

ЗМІСТ

До читача	13
Подяки	16
Передмова до європейських видань	17

ПЕРША ЧАСТИНА

ФЕНОМЕН ОРІЄНТАЦІЇ НА ОДНОЛІТКІВ

1. Чому батьки зараз мають більше значення, ніж будь-коли?	21
Бракує контексту	24
Вплив культури однолітків	25
Нормальна, але не природна і не корисна	28
Тривожний дзвоник	31
Хороша новина	33
2. Зміщені прив'язаності, спотворені інстинкти	34
Чому нам необхідно свідомо ставитися до прив'язаності	36
Прив'язаність та орієнтація	37
Шість рівнів прив'язаності	40
<i>Відчуття 41 Схожість 41 Приналежність і відданість 42</i>	
<i>Значимість 43 Почуття 43 Бути пізнаним 44</i>	
Коли основні прив'язаності конкурують	45
Коли прив'язаність грає проти нас	47
3. Як ми дійшли до такого життя	52
Культура втрачених прив'язаностей	53
Сімейні узи рвуться	58
Зміни наступають, технології барахлять	61
Традиційна підтримка прив'язаності	62
Природний шлях формування прив'язаностей	64
Народження прив'язаностей із прогалин	65

ДРУГА ЧАСТИНА

САБОТАЖ: ЯК ОРІЄНТАЦІЯ НА ОДНОЛІТКІВ ПІДРИВАЄ БАТЬКІВСТВО

4. Ми втрачаємо силу батьківства	69
Природний батьківський авторитет.	70
Секрет сили батьківства	73
Що дозволяє нам бути батьками?	77
Навішування ярликів	79
5. Від допомоги до перешкод: коли прив'язаність працює проти нас	83
Прив'язаність пробуджує батьківські інстинкти, робить дитину лагіднішою, а батьків – більш терпимими.	86
Прив'язаність спрямовує увагу дитини	88
Прив'язаність утримує дітей поруч з батьками	90
Прив'язаність робить батьків зразком для наслідування	91
Прив'язаність робить батьків головними наставниками дитини.	92
Прив'язаність породжує в дитині бажання бути хорошою для батьків	94
6. Супротив: чому діти стають неслухняними	99
Супротив зростає, коли прив'язаність слабшає.	101
Природна функція супротиву	103
Фальшива незалежність орієнтованої на однолітків дитини	106
Міф про всемогутню дитину	108
Чому тиск і маніпуляція ведуть до негативних наслідків	110
7. Згасання передачі культури по вертикалі	112

ТРЕТЯ ЧАСТИНА

ТІ, ЩО ЗАСТРЯГЛИ В НЕЗРІЛОСТІ: ЧОМУ ОРІЄНТАЦІЯ НА ОДНОЛІТКІВ ЗАВАЖАЄ ЗДОРОВОМУ РОЗВИТКУ

8. Небезпечна втеча від емоцій	121
Діти, орієнтовані на однолітків, більш вразливі	122
Діти, орієнтовані на однолітків, втрачають природний захист від стресу.	123
Діти, орієнтовані на однолітків, беззахисні при спілкуванні з нетактовними однолітками	125
Однолітки висміюють прояви вразливості і користуються ними.	128
Стосунки однолітків ненадійні за своєю суттю	129

9. Ті, що застрягли в незрілості.	135
Що значить незрілість	136
Розвиток людини за задумом природи	137
Як створити умови для дозрівання?	140
Орієнтація на однолітків затримує зростання в п'яти важливих напрямках.	144
<i>Дитина не вбирає батьківську турботу 144 Прив'язаність до однолітків міцна, вона не може дати дитині впевненість і спокій 145 Діти, орієнтовані на однолітків, не здатні відчувати емоційне насичення 146 Діти, орієнтовані на однолітків, стикаючись з марністю, не здатні відступити 148 Орієнтація на однолітків пригнічує індивідуальність 150</i>	
10. Спадщина агресії	153
Рушійна сила агресії.	157
Як орієнтація на однолітків провокує агресію.	160
<i>Дітям, орієнтованим на однолітків, складніше змінити ситуацію 160 Діти, орієнтовані на однолітків, менш адаптивні 161 Діти, орієнтовані на однолітків, менше коливаються перед нападом 163</i>	
11. Звідки беруться кривдники і жертви.	166
Домінувати, але не піклуватися.	170
Чому кривдники прагнуть домінувати?	172
Як кривдники домагаються домінування	173
Що провокує кривдника?	176
Прив'язаність через відштовхування інших	178
Як допомогти дитині перестати бути кривдником.	179
12. Зміни в сексуальності.	183
Секс як вираження жаги прив'язаності	187
Секс і втеча від вразливості	189
Коли сексуальним стосункам не вистачає зрілості.	192
13. «Нездібні» учні	195
Орієнтація на однолітків вбиває допитливість	197
Орієнтація на однолітків притупляє інтегративне мислення.	198
Орієнтація на однолітків ставить під загрозу навчання методом проб і помилок	200
Діти, орієнтовані на однолітків, вчаться через почуття прив'язаності, навіть якщо ця прив'язаність до невідповідних вчителів.	201
Орієнтація на однолітків знецінює навчання.	203
Орієнтація на однолітків краде в учнів вчителів.	203

ЧЕТВЕРТА ЧАСТИНА

ЯК ТРИМАТИСЯ ЗА СВОЇХ ДІТЕЙ (АБО ЯК ПОВЕРНУТИ ЇХ)

14. Заволодійте своїми дітьми	207
<i>Починайте спілкування доброзичливо 209 Дайте дитині те, за що вона зможе триматися 212 Заохочуйте залежність 216 Будьте орієнтиром для дитини 219</i>	
Повертаємо орієнтованих на однолітків дітей	222
15. Оберігайте зв'язки, які наділяють батьківською силою. . .	227
Зробіть стосунки пріоритетними	227
Виховуємо, пам'ятаючи про прив'язаність	229
Допомагайте дитині зберігати близькість з вами	232
Як зберігати зв'язок на відстані.	233
Психологічна близькість – найглибший тип зв'язку.	234
Встановлюйте ритуали і обмеження	237
Обмеження контактів з однолітками.	242
16. Дисципліна, яка не розділяє	246
Що таке справжня дисципліна?	248
Сім принципів природної дисципліни.	250
<i>Використовуйте близькість, а не розділення, щоб домогтися слухняності дитини 250 Коли виникають проблеми, працюйте над стосунками, а не з подією 255 Коли дитину щось не влаштовує, викличте сльози замість того, щоб намагатися провчити 256 Формуйте добрі наміри замість того, щоб домагатися хорошої поведінки 258 Викликайте змішані почуття замість того, щоб намагатися припинити імпульсивну поведінку 261 Маючи справу з імпульсивною дитиною, спробуйте «прописати сценарій» бажаної поведінки, замість того щоб вимагати від неї зрілості 263 Якщо не можете змінити дитину, спробуйте змінити обставини 266</i>	

П'ЯТА ЧАСТИНА

ЯК ЗАПОБІГТИ ОРІЄНТАЦІЇ НА ОДНОЛІТКІВ

17. Не загравайте з конкурентами	271
Не давайте першим плодам орієнтації на однолітків ввести вас в оману	272
Сором'язливість – не така страшна проблема, як нам здається . .	275
Стрес від перебування в дитячому садку при відсутності прив'язаності	276
Здатність ладнати з оточуючими не формується у спілкуванні з однолітками.	278

Дітям потрібні не друзі	281
Однолітки – не порятунок від нудьги	282
В яких випадках і скільки ми можемо дозволити своїм дітям спілкуватися з однолітками?	285
Однолітки не розв’язують проблему ексцентричності	286
Не сподівайтесь, що однолітки допоможуть дитині виховати самоповагу	287
Однолітки не замінять братів і сестер	290
18. Відтворюємо коло прив’язаності.	292
Створюйте групу підтримки.	294
Встановлення зв’язку з дорослими, які несуть відповідальність за дитину.	297
Роззбройте конкуренцію	300
 ШОСТА ЧАСТИНА	
ПОСТСКРИПТУМ ДЛЯ ЕПОХИ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ (ЯК ТРИМАТИСЯ ЗА СВОЇХ ДІТЕЙ В ЕПОХУ ІНТЕРНЕТУ, МОБІЛЬНИХ ТЕЛЕФОНІВ ТА ВІДЕОІГОР)	
19. Цифрова революція, яка вийшла з берегів	305
Помилка, з якої все почалося: ми забули про прив’язаності	308
Цифрові технології комунікації дозволяють орієнтованим на однолітків дітям триматися разом, навіть перебуваючи на відстані.	310
Цифрова революція заохочує і посилює орієнтацію на однолітків	312
Ілюзія стосунків в інтернеті	314
Шість причин, з яких спілкування в інтернеті ілюзорне	315
<i>Спілкування в інтернеті не доносить до співрозмовника за- прошення до танцю прив’язаності 315 Механізми захисту, які включаються при незахищеному спілкуванні, не дозволя- ють отримати від нього задоволення 316 Саморозкриття можливе лише в особистому спілкуванні 318 Маніпулювання виключає задоволення 318 Насичення настає лише тоді, коли пропозиція перевищує запит 319 Той, хто шукає близькості в інтернеті, втрачає смак до того, що йому дійс- но потрібно 320</i>	
Ігри, знущання і порнографія в інтернеті як прояви потреби в прив’язаності	322
20. Всьому свій час	324
Всьому свій час – і електронному спілкуванню теж.	327
Як можна почати контролювати доступ до інтернету вже зараз.	330

З якого віку можна дозволяти дітям комп'ютерні ігри?	331
Всьому свій час, і необмеженому доступу до інформації в інтернеті – теж	334
Як залишитися головними постачальниками інформації	336
Як повернути втрачену дитину	338
Глосарій	341
Примітки	351
Про авторів	360
Відгуки про книгу «Тримайтеся за своїх дітей»	361

НОРМАЛЬНА, АЛЕ НЕ ПРИРОДНА І НЕ КОРИСНА

У наші дні орієнтація на однолітків настільки широко поширилася, що стала нормою. Багато психологів і вихователів, та й звичайні люди почали розглядати її як природний стан і часто навіть не вважають її особливим феноменом, гідним вивчення. Отож її приймають як належне. Але «нормальне» в значенні відповідності загальноприйнятим нормам – не те саме, що «природне» або «корисне». В орієнтації на однолітків немає нічого корисного або природного. Така «контрреволюція», що змінила природний хід речей, взяла гору лише нещодавно в найбільш розвинених промислових країнах. Причини цього ми розглянемо нижче (в третьому розділі). Феномен орієнтації на однолітків поки ще не став частиною традиційних культур, він не проник і в багато областей західного світу, віддалених від глобалізованих міських центрів.

Протягом всієї еволюції людства і майже до самої Другої світової війни орієнтація на дорослих була нормою для розвитку людини. Ми, дорослі, що піклуються про молоде покоління, батьки і вчителі, лише недавно втратили наш вплив, навіть не усвідомивши цього факту.

Орієнтація на однолітків здається нам природною або залишається непоміченою, тому що ми втратили нашу інтуїцію і тому що мимоволі самі почали орієнтуватися на однолітків. Представники післявоєнних поколінь Англії, Північної Америки та й багатьох інших куточків індустріального світу самі настільки зациклені на однолітках, що не можуть тверезо оцінити всю серйозність цієї проблеми.

Донедавна культура передавалася по вертикалі, від покоління до покоління. Протягом тисячоліть, писав Джозеф Кемпбелл, «молоде покоління здобувало освіту, а доросле набиралося мудрості», вивчаючи, переживаючи і осягаючи традиційні форми культури. Дорослі відігравали ключову роль у передачі культури, беручи те, що вони отримували від своїх батьків, і передавали це далі, своїм дітям. Але культура, з якою знайомляться *наші* діти, – це найчастіше культура їхніх однолітків, а не батьків. Діти створюють свою власну культуру, вельми відмінну від батьківської і в деякому сенсі навіть чужу їй. Тепер культура передається не по вертикалі, а по горизонталі, представники молодого покоління передають її одне одному.

Ключовими елементами будь-якої культури є її звичаї, музика, стиль одягу, свята, історія. Музика, яку слухають діти, дуже мало нагадує ту, що слухали їхні діди. Зовнішність наших дітей набагато більше відповідає зовнішності їхніх однолітків, ніж культурній спадщині їхніх батьків. Вечірки на честь їхніх днів народження та їхні ритуали більше схожі на ті, що влаштовують інші діти з їхнього оточення, ніж на вечірки їхніх батьків. Все це здається нам нормою лише тому, що ми самі орієнтовані на однолітків. Феномен існування молодіжної культури, окремої і відмінної від культури дорослих, з'явився приблизно п'ятдесят років тому. Хоча пів століття – це відносно невеликий період для історії людства, в житті кожної окремої людини це ціла епоха. Більшість читачів цієї книги вирости в суспільстві, де культура вже передавалася по горизонталі, а не по вертикалі. З кожним новим поколінням цей процес, що загрожує зруйнувати цивілізоване суспільство, набуває все більшої сили і йде все швидше. Навіть за двадцять років, що минули між народженням моєї першої і моєї п'ятої дитини, позиції батьків серйозно ослабли.

У великому міжнародному дослідженні, проведеному британським дитячим психіатром сером Майклом Руттером і кримінологом Девідом Смітом, йдеться про те, що феномен дитячої культури, що вперше з'явився після Другої світової війни, став одним із найяскравіших і зловісних соціальних явищ двадцятого століття². Це дослідження, в якому взяли участь найвидатніші науковці з шістнадцяти країн, пов'язує поширення асоціальних форм поведінки зі згасанням передачі культури суспільства по вертикалі. Наслідком появи дитячої культури, відмінної і окремої від основної культури суспільства, стало зростання злочинності, насильства, агресії та правопорушень в середовищі молоді.

Ці загальні культурні закономірності простежуються і в рамках індивідуального розвитку наших дітей. Те, ким ми хочемо бути і якими ми хочемо бути, визначається нашою орієнтацією, тим, кого ми вибираємо зразком для наслідування, з ким ми себе ідентифікуємо. У сучасній психологічній літературі підкреслюється роль однолітків у створенні почуття ідентичності дитини³. Коли дітей просять описати себе, вони дуже часто навіть не згадують про своїх батьків, розглядаючи себе виключно в рамках системи цінностей і очікувань інших дітей і групи однолітків, до якої належать. Відбувся якийсь серйозний системний зсув. Занадто часто сьогодні однолітки замість батьків грають головну роль у формуванні особистості дитини.