

Передмова

Я з нетерпінням чекала на появу свого первістка, але і подумати не могла, що в перші місяці її життя (це була дівчинка) викличуть в мене стільки переживань та суперечливих почуттів. Я обожнювала свою маленьку, але іноді на мене звалювалась така непереборна втома, що не було сил терпіти. Мене доводив її плач, причину якого я часто не могла зрозуміти. Що це — біль, голод, недосипання? Автори деяких книжок для молодих батьків стверджували, що розібратися не так уже й важко, проте я не володіла такою здатністю. Я тільки нервувала і дратувалася.

Звичайно, я ні на що на світі не проміняла б своє горде звання молодої мами, але мої близькі крадькома похитували головами. В їхніх очах я частенько виглядала неспроможною. Підростаючи, моя дочка, як багато дітей, піднімала бунт проти розпорядку, який мені титанічними зусиллями вдалося створити.

Мої рідні та друзі вважали, що я «розпустила» власну дитину, бо не бажаю занадто обтяжувати себе. На їхню думку, я не потрапляла в розряд

справжніх матерів, які відчувають свою дитину серцем і краще за нього самого знають, чого вона хоче, що їй слід або, навпаки, не слід робити.

Я ж, не будучи повністю впевненою в своїх педагогічних талантах, часто мучилася сумнівами, не здогадуючись, як мені краще вчинити в тій чи іншій ситуації, експериментувала і часто змінювала свої переконання, хапаючись то за один аргумент, то за другий.

Без сумніву, я ставилася до дочки як до людини, гідного поваги. Раз у раз я намагалася встати на її місце, щоб краще її зрозуміти. Університетська освіта і професійний досвід спілкування з дітьми рішуче налаштували мене проти якої б то не було міри насильства у виховному процесі. Але ось про що я не підозрювала до народження дитини, так це про те, що глибоко в мені ховається жорстокість і тихо чекає, коли настане моя черга стати батьком, щоб вдосталь наді мною покуражитися!

Народження дочки розбудило справжній вулкан. Тепер по кілька разів на день я змушена була боротися сама з собою, щоб не давати волю гніву. Траплялося, що я зривалася і фізично карала дочку, інакше кажучи, шльопапа по дупці,

хоча і вважала себе переконаною противницею таких методів виховання. Я відчайдушно намагалася знайти шляхи змусити нестерпну дівчинку, нарешті, зрозуміти, що так, як вона, вести себе неприпустимо! У моєму голосі бринів метал, я намагалася викликати в дочки почуття провини. Цікаво, що я ніколи не карала її, думаю, тому що ніколи не карали мене, і я не бачу ніякої користі від покарання.

Чим більше я міркувала про покарання, аналізувала наші з донькою «розбірки», тим глибше розуміла: горезвісне «питання кордонів» є головним у відносинах батьків і дітей.

Я знайшла відповіді на свої питання в роботах Аліс Міллер [1]. Більш того, я відчула, що мислю в правильному ключі. Самі того не усвідомлюючи, ми можемо перетворити життя наших малюків в пекло. Більше не бити — це рішення, яке ми приймаємо, з працею приборкував гнів і спрагу насильства, які ми, в свою чергу, таїмо в собі з власного дитинства. З покоління в покоління люди борються з чудовиськом, яке, на жаль, «передається у спадок». Немає нічого гіршого внутрішньої боротьби і глибокого відчаю, породжених неоднозначною природою батьківства. Ми хочемо для наших дітей тільки

найкращого — адже жоден батько свідомо не бажав би заподіяти зла своєму чаду — і тим не менш зриваємось.

Тим часом наші діти беззастережно люблять нас і не несуть ніякої відповідальності за наші біди в минулому. Вони надають нам унікальну можливість — виявити свої вразливі сторони і нарешті позбутися від них.

Після чергового «нападу насильства» гнів наш спадає, і нам хочеться сказати або зробити дитині що-небудь хороше, приголубити її. Можете скільки завгодно зі мною не погоджуватися, але я практично впевнена: така поведінка — не що інше, як банальна, примітивна маніпуляція.

Щоразу ми караємо дитини за проступок «з найкращими намірами», в надії, що більше він не повториться. Аналогічно ми заохочуємо нагородою хорошу поведінку, щоб сприяти його закріпленню і розвитку. Ці методи добре знайомі всім нам, оскільки лежали в основі нашого власного виховання. Такий алгоритм, на нашу думку, повинен змусити малюка поводитися правильно і тим самим дозволити йому уникнути покарання в майбутньому.

Чим загрожує таке «виховання»? Дитина живе в постійному страху, що якщо він не зробить

«хороший» вчинок, то викличе невдоволення своїх батьків. Він домагається заохочення, подяки, зникає залежати від чужих оцінок і думки.

Страх породжує брехню, відсутність довірчих відносин з батьками. Діти, а потім і підлітки, яких карали, вважають за краще приховувати свої «небажані» з точки зору дорослих вчинки, розуміючи, що не в силах відстояти свою правоту. Виняток становлять ті, хто не опустив рук і не підкорився остаточно беззастережної батьківської влади, але їх, як правило, меншість.

Впливу фізичних покарань на становлення особистості присвячено чимало праць.

Той, хто усвідомив, наскільки глибоко сидить в нас прагнення до насильства, зазвичай відчуває свою повну безпорадність. Як виховувати без побоїв і покарань? Як взаємодіяти з дітьми, не пригнічуючи їх діями і словами, не викликаючи постійно почуття провини? Розібратися в цьому — єдина мета моєї книги. Сподіваюся, що ви знайдете в ній відповіді на питання, які вас турбують.

Затиснути в рамках або відкрити світ?

Як я вже говорила, батьки, які прагнуть поважати своїх дітей, рано чи пізно чують від оточуючих суворі терміни «кордону» і «рамки».

Цікаво, хотів би хто-небудь, щоб його власне життя було обмежена жорсткими рамками? Без сумніву, рамки повинні бути гнучкими і зникати в певні моменти. Кордони у багатьох випадках можна обговорювати. Людський розум вибірковий, тому у «так» і «ні», на щастя, існує тисяча нюансів. Не варто зводити все до «чорного» і «білого» — адже людина, навіть маленька, здатна осягнути всі тонкощі і різноманіття людей, предметів і явищ, які її оточують. Але для цього вона повинна жити в обстановці довіри і віри. Встановити межі — значить намагатися досягти того, щоб наші діти отримували повну інформацію про навколишній світ або можливості дорослих, з якими вони живуть. Це означає дати дітям право голосу, дозволити їм висловлювати свою думку, вміти переконливо говорити «ні». І це значить дати їм відчувати, що їхня власна думка поважається. Такий

Зміст

Передмова	3
Затиснути в рамках або відкрити світ?	8
Різні категорії кордонів та правил	10
М'які та правила які підлягають обговоренню	11
Правила та сімейні традиції, наші цінності.....	13
Громадські закони.....	14
Встановлюйте кордони відповідно до віку ваших дітей	15
Передавайте малюку свій досвід	18
Недопустимі, на ваш погляд, дії	23
Умовності, традиції і правила вашої родини, коли дитина зовсім маленька	34
Дитинство.....	41
Тренуйте свою здатність слухати	43
Маленькі катастрофи з повсякденного життя.....	50
Вам не вдається змусити дитину зрозуміти вас?	52
Вирішення конфлікту.....	54
Повторювані повсякденні справи	58
Привчайте малюка до взаємодопомоги	63
Організуйте робоче зібрання.....	65

Кілька прийомів звернення за допомогою, не прописаної в контракті.....	68
Хочу все, все, все	70
Прийняти емоції.....	72
Ви творча особистість, чи не так? Тоді поєднуйте всі ці прийоми між собою	79
Ви в тупику	80
Запропонуйте пошуміти	82
Міняйтесь ролями	83
Направте на нього свою увагу.....	84
Влаштовуйте виїзд для «розрядки»	84
Нехай вона намалює те, що відчуває.....	85
Увімкніть музику і танцюйте разом.....	85
Ви відчуваєте, що представляєте загрозу для ваших дітей	86
Як собі допомогти?.....	86
Діти-тирани або обурені батьки?	89
Як протистояти критиці.....	90
Сила переконання	91
Представляти інше бачення світу.....	92
Відмовитися від міфу про покору.....	94