторунукунда түнөп калганды, эмнени кааласа, баарын ичип-жегенди, кайда баргысы келсе, унаа менен барганды жана өздөрү тандаган ылдамдыкта айдаганды, а эң башкысы ата-энеси аларга эң жакшысын каалашарына карабастан өздөрүнүн жеке чечимдерин кабыл алгысы келерин айтышты*.

Эркиндикке болгон мындай күчтүү умтулуу биздин бүт өлкөнү камтыган изилдөөлөрдө далилденди. Сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн дээрлик үч бөлүгү эркиндикти абдан каалашарын,

* АКШда өспүрүмдөр он алты жашка чыкканда унаа колдонуу укугуна ээ болушат. АКШ дагы жашоо образынын кээ бир өзгөчөлүктөрү (анын ичинде көптөгөн шаарларда коомдук транспорттун өнүккөн системасынын болбогондугу жана кыймылдын жеке каражаттарынын кол жеткиликтүүлүгү) көптөгөн өспүрүмдөрдүн мектепти аяктаганга чейин эле унаа сатып алышына (өз алдынча же ата-энесинин жардамы менен) мүмкүнчүлүк берет. Мектепте окуп жатып эле көптөгөн америкалык өспүрүмдөр өзүнүн майда-чүйдө чыгымдарына акча табуу үчүн толук эмес жумуш күнү менен иштей алышат. — *Котор. эскер.*

болгону анча чоң эмес бөлүгү гана ага кайдыгер экенин изилдөөлөр көрсөттү.

Сиз эркиндикке умтуласызбы? Ал сиздин ар түрдүү иштерди жасашыңызга стимул боло алабы? (Эркиндик дегенде биз уюлдук телефонго ээ болуу, кайда баргыңыз келсе, ошол жакка өз алдынча бара алуу жана башка ушул сыяктуу мүмкүнчүлүктөрдү назарда тутуп жатабыз.) Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Башкача сөз менен айтканда, эркиндик өспүрүмдөр үчүн жөн гана маанилүү нерсе эмес, алар өздөрүнүн көптөгөн кылык-жоруктарын так ошонун айынан жасашат.

«Эркинди-и-и-ик!»

Оозум ачылып карап турган бир окуя азыркыга чейин менин (Лиза) эсимде, анда мектептердин

биринин алдында каникулга чыгардын алдындагы акыркы күн болчу: эшиктер ачылып, балдар ал жерден баш аламан болуп, колдорун көтөрүп: «Эркинди-и-и-ик!» — деп кыйкырып чыгып келе жатышты.

*Эркиндик өспүрүмдөр үчүн жөн гана
маанилүү нерсе эмес, алар өздөрүнүн
көптөгөн кылык-жоруктарын так
ошонун айынан жасашат.*

Сыягы, эркиндикке чаңкап умтулуу биздин бети албырган чүрпөбүздүн ар биринде жашайт. Бир аз эркиндик үлүшүнө ээ болуу менен алар анын канчалык сонун экенин дароо түшүнүшөт! Алар аны эми гана татып көрүштү, эми болушунча көбүрөөктү эңсешет.

**«Бул мага өзүмдү кудуреттүү адам
катары сезишиме жол берет»**

Элдер убактылуу көтөрүңкү сезимде болуш үчүн үчүн ичимдик менен наркотикти колдонушат, ал учурда кадимки абалда кыла албаган нерсенин баарын кыла алчудай сезилет. Биздин өспүрүмдөргө да эркиндик ушундай жол менен

таасир этет. Алар сезими ойгонгонун сезишет, баарын өз алдынча кыла ала тургандай сезет, а кайсы-бир нерсени болсо, биринчи жолу татып көрүшөт!

Эсиңиздеби, балдар бүт өмүр бою дээрлик бардыгында бизден көз каранды болчу. Эгерде кызыңыз киного баргысы келген болсо, ал жакка сиздин жардамыңызсыз бара алчу эмес. Эгерде уулуңуз мектептеги футбол командасында абдан ойногусу келген болсо, сизден чогулта турган акчаны беришиңизди жана машыгууларга алып барышыңызды суранышына туура келчү. Жада калса, эгер кызыңыз жөн гана сабак тууралуу досуна чалгысы келген болсо да, ал бул учурда ата-энесинин телефондо сүйлөшүп жатпаганына көзү жетиши керек болчу. Анан эгер сиз кокусунан башка бир жакка чалышыңыз керек болуп калган болсо, сүйлөшүүсүн тезирээк бүтүргөнгө туура келчү.

Эми сиз эмне үчүн баарын өз алдынча кыла билүү мүмкүнчүлүгү балдарга ушунчалык сыйкырдуу жол менен таасир эте турганын түшүнүп калдыңыз. Ата-энесине көз каранды болбой калган абалдан өспүрүмдөр канчалык жеңилдей түшкөнүн сүрөттөп бергенин карап көрүңүзчү:

- «Мен үч жыл бою унаа сатып алыш үчүн акча чогулттум, эми аны алганымга ушунчалык кубанычтамын. Үйдөгү абал жанымды кыйнаганда мен жөн гана чыгып кетип, кайсы-бир жакка барам. Терезени ачам, музыканы жаңыртсам, анан жеңилдей түшөм. Унаасы жок досторума боорум ачийт. Унаамды дайыма колдоно алышым үчүн колумдан келген нерсенин баарын кылам».
- «Өз убактымды өзүм каалагандай бөлүштүрө билгеним жана каалаганымды кыла алганым мага өз жашоомдун үстүнөн эң сонун *бийлик сезимин* тартуулайт (курсив биздики — *III. Ф. жана Л. Р.*).
- «Айдоочу күбөлүгүм жок кезде мен барышым керек болгон жакка өз алдынча бара албаганым үчүн жана башка адамдарга көз каранды болгонум үчүн жаным сыгылчу. Эми мен өзүмдү дагы ишенимдүүрөөк сезип калдым».

«Мен өзүмдү адам сезип калдым»

Эркиндикке ээ болуу менен бала көз карандысыз адам болуп калганы үчүн жеңилдөөнү гана башынан өткөрбөстөн, кубанычка да ээ болот, анткен

ни өз алдынчалуулукка ээ болду, эми сизге өзү менен чоң дүйнөнүн ортосундагы ортомчу катары карабастан жашай алат. Муну төмөндөгү билдирүү бекемдейт: «Акыр-аягында өзүмдүн телефонум пайда болгондо баары өзгөрдү. Мен өзүмдү достору менен жана бүтүн дүйнө менен мамилелеше ала турган нормалдуу адам катары сезип калдым. Эми мен ансыз өз жашоомду элестете албайм».

Эгерде баланы өзүн «нормалдуу адам» катары сезгени ушунчалык арбап алган болсо, бул сезимди жоготуп алуу канчалык коркунучтуу экенин түшүнсө болот.

«Мен өзүм чечим чыгарышым керек»

Өздөрү менен дүйнөнүн ортосунда физикалык ортомчу (атап айтканда апасы же атасы) керек эмес экенин сезген балдар бул ортомчу тарабынан жүргүзүлгөн көзөмөлгө дароо каршылык көрсөтө башташат. Бир өспүрүмдүн өз кыжырдануусун кантип сүрөттөп бергенин угуп көрүңүзчү:

Түн ичинде бирөө менен уюлдук телефондо сүйлөшкөнүмдү ата-энем көзөмөлгө алганга аракет

кылышканда ачуум келет. Эгерде менин бааларым мурдагыдай эле жакшы болуп жатса, анда аларды менин кеч жатканым жана бир аз азыраак уктаганым эмне үчүн тынчсыздандырат? Мен досторум менен мамилелешим керек, антпесе акылымдан ажырап калам. Эмне кылышым керектигин мен өзүм чечишим керек.

ЭРКИНДИК ЖӨНҮНДӨ ЭМНЕНИ БИЛҮҮ КЕРЕК

Биздин өспүрүмдөр эркиндикке болгон умтулуусунда чектен аша түшүп, акталбай турган тобокел иштерге барышса, чындыкты айтпаса жана эрежелерди бузса, биз көбүнчө мында алардын досторунун, массалык-маалымат каражаттарынын терс таасирлерин көрөбүз, жада калса балдардын козголоңчул маанайда болгонунан шектенебиз жана аларга карай жемелөөлөрүбүздү жаадырабыз. Албетте, алар кээде чектен ашып түшүшөт жана мындай учурда бир аз катуулук көрсөтүү ашыкчалык кылбайт. Бирок көбүнчө мындай кескин жүрүм-турум баланын жан дүйнөсү эркиндикке гана умтулуп жатканынан кабар берет (дайыма туура болбосо деле). Эгерде биз муну биле алсак, алардагы

айла түгөнүүнү тереңдетип жибербестен, анын ордуна баланы ишенимдүүрөөк жолго багыттай алабыз жана алардын жоопкерчиликтүүлүккө үйрөнүшүнө жардам бере алабыз.

Балдардын эркиндикке жана көз карандысыздыкка умтулуусу жөнүндөгү бир канча тыянактар төмөнкүлөр.

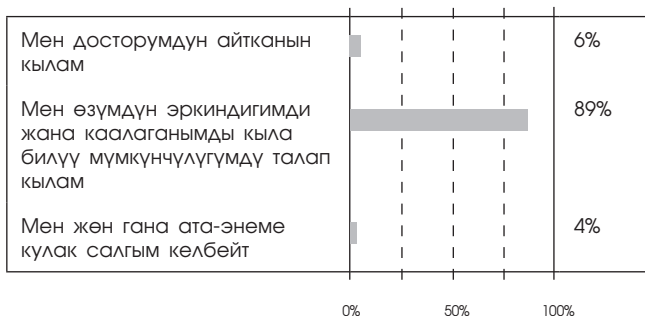
№ 1 Тыянак. Өспүрүмдөрдүн анык-бир кылык-жорукту жасашына мажбур кылган нерсе ата-энелеринин же досторунун таасири эмес, а эркиндикке болгон умтулуу болуп саналат

Көптөгөн жылдар аралыгында изилдөөчүлөр (жана ата-энелер!) балдарга ким көбүрөөк таасир этет: ата-энесиби же досторубу? — деген суроого жооп тапканга аракет кылып келишкен. Биздин изилдөөбүз бул суроодо баланын жүрүм-турумуна таасир эткен негизги фактор — эркиндикке чаңкоо эске алынбай калганына бизди ынандырды, ал нерсенин өспүрүмдөргө көбүрөөк таасир эте турганы ачыкталды. Изилдөөнүн жыйынтыктарына карап көрүңүз.

Он баланын ичинен тогузу акылга сыйбагандай сезилген кылык-жорукту жасаганда алар

муну досторунун басымы астында же болбосо ата-энесине кулак салгысы келбеген үчүн эмес, эркиндикке умтулганы үчүн жана *алар* каалаган нерсени кылганга мүмкүнчүлүккө ээ болгусу келген үчүн кылганын айтышкан. Ошондой эле ишенген ата-энелерге жакпай калышы мүмкүн болгон анча чоң эмес эскертүү: бул сурамжылоодо жыйынга туруктуу барган балдардын жообу барбаган балдардын жообунан айырмаланган эмес.

Эмне үчүн сиз ата-энеңиз жактырбаган кылык-жоруктарды жасайсыз? Себеби эмнеде? Жооптордун бир вариантын тандаңыз.



Эскертүү: суммаларды тегеректегендиктен 100%га жетпейт.

Алар өздөрү кандай кааласа ошондой кылгысы келет

Биз өспүрүмдөрдүн өзүнөн билгендей, досторунун таасири жана ата-энесинин каалоосу алардын кылык-жоругуна кандайдыр-бир таасири бар экенине карабастан, бул факторлордун бири да эркиндикке болгон умтулуу сыяктуу анык-бир фактор болуп саналбайт. Досторунун жана ата-энесинин басымы — бул сырттан келген таасир, а эркиндик каалоосу болсо өспүрүмдөрдө ичтен пайда болот. Бул эки фактор бири-бири менен конфликтке түшкөндө ички керектөө үстөмдүк кылат.

Бир кыз достору тараптан көрсөтүлгөн типтүү абалды төмөнкүчө сүрөттөдү: мектептеги дискотекада ал өзү эркек бала менен адепсиз бийге түшкөндөн баш тартты, а анын досу болсо буга макул болду. Биринчи кыз өзүнүн досуна бул нерсе жакшы эмес экенин бир канча жолу кайталап, анын минтип бийлебешин өтүндү, бирок ал аны уккан жок. Экинчи кыз өзү кандай кааласа, ошондой кылды жана бул кылык-жорук анын досун тынчсыздандырып жатканын жөн жай эле кабыл алды. Ошол учурда ал өзү кандай кааласа ошондой кылуу мүмкүнчүлүгү, башкача айткан-

да — анын эркиндигине караганда досунун пикири ал үчүн аз мааниге ээ фактор болчу.

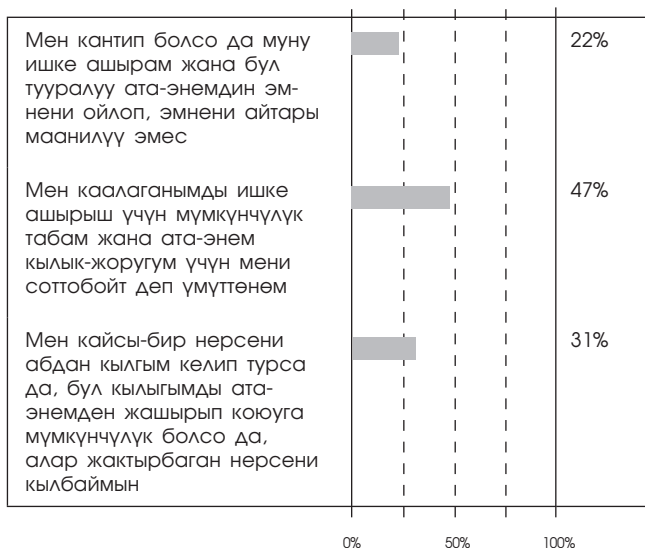
Алар өздөрү каалагандай кыла алабыз деп ойлошот

Кайсы-бир нерсени кылууга болгон күчтүү каалоо алар муну кыла алары жөнүндөгү ишенимдүүлүк менен коштолот. Биз сүйлөшкөн абдан көптөгөн «жакшы» балдар ата-энелери жактырбай турган кылык-жоруктарды кылышканын мойнуна алышты. Муну менен кошо алардын сөзү боюнча, эмнени кааласа кыла алган абалда экендерин сезгендиктен бакытка тунуп турганын байкашкан, анткени аларды эч ким токтото албайт эле.

Биздин изилдөөдө он өспүрүмдүн жетиси өздөрү каалаган нерсени жасаш үчүн дайыма мүмкүнчүлүк табаарын мойнуна алышкан, жанда калса бул кылык-жорукту алардын ата-энеси жактырбаса деле.

Өспүрүмдөрдүн бири бизге төмөнкүлөрдү айтты: «Көздөгөнүмө жетиш үчүн мен эч нерседен артка кайтпайм. Ата-энемдин пикирин көңүлгө аламын, бирок баары бир өз билгенимди кыламын».

Эгерде сиз ата-энеңиз жактырбай турган бир нерсени кылгыңыз келип турса, кандай кыласыз? Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Бул туура чындык: сизде балдар каалаган нерсеге тоскоол болуудан, аларды кулпулап койгондон башка мүмкүнчүлүгүңүз жок. Муну алар билишет.

Байкап көрсөк, биздин сурамжылоого катышкан балдардын көпчүлүгү өздөрүн (көздөгөнүн иш жүзүнө ашырууда) ата-энелери өтө соттобойт

деген үмүт менен сооротушкан. Башка сөз менен айтканда, балдардын көпчүлүгү үчүн ата-энесинин пикири мааниге ээ, бирок чейректен азыраак өспүрүмдөр гана ата-энесине жагыш үчүн өз каалоолорунан баш тарта алышат.

*«Ата-энемдин пикирин көңүлгө аламын,
бирок баары бир өз билгенимди
кыламын»*

Ошондой болсо да сооротуучу бир фактыны эскерте кетүү керек. Көп учурларда сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн өзүнчө топторунун жоопторун анализдеп жатып, Кудайга болгон ишенимдин принциптери менен жашагандардын жана жашабагандардын чоң айырмачылыктарын байкаган жокпуз. Бирок кеп ата-эненин кадыр-баркы тууралуу болгондо айырмачылык даана байкалды. Протестанттык жеке менчик мектептердин окуучуларынын жооптору башка мектептерде (мамлекеттик, католикттик, башка диний топтогу) окуган балдардын жоопторунан өтө эле айырмаланып калды. Протестанттык жеке менчик мектепте окуган бир аз сандагы балдардын арасында (жалпы сурамжылоо

жүргүзүлгөндөрдүн 6%), үчтөн эки бөлүгү ата-энесинин жактыруусуна ээ болбогон нерсени кылыш үчүн өзүнө жол бербей турганын билдиришкен.

№ 2 Тыянак. Эркиндиктин таасири астында балдар жаман кылык-жоруктарды жасай алышат

Наркотиктин таасири астында жүргөн наркомандар сыяктуу, өспүрүмдөр да эркиндиктин таасири астында дайыма эле акылдуулук менен иш кыла беришпейт. Бул жерде эркиндикке болгон умтулуу гана күнөөлүү эмес экени абалды дагы оорлотуп жиберет.

Биз (мүмкүн болушунча сылык-сыпайлык менен билдиргенге аракет кылабыз) өспүрүмдөр бир гана көз карандылыктан азап тартышпай турганын, алардын мээси дагы жеткиликтүү өнүгө элек экенин аныктадык. Кылган иштин жыйынтыгын анализдей турган жана импульстарды көзөмөлдөй турган мээнин алдыңкы бөлүгү баралына жеткен курактан өткөндө гана толугу менен өнүгө турганын илимий изилдөөлөр көрсөттү. Ошондуктан өспүрүмдөр мээсинин эмоцияларга жооп бере турган, импульстарга оңой

эле жеңдирип койгонго алып келген бөлүгүн көбүрөөк иштетиши керек.

Ошондой эле өспүрүмдөр сокур сезим менен өздөрүн өлбөй тургандай, аларга эс нерсе болбой тургандай ойлошот — керек болсо тайгак жолдо тездик менен бара жатса да, секс менен алектенсе же мас абалда көлдө сүзгөнү барган учурда да ушундай ойдо болушат.

Мээнин төп келген бөлүгү жетишерлик өнүкпөгөнүнүн айынан балдар, эркиндикке мас болгондор, өздөрүн жеңилбес катары сезишет. Кээде алар жыйынтыгын ойлонбой туруп, бар болгон эрежелерди жокко чыгарышат жана таптакыр жарабаган иштерди жасашат.

*Кылган иштин жыйынтыгын
анализдей турган жана импульстарды
көзөмөлдөй турган мээнин алдыңкы
бөлүгү баралына жеткен курактан
өткөндө гана толугу менен өнүгөт.*

Сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн ар бир тобуна биз төмөнкүдөй суроону узаттык: «Сизди же сиздин досторуңузду бир жума бою жашыруун камера менен тартып жүрсө кандай болот?» Муну укканда алардын баарынын үрөйү учуп кетти. Биз

аларды коркконго мажбур кылдык, ошондуктан алар ушундай реакция кылышты жана дээрлик бардык балдар өздөрүнүн жаман сөздөрдү колдонгонун, жалган айтканын, чылым чеккенин, көчүрүп алганын, секс менен алектенгенин, үйгө өз убагында келбегенин, унааны кылдат айдабаганын эстеп кетти.

Өзүбүздүн коркуп кеткенибизди жашырганга аракет кылып, биз балдардан: «Силер эмне үчүн ушундай кыласыңар?» — деп сурадык.

Эң жөнөкөй жооп мындай болду: «Анткени биз муну каалайбыз жана кылганга мүмкүнчүлүгүбүз бар». (Физиолог-адистер болсо ушуну кошумчалай кетмек: анткени мындай кылык-жоруктардан өздөрүн токтото алышы үчүн алардын мээси али толугу менен калыптана элек!)

Эскерте кеткенге уруксат этиңиз: биз алардын туура эмес кылык-жоруктарын актабайбыз. Бирок булардын баары алардын *эмне үчүн* кээде ушундай кылганын түшүнүшүбүзгө жардам берет.

№ 3 Тыянак. Балдар эркиндигин жоготуп алуудан абдан коркушат

Эми, өспүрүмдөр өзүнүн алгачкы эркиндикке ээ болуусунун артынан түшүп алганын билген соң,

башка көз каранды адамдар сыяктуу эле, алар да эркиндигин жоготуп алуудан коркушарын түшүнүү кыйын эмес. Сиздин сөзүңүзгө өспүрүмдүн ачууланып жооп бергени сиздин кайсы-бир жол менен анын көз карандысыздыгын тартып алганга аракет кылып жаткандай сезилиши мүмкүн.

Балдарды эң көп эмне коркутат?

- *Алар жок жерден эле эркиндигибиз тартылып алынды деп ойлошот.* Балдардын көпчүлүгү аларды өзү каалагандай кыла билүү мүмкүнчүлүгүнөн эч кандай жүйөлүү себеби жок эле ажыратып коюшканын, ошондуктан алар буга ушунчалык курч реакция кылышарын айтышты.
- *Алар достору менен мамилелешүүдөн ажыратып коюшарынан коркушат.* Аларды ата-энелеринин тыюу салууларынын айынан элден бөлүнгөн адамга айланып калышы коркутат — а бул болсо өспүрүм үчүн өлүмдөн да жаман.

Бир бала минтип билдирди: «Ата-энелер теңтуштарың менен мамилелешкенге тыюу салганда, сени коомдон сүрүп салгандай сезилет,

анан албетте, мындан качканга аракет кыласың. Коргонгонго туура келет».

- *Түзүлгөн эрежелер эмнеге негизделгенин алар түшүнүшпөйт.* Биз бул жөнүндө кийинки бөлүмдө кененирээк сүйлөшөбүз, бирок азырынча доктор Кэрберинин сөзүн келтирип өтөлү: «Балдар өздөрүн адилетсиз жазалашканын айтканда бул нерсе алардын түзүлгөн эрежелердин негизин түшүнбөй турганынан кабар берет. Алардын күчөп кеткен эмоционалдуулугун жана өзүнө мүнөздүү мээ өнүгүүсүн эсепке алганда, ата-энелер аларды жөн гана өзү каалагандай көзөмөлдөп жаткандай ойлойт деген тыянак чыгарса болот».

№ 4 Тыянак. Өспүрүмдөр эркиндикке ээ болуш үчүн жана аны сактап калыш үчүн өзүн жана ата-энелерин алдаганга туура келсе да баарын жасашат

Баарын өзүнө тартып алган эркиндикке умтулуу менен жана муну менден тартып алышат деген күчтүү коркунуч менен көп учурда өзүн жакшы алып жүргөн өспүрүмдөр деле акылга анча сыйбаган кылык-жоруктарды жасашат. Алар болуп

жаткан проблемаларды анча баалабастан, өзүн баары жайында экенине, эч кандай жаман нерсе кылып жатпаганына ишендиришет, кайсы-бир нерсени жашырып, керек болсо жалган айтат — мунун баарын өз укугун жана көз карандысыздыгын сактап калганга жана коргогонго болгон аракет деп билишет.

«Кеп эмнеде?»

Биринчиден, бардык көз каранды адамдар сыяктуу эле, өспүрүмдөр өзүн (бизди дагы) алдап, баары жайында экенине ишендиргиси келет. Мисал үчүн, бир жолу мени менен (Лиза) кызымдын ортосунда абдан типтүү сүйлөшүү болду. Ал мага телефон чалып: «Апа, мен бүтүн Джессиканын үйүндө түнөгөнү жатканымды билесиңби? Анан да мен сага бүтүн бир нерсе болуп кеткенин билдирип коеюн деген элем: мен бир унаанын фарасына бир аз тийип кеттим. Мен муну анчалык деле маанилүү деп ойлобойм, сен бул жерге келбесең деле болот...»

Өзүнүн абалды бир аз жаап-жашырганга аракет кылуусу менен менин кызым «бир унаанын фарасына бир аз тийип кеткенин» айтып, рулда

баратып, телефондо сүйлөшкөндө, башкача айтканда, ага тыюу салынган нерсени кылганын эскерткен жок. Ал анын пландарын өзгөртүүнү ойлобошум үчүн, досунун үйүндө түнөгөнгө тыюу салганын айтпаганда, болуп өткөн нерсе анчалык маанилүү эмес экенине абдан ишендиргиси келди (мен бул абалда кандай кылганымды кийинчерээк айтып берем).

Андан сырткары, болуп өткөн нерсенин маанисин кичирейтиш үчүн өспүрүмдөр кээде өзүнүн көз карашы боюнча өзүнө туура сезилген түшүндүрүүлөрдү ойлоп табышат. Бизге тааныш бир үй-бүлөдө мындай эреже бар: балдар дайыма өздөрүнө эмне болгонун, алар кайда, ким менен экенин, эмне кылып жатканын ата-энесине билдирип турушу керек. Ошондуктан өткөн түнү кызынын өзү уруксат берген киного баргандын ордуна абдан «кызыктуу» кечеге барганын билгенде атасы таң калды. Ал буга эң сонун түшүндүрмө берди: «Фильмге билеттердин баарын сатып алып коюшуптур, ошондуктан биз анын каршысындагы кафеге кирдик. Ал жерде тааныш жигиттер бар экен — сен аларды Академиядан көргөнсүң, алар сага жаккан болчу, эсиңдеби? — а менин телефонумдун заряды бол-

со түгөнүп калыптыр, анан мен баары бир апам экөөң уктап калган болсоң керек деп ойлодум. Андан кийин ошол кезде бул балдар сага жакканын эстедим...» Бул кыз өзүн үй-бүлөлүк эрежени бузса болоруна ишендирип, олуттуу коркунучка кабылган.

Доктор Кэрбери (ишенип коюңуз, аны алдап коюш оңой эмес!) бизди өспүрүмдөр мындай учурларда атайлап алдабай турганына ишендирди. Алар айтканына чын жүрөктөн ишенишет, мындай «кабыл алынарлык» түшүндүрүүлөрдү бардык иштерге эле колдонгонго болбой турганын түшүнүшү үчүн аларга жардам берүү керек.

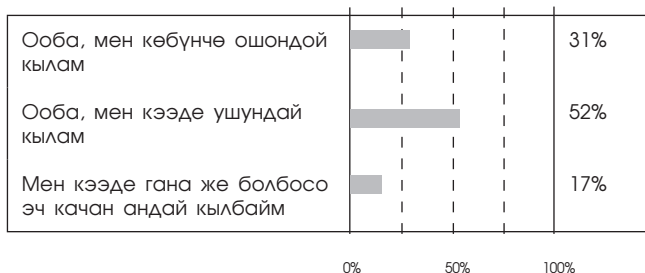
Жашынмак ойноо

Албетте, кээде өспүрүмдөр ата-энесин биле туруп алдашат. Биздин сурамжылоолорго катышкан балдар (83%) өзүнүн эркиндикке болгон укугун сактап калыш үчүн ата-энесинен чындыкты жашырып коюшканын мойнуна алышкан.

Жыйынга барган балдар менен жыйынга барбаган балдардын ортосундагы жооптордун айырмачылыгы абдан аз болчу. Бирок протестанттык

жеке менчик мектептерге барган балдардын 50% гана жалган айта турганын билдиргенин белгилей кетебиз. Эмне кыла аласың...

Ата-энеңиздин реакциясынан корккон үчүн жагымсыз маалыматты жашырып коюшуңузга туура келгенби? Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Албетте, кээде балдар жөн гана ата-энеси бул жөнүндө эч качан билбей калышы үчүн кайсы-бир иштерин жашырып коюшат. Бирок кээ бирлери башка айланып өтмө жолду табышат, мисал үчүн бизге бир кыз: «Апам мага мектепке бретелька (көп жери ачык лямка — *котор. эскер*) кийип барганга уруксат бербейт, а мен болсо анын үстүнөн кең кофта кийип алам да, мектепке барганда кофтамды дароо чечип салам», — деп айтып берди.

Жалганчы! Жалганчы!

Эң жүзү кара тактика — бул, албетте, каратып туруп жалган айтуу. Биз өспүрүмдөрдөн эмне үчүн жалган айтышарын сураганыбызда алардын дээрлик бардыгы бул баланын жообундай жооп беришти: «Анткени чындыкты билип калса, ата-энем ачууланат».

Кээ бирлери абдан кылдаттык менен алдашат. Бир жигит бизге бир жолу досунун үйүндө болгонун айтып берди, ал жигиттин үй-бүлөсүнүн эрежеси боюнча ал мындай кылбашы керек болчу. Апасы уюлдук телефонуна чалганда ал: «Салам, апа. Ооба, мен Джонатандын үйүндөмүн... Аны менен сүйлөшкүң келеби? Мм, азыр болбойт. Ал башка бөлмөдө... кыз менен... сен түшүнөсүң да», — деп алдап коюптур. Эртеси күнү ар бир өспүрүмгө тааныш болгон «анын сексуалдык жүрүм-туруму» жөнүндө Джонатан менен апасынын ортосунда сүйлөшүү болду, бул аны абдан таң калтырды.

Ошондой эле балдар дээрлик бардык ата-энелер алданып кала турган ар түрдүү кадимки айла-амалдар жөнүндө айтып беришти, мисал үчүн: «Мен досторум менен кинодомун, бүтөрүнө дагы бир саат калды. Фильм бүтөрү менен

үйгө барам». Кана айтыңызчы, кандай таш боор ата-эне фильмдин бүтөрүнө дагы бир саат калган учурда баласын кинотеатрдан чыгып кеткин деп айта алат?

№ 5 Тыянак. Канчалык таң калыштуу көрүнсө да, ашыкча эркиндик да баланы коркутат, балдарыбыз акыл-эстүү балансты табышы үчүн биздин аларга жардам беришибизди каалашат

Катаал чындык менен кагылышкандан кийин биз чексиз эркиндик да анчалык жакшы нерсе эмес экенин кубаныч менен үйрөндүк.

Көптөгөн өспүрүмдөр (бул жөнүндө кийинчерээк кененирээк сүйлөшөбүз) айткысы келген нерсени бир кыз бизге эң сонун сүрөттөп берди: «Менин ата-энем абдан катуу, а мен болсо алардын мага кээде көбүрөөк эрк беришин каалачумун. Бирок эгерде алар мен үчүн эреже түзбөгөндө, мени сүйбөйт го деп ойлоп калмакмын. Анткени баары-бир бизге анык-бир чек ара керек».

Ошондой эле балдар дайыма өзүнүн иштерин ата-энелеринен жашыргысы келбегенин жана аларды алдагысы келбей турганын билгенибиз

бизге жагымдуу болду. Чындыгында алар ата-энеси менен өздөрүнүн каалоосу жана кыйынчылыктары жөнүндө абдан сүйлөшкүсү келет жана ата-энелеринин ачуусунан азап тартпай турганын билишкенде муну токтоосуз ишке ашырышмак.

*Балдар дайыма эле өзүнүн иштерин
ата-энелеринен жашыргысы,
аларды алдагысы келбейт.
Чындыгында алар ата-энеси
менен өздөрүнүн каалоосу жана
кыйынчылыктары жөнүндө абдан
сүйлөшкүсү келет жана ата-энелеринин
ачуусунан азап тартпай турганын
билишкенде муну токтоосуз ишке
ашырышмак.*

АТА-ЭНЕЛЕР ЭМНЕ КЫЛЫШЫ КЕРЕК?

Мен (Шонти) өзүмдүн кичинекей балдарымдын да жакында башына келе турган өспүрүмдөр эңсеген эркиндик жөнүндө окуганымда керебетке чыгып, башымды төшөнчүгө бекем ороп жатып алгым келет! Бирок бул нерсе мага жардам бербейт да. Анда бизге эмне жардам бере алат?

Эң алгач көз карандысыздыкка карай күүлөнгөн күчтө өзгөчө эч нерсе жок экенин түшүнүү тоскоолдук кылбайт. (Дайыма ушундай болгон.) Адамзат пайда болгондон тартып эле көз карандысыздыкка болгон умтулуу көптөгөн проблемалардын себеби болгон. Балдарыбыздын «туура» жана өздөрүнүн өнүгүшүнө керек болгон эркиндикти издегенин көрүп, биз аларга бул умтулуу айтып турган терең руханий зарылдыкты көрсөтүп, ошол зарылдыкты кантип туура жол менен толтурса болорун түшүндүрүп берүүбүз керек.

Бактыга жараша, бул суроодо балдар өзү жетишерлик акылмандуулукту көрсөтүштү жана аларга чексиз эркиндикти берип койбош керектигин айтышты, ошону менен катар эле гайканы эреженин эзүүсүнөн суурулуп чыгууну эңсеп калгыдай деңгээлде бурап салбоонун ортосундагы туура балансты таба билүүгө кеңеш беришти. Өспүрүмдөрдүн ою боюнча, биз аларга туура максатты тандап, өзүнүн көз карандысыздыгын акылдуулук менен пайдаланышына жардам бере алабыз. Анда келиңиз, муну кантип ишке ашырса болорун карап көрөлү.

1. Эсиңизде болсун: сиздин балаңыз — жеке инсан

Көбүнчө өспүрүмдөр ата-энелери алардын инсан экенин көрүп, оюнда эмне болуп жатканын түшүнүшүн каалашарын билдиришти. Жөнөкөйлөтүп айтканда, кээ бир балага башка балдарга караганда көбүрөөк эркиндикти ишенип тапшырууга болот.

Биз киришүүдө белгилеп кеткендей, бул бөлүмдү окуп жатканда балаңыздын инсандык өзгөчөлүгү жана биз жазган нерсени ал үчүн кантип колдонсо болорун эстеңиз. Бирок балаңызга кайсы-бир нерсеге уруксат берердин же тыюу салардын алдында өзүңүзгө бир канча маанилүү суроолорду берип көрүңүз. Мисал үчүн: Ал канчалык жоопкерчиликтүү? Ал өзүнүн кылган ишинин жыйынтыгын акылдуулук менен баалай алабы? Ал эмоцияларга оңой эле алдырып коебу? Ал өзүнө кандай досторду тандайт? Ал жөнүндө башка чоң адамдар кандай ойлойт?

Балаңыздын жетилгендигинин деңгээлин аныктаганга аракет кылып жатканда анын жашоосунда акыркы күндөрдө эмне болуп жатканын эстеп көрүңүз. Эмне үчүн кызыңыз ар жума сайын телефонун жогото берет? Эгерде

уулуңуз үй тапшырмасын өз убагында тапшыра албаса, ага унааны ишенип тапшырууга болобу?

Төмөндө келтирилгендердин кимиси сиздин балаңызга жакыныраак экенин аныктап алуу да ашыкчалык кылбайт:

- «Мойнума алам, эгерде менин ата-энем бир аз кичи пейил болгондо мен “алардын төбөсүнө чыгып алмакмын”».
- «Мен ата-энемдин ишенимин керт башымдын пайдасына колдонмок эмесмин. Алар мага ишенгенине жана менде ушунчалык эркиндигим бар экенине кубанычтамын».

2. Жазаны тандап жатканда балаңыз эң көп эмнесин жоготуудан коркорун эске алыңыз

Эркиндигин жоготуп алуу коркунучу көбүнчө балдарды анык-бир нерселерге карата курч реакция кылганга мажбур кылат. Анын сезимдерин билбестен ыза кылып албаш үчүн балаңыз эң көп эмнени баалай турганын билип алышыңыз керек, антпесе ал коргонгонго мажбур болот. Мисал үчүн, кайсы-бир бала үчүн анын уюлдук телефону — аны дүйнө менен байланыштырып

турган ичке жип жана бул байланыш ал үчүн абдан маанилүү. А башкасы үчүн болсо унаасы көз карандысыздыктын маанилүү белгиси болуп саналат.

Биз баланы ар түрдүүчө жазалай алабыз, ошондуктан «эркиндигинден ажыратып» коём деп коркутпастан, аны эрежелерди бузгандан келип чыккан жыйынтыктарды ойлоноууга мажбур кылган вариантты тандап алганыбыз жакшы. Кээде кайсы-бир укугун жоготуунун өзү жетишерлик жаза болуп саналат, бирок бала үчүн мүмкүн болгон азаптардын эң коркунучтуусу эмне экенин түшүнүп, муну акылмандуулук менен колдонуу керек.

*Балаңыздын сезимдерин билбестен
ыза кылып албаш үчүн анын эң көп
эмнени баалай турганын билип
алышыңыз керек, антпесе
ал коргонгонго мажбур болот.*

Мисал үчүн, менин кызым кырсыкка кабылгандан кийин мен (Лиза) андан уюлдук телефонду тартып албоо акылдуурак экенин түшүндүм. Мунун ордуна биз аны өзү талкалаган фараларды ремонттоо үчүн 800 доллар төлөгөнгө

милдеттендирип койдук (бул ага көбүрөөк жакты). Бул нерсе ал үчүн төрт ай бою жалаң ушул сумманы төлөш үчүн иштегенди билдирчү, а күнүмдүк колдонуу үчүн абдан аз акча калчу. Ошентип ал эң жакшы сабакты өздөштүрдү, аны менен кошо анда бизге таарынганга шылтоо жок болчу. А эгерде биз ага достору менен мамилелешүүгө тыюу салганда же анын уюлдук телефонун алып койгонубузда сөзсүз түрдө капа болмок.

3. Балдарга алардан эмнени каалаганыңызды айтыңыз

Эгерде бала өзүндөгү бул же тигил укук эмнеден көз каранды экендигин жакшы билсе, ал өзүн ишенимдүү жана тынч сезет, сизге жалган айтпайт. Мисал үчүн, эгер ал телефонун өзгөчө баалай турган болсо, сиз ата-эне катары, анда телефону бар экени сизге ыңгайлуу болорун, бирок эгер ал сиздин чалууларыңызга жооп бербесе же ага телефон чалууга болбосо, андан куру каларын түшүндүрүп бериңиз. Эгерде ал сиздин эрежелериңизди аткара турган болсо, анда мобилдик телефонго болгон укугу кол тийбес бойдон каларына ишене берсе болот.

Өспүрүмдөрдүн проблемалары боюнча адис Вики Кортни балдары Интернетти колдоно баштаганда уруксат берилген чек араны белгилөө керектигин ойлогон. Конкреттүү эрежелерди аныкташ үчүн ал: «Силер Интернетти колдоно баштадыңар жана эртеби-кечпи кайсы-бир жакшы эмес нерсеге туш болушуңарды билемин. Кокусунан жаман сайттарга кирип каларыңарды же болбосо силерге Интернет аркылуу жаман ниеттер менен кайрылып калышарын билемин. Эгерде силер порносайттардын рекламасын көрүп калсаңар, же болбосо кимдир-бирөө силерге адепсиз сунуш менен кайрыла турган болсо, мага айткыла, анан мен эмне үчүн мындай болуп кеткенин талдап чыгам. Мен убада берем, силердин Интернетти колдонушуңарга тыюу салбайм».

Бир канча убакыттан кийин анын кызы коркунучту сездирген кат алды. Ал апасына бул проблема менен кайрылганда, анын биринчи айткан сөзү мындай болду: «Апа, эсиндеби, сен мага Интернетти колдонууга тыюу салбайм деп айткансың го?»

Вики бизге түшүндүрүп бергендей, эми алар балдар менен бул нерселерди эркин талкуу-

лай алышат, анткени балдар өздөрүнүн эркинен сырткары же алардын катасынын айынан сырткары учурда апасы аларды Интернетти колдонуу укугунан ажыратпай турганын билишет.

*«Эгерде кимдир-бирөө силерге
адепсиз сунуш менен кайрыла турган
болсо, бул жөнүндө мага айткыла.
Мен убада берем, силердин
Интернетти колдонушуңарга
тыюу салбайм».*

Ошентип эркиндик — бул күчтүү стимул, балким, сиз балаңызга аны башкара билүүгө кудурети жетерин көрсөтсө, эркиндиги көбөйө турганын, а атайылап жалган айта турган болсо, тескерисинче эркиндикти жоготуп коеруна алып келерин түшүндүрүп коюшуңуз керек болот чыгар.

4. Балдарды өзүнүн өсүп келе жаткан көз карандысыздыгын акылмандык менен башкарганга үйрөтүүнүз

Биздин эсибизде калгандай, он баланын ичинен жетөөсү ата-энесинин пикирине карабастан эмнени кааласа ошону жасайт. Жада калса ата-энем

бул жөнүндө билип калса деген коркунуч да аларды токтото албайт. Алар бардыгын жашырып калганга аракет кылышат. (Бул абдан коркунучтуу!) Ошондуктан биз балдарыбыздын туура нерселерге *умтулуп*, туура эмес нерседен качышына жардам беришибиз керек. Андан сырткары, сиз ысык жүрөк менен тынымсыз сыйына аласыз (биз муну толугу менен колдойбуз), ошондой эле аларды туура жолго багыттап турган бир канча мүмкүнчүлүктөр бар.

Балдарыңызды өзүнүн кылган иштеринин жыйынтыгы жөнүндө ойлонгонго жана эмнени туура эмес кылганын түшүнгөнгө үйрөтүңүз.

Балдар өздөрү айткандай, бизге кадыр-баркы менен басым көрсөтүп жатат деп ойлоп калбашы үчүн, алар эреженин (анын ичинде алар аткара тургандары да) эмнеге негизделгенин түшүнүүлөрү керек. Бул жөнүндө биз кийинки бөлүмдө кененирээк айтабыз. Андан бетер, балаңыздын мээсинин алдыңкы бөлүгү толугу менен өнүгө элек болгондуктан, өзүнүн кылган ишинин жыйынтыгын түшүнө алышы үчүн сиздин жардамыңыз керек болот. («Эгер азыр

сен дүкөн кыдырып жүрсөң, үй тапшырмасын аткарыш үчүн сенде канча убакыт калат?») Балаңыз өзүнүн кылганын туура эмес баалап жаткан учурда аларды түшүндүрүп бергениңиз да туура болот.

*Абдан жоопкерчиликтүү балдар
деле көп учурда өзүнүн кылганына
четтен карап, кайсы-бир учурда
баары ойдогудай болбогонун
түшүнүшү үчүн чоңдордун
жардамына муктаж болот.*

Балаңыз баарын билем деп ойлогон учурда деле болуп өткөндү талкуулап көрүшү үчүн ага жардам бериңиз. Ошондой эле абдан жоопкерчиликтүү балдар деле көп учурда өзүнүн кылганына четтен карап, кайсы-бир учурда баары ойдогудай болбогонун түшүнүшү үчүн чоңдордун жардамына муктаж болот. Биз менен чогуу иштеген балдар проблеманы өз алдынча чечип, өз алдынча чечим кабыл ала алышы үчүн ата-энесине насаат окуганды эмес, акылдуу сууроолорду берүүсүн сунуш кылышкан («Кечеге кандай балдар келиши мүмкүн экенин ойлоп көрдүңбү?»).

Мына ошондуктан балдар бардыгын өз алдынча үйрөнгөнгө умтулушат, керек болсо жеке жаңылыштыктары аркылуу болсо да. Бир баланын сөзү боюнча, атасы ага көбүнчө: «Ал жакка барууну же барбоону өзүң чеч. Мен сага уруксат берем, бирок эгер кайрадан өзгөртүү керек болуп калса, бир айласын кылып кутулуп чыга турган да сенсиң».

***Балдарды ата-энеден эмес,
Кудайдан коркконго үйрөтүңүз***

Изилдөөлөрүбүздүн жыйынтыгын анализдеп жатып, биз он баланын ичинен алтысы өздөрү азгырылып жатканда жана туура эмес кылып жатканда Кудай муну билип турганын эстешерин көрүп таң калдык. Ошол Кудайдан корккон алты баланын кылган иши ата-энесине жакпай калышына караганда алардын жүрүм-турумуна Кудай капа болушу мүмкүн экендиги көбүрөөк тынчсыздандыра турганын айтышкан. Так ошол чоң адамдар балдардын ата-энеден коркуусунун Кудайдан коркууга өтүшүнө жардам бере алышат.

Мен (Лиза) бул принциптин кандай иштей турганын өз көзүм менен көрдүм. Бир жолу

менин балдарым атасынан кайсы-бир нерсеге уруксат сурашты, ал минтип айтты: «Мунун апаңарга жакпай турганын билесиңер да». Ойлонбостон туруп, жада калса башымды да өйдө көтөрбөстөн туруп мен: «Муну мен чечпеймин. Анын алдында өзүңөр жооп бересиңер. Силер кылгыңар келип жаткан нерсе жөнүндө Кудай менен сүйлөшкүлө». Ошол эле күнү кечинде кыздарым мага бир-бирден келип, Теңир аларга кээ бир иштерде этият болорун жана кээ бир балдар менен мамиле кылганда этият болгула деген кеңешин бергенин айтып келгенде таң калдым. Бул нерсе жөнүндөгү Кудайдын көз карашы алар үчүн мен ойлогондон көбүрөөк мааниге ээ болуп чыкты.

*Балдарды кылган иши ата-энесине
жакпай калышына караганда
алардын жүрүм-турумуна Кудай капа
болушу мүмкүн экендиги көбүрөөк
тынчсыздандырат.*

Биз ушунчалык кам көргөн кичинекей балдарыбыз уябыздан учуп чыкканын көргөнүбүздө, аларды Теңирге — аларды жаратып, канатынын астына калкалаган Бирөөгө ишенип

тапшырган кандай сонун! Албетте, балаңызды өз алдынча сүзүүгө кое берүү сиз үчүн кыйынга турат, бирок эсиңизде болсун, *көз карандысыз адам болуу* эмне экенин түшүнүү балдарга да оор болот. Биз муну кийинки бөлүмдө талкуулайбыз.

СИЗ КИМСИЗ?

*эмне үчүн балаңыз кокусунан
эле сизге бөтөн адам сыяктуу
мамиле кыла баштайт жана өзүн
чоочун бирөө катары тутат*

*Өздөрүн ата-энелеринен алыстатуу
менен гана өспүрүм өзүнүн жеке
өзгөчөлүгүн оорусуз түрдө ачып
бере алат. Бирок бизден алыстаганы
менен балдар баары бир болуп жаткан
нерсе жөнүндөгү биздин ойлорубузду
билгиси келет жана жардам менен
колдоого муктаж.*

*Ж*акында биз (Лиза жана Шонти) програм-
мабызды презентация кылгандан кийин шаар-
дын четинен кайтып келдик. Үйүмө (Шон-
ти) келгенде балдарым мени кубана тосуп
чыгышты. Уулум (ал үч жашта) мага колун су-
нуп, мени кучактады да, катуу өптү. Алты жа-

шар кызым болсо, тиземе жабышып, ал да кыса кучактады, күлдү. Мен бакытка толуп, асмандап учуп жүрдүм.

Биз кубанып саламдашып жаткан учурда Лизанын менден назик үн менен: «Бир күн келип, ушул кичинекей ооздордон сенин дарегиңе айтылган орой сөздөрдү уга турганыңа ишенесиңби?» — дегенин уктум.

Мен ага таң кала карадым, бирок ал айтылган сөзүнүн таасирин жууп салбаганга аракеттенип, бир аз көңүлсүз жылмайып койду. Өзүнүн тажрыйбасынан улам өспүрүмдөрдүн энеси болуу эмне экенин жакшы билген бул аял мени жакшынакай, ак көңүл балдар көбүнчө тил албаган, бизди сүйөрүн айтып, бир мүнөттөн кийин орой сүйлөй турган жандарга айланып кетерине ишендирди. Ал ишенимдүүлүк менен мен жакшы билген жана жакындан тааныган балдар бир күн келип: «Сен мени таптакыр түшүнбөйсүң да!» — деп кыйкырып, андан кийин эшикти катуу жаап өз бөлмөсүнө кирип кетерине мени ишендирди.

Балким, сиздер да, биз Джефф экөөбүз сыяктуу, менин кымбаттуу досум Лизанын адашып жатканына, *сиздин* балаңыз эч качан мындай

кылбай турганына үмүт кылып жаткан чыгарсыз. Биздин топтук интервьюларыбыз жыйынтык чыгарганга мүмкүнчүлүк бергенине жана алардын жардамы менен башы айланган ата-энелер мурда таптакыр мындай болбогон балдарына эмне болуп жатканын түшүнө алганына жол ачып бергени үчүн абдан кубанычтамын.

Менин бир досум өзүнүн он беш жаштагы кызы жөнүндө айтып берди: «Мен эч качан бул жолу мектептен кандай адам келерин, канчада үйгө келерин так билбеймин. Анан көбүнчө минтип ойлоном: “Сен кимсиң жана сен менин балама эмне кылып койдун?”»

*Мен көбүнчө минтип ойлоном:
«Сен кимсиң жана менин балама
эмне кылып койдун?»*

Биз ачыктап өткөндөй, балдар дагы өздөрүнүн ким экенин түшүнгүлөрү келет.

«МЕН КИММИН?»

Изилдөөлөрүбүздүн жүрүшүндө биз өспүрүмдөрдүн көпчүлүгү өзүнө белгилүү болгон кайсы-бир образга төп келиш үчүн жанынын барды-

гынча аракет кыларына кайра-кайра ишендик. Бизден кескин алыстап кеткени болсо, болгону алардын жан дүйнөсүндө оңой эмес өзгөрүүлөр болуп жатканынан кабар берет.

Балдар чоңоюунун анык-бир этаптарынан өтөрүн билебиз. Башталгыч мектепте жана орто мектептин биринчи класстарында балдар атасы менен апасы сыяктуу болгонго аракет кылышат, өздөрүн аларга окшоштурушат жана ушундай жол аркылуу эркек жана аял болуунун эмне экенин түшүнүшөт. Бирок он эки жаш чамасында (кимдир-бирөөлөр үчүн он бир, кимдир-бирөөлөр үчүн он үч) аларды кайсы-бир нерсе чырт эттиргендей болот. Биздин балдарыбыз өнүгүүнүн кийинки этабына тездик менен өтүшөт, эми алар «апасы менен атасы сыяктуу болгонго» аракет кылышпайт, а тескерисинче, негизги жана аныктоочу: «Мен бул жашоодо киммин?» деген суроонун үстүндө ой жүгүртө башташат.

Эми алар апасы менен атасын туурагысы келбейт жана өз инсандыгы боюнча калыптангысы келет. Кокусунан эле сизге окшоп кийингиси келген кичинекей кыз өспүрүмдүк нервдердин кесегине айлана түшөт. Сиз ага сатып берген костюм ага канчалык жарашпасын аны өлүм коркунучу-

нун алдында тургандай кийбей коет. Атасынан устаканада өзүнө жардам берүүсүн суранган кичинекей бала эми соода борборунда сиздин андан эң аз дегенде бир метр алыста жүрүшүңүздү талап кылат, анткени бирге келгениңиздерди кимдир-бирөө байкап калбасын дейт.

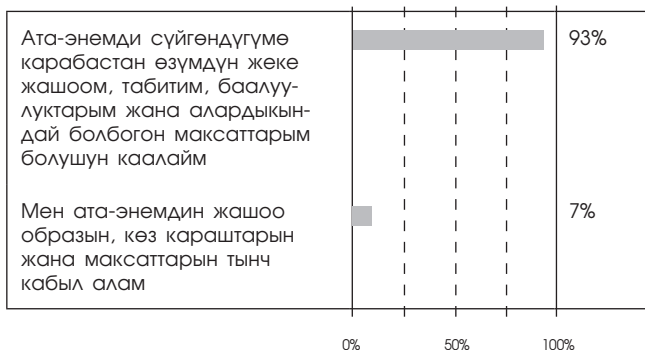
*Эми алар «апасы менен атасы
сыяктуу болгонго» аракет кылышпайт,
а тескерисинче негизги жана аныктоочу:
«Мен бул жашоодо киммин?»
деген суроонун үстүндө ой жүгүртө
башташат.*

Балдарыбыз бизден уялганын, бизге душмандай мамиле кылганын же (бизди көбүнчө тынчсыздандыра турган) аларга сиңирген баалуулуктарыбыздан шектене баштаганын түшүнбөйбүз, булардын баары алардын өзүн-өзү изилдөөсү менен байланышкан. Алар атайылап биздин жүрөгүбүздү ооруткусу келбейт. Өздөрүнүн анча узун эмес өмүр жолунда алар өзүн сиз менен көз алдыга келтирген, бирок эми бул алар үчүн жетишсиздик кылат. Өзүн талдап көрүшү үчүн жана өздөрүнүн ким экенин түшүнүшү үчүн алар сизден бөлүнүп чыгышы керек.

«Мен сени сүйөмүн, бирок мен таптакыр башка адаммын»

Изилдөөлөрдүн жыйынтыктары индивидуалдуулукка болгон мындай умтулууну чагылдырып турат:

Кайсы ой-пикир сиздин көз карашыңызды тагыраак чагылдырып берет? Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Өспүрүмдөрдүн басымдуу көпчүлүгү өз алдынча инсан болууга умтулганын сезишет, ата-энесинин табитинен айырмаланып турган өзүнүн артык көргөн нерселери, баалуулуктары жана умтулуулары болушун каалайт. Балдар канчалык

чоңойгон сайын бул каалоо айдан-ачык көрүнө баштайт (он жети жаштагы балдардын дээрлик бардыгы биринчи вариантты тандашкан). Менин бир досума кызы: «Апа, мен сени сүйөмүн, бирок мен таптакыр башка адаммын. Сен деген сенсиң, а мен болсо өзүнчө башка инсан болушум керек», — деп айтыштыр.

Сиз керебетке жатып алып, кайгыдан суй жыгылгыча ыйлардан мурда келиңиз ойлонуп көрөбүз, эмне үчүн балдарыбыздын мындай реакциясы керектүү гана болуп саналбастан, алардын өнүгүү чекитинен алып караганда туура дагы болуп эсептелет.

**Биринчи сөз... биринчи кадам...
ата-эне эми анчалык «кыйын» эмес
экенин биринчи жолу түшүнүү**

Балдар үчүн бул өнүгүүнүн сөзсүз болуп өтчү этабы, бул психологиясы соо чоң адамдын жашоого алып барган жолунун керектүү бир бөлүгү. Эсиңиздеби, балаңыздын бул учурлардын баарын: биринчи кадамын... биринчи сөзүн... эң акыркы жалаягын (ура!) байкап туруу кандай сонун болгон. Буга ишенүү канчалык кыйынга турбасын, балаңыз өз алдынча инсан болуп барат-

канын билдирген биринчи белгилер да сиздин көңүл бурууңузга жана кубанычыңызга татыктуу. Эми гана жүнү жыдып түшө баштаган балапан канаттарын түздөп, сизден аны бүт күчүңүз менен уяда кармап калышыңызды эмес, өзүн учурууга үйрөтүшүңүздү суранат.

Балдар үчүн чоңоюунун бул этабын басып өтүү качандыр-бир кезде бут кийиминин боосун байлаганды үйрөткөнүңүздөн кем эмес маанилүү нерсе жана бул учурдагы сиздин жардамыңыз абдан баалуу болот. Ошондуктан бул этап биздин балдарыбыздын ойлоруна кантип таасир эте турганы, алардын жүрүм-турумунда кандайча көрүнөрү тууралуу бизге ачылган чындыкты бирге карап көрөлү.

ӨЗ ЖОЛУН ИЗДӨӨ АЛАРДЫ СИЗДИН ЖОЛДОРУҢУЗДУН ТУУРАЛЫГЫНАН ШЕКТЕНГЕНГЕ МАЖБУР КЫЛАТ

Эгерде сиз балдарыңыз чоңоюунун кайсы этаптарынан өтө турганын билсеңиз жана кээ бир нерселерге кичи пейилдик менен мамиле кыла турган болсоңуз, анда өзүңүздү тынчсыздануунун чоң үлүшүнөн арылта турганыңызга бекем ишенебиз. (Биз муну менен башка кырдаалдарда өз

башыңызды өзүңүз койгулаганга мажбур кылган жүрүм-турумдун себептерин билип каларыңызды айткыбыз келет.) Ошондой эле эгерде кээ бир фактыларды боло турган нерсе катары кабыл алсаңыз, анда чоңоюп, чоң адамга айланып жаткан кезде балаңыздын жашоосуна аралаша аласыз (буга ишене бериңиз).

№ 1 Факт. Балдарыңыз сизден шектене турган жана кээде сиздин жашоо образыңызды четке кага турган учур келет

Ошентип, эми биз балдар өзүн-өзү табышы кектигин билебиз. Бирок көбүнчө алардын кылган иштери бизди жана биздин жашообузду четке кагып жаткандай ойлогонго мажбур кылат. Өзүнүн өспүрүм балдарынан: «Сен эч нерсени түшүнбөйсүң!» же болбосо «Мени бурчка отургузуп койчу, сураныч» — деп айтканын, чындыгында бул: «Мен досторумдун сени көрүшүн каалабайм» дегенди билдирген сөздөрдү уккан ата-энелер көпшү?

Албетте, гормондору алай-дүлөй түшүп жаткан сиздин өспүрүм балаңыз жакшыраак сөздөрдү тандаса да болмок, бирок эсиңизде болсун, ал сезип жаткан сезимдер нормалдуу жана өзүнүн

индивидуалдуулугун издөөсүнүн маанилүү бөлүгү болуп саналат.

*Балдар өзүн-өзү табышы керектигин
билебиз, бирок көбүнчө алардын кылган
иштери бизди жана биздин жашообуздун
четке кагып жаткандай ойлогонго
мажбур кылат.*

«Сиздин сепилиңизди талкалаш керек!»

Өспүрүмдөрдүн бул шектенүүлөрү эмне үчүн ушунчалык зарыл экенин өз үлгүбүз аркылуу көрсөтүш үчүн келиңиз, өзүбүзгө төмөнкүдөй учурду элестетип көрөбүз. Сиз кубиктерден эң сонун сепилди куруп, аны мектеп жашына чейинки балаңызга көрсөтүш үчүн алып келдиңиз дейли. Балаңыз эмне кылат? Сиздин чыгармаңызга таң калган үнү менен: «О, апа, өз өмүрүмдө көргөн нерсенин ичинен бул эң сонуну, мен эч качан мындайды жасай албасам керек» дейби? Же болбосо аны кубаныч менен талкалап салып, өзүнүн жаңы сепилин курганга кирише баштайбы?

Так ушул сыяктуу эле сиздин өспүрүмүңүз да өзүнүн сепилин курат, бирок эң маанилүүсү анда

бул үчүн даяр курулуш материалдары жок. Анда болгон нерсе — бул сиздин кирпичтериңиз: баалуулуктарыңыз, идеалдарыңыз, ойлорунуз, сиз (ошондой эле ага жакын болгон башка адамдар) жашоосунун бул учуруна чейинки убакытта орноткон жүрүм-турум моделдериңиз. Албетте, анда эрте жаш курагынан тартып эле көз карандысыз тандоо укугу бар, бирок өз алдынчалуулуктун тартуу күчүн ушул критикалык учурга чейин: 11–13 жашка чейин ал билген эмес.

Балаңыз өзүнүн жеке сепилин кура алышы үчүн жападан-жалгыз ыкма — бул сиздин жана анын жашоосундагы башка маанилүү адамдардын түзгөнүн кыйратып, эми ошол материалдардан өзүнүкүн куруу болуп саналат.

Балаңыз өзүнүн жеке сепилин кура алышы үчүн жападан-жалгыз ыкма — бул сиздин жана анын жашоосундагы башка маанилүү адамдардын түзгөнүн кыйратып, эми ошол материалдардан өзүнүкүн куруу болуп саналат. Куруу процессинде ал бул кирпичтерге ар түрдүү көз караштан тынымсыз карайт жана бал-

ким аңдабай туруп: «Мени бүт өмүр бою мына ушуга үйрөтүштү. Бул нерсе менин ата-энемдин жана мугалимдеримдин инсандыгында бар экенин билемин, бирок бул менин да бир бөлүгүм болуп калышын каалаймынбы?» — деп сурап көрөт.

**«Биздин үй-бүлөдө сепилди
ушинтип курушат!»**

Келиңиз, сепилдерди окшоштугун уланталы. Элестетип көрүңүз, сиз балаңыздын сепилиңизди талкалашына уруксат берген жоксуз жана: «Жок, жок, Джонни! Эч нерсени өзгөртүштүн кереги жок. Биздин үй-бүлөдө сепилди ушинтип гана курушат!» — деп айттыңыз.

Мектеп жашына чейинки Джонни кабагын салат жана жада калса сизге ачууланат. Балким, өспүрүм Джонни сизге бир да ооз ачпашы мүмкүн. Бирок ошондон кийин сиз кол тийгизбей сактап калгыңыз келген нерсени абдан катуу талкалагысы келиши мүмкүн. Сиз азыр гана ой-пикирден куралган бул сепилдин бөлүгү ага эмес, сизге гана таандык экенин ачык түшүндүрдүңүз. Ошондуктан ал (кийинчерээк, сизге байкатпастан) ошол кубиктерди, баалуулуктар се-

пилиңиздин ошол бөлүктөрүн алып чыгып, изилдеп алар ага керек же керек эмес экенин чечип алгысы келет.

*Сиз кол тийгизбей сактап калгыңыз
келген нерсени абдан катуу
талкалагысы келет.*

Көбүнчө кайсы-бир жүрүм-турумду балага абдан таңуулашкан болсо, өз алдынча болуш үчүн андан атайылап баш тартат. Образга таңууланган мындай инстинктивдүү каршылык көрсөтүүнү бир кыз минтип сүрөттөп берди: «Эненин балдарынын жашоосун өзүнүкү сыяктуу жашаганы абдан коркунучтуу. Мындай ата-энелер балдары муну жек көрүп жатканын түшүнүшпөйт. Биз өз алдынча адам болушубуз керек. Бала мындай үй-бүлөдөн мүмкүнчүлүк болору менен качып кетет».

Сепилдин кыйрашы жагымдуу үндөр менен коштолбойт

Кээ бир оозеки билдирүүлөр, мисал үчүн: «Ата, мен өз алдынча инсан болгум келет!» сыяктуу арыздануулар — баланын сиздин сепилиңизди

талкалай баштаганынын ачык белгилери. Башка белгилери анча байкалбайт жана катуураак жаралашы мүмкүн, бирок эгер аларды өспүрүмдөрдүн тилинен биздин тилге которо турган болсок алар анык-бир мазмунга ээ болот. Мисал үчүн:

«Мен сен үчүн ушунчалык уялам!» Сиз качандыр-бир кезде өспүрүм балаңыздын эмне үчүн сизден ушунчалык уялары тууралуу ойлонуп көрдүңүз беле? Ата-энесин жашоодон артта калгандай эсептөө менен балдар эми өздөрүн аларга таптакыр окшош эмес деп чечишет жана акыры алардан кутулганын сезишет. Муну менен алар: «Мен кыйын болгум келет. Сен — мен жакшы билген жана эсимде калган жападан-жалгыз адамсың, ошондуктан сенден тезирээк бөлүнүшүм үчүн сени «кыйын эмес» адам катары эсептеп, сенден уялышым керек» дегенди билдиришет.

Биздин топтук интервьюлар учурунда балдар ата-энелери жашоодон артта калгандай көрүнгөн учурлар жөнүндөгү мисалдарды бири-биринен аша түшкөнгө аракет кылып айтып жатышты. Кыздардын бирөөсүнүн айткан сөздөрү төмөнкүдөй болчу: «Менин апам супермаркетте баа-

рынын көкөйүнө тие турган ырларды үн чыгарып ырдайт. Ал башка сатып алуучулар мага жылмайып жатат деп ойлойт, а бирок чындыгында алар анын үстүнөн күлүп жаткан болушат».

«Апа, бул шымдарды карачы!» Өспүрүмдөр өзүнчө инсан болуп аныкталып жатканынын дагы бир сигналы болуп алардын (ушунчалык мээримдүүдөй көрүнөт) ата-энесин шылдыңдай баштаганы болуп саналат. Мына, мисал үчүн, мен (Лиза) бир жолу адаттагыдай үйдүн ичинде эски шымымды кийип жүргөн элем, кыздарым менин үстүмдөн күлө баштады. Ханна:

— Э-э-э, апа... бул шымыңа канча жыл болду?

Мен өзүмдүн шымыма карап, жооп бердим:

— Эсимде жок. Он беш жыл, андан көп эмес.

— Бир мүнөткө келип, бир видеороликти көрүп койбойсуңбу?

Ал жана Сара Интернеттен «Апамдын джинсысы» деген видеороликти таап алышыптыр, анда орто жаштагы аялдын кийимин мазактап күлүшүптүр, анын ичинде бели узун, жыйырма сантиметр сыдырмасы (бүчүлүгү) бар, эластан мол кошулган шымды мазакташкан экен. Муну көрүп, менин кыздарым каткырып күлүштү, андан кийин сөөмөйү менен мени көрсөтүштү!

Ошондон кийин алар: «Апа, эгер сен өзүңдүн “апалык ыштаныңды” таштай турган болсоң, сени менен дүкөнгө барабыз» — дешти. Алар өз сөзүндө бекем турушту жана жакшы магазинден мага эң сонун джинсыны табышты. Мен жаштардын бул отелинде жүргөн жападан-жалгыз апа болдум, бирок мойнума алышым керек, ал джинсыны кийгендеги көрүнүшүм өзүмө жакты.

Эми алар дагы эмнемдин үстүнөн күлсө болорун издеп жатышат.

«Мен сени менен жашоо жөнүндөгү көз караштарыңды бөлүшө турганыма да ишенбейм». Бул ата-энелер уга турган эң оор даттануулардын бири болуп саналат. Өспүрүм куракта баалуулуктар системасы али бекемделе элек болот, андагы бардык нерсе салыштырмалуу болот, а «эмне болсо ошол болсун» деген этап болсо 16–20 жаш куракта башталат. Адистер айткандай, бул өнүгүүнүн өзүнчө этабы жана ал бардык нерсени кабыл албастык жана бардык нерседен шектенүүчүлүк менен мүнөздөлөт. Жада калса бекем көз карашка ээ болгон бала деле: «Бул сенин көз карашың жана мен ага кошула турганыма ишенбейм» деген сыяктуу сөздү айтышы мүмкүн.

*Жада калса бекем көз карашка
ээ болгон бала деле: «Бул сенин
көз карашың жана мен ага кошула
турганыма ишенбейм» деген
сыяктуу сөздү айтышы мүмкүн.*

Биз сизге мындан ары көрсөтүп кетебиз, бул кабыл албастык бекем баалуулуктарга ээ болуу жана көптөгөн үй-бүлөлөрдө сиңирилген туугандары менен биригүүнү сезүүгө болгон чыныгы каалоонун болушу аркылуу жеңилдей түшөт.

**№ 2 Факт. Балдар өзүнүн көз алдында
адамдардын кандай кадыр-баркка
ээ экендигине таянып, алардын кандай
мүнөздөрүн өздөштүрүү керектигин
чечип алышат**

Сиз балаңыздын өзүңүзгө жана өз тарбияңызга байланышкан бул же тигил сапаттарга гана шектенип жатканын, а калгандарына болсо көңүл бурбайт деп ойлошуңуз мүмкүн. Андан бетер, сиздин принциптериңизди шектенүүгө калтырып, ал алардан баш тартып жатканын элестетүү да кыйын эмес. Бул эки ырастоо тең туура эмес.

Тескерисинче, өспүрүм өзүнүн инсандыгын калыптандырып жаткан жылдарда ал өзүнө мындай же тигиндей таасир эткен бардык адамдарды: ата-энесин, башка чоң адамдарды жана өспүрүмдөрдү байкайт жана баалайт.

Айлана-чөйрөсүндөгүлөрдүн реакциясын байкоо

Өспүрүм эмнени кылыш керек, эмне кылбаш керек экенин айланасындагылардын реакциясына карап чечет. Кичинекей бала жыгылып түшкөндө ыйлагандан мурда апасы ага чуркап келип, аны жерден ала коер бекенин карайт, мунун өзү айлана-чөйрөсүндөгүлөрдү жана алардын реакциясын байкаганы болуп саналат.

Эгерде кимдир-бирөө мектеп кечесинин темасын сунуш кылса, бүт класс өзүнүн пикирин билдирерден мурда мектептеги эң кыйын баланын реакциясына карашат. Ал жылмайып анан: «Эң сонун!» — деп айткандан кийин гана калгандары да башын ийкешет.

Айлана-чөйрөсүндөгүлөрдү байкоонун эки тиби өспүрүмдүн кандай болгусу келерин аныктап алышына жардам берет:

- *Позитивдүү байкоо.* Балдар өзүнүн кылган ишинде өзүнө абдан жаккан адамдын кылган иштерин кайталашат, алардын жүрүм-турумун жана ар түрдүү нерселерге болгон мамилесин көчүрмөлөп алышат. Мен (Шонти) 13 жашта болгон кезде мен өзүмдү башка бардык сүймөнчүктөр катары алып жүргөн кезде башка балдар мага жакшы мамиле кылышканы эсимде. Таап көрүңүзчү, мен өзүмдү көбүнчө кандай алып жүрөр элем?
- *Негативдүү байкоо.* Балдар өзүнө жакпаган жүрүм-турумдан жана коюлган башка аттардын (ярлык) качышат. Мисал үчүн, бир кыз бизди бир аз тынчсыздандырган нерсени айтып берди: «Мен бардыгы ойлогондой анчалык жакшы жана мээримдүү эмесмин». Башкача сөз менен айтканда, ал муну билдиргиси келген: «Ата-энем жана мугалимдер мени абдан жакшы кыз деп ойлошот, бирок мен мындай образга дал келейин деген оюм жок. Тескерисинче, келиңиз мен сизге канчалык жаман боло аларымды көрсөтүп берейин».

Байкоонун эки тибинин тең жакшы жана жаман жактары бар. Эгерде балага жергиликтүү

банданын лидери жага турган болсо, позитивдүү байкоонун жаман жактары болушу мүмкүн. Эгерде өспүрүм наалый бере тургандардын эч качан досу болбой турганын байкаса, негативдүү байкоо баалуу болушу мүмкүн, ошондуктан ал шайыр болуп жүрүүнү чечет.

Акыркы жыйынтык үчүн өспүрүмдөрдүн өзүнө таасир эткен адамдарга кандай мамиле кыла турганы чоң мааниге ээ. Өспүрүмдөр өзүнүн ата-энесине көңүл коюп байкаганына карабастан, алар сейрек учурда: «Ата, сен (кайсы-бир адам жөнүндө) кандай ойлойсуң?» — деп сурашат. Мунун ордуна кызы атасына мындай окуяны айтып берет: «Биздин иште эмне болгонун билесиңби? Бир жигит иштеген убакытын каттоо карточкасына жалган жазууну жазып коюптур...»

Анан ал атасынын реакциясына карайт, атасы мисал үчүн минтип айтат: «Мен муну туура эмес деп эсептейм. А сен кандай ойлойсуң?» Андан кийин кызы бул жоопту өзүнүн «кирпичтерине» кошуп алат. Эгерде ал атасы тууралуу бийик пикирде болсо, анда көбүнчө (сөзсүз түрдө болбосо да) анын көз карашын кабыл алат.

Досторунун реакциясын байкоо

Башка бирөөнүн жүрүм-турумуна байкоо жүргүзгөндөн сырткары өспүрүмдөр башка адамдардын, өзгөчө теңтуштарынын алардын жасаган иштерине кандай реакция кыларын карашат.

Белгилүү бир маңыздан алып караганда, достору менен болгон мамилелешүүсү өспүрүмдөр үчүн күзгү катары кызмат кылат, ал күзгүдөн өздөрүнүн кылган иштери чагылып турат. Теңтуштарынын реакциясы, алардын кийинүү стили, же болбосо Интернетте болгон баарлашуусу өспүрүмдөрдүн өзүнүн кылган иштерин аныкташына жардам берет. Балдардын өзүнүн сапаттарын анык-бир деңгээлде баалаганы алардын досторунун пикиринен көз каранды болот.

Андан сырткары, алар өзүнө карап: «Мен карама-каршы жыныстагылар үчүн жетишерлик жагымдуумунбу?» — деп ойлошот. Анан, албетте, алардын теңтуштарынын реакциясы — бул суруонун эң жакшы жообу.

Биз бир кыз менен төмөнкүдөй диалог курдук:

Ал: «Ооба, мен “беттен сырткарынын бардыгымын”».

Биз (түшүнбөй): «“Беттен сырткарынын бардыгымын” дегениң эмне?»

Ал: «Эркек балдар мен жөнүндө: “Анын бетинен башка бардык жери жакшы”, — деп айтышат».

Алардын ички абалы жашоосундагы проблемаларды жаратат

Өзүнүн ким экенин билгенге аракеттенүү менен биздин балдарыбыз бул жааттагы өзүнүн ачылыштарын бүт дүйнө менен бөлүшүш үчүн күчтүү зарылдыкты сезишет. Алар өзүнүн индивидуалдуулугун бардык жерде жана дайыма билдиргенге аракет кылышат: электрондук почтанын «никинде», Интернет барактарында, бөлмөнүн жасалгасында, кийимде, жада калса, өзүнүн кызыгууларында жана алектенүүлөрүндө.

Ошондой эле балдар өзүнүн индивидуалдуулук сезимин жоготуп алуудан абдан коркушат, мына ошондуктан алар анын сырттан көрүнүшүн жан талашып коргошот. Бир өспүрүмдүн айткан сөздөрү мындай эле: «Ата-энем дайыма менден өзүмдүн маалыматтарымды MySpace* сайтынан

* MySpace — достор менен тааныштарды издөөнүн жана мамилелешүүнүн (ушундай аталган социалдык тармак) сайты. — *Котор. эскер.*

алып салуумду кайра-кайра айта беришет, бирок алар бул бет — *менин, менин инсан экенимдин* бир бөлүгү экенин түшүнүшпөйт. Эгерде бизге өз индивидуалдуулугубузду көрсөтө алышыбыз үчүн жол беришпесе, анда биз топтун ичинде жок болуп кетебиз».

ЭМНЕ СИЗДИ АНЫ МЕНЕН МУРДАГЫДАЙ БИРИКТИРИП ТУРАТ

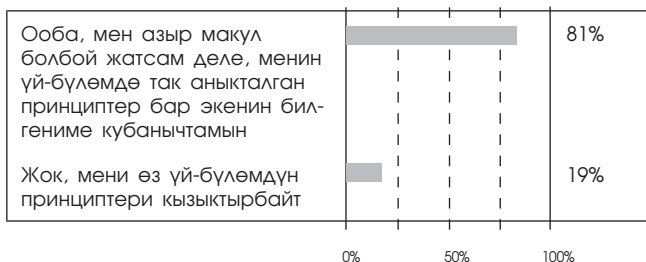
Балдарыңыз өзүнүн индивидуалдуулугун көрсөтүш үчүн сизден алыстаган учурда алар мени менен жок дегенде кайсы-бир баалуулуктарымыды бөлүшөт бекен деп шектене баштайсыз. Ошого карабастан өспүрүмдөр өздөрүнүн үй-бүлөлүк баалуулуктарга таянса болоруна жана бардыгын башкаруу аларга кыйын болуп турган кезде ата-энесинин колдоосуна сүйөнсө болоруна ишениши керектигин бизге ачык айтып беришти.

№ 1 Байланыш. Балдар жан дүйнөсүнүн тереңинде өзүндө колдоо таба ала турган бекем үй-бүлөсү жана каада-салты бар экенин баалашат

Балдар сиздин «кирпичтериңизден» арылууга умтулганын эстегенде, акыр-аягында өздөрүнүн

жеке сепили кандай болгонун көрүп таң каласыз. Өзүнүн индивидуалдуулугун көрсөтүүгө умтулганын ачык жар салган өспүрүмдөрдү сурамжылоого алганыбызда эмне болгонун карап көрүңүзчү:

Өзүңүздүн индивидуалдуулугуңузду көрсөткүңүз келгенине жана ата-энеңиздин көз караштарын шектенүүгө туш кыла турганыңызга карабастан жан дүйнөңүздүн тереңинде үй-бүлөңүздө зарыл болгон учурда сиз кайрыла ала турган анык принциптер менен баалуулуктардын бар экенине кубанычтасызбы? Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Сурамжылоонун жүрүшүндө он баланын ичинен жетөөсү алардын ата-энесинде келечекте таянса боло турган так, калыптанган ишенимдери жана көз караштары бар экенин билүүсү зарыл экенин билдиришкен. Калктын башка тобунун арасында болсо — өзгөчө испан-америка, афро-

америка жана жыйынга туруктуу баргандардын арасында — сурамжылоого алынгандардын 90% ы биринчи билдирүү менен макул болушкан.

*Он баланын ичинен жетөөсү
алардын ата-энесинде келечекте
таянса боло турган так, калыптанган
ишенимдери жана көз караштары
бар экенин билүүсү зарыл экенин
билдиришкен.*

Ошондой эле биз баарлашкан өспүрүмдөрдүн көпчүлүгү өзүнүн үй-бүлөлүк каада-салттары, баалуулуктары жана мурастары менен сыймыктана турганын билдиришкен.

- «Менин атам көбүнчө: “Джонсондун үй-бүлөсүндө дайыма бири-бирин колдошот”, — деп айтат».
- «Менин үй-бүлөмдө минтип айтышат: “Дейвидсондор дайыма алсыздарды коргошот”».
- «Мени менен секс тууралуу сүйлөшкөндө атам: “Биздин үй-бүлөдө адамдарды сыйлашат, биз аларды өзүбүздүн жеке каалообузду канааттандырыш үчүн колдонбойбуз”, — деп айтты».

- «Биздин үй-бүлөдө ар бир жума күнү бардыгы бирге чогулуу кабыл алынган. Мен кээде мектептеги футбол матчтарын өткөрүп жибергениме өкүнөм, бирок бул кечелер мен үчүн чоң мааниге ээ экенин моюнга алышым керек, анан мен бул каада-салтты келечекте өз үй-бүлөмдө сактап калам».

Бирок бизге үй-бүлөлөрүндө так принциптер болбогон өспүрүмдөр менен да баарлашууга туура келди, ошонун айынан алар жашоодо өзүн ишенимсиз сезишкен.

- «Менин досумдун атасы ага эмнени кааласа, ошону кыла аларын жана кандай кааласа, ошондой ойлоно аларын айтыптыр. Бул нерсе менин досума абдан жагымсыз болгон, ал ата-энесинен тезирээк бөлүнгүсү келди. Ал үй-бүлөсүндө бекем таянычты көргөн эмес, баарына өзүм жооп беришим керек деп сезген».
- «Мен досторумдун Кудайга ишенерин көрүп жатам, бирок мен өзүм ишенген адам болушум үчүн себеп таппай турам. Үй-бүлөмдө бул жөнүндө айтышпаганы үчүн бир аз кайгы-

дамын. Балким, бир күн келип мен да Кудайга ишенип калат чыгармын».

Өзүнүн үй-бүлөсүнүн кээ бир көз караштарынан шектенген өспүрүмдөрдү угуп жатып, үй-бүлөлүк баалуулуктарды жана каада-салттарды белгилеген ата-энелерге ыраазычылык билдиришкенин көрүп, биз өз үй-бүлөсүнө болгон ишеним сезими балдарга жашоо жолунда дайыма жол көрсөтүп турган учу-кыйрына көз жеткис океандагы маяк сыяктуу экенин ойлодук. Ошондой эле алар башка багытка карай сүзүп кетиши мүмкүн экенине карабастан, бул маяк алардын өтө алыстап кетишине жана жашоонун меми-реген деңизинде таянычсыз жоголуп кетишине жол бербейт.

№ 2 Байланыш. Үй-бүлөсүнөн алыстап кеткен балдар деле ата-энесинин аларда жүрүп жаткан өзгөрүүлөрдү колдой турганын көргүсү келет

Ички жана тышкы өнүгүүдөгү кыйынчылыктарды басып өтүү балдар үчүн абдан оңой эмес. Бирок аларды түшүнө турганыңызга ишендиргенге аракет кылбаңыз — бул жаңылыштык.

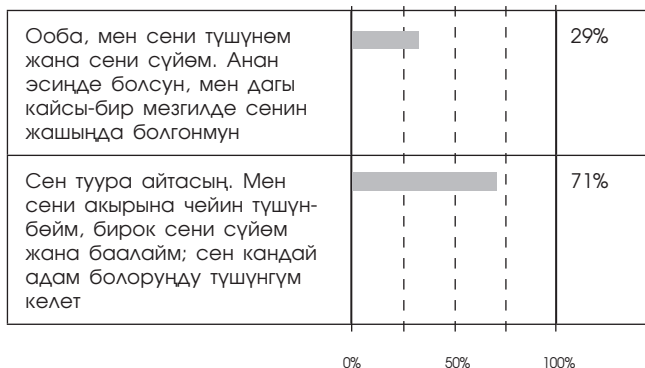
«Биз өзүбүз деле бир кездерде өспүрүм болгонбуз», — дейбиз биз. Бирок балдардын сөзү боюнча, бул аларды сооротпойт. Жашы чоңураак бир өспүрүм мындай деди: «Балаңыз: “Сен мени түшүнбөйсүң!”, — деп кыйкырганда, ал чындыгында: “Мен ушунчалык кескин өзгөрүп жатам, өзүмдү-өзүм да түшүнбөй турам жана коркуп жатам. Ошондуктан мен билемин, мага эмне болуп жатканын түшүнө турган адам жок” — деп айткысы келип жаткан болот».

*Балдар өздөрүндө жүрүп жаткан
ошол өзгөрүүлөрдү ата-энеси кабыл
алышын каалашат, анткени эгерде
акыркы жылдарда балдар өзгөрбөгөн
болсо, демек, алар али өзүнүн көз
караштарынын сепилин кура элек.*

Изилдөөлөрүбүздүн жыйынтыгында биз балдардын чоңоюу процессиндеги тенденциялардын бирин бөлүп койдук. Балдар өз алдынча адам боло баштаган сайын өздөрүндө жүрүп жаткан ошол өзгөрүүлөрдү ата-энеси кабыл алып, эми алардын балдары башка адам болуп калганын түшүнүшүн абдан каалашат. Антке-

ни эгерде акыркы жылдарда балдар өзгөрбөгөн болсо, демек, алар али өзүнүн көз караштарынын сепилин кура элек. Биздин изилдөөлөрүбүздүн жыйынтыгын карап көрүңүз.

Сизде ата-энеңиз менен кайсы-бир нерсенин айынан конфликт болгонун элестетип көрүңүз. Алар сизди түшүнбөй жатканы үчүн ачууланып, кыжырданып жатасыз. Алар менен кийинки жолу мамилелешкениңизде бул ырастоолордун кимисин уккүңүз келер эле?



Он баланын ичинен жетөөсү эгерде ата-энеси өз баласына эмне болуп жатканын толуту менен түшүнбөй турганын жөн гана мойнуна алып койсо, аларга жакшы болорун айтышкан. Муну менен кошо алар сүйө турганын, өз баласын баалай

турганын жана аларда болуп жаткан өзгөрүүлөрдү түшүнгүсү келерин айтышы керек деп эсептешкен.

Бир окуучу кыз биздин кафедеги сүйлөшүүлөрүбүздү кокусунан утуп калып, ата-энесинин колдоосун алганга канчалык умтуларын жана ага алардын кылган реакциясы кандай азаптарды алып келерин айтып берди. Биздин оюбузча, бул сүйлөшүү анын ата-энесин абдан таң калтырмак.

Мен бул жылы абдан өзгөрүп кеттим жана менин апам сыяктуу тынч, бир аз таң калыштуу кызга анча окшобой калдым. Мен активдүү, жада калса ойсоңдогон кызга айландым. Бирок мен чындыгында карама-каршы жыныстагы адам менен болгонго кызыксам деле, никеге чейинки интимдик мамилени кийинкиге калтыргым келет. А менин апам болсо, мени түшүнбөйт жана мени бузулган кыз катары ойлойт. Муну көрүү мага абдан оор, анткени ал менин кандай тарбияланганымды билет, мен ишенимдин пайдубалдык принциптерине каршы нерсени кылбай турганымды жана өзүмдү аягы суюк кыз катары алып жүрбөй турганымды билет. Мен чындыгында кандай экенимди анын билишин абдан каалар элем, бирок ал, сыягы муну түшүнбөйт. Мен айланып жаткан

инсан ага жагышын, же болбосо жок дегенде аны четке какпашын каалайм.

РОЛУБУЗ ЖӨНҮНДӨГҮ ТҮШҮНҮГҮБҮЗДҮ ӨЗГӨРТКӨНДӨ

Биздин балдарыбыз үчүн (биз үчүн да!) инсандын калыптануу процесси оңой өтпөй турганына карабастан, эгерде бул жолдо тоскоолдук көрсөткөндүн ордуна бүт күчүбүз менен жардам бере турган болсок, алардын чоңоюусуна узак мөөнөттүү перспектива менен таасир эте алабыз. Эгерде сиз Кудайга ишенсеңиз, анда балаңыз өзүнүн индивидуалдуулугун издөө ишин иш жүзүнө ийгиликтүү ашыра алышы үчүн сыйынсаңыз болот. Бирок билип коюңуз, балаңыздын инсандык негизи эрте балалык курагында эле түптөлүп калган жана Теңир сиздин балаңыздын ким болууга дайындалганын иш жүзүнө ашырууга жардам берет.

Балдарыбыздын өзүн табышына жана аны Теңир кандай көргүсү келсе, ошондой адам болушу үчүн дагы кантип жардам бере алабыз? Биз изилдөөлөрүбүздүн жыйынтыгында бул нерсени ачыктадык.

1. Балдарыңызга басым көрсөткөнгө аракет кылбаңыз

Эгерде балаңыз өзүнүн инсандык калыптануу процессинен өтүп жаткан болсо, сиз ага жардам бербей карап тура албайсыз, бирок өз чараңызды өлчөй билишиңиз керек. Эсиңизде болсун, балаңыз алгач кайсынысын сактап калууну, кайсынысынан арылуу керектигин түшүнүшү үчүн сиздин баалуулуктар жана ишенимдер сепилиңизди бөлүк-бөлүгү менен талдап көрүшү керек. Ошондуктан сиз өз принциптериңизди, ишенимдериңизди жана ой-пикирлериңизди канчалык активдүүлүк менен алдыга жылдырган сайын, өз алдынча адам болуш үчүн ал андан ошончолук алыстагысы келет.

Адамдар, акырыныраак!

Өспүрүмдөр бизге эгер ата-энелери өзүнүн баалуулуктарын таңуулай бергенин токтотуп, жаны тынч алганда бул баалуулуктарды кабыл алуу аларга оңой боло турганын көп жолу айтып беришти.

Балдар ата-энеси менен мамиле кылгандан качып турган учурлар болот, анткени алар өзүнүн

сөзүнө терс жоопту уккандан коркушат. Ошондуктан эгерде сиз балаңыздын айтканын тынч жүрөк менен кабыл алганга өзүңүздү мажбурласаңыз, аны айыптаганга аракет кылбасаңыз, ал өзүнүн проблемаларын сиз менен жайбаракат отуруп талкуулаганга болорун сезет. Бул сиздин өз оюңузду айтпашыңыз керек экенин билдирбейт. Бирок ал сиздин «кирпичтериңизди» — баалуулуктарыңызды шектенүү астына калтырган учурда да, өзүңүздү-өзүңүз кармай билгениңизди жоготпошуңуз керек.

Менде (Лиза) бул китептин үстүнөн эми гана иштей баштаган учурда мунун кандай таасир эте турганын өз көзүм менен көрүүгө мүмкүнчүлүк болгон. Биздин үй-бүлө Ыйык Китепте жазылган сөздөргө, чын жүрөктөн сураган адамдын сыйынуусуна Теңир жооп берерине дайыма ишенип келген. Бир жолу мен кыздарымдын бирөөсүн өзүн тынчсыздандырган нерсе үчүн сыйынышын айтканымда, ал: «Апа, менин ишенимим мурдагыдай эле күчтүү экенине жана Теңир сыйынууларга жооп берерине ишенбейм», — деп айтты.

Бул сөзгө таң калган мен: «Ушуну айтканга кантип оозуң барды! Теңир сыйынууларга жооп

берерин сен билесиң да! Сен муну көп жолу көргөнсүң!» — деген сыяктуу сөздөрдү айтып жибердим. Андан кийин өзүмдү колго алып: «Кантейин, сен абдан маанилүү суроонун үстүнөн ой жүгүртүп жатасың. Бул жөнүндө өзүңдүн күндөлүгүңө жазып кой, анан кандай чечимге келгениңди айтып бересиң, макулбу?» — деп айттым.

*Сиз өз принциптериңизди,
ишенимдериңизди жана ой-
пикирлериңизди канчалык активдүүлүк
менен алдыга жылдырган сайын, өз
алдынча адам болуш үчүн ал андан
ошончолук алыстагысы келет.*

Биздин изилдөөлөрүбүздүн жардамы менен мен өзүңдүн тууралыгыңды таңуулабаш керектигин жана өзүң үчүн маанилүү болгон принциптер менен аракет кылганга да болбой турганын түшүндүм. Мен анын чындыкка өз алдынча келе алышына мүмкүнчүлүк беришим керек болчу. Кээде анын Ыйык Китепти окуганын жана күндөлүгүнө бир нерселерди жазганын көрчүмүн, ошондуктан ал чын эле мунун үстүндө иштеп жатканын билгенмин. Өзүмдүн ку-

банычымды сиздер менен бөлүшкүм келет: биз китепти аяктаганыбызда менин кызым жыйындан келип, көзүндөгү жаш менен: «Апа, айтсам ишенбейсиң, бүгүн, эрте мененки кызмат убагында, Теңир мага жооп берди, мен сыйынганда Ал мени менен сүйлөштү. Ал мага бардык проблемага башкача карашым үчүн жардам берди, эми мен аны жеңип чыкканга аракет кылып жатам», — деп айтты.

Ал мунун үстүнөн толук бир жыл иштеди! Ал муну жөн гана менден кабыл албастан, бул чындыкты өзү тапканын көрүү канчалык кубанычтуу эле!

Өз балдарыңызга үлгү болуңуз

Биздин изилдөөлөрүбүз бала өзүнүн ишеними жана бекем көз караштары менен өзүн үй-бүлөнүн бир бөлүгү экенин абдан ишенгиси келерин болжолдогонго мүмкүнчүлүк берет. Ошондуктан ар бир ыңгайлуу учурда өз үй-бүлөнүздүн баалуулуктарын жана артыкчылыктарын так түшүндүрүп бергенге аракет кылыңыз жана аларды кармануу керектигин өз үлгүңүздө көрсөтүп бериңиз.

Балаңыз муну эч качан мойнуна албаса деле, ал сизди жана кылган иш-аракеттериңизди кунт коюп карап турат. Анан балаңыз өзүнүн таасирлерин сиз менен бөлүшкөндө (жумуш убактысын каттоо карточкасы тууралуу окуяны айтып берген кызга окшоп) сиз өзүңүз үчүн өтө маанилүү болгон баалуулуктарды жана принциптерди белгилей кетсеңиз болот.

2. Балаңыз өзгөрүп жатат, аны колдогонго аракет кылыңыз

Балдарыбыз өзүнүн индивидуалдуулугун издеп жаткан учурда биз аларды дайыма эле түшүнө бербей турганыбызды айта алабыз (балдардын өзүнүн сөзү боюнча, милдеттүүбүз). Бир кыз өзүнүн ата-энесине минтип айтты: «Мен билем, силер мага эмне болуп жатканын түшүнгөнгө чын эле аракет кылып жатасыңар, бирок бул нерсе дайыма эле колуңардан келе бербейт, анан да бул нормалдуу нерсе. Болгону көп нерсе өзгөрүп кеткенин кабыл алгыла жана мага кыйын болгондо мени колдогула».

Мектеп консультанты Нерида Эдвардс ата-энелерден көбүнчө: «Мен өз баламды тааныбай калдым!» деген сөздөрдү укканын айтты. Анын

жообу кандай болот? «Алар абдан өзгөрүштү, а сиз болсо өзгөргөн жоксуз. Сизди эч ким алагды кылбашы үчүн өзүңүздүн мобилдик телефонуңду үйгө калтырыңыз, анан аны менен бир саат кафеде отуруңуз. Ага жагымдуу болгон бир нерсени жасаңыз, анан сиз аны толуту менен укканга даяр экениңизди көрүшсө, көпчүлүк учурда алар сиз менен ачык сүйлөшөт».

Бул ыкма жөнөкөй көрүнүшү мүмкүн, бирок баланы түшүнгүңүз келгенин — анын жаңы инсанын изилдегенге аракет кылганыңызга баланы ишендирүү да жеңил болот. Балаңыз жөнүндөгү мурдагы элестетүүлөрдөн алыстап үчүн аны биринчи жолу көрүп жаткандай түр көрсөтүңүз. Эгерде сиз ага четтен карай турган болсоңуз, эмнени байкай алмаксыз? Балким, сегизинчи класстагы окуучунун шайырдыгынын астында мурда байкалган жалгыздык жашынып жатканын сезет чыгарсыз? Эгерде сиз андан: «Сен өзүңдү үй-бүлөнүн бир бөлүгү катары сезесиңби? Мектептин коллективинин бир бөлүгү катарычы?» — деп сурасаңыз, ал сизге эмне деп жооп берет?

Балаңыз айланып бараткан адамды канчалык тааныган сайын, сиз андагы колдоого жа-

на моюнга алууга болгон күчтүү муктаждыкты байкай аласыз. Айлана-чөйрөсүндөгүлөрдүн реакциясын байкоо менен балдар өзүнөн: «Апам менен атам мага эмне болуп жатканы жөнүндө кандай ойлошот?» — деп сурашат. Балаңыз жакшы жагына өзгөрүп жатканына сыймыктанганыңызды жан дилиңизден билдиргенге аракет кылыңыз. Бир кыз минтип айтып берди: «Мен дайыма кайсы-бир жакка жоголуп кеткеним үчүн мага ачуулангандын ордуна апам мага: “О, сен чындыгында эле жаңы бир нерсени татып көргөндөн коркпогон таң калыштуу, көз карандысыз адам болуп баратасың” — деп айтканда мага ушунчалык жагымдуу болмок».

*Ал мурдагыдай эле биздин колдообузга
жана жардамыбызга муктаж. Бул
нерсе кактусту кучактоо менен
барабар болгон учурда да аны колдоп-
кубаттаңыз!*

Баланын жакшы эмес жүрүм-турумун, өзгөчө өзүнө ишенимсиздикке толгон жашоонун учурун коштоп жүргөн оройлукту жана корго-

нууга болгон далалатын талкуулабай кое албай турган учурда да эсиңизде болсун: ал мурдагыдай эле биздин колдообузга жана жардамыбызга муктаж. Бул нерсе кактусту кучактоо менен барабар болгон учурда да аны колдоп-кубаттаңыз!

3. Баланын өзүнүн чыныгы маңызын түшүнүүсүнө жылуу-жумшак мамиле жасаңыз

Дүйнөгө карап жана андан кантип өз ордун ээлеш керектигин түшүнүүдө балдар көптөгөн сырткы жана туруктуу эмес нерселерге көңүл бурат. Албетте, биз аларга басым көрсөтпөшүбүз керек, бирок жылуу-жумшак сөз менен биринчи кезекте алар Теңирдин балдары экенин жана мунун маанилүүлүгүн эскертип кое алабыз.

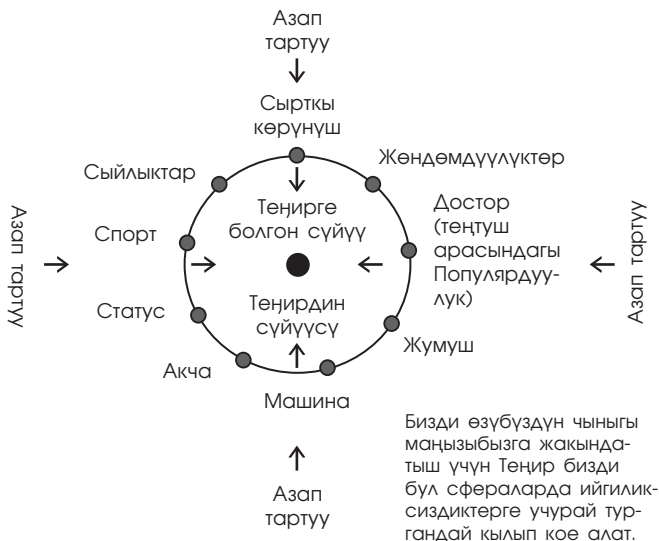
Жакында менин (Лиза) кыздарымдын бирөөсү абдан ачууланып, кыжырданып турган эле. Ал мага: «Мен өзүмдүн эч нерседе: спортто да, музыкада да, жумушта да, мектепте да эң жакшысы боло албай турганымды көрүп жатам. Мен үлгүлүү машайакчы-кыз эмесмин. Саягы, менде өзүмдүкү болгон эч нерсе жок окшойт», — деп айтты.

Мен аны менен бир жолу койчу жана жазуучу Майк Биклден укканымды бөлүшүүнү чечтим. Мен кичинекей жана чоң тегеректи тартып, андан кийин анын айланасына: «сырткы көрүнүш», «достор», «жөндөмдүүлүктөр», «мектептеги баалар» ж.б.у.с. сөздөрдү жаздым да, кызымдан өзүн кайсы аймакта ишенимсиз сезип жатканын белгилешин сурандым.

Андан кийин ага: «Чоң тегеректин айланасындагылар — булар көптөгөн адамдар өзүн издеген сфералар. Бирок Теңир бизди кичинекей топко, биздин Теңирди сүйгөн жана Теңир сүйгөн жана Теңирге ишенимдүү бойдон калган чыныгы маңызыбызга жакындатыш үчүн, бул сфераларда ийгиликсиздикке учурай тургандай кылып коюшу мүмкүн. Эгерде биз сырткы аспектилерге гана таяна турган болсок, биздин кылган аракетин биз текке кетет, бирок эгерде биз өзүбүздүн чыныгы маңызыбызга көңүлүбүздү бура турган болсок, анда чындыкты табабыз», — деп айттым.

Менин кызым сүрөткө бир мүнөтчө карап турду да: «Мына десе! Бул мага керек болгон нерсенин дал өзү», — деп айтты.

Инсанды аныктоо тегереги



БАЛАҢЫЗДЫ ЖАШООГО БААТЫРДЫК МЕНЕН БАРА АЛА ТУРГАНДАЙ КЫЛЫП ТАРБИЯЛАҢЫЗ

Бир канча кыска жылдардан соң бул өспүрүм-дөрдүн чочулоосу жана коркунучтары алардын эскерүүлөрүндө гана калат. Анан балдарыбыз бизден уялбай калат, тескерисинче, биздин акыл-

мандыгыбызды баалайт жана биз менен жакын мамиледе болгонго умтулуп калышат. Жеткилең курактагы бул жигиттер менен кыздардын бир канча жылдан кийин эмне айтканын карап көрүңүзчү:

- «Эми мен ата-энемдин эң сонун адамдар экенин билемин, мен өзүм да балалуу болгондо так ушундай кыламын. Он алты жашымда мен эч качан минтип айта алмак эмесмин».
- «Качандыр-бир мезгилде мен өзүмдүн үй-бүлөмдөн уялчумун. Азыр болсо аны кандай болсо, ошол бойдон сүйөмүн. Менин бир туугандарым — шайыр, катуу үн менен сүйлөгөн, кыйын, тамашакөй, эмоционалдуу, сүйө билген, уюшпаган, дайыма кайсы-бир жаңы нерсе менен таң калтыра турган адамдар. Мен алардагы эч нерсени өзгөртмөк эмесмин».

ЭМНЕ ҮЧҮН КАТУУЛУК ЖӨНҮНДӨ УНУТПАШ КЕРЕК

*Эмне үчүн
балаңыз өз ичинен сиздин өз
позицияңызда бекем турушуңузга
үмүттөнөт*

*Өспүрүмдөр эрежелерге каршы
козголоң көтөрүп, аларды жазалаганга
мажбур кылганына карабастан,
жашыруун түрдө алар биз өзүбүздүн
көз карашыбызды бекем кармашыбызга
үмүт кылышат, эгерде андай кылбасак,
алар бизге болгон сый-урматын
жоготушат.*

*М*енин (Лиза) сүйүктүү видеотасмаларым-
дын ичинен бирөөсү — биздин төрт жаштагы
кызыбыз Ханнанын атасынын чоң тери кресло-
сунда тегеренип: «Мен Ханна Райсмын, мен бул

үйдүн кожойкесимин!» — деп айтканы тартылган видеотасма. Андан кийин ал үй-бүлөнүн башчысы катары ээ болгон бардык укуктарын жана артыкчылыктарын санап чыгат.

Бул сцена абдан кызыктуу, анткени ал болбогон нерсе. Бирок биздин изилдөөлөрдүн жүрүшүндө көптөгөн үй-бүлөлөрдө, чындыгын айтканда, үйдөгү бардык бийлик балдарга тиешелүү деген сезим бизден кетпей койдү.

ДОС ЭМЕС, АТА-ЭНЕ БОЛУҢУЗ

Мурдагы эки бөлүмдө биздин балдарда өзүнүн индивидуалдуулугун көрсөтүш үчүн каалаганын жасагысы келген каалоо канчалык күчтүү экенин, биздин ата-энелик кадыр-баркыбызды түгөнгүс сыноого туш кылган нерселер жөнүндө айтып өттүк. Балдар өз жашоосунун кожоюну өзү болгонду абдан каалагандыктан, бул күрөштөн чарчаган ата-энелер баланы үйрөткөнүн уланткандын ордуна анын досу боло турган убакыт келди деп ойлой башташат.

Биз моюнга алып айтышыбыз керек, бул проблеманы топтук жана индивидуалдык интервьюлар аркылуу карап чыгууну баштаганыбызда биздин ашыкча өз алдынча өспүрүмдөрүбүз ата-

энелеринин алардын жашоосуна аз кийлигишип калганын айтышат деп күттүк. Ошондуктан дээрлик бардык балдар *башкача ойлой турганын* көргөнүбүздө абдан таң калдык! Албетте, алар күңкүлдөй турганын жана кээде алардын тыюу салууларына жана жазаларына абдан катуу каршы чыга тургандарын айтышты, бирок жан дүйнөсүнүн тереңинде өздөрүн сүйгөн, бирок өзүнүн айтканында бек турган чоң адамга муктаж болуп жатышканын билишкен. Алар ата-энесинин өз бийлигин «бул жерде ким кожоюн» экенин билдириш үчүн эмес, балдарды өз жашоосуна жоопкерчиликтүү болгонго үйрөтүш үчүн колдонушун каалашат, анткени бул нерсе аларга бир канча жылдан кийин абдан керек болот.

Бир кыз муну төмөнкүчө билдирди: «Менде эми мектепте досторум бар. Мага ата-эне керек!»

Сиз муну эрежеден сырткары деп ойлойсузбу? Изилдөөнүн жыйынтыгына карап көрүңүз.

Өспүрүмдөрдүн көпчүлүгү жакшы адам болгусу келгенин айтышты. Бул максатка жетиш үчүн сизге жардам бере турган мамиленин моделин тандаңыз. Жооптун бир варианты кабыл алынат.



Өспүрүмдөрдүн көпчүлүгү эркиндикке умтулганына карабастан, төртөөнүн ичинен үчөөсү ата-энеси алардын үстүнөн бийликке ээ болуп, бардык нерсени кылганга уруксат бербешин артык көрүшкөн. Ооба, бул так ошондой: *эгерде бийлик балдардын жоопкерчиликтүү болушуна жардам бериш үчүн колдонулса, балдар ата-энелердин «башчы» болушуна макул!*

Көптөгөн теңтуштары макул болгон акылдуу ой жүгүрткөн бир өспүрүмдүн сөздөрү мындай: «Биз али өзүбүздү өзүбүз башкара албайбыз, ошондуктан буга үйрөнүш үчүн бизге ата-энебиздин жетекчилиги керек».

*«Менде эми мектепте досторум бар.
Мага ата-эне керек!»*

Балдардын ата-энеси менен жакын, ишенимдүү мамиледе болгусу келерин айтканына карабастан, достук эч качан алардын биринчи кезектеги максаты болбой турганы эң сонун. Тескерисинче, ата-энесинин бийлиги астында болгон кезде алар апасы менен атасынан акылмандыкты, кылган аракеттердеги жана тарбиялоодогу жетекчиликти күтүшөт, бул нерсе алардын ата-энеси бүт өмүр бою достошкусу келген эң жакшы адам болоруна жардам берерин билишет.

БАЛДАР ҮЧҮН БОЛГОН ЖООПКЕРЧИЛИК ЖӨНҮНДӨ ЭМНЕЛЕРДИ ЭСТЕШ КЕРЕК

Эгерде сиз балдардын үй-бүлөдөгү башкы адам (алар өзүнүн жазасын өтөгөн учурлардан сырт-

кары!) сиз болушунузду чындап эле каалаганын билгенден улам болгон шоктон арылган болсоңуз, келиңиз, биздин изилдөөлөрдүн жүрүшүндө аныкталган таң калыштуу чындыктарды карап көрөлү.

№ 1 Чындык. Балдар сиздин бийлигиңизди сүйүүнүн жана коргоонун белгиси катары баалайт

Өз бийлигибизди көрсөтүү керектигин билген учурда деле биз муну кылгыбыз келбейт, же болбосо балдар менен сүйлөшүүдө болбой койбой турган ачуулануу менен таарынычтар бизди жада-тат. Көбүнчө баарына кол шилтеп коюу жеңилдей сезилет. Бирок биздин сурамжылоого катышкан өспүрүмдөр «каардуу полиция адамы болуу» — ата-эненин жумушу экенин айтышты. Ата-энелер бул ролдон баш тартканда, балдар өзүн корголбогон жана жалгыз адамдай сезип калышат.

Эгерде ата-энелер ситуацияны көзөмөлгө албаса, балдар өзүн ишенимсиз сезишет

Бир өспүрүм ата-энеси ажырашып кеткенден кийинки өзүнүн сезимдерин төмөнкүдөй сүрөт-

төп берди: «Апам көбүнчө досунун үйүндө конокто болот, мен болсо үйдө жалгыз калам. Ошондуктан үйгө баруунун эч кандай мааниси жок. Түнкү саат бирде апама телефон чалсамбы деп ойлойм, бирок андан кийин өзүмдөн эмне үчүн деп сурайм. Кээде чала турган адамым болбогонунан жана мени үйгө келишиң керек деп айткан адам болбогонунан өзүмдү ыңгайсыз сезем. Бул кандайдыр-бир кызыктай нерсе».

*Биздин сурамжылоого катышкан
өспүрүмдөр «каардуу полиция адамы
болуу» — ата-эненин жумушу экенин
айтышты.*

Көзөмөлдүн жоктугуна кубангандын ордуна бул бала өзүн ишенимсиз сезет. Ал туш болгон абал типтүү эмес деген үмүт бар, бирок биз ата-энесинин көзөмөлү болбогондуктан чоочулаган жана тынчсызданганын билдирген көптөгөн комментарийлерди уктук.

- «Менин ата-энем үйгө келишим керек болгон убакытты орнотпогонуна жана муну текшер-бегенине ишенгим келбейт! Ошонун айынан

алар мен үчүн кам көрбөйт деп ойлоймун... Алар мен жөнүндө таптакыр унутуп коюшкандай».

- «Менин атам өзүн чыныгы ата сыяктуу тутпайт. Ал мага ата эмес, дос болгонго аракет кылат. Ошондуктан мен андан каалаганымдын баарын ала алам».

Көзөмөл ар түрдүү болот

Биз балдарыбыздын кылган иштерин байкаганга бардык күч-аракетибизди жумшаганыбыз менен, алар бийликти өз колуна алганга аракет кылып жатканын байкабай калышыбыз мүмкүн. Мен (Шонти) мындай жүрүм-турумдун эң сонун үлгүсүн көргөнмүн. Менин жакын досум өзүнүн он бир жаштагы баласын жайкы жаңы лагерге калтырганга аракет кылды. Ал болсо истерикага түшүп: «Мен сени менен жумушка баргым келет!» — деп кыйкырды. Анан ал секичеге отуруп алып, имараттын ичине киргенден баш тартты. Анын истерикасынан суй жыгылган, ошону менен бирге аны жалгыз тарбиялаган апасы ачуусу кайнап жатты, бирок жаңжал чыгаргысы келген жок, аны менен кошо уулун ансыз деле көп ачуу-

ланат жана каршы чыгат деп эсептеди. Башка сөз менен айтканда, аны өзү менен жумушка ала кетүүгө мажбур болду.

Кийинчерээк мен бул окуя жөнүндө биздин консультант-психотерапевтибиз Джули Кэрбериге айтып бердим, ал дагы бир чочулата турган учурду: менин досум уулуна өзүнүн кыймыл-аракеттерин гана эмес, эмоциясын да көзөмөлгө алышына жол бергенин белгилей кетти. Ошол бала иштин жүрүшүнө ыраазы болгонуна карабастан, ошол «жеңиш» аны өзүн анча корголбогон катары сезишине мажбур кылды. Доктор Кэрбери түшүндүргөндөй, ал өзүнүн жашоосундагы баш аламандыкты апасынын иретке келтиреринен үмүт кылган. Анын реакциясы, тескерисинче, он бир жаштагы бала өз жашоосун өзү башкаарын далилдеп койду. Бул нерсе анын жан дүйнөсүндөгү баш аламандыкты тереңдетип жиберген болсо керек.

Бактыга жараша, акыркы алты ай аралыгында менин досум көп нерсеге үйрөндү, анан биз анын уулунун тил алчаак, тарбиялуу болуп, чоңдорго сый-урмат менен мамиле жасай баштаганын көрдүк. Ал кандай бала болууга дайындалган болсо, ошондой балага өзгөрүп жатат.

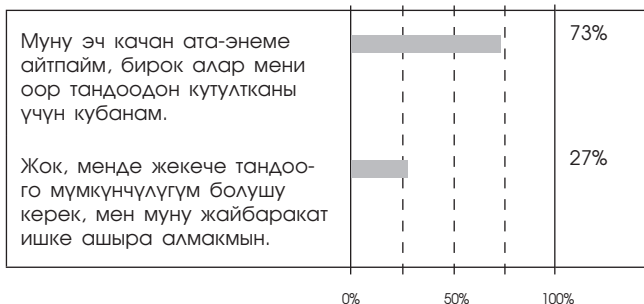
Муну алар сизге эч качан айтышпайт...

Сиз балдарыңыздан бизге сиздин ата-энелик бийлигиңиз керек дегенин эч качан укпайсыз. Ошондуктан алардын даттанууларын укканда бул өспүрүмдүн сөзү эсиңизде болсун:

Ооба, мен жаза алган учурда өз бөлмөмө кетип калам, эшикти катуу жабам жана кайсы-бир так эмес сөздөрдү айтып күңкүлдөйм. Мен ошол мезгилде абдан ачуулуу болом, бирок бул нерсенин баары мага жакшы болсун үчүн болуп жатканын билем.

Тыюу салууларга балдардын кандай реакция кыларын карап көрүңүз.

Мындай абалды элестетип көрүңүз: ата-энеңиз ичкиликте көп ичет деп шектенгендиктен досторуңуз менен концертке барышыңызга уруксат беришкен жок. Сиз ата-энеңизге абдан ачууландыңыз. Бирок кийин ошол кечеде бардыгы ичкилик ичип, ким-дир-бирөө мас абалда рулга отурганы маалым болду. Эгерде сиз ошол жерде болгондо: заманбап эмес адамдай көрүнүп, мас абалдагы айдоочу менен унаага отуруудан баш тартканды тандайт белеңиз же досторуңузга көнүп, өзүңүздү тобокелге салууну тандайт белеңиз? Артка карап, ата-энеңиз концертке жибербей койгонуна кубанар белеңиз?



Көрдүңүзбү, төрт баланын ичинен үчөөсү апасы менен атасы тобокел учурду алдын-ала караштырып, аларды татаал тандоодон арылтканына астыртан кубанышкан.

Жеке менчик протестанттык же еврей мектептеринде окуган балдар бир добуш менен биринчи вариантты туура көрүшкөнүн белгилей кетүү кызыктуу.

*«Ата-энелер өз балдарын сүйөт,
ошондуктан баласы буга атырылып,
буркан-шаркан түшкөнүнө карабастан,
алардын пайдасын көздөгөн чечимди
кабыл алышат».*

Көрөгөч бир мектеп окуучусу көптөгөн өспүрүмдөрдүн айткандарын мындайча жыйынтык-

тады: «Ата-энелер өз балдарын сүйөт, ошондуктан баласы буга атырылып, буркан-шаркан түшкөнүнө карабастан, алардын пайдасын көздөгөн чечимди кабыл алышат».

№ 2 Чындык. Эгерде сиз бийликти өз колуңузга албасаңыз, балдарыңыз сизди урматтабай калышат

Баарына макул болуу «сонун эмес»

Биздин изилдөөлөрдө жана интервьюларда балдар дайыма үй-бүлөдөгү абалды башкарган ата-энелерди сыйлай турганын, ал эми баарын өз агымына таштап койгондорун сыйлабай турганын айтышты. Алар «кыйын» болгонго жана өз балдарына дос болгусу келген ата-энелер аларга бардык нерседе уруксат берүү менен көп учурда өздөрүнө жек көрүүнү тилеп алганын айтышат. Өз балдарын көзөмөлгө алыш үчүн убакыты болбогон ата-энелерге болгон мамиле да ушундай болот.

Жада калса бир канчалаган комментарийлердин арасынан өзүнүн ата-энелик милдетине жоопкерчиликсиз мамиле кылуу өспүрүмдөрдүн сый-урмат көрсөтүүсүнө да таасир этери көрүнүп турат:

- «Ата-энелерибиз дайыма бизге көнүп беришет. Алар биздин жаза алганыбызды айтышат, андан кийин жаза бергени жөнүндө унутуп калышат, ошентип биз аларды олуттуу кабыл албай калабыз. Анан алардын көзү жок жерде мазактап күлөбүз».
- «Ата-энелер көбүнчө өз милдеттерин жокко чыгарышат. Алар абдан бош эмес жана мен катышпасам деле баары өз ордуна келет деп ойлошот. Мен өзүм балалуу болгондо мындай кылбаймын».
- «Менин ата-энем өздөрүн акмак адамдай тутушат. Аларды бизди тарбиялаганга үйрөтүшкөн эмес жана биз үчүн эрежелердин жана жазалардын системасын так аныктоо жөнүндө түшүнүгү да жок. Аларда же баары бар — же эч нерсе жок».

Абдан көптөгөн ата-энелер бала менен мамиле курганда кичи пейил болуп, аларга бардык нерседе уруксат берүү менен катачылык кетиришерин моюнга алуу жагымсыз. Муну менен алар мамилени бузушат.

*Балдар дайыма үй-бүлөдөгү абалды
башкарган ата-энелерди сыйлай
турганын, ал эми баарын өз агымына
таштап койгондорун сыйлабай
турганын айтышты.*

«Кел, урушпайбыз»

Албетте, кээ бир ата-энелер «кыйын» болуп көрүнгүсү келбейт. Алар болгону балдар менен өткөрүүгө туура келген адеп-ахлак окутууларын бузбаганга аракет кылышат. Бул жөнүндө балдар мындай дешет:

1-Өспүрүм: «Көптөгөн аталар убакыттын көп бөлүгүндө үйдө жок болушат, а балдар менен мамилелешүүгө мүмкүнчүлүк түзүлгөндө «жакшы» ата болгонго аракет кылышат жана алардын тарбиясы менен алектенбейт. Саягы: “Мен үйдө аз эле убакыт боломун, ошондуктан кел, азыр урушпай эле коелу”» — дегендей.

2-Өспүрүм: «Алар үйдө болсо деле өздөрүн ата-эне сыяктуу алып жүрбөйт, а бул болсо алардын жок экени менен барабар. Эгерде атам керектүү учурда “үстүртөн талдоо” дегенди ичине жашырып жүргөн болсо, натыйжада муну кээде гана кылганга туура келет».

Ата-энелер өз сөзүндө бекем турушу керек

Албетте, көптөгөн ата-энелер өзүнүн бийлиги жана балдарынын үстүнөн болгон көзөмөлү жөнүндө эч качан унутушпайт. Бир студент ата-энесинин кадыр-баркы жана баарын колдон чыгарып жибергиси келбеген каалоосу өзүнүн абдан ачууну келтире тургандай алып жүргөн өспүрүмдүк манерасын жеңип чыкканын айтып берди.

Мындай абалды элестетип көрүңүз: сизге жазаланганыңызды жана бир жума бою эч кайда чыкпай турганыңызды айтышты. Сиз: «Эмнеси бар экен?» — деп айтасыз, анан сизге дагы бир жуманы кошуп коюшат. Сиз кайра дагы: «Эмнеси бар экен?» — деп айтасыз, анан бул мөөнөткө бир айды кошуп коюшат, а сиз болсо баары бир: «Эмне болуптур?» — деп кошумчалайсыз. Мындайды өмүрүндө бир жолу гана кылууга болот.

*Аларга «алар тарабында» болуш үчүн
бүт күчү менен аракет кылган жасалма
эне керек эмес болчу. Алар чындыгында
эле анык-бир эрежелерди кармангысы
келген.*

Башка чоңоюп калган бир өспүрүм «модадан калган» катуу жүрүм-турум ата-эненин кадыр-

баркын жогорулата турганы жөнүндөгү оюн билдирди:

Мен мектепте окуган кезде апам эч качан «кыйын» болгонго аракет кылган эмес. Ал керек болсо менин досторумду да акмак кылыктары үчүн жемелечү, бул нерсе аларга жакчу! Досторума «алар тарабында» болуш үчүн бүт күчү менен аракет кылган жасалма эне керек эмес болчу. Алар чындыгында эле анык-бир эрежелерди кармангысы келген.

№ 3 Чындык. «Жакшы» балдар деле көзөмөлгө жана дисциплинага муктаж

Ата-энелик бийлигибизди колдонгондон баш тартуубуздун дагы бир себеби бар. Биз муну балдарыбызга керек эмес деп эсептейбиз. Көптөгөн балдар абдан жакшыдай сезилет — көп учурларда жоопкерчиликти түшүнүп көрсөтүшөт. Бирок биз ачыктап өткөндөй, жакшы балдар деле кээде акылсыз чечимдерди кабыл алышат.

Мен (Лиза) өспүрүмдөр менен топтук интервью өткөрүп жатканда мындай нерсеге туш болдум. Мен алардан кийин өкүнүп кала турган туура эмес иштерди кылгандарын сураганымда, алар төбө чачым тик тура турган окуяларды айтып беришти.

1-Бала: «Мен өзүмдөн чоң агамдын унаасын жашыруун айдап чыктым, анан досторубуз менен тез тамактанчу ресторанга бардык. Ал жерде полиция адамдарынын көптөгөн унаалары бар болчу, биз абдан коркуп кеттик, анткени мунун алдында бир аз марихуана тартып алган элек. Биз туюк көчөгө кирип алып, күтүп турдук, анан кайра ресторанга кайтып келдик. Бирок кийинки бурулушта биз унаадагы полиция адамынын бизге жакындап келе жатканын көрдүк. Коркуп кеттик, бурулдук да, газды басып, качып кутулуп кетиш үчүн светофордун кызыл жарыгында өтүп кеттик. Полиция адамы кызыл-көк жарыгын жандырып, бизди кууп жөнөдү, бирок качып кеткенге үлгүрдүк. Биз саатына 225 км/саат ылдамдык менен бара жаттык! Тормоздорубуз түтөп кетти. Ошондо биз мунун баары абдан кызыктуу экенин ойлодук, бирок эртеси күнү канчалык акмак болгонубузду түшүндүк».

Мен өзүмдү тынч сактаганга аракет кылдым, болгон у башымды гана ийкедим. Бирок он мүнөттөн кийин ошол эле жигит апасынын өзүнө жетишерлик ишенбей турганын айтып даттанды!

1-Бала: «Мага анча ишенишпей тургандай сезилет. Менин апам кээде мен үйгө кеч келбешим үчүн абдан катуу байкоо жүргүзөт».

2-Бала: «Биз чындыгында ошончолук коркунучтуу эмеспиз. Биз болгону ошол кафеге чогулабыз да, компьютер оюндарын ойнойбуз. Толкунданыштын кереги жок».

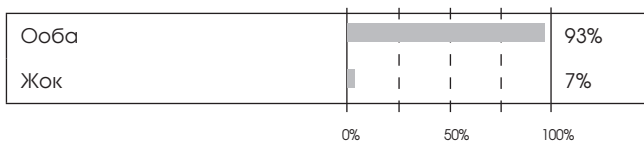
3-Бала: «Ооба, биз жоопкерчиликтүү, жакшы балдарбыз».

Мен акыры: «Э-э-э, силер азыр гана наркотикке мас болуп алып, полициядан кантип качканыңарды мага айтып бербедиңерби. Кантип өзүңөрдү жакшыбыз деп айтып жатасыңар?» — деп жибердим.

1-Бала (чыныгы таң калуу менен): «Бирок биз чын эле жакшыбыз. Биз наркоман да, кылмышкер да эмеспиз жана бүт денебизге татуировка кылдырган да эмеспиз — андайдан эч нерсе жок...»

«Жакшы» балдар эмне кылышат

Көз карандысыздык жөнүндөгү бөлүмдө эскергенибиздей, мындай түшүндүрүүлөр жана кооздоолор — өспүрүмдөрдүн адаттагы иши. Изилдөөлөрүбүздүн жыйынтыгында биз балдардын көпчүлүгү кылык-жоругу таптакыр башка жөнүндө айтып жатса да, өздөрүн жакшы бала деп эсептегенин көрдүк.

Сиз өзүңүздү «жакшы» баламын деп ойлойсузбу?

Көрүп турганыңыздай, балдардын басымдуу бөлүгү өзүн «жакшы» баламын деп эсептейт. М-м-м...

Алар өздөрүн «жакшымын» деп эсептегени эч кандай тыюу салынган нерсени кылбаганынан болсо керек деп божомолдодук. Бирок алар өзү айтып берген коркунучтуу окуяларды эстеп, бул суроодо балдар өзүн-өзү алдашат экен деп ойлодук. Ошондуктан биз абалды дагы кылдатыраак карап чыгууну туура көрдүк. Биздин эксперттин кеңеши боюнча, биз ар түрдүү шаардагы жүз балага жазуу жүзүндөгү анонимдүү сурамжылоону өткөрдүк. Өспүрүмдөр «жакшы» балдардын жүрүм-туруму жөнүндө айтышты, андан кийин алар качандыр-бир мезгилде жасаган иштеринин тизмесин белгилешти.

Дээрлик бардык балдар жок дегенде бир жолу жарабаган кылык-жоруктарды жасашканын

мойнуна алышты. Жалган абдан кеңири жайылган болчу, анын жанында эле мектептеги көчүрүп алуулар да коштоп жүрчү. Бирок өзүн «жакшы» деп эсептеген балдардын 46% ы да олуттуу иштерин мойнуна алышкан.

Биз аларга тартип бузуулардын тизмесин сунуш кылдык: алкогольдук ичимдик колдонуу, наркотиктерди (марихуана же андан да оорураак түрлөрүн) колдонуу, клубдагы обу жок кечелер, үйдөн ата-эненин уруксатысыз чыгып кетүү, сексуалдык мамилелер (же болбосо оралдык секс), уурулук, коркунучтуу ылдамдыкта унаа айдоо (саатына уруксат берилген 65 км/саат ылдамдыктан *ашуу*) жана башкалар. Алар бул тизмедеги бир же андан көп тартип бузууларды үч же андан көп жолу жасашканын белгилешти.

Ойгонуңуз!

Бактыга жараша, эгерде бардык балдар чындыкты айткан болсо, анда дээрлик бардык «жакшы» балдардын 50%, анын экинчи жарымы жөнүндө айтпаганда, өзгөчө олуттуу тартип бузуулардан өзүн кармап турган болот. Ошондуктан балдарыбызды карашыбыз керек. Биздин балдарыбыз деле от менен ойногон ошол 46% ба-

ланын арасында болушу мүмкүн экенин түшүнө турган мезгил келип жетти.

Өспүрүмдөрдүн арасында жайылган туура эмес жүрүм-турум жөнүндө айтканда, биз, ата-энелер, «бардык балдар» өзүн ушундай тутат деген негизде муну менен макул болуулары керек дегенди айткыбыз келбей жатканын дагы бир жолу белгилей кетебиз. Бирок эгерде өспүрүмдөр арасындагы кандай жүрүм-турум «нормалдуу» жүрүм-турум катары эсептелерин биле турган болсок, анда аларга туура жолду көрсөтүү жеңил болоруна бекем ишендик.

Мектеп консультанты Нерида Эдвардс айткандай, «ата-энелердин көпчүлүгү өз балдарынын туура эмес жүрүм-туруму жөнүндөгү фактыларды уккусу келбегени» өкүнүчтүү. Бирок бул балдар өздөрү ата-энелеринин көзүн чындыкка буруп коюуну кеңеш беришти:

- «Ата-энелерге балдарынын кандай жашап жатканынын көп бөлүгү белгисиз, алар керек болсо бүт чындыкты көргөнгө да аракет кылышпайт».
- «Ата-энем жок кезде менин эмне кылганымды алар билип калышса, жүрөгү кармап калмак».

- «Кээде ата-энелер өзүнүн балдары кандай экени жөнүндө таптакыр түшүнүгү жок. Менин досум Тиффанинин апасы өзүнүн кызын периште деп ойлойт, анткени ал мээримдүү, мамилечил, ак чачтуу (блондинка) кыз, мектептеги күйөрмандар командасынын мүчөсү. Бардык достору столдун астында жөрмөлөп калган учурда да, ал ичкенин уланта аларын апасы билбейт».
- «Сабактан кийинки мезгилде мен машайактык китеп дүкөнүндө иштейм. Бир жолу бизге бир апа келип, биздин ыйык Китепти талкуулаган китебибизде өспүрүмдөр үчүн сексуалдык жашоонун маселелери эскертилген жери бар экенин айтып даттанды. Мен ичимден: «Сиз балдарыңыз баарын билип бүткөнүнөн кабарыңыз да жок», — деп ойлодум.

«Балдарыңыз менен алек болуңуз жана аларды жокко чыгарбаңыз!»

Бир кыздын бардык ата-энелерге айткысы келген сөзү мындай эле:

- «Балдарыңыз менен алек болуңуз жана аларды жокко чыгарбаңыз!»

**№ 4 Чындык. Эгерде өспүрүмдөр
эрежелердин эмнеге негизделгенин
түшүнсө, алар ага жакшы жана тынчтык
менен мамиле кылышат**

Балдар жетекчиликти өзүнө алган ата-энелерди эмне үчүн сыйлашарын түшүндүргөндө алар абдан маанилүү бир учурду — ата-энелер бул же тигил эрежени эмне үчүн аткарыш керек экенин түшүндүрүп бериши керектигин, анткени муну өспүрүмдөр өздөрү да түшүнүшү керек экенин эскертип өтүштү. Топтук интервьюда бир жигит эскертип өткөндөй, «“анткени мен ушундай айттым” деген фраза кичинекей балдарга гана таасир этет».

Анын теңтушу ыраазычылык менен муну белгилей кетти: «Ата-энем мага бул же тигил эрежени ийне-жибине чейин түшүндүрүп беришет, эгерде мен алар менен макул болбосом, биз отурабыз да талкууга алабыз. Ушул жол аркылуу алар мени урматтай турганын сеземин жана эмне үчүн өзүмдү андай эмес, мындай алып жүрүшүм керектиги мага түшүнүктүү болот».

Башка тараптан алганда, эрежелер эмнеге негизделгенин түшүнбөгөн балдар ата-энелери аларды жөн гана көзөмөлгө алгысы келет деп

эсептешет. Муну төмөнкү күбөлөндүрүүлөр далилдейт:

- «Менин ата-энем мени башкаруу жеңил болсун үчүн жөн гана отуруп алып, кандайдыр бир эрежелерди ойлоп табышат. Эмне үчүн бул андай эмес мындай экенин түшүндүрүп бергиле деген суранычым алардын ачуусун келтирет. Алар кайсы-бир нерсени эмне үчүн кылышым керек, же эмне үчүн кылбашым керек экенимди чогуу отуруп талкуулаш үчүн телевизорду өчүргүсү келбейт. (Курсив биздики — *Ш.Ф. жана Л.Р.*)

*Эрежелер эмнеге негизделгенин
түшүнбөгөн балдар ата-энелери
аларды жөн гана көзөмөлгө алгысы
келет деп эсептешет.*

- «Эгерде ата-энелер баш тартуунун так себебин билбесе, алар жөн гана “жок” — деп жооп берип коюшат. Менин досум Брэд “Уолмарттын”^{*} жанында жашайт жана биз баарыбыз кээде ошол жерде чогулабыз. Бирок апам му-

^{*} АКШ дагы өзүн-өзү тейлөө супермаркеттер тармагы — *Котор. эскер.*

ну билип калганда тыюу салды. Биз эмне үчүн болбой турганын сурадык, ал кандайдыр-бир шылтоону айтканга аракет кылды. Ал: «“Силерди ал жерде өлтүрүп коюшат” — деди. “Чын элеби, апа? Кайсы жерде, Брэддин үйүнүн жанындабы же “Уолмарттабы”?»»

СИЗ БАРДЫГЫ ЖӨНҮНДӨ ТАК БИЛДИРГЕНГЕ ДАЯРСЫЗБЫ?

Балдардын жашоосуна катышуу жана аларды байкоо практика жүзүндө эмнени билдирет? Биздин эркиндикти сүйгөн балдарыбыздын ар бир четке чыккан кадамында алар менен согушпай туруп, дисциплинаны сактоого болобу? Бактыга жараша, биздин сурамжылоого катышкан балдар өспүрүмдөр менен кандай формада сый-урмат мамиле кылса болорун, аларды көзөмөлдөгөнгө жана болбой койбой турган конфликттерди кантип жеңилдетүүгө болорун айтып беришти.

1. Өз бийлигиңизди барк албай койбоңуз

Биздин көпчүлүгүбүз тарбиялоо ишинде өйдө-ылдый чапкылап жүрүп, кайсы-бир чыныгы пай-

далуу жана акылдуу нерсени кылганга таптакыр убактыбыз калбай калат. Бирок эгерде балдарды тарбиялоонун планын алдын-ала ойлонуштуруп, иштеп чыккан болсо, ата-энелерге жеңил болот.

Мындан ары сүрөттөлө турган окуя балдарды тарбиялоо ишине байланышы жок, болгону ал мени (Шонти) өз жумушун кантип башкаруу керектигин алдын-ала ойлонуштуруп алуу адам үчүн канчалык маанилүү экенин түшүнгөнгө мажбур кылды. «Өзгөчө жашыруун: аялдарга эркектер тууралуу» деген китеп капысынан тез жана ийгиликтүү сатыла баштаганда, менин жашоомдо баш аламандык башталды: мага ушунчалык көп түрдүү сунуштар түштү, алардын баарын аткарганга күчүм жетпейт болчу. Мен адамдарга жок дегенди жактырбайм, ошондуктан баарына бир убакта кириштим. Тез убакыттын ичинде мен алдан-күчтөн тайдым, жумушумду өз мөөнөтүндө аткара алган жокмун, ошентип элдерди оңтойсуз абалга калтырдым. Ошондуктан Линданы (ал Лизанын досу, абдан ишкер адам) менеджерлик кызматка алдым, ал бардык жумуш жакшы аткарылышын көзөмөлдөй турган «апа» болушу керек эле. Керектүү учурда ал жай-баракат туруп «жок» деп айта алат. Кеп жоопкер-

чилик жөнүндө болгондо ал өзүнүн: «Эсинде болсун, сен эми чоң кызсың, өз проблемаларыңды өзүң чеч!» деген девизин колдонот деп биз тамашалап калабыз.

Кээ бир ата-энелерге да өзүн үй-бүлөдөгү жетекчи катары тынч сезиш үчүн жана өз милдеттерибиздин чегинде аракет кылып жатканыбыз үчүн кечирим суроонун кереги жок экенин өзүбүзгө эскертип, бул сөздү дайыма эстеп турушубузга туура келет.

Ошого карабастан биз кийинки бөлүмдө көрө тургандай, балдарыбыздын чоңоюшуна жана жоопкерчиликти үй болушуна жардам бере тургандай кылып аракеттенишибиз керек. Биз (жана биздин балдар) абдан аракет кылганыбызга карабастан балдар баары бир катачылык кетиришет. Бул иштердин жыйынтыгы кандай болоруна карабастан, алар өзүнүн катачылыктары аркылуу үйрөнүшүнө жардам бериш үчүн түшүнүүнү, боорукердикти көрсөтүшүбүз керек.

*Биз балдарыбыздын чоңоюшуна
жана жоопкерчиликти үй болушуна
жардам бере тургандай кылып
аракеттенишибиз керек.*

2. Балаңыз үчүн так эрежелерди орнотуңуз жана аларды түшүнүп, кабыл алышына жардам бериңиз

Биз жогоруда айтып өткөндөй, бул же тигил эрежелер эмне үчүн бар экендигин балдарга түшүндүрүп берүү керек*.

Бирок бул жетишсиз. Алар бул эрежелерди аткаргысы келиши үчүн биз алардын муну кабыл алышына жардам беришибиз керек.

«Ата -энелер эмне туура, эмне туура эмес экенин эмес, эмне акылсыз, эмне акылдуу экенин түшүндүрүп берүүлөрү керек».

Бир студент төмөнкүдөй жооп берди: «Ата-энелер эмне туура, эмне туура эмес экенин эмес, эмне акылсыз, эмне акылдуу экенин түшүндүрүп берүүлөрү керек». Балдар сизден кайсы-бир нерсеге уруксат сурап келгенде, балким, аларга даяр

* Бир эскертүү: адистер балдары ата-энесин эч качан сыйлабаган үй-бүлөлөрдө биринчи иретте аларга абсолюттуу ата-энелик кадыр-барк деген эмне экенин түшүндүрүү керек жана ата-эне болгону үчүн гана балдары ата-энесинин пикирин эске алышы керектигин эскертишет. Биз мындай үй-бүлөлөргө адис-психологдун жардамына кайрылгыла деген сунушубузду беребиз. — Авт. эскер.

жоопту дароо айта салбастан, анын жыйынтыктары тууралуу алар менен бирге ойлонсо жакшыраак болот чыгар? Бул же тигил чечим акылдуу бекенин түшүнгөнгө жана өзүнө оңой эмес, мисал үчүн: «Бул досум же бул кылганым мага зыян келтирбейби?» деген сыяктуу суроолорду берип үйрөнүшүнө жардам берсе болот.

Андан сырткары кээ бир өспүрүмдөр (жана алардын ата-энелери) үй-бүлөлүк эрежелерди жана аларды бузган үчүн бериле турган жазаларды талкуулап жатканда балдарга да добуш берүү укугун берүү керек деген сунуштарын айтышты. Эдвардстардын үй-бүлөсүндө балдар кайсы-бир анык укуктарга ээ болордун алдында өздөрү аткарууга макул болгон жана ата-энеси колдоого алган эрежелердин тизмесин сунуш кылышы керек болчу. Мисал үчүн: «Эгерде менин ата-энем досторумдун менин унаамда коопсуздук кемерин такпастан бара жатканын көрсө, мен андан ары аларды ташый албайм».

3. «Баары бирдей» деген принципти унутуңуз

«Сары ит, кара ит — бардыгы бир ит» — деп эсептебестен, ар биринин индивидуалдык өзгөчөлүгүн

эске алганга аракет кылыңыз, өзгөчө тарбиялоо ишинде. Эсиңизде болсун, сиздин балаңыз өзүн дайыма инсан катары сезиши керек. Бир өспүрүм бизге мындай кеңеш берди: «Балаңыздын эмнеге жөндөмү бар экенин билиңиз. Эгерде ал наркотикке маашырланып жүргөн болсо, катуу жана талапчыл болуңуз! Эгер ал акылдуу иш кылып жатса — буга кубаныңыз!»

Бул принцип — бардыгына төп келет — кылган иштердин жыйынтыгына да жайылтылат, өзгөчө эгерде кээ бир укуктарын жоготуу башкаларына караганда көбүрөөк мааниге ээ болорун эске алганда. Бир жигит минтип айтты: «Үйдө кайсы-бир жакка бара албай отуруу өтө жаман, бул мага таасир этет». Бирок чоңураак башка кыз төмөнкүдөй билдирүүсү менен өзүнүн бардык жаш теңтуштарын таң калтырды:

Эгерде мени өз бөлмөмө жөнөтүп жиберирсе, капа болгондой түр көрсөтмөкмүн, бирок чындыгында кымындай да капа болбойм. Менин бөлмөм — үй-бүлөдөн жана үй-бүлөлүк конфликттерден *жашына турган* үңкүр. Бул жазалоо эмес. Үйдөгү жумуштардын узун тизмеси өспүрүм үчүн андан жаманыраак... Үй жумуштарынын ушунчалык жагымсыз узун тизмеси.

4. Бороондуу эмоцияларга жана бекемдигиңиздин текшерилүүсүнө даяр болуңуз, ошондой эле тынчтыгыңызды сактаңыз

Сиз эч шектенүүсүз байкагандай, балдарыбыз бийликти өз колубузга ала алар бекенибизди жана алар үчүн жүрүм-турумдун анык чек арасын орното алар бекенибизди *дайыма текшерип турушат*. Алар өзүнөн: «Атам менин үйгө качан келеримди чын эле катуу көзөмөлгө алабы? Эгер мен өзүмдү анча жакшы тутпасам, ал ачууланабы?» — деп сурап көрүшөт.

Балдарыбыз бийликти өз колубузга ала алар бекенибизди жана алар үчүн жүрүм-турумдун анык чек арасын орното алар бекенибизди текшерип турушат. Алар өзүнөн: «Эгер мен өзүмдү анча жакшы тутпасам, ал ачууланабы?» — деп сурап көрүшөт.

Кээде бул текшерүүлөр өзүбүздүкүндө бекем туруп, тынчтыкты сактай билишибиз үчүн бизден дагы көбүрөөк чечкиндүүлүктү талап кылган драмалык, ачуулуу протесттер менен коштолот. Биз дайыма балдардан кандай жаза аларды *ачуу-*

ландырбай турганын сурап келдик, бирок алар бизге эч кандай «жакшы жазалардын» тизмесин сунуш кыла алышкан жок. Акырында, бир өспүрүм мындай деди: «Ачуу жана каардуулук сезимин чакырбаган жаза жок. Бул жазага болгон кадимки реакциянын өзү. Бул адамдын ачуусун кайнатат».

Эгерде биз өзүбүздүн ата-энелик милдети-бизди жакшы аткара турган болсок, биз балдарыбыздын кээде бизге ачуулана турганы менен макул болушубуз керек. Менин (Лиза) күйөөм жакында биздин жаза алган жана нааразычылыктан кайнап турган балдарыбызга минтип айтты: «Мен өзүмдүн алдыма дайыма силерге кызыктуу боло турган жашоону түзүп берем деген максатты койгон эмесмин. Менин милдетим — силерди жоопкерчиликтүү, жашоого жакшы үйрөнгөн чоң адам кылып тарбиялоо».

5. Балдарыңыздын жүрүм-турумун байкаңыз

Эсиңизде болсун, жакшы балдар деле кээде азгырыкка берилип, жакшы эмес кылык-жоруктарды жасашат, ошондуктан биз дайыма балда-

рыбыздын кайда экенин жана эмне менен алек болуп жүрүшкөнүн билишибиз керек. Аларды башка ата-энелердин жардамы менен текшерип туруу да пайдалуу, мисал үчүн, телефон чалып: «Мен Лиза, Ханнанын апасымын. Ханна сиздин кызыңыз менен бирге алгач “Макдональдска”, андан кийин соода борборуна барабыз деп айткан. Сиздин кабарыңыз барбы?» — деп сурасаңыз болот.

Балдар сизди артымдан аңдып жүрөсүң деп айыпташы мүмкүн жана айыптайт, бирок сиз болгону жансакчынын милдетин аткарып жатканыңызды жана аларга зыян келтире тургандардан коргоп жатканыңызды түшүндүрүп берсеңиз болот. Сизди нааразычылыктын агымы каптап калганда жөн гана өз ичиңизден: «Беш жылдан кийин алар мага рахмат айтышат, беш жылдан кийин алар мага рахмат айтышат...» — деп кайталай бериңиз.

6. Балаңызга ишенесизби же жокпу деген темада талаш-тартышка кирбеңиз

Жансакчынын жумушу өзүнүн кам көргөн адамына ишенип же ишенбешине байланышпайт. Анын

жумушу — эч нерсеге көңүл бурбастан анын артынан ээрчүү жана коргоо.

«Сен мага ишенбейсиң» деген сериядагы нааразычылыктарга сиз болжол менен минтип жооп берсеңиз болот: «Сен туура кылгың келерине мен ишенемин, бирок баары бир сени көзөмөлдөймүн. Ооба, сага ишене бергенге дайыма эле даяр эмесмин, өзгөчө сенин гормондорун алай-дүлөй түшүп жаткан чакта. Андан бетер сен мамиле кылып жаткандарга ишене албайм, анткени алардын колуна эмнелер келерин билбеймин. Кандай болбосун сени коргоо — менин милдетим».

ЭСИҢИЗДЕ БОЛСУН, КИЙИН АЛАР СИЗДИ ТҮШҮНҮШӨТ ЖАНА СИЗГЕ ЫРААЗЫ БОЛУШАТ

Бекем позицияда туруу балким, сиз үчүн кыйындыр, өзгөчө балдарыңыз дайыма сизге каршы чыкса. Эгерде сиз биз саякаттап жүргөндө таанышкан көпчүлүк ата-энелерге окшош болсоңуз, тагыраак айтканда, өзүңүздүн ата-энелик укуктарыңызды колдонгонуз келсе жана колдонгонго аракет кылсаңыз, болгону өз позицияңыздын туура экендигине дагы бир жолу ишенишиңиз керек.

Биз сизди өз ата-энесине каршы чыгышы мүмкүн экенин, бирок көбүнчө азыр ата-энелери аларга кандай мамиле жасап жаткан болсо, өз балдарына алар да ушундай мамиле кылышарын айткан жүздөгөн өспүрүмдөргө кулак салышыңызга кеңеш беребиз. Сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн бири өзүнүн атасына эмне айтмак болгонун карап көрүңүзчү:

Үйдөгү милдеттеримди дайыма эле аткара бербегеним үчүн кечирип коюңуз. Көбүрөөк жардам беришим керек болгонун билемин, бирок кээде туура эмес кылчумун. Сиз мени ушунчалык жакшы тарбияладыңыз, эми мен чындыгында эмне кылбашым керектигин билемин. Менде сиздей атам болгону үчүн кубанычтамын. Сиз мага кандай адам болушума жана балдарыма кандай ата болгум келерин түшүнүшүмө жардам бердиңиз.

Сиз дагы өзүңүз берген тарбиянын жыйынтыгына ыраазы болуп, жетекчинин чоң креслосуна салтанаттуу отуруп: «Мен ата-энемин жана мен бул үйдүн кожоюnumун», — деп кайталай алышыңызга ишенебиз.

Жүздөгөн өспүрүмдөр өз ата-энесине каршы чыгышы мүмкүн экенин, бирок көбүнчө азыр ата-энелери өзүнө кандай мамиле жасап жаткан болсо, өз балдарына алар да ушундай мамиле кылышарын айтышты.

МЕН ЖАНЫҢДА БОЛОМ ЖАНА САГА ЖАРДАМ БЕРЕМ

*Олку-солку болуп турган
учурда да өспүрүмдөр өзүн
ишенимдүү сезишине кантип
жардам берүү керек.*

*Балдар биздин аларды түшүнгөнгө
аракет кылганыбызга ишенгилери
келет жана алардын бардык
катачылыктарына карабастан алардын
жанында болорубузга үмүттөнүшөт
(жада калса бизге тескерисинче
сезилсе да). Бирок эгерде сиз балдарды
соттосоңуз, алар сизге ишенбей
калышат.*

*М*ындай үлгү-насаат аңгеме бар. Бир жолу
чыдамсыз жаш адам өз мурасын атасынан мөө-
нөтүнөн мурда талап кылды. Андан соң ал алыс

өлкөгө жөнөп кетип, ал жерде көңүл ачып, жыр-гап-куунап жүрүп, атасынын оор эмгек менен тапкан акчасын шамалга сапырды. Ачкалыктан өлүп баратканда чочколор жеген тамакты жегенге даяр болгон убакыт да келди. Ошондо ал өзүн атасынын сотуна тапшырууну чечти.

Ачкалыкка жана уятка багынып берген адашкан уул сүйрөлүп басып үйүнө келди. Анын улуу урматтуу атасы баласынын тамтыгы кеткен кийимине карабастан, аны тосуп алганы *чуркап чыкканын* көргөндө канчалык таң калганын элестетип көрүңүзчү.

Атасы ага кооз кийим кийгизип, уулу табылганын кубаныч менен жар салганда, басынтууну күткөн жаш жигит эмнени сезгенин өзүңүзгө элестетип көргөнгө аракет кылып көрүңүзчү!

Бул арамза жигиттин ата-энеси мен же сиз болуп калсак, бул окуя кандай бүтөрүн ойлоп көрүңүз. Албетте, биз бул жаш адамдан канчалык көңүлүбүз калганын кечиктирбестен айтмакпыз, же жок дегенде ага олуттуу «үстүртөн талдоо» жүргүзмөкпүз. Айтмакчы, ага анын мурасын бермек белек?

Биз балдарыбызга катачылык кетиргенге укук беребизби жана кээде так ушул жол менен акыл-

мандыкка ээ болорун түшүнөбүзбү? Балдарыбыз бизге каршы чыкканда, катачылык кетиргенде алар бизден эмнени күтүшү мүмкүн? Көңүл калуунубу, уяттыбы? Же болбосо сөз менен айтылбаган сүйүү менен колдоонубу?

«СЕН МАГА ЖАРДАМ БЕРЕСИҢБИ?»

Мурунку бөлүмдө биз балдар биздин өз бийлигибизди көрсөтүшүбүзгө муктаж экенин айтканбыз. Бирок, мындан сырткары, эмне болбосун биз дайыма аларды колдой турганыбызды да алар сөзсүз түрдө билиши керек.

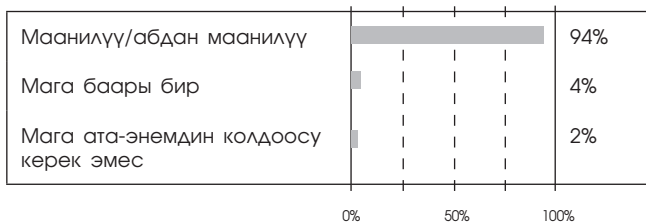
Ата-энелердин көз карашы боюнча, балдар бизди жамандык катары, тезирээк арылыш керек болгон тиран катары карашат. Бирок бул мындай эмес жана өзүңүздү да алдабашыңыз керек. Биз менен ынтымак мамиледе болуу балдар үчүн баары бир эмес, алар дайыма биздин сүйүүбүзгө жана колдообузга таянса болорун билиши керек.

Мамилелешүүдөгү бардык кыйынчылыктарга карабастан, эгерде биз аларды өз сүйүүбүзгө жана колдообузга ишендире ала турган болсок, алар биз менен канчалык ачык болуу мүмкүн болсо, ошончолук ачык мамиледе боло алышарын биздин изилдөөлөрүбүз көрсөттү. Бирок эгерде алар

дайыма соттоону жана көңүл коштукту сезип турса, анда бизге өздөрүнүн сезимдери тууралуу таптакыр айтпай кое турганы айдан-ачык.

Биз сурамжылоого катышкан балдардын талкуусуна төмөнкү ситуацияны сунуш кылдык:

Сизде сыйкырдуу таякча бар экенин жана ата-энеңиз менен болгон мамилени таза барактан баштоого болорун элестетип көрүңүз. Ата-энеңиздин сизди дайыма колдорун, же эң эле аз дегенде түйшүктөрүңүздү түшүнгөнгө аракет кыларын билүү сиз үчүн канчалык маанилүү?



Эгерде балдарда ата-энелери менен мамилени жаңыдан баштай алуу мүмкүнчүлүгү болгондо (башка сөз менен айтканда, эгерде алардын ортосунда азыркы учурдагы болуп жаткан түшүнбөөчүлүк болбогондо), анда алардын көпчүлүгү (94%) ата-энеси дайыма кыйын кездерде жанында болоруна ишенгиси келмек.

«Мага ата-энем керек. Мага алардын колдоосу, жардамы, коргоосу керек. Алар мунун баарын басып өтүшкөн, ошондуктан мен алар менен бардык нерсе жөнүндө сүйлөшө аламын.»

Биз «өз ата-энесине үн-сөзү жок ишенүү» деп атаган нерсеге ишенүү өспүрүмдөр үчүн канчалык маанилүү экенин биз менен маектешкен өспүрүмдөр дайыма айтып жатышты. Бир жигиттин өз ата-энеси тууралуу айтып бергенине кулак салып көрүңүзчү:

Эгерде мен мас болуп калсам, алар качан болбосун, кайда болбосун барышып, мени үйгө алып кетишмек. Ошондой эле мен аларга чын эле муктаж экенимди билемин, мага ата-энем абдан керек. Мага алардын колдоосу, жардамы, коргоосу керек. Алар мунун баарын басып өтүшкөн, ошондуктан мен алар менен бардык нерсе жөнүндө сүйлөшө аламын. Бул жылдар аралыгында аларга канча азап келтирген болсом да, мен аларды мага кылган мамилеси үчүн сыйлаймын жана мен да өз балдарыма ушундай мамиле кыламын.

Бул бала ата-энесинин күчтүү колдоосуна ээ болгон жана анын жардамы менен жаман иштер-

ди кылганда жана алар ага ачууланган кезде да алар менен болгон жакшы мамилесин сактап кала алган. Тилекке каршы, биз андан балдарда мындай нерсе жок болгон учурда эмне болору жөнүндөгү көптөгөн кайгылуу аңгемелерди уктук. Биздин сурамжылоого катышкан башка кыз энеси менен ыркы келишпей калган себебин төмөнкүчө түшүндүрүп берди:

Ата-энем ажырашып кеткенден кийин апам менин канаттарымды түздөп, өзгөрүлүп калганымды байкаптыр, бул анын ачуусун келтирди. Ал мага чын дилден кызыкпастан мени катуу сынга алды, тез убакыттын ичинде мен ага көңүл бурбай калдым. Мен мурдагыдай эле атамдын пикирине кулак салам, бирок энемден эң жаман адам экенимди угам. Мен капа эмесмин, анткени анын айтканы мага баары бир.

БАЛДАРЫҢЫЗДЫ ДАЙЫМА КОЛДОП-КУБАТТАҢЫЗ

Балдар бизге ата-энелик сүйүүгө жана колдоого шек келтирбестен туруп, балдарды өзүн жакшы алып жүргөнгө кантип мажбурласа болору жөнүндөгү абдан баалуу кеңештерин сунуш кылышты.

Биздин Колорадо-Спрингс шаарындагы бас-маканабыздын терезелери Аскалуу тоонун кооз көрүнүшү жакты карап турат. Бул жерлерде аскага жармашып чыгуу — спорттун эң популярдуу түрү. Бул спорт үчүн керек болгон эң маанилүү ыкмалардын бири — тросту беките билүү. Бул ыкма балага абдан керек болгон таянычты кантип түзүү керектиги жөнүндөгү суроого берилчү жоопту эң сонун сүрөттөп бере алат. Коргоону камсыз кылган адамдын милдети — тросту ишенимдүү бекемдөө аркылуу альпинистти кулап кетүүдөн сактоо. Татаал эмес ыкмаларды колдонуп, бул адам жип кайрадан катуу чечилип кетпей тургандай кылып жана чыгууну улантса боло турган жерге чейин этияттык менен жетип алышы үчүн асылып калган альпинисттин салмагын кармап тура алат.

Татаал аскаларды багындырган альпинист сыяктуу сиздин балаңыз жанга бата турган чындыктын ташынын бирин жаза басып алышы мүмкүн экенин жакшы билет. Сиз аны өтө күчтүү соккудан кармап турганыңызды ал билиши керек. Чоң жашоого алып барган жолдогу кыйын тоскоолдуктарды азырынча ал өз алдынча басып өтүп жатат, кээ бир белгилери боюнча, ал сиздин

аны байкап турганыңызды жана тросту бекем кармап турганыңызды аныктай алат.

№ 1 Белги. Алардын дүйнөсүнүн бир бөлүгү болуш үчүн аларды түшүнгөнгө аракет кылып жатканыңызды балдар көрүшөт

Биз айтып өткөндөй, балдар өзгөргөн учурда биз аларды колдош үчүн колубуздан келген бардык нерсени кылып жатканыбызды билүү аларга жагымдуу болот. Бир кыз оңой эмес бул мезгилде ата-энесинен эмне алгысы келерин жакшы сүрөттөп берди:

Өспүрүм болуу — жогору көздөй айланып жаткан эскалатордон ылдый көздөй чуркоо. Сен каалайсыңбы, каалабайсыңбы ал жогору көздөй жыла берет. А сенде болсо ички күрөш улана берет. Сыртынан сен мектеп, достор, үй тапшырмалары менен алектенип жаткандай көрүнөсүң, бирок ички дүйнөңдө сени кимдир-бирөө түшүнүп же түшүнбөй жатканын билишиң керек болот. Ата-энеңдин көңүлүн бурдуруу үчүн кылган аракетин текке кеткенин көргөндөгү кайгыңды сүрөттөп берүүгө мүмкүн эмес. Мен ишенем, көпчүлүк ата-энелер балдарына көңүл кош эмес, бирок көбүнчө баары тескерисинче көрүнөт. Бул эскалатордон чуркоо кыйын жана коркунучтуу. Сен дайыма ата-энең-

дин кандай ойлой турганы жөнүндө билгиң келет, бирок ошону менен кошо баарын өз алдынча кылгың келет. А ата-энең болсо өздөрү өспүрүм болгон кезин дээрлик унутуп коюшкан, ошондуктан бала баары менен өз алдынча күрөшүшүнө туура келет жана бул коркунучтуу.

Эгерде сиз балаңызды жакындан билбесеңиз, аны колдогонго даяр экениңизге балаңыз кантип ишене алат? Анын ою боюнча, эң маанилүүсү — анын жан дүйнөсүндө эмне болуп жатканын түшүнгүңүз келерин көрсөтүү. Муну көп балдар белгилеп кетишти.

***Ата-эненин баланын жашоосуна
физикалык түрдө гана катышуусу
балага жетишсиздик кылат***

Балдарына колдоо көрсөтүү керектиги жөнүндө бир аз гана ата-эне талашып-тартышат. Бирок эгерде балдардын өздөрүнүн жана эксперттердин ой-пикирин көңүл коюп уга турган болсок, анда көптөгөн энелер менен аталар «колдоо» деген сөз чындыгында эмнени билдире турганы жөнүндөгү өзүнүн элестетүүлөрүн кайрадан карап чыгуулары керектиги маалым болду. Бир аз чоңураак өспүрүм муну белгиледи:

Биздин замандын ата-энелери абдан бош эмес. Алар дайыма үйдө болбойт, же болбосо өздөрүнүн жеке проблемаларын чечип жүрүшөт. Балдар чын жүрөктөн чыккан сүйлөшүүгө муктаж болгондо, ата-энелердин иши көп экендиги ачыкка чыгат. Ата-энелер: «Аларда баары жайында. Жакшы көрүнүшөт, демек, алардын жашоосундагы бардык нерсе жакшы», — деп айтышат. Бирок бул көбүнчө мындай эмес.

Көптөгөн балдар ата-энесинин физикалык түрдө жанында болгону менен башка нерсеге алаксып жатканын айтышты: «Алар мага көңүл бурбагандай, мен аларга кызыксыз болгондой сезилчү». Балдар өзүнүн четке кагылганынан улам сезген кайгыларын угуп отуруп мен (Шонти) өзүмдү абдан күнөөлүү сездим.

Адатта мен балдарды мектептен алчумун, анан аларды паркка же оюн аянтчасына алып барчумун, бул убакыттын ичинде мобилдик телефонуна келген чалууларга жооп берип, өзүм да иштерим боюнча башкаларга чалчумун. Мен аларды унаамда ташып баратканымда же болбосо селкинчекте терметип жатканымда башка адамдар менен сүйлөшкөнүмдү балдарымдын байкап турганы оюма да келген эмес. Андан кийин менин үч

жаштагы уулум сурануу менен: «Апа, телефонунду таштачы!» — деп өтүндү. Анан мен изилдөө жүргүзгөн мезгилде, балдар менен баарлашкандан кийин гана (күйөөмдүн жемесин бир эле жолу уккан жокмун!), бардык балдар биз аларга чыныгы мамиле жасап жатабызбы жана алар үчүн маанилүү иштерибизди кийинкиге калтырганга даяр экенибизди көрүп турушарын түшүндүм.

Бир кыз апасынын жумуш графигине «тоскоолдук» жараткан нерсеге кандай реакция кыларын айтып берүү менен өзүнүн теңтуштарын көрө албастыктан демин ичине тартканга мажбур кылды. Ал өзүнүн проблемасы жөнүндө айтыш үчүн апасынын үйдөгү жумуш бөлмөсүнө кирген, анан кокусунан апасын маанилүү жолугушуудан калтырып жатканын түшүндү. Капаланган ал апасынан: «Апа, токто... Сен жумуш боюнча барышың керек эмес беле?» — деп сурады. Анан анын апасы: «Кымбаттуум, сенин иштериң мен үчүн баарынан маанилүү», — деп айтты.

Балдар биздин аларга чыныгы мамиле жасап жатабызбы жана алар үчүн маанилүү иштерибизди кийинкиге калтырганга даяр экенибизди көрүп турушат.

Маданият аралык мамилелешүүнүн принциптерин үйрөнүңүз

Көптөгөн өспүрүмдөрдүн ата-энелери өзүн бөтөн тилде сүйлөп, көптөгөн таң калыштуу каада-салттарды карманган бөтөн өлкөгө түшүп калгандай сезишет. Бирок өспүрүмдөр деле, биздин бир маектешибиз айткандай, өздөрүн ушундай сезишет! Алар да бизге бөтөн жерлик адамга карагандай карашат. Ошентип аларга «чоңдордун дүйнөсүндө» көп убакыт өткөргөнгө туура келгендиктен, балдардын логикасын түшүнүүгө болгон аракетин биз алар үчүн чоң мааниге ээ. Ырасын айтканда, балдар айткандай, бул ата-энелер алар үчүн чын жүрөктөн кам көрөрүн түшүндүрүүсүнүн эң эффективдүү ыкмаларынын бири болуп саналат.

*Өз балаңыздын дүйнөсүн түшүнүүгө
аракет кылуу — өзүңүздүн
кызыкканыңызды билдирүүнүн эң
эффективдүү ыкмаларынын бири.*

«Сиздин кызыңыз» жана «Сиздин уулуңуз» деген китептердин автору Вики Кортни күйөөсү Кит менен он беш жаштагы кызы Пэйдждин ортосунда болгон «маданият аралык бай-

ланыш» жөнүндөгү эң сонун тажрыйбасы менен бөлүштү.

Мурда атасы менен бирге убакыт өткөргөндү жана стол үстүндөгү оюндарды ойногонду жакшы көргөн кичинекей кызынын акырындык менен өзүнөн алыстап баратканы Китти тынчсыздандыра баштады. Биз экөөбүз бул жөнүндө сүйлөштүк жана муну менен эч нерсе кыла албастыгыбызды түшүндүк. Бирок бул биздин анын артынан дүйнөсүн ээрчибей турганыбызды билдирбейт!

Атасы кызыбызга түшүнүктүү жол менен мурдагыдай эле аны менен болгон эмоционалдык жакындыгын сактап калгысы келгенин көрсөтүүнү түшүндүрдү. Анан ал анын уюлдук телефонуна аны сүйөрүн жана аны менен сыймыктанарын билдирген билдирүүлөрдү туруктуу жибере баштады. Ал мага кээде өзүн акмактай сезип жатканын айтты, бирок кызы ага жооп бербесе да жазганын уланта берди.

Бир канча жумадан кийин мен Пэйджди жана анын досторун мектептен үйгө жеткирип койдум жана кимдир-бирөөнүн телефонуна билдирүү келгенин капысынан угуп калдым. Пэйдждин достору андан: «Ким бул?» — деп сурап калышты. — «Бул менин атам, — деп жооп берди ал. — Менин кандай экенимди билип туруш үчүн ал мага кээде жазып

турат». Анын достору: «Ай, бул канчалык сонун!» — деп таң калышты. «Менин да атам ушундай кылганда кана!»

Пэйдж: «Ооба, бул чынында эле эң сонун!» — деп жооп берди, анан мен күйөөмдүн анын өспүрүм дүйнөсүнүн бир бөлүгү болуп калганын түшүндүм.

Бул адам өспүрүмдөрдүн дүйнөсүнө кирүүгө болгон чоң эмес аракеттер деле балдар үчүн чоң мааниге ээ экендигин билген. Муну көптөгөн балдар ырасташты, бирөөсү болсо: «Менин ата-энем мен катышкан бейсбол оюндарынын, концерттердин жана даярдыктардын баарына барышчу. Менин группам түнкү клубдарга катышканда мындай музыка алардын табитине таптакыр туура келбегенине карабастан, алар баары бир келишчү» — деп айтып берди.

№ 2 Белги. Балдар сиздин көңүл бурган жана өз каталарын мойнуна ала билген адам экениңизди көрүп турушат

Ата-энелерге «Эмне жакшы экенин мен билем» деген тактика баары жайында болот дегенге өспүрүмдү ишендире тургандай сезилгени менен балдар канчалык чоңойгон сайын карама-каршы

жыйынтыкка ошончолук көп алып келет. Эгерде ата-энелери каталарын мойнуна алганга даяр болсо, балдар өзүн дагы ишенимдүүрөөк сезерин укканыбызда биз абдан таң калдык.

Биз кафеде отуруп, бул эмне үчүн мындай экенин ойлонуп отурганыбызда апасы менен кызы кирип калды. Анан биз бул жөнүндөгү кыздын оюн билиш үчүн ага суроо узатууну чечтик. Ал: «Эгер апам мени кайсы-бир нерсеге капа кылып койгонун көрсө, мен өзүмдү тынчыраак сезем. Эгерде ал мага туура эмес кылганын көрсө жана муну өзү байкабаса, мен өзүмдү коопсуздукта сезбейм, анткени ал дагы бир жолу ушундай кылат деп тынчсызданам», — деп жооп берди.

Апасы кызынын сөзүн бекемдеп: «Мен туура эмес кылганымды айтканга аракет кылам жана андан кечирим сурайм. Анткени бир гана Теңир — идеалдуу ата-эне. Өзүн туура деп эсептеген адамды кечирүү кыйын. Мен анын көздөрүндөгү кайгыны көрө билгенди жана туура эмес кылганымды моюнга алганды үйрөнүшүм керек».

Көптөгөн өспүрүмдөр ата-энеси алардын кылганын анализдеп көрүп, эгерде балдардын тууралыгын түшүнүп, өз ойлорун өзгөртсө, өздөрүн ишенимдүүрөөк сезишерин айтышты. Балдар

табасы каныш үчүн өзүнүн ата-энесинин туура эместигин кармап алганга аракет кылышкан эмес, алар ата-энесинин мындай жүрүм-турумун аларга жакыныраак болуунун мүмкүнчүлүгү катары кабыл алышкан. Бир өспүрүм мындай деди: «Ата-энелер өзүнүн туура эмес кылганын айтканда, бул чын эле бизди жакындатат. Менин атам: “Мен мындай кылбашым керек болчу, уулум” — деп айтканда, мен аны адам катары сыйлай аламын».

Эгерде ата-энелердин өз катасын мойнуна алганы балдарга ишенимдүүлүк берсе, анда андан баш тартуу аларды бул ишенимден ажыратышы да талашсыз. Бир өспүрүм: «Менин атам: “Мен туура эмес кылдым”, — деп айта албайт. Абдан өкүнүчтүү. Бул нерсе биздин ортобузга түшүнбөстүктүн дубалын тургузат», — деп айтты.

ТУРУКСУЗ МАМИЛЕ МЕНЕН КҮРӨШҮҮ

Кийинки тема көптөгөн окурмандар үчүн оор тие турганын билебиз. Бирок балдардын сөзү боюнча, ата-энелердин ажырашып кетүүсү алардын коопсуздук сезимине жана өзүнө болгон ишенимине таасир

эткени үчүн биз жок дегенде бул темага бир аз кайрыла кетели деп чечтик. Көптөгөн өспүрүмдөр үй-бүлөдөгү пикир келишпестиктер үйдөгү жалпы аба-ырайына жаман таасир кылганы менен бул баары бир ажырашууга караганда жакшы экенин, анткени ажырашуунун эмоционалдык жана физикалык натыйжалары менен күрөшүү бир топ татаал болорун айтышкан. Ошондой эле ата-энелеринин никесин сактап калууга болгон каалоосу, өздөрүнүн катасынын үстүнөн иштөөгө болгон умтулуусу көпчүлүгүнө жардам берген жана өзүнө болгон ишенимди тартуулаган.

Ажырашуунун айынан пайда болгон эмоционалдык туруксуздугун бир өспүрүм мындайча сүрөттөп берди: «Ата-энемдин ажырашып кеткени мени көнгөн жолумдан адаштырды. Алардын ажырашып жатканына мен күнөөлүүмүн деп ойлодум. Мен ошол кезде абдан жаш, кичине болсом да, өз дүйнөм мага туруксуз сезилди. Эгерде бири-бирине убада берген ата-эне убадасын аткарбаса, анда мен кантип башка бирөөгө ишене алам деп ойлодум».

Биздин арабыздан эч ким өтмүштү өзгөртө албайт, бирок балдар бизге ажырашкан ата-энелерге балдардагы эмоционалдык боштукту жана өзүнө болгон ишенимдин жетишпестигин толтурууга аракет кылууга кеңеш беришти. (Муну кантип ишке ашырса болору жөнүндөгү көптөгөн пайдалуу кеңештерди [www. forparentsonlybook.com](http://www.forparentsonlybook.com) сайтынан таба аласыздар.)

Ошондой эле эгерде сиз азыр никедеги мамилеңизди калыбына келтиргенге аракет кылып жаткан болсоңуз, үй-бүлөңүздү сактап калуунун үстүнөн иштеп жаткан болсоңуз, анда сизге бул кыздын айткан сөздөрү шыктандыруу берсин: «Мен болгону он беш жаштамын, бирок мен өзүмдүн эң кымбат казынам бири-бирин сүйгөн, бири-бирине жан дили менен берилген ата-энем экенин билемин... Ошондой эле мен шаар сыртында элиталуу үйдө жашаган, бирок толук үй-бүлө деген эмне экенин билбеген менин жакын досума караганда кыйла баймын».

№ 3 Белги. Балдар катачылык кетиргенине карабастан сиз дайыма анын жанында экениңизди көрүп турушат

Балаңызды коопсуздук жана өзүнө болгон ишеним сезими менен камсыз кылыш үчүн баарын кылсаңыз да, эгерде ал катачылык кетиргенде (а мындай учурда болсо, балдар сиздин сүйүүңүзгө жана колдооңузга өзгөчө муктаж болушат) ага сиз аны соттоп, андан баш тартып кеткендей сезилсе, сиздин жумшаган аракеттериңиз текке кетет.

Өз ата-энесинин сүйүүсүнө ишенбеген бала убакыт өтүшү менен өзүнүн жүрөгүнүн айланына «кирүүгө болбойт» деген жазуу жазылган тосмону куруп алышы мүмкүн экени дагы көбүрөөк санаага салат. Ал эмоционалдык жактан жабылып алып, апасы жана атасы менен формалдык эмес мамилелешүүсүн чектеп, мындай мамилени чоңойгон кезге чейин сактап коюшу мүмкүн. Көп нерсени ачыктай турган өспүрүмдөрдүн ортосундагы диалог мындай болчу:

А: «Мен ата-энеме эч нерсени айта албайм. Мен аларга ишенбейм. Мен өзүмдүн проблемаларымды досторум менен бөлүшөм».

Б: «Бирок достордо ата-энелерде болгон тажрыйба жок да. Баары бир туугандарың менен сүйлөшсөң жакшы болмок. Биз жөн гана биздин ачылыштарыбызга кандай карашат деп чочулап турабыз».

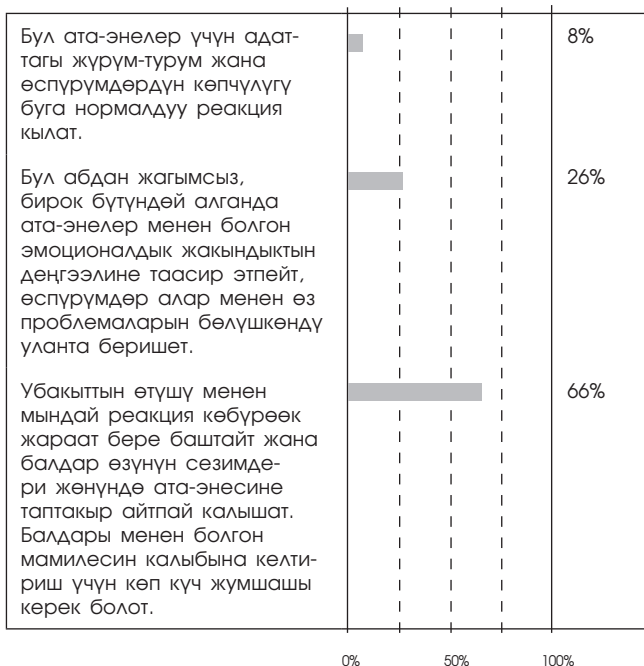
В: «Эгерде ата-энелер дайыма каршы чыгып турса, алар менен нормалдуу мамилелеше албай каласың, анан досторуңа кайрылганга туура келет. Достор сени түшүнөт. Эгерде ушундай мамиле курула турган болсо, анда проблема кырк жылдан кийин да өз ата-энеси менен баары бир мамилелеше албай турганында».

*Өз ата-энесинин сүйүүсүнө ишенбеген
бала убакыт өтүшү менен өзүнүн
жүрөгүнүн айланасына «кирүүгө
болбойт» деген жазуу жазылган
тосмону куруп алышы мүмкүн.*

Бактыга жараша, биз мамилелешкен балдардын көпчүлүгү ата-энелеринин эң аз дегенде аларды колдогонго аракет кылышарын айтышты. Ошого карабастан сурамжылоого алынгандардын кээ бирлери ата-энеси аларды соттогонун жана алардын катачылыктарына чыдай албастыгын айтышты. Алардын сөзү боюнча, көпчүлүгү ата-энеси менен болгон мамилесин токтотуп кой-

гон, кээ бирлери болсо биротоло мамилелешпей калган.

Өз тажрыйбаңызга таянып, суроого жооп бериңиз: өспүрүмдөр жаңылыштык кетиргенде ата-энеси тараптан көрсөтүлгөн өтө катаал соттоого же өз баласын колдоону каалабагандыгына карата алардын реакциясы кандай болот? Жооптордун бирин тандаңыз.



«Өзгөчө жашыруун: эркектерге аялдар туура-луу» деген китепте менин (Шонти) күйөөм Джефф менен мен турмуш кургандан кийин аялдардын көпчүлүгү жубайы тараптан сүйүүнүн дайыма көрсөтүлүшүн көрбөй калышарын айтып бергенбиз. Жада калса өзүнө ишенген аялдар деле ички шектенүүлөр менен күрөшүшөт жана жубайынын чыныгы сезимдерин дайыма бекемдеп турушуна муктаж болушат, өзгөчө үй-бүлө конфликт абалын башынан кечирип жаткан учурда.

Мына ошентип биздин изилдөөлөр балдар да биз тараптан *сезимдердин бекемделишине* муктаж экендигин көрсөттү. Балдар коркунучтуу жаңылыштык кетирген учурда деле апасы менен атасы аларды сүйөрүн, ата-энеси дайыма алар тарапта экенин, керек болгон учурда колдоп, жардам берерин билиши керек. А эгерде мындай болбосо, анда балдарга ата-эненин сүйүүсүнө татыктуу болуш үчүн кызмат кылуу керек экендей сезилип калат. Бул жөнүндөгү кыйынчылыктарды төмөндөгү комментарийлер чагылдырып турат:

Мен ата-энемдин дайыма көңүл коюп угушун жана мен жасашым мүмкүн болгон бардык кор-

кунучтуу акмактыктарыма карабастан мага жардам беришин ушунчалык каалар элем. Менин апам мындай эмес. Өзүмдү жакшы алып жүрсөм ал кубанат жана кайсы-бир нерсени туура эмес кылам, ачууланат. Демек, менде катачылык кетиргенге жана өз алдынча болгонго укугум жок экен да. Менин ата-энемдин колдоосу менин кылганыма гана негизделген.

*Мен ата-энемдин дайыма көңүл
коюп угушун жана мен жасашым
мүмкүн болгон бардык коркунучтуу
акмактыктарды жасаганыма
карабастан, мага жардам беришин
ушунчалык каалар элем.*

ИШЕНИМДҮҮ МАМИЛЕНИ КАНТИП КУРУУГА БОЛОТ

Бактыга жараша, өз милдетин дайыма эле идеалдуу аткара албаган, бирок аракет кылган ата-энелер тууралуу үмүт туудура турган көптөгөн аңгемелерди уктук. Алардын катышуусу жана колдоосу, ошону менен бир убакта жеткилеңдик жолунда көрсөткөн жардамы ата-энелик сүйүүсү жөнүндө бардык сөздөргө караганда эң сонун айтып турат жана акыркы жыйынтыгында көбүрөөк пайдалуу болот.

Атасы чындыгында эле сүйө турганын түшүнгөн бир кыздын окуясын угуп көрүңүз:

Он жети жашка чыкканда жигитим менен сейилдеп келиш үчүн терезеден качып чыктым. Ата-энем бул тууралуу билип калышып, мени издеп, таап алышты. Мен ушунчалык уялдым, бирок атам мени менен жайбаракат сүйлөштү. Ал мага өз убагы келгенде Теңир эң сонун күйөөнү бере турганын, ал үчүн өзүмдү сакташым керектигин айтты. Мени бул кылганым үчүн жазалашты, бирок ата-энемдин мени эч нерсеге карабастан сүйөрүн жана баалашарын түшүндүм.

Эгерде балдар биздин жаман жүрүм-турумуна карабастан аларды колдорубузду, сүйөрүбүздү жана аларга эң жакшысын гана каалай турганыбызды көрсө, анда аларга кийинки бардык жылдарда биз менен болгон жан дүйнөлүк жакындыгын сактап калуу жеңилерээк болот. Ооба, кээ бир олуттуу проблемалар (аларга биз бул китепте кайрылбайбыз) балдарга карата катаал мамилени жана үй-бүлөлүк профессионалдуу консультанттын жардамын талап кылышы мүмкүн. Бирок бүтүндөй алганда, өспүрүмдөрдүн көпчүлүгү мойнуна алгандай, өз кылыгы менен

ата-энесин ачууландырып бүткөндөн кийин колдоонун көрсөтүлүшү алар үчүн абдан маанилүү.

Анда балаңыз сиздин колдооңузду сезиши үчүн эмне кылса болот? Өспүрүмдөрдүн өзү төмөндөгү нерсени сунуш кылышат.

1. Балдарыңыздын күнүмдүк жумуштарына кызыкканыңызды көрсөтүңүз

Биз көбүнчө эгерде балдар өзү бизге өзүнүн жашоосу жөнүндө айта баштабаса, демек алар муну таптакыр каалабайт деп ойлойбуз. Бирок бул көбүнчө мындай эмес. Алар менен сүйлөшкөндө кубана турганыбызды, алардын жашоосу бизге кызыктуу экенин билдиришибиз керек. Балаңыздан сиздин мамилелешүүгө даяр бекениңизди кантип аныктай турганын сурап көрүңүз.

Балаңыз сизге канчалык ачылып бергенге даяр экенине карбастан анын жашоосуна физикалык жана жан дүйнөлүк жактан катышууга багытталган аракеттериңиз ал үчүн абдан маанилүү. Бир өспүрүм мындай деди: «Балдарыңыздан өзү жөнүндө айтып беришин ар күнү сураныңыз. Алардын күнүмдүк жашоосуна болгон кызыгууңузду көрсөтүңүз. Бул сиздин алар үчүн кам көрө турганыңызды билдирет».

***Мамилелешүүңүз пайдалуу болсун үчүн
балаңыз менен бирге эмне менен
алектенсеңиз болорун жана аны менен
кайда барса болорун ойлоп көрүңүз***

Бир жолу мен (Шонти) өз курбум менен балдарым али жаш болгондуктан узак мөөнөттүү командировкага чыккым келбей турганы жөнүндө сүйлөштүм. Ал таң калып: «Сен билесиң да, алар чоңойгондо көбүрөөк көңүл бурууңа муктаж болушат, туурабы?» — деди. Андан кийин ал өзүнүн көз карашын билдирди: «Эгерде алты жашар бала жыгылып, бир жерин жабыркатып алса, аны балмуздак менен сооротуп койсо болот. Бирок ал чоңоюп калганда, өзүн жаман сезип турганда балмуздак жардам бере албайт. Чоң жаштагы балдардын проблемаларын түшүнүш үчүн көбүрөөк убакыт жана күч талап кылынат, алардын жашоосуна туруктуу, чын жүрөктөн чыккан ар күн бою катышуу керек болот. Анткени алар так ушундай жол менен гана сага ишенгенди үйрөнүшөт».

Бардык балдар ар түрдүү болот, ошондуктан балаңыздын жаны жай ала турган жана сизге ачылып бере алган жайды издеңиз. Бир кыз муну айтуу менен бул сөздү бекемдеди: «Мен апам менен үйдө сырдашпайм, анткени ал жерде

алаксыта турган көптөгөн факторлор бар, бирок экөөбүз гана унаада бара жатканда бизде чын дилден сүйлөшүүгө мүмкүнчүлүк болот».

Андан чоңураак жаштагы бир жигит муну айтты: «Мен өзүмдүн түйшүктөрүм жөнүндө күндөлүккө жазып жүрдүм, анан аны атама бердим. Мектептин акыркы класстарында окуп жүргөндө, ал эмнегедир менин күндөлүгүмдү окубай калды, а мага болсо чындыгында дал ошол нерсе жетишпей жатты. Бул мага өзүмдүн чыныгы жүзүмдү издешиме жардам бермек, эгерде ал муну менин кандай адам болуп калганымды көрүш үчүн анализдин материалы катары колдонсо сонун болмок».

*Балаңыздын жашоосуна физикалык
жана жан дүйнөлүк жактан катышууга
багытталган аракеттериңиз ал үчүн
абдан маанилүү.*

Кызы менен мобилдик телефон аркылуу жазышкан атаны эстеп көрүңүз. Балаңыздын жашоосуна болгон чыныгы кызыгууңузду билдиргенге ыкма табыш үчүн, балким, сиз дагы балаңыздын дүйнөсүнө саякат жүргүзүшүңүзгө туура келет чыгар. Анын кандай сунуштары бар

экенин сураңыз жана аларды колдонуңуз. Эгерде ал сизге мунун баары ага керек эмес экенин ачык айтпаса, билип коюңуз, бул жөнүндө эч качан айтпаса да, анын жумуштарына кызыкканыңызды баалайт.

2. Туура эмес кылык-жоруктар жөнүндө сүйлөшүп жатканда балдарыңызды сүйөрүңүзгө жана колдой турганыңызга ишендириңиз

Биз адашкан учурда жакындарыбыздын боорукердигине муктаж болобуз, туурабы? Балдарыбыз да биздин алар кетирген катачылыктарга туура мамиле кыларыбызга ишениши керек. Бир өспүрүм айткандай, ата-энелер балдардын дайыма эле туура кыла бербестигин канчалык эрте түшүнсө жана аларды колдосо, ошончолук жакшы. Өспүрүмдөрдүн тилинен которгондо бул анча жакшы эмес жүрүм-турумдун натыйжасына карабастан, ата-энелер боор ачыганын жана тынч экенин көрсөтүшү керек дегенди билдирет.

Бир өспүрүм мындай деди:

Бир жолу, мен он алты жашта болгон кезде, бир кечеде абдан көп ичимдик ичип алдым. Ата-энем келип, мени үйгө алып кетишти. Эртеси күнү атам

мени саат сегизде ойготту да, короодогу чөптөрдү кыскартышымды буюрду. Ал болуп өткөн нерсеге түшүнүү менен карады, бирок ошого карабастан бул ишти жазасыз калтырган жок. Атам: «Мындан ары сен мага телефон чалып, кайда экениңди, эмне кылып жатканыңды айтып турасың», — деди. Мен дагы мындай мамилени сыйлайм.

Тынчтыкты сактаңыз

Бул үлгүдөн көрүнүп тургандай, биз тынчтаныш үчүн жана өзүбүздү басып алыш үчүн бир канча убакыт талап кылынса да, балдарыбыздын катчылыгына жайбаракат реакция кылабыз деп алдын-ала чечип алышыбыз керек. Балким, балдардын өзүнүн сезими дүрбөлөң түшүп жаткандыктан алар ата-энесинен тынчтыкты жана бекемдикти күтүшөт. Балдар бизге дайыма ата-энелери кайсы-бир нерсеге эмоционалдуу түрдө реакция кылганда, бул нерсе аларды бекем таяныч сезиминен ажыратарын жана келечекте ачык сүйлөшүүгө болгон каалоосун жоготорун айтып жатышты. Алардын ичинен бирөөсү: «Менин ата-энем кыйкырган учурда, мага ошол мезгилде алар өздөрүн көзөмөлдөбөй жаткандай сезилет», — деп айтты.

Балаңыздын сөзүнө болгон реакцияңызды ал кандай кабыл аларын түшүнүш үчүн андан сиздин ашыкча эмоцияңызды туурап көрсөтүп берүүсүн сураныңыз. Андан кийин: «Буга кантип башкачараак, бирок сен өзүңдүн кылган ишиңдин натыйжасын түшүнө тургандай кылып реакция кылса болор эле?» — деп сураңыз.

«Мен тарапта экениңди айтчы»

Балдар кайсы-бир нерсени жакшы кылбаганын билгенде жаза алганга даяр болушат жана муну менен кошо эки эсе же үч эсе көп сүйүүгө муктаж болушат, сиздин дайыма жанында экениңизге ишенгиси келет. Бир өспүрүм: «Мен кыйкырган сөздөрүмө карабастан ата-энем мени түшүнүп, сүйө турганын уккум келет», — деп билдирди.

«Балаңарга: “Мен сен тараптамын. Сен коопсуздуктасың. Эмне үчүн мындай кылганыңды талдап көрөбүз жана эмне кылуу керектигин чечебиз, бирок сен коопсуздуктасың жана мен сени колдойм. Биз биргеликте күрөшөбүз”, — деп айтыңыз».

Башкасы болсо мындай кылууга сунуш берди: «Ата-энелер, өз балаңарга: “Мен сен тарап-тамын. Сен коопсуздуктасың. Эмне үчүн мындай кылганыңды талдап көрөбүз жана эмне кылуу керектигин чечебиз, бирок сен коопсуздуктасың жана мен сени колдойм. Биз биргеликте күрөшөбүз”, — деп айткыла».

Ошондой эле балдарга сизден кечирим алуу дагы маанилүү. Балким, кээ бир моюнга алуучулардан кийин «мен сени кечирдим» деген сөздү айтыш анчалык оңой эместир, бирок эгерде Теңир сизди кантип кечиргенин эстесеңиз, мындай кылуу оңоюраак болот. Бир кыз олуттуу иш кылып койгондон кийин анын апасы: «Сен биздин ортобуздагы ишенимди буздуң, бирок мен сени кечирем. Мен кылган бардык нерсе үчүн Теңир мени кечирип койгондон кийин, мен кантип кечирбей кое алам?» — деп айткан.

«Сен туура кылгың келерин билемин»

Балдарга моралдык принциптерди үйрөтүп жатканда, кокусунан аларды жаман ниеттерге айыптап албаганга этият болуңуз. Жаман жүрүм-турумду туура эмес деп эсептей турганыңызды

түшүндүрүп коюу да абдан маанилүү. Албетте, балага туура эмес кылганын сөзсүз түрдө айтыш керек, бирок муну менен кошо ал сиз эми аны *жаман адам* катары эсептебей турганыңызды *билдирбей турганын* түшүнүшү керек. Бир бала мындай белгиледи: «Ата-энелер сөзсүз түрдө колдошу керек, мисал үчүн: “Сен туура кылгың келерин биз билебиз”, — деп айтса болот».

Көп учурда ата-энелер баласынын катасын талдап жатып, өздөрү билбестен кылык-жорукту эмес, баланын өзүн соттоп алышат. Ата-энелери аларды «жаман» деп эсептегенине ишенген мындай даттанууларды балдардан көп жолу уктук. Балдар ата-энеси (же достору) аларды сырткы көрүнүшүнө: чачына, кийимине, алар уккан музыкага карап баалайт — анан баланын жүрүм-туруму жана ниеттери тууралуу каршы тыянактарды чыгарышат деп ойлошот.

*Көптөгөн балдар ата-энеси өздөрүн
соттойт жана «жаман» деп ойлойт
деп ишенишет.*

Эсиңиздеби, балдардын көпчүлүгү кээде туура эмес кылганына карабастан өздөрүн жакшымын деп эсептешет. Ошондой эле алар өздөрү кылган

иши жөнүндө ата-энеси соттобойт деп абдан үмүт кылышат.

Биздин сурамжылоого катышкан бир кыз муну билдирди: «Көптөгөн ата-энелер бир аз ачык кийинген кыз өзүн сөсүз түрдө жаман алып жүрбөй турганын түшүнүшү керек. Балким ал сүйүүгө жана колдоого абдан муктаж болуп тургандыр. Ага ошону бергилечи!»

«ЭГЕРДЕ МЕН КЫРСЫККА КАБЫЛСАМ, ЖАРДАМ СУРАП АТАМА КАЙРЫЛАРЫМА ИШЕНЕ БЕРИҢИЗ»

Балдарыбыздын коопсуздукка жана өзүнө болгон ишениминин артуусуна болгон муктаждыгын кантип канааттандыруу керек деп ойлоп жатканда, өзгөчө, алар жаңылыштык кетирген учурда, кээде өзүбүздөн: «Мен азыр ушул кичинекей зөөкүрдү кучактасам, эмне болот? Жаман эмне болушу мүмкүн?» — деп сураганыбыз жакшы. Элдерге бекерчи жана акчаны ыксыз короткон уул жөнүндө айтып берип жатып, Ыйса угуучулардын Теңир дагы ошол ата сыяктуу кечире турганын жана биздин ар бирибизди карап турганын билишин каалаган. Биз өз балдарыбыз үчүн ушундай нерсени кыла албайбызбы?

Бир кыздын айтып бергени өз ата-энесинин сүйүүсүнө ишенген баланын сезимин эң сонун ачып берет. Көрсө, аларга мындай сөз менен айтылбаган колдоо көрсөтүү абдан оңой турбайбы:

Бир жолу атам экөөбүз сүзүү сабагына бардык. Ал менин эсимден эч качан чыкпай турган бир сөздү айтты: «Сен жагымсыз абалга туш болбосоң, мен абдан кубанмакмын, бирок эгерде ушундай болсо, билип кой, мен дайыма сага жардам берем». Андан уккум келген нерсе ушул болчу. Болгону бир эле жолу. Эми мен кыйын кезге учурасам, жардам сурап атама кайрыларыма ишене бериңиз.

СЕН МЕНИ УГУП ЖАТАСЫҢБЫ?

*Эмне үчүн балаңыз
сиз менен мамилелешкенге
мүмкүн эмес деп толук ишенет жана
мындай эмес экенине кантип
ишендирүүгө болот*

*Эгерде балдар бизди кунт коюп
укпаган угуучу катары эсептесе,
биз менен мамиле кылбай калышат.
Бирок эгерде биз аларга бизге ишенсе
болорун көрсөтө турган болсок жана
алардын жүрүм-туруму менен кылык-
жоруктары тууралуу айтардан
мурда тынчтык менен уксак,
анда алар ачык айтышат.*

*М*ындай абалды элестетип көрүңүз: кызы-
ңыз мектептен келди, эшикти булкуп ачты, аны
кайсы-бир жакка чакырбай коюшканы үчүн

ачууланып жатат, анткени ал бүт досторунун алдында уят болуп калды. Адатта ал сизге өзүнүн түйшүктөрүн анча ачылып айтпайт, сиз аны укканга мүмкүнчүлүк жаралганы үчүн кубанычтасыз. Акыры сизге сөз кезеги келгенде ага: «А эгерде мындай-тигиндей кылса жардам береби?» — деп айтасыз.

Ал сизге көзүн алайта карап, өзүнчө сүйлөнөт: «Сен эч качан мени укпайсың» — анан досуна телефон чалыш үчүн чыгып кетет. Сиз үн чыгара албастан туруп каласыз, анан анын ою боюнча акыркы он беш мүнөт ичинде эмне менен алек болгонуңузду ойлоно баштайсыз.

«СЕН МЕНИ УКПАЙСЫҢ ГО!»

Биз балдардын арасында изилдөө жүргүзгөндө, биринчи номердеги даттануу ата-энелери аларды «укпай турганы» болду. Ошол кезде биз күлкүбүздү тыйып турдук, анткени ата-энелер өздөрү да ушуну айтып даттанышчу.

Чындыгында, ата-энелердин көпчүлүгү балдары өз сезимдерин билдиргенге сараң болбошун абдан каалашат. Эгерде бизде алар менен маектешүү мүмкүнчүлүгү жаралса деле, акыркы жыйынтыгында баары: «Сен мени түшүн-

бөй жатасың» же болбосо «Сен мени таптакыр укпайсың» деген айыптоолор менен бүтө турганын айта элекпиз.

Бул, биздин оюбузча, алардын айтканы таптакыр логикага жатпайт жана байланышуу кыйынчылыгын жеңип чыгууга мүмкүн эмес, бул нерсе бизди ушунчалык ачууландыргандыктан балдарыбызды укканга кандайдыр-бир аракет кылганыбызды токтотобуз. Эгерде бул аракеттер аларга керек эмес болсо, эгерде бул аракеттерден эч кандай майнап чыкпаса, өзүбүздү оттон алып, чокко салганыбыздын эмне кереги бар?

Бирок жакшы жаңылык да бар: чындыгында, биздин чырпыктарыбыз биз менен мамилелешкиси келет. Жаманы — алардын муну кылбаганы, өз ичине жашырынып алып, сөзүбүзгө каршы жооп кайтарышат, анткени алардын ою боюнча, биз укканды билбейбиз.

*Бирок жакшы жаңылык да бар:
чындыгында, биздин чырпыктарыбыз
биз менен мамилелешкиси келет.*

Биздин маектештерибиз бул тууралуу оюн канчалык так билдиришкенин карап көрүңүзчү:

- «Ата-энем мени укпайт, анан эмоцияларымды жашырып коюшума туура келет. Эгерде сиз балдарыңызды уксаңыз, алар сизге ачык айтышат».
- «Атам менин кайсы-бир нерсеге канчалык катуу түйшүк тартаарымды түшүнбөйт жана менин проблемамды кантип чечүү керектигин билбейт».

Келтирилген бул эки цитатада бул бөлүмдүн бүт мааниси камтылган: балдар биздин угуубузга муктаж, бирок биздин сүйлөшүүлөрүбүз пайдалуу болсун үчүн муну кантип ишке ашырууну билишибиз керек. Бул багыттагы биринчи кадам, — андан биз көбүнчө качкыбыз келет, — алардын тынымсыз өзгөрүп турган сезимдерин түшүнүш үчүн бардык күчтү жумшоо.

Келиңиз, муну дагы кененирээк карап көрөбүз.

ӨСПҮРҮМДӨРДҮ КАНТИП ТУУРА УГУУ КЕРЕК

Келиңиз, балдар биз менен чын эле ачык сүйлөшкүсү *келерин*, бирок өздөрүн кармап турарын жана кээ бир мезгилде үмүтү үзүлгөндүктөн, анткени алар бизди укпайт деп ишенишет, кандай

аракети болбосун токтотуп коюшары жөнүндөгү фактыны жөн гана кабыл алалы. Алар минтип айтканда эмнени түшүндүргүсү келет?

«Сен мени укпайсың» = «Сен менин эмнени сезип турганымды түшүнбөйсүң»

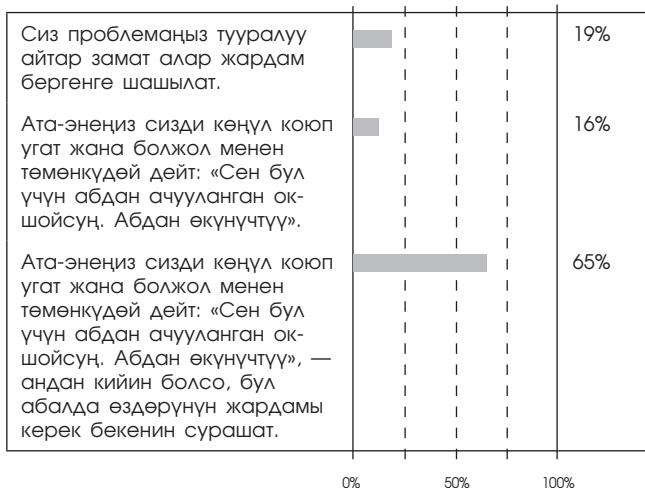
Анда балдар үчүн угуу деген баарынан мурда алардын кайсы-бир проблема жөнүндөгү сезимин түшүнүүнү жана кабыл алууну билдирет тура. Сиз бизге ишенбешиңиз мүмкүн, бирок бул Джефф жана мен (Шонти) экөөбүз «Өзгөчө жашыруун: эркектерге аялдар тууралуу» деген китебибизде жазган нерсенин дал өзү. Көптөгөн аялдар биринчи кезекте өзүнүн сезимдери жөнүндө айткысы келерин, андан кийин гана проблеманын конструктивдүү чечилишине киришерин биздин изилдөөлөрүбүз көрсөткөн. Ошондуктан биз балдар да, кыздар да биринчи кезекте өзүнүн эмоциясын чыгарып таштагысы келерин айтканда анчалык таң калган жокпуз.

Өнүгүүнүн кайсы этабында балдар өзүнүн сезимдери үчүн анча кам көрбөй турган жана болгону (жагымдуу акырын үн менен): «Сага кантип жардам береримди гана айтып койчу» — деп айткан эркекке айланарын биз так билбейбиз. Бирок

эң аз дегенде он жети жашка чейин (изилдөөдө орнотулган жаш курак чегі) алар да кыздар сыяктуу эле өзүнүн сезимдери жөнүндө ачык айтуу мүмкүнчүлүгүнө муктаж болушат.

Өспүрүмдөргө тиешелүү болгон проблемалар менен ата-энелер кантип күрөшүүсү керек деген суроону бергенде балдардан кандай таң калыштуу жыйынтыктарды көргөнүбүздү карап көрүңүзчү:

Мектептеги мугалимиңиз сизге карата адилетсиз мамиледе болгонун элестетип көрүңүз. Эгерде сиз бул тууралуу ата-эңеңизге айтсаңыз, анын кандай реакция кыларын көбүрөөк каалайт элеңиз? Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Сурамжылоо жүргүзүлгөн он баланын (балдар менен кыздар) ичинен сегизи дароо жардам бергендин ордуна өздөрүн көңүл коюп угуп, боор ооруганын артык көрүшмөк. Ошондон кийин гана балдар өзү айткандай, жардам керек бекенине кызыгышы керек.

**«Сен мени укпайсың» =
«Менин эмнени сезип турганымды
түшүнүшүңө сенин эмоцияларың
тоскоол болуп жатат»**

Алгач угуп, анан балаңыз эмнени сезип турганын түшүнгөнгө аракет кылуу эмне үчүн ушунчалык маанилүү экенин билесизби? Себеп ал ушул тапта турган эмоционалдык абалда. Үй-бүлөлүк консультант Джули Кэрбери көзөмөлгө алынбаган эмоциялардын бийлигинде болуу өспүрүм үчүн нормалдуу көрүнүш экенин айтат. Бул нерсе сиздин балаңыздын кандайдыр-бир «стандарттуу эмес» экенин же болбосо ал өзүнө көңүл бурдурганга аракет кылып жатканын билдирбейт. Балдар бизге бул эмоциялар өздөрүн да коркутарын, абалды көзөмөлдөө жөндөмүнөн жана маектешин тынч отуруп угуу мүмкүнчүлүгүнөн ажырата турганын айтышты. Ошону

менен бирге алар сизде да ушундай нерсе болуп жатканын көрсө, анда сизге ишеним арта алышпайт.

Бул комментарийлерден көрүнүп тургандай, эгерде биз өзүбүз деле эмоциялардын бийлиги астында турсак, аларды уга албай турганыбызды божомолдошот.

- «Атам мени бир саат бою жемеледи, анткени мен ал чалганда албай калыптырмын. Түшүндүрүүлөрүмдү укпастан, мени эч кандай жөнү жок эле жазалашты».
- «Менин атам адатта айткандарымдын кайсы-бир бөлүгүн гана угат. Ал менин кыйкырганымды угат да, дароо чечим чыгарып, мага каршы чабуул жасайт. Эмне болгонун ал жакшы билбей туруп эле ачуулана баштайт. Ал мага түшүндүргөнгө мүмкүнчүлүк бербейт, а бул нерсе болсо мага ушунчалык керек! Бул нерсе менин абалымды начарлаткандан башкага жарабайт».

Балдар дайыма эле проблеманын конструктивдүү чечилишине келе албашын эстеп жүрөлү. Акыркы сөздү айткан жигит өзүн коерго жай тап-

пай турган кезде анын атасы тынч турушун каалаган, аны менен кошо өзүнүн айткандарында эч кандай ирээттүүлүктү байкаган эмес.

**«Сен мени укпайсың» =
«Сен мени менен сүйлөшкөнгө
чейин эле тыянак чыгарып
койгон окшойсуң»**

Балдар ата-энесинин баланын пикирин укпай эле даяр жоопту бере салганын көрүп (бул жазалоого да тиешелүү), ата-энелерге балдардын сезимдери кызыксыз деген чечимге келишет. Бул тууралуу биздин катышуучулар көп жолу айтышты:

- «Ата-энем мени укпайт. Алар: «Сен муну-муну кылганыңды билебиз. Унчукпа да, бөлмөңдө жөнө!» — деп айтышат. Оюмду акырына чейин айтканга эч качан уруксат беришпейт. Бул жөнүндө айтканга аракет кылсам да, алар мени түшүнбөйт, өз ойлорун да баары-бир өзгөртүшпөйт.
- «Эмне болгонун жөнү менен түшүнбөй туруп ле катуу жазалашат. Албетте, бул бизди козголоң көтөргөнгө чакырат! Биздин түшүндүрүүлөрүбүздү укпай туруп эле достору-

буз менен мамилелешүүгө тыюу салгандын ордуна биз менен сүйлөшүүсү керек».

«Сен мени укпайсың» = «Сага менин көз карашымды көңүлгө алгандын ордуна өзүңдүкүн далилдөө маанилүүрөөк»

Көбүнчө балаңызды туура эмес кылганына ишендиргенге аракет кылып жатканда мен-менсинген тонго өтүп кетериңизди байкадыңызбы? Балдар бул монологдун пайда алып келбей турганын, алар болгону ата-энесине болгон шектенүүсүн арттыра турганын айтышат. Алардын ою боюнча, ата-энелер өзүнүн көз карашын билдиргенди гана күтүп турушат, а балдардын пикири болсо аларга баары бир.

- «Атам: «Сага эмне үчүн мындай кылбаш керектигин түшүндүргүм келген» — деп айтканда, мен ошол жерде өлүп бергим келет. Бул сүйлөшүү узакка созуларын билемин, а мага болсо анын эки мүнөтү гана жетиштүү».
- «Ата-энелер балдарына узун философиялык талкуулардын кереги жок экенин түшүнүшүпөйт. Же болбосо узун тарыхый окуялардын кереги жок. Алар бизди толугу менен угуп, андан кийин керектүү кыска жоопту же түшүн-

дүрүүнү берсе болду. Андай болбосо биз алардан чыккан үндөрдү жана сырдык сөздөрдү гана утабыз.

**«Сен мени укпайсың» =
«Биздин мамилебизге караганда
эрежелердин аткарылышы
сени көбүрөөк кызыктырат окшойт»**

Башка эң акыркы чеги — балдардын (адилеттүү түрдөбү же жокпу) ийкемдүүлүк жок деп эсептегени, ашыкча катаалдык же болбосо жазанын себебин түшүндүрүүнү каалабагандык, ата-энелерди өз баласы менен болгон мамилесин сактап калуу эмес, эрежелердин аткарылышы көбүрөөк кызыктырат деп ойлогону.

Өспүрүмдөрдүн бири оюн мындайча билдирди: «Бизди жазалашканда абдан көптөгөн балдар ата-энелерин жөн гана уккусу келбейт жана кылык-жоруктун натыйжасын жайбаракат айтып бергиси келбейт, же болбосо эмне үчүн жазалоону чечкенин түшүнүктүү кылып түшүндүргүсү келбейт деп сезишет. Балдар чындыгында эле ата-энесинин өздөрү менен бардыгын талкуулашын жана абалга кайсы-бир эреженин негизинде эмес, баланын көз карашы менен карашын каалашат».

**«Сен мени укпайсың» =
«Сага ишене аларымды билбей турам»**

Балдар жашоосунда болуп жаткан нерселерди кимдир-бирөө менен бөлүшүшү керек. Жада калса эң түнт балдар деле мамилелешүүгө муктаж болот. Маселе алардын *ким менен* мамилелешкиси келгенинде. Балдардын көпчүлүгү ата-энелери менен сүйлөшкүсү келерин, жок дегенде кээ-кээде сүйлөшкүсү келерин билдиришкен.

Бирок бир жигит мунун канчалык кооптуу экенин түшүндүрдү: «Ата-энеңе ачык айткың келет, анткени эгерде чынын айта турган болсоң, алар сени жазалашпайт. Бирок эгер кайсы-бир нерсени айтпай койсоң, кийин алар бул тууралуу билип калса, түгөндүң дей бер! Чындыгында эле, сүйлөшүүнү баштоо жана ата-энелерге ишеним көрсөтүү абдан кыйын».

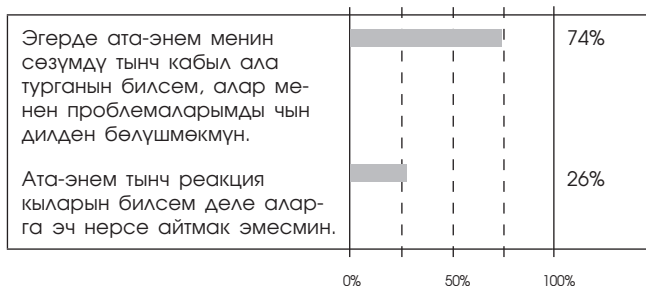
**«Тынчтык, бир гана тынчтык!»
(Башкача айтканда: алай-дүлөй түшкөн
эмоцияларга «жол жок»!)**

Балдардын ата-энелери менен мамилелешүү кыйын экенин айткандарын угуп жатып, алардын биздин реакциябызды түшүнгөнгө аракет кылган кичинекей коркок бутуга абдан окшош

экетин түшүндүк. Биздин эмоцияларыбыздагы бир аз ашыкчалык да аларды качканга жана кийинки жолу дагы да этияттык менен келгенге мажбур кылат.

Сурамжылоо жүргүзүлгөн балдардын үч бөлүгү эгерде алар ата-энеси тараптан тынч реакцияга кабыларын билсе, ата-энеси менен мамилелешкиси келе турганын айтышкан.

Көптөгөн өспүрүмдөр проблемаларын ата-энелери менен бөлүшкүсү келерин, бирок алардын алай-дүлөй түшкөн реакциясын көргүсү келбегендиктен мындай кылбай турганын айтышат. Сиз бул жөнүндө кандай ойлойсуз? Жооптун бир вариантын тандаңыз.



Сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн бири мындай деди: «Ата-энем менен көбүрөөк мамилелешсем, кубанычта болмокмун. Мен алар менен баар-

лашууга муктажмын, бирок алар менин жан дүйнөмдө болуп жаткан нерселерди тынч кабыл алышпайт деп корком».

Биздин эмоцияларыбыздагы бир аз ашыкчалык да аларды качканга жана кийинки жолу дагы да этияттык менен келгенге мажбур кылат.

**Жакшы жаңылыктарды
да жай кабыл алуу керек**

Позитивдүү эмоцияларды деле жарыла билдирүү балдарды көнгөн жолунан адаштырып коеруна ишенесизби? Абдан активдүү көрсөтүлгөн колдоо биздин кичинекей бугуларыбызга жакпайт.

Мен (Лиза) муну кыздарымдын бири мага тааныш жигит жөнүндө: «Мага али жигиттер менен жолугушууга мүмкүн эмес экенин билемин, бирок мүмкүн болгон учурда мен алар менен абдан достошкучу келет» — деп айтканда түшүнгөмүн.

«Бул сонун да! — дедим мен. — Ал мага абдан жагат!»

Ал дароо: «Сен буга жарыла реакция кыларыңды билгенмин» — деди.

Мен ооз ача албай калдым. Бирок биздин су-роолордун бирине жооп берип жатып, балдардын жарымы бул абал, албетте, өтө ашыкча реакция-нын үлгүсү экенин айтышты. Ошондой эле биз-дин сүйлөшүүлөрүбүздө да балдар ата-энелердин ар түрдүү эмоцияларды күчтүү сезим менен бил-диришкени туура эмес экенин бекемдешти. Бул нерсе балдарга гана мүмкүн, түшүнүктүүбү?

Бир өспүрүмдүн түшүндүрүүсү бизди жыл-майганга мажбур кылды: «Бул ар түрдүү күчтүү эмоцияларга тиешелүү, анын ичинде жакшы жа-ңылыктарга болгон жоопко да. Балдар өзүнүн ата-энесине: “Сен бул абалга абдан эмоционалдуу реакция кылып жатасың” — деп айтышпайт. Алар: “Мунун эмнеси өзгөчө экен?” — деп коюшат».

Балдар өзүнүн ата-энесине: “Сен бул абалга абдан эмоционалдуу реакция кылып жатасың” — деп айтышпайт. Алар: “Мунун эмнеси өзгөчө экен?” — деп коюшат».

Башка бир кыз болсо мындай кеңешин бер-ди: «Ата-энелер, оор басырыктуу болгула! Эки жума мурда апама өткөн жылы биринчи жолу өбүшкөнүмдү айтып бердим. Сөздүн арасында:

“Ооба, өбүшсө болот” — деп кошумчалай кеттим. Ал: «Эмне? Сен өбүштүңбү? Эмне үчүн мага айткан жоксуң? — деп кыйкырды. — “Эмне үчүн болмок эле? Анткени сен ушинтип кыйкырмаксың, мына ошол үчүн”».

Ишеним жок болгондо

Ата-энем мени укпайт же аларга өзүңдүн асыл ойлоруңду ишенип айтканга болбойт деп ойлогон бала аларга келип өз проблемасын айтып берүү оңой болбостугу таң калыштуу эмес. А эгерде балдар ата-энеси менен мамилелешпей койсо, мунун натыйжасы абдан кайгылуу болушу мүмкүн, анткени акыр-аягында өзүнүн проблемалары менен бөлүшө турган кимдир-бирөөнү таап алышат.

Биздин сурамжылоого катышкан бир кыз төмөнкү окуяны айтып берди:

Менин досум ата-энеси менен ачык сүйлөшө алчу эмес, ошондуктан ал өзүн кыйнаган азгырыктарды таажеси менен сүйлөшүүнү чечти. Таажесинин көз карашы анын ата-энесиникинен башкача болчу, анан ал жээнине бойго болтурбоочу таблеткаларды берди! Досум өмүрүндө ага эч ким мынчалык күчтүү жардам бербегенин айтты. Бирок мен баары бир: ал өз ата-энеси менен сүйлөшө албаганы,

алардын ортосунда өз проблемасын түшүнүүгө жана чечүүгө жардам берген, алардын үй-бүлөлүк баалуулуктарына көбүрөөк төп келген ишенимдүү мамиленин болбогону канчалык өкүнүчтүү деп ойлодум.

«МЕН СЕНИ УГУП ЖАТАМ» — БУЛ СӨЗДӨР СИЗДИН БАЛАҢЫЗГА ЭМНЕ ЖӨНҮНДӨ АЙТАТ?

Биздин балдар туш болгон бардык кыйынчылыктарды жана азгырыктарды эске алганда, алардын биз менен сүйлөшсө жана өздөрүнүн сырларын айтса болоруна ишенгени *маанилүү*. Аларды түшүнө турганыбызды жана ачык айткан сөздөрү өзүнө эч кандай жагымсыз натыйжаны алып келбей турганын билиши керек.

Бактыга жараша, алар биздин угуп жатканыбызды кайсы белгилердин жардамы аркылуу билишерин айтып беришти. (Бир мисалды биз жогоруда келтирип өттүк.)

1. Көңүлүңүздү балаңыздын сезимдерине буруңуз

Сезимдерге көңүл буруу маектешиңиздин сизди көңүл коюп угуп жатканын дагы ачыгыраак бил-

дирсе керек. Бирок ошого карабастан балдарга муну ачык айтуу кыйын болду. Биз мындай абалга «Өзгөчө жашыруун: эркектерге аялдар туура-луу» деген китебибиз үчүн изилдөө жүргүзгөн учурда туш болгонбуз, ошондуктан дароо эле кайрадан: «Биз өзүбүз сезип жаткан нерсе жөнүндө айтып беришибиз керек» деген сөздү угабыз деп түшүндүк.

***Балдардын сезимин жокко
чыгарбаңыз — тескерисинче
аларга көңүл буруңуз***

Өспүрүмдөр көбүнчө өздөрүнүн сезимдерин эмоция аркылуу же ата-энесине таарынган абалда билдиришет. Ошондуктан ата-энелер көбүнчө бул сезимдерди жокко чыгарганды артык көрүшөт жана балага кантип жардам берүү керектигин түшүнүш үчүн өзүнүн көңүлүн проблемага бурушат. Биздин кеңири масштабдуу изилдөөбүз, тескерисин, атап айтканда: бир аз убакытка проблемадан алыстап, баланын сезимин жокко чыгарбастан, аларды талкууласак пайдалуураак болорун көрсөттү.

Балдар ата-энесинен кандай реакцияны күтөрү жөнүндөгү суроонун жообунан көргөнүбүздөй

(180-бетти караңыз), балдардын басымдуу бөлүгү проблеманын чечилишин сунуш кылардан мурда ата-энелер баланын сезимин талкуулап көрүшүн каалашкан. Ушуга окшош суроого бир аз жашы чоңураак аудитория (ал канчалык чоң болгон сайын бул жөнүндө көбүрөөк айтылды), эгерде ата-энелер баланын сезимине көңүл бурса, балага жардам бериш үчүн чын эле кызыгуу көрсөткөнүн далилдей турганын билдиришти. А проблеманын чечилиши үчүн тикеден-тике көрсөтүлгөн жардам керек болушу да, керек болбой калышы да мүмкүн. Балдар эмне деп айтканын угуп көрүңүзчү:

- «Мени угушса эле болду. Ошонун өзү жетиштүү».
- «Баарын өзүмдө сактап калбаш үчүн ичимдегини төгүп алганым маанилүү. Бул абдан пайдалуу жардам».
- «Кээде жөн гана көңүл коюп угуу менен проблеманын чечилишине жардам берген болосуң».
- «Сени толкунданткан нерсе жөнүндө айтканыңда баарын башкача көрөсүң жана баары өзүнөн-өзү чечилип калат».

**Мүмкүнчүлүккө жараша
балаңызга ал ушундай
эмоцияларды көрсөткөнгө укуктуу
экенин көрсөтүңүз**

Демек, жакшы угуучунун биринчи реакциясы өспүрүмдүн сезимине көңүл буруу болушу керек. Бирок балага биздин боорукердик көрсөткөнүбүз дагы көбүрөөк жардам берет. Андан бетер балдар өзүнүн сезимдери таң калыштуу же нормалдуу эмес сезимдер эмес экенин укканда абдан кубанычта болушат. Алар ата-энелеринин ичиндегисин айтканга гана жардам берип тим болбостон, алардын сезимдери толугу менен акталарлык сезим экенин түшүндүргөнүн көрүүсү абдан маанилүү.

Бир акылман эне уулу агасы менен жаңжалдашып калгандан кийин өзүнүн түшүнүүсүн мындай билдирди: «Скотт, сенин жеке дүйнөң сен үчүн абдан маанилүү экенин көрүп турам. Буюмдарыңа эч ким тийбеши үчүн өз бөлмөңө кулпулап салгың келер эле, туурабы? Эмне дейин, мен муну түшүнөм, мен дагы үй-бүлөбүздөгү кээ бир буюмдарга эч ким тийбешин абдан каалар элем».

2. Балдар өзүн каптап турган сезимдеринен жашына алышы үчүн аларга тынчтануу аралчасын уюштуруп бериңиз

Бул адилетсиздей көрүнүшү мүмкүн, бирок алар өзүнүн эмоциясына эрк берген учурда деле биз балдарды түшүнгөнүбүзгө ишендириш үчүн тынч бойдон калышыбыз керек. Өспүрүмдөр менен жүргүзүлгөн көптөгөн сүйлөшүүлөрдөн кийин мындай реакция алардын ашыкча эмоционалдуулугунан эле эмес, олуттуу ички чыңалуулардан улам да болорун түшүндүк. Өспүрүм проблемага же конфликтке дуушар болгондо, ал катуу тартылган пружинага айланып калат, анан бул чыңалууну ал акыл калчап ой жүгүртө баштаган абалга келгичекти акырындык менен жеңилдетүү керек.

Эгерде алардын кайнап турган эмоциясын чыгарып алышына жол берсек жана аларды бул үчүн соттобосок, балдардын жеңилдеп алышына жардам берген болобуз. Бирок алар азырынча жаны кыйналып турат, ошондуктан биз тынч болуп, өз сезимдерибизди көзөмөлгө алып турушубуз керек.

**Сиз канчалык тынчтыкты сактаганга
мүмкүн болсо, ошончо сактап
жатканыңызды алар көрүшү керек**

Өзүбүздү кармап туруу канчалык оор болсо да, эсиңизде болсун, балдардын сөзү боюнча, биздин тынч турганыбыз чын эле аларды укканга даяр экенибизге ишендирет. Албетте, биз дайыма эле толук тынчтыкты сактай албайбыз жана ачууланган сезимибиз боюнча кээде балдардан аша түшөбүз. Бирок биздин өзүбүздү кармаганга болгон аракетиниз бардык кооз сөздөргө караганда даана түшүндүрөт жана балдар биздин конструктивдик диалогго камданганыбызды түшүнүшөт. Муну алардын өздөрү айткан сөз бекемдейт:

Мен атама марихуананы татып көргөнүмдү айтканымда, ал: «Ооба, муну сен туура эмес кылыптырсың» — деди, апам болсо абдан ачууланды. Алар экөө тең мага туура эмес кылганымды айтышты, бирок муну ар түрдүүчө билдиришти. Эми мен атам менен ачык сүйлөшсө болорун билемин.

Уулун жалгыз бой тарбиялаган башка бир эне уулу менен ишенимдүү мамилени кура алган. Ал баласынын туура эмес кылык-жоругуна карабастан, мурдагыдай эле аны укканга даяр экенин

жана өзү үчүн алардын мамилеси канчалык маанилүү экендигин көрсөткөн. Анын уулу бизге: «Мен өzüмдүн апам жөнүндө баарын айтып бере алам. Анын мага ачууланып турганын жана мени жазалаганга даярданып жатканын көрсөм да, баары бир эмне болгонун жана бул жөнүндө кандай ойлой турганымды айтып беремин».

Ошондуктан жүрүм-туруму менен балдар бизди ичибизден кайнаганга мажбур кылса да, алардын кол жаңсоолору менен мимикасы болсо бизди андан бетер ачууландырса да, тынчтыкты сактоо абдан маанилүү.

Алар өздөрү каалабай туруп, өзүнүн агрессиясынын вербалдык эмес белгилерин билдирип жатышканын түшүнүшүнө жардам бериңиз

Балким, буга ишенүү кыйын болсо керек, бирок балдар өзү билбей туруп бизге өзүнүн агрессиясынын вербалдык эмес белгилерин билдириши мүмкүн. Муну балдар менен өспүрүмдөрдүн психолог адистери да далилдешет. Өзүнүн психотерапевтикалык тажрыйбасында ар бир күнү мындай абалга туш болгон доктор Кэрбери бул жөнүндө төмөнкүдөй кеңешин берет:

Кээ бир балдар өзүнүн турган турпаты жана мимикасы эмне жөнүндө айтып жатканын жана алар билинбей туруп кандай таасирлерди жаратарын билишпейт. Мындай учурда алардын ата-энеси балдарынын көңүлүн буга бурса жакшы болот. Мисал үчүн: «Уулум, сен күчөнгөн абалда отурасың жана адаттагыга караганда катуу жана тезирээк сүйлөп жатасың», — деп айтса болот. Көбүнчө балдар мындай ачылышка таң калышат. Анан алар жеңилдей түшүп, нормалдуу үн менен сүйлөй башташат, ошондо алар менен иштөө жеңилирээк болот.

***Капа кыла турган сөздөрдү
жүрөгүңүзгө жакын кабыл
албаганга аракет кылыңыз***

Албетте, биз балдарыбыздын өз сөзү канчалык жүрөк оорутарын түшүнүшү үчүн тынч жана сылык болушун каалайбыз. Бирок эсиңизде болсун (бул тууралуу балдар өздөрү да айтышат), бала ачууланып турган абалда айткан сөздөргө капа болбош керек. Бир жигит: «Өспүрүм: “Мен сени жек көрөм” — деп айтканда муну жүрөккө жакын кабыл албаш керек. Кийинки күнү ал сизди кайрадан сүйүп калат», — деген кеңешин берди.

3. Балаңызга сизге ишенсе болорун көрсөтүңүз

Ошентип, өздөрү үчүн олуттуу болгон маселени биз менен сүйлөшүшү үчүн балдар бизге ишениши керек, алар өзүн коопсуздукта сезиши керек жана алардын көз карашы менен макул болбой турган учурда деле аларды уга турганыбызды билиши керек.

Ошондуктан тынчтыктан сырткары түшүнүүнү да көрсөтүңүз, а эң негизгиси болсо аларга биз мурунку бөлүмдө айтып өткөн коопсуздук сезимин бериңиз. Балдардын ою боюнча, алар сиз менен ачык сүйлөшө алышы үчүн төмөнкү нерсе жардам берет.

Аларга ишенгенге даяр экениңизди көрсөтүңүз

Кеп олуттуу проблема жөнүндө болуп жатканына карабастан, биздин аларга ишенерибизди көрсө, балдар укканга жана түшүнгөнгө болгон каалообузга ишенишет. Бул жөнүндө бизге төмөнкүлөрдү айтышты:

Эгерде менин ата-энем дайыма сөзүмдү бөлө берсе, сөзүмдү акырына чейин айтканга мүмкүн-

чүлүк бербесе, алар менин сөзүмө ишенбей турганын билемин. Бирок эгерде алар тактай турган суроолорду беришсе, алардын уккандай түр көрсөтүп жатпаганын жана баарын кулагынын сыртынан кетирип, баш ийкеп гана отурбаганын билемин.

Бир өспүрүм айткандай, ата-энелер менен ишенимдүү мамилелешүү баарына пайдалуу:

Ата-энең сага ишенсе, үй-бүлөдөгү абал жакшырат. Эгерде, чындыгында эле, кандайдыр-бир проблема пайда болуп калса, мен өз ата-энеме: «Билесиңерби, кечээ мен туура эмес иш кылып койдум. Бул жөнүндө сүйлөшсөк болобу?» — деп айта алыш үчүн жетишерлик ишене турганымды билемин.

***Балдарыңыз менен үстүртөн
жоопторго ыраазы болбостон
сүйлөшүңүз***

Балдар ата-энелерди көбүнчө алардын үстүртөн берилген жооптору канааттандыра турганын айтышат жана алар өз балдарын түшүнүүнүн эң соңун мүмкүнчүлүгүн колдон чыгарып жиберишет. А бул үчүн болсо болгону башталган сүйлөшүүнү улантыш керек болчу.

- «Биз ата-энебизге ошончо нерсени айткыбыз келет, бирок алар ушунчалык бош эмес болгондуктан алаксыткың келбейт. Эгерде алар биздин сүйлөшүүгө анча камыбыз жок экендей сезилгенине карабастан, жашообузга чын дилден кызыгыш үчүн бир аз убакыт бөлгөндө, бул бизге абдан жардам бермек».
- «Ата-энелер адатта ийне-жибине чейин териштирбейт жана балдардан эмне жөнүндө ойлоп жатканын айтып беришин талап кылбайт. Болгону алар кээде көбүрөөк суроо берип, бизге көбүрөөк убакыт бөлүшү керек, анан биз баарын көңүлдөгүдөй айтып беребиз».

Ошондой эле балдар бизге баарын көбүрөөк айтып бергиси келиш үчүн алар менен кантип сүйлөшсө болору тууралуу кеңештерин да беришти:

«Бул күн кандай өттү?», «Жумуштарың кандай?» деген суроолор анча төп келбейт, анткени алар үстүртөн жоопторду талап кылат. А эгерде бул же тигил жумуш кандай болуп жатканын сураса, анда толугураак жооп талап кылынат. Андан сырткары, ата-энелер биздин коопсуздугубуз үчүн абдан тынчсыздана турганын жакшы билебиз, бирок биз кайсыл жакта ушунча кеч кармалып

калганыбызды ачыктап жатканда коркутуучу тон менен жагымсыз сурактан качып өтсө да болот. Эгерде сүйлөшүүгө жакшы старт берилсе, бул биздин ичибиздегини толук айтканга жана ата-энебиз баары бир сурай турган нерсе жөнүндө чынын айтып беришибизге жардам бермек.

*Балдар ата-энелерди көбүнчө алардын
үстүртөн берилген жооптору
канааттандыра турганын айтышат
жана алар өз балдарын түшүнүүнүн эң
сонун мүмкүнчүлүгүн колдон чыгарып
жиберишет.*

Алардын жеке дүйнөсүнө сый-урмат менен караңыз

Муну балдар бир добуштан колдошту: эгерде бизде алар менен ачык мамилелешүү мүмкүнчүлүгүбүз болушун кааласак, мунун эмне үчүн ошончолук маанилүү экенин түшүнбөсөк деле алардын жеке дүйнөсүнө, ошондой эле досторунун ой-пикирине сый-урмат менен карашыбыз керек. Бир өспүрүм муну минтип түшүндүрдү: «Ата-энеме мага жаккан адамдар жөнүндө айта албайм, анткени мунун натыйжасы мен үчүн жагымсыз болуп калышы мүмкүн экенин сезем: ата-энем

досторумдун көзүнчө ошол темада мени менен тамашалашып калышы мүмкүн. Алардын юморлору мага жагат, бирок алар этияттап тамашалашы керек, антпесе мен аларга эч нерсе айтпай коём».

Бактыга жараша, биз көптөгөн ата-энелердин балдар үчүн маанилүү болгон нерсеге көңүл буруп мамиле кыла турганын уктук. Бир кыз мындай деди: «Мен ата-энеме бардык нерсе жөнүндө эркин айта алам, анткени алар сырды сактай ала турганын көрсөттү».

БАРДЫК АРАКЕТТЕРИҢИЗ ҮЧҮН БЕРИЛЧҮ СЫЙЛЫК – БАЛАҢЫЗ МЕНЕН БОЛГОН ЖАН ДҮЙНӨЛҮК ЖАКЫНДЫК

Зымырык куштай учуп өтүп жаткан күнүмдүк жашоодо балаңызга өз сүйүүңүздү жана кам көрүүңүздү көрсөтүүнүн утууга болгон чыныгы каалоодон жана балдарыңызды түшүнүүдөн өткөн жакшы ыкмасы жок. Ошондой эле алар чоңоюп келе жаткан жылдарда коштоп жүргөн белгисиздик, шектенүүлөр жана толкундануулар менен күрөшүп жаткан өспүрүмдөр үчүн ата-энелери өздөрүн дайыма түшүнө турганына ишенгенден өткөн баалуу нерсе жок.

Аягында дагы бир мисал — бул жолу жакында үйлөнгөн жыйырма эки жаштагы чоң адамдан, ал бизге ата-энесинин аны уга билген жөндөмү жана акылмандыгы ага жигитчилик жылдарында кандай жардам бергенин айтып берди:

Мектеп жылдарында мен атам менен бардык проблемаларым тууралуу сүйлөшө алчумун. Бул менин жашоомдогу эң сонун нерсе болчу. Жада калса, мен ага порнографияга болгон кызыгуум жөнүндө, мүмкүн болгон бардык нерсе жөнүндө айта алчумун. Ал эч качан бул нерсе аны тынчсыздандыра турганын көрсөткөн эмес.

Мисал үчүн, онунчу класста окуп жатканда мен салттуу эмес сексуалдык багыттагы адам болорумду олуттуу түрдө ойлоно баштадым. Мен келишимдүү жигиттерге карап, аларга көз артчумун. Эми мен бул куракта жигиттер өзүн карама-каршы жыныстагы адам менен толук идентификациялай албай турганын, ошондой эле эмне үчүн аларга башка жигиттердин сырткы көрүнүшү жага турганын дайыма эле түшүнө беришпей турганын билемин. Ошондо мен сүйлөшө ала турган жападан-жалгыз адам — атам экенин билчүмүн. Ал менин нормалдуу өнүгүп жатканымды жана мендеги мындай сезимдерди болгону көрө албастык кыймылга келтирип жатканын түшүнүшүмө жардам берди. Ал мага минтип айтты: «Тынчсызданба,

уулум. Сен гомосексуалист эмессиң. Сен болгону алар сыяктуу жакшы көрүнгүң келет, бул нерсе сенин колундан келет. Сен буга жете баштадың».

Анан мен дароо тынчтанып калдым. Атам менен сүйлөшө аларыма абдан кубандым, ал болсо мени укканга жана мен муктаж болгон кеңешти бергенге даяр болчу.

Бул атага өз уулуна жардам бериш үчүн окумуштуулук даража же атайын илимий билимдин кереги болгон эмес. Ал болгону баласынын жүрөгүндө болуп жаткан ачылыштарды уккан жана анын бардык нерсеси жайында экенине ишендирген. Андан бетер ал ишенимдүү мамилени орното алгандыктан уулу эң биринчи кезекте атасына кайрылууну чечкен. Сиздин үй-бүлөңүздө эмне болуп жатканына жана сиздин үйүңүздө жашаган нерв жана сезимдердин түйүнчөгү менен мамилеңиз кандай экенине карабастан бул атанын жолун жолдоо эч качан кеч болбойт.

АЛАРДЫН ЖҮРҮМ-ТУРУМУНА КАНДАЙ РЕАКЦИЯ КЫЛУУ КЕРЕК?

*Маанайдын өзгөрүшү
өспүрүмдөрдүн ички коркунучу
жөнүндө эмнелерди айтат
жана алардын өзүнө ишенген
адам болушу үчүн кантип
жардам берүү керек*

*Биз кабыл алынгыс жүрүм-турум
катары кабыл алган нерсе өзүнө
ишенбөөчүлүктүн далили болушу
мүмкүн. Бирок эгерде баланын
коркунучу менен активдүү күрөшө
турган болсо, анда бул анын өзүнө
болгон ишениминин артышына
жана ата-энеси менен башка
адамдарга көбүрөөк сый мамиле
кылышына жардам берет.*

Кээде баланын жүрүм-туруму эң акылдуу ата-энени деле акылынан адаштырат.

Мисал үчүн, сиз балаңыздан таштандыны төгүп келишин суранасыз, бирок сиздин өтүнүчүңүздү орундаткандын ордуна ал тарелкасына үңүлүп отура берет. Сиз өтүнүчүңүздү катуураак кайталайсыз, ал болсо: «Макул, болуптур» — деп бурк этет да, отургучту түртүп жиберип, таштанды салынган капты алат да, гаражга алып барат, анан сиз таштанды челектин капкагынын калдырап жабылганын угасыз.

Ал кайтып келгенде: «Бир нерсе болдубу?» — деп сурайсыз. Ал башын чайкайт. Сиз мажбурлай баштайсыз, ал башын жерден көтөрүп, түнөргөн жүзү менен сизге карайт да, кескин түрдө: «Мен баары жайында дедим го. Мени өз жайыма койчу», — деп айтат. Ал кетет, анын бөлмөсүнөн чыккан үндөрдү укканда кезектеги компьютер оюнундагы монстрлар анын түшүнүксүз ачуулануусунун курмандыгы болуп жатканын түшүнөсүз.

Башка бир мисалды келтирели. Издер калып кетпеши үчүн унааны кантип жуу керектигин кызыңызга көрсөткөнгө аракет кылып жатасыз

дейли. Кокусунан ал губканы ала коюп, кый-кырат: «Макул, болуптур, мен түшүндүм!» Сиз таң калган бойдон ага жооп бериш үчүн ооз ачканыңызда, ал кайрадан сөзүңүздү бөлөт: «Ооба, билем, билем! Мен керектүү сый-урматты көрсөтпөйм! Көрсөтмөлөрдү айттыра берип сени кыйнап жибербеш үчүн, өз бөлмөмө өзүм эле кетип калам!»

Сиздерде ушуга окшогон абалдар болду беле?

МУНУН БААРЫНЫН АРТЫНДА ЭМНЕ ТУРАТ

Көпчүлүк ата-энелер үчүн баланын ачууну козгогон жүрүм-турумунан өткөн жаман нерсе жок. Биз ошол чакчайган көздөрдү, текебер турпатты же түнөргөн нааразылыкты көргөнүбүздө кыжырыбыз кайнай баштайт жана анын текебердигинин мизин кайтаргыбыз келет.

Ооба, биз балдарыбыздын өзүнө ишенген адам болуп чоңоюшуна жардам бергибиз келет. (Теңир аларга ким болууну буюрган болсо.) Бирок анда биз алардын өзү айткан сөзү менен кылык-жорутун көзөмөлдөй алышына жардам беришибиз керек. Изилдөөлөрүбүздүн жүрүшүндө өспүрүмдөрдүн ачууну келтирген мындай жүрүм-туруму болгону алардын чоңоюу жолунда басып өтүшү

керек болгон терең жашырылган ишенимсиздигинен жана коркунучунан кабар берерин билгенибизде абдан таң калдык.

Өспүрүмдөр менен болгон мамилелешүү-бүз бул проблеманын чечилишинин кээ бир вариантын бөлүп алганга жардам берди, ал варианттар убакыттын өтүшү менен ата-эне менен баланын ортосундагы мамилени жакшырта алат. Бул билим менен куралданган биз ички туруксуздуктан гана качып кутулбастан, аны менен активдүү күрөшө алабыз, балдарыбызда өзүнө болгон ишенимди калыптандырабыз.

Албетте, биз балдарыбызга канчалык акылмандуулук жана чыдамдуулук менен мамиле кылганыбызга карабастан, бул нерсе алардын биз менен мамилелешүү манерасына таасир этпейт. Бирок жаңы билимдерибизди колдонуп, алардын өзүбүзгө сыйлуураак мамиле кыла билишине жардам бере алабыз.

Жыныс мааниге ээ

Мен (Шонти) өзүмдүн «Өзгөчө жашыруун: аялдарга эркектер тууралуу» деген китепте жазган ачылыштарым тууралуу аудитория менен бөлүшкөнүмдө, дээрлик ар бир жолу мага бир эле

суроону беришет: «Сиз аялдарга караганда эркектер көбүрөөк сый-урматка муктаж экенин жана жан дүйнөсүнүн тереңинде өзүнүн инсандыгы толук кабыл алынбастыгынан коркот деп айтасыз, бирок мунун менин уулума кандай тиешеси бар?»

Бул китеп да эң башында ушул татаал суроого жооп катары жаралган. Ата-энелерге түшүнүксүз себептерге карабастан, жүрүм-турумдар баланын жынысынан көз каранды эмес, биз балдардын жана кыздардын керектөөсүндөгү бир канча маанилүү жана шексиз айырмачылыктары менен жана жыйынтыгында жаман жүрүм-турумга алып келген ички проблемаларына туш болдук.

Биз кантип мындай чечимге келдик

Биз бул суроону абдан кылдаттык менен жана көңүл коюп изилдеп чыктык. Балдар менен кыздардын ар түрдүү керектөөлөрү жөнүндө эскергенде кыздар көбүнчө адаттагы скептицизмди көрсөтүштү. Ошого карабастан биз бардык философиялык көз караштарды артка калтырып, алардын кээ бир суроолорго берген жоопторун анализдеп чыктык, анан бизге анык тенденциялар дароо көрүнүктүү боло түштү.

Биз балдар менен кыздарды эки жумушчу тобуна бөлүп, ар түрдүү кабинеттерге отургуздук, аларга өздөрүн эмне тынчсыздандыра турганы жана эмне өзүнө болгон ишенимди тартуулай турганы жөнүндөгү окшош суроолорду бердик, анан жоопторду тактадык. Бул жумуштун жүрүшүндө балдар кыздардын эмне деп жооп бергенин билишкен жок, тескерисинче, кыздар да билген жок. Анан биз жыйынтыктарды салыштырдык. Ошондо жыныстык теңдиктин эң күчтүү колдоочулары деле тынчтанып калышты, анткени жооптордун айырмачылыгы айдан-ачык көрүнүп калган.

Бул бөлүмдүн балдар менен кыздарга арналып жазылган бөлүктөрүндө биз кайрадан текшерип чыккан сурамжылоонун жыйынтыктарын көрө аласыз*.

Сурамжылоонун жыйынтыгы боюнча он баланын ичинен жетиси баарынан мурда өзүнө болгон урмат-сыйды, алардын жөндөмүнө болгон ишенимди жана алар өз алдынча жеткен нерсени

* Жалпы изилдөө үчүн биз суроодогу бул же тигил жол менен сүйлөөчүнүн жынысын көрсөткөн кээ бир сөздөрдү алып салдык. Изилдөөнүн толук жыйынтыгы биздин сайтка киргизилген. — *Авт. эскер.*

колдошорун көргүсү келерин билдиришкен. Он баланын ичинен алтысы эң оболу ийгиликсиздикке учурагандан, алсыз болуп көрүнгөндөн же байкуш болуп сезилгенден, өзүнө карата сыйлабастыкты же кабыл албастыкты көргөндөн коркушарын айтышкан.

Тескерисинче, он кыздын ичинен жетиси өзүн сүйүктүү, керектүү жана өзгөчө сезгиси келген. Үч бөлүгү баарынан мурда четке кагылуудан, сүйбөй калышынан жана башкалардын арасынан бөлүнүп калгандан коркушкан.

Биз психолог да, социолог да эмеспиз, бирок бул жыйынтыктардын негизинде төмөнкүнү божомолдосо болот:

- Эркек балдар адамдардын алар кылган нерсе үчүн баалашын каалашат жана өз ишинин ийгиликсиз болуп калышынан абдан коркот.
- Кыздар өздөрүн ким болсо ошол бойдон сыйлашын каалашат жана баарынан мурда четке кагылуудан коркушат*.

Эми болсо бул ички муктаждыктардын балдар менен кыздардын сырткы жүрүм-турумунда кантип көрүнөрүн карап көрөлү, анан жашоосу-

на тоскоолдук кылган өзүнө ишенбөөчүлүктү жеңип чыгышы үчүн кантип жардам берүүнү чечебиз.

Эркек балдар адамдардын алар кылган нерсе үчүн баалашын каалашат жана өз ишинин ийгиликсиз болуп калышынан абдан коркот. Кыздар өздөрүн ким болсо ошол бойдон сыйлашын каалашат жана баарынан мурда четке кагылуудан коркушат.

ЭРКЕК БАЛДАР КАНТИП ЧОҐОЕТ

Мен (Лиза) жакында жакшы практикалык сабакты өздөштүрдүм жана уулумдун өзүнө ишенбестигине жардам бериш үчүн эмне кылуу керектигин (же болбосо, тескерисинче, эмне кылбаш керектигин) түшүндүм. Менин уулум Брэндан (ошондо ал 11 жашта болчу) үйгө ачууланып, каардуу болуп келди. Мен аны болгонун айтып бергенге мажбурладым, анан биздин үйдөн анча алыс эмес жердеги кеме токтоочу жайда балдардын тобу ага жана анын досуна ылай ыргытышканы маалым болду. Ошол балдар менен тарбиялык сүйлөшүү жүргүзүү үчүн мен дароо көлдү

көздөй жөнөдүм. Ошондо Брэндандын досунун мени жек көрө баш чайкап жатканын байкадым. Андан кийин ал менин уулумду «чүпүрөк» деп атады, анткени ал апасына «анын бөбөгүн» эмне үчүн капа кылышканын талкуулаш үчүн барышына жол берген болчу. Брэндан болсо мага таарынып калды.

Ошол эле күнү менин акылман күйөөм Эрик эркек балдар 11–12 жаш куракта болгондо өзү үчүн өзү тик тура алышы керектигин айтты. Ал Брэндан албетте, өзүнүн кыжырдануусун, уятын жана алсыздыгын (мына ушул жерде баланы уга билүү жөндөмү керек болчу!) төгүп алышы керек болгонун, андан кийин гана баарын өзү талкуулап алышы керек болгонун айтты. Аралашып, муну менен баарын чиелендирип жибергеним үчүн мен Брэндандан кечирим сурадым, андан кийин Эрик аны өзүн-өзү коргоонун бир канча татаал эмес ыкмаларына үйрөтүп койдү.

Кийинки күнү аны капа кылган бала дагы бир жолу башкалардын көзүнчө ошондой кылганга аракет кылып көрүштүр. Брэндан аны бутунан жыгытып, жерге жаткызып алып, ал кечирим сураганга чейин ошентип кармап туруштур.

Айланада Брэндан менен тамашалашпаш керек деген дуу-дуу кептер тарап кетти. Эрик бул жөнүндө укканда: «Сен ушундай кылганыңа кубанычтамын, менин оюмча, эми алар сени менен тамашалашпайт, а бир канча күндөн кийин болсо, силер кайрадан нормалдуу мамиледе болуп каласыңар. Сен өзүң үчүн тик тура алганыңа сыймыктанып жатам. Качандыр-бир мезгилде сен башка адамдарды да коргошуң керек болот», — деп айтты.

Бул абалга Эриктин көрсөткөн реакциясы биздин уулубуздун өз күчүн сезишине жардам берди. Ар бир ата-эне эркек балага коркунучтарды жеңип чыгып, өзүнө болгон ишенимди бекемдеши үчүн кантип жардам берүү керектигин билгени пайдалуу.

Балага өзүнө болгон ишенимди эмне берет жана аны андан эмне куру калтырат

Төмөндө жөнөкөйлөштүрүп берилген таблица алар эмнеден көбүрөөк коркорун жана бул коркунучту жеңип чыгыш үчүн эмне көбүрөөк жардам берери тууралуу эки суроо берилген балдардын тобуна жүргүзүлгөн сурамжылоонун жыйынтыгын көрсөтөт.

Мен баарынан көбүрөөк... корком	Коркунучумду жеңип чыгышым үчүн мен ...
• ийгиликсиздиктерден • жеке компетентсиздигимден • мени артымдан аңдып, эмнени каалаганымды түшүнүп алышканынан • алсыздык сезиминен • алсыз болуп көрүнгөндөн • сыйлабастыктан • башкалардан кайсы-бир нерсем менен жаман болгондон • эч ким менин ийгиликтеримди байкабаганынан	• өзүмдү таланттуу сезишим керек • ийгиликтүү болушум керек • элдер менин ийгиликтеримди байкап, ал жөнүндө сүйлөп жатышканын билишим керек • мени сыйлашарын көрүшүм керек • инсан катары калыптанганымды билишим керек • өзүмдү күчтүү сезишим керек • өзүмдү маанилүү адам катары сезишим керек

Бул сүйлөшүүлөр жүрүп жаткан учурда бизди карай комментарийлер *жаап жатты*. Биз көбүнчө бул же тигил формада төмөнкүдөй нерселерди уктук:

- «Эгерде сага ишенишерин билсең, сен ийгиликтүү болосуң. Эркек балдар так ушундай ойлошот. Бирок эгерде элдер сага ишенбесе, сени сыйлабаса — бул баарынан жаманы. Биз абалды көзөмөлдөгүбүз келет жана проблеманы өз алдынча чече аларыбызды билгибиз келет».

- «Эгерде мен кайсы-бир нерсени кыла аларыма көзүм жетпесе, анда ага аракет кылбайм, анткени шылдыңга калгым келбейт. Кайсы-бир нерсени кыла албайм деген сезим эркек балдардын өзүнө болгон ишенимин жокко чыгарып салат».
- «Мен башчы болгум келет, бийлик менде болушун каалайм, бул үчүн адамдар мени сүйбөсө деле мага баары бир. Мен күчтүү болгум келет. Мен жеңип алгым келет. Ар бир жигитте өзү эмнеде өзгөчө күчтүү экенин билдирген тизмеси болот».
- «Жакшы бир сөз бар: “Кеп сенин кандай адам экениңде эмес. Маанилүүсү сенин эмне кылганың”. Бул тикеден-тике адамдын коомдогу абалына тиешелүү. Бизди дайыма *ички сапаттарыбызга карап эмес*, кылган иштерибиз үчүн соттошот» (курсив биздики — Ш. Ф., Л. Р.).

Эркек балдар буга татыктуу же татыктуу эмес экендигине карабастан, өзүнө болгон сый-урматты сезиши керек

Биздин түшүнгөнүбүз боюнча, эркектер баарынан мурда ийгиликсиз болгондон, жада калса ийгиликсиздей сезилгенден көбүрөөк коркушат.

Бул сезимден өзүн жетишпегендей сезгени жана жакындарынын көрсөткөн сыйлабастыгы да алыс эмес. Өз күчүнөн шектенген мындай бузуку сезимди жеңип чыгыш үчүн ар бир эркек жаш курагына карабастан, өзүнүн качып кутулгус катчылыктарына карабастан эң жакын адамдарынын сый-урматына муктаж болот.

Биз «Өзгөчө жашыруун: аялдарга эркектер тууралуу» деген китепте жазып кеткендей, «Сүйүү жана сый-урмат» деген сонун китептин автору Эмерсон Эггерихс ар бир эркек түшүнүшү керек болгон учурду так бөлүп көрсөтөт: «Биз сүйүүнү көбүрөөк баалап, ал жөнүндө көбүрөөк айта турган болдук... ошондуктан эми бизге сүйүү шартсыз түрдө болушу керектей сезилип калды, а сый-урматка болсо, татыктуу болуш керек. Эркектер, тескерисинче, алар бар болгону үчүн, андан кийин гана кылган нерсеси үчүн шартсыз сый-урматка муктаж болушат».

*Ар бир эркек жаш курагына
карабастан, өзүнүн качып кутулгус
катчылыктарына карабастан, эң
жакын адамдарынын сый-урматына
муктаж.*

Башкача сөз менен айтканда, жигитке анын жетишкендиктери, бийлиги же болбосо ийгилиги эмес, бир бала айткандай, «сен ийгиликке жете аласың деген ички сезим өзүнө болгон ишенимди тартуулайт, анан ошондо элдер сен жөнүндө сүйлөп, сени урматтап калышат. Мына ушул чыныгы күч болуп саналат».

Эркек балага көбүнчө ага сыйлабастык көрсөтүп жатышкандай сезилет

Аталары сыяктуу эле, эркек балдардын көпчүлүгү өздөрүнө ишенбегендей, сыйлабагандай, алардын бийлигин же күчүн моюнга албагандай сезилгенде абдан кайгы тартышат. Бизге балдар келтирген үлгүлөрдү карап көрө турган болсок, анда абдан көптөгөн ата-энелер өздөрү билбей туруп балдардын ушундай ойлошуна жол бергени жөнүндө түшүнүгү да жок. Бир бала бизге муну айтып берди: «Жакында мен жумушка орношмокчу болдум жана мени видеооюндар дүкөнүнө кабыл алышат деп ишендим, бирок апам ийгиликке толугу менен ишенбеш керектигин жана акырында кайсы-бир жумушту так табуу үчүн башка жайлардан жумуш издөөнү уланта беришимди айтты. Мени анын мага ишенбегендиги ачуулантты».

Бул баланын апасы баласына ишенбегенинен күмөнүбүз бар, бирок ал апасынын сөздөрүнөн так ушул нерсени уккан. Ал, чынында, өзүнүн уулун ийгиликсиздиктен коргоп, жардам бергиси келген. Бирок ал коргоого муктаж эмес болчу, ал өз алдынчалыгын көрсөткүсү келген жана анын жөндөмдүү экенине апасынын ишениши керек болгон. Эгерде анын алгачкы өз алдынча учуусу авариялык конуу менен аяктаганда, ошондо ал чоңдордун дүйнөсүнө болгон саякатын уланта алышы үчүн ага бир аз сооротуу менен колдоо керек болушу мүмкүн эле.

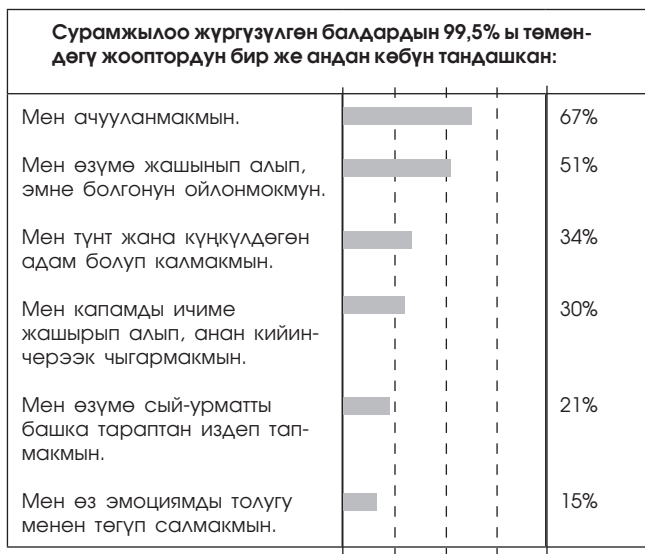
*Балдардын көпчүлүгү аларга
ишенбегендей сезилгенде абдан кайгы
тартышат, а абдан көптөгөн ата-
энелер өздөрү билбей туруп балдардын
ушундай ойлошуна жол бергени жөнүндө
түшүнүгү да жок.*

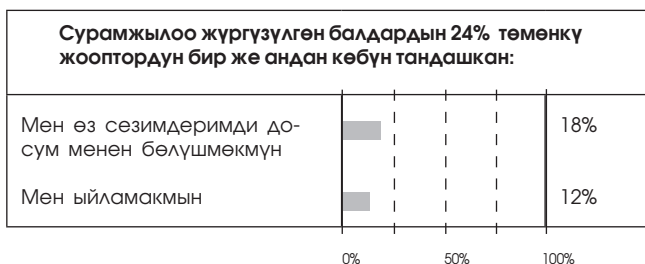
**Түнтүк же ачуу —
өзүнө ишенбестиктин белгилери**

Эркек балдар өспүрүм чагында өзгөчө көп сүйлөгөндүгү менен айырмаланбай турганын билебиз. Анда сиздин сөзүңүздүн айынан же башка бир себеп менен уулуңуз өзүн бошоң, күчсүз же

ийгиликсиз сезип жатканын кантип түшүнүүгө болот? Мына бул окуя сизге анын жүрүм-турумунун баарын айтып бере турган окуя болуп саналат. Өзүн жетишерлик сыйлабайт деп ойлогон бала көп учурда түнт, ачуулуу болуп калат да, ичине түнөрүп жашырынып алат.

Абал сизди алсыз жана басынтылган адам катары сезгенге мажбурлап жатса, өзүңүздү кандай тутмаксыз?





Эскертүү: Балдар жооптун бир канча вариантын тандай алганы үчүн жалпы сумма 100%дан ашат.

Биздин изилдөөлөрдүн жыйынтыгы көптөгөн ата-энелер күнүмдүк жашоодо эмне байкай турганын көрсөттү.

Көрүп турганыңыздардай, эң кеңири жайылган реакция — бул *ачуулануу* жана *түнт жүрүм-турум*. Сурамжылоонун катышуучуларынын дээрлик бардыгы эгерде өзүнүн алсыздыгын же өзүнө болгон урматсыздыкты сезсе, анда ачууланып, түнт болуп, проблемасын унутканга аракет кылышы мүмкүн экенин же урматсыздыкты башка чөйрөдөн компенсациялап алганга аракет кылышарын айтышкан. Алардын бир азы гана, чынында — мындай абалга кыздар адатта ушундай реакцияда болушат, болгон сезимдерин кимдир-бирөө менен бөлүшө турганын айткан.

Бул жөнүндө жигиттердин кандай коммента-
рий бергенин карап көрүңүзчү:

- «Ооба, мен өткөн жумада ошондой болдум. Мен абдан ачуулангандыктан столдун астында муштумумду түйүп отурдум».
- «Мен өз бөлмөмө кетип калып, ал жердеги буюмдарды туш тарапка ыргыттым».
- «Эгерде мен абдан ачуулансам, жөн гана узак убакыт бою түнөрүп жүрө берем».

АГА КАНТИП ЖАРДАМ БЕРҮҮГӨ БОЛОТ

Эгерде уулубуздун четтеп, түнөрүп алганын көрсөк жана ал өзүн күчсүз жана маанисиз сезип жатканынан шектенсек, эмне кылышыбыз керек? Биринчиден, мындай эмоциянын себепчиси сиз эмес бекениңизди ойлоп көрүңүз жана колуңуздан келишинче оңдоңуз. Бирок бизден көз каранды болбогон жаш адамдын өзүнө болгон ишенимин олку-солку кылган көптөгөн факторлор кездешкендиктен аны чоңдордун жашоосуна алып барган жолдо коштоп жүргөн чочулоолорду жеңип чыгышы үчүн ага кантип жардам берүү керектигин карап чыгалы.

1. Эч нерсеге карабастан аны сыйлаңыз

Биздин оюбузча, алар азыркы учурда буга татыктуу эмес болсо дагы эркек балдарга дайыма сый-урмат көрсөтүү керек. Эгерде сизге мындай мамиле тааныш эмес болсо, кызыңыздын шартсыз сүйүү талабына кандай реакция кыларыңызды элестетип көрүңүз. Сиз ага эч качан: «Сен мага жалган айтып жатсаң, мен сени кантип сүйө алмак элем?» — деп айтмак эмессиз да. Эгерде татыктуу болсо гана уулдарыбызды сыйлай турганыбызды билдиргенибиз аларга көп оору берет.

*Биздин оюбузча, алар азыркы учурда
буга татыктуу эмес болсо дагы
эркек балдарга дайыма сый-урмат
көрсөтүшүбүз керек.*

Ооба, сиздин уулуңуз катачылык кетирет, так ошол убакытта ага сиздин колдооңуз жана сөз менен айтылбаган сый-урматыңыз керек болот. Ушундай мамиленин жардамы менен, жада калса сиз бул учурда анык-бир тарбиялоочу чараларды колдонсоңуз да, ал өзүн сый-урматка татыктуу адам катары сезе алат жана жыйынтыгында ошондой адам болот. Анткени ал так ушуга умтулуп жатпайбы.

2. Уулуңуз менен сыйлаган тондо сүйлөшүңүз

Биздин көпчүлүгүбүз, өзгөчө аялдар, жылуу сезимдерди көрсөтө алабыз, бирок кээ бир учурларда сөздөрүбүздөн сыйлабастык же шектенүү сезилип жатканын байкабай калабыз. Жада калса, вербалдык эмес белгилер — кол жаңсоолор же интонация деле — жигитти өзүн абдан ыңгайсыз сезгенге мажбур кылышы мүмкүн.

Сиз азыр кайсы жерде болбоңуз, төмөнкүнү аткарып көргөнгө аракет кылыңыз. Китепти четке коюп, ордуңуздан туруңуз, колунуздун көкүрөгүңүзгө кайчылаштырып туруңуз, бир буттап туруп, ага денеңиздин бүт салмагын салыңыз, сизден болжол менен бир жарым метр аралыктагы чекитти үзбөй караңыз да, ишенбегениңизди көрсөтүп кашыңызды жогору көтөрүңүз. Мындай турпатты жана беттин мындай көрүнүшүн балдар «өлтүрүүчү караш» деп эсептешет, бул толук жек көрүүнү жана ырайымсыздыкты билдирет.

Доктор Эггерихс бизге буларды айтты: «Бул кыймылдар менен мындай көз караш “өлтүрөт”... Жаш адам дем-күчү менен оң эмоцияларын оңой эле жоготуп коет. Ал муштумдарын түйөт, тиште-

рин кычыратат жана сиз ага айткан нерсени... эч кандай сезимин билдирбестен аткарат».

Бир бала бул көз карашты бекемдеди: «Апам мени жасаган иши үчүн уялышы керек болгон беш жашар бала катары сезишине мажбур кылат. Үйдөн чыгып кетип кутулуш үчүн мектепти аякташымды чыдамсыздык менен күтүп жатам».

Ушундай кыймылдарыңызды көрө билгенге жана аны өз убагында позитивдүүсүнө алмаштырганга үйрөнүңүз. Бул сизге алдын-ала ойлонолулбаган кемсинтүүлөрдөн качканга жана тескерисинче колдоо көрсөткөнгө жардам берет. Доктор Эггерихс бизге: «Мен сени сүйөм», — деп гана айтып койбостон: «Сендеги эмне мага жага турганын билесиңби, Тодд? Сен жакшы адам болуп баратасың. Сен эжеңдин чатагына жооп кайтарбаганың үчүн сыймыктанып жатам» — деген сыяктуу сөздөрдү колдонушубузга кеңеш берет.

Өзүнүн жоопкерчиликти спортсмен уулу наркотик колдонуп көргөнүн билген ата жөнүндөгү үлгү болорлук окуя төмөнкүдөй эле:

Менин марихуана чегип көргөнүмдү билген атам мага: «Уулум, балким, сен мунун канчалык коркунучтуу экенин билбейт чыгарсың, бирок бул

уу мурда ойлошкондон азыр кыйла күчтүүрөөк. Сен спортсменсиң, бул сага зыяндуу. Сенин мындай кылганың акылсыздык», — деп айтты.

«Сен спортсменсиң да...» деген сөздөргө кулак салыңыздар. Мындан кийин жигит өзүн жүз эсе күчтүү сезет! Анын атасы уулун күчтүү жана кайраттуу спортсмен деп эсептейт, уулу да ошол образга төп келгиси келет.

Балдар менен сыйлуу тондо сүйлөшүү бир аз күч жумшоону талап кылышы мүмкүн, бирок мунун уулдарыңызга кандай таасир этерин көргөнүңүздө буга көнүгүү сиз үчүн оңоюраак болот.

3. Уулуңуздун максатка жетүү үчүн жумшаган күчүн жана ийгиликтерин баалаңыз

Биздин сүйлөшүүлөрүбүздө балдар өздөрүнүн негизги мотиви ийгиликтин өзү эмес, ошол ийгиликти кимдир-бирөөнүн тааныганы, баалаганы экендигин айтып беришти. Колдоону, көңүл көтөрүүнү жана мактоону туруктуу айтып турганыңыз — балаңыздагы өзүнө болгон ишенимди бекемдөөнүн жана аны жаңы жетишкендиктерге багыттоонун жакшы ыкмасы. Бир жигит айткан-

дай, «моюнга алуу жана мактоо ийгиликке жетүүдө сөзсүз керек».

*Колдоону, көңүл көтөрүүнү жана
мактоону туруктуу айтып
турганыңыз — балаңыздагы өзүнө
болгон ишенимди бекемдөөнүн жана аны
жаңы жетишкендиктерге багыттоонун
жакшы ыкмасы.*

Баланы сыйлаганыңызды жана колдогонуңуздун билдирген: «Мен сени менен сыймыктанам» деген сыяктуу жөнөкөй ырастоону колдонуңуз. Өспүрүмдөрдүн бирөөсү бизге муну айтып берди: «Бул жылы мен жумушка орноштум, атам мага: “Мен сени менен сыймыктанам. Сен абдан маанилүү максатка өз алдынча жете алдың”, — деп айтты. Бул мен үчүн абдан кымбат баалуу сөздөр эле. Ошентип ал менин чоңоюп калганымды ырастады».

4. Эркек баланы тарбиялоодо атанын ролу кандай экени эсиңизде болсун

Эркек баланы тарбиялоодо атанын ролу уникалдуу экени жана атада таасир этүүнүн толук эркиндиги болгону абдан маанилүү. Ооба, бул де-

ген энелер бир аз өзүн тартышы керектигин билдирет! Мен (Шонти) аялдар менен бул темада сүйлөшкөнүмдө каршы чыгууларды көп угам: «Менин күйөөмдү жакшы ата деп эсептөөгө болбойт! Ал уулумдун жашоосуна, анын тарбиясына катышпайт... Ал мындан четтеп кеткенине кыйла болду». Бирок бул теманы талкуулап жатканда аялдар көбүнчө аталардын оюндан четке чыкканынын себеби, аялдарынын буга жол бербестен өздөрү керектүү деп эсептеген көрсөтмөлөрүн аткарууга мажбурлашканы экенин түшүнүп калышат.

Жигиттер үчүн атасынын колдоосу өзгөчө маанилүү. Бир баланын бизге айтып бергенин карап көрүңүзчү:

Мен бир жолу күрөш боюнча мелдеште жеңилип калдым. Үйгө келе жаткан жолдо унаада унчукпай келе жаттым. Бир канча убакыт өткөн соң атам мага мектепте окуган кезинде абдан маанилүү баскетбол матчында жеңилип калганын эстеп келе жатканын айтып берди. Атаң мындай нерсени айтканда сен өзүңдүн жалгыз эмес экениңди түшүнөсүң. Ал жеңилип калгандан кийин мындай нерсени сезүүнүн нормалдуу жана эркекче экенин ырастайт.

Эркек балдар үчүн бул абдан маанилүү. Балага ата керек, эң аз дегенде эркекче жүрүм-турумдун жакшы үлгүсү керек. Эгерде сиз балаңызды жалгыз тарбиялап жаткан болсоңуз, атасы болсо аны тарбиялоого катышпай жаткан болсо, ким сиздин балаңызга оң үлгү көрсөтө аларын ойлоп көрүңүз.

5. Балаңыздын жеңишке жетишине мүмкүнчүлүк бериңиз

Анык-бир убакыт келгенде биз балдарыбызды жөлөп-таяганыбызды калтырып, алар баарын өз алдынча чече алышына жол беришибиз керек.

Мен (Шонти) ишеним менен сый-урмат жигиттерге кандай оң таасирин тийгизе турганын айтып сүйлөгөндөн кийин бир аял өзүнүн он алты жаштагы уулунда пайда болгон проблеманы кантип чечүү керектигин түшүндү. Ал досторунун үйүндөгү чөптү анык-бир акыга оруп берген. Андан кийин алардын кээ бири телефон чалып, аны өз ишин тыкан кылбайт деп айтышкан экен. Ал бир канча жолу уулун «кандай оруу керек болсо, ошондой оргонго» мажбурлаган, бирок андан эч кандай майнап чыккан эмес. Кардарлар ага нааразы эле, апасы уялды, анткени уулунун туура

эмес кылып жатканын билчү, ошентип күн өткөн сайын алардын мамилеси начарлай берген.

Эркек балдардын жүрүм-туруму жөнүндөгү өзүнө жаңы болгон маалыматты өздөштүргөндөн кийин ал уулуна бул проблеманы өзү чечиши керектигин, анткени бул анын жумушу экенин айтты. Ал кардарларга уулунун телефон номерин берип: «Анын өзүнө чалып, өзү менен сүйлөшүңүздөр. Эгерде анын жасаган жумушу купулуңуздага толбосо, аны экинчи жолу чакырбаңыздар, башка жумушчуну издеңиздер», — деп айтты. А уулуна болсо, ал бул проблеманы апасынын жардамысыз эле чече ала турганын айтты.

Бир канча айдан кийин мен андан уулу жөнүндө сурадым. Баары тегиз жүрүп кете элек болчу, бирок апасынын сөзү боюнча, жаңы тактика иштин абалын байкаларлык жакшырткан. Анын уулу апасынын көзөмөлдү бир аз азайтканы үчүн кубанып жүргөн. Ал жашоосунун башка тараптарында өзүн жоопкерчиликтүү алып жүргөнү үчүн жумушта да өзүн ушундай алып жүрөрүн айтты. Баарынан жагымдуусу энесинин көрсөткөн сый-урматы алардын ортосундагы мамилени жакшыртканы болду.

Ушул эле нерсе эреже менен жазаларга да тие-шелүү. Кээ бир эркек балдарга биз аларга бере алгандан бир аз көбүрөөк эркиндик керек, анткени алардын катачылык кетиргенге жана кийинки жолу ошол катачылыгын түзөлткөнгө мүмкүнчүлүгү болушу керек.

Албетте, сиз балаңыз менен кантип мамиле кылганды билгениңиз жакшы. Бирок биздин кайталап жүргүзгөн сурамжылообузда он баланын ичинен алтысы эгерде ата-энелери катуулукту көрсөткөндүн ордуна катачылык кетиргенге, кулаганга жана андан ары жүрүүгө мүмкүнчүлүк беришсе, анда балдар өздөрүн сыйлап жатканын көрүп туруп, бул эркиндикти жаман максат менен колдонбой турганын айтышкан.

АР БИР ЭРКЕК БАЛА ӨЗҮНӨ ИШЕНГЕН ЖИГИТ БОЛО АЛАТ

Эркек балдардын мүнөзүнө бизди өз жөндөмдүүлүктөрү менен таң калтырууга болгон умтулуу камтылган. Алар биздин күтүүлөргө төп келгиси келет жана биз алардан дайыма көбүрөөктү талап кылганыбызга таптакыр каршы эмес, муну менен кошо аларды ийгиликтери үчүн мактап койгонду да унутпашыбызды каалашат. Жүргүзгөн изил-

дөөлөрүбүз бизди эгерде уулубуздун кылган аракеттерине сый көрсөтө турган болсок, анда түнт, ачуулуу жана негативдүү маанай барган сайын азайып, уулуңуз тез арада өзүнө ишенген, улуу жетишкендиктерге даяр жаш жигитке айлана-рына ишендирди.

ТАТЫКТУУ АЯЛДЫ ТАРБИЯЛОО

Кичинекей кыздардын акыл-эсин ушунчалык тез ээлеп алган — «Күлала», «Аппак кыз менен жети эргежээл», «Жаман өрдөк» деген жомокторду эстеп көрүңүз. «Ханыша кыздын күндөлүгү» деген фильмде бир кыз (*The Princess Diaries*, бул фильмдин сюжети «Жаман өрдөк» деген жомокту эске салат) ошол жаштагы кыз үчүн эң жаман болгон нерселерди башынан өткөрөт. Ал эч нерсеси менен көрүнүктүү болбогон, эч ким сүйбөгөн, өзүн эч ким байкабаган сезимдерге туш болот. Ал мектепке көнүгө албайт, анын үстүнөн күлүшөт, аны четке кагышат. Анан кокусунан ал өзүнүн өзгөчө экенин, хандын кызы экенин билип калат! Ага белин түз кармап жүрүшү үчүн жана өзүн буга ишендириш үчүн убакыт керек болот, бирок акыр-аягында ал мунун баарына жетишет.

Биздин кыздарыбыз али өтө кичинекей кезинде өзүн жомоктогу хандын кызындай, өзгөчө, жагымдуу сезиши үчүн кооз көйнөк кийип алганы эле жетиштүү. Бир канча жыл өткөн соң бул олдоксон, чоңоюп келе жаткан, орой кыздар да сүйүүгө жана кабыл алууга муктаж болушат. Балким кээ бир терең орноп алган коркунучтарды жеңип чыгып, өзүнө ишенген, жакшынакай аялга айланышы үчүн качандыр-бир мезгилдегиге караганда биздин жардамыбызга алар көбүрөөк муктаждыр.

**Кызга өзүнө болгон ишенимди
эмне тартуулайт жана аны
андан эмне тартып алат**

Эгерде эркек бала жетишкендиктерин башка адамдар тааныганда өзүнө болгон ишенимди сезсе, кыздарга болсо бул үчүн аны сүйүшөрүн жана ал өзгөчө инсан экенин кабыл алышканын билиши керек. Мына ошондуктан кыздар үчүн «чөйрөсүндөгүлөргө жагуу» абдан маанилүү, бул аны элдер мени эч ким деп эсептебейт, менден баш тартышат деген ички коркунучтан арылтат. Кыздарды эмне өзүнө болгон ишениминен айрылтат жана тескерисинче, эмне өзүнө болгон ишенимди тартуулайт:

Мен ... көбүрөөк корком	Коркунучту жеңип чыгышым үчүн мен... сезишим керек
• мени четке кагышынан • элдер мен жөнүндө жаман ойлошунан • жаман көрүнгөндөн • артымдан сүйлөшкөнүнөн • мени мага жаккан адамдардын өз тобуна кабыл албай коюшунан • мага көңүл бурбашынан • мени олуттуу кабыл албашынан • мени сүйбөшүнөн • кызыксыз жана өзгөчө эмес адам болгондон	• мени кабыл алышарын • башка адамдардын жашоосуна катышканымды • жагымдуу, сулуу экенимди • элдер мени таанып, кандай болсом, ошол бойдон кабыл алышын • элдердин мага тартылып турушун • элдер менин көңүл буруума жетүүгө аракет кылганын • өзгөчө экенимди • жападан-жалгыз экенимди

Биз бул суроолорду жумушчу группаларда талкуулаганыбызда кыздар өзүнүн коркунучтары жана керектөөлөрү тууралуу ушунчалык жандуу жана эмоционалдуу түрдө айтып беришкендиктен, кийинки талкуулануучу темага өтүү бизге кыйынга турду. Ал комментарийлердин бир азы төмөнкүдөй:

Кыздардын өзүнө болгон ишеними аны сүйүшөрүн жана кабыл алышарын сезгенинен көз каранды, анткени ал өзгөчө жан.

- «Мен адамдарга өзүмдүн жан дүйнөмдү ачып бергим келет. Мен жөнүндө баарын билип, чыныгы жүзүм кандай экенин тааныгандан кийин деле алардын мени сүйүп, кабыл алышын каалайм».
- «Мени сүйүшөрүн билемин, бирок муну кайра-кайра уккум келет».
- «Адамдардын мени менен зериккени үчүн гана мамиле кылганына, а чындыгында, мен аларга кызыксыз экениме чыдай албаймын, мындай мүмкүнчүлүк болгондо алар башка адам менен жеңил тил табыша алмак. Мени куурчак сыяктуу колдонуп жатканын сезем жана муну түшүнүп калганымда өзүмө ушундай мамиле кылышына жол бергеним үчүн өзүмдү жек көрүп калам».
- «Досторуң сага бут тосуп, интрига уюштурса, өзүңдү эч ким сүйбөгөндөй, жалгыздай сезесиң. Мен кыздар менен достошмокмун, бирок алар менден баш тартып кетишти».

**«Эмне үчүн мени четке кагышат,
же мен ошого татыктуумунбу?»**

Бул билдирүүлөрдөн кыздардын негизги коркунучу кайсы-бир конкреттүү абалда аны четке ка-

гып коюшары эмес, негизинде адамдар андан баш тарта турган адам экени болуп саналат. Сиздин кызыңыз акылдуу, сулуу, жада калса теңтуштарынын арасында популярдуу болушу да мүмкүн, бирок жан дүйнөсүнүн тереңинде ал жетишерлик жагымдуу жана оригиналдуу эмес экенинен, ошон үчүн аны сүйүшпөй турганынан жабыр тартышы мүмкүн. Көпчүлүк теңтуштары сыяктуу эле, ал да өзүнүн дарегине айтылган коркунучтарына толугу менен негиз бар экенин далилдеген терс комментарийлерге курч реакция көрсөтөт чыгар.

Мектептеги абдан популярдуу, жакшынакай эки кыздын бизге эмне деп айтып бергенин угуп көрүңүзчү:

1-Кыз: «Мен кимдир-бирөөнүн: “Сен жакшынакайсың жана сонунсуң, сени баары сүйүшөт”, — деп шыбыраганына муктажмын. Мындай сөздү укканда өзүңдү абдан жакшы сезесиң. Бирок эртеси күнү эч ким сени менен сүйлөшпөй койсо, ушунун өзү эле депрессияга түшүп калышыңа жетиштүү. Аракет кылганыңды токтотуп, “Макул эми, ушул жерде жалгыз тура берем”, — деп айтасың».

2-Кыз: «Ооба эми... Жигит өзүн мектептеги футбол командасына албай коюшса же кыз аны менен чогуу мектеп кечесине барбай койсо, өзүн четке кагылгандай сезиши мүмкүн. Бирок адамдар биз

менен саламдашпай койсо эле, ар күн сайын четке кагылууну башыбыздан өткөрөбүз».

***Кыздар ата-энесинин сөзүн
кандай кабыл алышат***

Көптөгөн кыздар ата-энелери аларга шектенүүлөрүн жеңип чыгышы үчүн жардам бере алат деп эсептешет. Балким, ошондуктан алар ата-энеси тараптан келген ар түрдүү белгилерге абдан көңүл коюп турушат. Эгерде ата-энелер (билбей туруп) алардын кемчиликтерин айтса, бул нерсе аларды өзүнө болгон ишениминен ажыратат. Бул билдирүүлөрдү угуп көрүңүз:

- «Менин апам дайыма менин келбетимди досторумдун келбетине салыштыра берчү. Ал: “Сенин ийиниң тиги кыздыкынан кененирээк”, — деп айтчу. Айтыңызчы, мен буга эмне кыла алам? Мен оңдой албаган нерсе жөнүндө тамашалаштын эмне кереги бар? Бул мени сүйүшпөгөнүн жана мен өзүмдү өзгөрткөнгө күчүм жетпей турганын ырастады».
- «Атам: “Мен жалгыз болушум керек, азыр менин тынчымды алба”, — деп айтты. Эң сонун! Мен баарынан жакшы көргөн адам мени көзүнөн жоголушумду суранды».

- «Биздин куракта кээде ата-энебиздин көңүлүн бурдуруш үчүн аларга жабышып алабыз, анткени бизде башка тандоо калган жок. Бала эң биринчи кезекте ата-энесине таянат, алар болсо убактысы болгондо гана балдары менен алек болушат. Муну кабыл алуу абдан оор. Мен апама аны менен жөн гана бирге убакыт өткөргүм келерин айтканымда, анын маанилүүрөөк иштери бар экенин кыйытып айтып коет».

**Сыйлабас манерадагы сүйлөшүү
кыздардын өзүнө ишенбей
турганынан кабар берет**

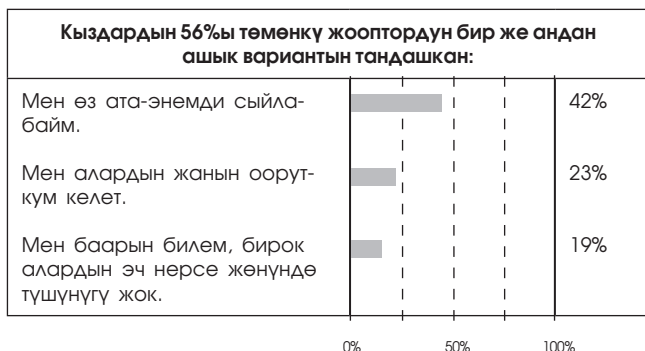
Изилдөөлөрүбүздүн жүрүшүндө биз бир таң калыштуу нерсени байкадык. Ата-энелер көп учурда ачууну келтире турган жүрүм-турум деп эсептеген: оройлук, какшып сүйлөө, негативдүү билдирүүлөр — чындыгында кыздын кайсы-бир нерсеге катуу кайгырып жатканын билдирет. Ата-энелер, өзгөчө аталар, мындай жүрүм-турумду көбүнчө аларга болгон кызынын сый-урматынын жоголгондугу, же болбосо үйдө чыныгы кожоюн ким экенин текшерүүгө болгон каалоо катары ойлошот. Бул да туура, бирок көбүнчө мындай манеранын артында башка бир олуттуу

нерсе: колдоого жана көңүл көтөрүүгө болгон терең жашырылган ички муктаждык жатат. Мына ошол жерде сиз анын жүрүм-турумун эмес, инсандыгын колдошуңуз керек болот.

Сурамжылоонун таң каларлык жыйынтыктарын карап көрүңүз:

Ата-энеңизге орой сүйлөгөн учурда чын-чынында сизде эмне болуп жаткан болот?





Эскертүү: Балдар бирден ашык жоопту тандай алганы үчүн жалпы сумма 100% дан ашат.

Көрүп турганыңыздай, кыздардын жарымынан көбү ата-энелери менен айтышып, өздөрүн жийиркеничтүү сезерин мойнуна алган, аны менен кошо ата-энеси менен болгон талаштан да аларды көбүрөөк тынчсыздандыра турган сезимдерин жашырганга аракет кылышат. Бүтүндөй алганда, сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн 98% орой сөздөрүнүн артында түшүнбөөчүлүктүн, коркунучтун жана өзүн кабыл албоочулуктун оорусу жашырынып жатканын моюнга алышкан. Сурамжылоо жүргүзүлгөндөрдүн жарымы алардын ата-энеси чындыгында өзүнө дээрлик тиеши болбогон эмоциялардын бороон-чапкынын

кабыл алышына туура келгенин айтышкан, болгону кыздар ошол мезгилде жашоосундагы башка окуялардын кыйынчылыгын тартып жаткан болот, анын ачуусун болсо эң жакын адамдарына чачып салышкан.

Өзүнө болгон ишенбестигин ал кантип жашырат

Өзүнүн орой жүрүм-турумунун артында жашырынып жаткан ишенимсиздигин кээ бир кыздар кандайча сүрөттөп бергенин карап көрүңүз:

- «Ата-энеме корс тийген учурда мен: “Мени түшүнгөндөй түр көрсөткөнүңөрдү токтоткулачы!” — деп айткым келет».
- «Эгерде мен өзүмдү орой тутуп жатсам, бул менин өзүмдү түшүнүксүз сезип жатканымды билдирет. Мен азыр сезип жаткан нерсени эч ким эч качан сезбегенин билем... Эч ким мени түшүнбөйт жана мен чынында сезип жаткан нерсени көрбөйт, бул менин кыжырымды келтирет».
- «Бул кабыктын астында өзүнө ишенбестик жашырынып жатканын ата-энем түшүнөт деп үмүт кылам... Эгерде мен өзүмдү семиз жана

сулуу эмес деп сезсем, өзүмдүн эмоцияларымды ошол мезгилде жанымда турган жана мени баары бир сүйө турган адамга (мен муну так билем) төгүп салам. Ал менин досум болушу мүмкүн, бирок көбүнчө ата-энем болот. Мен аларга мындай мамиле кылуу туура эмес экенин билемин, бирок ошондой кылганымдан кийин деле алардын менден баш тартып кетпестигин билемин».

Эгерде мен өзүмдү семиз жана сулуу эмес деп сезсем, өзүмдүн эмоцияларымды ошол мезгилде жанымда турган адамга төгүп салам.

Жада калса кыздардын көпчүлүгү (он кыздын ичинен жетөөсү), ата-энесине карата жакшы эмес сезимде болгонун мойнуна алган, кийинчерээк аларды сүйөрүн жана баалашарын айтышкан.

Бир медалдын эки тарабы

Ишенимсиздиктин мындай жагымсыз көрүнүшү ата-энелерди гана ыза кылбайт. Кээ бир кыздардын айланасындагыларга жүзү каралык кылуу каалоосу да шектенүү менен коркунучтардын

айынан пайда болот. Бирок биз кыздардын мындай болгусу келбегенин көп жолу уктук. Бул жөнүндө сурамжылоо жүргүзүлгөн кыздардын бири муну айтты:

Өзүбүзгө болгон ишенимди сезбей жаткан учурда биз коркунучубуздун адамдар менен болгон мамилебизде көрүнүшүнө жол беребиз. Эгерде бул тоскоолдукту жеңип чыксак, бизге жакшы болот. Эгерде адамды андагы бардык нерсе жайында экенине ишендирсе, бул анын өзүн жакшы сезип калышына жана өзүнө болгон ишениминин артышына жардам берет.

Сыягы, кыздардын көпчүлүгүндө өзү жөнүндө чөйрөсүндөгүлөрдүн оюн калыптандырып алуучу тубаса жөндөмү болсо керек. Бирок көбүнчө бул жөндөм чочулоолор менен коркунучтардын арт жагында жашынып жатат, ошол учурда айланасындагылар менен болгон мамилелер начарлай баштайт, кыздар болсо өзүн барган сайын азыраак баалап калат.

АНЫ КАНТИП КОЛДОО КЕРЕК

Кыздарыбыздын өзүнө ишенген, башкалар менен, ошону менен бирге биз менен да мамилеле-

ше ала турган жаш аял болушуна жардам бериш үчүн, шектенүү ээлеп алган негативдүү абалдарды жеңип чыгышы үчүн аларга колдоо көрсөтүшүбүз керек.

1. Кызыңызга анын өзгөчө экенин айтыңыз. Муну ал өзү деле билет деп ойлобоңуз.

Бүгүнкү күндөгү мектеп тарбиясынын саясаты балдардын өзүнүн жеке кадыр-баркын сезүүсүн жоготуп коюшу мүмкүн болгондуктан кыздар ата-энесинин жардамына аябай муктаж, анткени алар өзүнүн ким экенин жана кандай адам болорун түшүнүшү керек. Кызыңызда өзүн инсан катары сезгиси келген жеңилгис каалоосу бар экенин кантип биле аласыз. Бул ага абдан керектүү нерсе, эгерде сиз аны өзгөчө экенине ишендире албасаңыз, ал өзүнүн уникалдуулугунун таанылышын башка жайлардан издей турганы анык.

Биздин сөздөрүбүз кыздарга чоң таасирин тийгизет. Алар баарын эске тутуп калышат да, андан кийин ошолор тууралуу ой жүгүртүшөт. Сиздин сөздөрүңүздүн ага колдоо катары кызмат кылганына ишениш үчүн «Сени башкалардан...

өзгөчөлөнтүп турат» же болбосо «Мага сенин ... абдан жагат» деген сыяктуу сөздөр менен башта-саңыз болот.

Биздин маектештерибиз бизге бул темадагы көптөгөн үлгүлөрдү келтирди. Алардын кээ бир-лери төмөнкүлөр:

- «Бир жолу атам ишке бара жатып мага: “Жакшы кал, сулуу кыз!” — деп айтты. Мен муну дайыма эстей берем. *Сулуу кыз...*»
- «Мен апама мектептеги кыздар уюштурган интригалар жөнүндө айтып бердим, ал мени өзүнүн: “Мунун эмне пайдасы бар. Сенин мындай чыңалган шартта иштегенге үйрөнүп алганың эң сонун деп ойлойм” деген жообу менен мени таң калтырды».

*«Бир жолу атам ишке бара жатып мага:
“Жакшы кал, сулуу кыз!” — деп айтты.
Мен муну дайыма эстей берем.
Сулуу кыз...»*

Эгерде кыздар баарынан мурда өзүн өзгөчө, жагымдуу, сүйүктүү сезиши керек болсо, анда ата-энесинин анын жашоосундагы ийгиликсиз-диктерден улам уникалдуулугунан шектене тур-

ганын билдирип койгону аны канчалык жаралай турганын элестетип көрсөңүз болот. Биздин группалардын бирөөсүнөн кызыктуу диалог уктук. Сөз болгон апаны бул сөздөр абдан таң калтырарына ишенебиз:

1-Кыз: «Мага абдан кыйын болду. Менин десерт жегим келгенин көрүп, апам мага: “Кымбаттуум, сен май тооч (печенье) жешиң керек деп ойлобойм” — деди».

(Бардык кыздар жооп иретинде ачууланганын жана боор ачыганын билдиришти.)

2-Кыз: «Ооба-а-а... Сени эч нерсеңе карабастан сүйүп жана түшүнүшү керек болгон өз ата-энеңдин соттогону башка бирөөлөрдүн соттогонунан жаманыраак».

Биз кыздардан алардагы мындай эмоцияны эмне пайда кылганын сураганыбызда, алар бул апа өзүнүн кам көрүүсүн башкачараак кылып, кызында өзүн айыптуу сезүүнү пайда кылбастан билдирсе болорун айтышты, мисал үчүн: «Сен бул окуу жылынын башынан бери туура тамактануу принциптерин жакшы аткарып жатасың. Бүгүн бузуп алганың үчүн кийин кайгырып калышыңды каалабайм. Кел, андан көрө

мен экөөбүзгө мөмө-жемиш салатын жасай коёюн», — деп айтса жакшы болор эле. Эч качан, эч кандай абалда, кандай гана кырдаал болбосун өз кызынын сырткы келбетин башка кыздардын келбетине салыштырып, башка кыздардын келбетин артык көрбөш керек, «Сен тигил же бул кыз сыяктуу болгун келбейби?» деген сыяктуу сөздү айтпаш керек.

2. Кызды тарбиялоодогу атанын ролу эсиңизде болсун

Изилдөөлөрүбүздүн жүрүшүндө биз кыздар ата-энесинин экөөсүнүн тең колдоосуна муктаж экендигине кайра-кайра ынандык, бирок атасынын сөзү кыздары үчүн өзгөчө мааниге ээ. Өзүнүн эмоциясын билдирүү аялдарга оңой жана табигый эле көрүнүш, бирок аталар дагы жакшы сөздөрдүн магиялуу күчүн колдоно билиши керек. Бизге көптөгөн сонун үлгүлөрдү келтиришти:

- «Биз атам экөөбүз соода борборлоруна бирге барабыз. Ал: “Бул кийим ушул кызга сонун жарашат экен, ал сага да сонун жарашат деп ойлойм” деген сыяктуу сөздү айтышы мүмкүн. Ал муну мендеги өзүмө болгон ишенимди арт-

тырыш үчүн айта турганын билемин, бирок баары бир бул сөздү угуу мага жагат. Мен мындай сөздөрдү губка сыяктуу сиңирип аламын».

Кыздар ата-энесинин экөөсүнүн тең колдоосуна муктаж, бирок атасынын сөзү кыздары үчүн өзгөчө мааниге ээ.

- «Менин атам көбүнчө мени өзү менен кайсы-бир жакка барышымды суранат, мисал үчүн, кафеге, анан кофе ичип жаткан учурда менин жашоомдо болуп жаткан нерсенин баары жөнүндө чын жүрөктөн сурайт. Бул эң сонун жана жаңы жетишкендиктерге жетишим үчүн мага күч берет».
- «Менин атам мени менен сыймыктанарын жана менин сулуу экенимди айтат. Мен дайыма ветеринар болгум келчү, атам мени бул иште колдоду. Ал менин эмнени кааласам, ошого жете аларымды айтат».

3. Кызыңыз өзүн жаман сезип турганда сооротуңуз, бирок ага басым көрсөтпөңүз

Балдар сизден алыстагысы келген каалоо менен туруктуу колдоого болгон муктаждыктын

ортосунда кыйналышат. Биз балдардан эгерде алар кайсы-бир себептен улам өзүнөн шектенип жаткан болсо, ата-энелер эч качан кыздарына басым көрсөтпөшү керек экенин көп жолу уктук. Ата-энелер кыздарын дайыма колдой турганын көрсөтүшү керек, бирок ошол эле учурда сөзмө-сөз айтканда, «ач кенедей асыла бербеши керек».

Мисал үчүн, бир апа өзүнүн сезимтал кызынын: «Сен мектепке бул бреккет менен барганды жек көрөрүңдү билемин. Кел, кофебизди ичели да, бул тууралуу бир аз убакытка унуталы», — деп айткан сунушуна жакшы реакция кыларын айтып берди. Же болбосо: «Сен ичиндеги нерсени билдиргин келген учурда, мен дайыма сени укканга даярмын», — деп айткан оңоюраак.

Кээде кыздар биздин сөздөрүбүзгө ишенбей турганын, эгерде аларды кайсы-бир нерсеге ишендириш үчүн *күчтүү* аракет кыла турган болсоңуз, ал андан да катуу каршылык көрсөтү турганын эске салуу керек. Бир кыз бизге муну айтып берди:

Эгерде сага өзүңдөгү кайсы-бир нерсе чындыгында эле жакпаса, а ата-энең болсо андай эмес-

тигине ишендиргиси келсе, сен аларга жөн гана ишенбей каласың. Мисал үчүн, *эгерде мен өзүмдүн чачтарымдын абдан жаман экенин билсем, апам болсо алардын нормалдуу экенин айтып көшөрсө, анда ал жөн гана эмне деп айтып жатканын билбейт деп коём.*

Мындай учурларда биз өзүбүздүн пикири-бизди билдирип, андан кийин теманы кийинкиге калтырып коюп, кызымды кантип ишендирсем болот деп ойлоп көрүшүбүз керек. Эгерде ал апасына ишенбесе, мүмкүн агасына ишенип калар?

4. Кызыңыздын өзүнө ишенбестиги кандайча көрүнөрүн билиңиз жана ага кам көрөрүңүздү көрсөтүңүз

Өзүнө болгон ишенбестиктин олуттуу көрүнүштөрү да кездешет. Мисал үчүн, тамак сиңирүүнүн бузулушу, же болбосо өзүнө зыян келтирүүнүн кеңири жайылган өзүн кескилөө сыяктуу түрлөрү. Мындай проблемалар профессионалдуу жардамды талап кылат жана биз аларды бул китепте карабайбыз. Бирок өзүн кескилеген эки кызга бул олуттуу проблемалардын себебин жеңип чыгуу үчүн ата-энелери кантип жардам бергенин карап көрүңүз:

- Өткөн жылга чейин атам менен ишенимдүү мамиле кура алган эмесмин. Мен өзүмдү кескилегенимди апам байкап калып, мени туура эмес тарбиялаганын айтып кайталап абдан ачууланып жатты. Бирок атам мага келип: “Укчу, мен сенин кылганыңды анализдеп көргөнү аракет кылган жокмун. Мен сага басым көрсөткүм келбейт жана сени соттогум да келбейт. Бирок эгерде сен проблемаларың тууралуу сүйлөшкүң келсе, билип кой, мен дайыма сенин жаныңдамын жана сага жардам бергенге даярмын”. Беш мүнөттүк бул сүйлөшүү баарын өзгөртүп жиберди. Мен тынчтыкты жана ишенимди сездим. Эми мен керек болгон учурда дайыма атама кайрылам».
- «Мен өзүмдү кескилегенимди атам билип калып: “Сенин өзүңө зыян келтиргич келгени мени тынчсыздандырат”, — деп айтты. Бул сөздөр мага анын мени сүйөрүн, мен үчүн кам көрөрүн, мендеги кайсы-бир нерсе туура эмес экенин байкап, бул нерсе ага кайгы алып келерин билдирди. Мен: “Балким, мен аны менен сүйлөшүп, бул проблеманы чечсемби?” — деп ойлодум. Анан ошондой кылдым, ошондон кийин өзүмдү кескилегенимди калтырдым».

**5. Кызыңыз өзүн өзгөчө сыйлабас
адам катары алып жүргөндө, муну көңүл
сыртында калтырбаңыз, бирок анын
жашоосуна катышпай койбоңуз**

Тилекке каршы, кыздар өзүнүн негативдүү эмоциясын чачкан учурда анын сөздөрү ата-энелерди капа кылышы, ачуулантышы жана алыстап кеткенге мажбур кылышы мүмкүн. Жада калса биз акылыбыз менен анын коркунуч жана өзүнө карата ишенбестик сезиминин айынан жарылып жатканын билсек деле, анын ачуусу өзүбүздү кийинки чабуулдардан коргоого болгон каалоодон улам жооп иретиндеги реакцияны пайда кылышы мүмкүн. Анын мындай туура эмес жүрүм-турумунун эң алгачкы себеби болгон ички кайгылардан бул варианттардын эч бири аны куткара албай турганы айдан ачык.

Көптөгөн ата-энелер, өзгөчө аталар, гормондук өзгөрүүлөр менен айлык циклдердин көп кыздардын маанайына күчтүү таасирин тийгизе турганын, проблемаларын тереңдетип жиберерин унутуп коюшат. Ошондуктан ата-энелер өзүнүн кызы тынч колдоого муктаж болгон дал ошол убакытта же алыстап кетишет, же чыңалууну күчөтүп жиберешет.

Албетте, бир да ата-эне балдары көрсөткөн сыйлабастыкка чыдабашы керек, кыздары чегинен ашып түшкөн учурду билдирип коюу абдан маанилүү. Бирок жүрүм-турумдагы проблемаларды талкуулап жатканда биз ситуацияны көзөмөлгө алышыбыз керек, кызыбыздан алыстабай, тынч бойдон калышыбыз керек. «Кымбаттуум, сен өз сөзүң менен бизди капа кылдың, мындай кылганың туура эмес. Биз азыр баарыбыз тыныгуу жасашыбыз керек. Бир аз тынчтангандан кийин сени ачууландырган нерсени түшүнүктүүрөөк кылып айтып бересиң деп үмүттөнөм».

Жүрүм-турумдагы проблемаларды талкуулап жатканда биз ситуацияны көзөмөлгө алышыбыз керек, кызыбыздан алыстабай, тынч бойдон калышыбыз керек.

Өзүн туура эмес алып жүргөнүн эң жакшы билген кызыңызга сүйүүңүздү көрсөтүү менен сиздин колдооңуз жана сүйүүңүз анын жүрүм-турумунан көз каранды эмес экенин көрсөтөсүз жана аны четке какпай турганыңызга ишендиресиз.

Энелерге атайын кайрылуу

Энелер, кызыңыздын атасы эң оор мезгилде да ага сүйүү көрсөткөнгө аракет кылганын көрсөңүз, ага ыраазычылык билдириңиз! Анын кылганы өзүнө жеңил эмес, анткени чабуул койгондо эркектер, адатта, дароо коргонууга өтүп алышат. Анын кезектеги оройлукка туш болуу мүмкүнчүлүгү болгон учурда да, «кактусту кучактаганга» болгон даярдыгын терең сыйлай турганыңызды айтыңыз.

Ошондой эле сиз кызыңызга кайсы учурларда анын жүрүм-туруму же сөздөрү атасынын ачуусун келтире турганын түшүндүрүп берсеңиз болот, анан ага өзүнө да башкалар ушундай кайрылганда өзүн кандай сезерин сурап көрүңүз. Мисал үчүн: «Кейт, атаң ачууланып, сени менен ачуулуу абалда сүйлөшсө, өзүңдү кандай сезесиң? Билесиңби, сен аны кемсинткенге аракет кылганда, ал да ушуну сезет. Сенин сөздөрүң жүрөктү оорутат, биздин үй-бүлөдө болсо мындай жүрүм-турум кабыл алынбайт. Келечекте күйөөңдү жана балдарыңды капа кылбаш үчүн сен өз сөзүңдү таразалап көргөнгө азыртан баштап үйрөн».

АР БИР КЫЗ ЭҢ СОНУН АЯЛ БОЛО АЛАТ

Жан дүйнөсүнүн тереңинде бардык кыздар өз пайдасын көздөбөстөн сүйгөн ата-энесине «каяша айтканын» билет. Бул күнөөлүү сезим алардын ички чочулоосун тереңдетип гана жиберет, алар сүйүүгө татыктуу эмеспиз деп ойлой башташат. Муну көз ирмемде оңдоп койгонго болбойт. Бирок сиз кызыңыздын жашоосуна тоскоол болуп жаткан жүрүм-турумун жеңип чыгышына күн сайын жардам бере турган болсоңуз, ал Теңир алдын-ала белгилеген жана жан дүйнөсүнүн тереңинде умтулуп жаткан өзүнө ишенген, күчтүү, сүйгөн жаш аял боло алат.



ЭГЕРДЕ СИЗГЕ КЫЗЫКТУУ БОЛСО...

*Балаңыз сизге эмне жөнүндө
баарынан көп айткысы келет*

*М*ен (Шонти) биринчи балама кош бойлуу экенимди билгенимде, досум мага: «Ымыркайдын бул дүйнөгө келиши менен эненин жүрөгү эч качан тынч болбойт, ал өмүр бою алар үчүн зыркырап турат», — деп айткан.

Эгерде сиз балдар жөнүндөгү биздин сезимдерибизди бөлүшө турган болсоңуз, анда бул китепте келтирилген маалыматтар сизди бир аз дүрбөлөңгө салышы мүмкүн. Ата-энелик оңой эмес милдетти аткарып жатып, сиз ансыз деле аз эмес толкунданууларга туш болдуңуз. Балдарыңа карап туруп, ата-энелик түбөлүктүү: биз жакшы тарбиялап жатабызбы, алар кандай адам болуп чоңоюшат, алар бизди эмнелерди басып

өткөнгө мажбур кылышат, биз аларды канчалык сүйө турганыбызды алар элестете алабы? — деген шектенүүлөргө алдырып коюу оңой.

Бизге өзгөчө оор болгон учурларда, жада калса биз балдарыбызга керек бекенбиз деп да ойлоп кетebиз.

Бирок изилдөөлөрүбүздүн жардамы менен биз дагы бир маанилүү нерсени үйрөнүп алдык: балдар бизди чын жүрөктөн сүйүшөт.

ЭҢ НЕГИЗГИ ЖООП

Көз карандысыз, өзүнө ишенген ушул балдар чын эле өз ата-энеси жөнүндө жана аларга кантип мамиле кылуу жөнүндө ойлошор бекенин билгибиз келди. Тажрыйбабыздан улам эгерде биз бул суроону тике берсек, балдар олуттуу түрдө жооп бербей турганын билдик. Ошондуктан биз аларга болгон тапшырманы татаалдаштырдык. Изилдөөлөрүбүздүн аягында биз балдарга кенен-кесир жоопту талап кылган суроону бердик.

Өзүңүзгө ушундай оңой эмес абалды элестетип көрүңүз. Эгерде сиз ата-энеңиздин эртең жок болуп каларын билип калсаңыз, аларга эмне жөнүндө да-роо айтканга аракет кылмак элеңиз?

Биздин изилдөөгө өлкөнүн ар бурчундагы ар түрдүү балдар катышкандыктан биз бир канчалаган үстүртөн жана олуттуу эмес жооптор менен даттанууларды күткөн болчубуз. Бирок балдардын биздин суроого берген жоопторун окуй баштаганыбызда өз сезимдерибизди кармап тура албадык. Балдар дээрлик бир добуштан бул үзүндүдө келтирилген нерсе жөнүндө айтышкан:

Кээде менин кылгандарым таптакыр башка нерсе жөнүндө айтканына карабастан, мен сизди сүйөм деп айткым келет. Мени барган сайын жакшы болушума мажбур кылганыңыздар үчүн рахмат. Ооба, мен кээде сиздерди мага адилетсиздик кылышты деп ойлогонмун, бирок мага ушундай кылышыңыздар керек болгонун жана мени сүйгөндүктөн ушундай кылганыңыздарды түшүндүм.

Жооптордун бир азы гана — 3% — негативдүү болчу. Кээ бир балдар олуттуу эмес жоопторду беришкен, же болбосо суроого таптакыр жооп берген эмес. Бирок басымдуу бөлүгү — 95% — бизге чыныгы сөздөрдүн агымын каптатты, алардын арасында: «Мен өкүнөм» жана «Мен сизди абдан сүйөм» деген жооптор дайыма угулуп турду.

«Мен жөн гана сизди сүйөм деп айткым келет».

Биз бул суроолордун жообунан турган дагы бир китепти жаза алмакпыз (алардын көпчүлүгү www.forparentsonlybook.com сайтында бар), бирок бул жерде балаңыз сизге айткысы келген билдирүүлөрдүн бир азын гана келтире кетебиз.

«Апа жана ата, мен силерди абдан сүйөм, силер мен үчүн абдан кымбатсыңар»

- «Биз башыбыздан бирге өткөргөн нерселерден кийин деле мен силерди мурдагыдай сүйөм. Билишим керек болгон нерсенин баары — силердин менин жанымда болгонуңар. Рахмат».
- «Менин кылгандарым башка нерсе жөнүндө айтып турса да, мен өз апамды абдан сүйөм жана урматтайм. Ал мен үчүн болгон аракетин жумшайт, а мен болсо кээде өзүмдү абдан жийиркеничтүү тутамын, бирок менин апам мен үчүн баары».
- «Мен кылган нерселеримдин баары үчүн өкүнөм. Ката кылганымды, өзүмдү акмак сыяктуу тутканымды билемин, бирок мен сизди

абдан сүйөм жана сиздин ойлоруңузду сыйлайм».

- «Мен өзүмдүн сизге болгон сезимдеримди дайыма эле билдире бербейм жана биз дайыма талашып-тартышып турганыбызга карабастан, жада калса сизди канчалык сүйө турганымды да айта албайм. Сиздин жардамыңызды четке каккан учурда деле мага жардам бергенге аракет кылганыңыз үчүн рахмат».
- «Мен сизди абдан сүйөм, сизди кайгыртканым жана түйшүктөрүмө көмүп салганым үчүн өкүнөмүн. Мен бул жөнүндө көп айткан жокмун, бирок силер эң сонун ата-эне болчусуңар. Силер менен асманда жолугушууну чыдамсыздык менен күтөм».
- «Мен ата-энеме аларды абан сүйө турганымды айтмакмын жана ар бир кылган ишим үчүн өкүнөрүмдү айтып күн бою ыйламакмын. Бул нерсе болбош үчүн колумдан келген нерсенин баарын кыла турганымды, алар үчүн өмүрүмдү бергенге даяр экенимди айтмакмын. Аларды дүйнөдөгү бардык нерседен артык көрөрүмдү, алардын мага бакыт тартуулаганын көп-көп жолу айтмакмын. Мен аларга мени жакшы

тарбиялашканын, алар менин ата-энем болгону үчүн абдан кубанычта экенимди айтмакмын».

- «Мен аларга мен үчүн кылган бардык нерсеси үчүн ыраазы экенимди айтмакмын. Ансыз мен бүгүн кандай болсом, ошондой боло алмак эмесмин. Аларга сүйөрүмдү, аларды капа кылган жана ачууланткан ар бир окуя үчүн өкүнө турганымды айтмакмын».
- «Мен аларга менин жашоомдо болуп жаткан нерсе жөнүндө айткандары дайыма эле жага бербесе да, ал жөнүндөгү ойлорун абдан баалай турганымды айтмакмын. Мен аларды сүйө турганымды жана жашоомдо алардын кеңешин жолдогонго аракет кыларымды айтмакмын. Өзүмдүн каталарымдан сабак алганды үйрөнгөнүмдү... алардын жардамы менен, алардын кам көрүүсү менен менин жашоом сонун боло турганына ишене беришин айтмакмын».
- «Мен аларды дүйнөдөгү бардык нерседен артык көрөрүмдү айтмакмын. Алар мага жашоо тартуулаганы үчүн, өз алдынча болушума жардам бергени үчүн ыраазычылык билдирмекмин. Аларды жана алардын мага үйрөт-

көнүн эч качан унутпай турганымды айтмакмын. Алардын тарбиясынын жардамы менен жашоодо өзүмдү ишенимдүү сезе турганымды, баарын башкара ала турганымды, менде баары жайында боло турганын билишин кааламакмын. Алар мени жоопкерчиликке үйрөткөнү үчүн жана дайыма мага ишенгени үчүн аларга ыраазычылык билдиргим келет».

- «Биз кетирген бардык катачылыктарга карабастан, алар мен үчүн баары экенин, аларды сүйө турганымды айтмакмын жана алар да мага карата ушундай нерсени сезе турганын үмүт кылам».
- «Мен өзүмдүн кылгандарым үчүн өкүнөм. Мен өзүмдү жакшы бала боло алган жокмун деп сезип жатам, бирок, сураныч, менден жүз үйрүп кетпегиле. Мен силердин экөөңөрдү тең абдан сүйөм. Сураныч, кетпегилечи».
- «Апа жана ата, мен силердин уулуңар болгонума канчалык кубанычта экенимди силер эч качан билген эмессиңер. Силердин мен үчүн кылган нерсеңердин баары жана эмнени курмандык кылганыңар эсимде. Мен силерди абдан сүйөм. Силердин сүйүүңөрдүн жардамы менен мен өзүм да сүйгөндү үйрөндүм. Силер-

дин жардамыңар аркылуу мен бул дүйнөдө жашай аламын. Менин бардык проблемаларыма карабастан, силер менин жеңип чыгышыма чыдамдуулук менен жардам бердиңер, мен күчтүүрөөк боло түштүм. Мен силерди абдан сүйөм».

- «Апа жана ата, болбогон нерселердин, кээде болсо олуттуу проблемалардын айынан тартышып калганыбызга жана силердин сезимиңерди жаралаган жана биздин мамилебизди бузган сөздөрдү айтканыма карабастан, мен силерди баарынан артык сүйөм жана муну силердин билишиңерди каалайм. Силер менде болгон жана силер өзүңөр билбеген проблемаларымды да жеңип чыгышыма жардам бердиңер. Силердин жашоодон алган сабактарыңар жана насааттарыңар мага жардам берди. Бардыгы үчүн рахмат».

*Силердин мен үчүн кылган нерсеңердин
баары жана эмнени курмандык
кылганыңар эсимде.*

- «Апа, мени туура тарбиялаш үчүн жана жакшы адам болушум үчүн абдан көп эмгектенге-

нинди билемин. Эч кандай жардам албастан төрт баланы тарбиялап өстүрүү канчалык кыйын экенин билемин, сен бүт күчүң менен аракет кылганыңды билемин жана бул үчүн сага абдан ыраазымын. Мен жардамга өзгөчө муктаж болгон учурда мага жардам бергениң үчүн рахмат».

- «Бардык кылган курмандыгыңар үчүн рахмат, МЕН СИЛЕРДИ СҮЙӨМ, мага ишенгениңер үчүн рахмат».
- «Кээде заардуу болуп калганыма өкүнөм. Мен муну атайылап жасабайм. Дайыма муну билдире албаганыма карабастан, мен өз ата-энемди сүйөмүн».
- «Алар дүйнөдөгү эң сонун ата-эне. Алардын жардамы менен мен коомдун мыкты мүчөсү болуп калдым. Мен да өз балдарымды тарбиялаганда канчалык мүмкүн болсо, ошончолук деңгээлде алардын жолун жолдоймун».

Көңүлүңүздү көтөрүңүз!

Бул саптар бизди ыйлаганга мажбур кылды, балким сиздин да бир аз көз жашыңызга себепчи болгондур. Бирок бул сизге колдоо катарында да

кызмат кыларына үмүт кылабыз. Бул сөздөрдүн баары өз эркиндиги үчүн күрөшө турганын ишенимдүү айткан, өзүнүн индивидуалдуулугун айтып, апасы менен атасын ачууландырган балдар тарабынан айтылган. Башкача айтканда, бул балдар сиздин балдарыңызга кайсы-бир жагы менен окшош.

Сиздин балаңыздын жүрөгү сизге болгон сүйүү менен сый-урматка толо экенине биз ишенебиз. Бул анын кыймыл-аракетинен байкалбаса деле, ал сизди баалайт. Бир күн келип ал өзү сизге бул тууралуу айтып берет. Ошондуктан Ыйык Китептеги аял сыяктуу (караңыз: Накыл. 31) балдарыңыздын кайсы-бир убакта «ордуна туруп, сизди сыйлашарына» үмүт кылсаңыз болот.

БАРДЫК ЖАКШЫ НЕРСЕ АЛДЫДА

Бул китептен үйрөнгөн нерсеңиз сиздин болуп жаткан нерсеге жаңыча карашыңызга мүмкүнчүлүк берерине жана сизден ошончо күчтү тартып алган эң сонун балдарыңыз менен алдыдагы мамилени кура билишиңизге шыктандыруу берет деген үмүттөбүз, а негизгиси болсо, аларды карап кубана алышыңызга мүмкүнчүлүк берет.

Бирок эсиңизде болсун, сиз бул китепти окуп, колуңуздан келген нерсенин баарын жасап жаткан учурда, Теңир да сизге жакшы болсун үчүн иштеп жатат. Ал сиздин балдарыңыздын эң сонун, өзүнүн чакыруусуна жана максатына толугу менен төп келген чоң адамга айланышын сизден да көбүрөөк каалайт.

Бул тууралуу биз маектешкен балдар ачык айтып беришти: эгерде сиз күч жумшасаңыз жана эң сонун, кыйын, бороон-чапкындуу, эмоционалдуу жылдардан баатырдык менен басып өтсөңүз, жыйынтык сизди күттүрбөйт. Ошентип качандыр-бир күнү биздин акыркы сурообузга бир баланын айткан жообундай жоопту уга аласыз:

Мен ата-энеме аларды канчалык сүйө турганымды эч качан көрсөтпөгөнүмдү жана билдирбегенимди айтмакмын. Алардын мага бийик талаптарды койгонуна жана туура эмес иштерди кылганымда жазалашканына ыраазымын. Алар мени акыл-эстүү иш кылганга, жакшы манераларга үйрөткөнүнө, Кудай жөнүндө билишине жардам бергенине жана мага рухий баалуулуктарын өткөрүп бергенине ыраазымын. Аларга ачууланган, аларды акмак деп ойлогон мезгилдер үчүн жана аларды жагымсыздыктарга туш кылганым үчүн кечирим сурамакмын. Мен сөзсүз түрдө алар менин

жашоомдогу эң маанилүү адамдар экенин жана азыркыдай адам болгонума жардам беришкенин айтмакмын. Алар менин досум болушту жана мага өз насааттары менен жардам беришти. Мен үчүн кылган алардын бардык аракетин баалаймын. Мен аларды сагына турганымды айтмакмын, мени машайакчылык ишенимге тарбиялаганы үчүн ыраазычылык айтмакмын, анткени мен азыр дагы кайрадан жолугушарыбызга ишенемин.

СӨЗ АЯГЫ

*Аксакалдары жаштарын уккан
муун бактылуу, анткени ошондо
кийинки муунда жаштар аксакалда-
рын уга турган болушат.*

Байыркы эврей макалы

Балдардын ички дүйнөсүнө болгон саякатыбызда бизди коштоп жүргөнүңөр үчүн рахмат. Бул китеп аналитикалык долбоор катары пландаштырылган болчу, бирок биз анын үстүнөн иштеп, изилдөөлөрдү жүргүзүп жатканда бул жумуш биз үчүн профессионалдуу планда гана эмес, жеке планыбызда да маанилүү жана кызыктуу боло түштү. Биз бул эврей макалынын канчалык акылман жана чын экенин түшүндүк жана балдар өздөрүнүн акылман ата-энесинин жашоосуна катышышын жана насааттары менен жардам беришин чын эле *каалашарын* көрдүк.

Балдар чындыгында эле ата-энеси менен баарлашкысы келет. Эгерде аларды кайсы-бир даамдуу

нерсе менен сыйлай турган болсоңуз, алар сүйлөй беришет, сиз аларды уга алгыча сүйлөй беришет. Алар сизге эмнени сезип турганын айтып беришет, сиз дайыма эле макул боло бербеген пикирлерин тынбай айтышат.

Биздин долбоор аягына чыкты, эми ата-энелер менен балдардын ортосундагы мамиле дагы чынчылыраак болоруна ишенебиз. А бул үчүн болсо, биз балдардан эмнени билгибиз келерин, андан кийин аларга суроо берип, айткан жоопторун көңүл коюп угуу жөнүндө ойлонубуз керек. Балким, алардын бизге айтканын уккандан коркот чыгарбыз?

Биз өзүбүз деле көп учурда мындай коркунучту сезе турганыбызды мойнубузга алышыбыз керек! Бирок Ыйсанын кандай болгонун эстеп көрүңүз, Ал Өзүнүн шакирттери менен сүйлөшкөндө аларды дайыма сүйгөн, соттогон эмес, чындыкка толо болгон, сиз дагы бардыгына туруштук бере аласыз, ар бир учурда кандай реакция кылууну билесиз.

Бардык изилдөөлөргө, статистикага жана ачылыштарга карабастан биз кантип жакшы ата-эне болуу керектигин өмүр бою үйрөнөбүз. Биз экөөбүз тең өзүбүздөгү эмнени өзгөртүү жөнүндө ойлонобуз, бирок акыркы жыйынтыкта Кудайдын ырайымы ушундай сонун адамдарды тарбиялашыбызга жар-

дам берип жатканына абдан кубанычтабыз. Башкача айтканда, Кудайдын кереметтерди көрсөтө алуу мүмкүнчүлүгү биздин катачылык кетирүү жөндөмүбүзгө караганда кыйла күчтүү! Бул жакшы да, туурабы?

Сиздин жана биздин сонун, кыйын, коркунучтуу жана кубанычтуу жолубузга Кудай батасын берсин!

Шонти жана Лиза

ЭСКЕРТҮҮЛӨР

Китеп үчүн биз негизинен биринчи изилдөө ыкмасын колдондук, ошондой эле жооптор үчүн жеке жана топтук сүйлөшүүлөрдө жана өлкөнүн масштабында жүргүзүлгөн жазуу жүзүндөгү сурамжылоодо тикеден-тике балдарга кайрылдык. Изилдөөлөрдүн толук жыйынтыктары, анын ичинде акыркы суроого болгон балдардын сөзмө-сөз жоопторун биздин www.forparentsonlybook.com деген сайтыбыздан таба аласыңар.

Балдарды тарбиялоодогу кээ бир проблемаларды кененирээк карап чыккысы келгендер үчүн биз адабияттардын тизмесин Шонтинин (www.shaunti.com) деген негизги сайтында келтире кетебиз.

Биз бул жерде китепте колдонулган материалдарга шилтеме беребиз.

1-Бөлүм

Cheaper by the Dozen, DVD, directed by Shawn Levy (2003, Los Angeles: 20th Century Fox.2004).

2-Бөлүм

Өспүрүмдөрдүн мээсинин өнүгүү процесси каралган материалдар:

N. Eshel and others, “Neural substrates of choice selection in adults and adolescents: development of the ventrolateral prefrontal and anterior cingulate cortices”, *Neuropsychologia* (2007), www.nimh.nih.gov/press/adolescent-brains-risky-choices.cfm.

J. N. Giedd and others, “Brain development during childhood and adolescence: a longitudinal MRI study”, *Nature Neuroscience* 2, no. 10 (1999), www.nature.com/neuro/journal/v2/n10/pdf/nn1099_861.pdf.

Carolyn Y. Johnson, “Parents get look at teens’ brains: Project seeks to explain behavior”, *Boston Globe*, 10 November 2005, www.boston.com/news/education/higher/articles/2005/11/10/parents_get_look_at_teens_brains?mode=PF.

Ата-энелерге өз балдарынын «мээсинин алдыңкы бөлүгү» болуу кеңеши жогоруда айтылган адистердин бири тарабынан берилген.

3-Бөлүм

Баланын өнүгүү этаптары тууралуу маалымат бул китептерден өздөштүрүлгөн: Erik Erikson’s *Eight Stages of Development and other resources*,

ошондой эле башка булактардан, анын ичинде: *Patient Teaching Loose-Leaf Library* (Spring-house, PA: Springhouse, 1990), <http://honolulu.hawaii.edu/intranet/committees/FacDevCom/guidebk/teachtip/erikson.htm> жана www.childdevelopmentinfo.com/development/erikson.shtml. Салыштырмалуулук этабы жөнүндөгү маалымат доктор Кэрбериден алынган.

Never Been Kissed, DVD, directed by Raja Gosnell (1999; Los Angeles: 20th Century Fox, 2003).

Мыйз. 4:29 ду караңыз: «Бирок сен ал жерде Кудай-Теңиринди издесең, Аны табасың. Эгерде Аны чын жүрөгүңдөн, жан-дилиң менен издей турган болсоң, анда табасың!».

«Инсанды аныктоо тобу» Майкл Биклдин уруксаты менен колдонулган, www.ihop.org.

4-Бөлүм

«Сен эми чоң кыз болуп калганыңды эсте жана өз проблеманды өзүң чеч!» деген сөз кеңири таралган сөз болуп саналат жана Роз Ван Метердин (**Roz Van Meter**, *Put your big girl panties on and deal with it!* (Naperville, IL: Sourcebook, 2007)) китеби аталып калган.

7-Бөлүм

Эмерсон Эггерихстин келтирилген цитаталары 2006-жылдын августунда болгон жекече сүйлөшүүдөн жана Шонти Фельдандын «Өзгөчө жашыруун: аялдарга эркектер тууралуу» китебинен алынган (орус тилине которулуп, «Шандал» басмаканасы тарабынан 2006-жылы басылып чыккан. — *Ред. эскер.*).

ЫРААЗЫЧЫЛЫКТАР

Бул китептин жаралышына жардам бергендердин баарына: досторубузга, биз үчүн сыйынгандарга, адис-психологдорго жана биздин чыныгы эксперттерибиз болгон, биз менен өзүнүн акылмандыгын бөлүшкөн, биздин изилдөөлөрдүн жүрүшүндө жеке сүйлөшүүлөр менен топтук интервьюлар учурунда суроолорго жазуу жүзүндө жооп берген балдарга чексиз ыраазыбыз.

Баарынан мурда бул китепти жазып жаткан учурда биз үчүн күйүп-жанган жүрөк менен сыйынгандардын баарына чын жүрөгүбүздөн чыккан ыраазычылыгыбызды билдиргибиз келет. Марта жана Барри Абрамска, Диана Бейкерге, Скотт жана Тамми Бекке, Аллан Биберге, Элизабет Бейнхокерге, Скотт жана Патти Бенджаминге, Джулия Блаунтка, Мэри Франсес Боулиге, Майкл Браунга, Энн жана Том Брауниге, Кэти Карнаханга, Сьюзан Конлиге, Крист Кроуфордго, Джерри жана Кейс Критке, Линда Крюска, Джонни жана Анна Кристке, Элисон Дарреллге, Майк Диглга, Дебби

ДеГраффка, Занис Дунканга, Келвин жана Нериде Эдвардска, Линн жана Крейг Эламга, Дэрби Фергюсонго, Джули жана Скотт Фидлерге, Сьюзан Флекке, Сара Фоглга, Ларисса Фонтенотко, Нэнси жана Дейвид Френчке, Мередит Ганттка, Кейт жана Шед Гейтска, Дэн Глейзге, Дэб жана Майкл Голдстоунго, Лаура Гриндлиге, Корки Хаанга, Вансу Ханифенге, Дин жана Яна Хэрбриге, Лесли Хеттенбахка, Джуди Хитсон Энн Хотчкисске, Паркер Хадсонго, Ли Хульткистке, Виктор Джиге, Джейн Джойнерге, Лиза Джойско, Джуди Кипплерге, Келли Монро Кульбергге, Майкл Лихага, Эльза Либенбергге, Мэри Лудермилкке, Джен жана Джон Маклориге, Ив Монтавонго, Курт Монтавонуга, Джон жана Лиза Нэглга, Элизабет Ноллерге, Брюс жана Сью Остеринкке, Карл жана Майк Оуэнге, Бетти жана Дейвид Паттенге, Линда жана Джек Престонго, Молли Рэнкинге, Дик жана Джуди Рейдингерге, Мельбе Райска, Аннабель жана Марк Робертсонго, Роджер Скарлеттке, Уэнди жана Альберт Шашуага, Ди Джей Снеллага, Жаклин Свитке, Джоанн Турбиге, Джуэлс Уорренге жана Дженнифер жана Джин Уилерге ыраазычылыгыбызды билдиребиз.

Эң сонун изилдөөнүн программасын иштеп чыккан «Analytic Focus» (www.analyticfocus.com) тобундагы Чак Коуэнге, андан кийин аны жүргүз-

гөн «Decision Analyst» (www.decisionanalyst.com) тажрыйбалуу командасына жана өзгөчө Келли Пигменен Кевин Шарпка төртүнчү жолку ыраазычылыгыбызды билдиребиз.

Биз бардык катышуучуларга интервьюнун жашыруун экендигине кепилдик бердик. Бирок биз бул жерде Атлантада топтук интервьюларды жүргүзгөн, биздин суроолорубузга терең ойлонуп, терең жооп гана бербестен, изилдөөбүздүн кийинки этабында жамгырдай жааган суроолорду беришибизге уруксат берген кээ бир балдарга ыраазычылык билдирип кеткибиз келет. Алардын аты төмөнкүдөй (фамилиясы аталган жок): Алексис, Эми, Эндрю, Бен, Брэндон, Крис Х., Крис Р., Кристиан, Кристофер, Фрэнк, Грег, Ханна Р., Ханна С., Джеред, Джессика, Джонатан, Джозеф, Кимберли, Ларри, Мэтт, Нейт, Райан, Сара, Тейлор, Тайлер, Йотам жана Закари, силерге чоң рахмат!

Джорджия штатынын Дулут шаарындагы офистеринин бирин топтук интервью өткөрүшүбүз үчүн айкөлдүк менен берген Марш Андерсен-Бомарга жана Джорджия штатынын Норкросс шаарындагы азыркы учурда да ресторан, офис жана конференц зал кызматын улантып жаткан «Atlanta Bread Company» фирмасынын ээси Марианна жана Рон Мюррейге өзүнчө ыраазычылыгыбызды билдиребиз.

Кээ бир адистер бизге бул китепте ачып берген нерселерди үйрөнүшүбүз үчүн өздөрүнүн баа жеткис жардамы менен колдоосун көрсөтүштү. Биз доктор Джули Кэрберге, Вики Кортниге (www.virtuousreality.com), Нерид Эдвардска жана Эмерсон Эггерихске (www.loveandrespect.com) өзүнчө ыраазычылыгыбызды билдиребиз.

Биз бул китепти Шонтинин бүт командасынын профессионалдуу жана жеке, атап айтканда Ванс Ханифен, Лесли Хеттенбах, Кери Шуэрман, Талли Уайтхед жана өзгөчө Шонтинин «оң колу» болгон, бул китептин идеясын сунуш кылган Линда Крюстун жардамысыз жаза алмак эмеспиз. Биз ошондой эле Занис Дунканга ыраазычылыгыбызды билдиришибиз керек, анткени ал кимдерди бизге финансылык колдоого тартса болот деген тапшырманын үстүндө үзүрлүү эмгектенди. Адаттагыдай эле, бизге эң керектүү жардамды берген агентибиз Келвин Эдвардска ыраазыбыз.

Таланттуу жана талыкпаган редакторлорубуз Лоре Баркер менен Дейвид Коппага, ошондой эле Стив Кобба, Дудли Делффска жана «WaterBrook Multnomah» басмаканасынын бардык эмгек жамаатына биздей оор авторлого көрсөткөн жакшылыгы жана кичи пейилдиги үчүн чексиз ыраазыбыз. «Random House» басмаканасына көчүп өткөндө

«Multnomah» жамаатынын көптөн бери эмгектенген мүчөлөрүнө, азыр башка тармактарда эмгектенип жаткан Дон жана Трэнд Джейкобсонго өзгөчө ыраазычылыгыбызды билдиргибиз келет. Биз сиздерди абдан сагындык жана дайыма сиздерди жылуу сезимдер менен эскеребиз.

Ошондой эле биз ата-энелерибиз Ричард жана Джуди Рейдингер менен Глен жана Ли Хультквистке терең ыраазыбыз, бул китепте жарык көргөн көптөгөн принциптерди практика жүзүндө колдондук.

Биз дүйнөдөгү эң сонун күйөөлөрүбүзгө — Джефф Фельдан менен Эрик Райска болгон ыраазычылыгыбызды кандайча билдирүүнү билбей турабыз, алар бизди абдан колдошту жана жардам беришти! Ошондой эле биз алты балабызга (Лизанын да, Шонтинин да) ыраазычылыгыбызды билдиребиз, анткени иштин жүрүшүндө биз жан аябай эмгектендик, ошону менен катар үй-бүлөбүздүн убакытын алдык, буга моюн сунганы үчүн аларга терең ыраазыбыз.

Баарынан мурда биз Асмандагы Атабызга, жалгыз жеткилең Ата-Энеге момундук менен ыраазычылык билдиргибиз келет, Ансыз биз эч нерсе кыла алмак эмеспиз.

МАЗМУНУ

1-Бөлүм. Биздин балдар кантип чоңоюшат?6

Баланын ички дүйнөсүнө саякат

2-Бөлүм. Козголоңдун себеби эмнеде?23

Эмне үчүн жакшы балдар деле эркиндикке талпынат жана бул проблеманы кантип акылдуулук менен чечсе болот

3-Бөлүм. Сиз кимсиз?64

Эмне үчүн балаңыз кокусунан эле сизге бөтөн адам сыяктуу мамиле кыла баштайт жана өзүн чоочун бирөө катары тутат

4-Бөлүм. Эмне үчүн катуулук жөнүндө унутпаш керек.....106

Эмне үчүн балаңыз өз ичинен сиздин өз позицияңызда бекем турушуңузга үмүттөнөт

5-Бөлүм. Мен жаныңда болом жана сага жардам берем..... 142

Олку-солку болуп турган учурда да өспүрүмдөр өзүн ишенимдүү сезишине кантип жардам берүү керек.

6-Бөлүм. Сен мени угуп жатасыңбы? 176

*Эмне үчүн балаңыз сиз менен мамилелешкенге
мүмкүн эмес деп толук ишенет жана мындай эмес
экенине кантип ишендирүүгө болот*

7-Бөлүм. Алардын жүрүм-турумуна кандай
реакция кылуу керек?207

*Маанайдын өзгөрүшү өспүрүмдөрдүн ички коркуну-
чу жөнүндө эмнелерди айтат жана алардын өзүнө
ишенген адам болушу үчүн кантип жардам берүү
керек*

8-Бөлүм. Эгерде сизге кызыктуу болсо258

*Балаңыз сизге эмне жөнүндө баарынан көп айт-
кысы келет*

Сөз аягы270

Эскертүүлөр.....273

Ыраазычылыктар277