

ЕМІ МАКРІДІ

Я! Я! Я!

ЯК ПЕРЕВИХОВАТИ ЕГОЇСТИЧНУ ДИТИНУ
(АБО ЇЇ БАТЬКІВ)

*Переклала з англійської
Валерія Глінка*

«НАШ ФОРМАТ»
Київ · 2018

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ЗМІСТ

<i>Вступ</i>	9
1. Діти верховодять. Та чи правильно це?	12
2. Велика капітуляція	36
3. Не безпомічні вони	69
4. Надмірний контроль	106
5. Атмосфера наслідків	145
6. Великі Об'єктивні сподівання	187
7. Похвала: головне не переборщити	217
8. Гроші та розсудливість	239
9. Не відстаємо від Кардаш'янів, багатих сусідів і фейсбуку	266
10. Місія «Перемістити центр Землі»	289
11. Не бути особливим — не вирок	314
<i>Подяки</i>	323

Вступ

Шо ми бачимо, коли дивимося на наших дітей? Ми бачимо уяву, що здатна перетворити вишуканий підсвічник вашої прабабусі на світловий меч, який допоможе захистити вітальню від нападників. Енергію, яка змушує нас перевернути будинок і подвір'я догори дригом, щоб знайти улюблену підвіску-черевичок. Наполегливість, з якою вони переконують нас відпустити їх на концерт в іншому місті та ще й оплатити все. Та попри весь хаос і маніпуляції ми бачимо їхній потенціал. Саме тому я написала цю книжку. Я переконана, що всередині кожного нашого безцінного чада приховано здатність до неймовірних звершень — це впевнена доросла людина, яка має бажання і можливість зробити цей світ трохи кращим.

Ви читаєте цю книжку — а я її написала — тому, що існує сила, яка може позбавити наших дітей не лише уяви, енергії і наполегливості, а й здатності жити насиченим, повноцінним життям. Це сила *невід'ємного права*, ідея, за якою життя нам щось *винне*. Саме вона перетворює існування наших дітей на суцільний хаос. Діти різного віку вважають, що мають невід'ємне право отримати найкраще без докладання будь-яких зусиль з їхнього боку, на задоволення батьками всіх їхніх забаганок і на вже готову дорогу до успіху. Діти переконані, що світ обертається навколо них. І як ми можемо їх звинувачувати в цьому, якщо куди не кинь оком — усюди селфі? Егоцентричні діти стають егоцентричними дорослими, які поводяться по-дитячому, але забаганки в них більших масштабів. Це велика проблема, тому що діти, які вважають, що мають право верховодити в усьому, не можуть упоратись у ситуації, коли все

складається не по-їхньому (тобто як це буває в реальному житті). Ба більше, з ними просто неможливо жити!

Та для дітей невід'ємне право — це не вирок, що не підлягає оскарженню. Уявіть родину, в якій у дітей є обов'язки, в якій діти важко працюють на благо родини, заробляють гроші та розпоряджаються ними, а також цінують усе, що мають. Це щасливі і впевнені в собі діти, які готові до дорослого життя і до всього, що воно їм готує. Це потенціал, який ви бачите у ваших дітях. І це може бути їхнім майбутнім.

Чи охопила вже вашу дитину, яка лінується ноги підняти, коли ви прибираєте, епідемія невід'ємного права, чи ви намагаєтесь її попередити, а я в будь-якому разі тішуся, що ви читаете цю книжку. Я пройшла цю епідемію зі своїми двома синами і не з чуток знаю про всі батьківські проблеми. Мій досвід допоміг мені сформулювати тридцять п'ять перевірених правил і прийомів, які *справді* можуть зупинити епідемію невід'ємного права. Ваша родина також зможе її подолати, хоч би як було зараз важко переконати вашу дитину припинити істеріку в магазині. Навіть кілька правил і стратегій із цієї книжки допоможуть змінити ситуацію за декілька днів.

Підрозділи, що мають назву «Ліки від егоцентризму», містять поради й настанови, які допоможуть подолати вдома егоцентричну поведінку, що не лише зводить з розуму, а й змушує хвилюватись за майбутнє ваших дітей. Нестерпна, егоїстична поведінка («Дайте мені те, що я хочу, тоді, коли я це хочу!») буде в минулому, адже діти будь-якого віку з ентузіазмом візьмуться за домашні справи, забудуть про істеріки, навчаться відповідальності і навіть зможуть час від часу відриватись від смартфонів. Мрія може стати реальністю, і ви зможете допомогти своїм дітям.

Завдяки цим порадам і прийомам діти поводитимуться якнайкраще (ніяких вам війн через домашні обов'язки, домашні завдання і нахабну поведінку); крім того, вони допоможуть їм стати відповідальнішими, розвинути стійкість характеру і вміння з повагою ставитись до всіх і всього. Ці якості дуже знадобляться їм у дорослому житті. Усе це відбуватиметься в той час, як ви долатимете

епідемію невід'ємного права і перетворюватимете свій дім на оазу миру і спокою у світі егоцентристів.

Позбавмо наших дітей егоцентричних ілюзій. Допоможімо їм уявити нові світи (не чекаючи на команду професіоналів, які придуть і збудують їх для них), стати відповідальними (без вашої постійної підтримки і страховки), а наполегливість використовувати для того, аби допомагати іншим, а не задовольняти власні забаганки. Тоді й тільки тоді наші діти розкриють свій потенціал і зможуть стати найкращими, не чекаючи на подарунки від світу.

1 Діти верховодять. Та чи правильно це?

У ВЕЧЕРІ напередодні випускного Наташа засмучена не на жарт. У своїй кімнаті вона сидить і лє сльози через те, що її улюблений гель для волосся скінчився. Мама Наташі виводить ім'я доньки на шести десятках капкейків, які будуть частуванням на вечірці з приводу випускного, тому вона не може побігти до магазину по гель. Її мама мала закінчити готувати раніше! Усе ще зі сльозами на очах Наташа йде до кухні, щоб сказати мамі, що їй *конче потрібний* цей гель, інакше вона буде схожа на скажену кульбабку і в її особливий день стане посміховиськом. Після кількох непереконливих пропозицій мама все кидає і біжить нагору, щоб віддати доньці залишки свого гелю для волосся і zarazом прибирати весь безлад на туалетному столику, який зчинила Наташа.

Наташа йде до кімнати і пише своєму хлопцю, щоб він її забрав, але він зі своїми друзями. Покидьок. Він і вчора був зі своїми друзями. Може, треба пригрозити, що вона його покине, і це його струсне трохи? Іноді вона сама дивується, навіщо той хлопець їй узагалі. Вона йде до батька і згадує, що треба попросити в нього ще грошей на нові купальник і босоніжки. Він бачить її заплакане обличчя і швиденько дістає готівку. Це не так багато, як їй би хотілось, але він обіцяє решту покласти на свою кредитку, яка була дещо спустошена через нещодавне придбання — новеньку машину як подарунок Наташі на випускний. Це мало бути таємницею, але вона почула, як тато говорив по телефону із продавцем. «Для них же краще, щоб вона була з відкидним дахом», — думає дівчина.

Звичайно, Наташа пишається тим, що завтра вона закінчує школу. Зрештою, вона змогла не заснути на більшості уроків за-

вдяки смартфону. Домашні завдання виснажували, але репетитор, якого найняли батьки, непогано з ними впорався. Скоро Наташа піде в реальний світ, і коли вона не закочує істерики через необхідність вийняти посуд з посудомийної машини *та ще й* доглядати молодшого брата в той самий день (і це лише за 20 доларів), то вона в захваті. Нарешті вона буде дорослою — гулятиме на вечірках щоночі, а не лише щочетверга і щосуботи. Батьки говорили про те, щоб вона вступила до місцевого коледжу і влаштувалась на роботу, але Наташа вважає, що рік перерви від навчання — це саме те, що треба, а там, де вона хотіла б працювати, немає вакансій. Вона питала у двох місцях — магазині одягу і магазині косметики, — але батьки від неї не відчепилися. Наташа знає, що вони охолонуть за тиждень-два; вони просто зараз збуджені через усі ці справи з випускним.

Дівчина зітхає. Якщо їй не дають її гель, то, можливо, вона зможе переконати маму відпустити її на наступні вихідні в пляжний будиночок батьків Ембер. Там будуть усі її друзі, і буде несправедливо, якщо вона не поїде. Крім того, Наташі вже вісімнадцять і вона закінчила школу, а отже, вже час їй брати життя у свої руки. І що то буде за життя! Якби ж то вона змогла змусити свого хлопця приділяти їй належну увагу, батьків — дати те, що вона хоче, і машину з відкидним дахом, то вона нарешті була б щаслива. Стережися, світе, Наташа вже йде!

Світові і справді треба стерегтись. Якщо ви не здогадались, Наташа — класичний приклад егоцентричної дитини. Вона не бачить нікого, окрім себе, вона невдячна і зайвий раз пальцем не поворухне для досягнення мети. Нікому не подобається бачити таке в дитині будь-якого віку, і усвідомлення того, що їхня дитина не може міцно стояти на ногах, розбиває батькам серце. Наташа, може, і не живе з вами, але її поведінка видається знайомою, і це вас не надто радує. Якщо так, то ви прийшли за адресою. Навіть найкращі з батьків мали проблеми з егоцентричною поведінкою їхніх дітей.

Ми можемо трохи позаздрити дітям, які отримують нові машини на випускний — разом із багатьма іншими подарунками, — але

2 Велика капітуляція

Ця історія знайома мало не кожному; мені, мабуть, навіть не треба переповідати її. Сцена розгортається в магазині. З вами діти, у вас довжелезний список покупок і навколо натовп людей, котрі так само, як і ви, відчайдушно хочуть потрапити додому на вечерю. І тут починається істерика (ви відмовляєтесь купувати трирічному Джону надто дорогу чашку з динозавром, що її так завбачливо розмістили біля стелажа із сухими сніданками), і це перетворює ситуацію зі складної на просто нестерпну. Три до-о-овгих хвилини напружених переговорів, а Джон усе ще репетує, люди витріщаються, а ви у відчаї. Аж ось ви не встигаєте отямитись, як чашка з динозавром уже у візку з продуктами (плюс ще одна для його п'ятирічної сестри), а ваша дитина щасливо (навіть переможно?) посміхається крізь сльози.

Таке трапляється в машині, вдома, у магазинах, у парку — та де завгодно. Це велика капітуляція й один із найбільших провокаторів епідемії невід'ємного права. Відчайдушні батьки здаються своїм дітям, коли ті натиснуть на потрібні місця, і тим самим дорослі дають їм дуже погані уроки: наприклад, правила можна порушувати, а погану поведінку можна використовувати як засіб досягнення мети.

Проблема в тому, що діти знають, як саме треба натиснути — і куди саме, — щоб отримати бажане. Вони розумні — навіть не думайте, що лестоці, переговори, різкі слова і сльози — це чисті емоції. Вони чітко продумані, адже коли діти використовували ці тактики вперше і ми капітулювали, то вони намотували собі на вус, що така поведінка спрацює, а тому з радістю знову вдадуться до

лестоців, переговорів і скиглення ще раз. А оскільки Джон отримав винагороду — чашку з динозавром — за погану поведінку, тож закладаюся, що наступного разу, коли йому впаде в око тарілка для сухих сніданків з «Тачками», він використає таку саму тактику.

Ця проблема стосується не лише малюків і їхніх істерик у магазинах. Старші діти (і навіть дорослі) вважають, що скигленням можуть досягти свого. Наприклад, шістнадцятирічна Кендіс, виявляється, єдина в групі своїх подружок не має дизайнерської сумочки. Ви знаєте, що це не так, але вона щодня нагадує вам про цю невтішну статистику. Вона скиглить («Всі мої подружки думають, що ми бідні!»), скаржиться («Мені набридла стара сумка!») і торгується («Але ж у мене самі четвірки і п'ятірки за семестр!»), аж поки ви не задумаетесь над тим, що, може, ви і справді позбавляєте свою дитину необхідного. Тож ви берете її до торговельного центру — тільки подивитись, звісно. Зрештою, може, вам вдасться знайти дешевшу підробку, яка не надто вдарить по бюджету. Кендіс випромінює енергію й ентузіазм — вона знає, в які магазини вона хоче піти, вона торохтить про те, де і яку сумочку кожна з її подруг купила, і звичайно, вона сповнена надій. І ось вона накинула оком на сумочку, яка коштує більше, ніж ваша родина щомісяця витрачає на рахунки за телефон, і очі доньки вам говорять, що вона не відступить. Ви насторожені та роздратовані, але ви хочете, щоб ваша дитина була щаслива. А ще хочете припинити потік улесливих слів. І ось ви говорите немислиме: «Що ж... у тебе й справді були хороші оцінки цього семестру». Кендіс аж пищить від радості. А ви? Ви просто намагаєтесь радіти її хорошому настрою і вже думаєте про наступну кризу.

Так, велика капітуляція — це проблема, яка трапляється з дітьми різного віку. Але цю проблему можна подолати. І ви далеко не єдині, хто колись капітулював, — дуже велика кількість батьків говорять, що коли скиглення вже несила терпіти або коли вони просто хочуть зробити покупки і поїхати додому, то вони віддають дітям заборонений плід. Дізнайтесь далі, чому ви не самотні з цією проблемою і що допоможе покласти край вашим війнам, а разом і вашій схильності до капітуляцій.

3 Не безпомічні вони

Кайлові вже три роки, а він жодного разу ще сам не взувався. Йому завжди допомагали, адже зі взуттям зазвичай така морока... У віці чотирьох років він ще ніколи самостійно не збирав пазл: він швидко засмучується, що в нього не виходить, а тому мама, тато або няня щоразу допомагають йому. П'ять років — ніколи не наливав собі щось сам і не насипав жодної тарілки пластівців. Він же розведе безлад, а тому батьки роблять усе за нього. Майже в шість років він досі катався на чотириколісному велосипеді. Він не боявся, але його батьки переживали, що він упаде і заб'ється. У сім років Кайл робив уроки щовечора, але жодне завдання не міг закінчити без пильного нагляду батьків, які стежили, щоб кожна буква і цифра були на місці. У вісім років він усе ще не міг заправляти своє ліжко, а в дев'ять він уже просто не хотів, а тому батьки вже не намагалися його до цього привчити. У десять років Кайл відводив погляд щоразу, як до нього говорили дорослі, і відповідав майже пошепки. Одинадцятирічному Кайлу незмога було самому написати листівку подяки. У дванадцять його визнали неспроможним винести сміття — що, як він розсипле його або забуде після цього помити руки? У тринадцять батьки прибирали у нього в кімнаті, адже стомились знову і знову нагадувати йому про це. Чотирнадцятирічного Кайла батьки попросили витягнути посуд із посудомийної машини, але посуд лежав там два дні, аж поки батько не витяг його сам. У п'ятнадцять мама влаштувала Кайла розносити газети, але в будні розносила їх майже завжди сама, щоб він міг довше поспати. Коли Кайлу виповнилось шістнадцять, батьки вирішили краще завозити його, куди йому треба, ніж давати уроки

водіння. Вони подумали, що він недостатньо дорослий для цього — зрештою, він навіть свого району не знав. Мама регулярно телефонувала вчителям сімнадцятирічного Кайла, щоб переконатись, що в нього гарні оцінки і він зможе вступити в хороший коледж. Тато вісімнадцятирічного Кайла написав план есе сина для вступу в коледж, а потім перевірів кожне слово готової роботи — у коледжі великий конкурс як-не-як. Кайл уже дорослий, а він жодного разу не прав, не навчився розпоряджатись грошима, користуватись картою і ніколи не смажив собі яєчні. По суті, Кайл залишився дитиною.

ЧОМУ МИ РОБИМО ЗА НИХ ЇХНЮ РОБОТУ

Ми часто чуємо про егоцентричних дітей, які вважають, що всі мають усе робити за них; та ми не очікуємо, що такі діти виростуть у нас. Усе тому, що цей процес дуже повільний і його важко помітити. Для дітей природно поступово переходити від повної залежності до повної самостійності, але батьки несвідомо, часто з великої любові, порушують цей важливий процес. Як можемо побачити в новинах, у результаті ми отримуємо дітей, яким бракує навичок — або бажання — існувати в сучасному світі. Батьки вибивають для них оцінки, а потім і місця в програмах стажування; діти привозять додому брудну білизну з коледжу, їдять фаст-фуд тричі на день, щомісяця просять гроші на машину і занадто часто здаються й повертаються додому, де, як і завжди, кожна їхня потреба буде задоволена.

Не думаю, що хтось із нас хоче такого майбутнього для своїх дітей. Зробімо ж усе можливе, щоб з ними такого не сталося. У цьому розділі ми поговоримо про егоцентричну поведінку, яка не стосується відеоігор або босоніжок зі штучними діамантами. Ми побачимо про те, що вони хочуть, аби їм служили.

Ми всі говоримо сьогодні про дітей, які не вважають за потрібне зайвий раз пальцем поворухнути, коли йдеться про хатні справи або наполегливу роботу, яка є невід'ємною складовою реального життя. Та чи знаємо ми, що відбувається насправді? Лише

4 Надмірний контроль

Квітневий ранок. Дощить. Другокласниця Гейлі ходила з бабусею по магазинах, щоб оновити гардероб на весну, і тепер вона хоче вдягнути новий жовтий сарафан, який їй купила бабуся.

— Ти не одягнеш зараз новий сарафан, юна леді. Ти його намочиш і заляпаєш болотом, — говорить мама. Але Гейлі ні на крок не зрушила, щоб переодягнутись у джинси і футболку, які дає їй мама.

— Бабуся купила його мені. Він мій, і я хочу його вдягнути! — Вона тупає ніжкою. Але мама має туз у рукаві:

— Нехай! Будеш тиждень без телевізора, якщо вийдеш звідси у новому сарафані!

Гейлі бурчить, зиркає з-під лоба і врешті здається; і хоч вона показово бере *інші* джинси й *іншу* футболку, цей раунд усе одно за мамою. Вона не лише врятувала гарну сукню, а й показала Гейлі, хто тут головний.

Після школи Гейлі з подружками грають у м'яч на задньому подвір'ї, коли її старша сестра Фібі забирає в них м'яч.

— Гей, — кричить Гейлі, — ми тут граємо ним!

Старша сестра озирається на них і кидає їм інший м'яч — спущений і весь у грязюці:

— Пограйте цим. *Мені* треба нормальний.

Але Гейлі вимагає справедливості. Вона підходить до Фібі і випалює:

— Ми *перші* його взяли! *Зараз же* віддай його!

Фібі просто сміється:

— Ти не змусиш мене, дрібното!

Вона знає, що це дуже роздратує Гейлі. Але, як виявляється, Гейлі може її змусити, взявши жменю грязюки і жбурнувши її у волосся й на одяг старшої сестри. Шокована Фібі випускає м'яч із рук і видає потік не найдоброзичливіших слів на адресу сестри, але все ж змушена йти всередину вмиватись, а не грати м'ячем. Гірше того, вона навіть не може (надто гучно) поскаржитись мамі, адже сама, по суті, безпідставно забрала м'яч у сестри. Вона знайде спосіб помститись молодшій сестрі, але це очко йде на користь Гейлі.

Так, усі ми знаємо, що Гейлі не мала кидатись грязюкою. Та хто з нас зараз не думає, що старша дівчинка отримала по заслугах? Обидві описані ситуації стосуються контролю. Мама і старша сестра хотіли контролювати Гейлі. У першому випадку ми розуміємо маму, яка хотіла вберегти сукню від бруду. А ті, хто ріс із братами чи сестрами, знають, що вони іноді вважають, ніби їм можна все.

Ось вам новина: Гейлі не хоче, щоб інші їй вказували, що їй робити, тільки тому, що вона менша за них. Вона хоче контролювати своє життя. Вона хоче бути головною для себе. І знаєте що? Прагнути самостійності та контролю над своїм життям — це не лише вроджені характеристики людини, а й позитивні бажання для дитини. По суті, мета дитинства — навчити дітей бути незалежними. Але таку необхідну їм автономію можна необережно в них забрати, що призведе до низки проблем.

Контроль — це те, що є в усіх батьків (хочемо ми того чи ні), і те, що кожна дитина хоче перебрати на себе, а крім того, це причина боротьби між батьками й дітьми.

Проблема контролю дуже впливає на життя дитини, тому її треба розглянути детальніше. Подолати епідемію невід'ємного права можна, якщо дати дітям те, на що вони справді мають право, а саме — позитивні владу і контроль, які відповідають їхньому віку, разом з гідністю і повагою. Коли ми даємо їм те, на що вони *справді* мають невід'ємне право, то це зменшує шанси, що вони вимагатимуть те, чого *не* заслужили.

Зробивши це, ми віддамо більше контролю дітям. Що більше діти мають контроль, який відповідає їхньому вікові, то більше практики вони матимуть в ухваленні рішень і в тому, як брати на

5 Атмосфера наслідків

О т лихо! Зараз 7:43! Одинадцятирічний Джексон забув поставити будильник! Автобус приїде за п'ятнадцять хвилин! Але не хвилюйтесь: мама Джексона не дозволить синові збиратись поспіхом, а тому швидко каже, що завезе його в школу сама. Джексон неквапливо йде на кухню, маже тост маслом лівою рукою замість правої, стоячи при цьому на одній нозі — перевірити, чи він зможе, — а потім пробує встановити світовий рекорд з найповільнішого поїдання тоста. Мама підганяє його зі сніданком, відправляє чистити зуби, нагадує взяти обід і кладе шапку в портфель про всяк випадок.

Ой! Щойно Джексон виходить з машини, він згадує, що забув кросівки у себе в кімнаті під кріслом, на якому ще лежать брудні шкарпетки з минулого четверга. Бідолашний Джексон не може грати в спортзалі, якщо в нього не буде кросівок! Мама телефонує татові, який ще не поїхав на роботу, і говорить йому, що якщо він покине пити каву, то встигне привезти синові спортивне взуття.

Зовсім не круто. На перерві якась дитина полізла без черги на гірку перед Джексоном. Він робить єдине, що здавалось йому логічним у той момент, — відштовхує цю дитину, вполовину меншу за нього, від гірки і йде замість неї. Дитина падає і роздирає коліно; стурбована вчителька поспішає відвести постраждалого до медсестри, де, ймовірно, йому дозволять обрати пластир із «Зоряними війнами». Вчителька, поспіхом намагаючись зупинити кров, у півуха слухає відповідь на питання «Що сталося?» і пропонує Джексону вибачитись перед маленьким хлопчиком, коли він побачить його наступного разу. Три секунди потому настає черга Джексона

з'їжджати з гірки, і неприємний випадок уже вилетів у нього з голови.

Так вийшло. Після школи Джексон стоїть на гумовому м'ячику і п'є в кухні молоко, та ось — яка несподіванка! — він розливає все на підлогу. Мама посилає його гратися на вулицю, поки вона все прибере.

От зараза. На обід курка з рисом, а Джексон не любить ні те, ні інше — він хотів гамбургерів. Зрештою, батько помічає, як хлопчик згодовує свій обід задоволеному псу, і, ледь зробивши зауваження, готує сину макарони з сиром, аби бідолашка не ходив голодний.

О ні! Джексон уже готується вимикати світло, аж тут згадує, що йому на завтра треба було підготувати плакат про сміття і його шкоду для довкілля! Він ще навіть не почав: у нього все не було часу. Тато Джексона обіцяє написати вчителю, щоб домовитись про ще один день на виконання завдання, а потім біжить вигадувати заголовки і малювати простим олівцем картинки, які синові треба буде лише розфарбувати. Зрештою, Джексон і так усе це знає, то навіщо йому возитись із тим плакатом?

Цього дня було зроблено купу помилок, але знаєте, у чому найбільша трагедія? Джексон прожив ще один день, так і не зіткнувшись із наслідками своєї негативної поведінки.

Колись нам усім доводиться вчитись виконувати свої обов'язки, не забувати вдома кросівки і приходити вчасно. Це стосується і наших дітей. Звичайно, якщо вони хочуть успішно жити повноцінним життям у реальному світі.

Усі ми хочемо найкращого для наших дітей. Це бажання таке сильне, що ми робимо все можливе, аби переконатись, що уроки у них готові, кросівки вони взяли і будильник поставили. На жаль, ми часто думаємо, що іншого способу забезпечити все це немає, окрім як постійно нагадувати, повчати, кричати, карати, вдаватись до підкупу — і це ще не весь список.

Та ось які справи: ми не зможемо донести до них необхідну інформацію, якщо будемо постійно їх виручати і вдаватись до інших, не надто ефективних методів виховання. Звичайно, ми можемо