

# Вступ

---

Кричати на дітей марно. Більш того, крик тільки погіршує погану поведінку замість того, щоб виправляти або стримувати її. Це підтверджується дослідженням, результати якого були опубліковані в травні 2014 року в журналі *Child Development*, престижному американському виданні, присвяченому психології дітей та підлітків. Професор психології і педагогіки Піттсбурзького університету Мін-Ті Ван і дослідник-соціолог з університету Мічігану Сара Кенні протягом двох років спостерігали за життям майже тисячі сімей з різним матеріальним і соціальним становищем, в яких були діти 13-14 років. На матеріалі анкет, перехресних досліджень дітей і батьків, тестів і звітів дослідники вивчили зв'язок стилю виховання з дитячою депресією і проблемами з поведінкою.

Дослідження показало, що батьківський крик викликає у дітей передпідліткового віку депресивні стани і веде до асоціальної поведінки. На противагу прагненням батьків, які сповідають такий стиль відносин, крик погіршує ситуацію, а не покращує її. Крім того, результати дослідження продемонстрували, що любов і ніжність батьків не пом'якшують негативні наслідки крику — незалежно від того, кричать на дитину рідко чи щодня.

Крик і погрози покарання підривають довіру і поглиблюють проблеми з поведінкою.

Автори підкреслюють, що вплив крику на дітей прирівнюється до фізичних покарань.

На дітей кричать не тільки погані батьки, які відчувають агресію до власних дітей.

Все частіше можна побачити, що кричать батьки прямо протилежного складу: які хочуть бути ближчими до дітей, розуміти і адекватно коригувати їхню поведінку. Їхня емоційна участь перетворюється на надмірну близькість. Батьки, які прагнуть бути м'якими, поблажливими і відкритими для спілкування з дітьми, в результаті занурюють себе в трясовину криків і нотацій. Коли поведінка дитини не відповідає батьківським очікуванням, виникає конфлікт, який майже завжди вирішується за допомогою крику. Крик перетворюється на звичку, ми його вже не помічаємо. Але при цьому стилі виховання погано і дітям, і батькам.

Сліди хорошого виховання помітні все життя — на жаль, це стосується і поганого виховання.

Коли відносини з дітьми стають все більш напруженими, важливо зрозуміти, як зробити правильний крок замість того, щоб давати волю гніву, кричати, а то і бити дитину.

Ця книга призначена для батьків і просто дорослих людей. Вона пропонує альтернативний метод спілкування з дітьми, який сподобався б дослідникам з Піттсбурга і Мічигану.

Вже багато років я працюю над вирішенням конфліктів між людьми і групами людей. На педагогічних консультаціях і вечорах Школи батьків у багатьох містах Італії я дуже часто зустрічаюся з дітьми та батьками.

### *Ельвіра, 13 років*

Я знову посварилася з батьками. Вони вічно праві, само собою, і я не повинна нічого робити, а тільки слухатися їх — так вони мені кажуть. Але це зовсім не в моєму характері — постійно слухатися і не відповідати на їхні слова. Зі сварки я хочу виходити з гордо піднятою головою; якщо вони б'ють мене, я не дарую їм задоволення і не плачу при них. Я раню їх словами, якщо вже не можу підняти на них руки. Сьогодні ми

---

посварилися через те, що я більше проводжу часу за читанням, ніж за домашніми завданнями. Хіба я винна, що так швидко їх виконую? Це мене просто бісить. «Ти мало займаєшся», — кажуть вони мені. Але оцінки чомусь у мене хороші, то ж не бачу сенсу занадто надриватися! Терпіти їх не можу! Все, закінчую, а то буду писати до безкінечності.

### *Густаво, 12 років*

Я сварюся з батьками, тому що іноді роблю щось не так, а вони починають кричати, і я з ними сперечаюся, або іноді у мене вимкнений звук на телефоні, я не чую їхніх дзвінків, і вони зляться.

Ці та інші розповіді викликають у мене дві думки.

Перша стосується дітей.

Спираючись на те, що ми знаємо про психологічний розвиток, можна сказати, що розмірковувати про «правильну» і «неправильну поведінку» немає сенсу. Зазвичай це всього лише інтерпретація дорослих, які за допомогою своїх категорій оцінюють вчинки дітей.

Я керуюся іншими умовами, які здаються мені більш науковими і ефективними. Діти не поводяться погано, вони відчують потребу вчитися життя і пізнавати те, чого не знають. Їм не вистачає навичок, але бажання робити зло у них немає.

Моя друга думка стосується батьків.

У вихованні дітей складно знайти щось, що не залежить від батьків. І це добре.

Це означає, що всі проблеми наших дітей ми можемо змінити і перетворити на ситуації, що сприяють росту і розвитку.

Коли ви дізнаєтеся про нові інструменти виховання і почнете ними користуватися, у вас на руках опиниться більше карт — не для того, щоб виграти, але для того, щоб допомогти дітям рости, розвиваючи всі свої здібності.

Постановка питання — педагогічна: нас цікавить не те, якими повинні бути батьки, але те, що саме вони можуть зробити для виховання своїх дітей.

Я впевнений, що в основі правильного виховання лежить гарна організація, а зайві розмови ведуть до невпевненості і незрозуміння.

Здатність справлятися з конфліктами з дітьми допомагає відчувати задоволення від спілкування і дає дітям відчуття, що у них дійсно є батьки.

Це — сучасна версія того, що в минулому називалося дисципліною і послухом.

У цій книзі я даю всі можливі вказівки, щоб ви могли підходити до неминучих конфліктів як до нових виховних можливостей, домоглися хороших взаємин і стали батьками, здатними допомагати дітям у розвитку і робити так, щоб їх чули.

Давайте спробуємо і будемо впевнені в своїх силах.

*Даніеле Новара*

# Частина I

---

## **Виховувати означає бути хорошим організатором**

### **1. Батькам потрібно вміти вирішувати конфлікти зі своїми дітьми**

Безсоромна і нахабна поведінка Піноккіо навіяла на Джеппетто такий смуток, якого він не відчував за все своє життя, і він сказав:

— Ти, бешкетник, ти ще не зовсім готовий, а вже проявляєш неповагу до свого батька. Погано, дитино, дуже погано!

К. Коллоді. Піноккіо [1 — Пер. Е. Казакевича.]

### **Виховувати не означає принижувати**

Під час однієї моєї зустрічі з батьками, присвяченій вирішенню конфліктів з дітьми, відбулася сцена, про яку я часто згадую. Як завжди, після моєї лекції про важливість взаєморозуміння в родині було обговорення, і слова попросили два батька. Перший сказав, що, хоча в цілому він зі мною згоден, пара ляпасів час від часу не зашкодить. Другий погодився з ним, сказавши, що іноді хороший запотиличник абсолютно необхідний. Інакше кажучи, в питанні відбилися їхні сумніви (адже їх виховували зовсім по-іншому), і його можна сформулювати так: «Хіба можна виховувати дітей, не вдаючись до рішучих, а часом і суворим заходів?»

Того вечора я був спантеличений, тому що ці батьки не «визнавали» своєї провини або недоліку в тому, що стосується виховання. Вони не сумнівалися, що з дітьми потрібно бути

добрими і відкритими, але в той же час без жодних сумнівів сповідували ідею «треба — значить треба». Ця фраза з незапам'ятних часів звучить в сім'ях, і, по правді сказати, не тільки в італійських, і вже стала частиною свідомості дітей, які чули її сотні і сотні разів.

Того вечора я дав цим батькам відповідь, що межує з провокацією: я попросив їх не дуже старатися і нагадав, що, хоч на цей рахунок немає чітких нормативів, регулярні фізичні покарання дітей розцінюються як злочин.

У пресу потрапила історія про одного батька-італійця, який під час відпустки зіткнувся з більш строгими, ніж у нас, законами: в 2011 році він поїхав до Стокгольму з дванадцятирічним сином і три дні провів у в'язниці за те, що фізично покарав його біля входу у ресторан. Ця новина викликала широкий резонанс у всій Європі.

Організація Save the Children («Врятуємо дітей») теж відзначає цю страшну схильність італійських батьків:

||| *Вони — люблячі мами і тата, м'які і навіть дуже м'які,  
але будьте обережні — коли у них здають нерви, вони  
часто застосовують силу.*

Згідно з доповіддю «Виховні методи і використання фізичних покарань», складеною у 2012 році агентством Ipsos для Save the Children, більше чверті італійських батьків застосовують до дітей фізичну силу: 22% — кілька разів на місяць, 5% — майже щодня. Ще 49% вдаються до фізичних заходів впливу у виняткових випадках. Порівнявши ці дані з даними дослідження Save the Children 2009 року, ми побачимо, що зросла кількість батьків, які вдаються до фізичних заходів впливу на дітей 6-10 років (27% у 2012 році проти 22% в 2009 році) і 11-16 років (18% проти 8%). У той же час знизилася частота фізичних заходів впливу на дітей 3-5 років (38% у 2009 році проти 22% в 2012 році). В цілому на даний момент чверть італійських батьків вважає, що ляпас має виховну цінність, і більше

# Зміст

---

<b>Вступ</b> . . . . .	<b>3</b>
<b>Частина I. Виховувати означає бути хорошим організатором</b> . . . . .	<b>7</b>
1. Батькам потрібно вміти вирішувати конфлікти зі своїми дітьми . . . . .	7
<i>Виховувати не означає принижувати</i> . . . . .	7
<i>Занадто м'які батьки зрештою не витримують</i> . . . . .	9
<i>Турбота сьогодні переважає над вихованням.</i> . . . . .	10
<i>Слухатися або дотримуватися правил? Виховання по-новому.</i> . . . . .	15
<i>Роль матері та роль батька: командна гра і розвиток самостійності</i> . . . . .	20
<i>Мати сміливість бути батьком</i> . . . . .	25
<i>Конфлікти з маленькими дітьми сильно відрізняються від конфліктів з підлітками</i> . . . . .	29
<i>Батько повинен вміти залагоджувати конфлікти з дітьми.</i> . . . . .	34
2. Вирішення конфліктів з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку. . . . .	37
<i>Діти сваряться між собою, але не з батьками!</i> . . . . .	37
<i>Допоможіть! Моя дитина — тиран!</i> . . . . .	42
<i>Як уникнути п'яти помилок, які перетворюють вашу дитину на тирана</i> . . . . .	45
<i>Хороші звички зменшують кількість сварок</i> . . . . .	48
<i>Сніданок.</i> . . . . .	50

<i>Правила — це заведений порядок, а не суворий примус . . . .</i>	<i>52</i>
<i>П'ять характеристик правил, корисних для виховання. . . .</i>	<i>56</i>
<i>Покарання не допомагають, вони лише погіршують поведінку дитини. . . . .</i>	<i>58</i>
<i>Кошик для гніву: інструмент, корисний і для батьків. . . .</i>	<i>61</i>
<b>3. Вирішення конфліктів з дітьми передпідліткового і підліткового віку . . . . .</b>	<b>64</b>
<i>«Я грублю, щоб відсторонитися від тебе» . . . . .</i>	<i>65</i>
<i>Переваги того, щоб навчитися сваритися в дитинстві . . .</i>	<i>67</i>
<i>Складнощі виховання дітей передпідліткового віку. . . . .</i>	<i>73</i>
<i>Перехід головної ролі у вихованні підлітка до батька. . . .</i>	<i>77</i>
<i>Про важливість встановлення правил для підлітків. . . . .</i>	<i>80</i>
<i>Виховні техніки для підлітків: активне мовчання. . . . .</i>	<i>85</i>
<i>Виховні техніки для підлітків: техніка кішки . . . . .</i>	<i>88</i>
<b>Частина II. Як вирішувати конфлікти з дітьми . . . . .</b>	<b>91</b>
<b>4. Розрізняти конфлікт і агресію: вміння конфліктувати не дозволяє виявляти агресію . . . . .</b>	<b>91</b>
<i>Конфлікт і насильство — це не одне і те ж . . . . .</i>	<i>92</i>
<i>Діти, яких б'ють . . . . .</i>	<i>95</i>
<i>Дозвольте дитині випускати назовні свої темні сторони. . . . .</i>	<i>98</i>
<i>Моббери не вміють сваритися. . . . .</i>	<i>100</i>
<i>Резюме. . . . .</i>	<i>102</i>
<b>5. Не шукати рішення за будь-яку ціну. . . . .</b>	<b>103</b>
<i>Конфлікт завжди має приховану частину . . . . .</i>	<i>103</i>
<i>Прагнучи вирішити проблему за будь-яку ціну, ви не залишаєте собі шансу на ефективне рішення . . . . .</i>	<i>107</i>
<i>Відійдіть на безпечну відстань, вислухайте, постарайтеся зрозуміти . . . . .</i>	<i>110</i>
<i>Резюме. . . . .</i>	<i>115</i>



6. Взяти паузу і впоратися з емоціями . . . . .	116
<i>«Ти мене бісиш!» Для спілкування з дітьми одних     емоцій недостатньо . . . . .</i>	116
<i>Реагувати негайно — неефективно . . . . .</i>	124
<i>Батьки несуть за собою своє дитинство з усіма     больовими точками . . . . .</i>	128
<i>Навчитися відключати емоції . . . . .</i>	132
<i>План дій . . . . .</i>	132
<i>Резюме . . . . .</i>	134
7. Не засуджувати, а концентруватися на проблемі . . . . .	134
<i>Що робити, якщо дитина бреше: повторюваний     конфлікт . . . . .</i>	137
<i>Завжди з тобою одне і те ж! Допомогти дітям     вчитися на своїх помилках . . . . .</i>	138
<i>Він мене не слухає! . . . . .</i>	142
<i>Техніка позитивного прецеденту . . . . .</i>	145
<i>Резюме . . . . .</i>	146
8. Знайти взаємну вигоду. . . . .	147
<i>Приниження дитини і навіювання їй почуття провини     не допоможе впоратися з конфліктом . . . . .</i>	148
<i>Коли виграє тільки один, програють всі . . . . .</i>	154
<i>Знайти спільну вигоду в конфлікті між дітьми і     батьками . . . . .</i>	160
<i>Техніка навідних запитань для нового стилю     виховання . . . . .</i>	163
<i>Резюме . . . . .</i>	167
9. Не втручайтеся в конфлікти дітей (і не вплутуйте дітей в свої конфлікти) . . . . .	168
<i>Сварки дітей — не ваші сварки . . . . .</i>	168
<i>Навчити дітей сваритися правильно, використовуючи     масвтичний метод . . . . .</i>	172

---

<i>Перший крок назад: не шукайте винного . . . . .</i>	<i>174</i>
<i>Другий крок назад: не пропонуйте готового рішення . . .</i>	<i>175</i>
<i>Перший крок вперед: заохочуйте дітей до розмови про сварку . . . . .</i>	<i>175</i>
<i>Другий крок вперед: допоможіть дітям домовитися між собою . . . . .</i>	<i>179</i>
<i>Діти розлучених батьків сваряться частіше? . . . . .</i>	<i>182</i>
<i>Резюме. . . . .</i>	<i>185</i>
<b>Частина III. Зробити так, щоб вас почули. . . . .</b>	<b>187</b>
10. Як побудувати ефективне спілкування з дітьми . . . . .	187
<i>Зайва балакучість батьків тягне за собою конфлікти з дітьми. . . . .</i>	<i>187</i>
<i>Виховувати дітей і говорити з ними — не одне і те ж . .</i>	<i>191</i>
<i>Зробити так, щоб діти вас слухали (навіть в конфліктних ситуаціях) . . . . .</i>	<i>196</i>
<i>Три кроки назад. . . . .</i>	<i>197</i>
<i>Три кроки вперед . . . . .</i>	<i>200</i>
<b>Примітки. . . . .</b>	<b>208</b>
<b>Бібліографія . . . . .</b>	<b>209</b>