

Предисловие Гордона Ньюфелда.

Когда я впервые встретил Дагмар Нойброннер в 2006 году в Гамбурге, я не подозревал, что это станет началом близкой дружбы. Дагмар произвела на меня впечатление остротой своего ума, независимым характером и прочными установками. Когда я узнал ее лучше, мне открылась женщина, обладающая отвагой, стойкостью и эмпатией. Я очень обрадовался, когда она решила опубликовать немецкоязычную версию моей книги «Наши дети нуждаются в нас!» («Не упускайте своих детей» — на русском языке), и еще больше — когда она приняла приглашение пройти у меня обучение. Так она стала преподавателем Института Ньюфелда и ведущей обучающих курсов Института Ньюфелда на немецком языке.

Некоторое время назад Дагмар представила мне свой проект создания обзорной немецкой книги о модели Ньюфелда. На мой взгляд, она является наиболее подходящим для этого человеком. Мастерское проникновение в содержание и структуру в ее случае замечательно обогащается природной интуицией и образованием в сфере естественных наук. С ней читатель в надежных руках.

В послании, которое несет эта книга, заложена некоторая срочная необходимость. Невзирая на отсутствие сомнений в общественной природе человека, культурные традиции и ритуалы, объединяющие нас, судя по всему, все в большей степени утрачиваются. Наши дети

теряют те основы привязанности, в которых они в идеале должны расти. Мы, как родители и учителя, теряем естественную силу привязанности наших детей к нам — силу, которая нужна нам, чтобы мы могли соответствовать возложенной на нас ответственности.

Мы не можем вернуться ко вчерашним традициям и ритуалам. Наш материализм сделал практически невозможным восстановление былой культуры. Мы можем только надеяться, шагать вперед и стараться осознать: что нужно нашим детям, чтоб их человеческий потенциал сполна реализовался? Изложенные далее выводы дают ответы, которых более не предоставляет нам наша культура.

Слова, звучащие в унисон с нашей естественной интуицией, являются дверями, ведущими к сознанию. В этой книге сделана попытка найти слова, соответствующие интуиции читателя. Вытекающее из этого осознание дает нам чувство уверенности и мужество быть теми родителями и учителями, в которых действительно нуждаются наши дети. «Танец» между родителями и детьми является одним из древнейших танцев во Вселенной, и он наполняет всех участников глубочайшим чувством удовлетворенности — до тех пор, пока они не начинают спотыкаться друг о друга.

В модели Ньюфелда речь идет о том, чтобы дать людям возможность проявлять истинную человечность. Представленная здесь теория формировалась в течение многих десятилетий на основе всех известных фактов о развитии человека. Эти факты были собраны воедино, профильтрованы для вычленения существенного и под-

готовлены для использования в решении непростой задачи воспитания и обучения следующего поколения.

Я желаю вам приятного чтения базовых основ теории Ньюфелда.

*Проф. д-р Гордон Ньюфелд, Ванкувер
Основатель и руководитель Института Ньюфелда*

Введение.

О чем идет речь в теории Ньюфелда, а о чем — нет.

Так называемую теорию Ньюфелда можно рассматривать как карту местности. На этой карте обозначены чувства, процессы развития, эмоциональная динамика, потребности, потенциал, возможные ошибки в развитии, блокады и способы их разрешения, а также реакции и ситуации «замкнутого круга» в поведении наших детей. Этим модель Ньюфелда существенно отличается от многих моделей воспитания и отношений, в фокусе которых находится исключительно поведение ребенка. Гордон Ньюфелд исходит из того, что в основе поведения наших детей лежат логичные и понятные процессы и динамики, упирающиеся в инстинкты, деятельность желез и структур мозга, развившихся вследствие и в ходе эволюции. Это не означает, конечно, что модель Ньюфелда хочет свести наших детей и человека в целом исключительно к упомянутым функциям. Но эти функции, сформировавшиеся в течение сотен тысяч лет человеческой эволюции, по-прежнему представляют собой определяющую основу здорового развития наших детей. Поэтому нам полезно знать эти основы. Исходя из них мы можем доступно и убедительно объяснить практически все поведенческие реакции, а, значит, любые проблемы в поведении и развитии.

Знание этих правил игры предоставляет неоценимое преимущество в сравнении со всеми методами воспита-

ния, предлагающими техники под девизом «Что делать, если мой ребенок...» Все эти рецепты не помогают нам понять, что происходит внутри ребенка. Парадигма Ньюфелда рассматривает детей не как автоматы, в которых нужно нажимать правильные кнопки, чтобы добиться желательного поведения. Гордон Ньюфелд видит детей скорее, как сложных созданий, пребывающих в постоянном развитии, чьи способы поведения — какими бы неуместными или ненормальными они нам иногда ни казались, — подчиняются доступным пониманию и в принципе простым закономерностям. В этом есть важное преимущество: понимая внутренние побуждающие силы ребенка, мы в то же время очень многое узнаем о самих себе. Потому что наши действия и реакции формируются по тем же «древним» моделям, только мы пребываем на иной ступени развития, чем наши дети, — по крайней мере, так должно быть.

Карта местности — это нечто принципиально иное, нежели план маршрута, который мы можем загрузить из интернета. Недавно я ехала после лекций в земле Шлезвиг-Гольштейн, в направлении Бремена, и решила навесить подругу, которая живет недалеко от Гамбурга. Карты у меня с собой не было, но я распечатала себе план маршрута, т. е. набор указаний относительно того, куда ехать. Этот план привел меня прямоиком к непредвиденному препятствию: перекрытому мосту, перебраться через который было невозможно. Поскольку я имела перед глазами только отдельные строгие указания вместо целостной картины, мой красивый план оказался бесполезен. Именно эта дающая целостную картину карта мест-

Содержание

Предисловие Гордона Ньюфелда.....	3
Введение.....	6
О чем идет речь в теории Ньюфелда, а о чем — нет.....	6
Глава 1 Концепция развития.....	12
Что такое зрелость?.....	12
Три составляющих наполненной жизни.....	13
1. Сила становления.....	13
2. Сила адаптации.....	14
3. Сила интеграции.....	17
Уровни интеграции.....	18
Заключение.....	23
Глава 2 Концепция привязанности.....	25
Что понимают под глубокой привязанностью?.....	25
Свойства привязанности.....	28
Привязанность полярна.....	29
Привязанность иерархична.....	31
Привязанность делает уязвимым.....	34
Рост и уровни привязанности.....	36
1. Привязанность на уровне ощущений.....	37
2. Привязанность на уровне похоти.....	38
3. Привязанность на уровне принадлежности и преданности.....	39
4. Привязанность на уровне значимости.....	40
5. Привязанность на уровне эмоциональной близости, любви.....	41

6. Привязанность на уровне психологической близости, познанны	43
Развитие привязанности.....	44
Выстраивание взаимосвязи посредством танца привязанности.....	45
Шаг 1. Установить контакт.....	46
А как на счет взрослых?.....	47
Шаг 2. Найти точки соприкосновения.....	48
А взрослые?.....	49
Шаг 3. Пригласить зависеть от нас.....	49
А что со взрослыми?.....	50
Шаг 4. Помогать ориентироваться.....	51
А взрослые?.....	52
Заключение.....	52
Глава 3 Концепция уязвимости.....	55
«Равлик-Павлик, высунь рожки...»[1].....	55
Причины возникновения хронических защит.....	58
Три вида защит.....	59
1. Защиты на уровне чувств.....	59
2. Защиты на уровне восприятия.....	60
3. Защитное отчуждение.....	63
Заключение.....	66
Глава 4 Концепция зависимости.....	67
Зависимость — неверно понимаемый фактор.....	67
Зачем нужна боязнь чужих, или «Защита от злого дяди».....	69
Позиция альфы.....	72
От корней к крыльям.....	73
Предложение большее, чем запрос.....	74
Ориентация на ровесников.....	77
Ориентация на ровесников и школа.....	78
Заключение.....	79
Глава 5 Три реакции на сепарацию (разделение).....	81
Реакция 1: тревога.....	82
Реакция 2: стремление к близости.....	84
Реакция 3: фрустрация.....	85

Что такое агрессия?	90
Заключение.....	93

Глава 6 Трехсторонний подход Ньюфелда:

использование карты	94
1. Выстраивать привязанность, но правильно!	95
Разве мы не должны оставаться естественными?	97
2. Компенсировать незрелость	100
Структуры, привычные действия и ритуалы	101
Сначала привязанность — потом указания.....	101
Подавать пример «зрелого» поведения.....	102
Подчеркивать то, что получается.....	104
Делать упор на сильные стороны, а не сетовать по поводу недостатков.....	104
3. Поддерживать созревание.....	105
Пробуждать добрые намерения	106
Побуждать к смешанным чувствам.....	107
Давать погрузиться в тщетность.....	108
Танец слез:.....	108
Снимать блокады, мешающие развитию	109
Мы защищаем ранимую душу ребенка от тех чрезмерных нагрузок, которых можно избежать.....	111
Мы объясняем ребенку, что нежные, уязвимые чувства — это хорошо.....	111
Мы делаем уязвимость безопасной.....	112
Мы демонстрируем собственную открытость уязвимости.....	113
Мы приглашаем ребенка открыться нежным, ранимым чувствам	113
Мы осторожно касаемся маленьких шрамов и щадим большие раны.....	114
Заключение.....	115

Глава 7 Часто встречающиеся проблемы детского

возраста в свете теории Ньюфелда	117
Незрелость как причина проблемного поведения	117
Агрессия в любой форме.....	119
В принципе, тому могут быть три причины.....	123

Рекомендации при агрессивном поведении	125
Застенчивость и робость.....	126
Страхи	129
Нарушение внимания.....	130
Нарушение внимания и уязвимость	131
Нарушение внимания и повышенная чувствительность	133
Пара слов о риталине	135
Агрессоры и жертвы[2]	135
Проблемы с засыпанием.....	137
Нарушение пищевого поведения	138
Противление	140
Ссоры сестер и братьев	142
Плаксивость.....	144
Подростковый возраст	146
Заключение.....	150
Облегчение.....	150
Чувство вины	151
Возмущение	151
Слова благодарности	154