

ЕСПЕР ЮУЛЬ

# ДЕТИ СТРАНЫ *Хьюге*



УРОКИ СЧАСТЬЯ И ЛЮБВИ  
ОТ ЛУЧШИХ В МИРЕ РОДИТЕЛЕЙ

**Еспер Юуль**  
**Дети страны хюгге.**  
**Уроки счастья и любви от**  
**лучших в мире родителей**  
**Серия «Хюгге. Уютные**  
**книги о счастье»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=35486389](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=35486389)*

*Дети страны хюгге: уроки счастья и любви от лучших в мире  
родителей / Еспер Юуль ; [пер. с англ. И. Меркиной]: Эксмо; Москва;*

*2018*

*ISBN 978-5-04-128278-3*

### **Аннотация**

Современные родители понимают, что старые концепции и методики воспитания уже не работают. Известный датский психолог Еспер Юуль в своем бестселлере разбирает самые распространенные ошибки, которые совершают мамы и папы по всему миру, и рассказывает, как общаться с детьми правильно и сохранить в семье атмосферу любви, взаимного уважения и поддержки.

В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

# Содержание

Предисловие ко второму изданию	6
Вступление	9
Глава 1	16
Семья как силовая структура	20
Воспитательные методы	22
Возраст непослушания	23
Переходный возраст	25
Подростковый бунт	26
Границы	27
Единство	28
Твердость	30
Последствия	31
Справедливость	33
Отступление: о демократии	35
Конец ознакомительного фрагмента.	36

# **Еспер Юуль**

## **Дети страны хюгге:**

### **уроки счастья и любви от лучших в мире родителей**

Jesper Juul

DIT KOMPETENTE BARN

Copyright © 1995 by Jesper Juul

Published by agreement with Copenhagen Literary Agency

ApS, Copenhagen.

The Russian language publication of the book was negotiated  
through Banke, Goumen & Smirnova Literary Agency

Впервые издано в США издательством «Фаррар, Страус  
и Гиро» Farrar, Straus and Giroux в 2001

Переработанное издание – «Бальбоа Пресс» Balboa Press  
2011

Все права защищены © 2011 Еспер Юуль

Copyright © 1995, 2011 Jesper Juul

Первое издание – 1995 Дания, «Шёнберг» Schonberg.  
Denmark

Dit kompetente barn

Посетите страницы автора в интернете:

[www.jesperjuul.com](http://www.jesperjuul.com)

[www.family-lab.com](http://www.family-lab.com)

[www.zentv.se](http://www.zentv.se)

© Ирина Меркина, перевод на русский язык, 2018

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

Из этой книги вы узнаете:

- Как отношения родителей влияют на младенцев
- Можно ли без слез и ссор приучить детей помогать по дому
- Как наладить отношения с трудным подростком
- Почему взаимное уважение – основа счастливой семьи
- Как правильно повысить самооценку у ребенка

# Предисловие ко второму изданию

Когда вышло первое издание этой книги, мне казалось, что взрослые люди в разных уголках мира готовы строить более здоровые и конструктивные отношения как с детьми, так и друг с другом. Сегодня я уже не вполне уверен в этом, хотя вижу определенное движение в этом направлении. Я ждал, что наше общество наконец повернется лицом к детям и оценит их мудрость и отзывчивость.

Так, в основном, и происходит во многих семьях. Хотя родителям нелегко изменить свои привычные взгляды и роли, они открывают для себя богатство и счастье равноправного общения с детьми.

С учителями, консультантами и с другими взрослыми, которые работают с детьми, этого, увы, не случилось. Знающие и мудрые дети не только раздражают их – они видят в них угрозу своему авторитету. Одна мысль о том, что дети знают и понимают гораздо больше них самих, заставляет этих взрослых упорно держаться за прежние методы обучения и воспитания. А многие откровенно мечтают о «старых добрых временах».

И все же каждый из нас должен найти свой ответ на вопрос: чего я хочу?

Какие человеческие и социальные качества мы хотим видеть в своих детях/учениках/студентах, когда им исполнится

двадцать?

Лично я мечтал бы увидеть молодых людей, обладающих крепким душевным здоровьем и социальными навыками, которые помогут им добиваться успеха в жизни.

Я уверен, что этого хочет большинство из нас – родителей и учителей, политиков и педиатров, бабушек и дедушек и ученых-неврологов. Но «старые добрые» традиции, как и многие современные способы учить и воспитывать детей, для этого совершенно не годятся и даже приводят к катастрофе. Достаточно посмотреть на статистику: алкоголизм, наркомания, преступность, насилие, брошенная учеба, нездоровое питание, суициды и попытки самоубийства, травля и прочие отклонения поведения, злоупотребление сильными лекарственными препаратами и т. д. Все эти явления не только заставляют страдать сотни тысяч людей. Общество идет на огромные затраты, борясь с ними и не давая им выйти за допустимый уровень.

Последние 20 лет клинической и педагогической практики убедили меня, что нужно переходить к новым, более здоровым принципам в воспитании. Это вполне реально, если мы объединим опыт многих семей с последними открытиями в сфере психологии, теории привязанности и нейронауки, добавив сюда тысячи успешных проектов по всему миру. Мы уже знаем, что нужно делать. Остается понять – как. Я надеюсь, что эта книга вдохновит вас не отступать и идти вперед, на каком бы этапе вы сейчас ни находились.

*Еспер Юуль*

*Международная лаборатория семьи Familylab  
International*



# Вступление

Как и многие люди моего поколения, к двадцати годам я считал, что взгляды моих родителей (да и их родителей) на семью и воспитание безнадежно устарели. Следующие десять лет я работал семейным психотерапевтом с так называемыми «трудными» детьми и подростками, а также с группами матерей-одиночек. В итоге оказалось, что мой подход ничуть не лучше – вернее, в нем были те же изъяны.

Во-первых, ему не хватало этической составляющей. Во-вторых, я исходил из высокомерного представления, что одни люди правы, а другие заблуждаются.

Это касалось и моей работы. Одни коллеги и пациенты считали, что я все делаю правильно, другие – наоборот. Поскольку первых было гораздо больше, я наивно полагал, что со мной все в порядке. Прошло время, прежде чем я начал прислушаться к другим голосам. Но сначала мне пришлось самому стать отцом и убедиться, как мало я знаю и умею. Только тогда началось мое образование; до этого была лишь подготовка.

До того как стать родителем, я был уверен, что семья должна строиться на взаимопонимании и демократичных отношениях между детьми и взрослыми. Этот принцип противостоял нравоучениям, нетерпимости, контролю и всему, что наносит ущерб детскому чувству собственного достоин-

ства и жизненной энергии.

Но, общаясь с моим сыном, а также с семьями, которые приходили ко мне на прием, я постепенно пришел к выводу, что это очень поверхностный взгляд. Конечно, отношение к ребенку в семье и в обществе во многом изменилось со времен моего детства. Наше понимание человеческой природы, педагогической и общественной морали стало более гуманным и менее категоричным. И все же меня беспокоили две вещи – и как профессионала, и как отца.

Я видел, что родители ведут бесконечную борьбу. Они встречаются с психотерапевтами, чтобы говорить о своих детях, и уходят с этих встреч проигравшими, разочарованными и обессиленными. Психотерапевт, со своей стороны, чувствует себя бесполезным и некомпетентным. Он связан по рукам и ногам традиционной клинической психологией, которая главным образом ищет виновных, а не решение проблемы.

Первыми от этого страдают дети. Мы взваливаем на них груз, который мало кто из нас, взрослых, готов добровольно взять на себя. Нет, мы не хотим им зла; напротив, мы их любим и верим, что эта ответственность необходима, чтобы стать взрослыми. Но это порочная логика. Мы просто не понимаем, что такое ребенок.

Шведский психолог Маргарета Броден выразила эту идею фразой, которая легла в основу названия этой книги: «Может быть, мы ошибаемся; может быть, дети все знают?» (см.

«Мать и ребенок в необитаемой стране», 1992)<sup>1</sup>.

Идея Броден родилась из научного исследования ранних интеракций между младенцами и их родителями. Поскольку я практик, а не ученый и общаюсь с детьми разных возрастов, у меня свое отношение к ее наблюдениям.

Прежде всего, мы совершаем огромную ошибку, полагая, что ребенок рождается «не вполне человеком». И научная, и популярная литература видит в нем скорее потенциальное, чем полноценное человеческое существо, своего рода промежуточный вариант, лишенный социальных качеств. Поэтому мы верим, что на детей, во-первых, нужно влиять и подвергать их неким манипуляциям, а во-вторых, они должны достичь определенного возраста, чтобы стать равными остальным людям. Иными словами, нам нужно воспитать из детей настоящих (то есть взрослых) людей. Методы воспитания при этом могут быть самыми разными – от «поощряющих» до «авторитарных». Но до сих пор мы не задавались вопросом, насколько вообще обоснован такой подход.

Об этом я и хочу поговорить в своей книге. Я уверен: почти все, что мы вкладываем в понятие «воспитание», – вещи внешние, наносные и очень вредные. Такое «воспитание» мешает не только детям, но и взрослым, тормозит их личностное развитие, разрушает отношения в семье. Настаивая на этих привычных методах, мы создаем порочный круг, не

---

<sup>1</sup> Margareta Berg Brodén, *Mor og barn i Ingenmandsland/ Mother and child in no-man's-land*, Copenhagen, 1992.

желая понять истинную задачу образования, оздоровления и социальной политики в отношении детей и семьи.

35 лет<sup>2</sup> назад мое поколение сыграло свою роль в создании иллюзорной дистанции между «мы» и «общество». Таков был закономерный итог нашего конфликта с властью. Спустя годы этот разрыв становится все опаснее.

Сейчас, более чем когда-либо, характер нашего общения с детьми определяет будущее мира. При нынешнем уровне распространения информации двуличие нашего подхода очевидно: разве не позор, что мы проповедуем гуманизм и отказ от насилия в политике, но используем насилие по отношению к детям и молодежи?

Несколько лет я работал с представителями разных культур и убедился, что перемена в отношениях между детьми и взрослыми в Скандинавских странах может стать примером для других.

Со стороны может показаться, что наши взрослые слишком слабохарактерны и уступчивы в общении с детьми. Но именно такой тип отношений способен породить квантовый рывок в развитии человечества. Впервые в новейшей истории мы рассматриваем право человека на личностный рост с недогматичной и неавторитарной точки зрения. Впервые мы допускаем, что свобода личности не создает угрозу для общества, а способствует его оздоровлению.

Отношения детей и взрослых сильно различаются в Азии,

---

<sup>2</sup> В 1970-е годы.

Европе и Америке, а также внутри этих континентов. Семьи в Северной Европе не похожи на Южную и все они вместе – иные, чем в бывшем социалистическом лагере. Разница есть даже между районами одной страны. Местная культура, политическая история и религиозные взгляды играют важную роль в национальном самосознании. Я слышал, как иммигранты в Дании говорили, что не хотят, чтобы их дети становились похожими на датских детей, а сами датчане возмущались, наблюдая рукоприкладство в семьях южных европейцев. Эти различия не исчезнут сами собой, но тенденция, особенно в США и многих европейских странах, направлена на создание мультиэтнических, мультинациональных сообществ. Важно идти дальше культурных традиций. Счастье конструктивного и здорового общения – и боль, причиняемая деструктивными отношениями, – не зависят от того, где мы живем.

В этой книге я противопоставляю «старое» и «новое» не для того, чтобы критиковать старое. Я видел много родителей, открытых для нового подхода. Они понимают, что ведут себя неправильно, но не знают, как измениться, и нуждаются в конкретных рекомендациях. Для того типа общения, который я предлагаю, еще не сложились ролевые модели.

Традиционная клиническая психология часто анализирует человеческие эмоции. Насколько сильно родители любят своего ребенка? Насколько сильно сын ненавидит своего отца? Насколько сильно дочь сердится на мать? Эти вопросы

важны, потому что они помогают людям выразить свою боль. Но я ни разу не встречал родителей, которые не любили бы своих детей, или детей, которые не были бы привязаны к родителям. Просто многие из них неспособны превратить свою любовь в любящие отношения.

Сегодня впервые мы признаем равную ценность мужчин и женщин, взрослых и детей. Никогда прежде в истории человечества этого не происходило в таком масштабе. Требование равного достоинства означает открытость и уважение к нашим различиям, и мы должны отказаться от многих своих прежних оценок.

Мы больше не можем заменять один «родительский» метод другим, просто модернизируя наши заблуждения. Вместе со своими детьми и внуками мы осваиваем и столбим новые территории.

Истории и примеры в этой книге приведены, чтобы вдохновить читателя на собственные эксперименты. Не надо копировать их буквально.

Родители – не просто люди разного пола; это люди с изначально разными представлениями о том, что такое семья. При этом у них много общего. Мы все в детстве узнали, что можно по-разному строить отношения с другими людьми и далеко не все эти варианты удачны. Создавая свою семью, мы как бы получаем второй шанс.

Называя детей мудрыми и знающими, я имею в виду, что они способны научить нас очень важным вещам. Их реакции

помогают нам избавиться от бесплодных, лишенных любви и саморазрушительных моделей поведения. Для того чтобы учиться у своих детей, нужны не просто демократичные отношения. Надо вести с ними такой диалог, какой многие взрослые не в состоянии поддерживать друг с другом, — личный, построенный на равном достоинстве.

Прежде чем перейти к делу, я уточню еще несколько моментов.

Каждая семья должна найти свой путь, подходящий вам и вашим детям. Не все методы универсальны и одинаково эффективны.

В этой книге я предлагаю главные критерии оценки наших действий. Здесь будет много исторических примеров, поскольку я верю, что люди лучше понимают себя, когда смотрятся в зеркало истории.

Наконец, я готов к тому, что некоторые читатели раскритикуют мои идеи. В наше время быстро находят виновных и выносят приговор; поэтому многие из нас настроены критически. Я не настаиваю на своей правоте. Если вас устраивают ваша семейная жизнь и отношения с детьми, нет причин что-то менять.

# Глава 1

## Семейные ценности

Мы находимся на уникальном историческом перепутье. Во многих культурах базовые ценности, которые формировали семейную жизнь более двух веков, переживают бурную трансформацию. В Скандинавии в авангарде этого движения оказались женщины, вдохновленные прогрессивным социальным законодательством и растущим благосостоянием. В других странах перемены, напротив, вызваны гражданскими войнами или экономическими кризисами. Разными темпами и по разным причинам, но иерархическая авторитарная семья в своей патриархальной или матриархальной форме вымирает. На карте мира появляются новые типы семьи и формы совместной жизни, хотя многие до сих пор отчаянно пытаются сохранить стандарты «добрых старых времен».

Эти перемены можно только приветствовать. Традиционная семейная структура и большинство ее ценностей были деструктивны и для взрослых, и для детей, как показывают следующие истории.

### *Кафе в Испании*

Папа, мама и двое сыновей, трех и пяти лет, только что



разделались с десертом. Мама плюет на салфетку, тщательно вытирает младшему подбородок и переходит к его чумазому рту. Мальчик отворачивается. Женщина удерживает его за волосы и сердится: какой же он несносный! Старший брат строит гримасу, но его лицо тут же принимает нейтральное выражение. Папа страдальчески морщится и обрушивается на жену с упреками: почему она не может заставить ребенка вести себя как следует? Почему с ним вечно проблемы?

Когда они выходят на улицу, мальчик уже успел успокоиться и развеселиться. Но тут он замечает в витрине магазина игрушку и энергично показывает на нее. Он хочет, чтобы мама тоже посмотрела. Мать берет его за руку и тащит прочь, не взглянув на витрину. Ребенок начинает плакать, но мама неумолима в своей решимости одержать верх. «Pontela cara bien!» («Веди себя прилично!») – повторяет она снова и снова.

### *Кафе в Вене*

Две молодые пары, одна из них – с пятилетним сыном, садятся за столик кафе после прогулки по магазинам. Подходит официант, и мама спрашивает мальчика: «Мы будем кофе, а ты что хочешь?»

Ребенок в замешательстве отвечает: «Я не знаю».

Мать раздраженно говорит официанту: «Принесите ему яблочный сок».

Когда кофе и сок уже стоят на столе, мальчик вежливо и осторожно произносит: «Мама, я бы хотел колу с лимоном, если можно».

«Почему ты не сказал сразу? – бросает мать. – Пей свой сок!» И тут же обращается к официанту: «Мальчик передумал. Дайте ему колу с лимоном, чтобы мы могли посидеть спокойно».

Проходит десять минут. Ребенок сидит молча, взрослые болтают.

Мать вдруг смотрит на часы и сердито говорит сыну:

«Допивай!»

«Мы уходим?» – удивляется мальчик.

«Да, нам пора домой. Пей!»

Ребенок залпом выпивает колу.

«Вот и все! Мама, правда я быстро?» – спрашивает он радостно.

Но мать не замечает его, продолжая говорить с другими взрослыми. И снова мальчик молча ждет, но через полчаса решается: «Мам, мы скоро пойдем?»

«Закрой рот, негодник! – взрывается мать. – Еще одно слово, и дома ты отправишься прямо в постель. Ты понял?»

Мальчик замирает и вжимается в стул. Остальные взрослые смотрят на мать с одобрением, а отец мальчика кладет руку ей на плечо в знак поддержки.

## *Автобусная остановка в Копенгагене*

Бабушка и двое внуков – четырехлетний мальчик и шестилетняя девочка – ждут автобуса. Мальчик тянет бабушку за пальто и говорит: «Ба, мне нужно в туалет».

«Не сейчас, – отвечает бабушка. – Нам надо домой».

«Но я очень хочу!» – настаивает мальчик.

«Посмотри на сестру, она ведет себя, как большая, разумная девочка», – уговаривает бабушка.

«Да, но я хочу... Очень сильно!»

«Ты слышал, что я сказала? Туалет будет дома. Если будешь себя так вести, я все расскажу маме. И ты больше не пойдешь со мной в город».

Взрослые в этих историях – не плохие люди. Они любят своих детей и внуков, радуются их хорошему поведению, умиляются их смешным фразам. Но в их общении с детьми нет любви, потому что они привыкли считать бесстрастную строгость проявлением заботы, а любящие поступки – безответственными. Несколько сотен лет мы учили детей уважать власть, авторитет и силу – но не других людей.

# Семья как силовая структура

Веками семья оставалась силовой структурой, где мужчина имел абсолютную власть над женщиной, а взрослые – над детьми во всех социальных, политических и психологических аспектах жизни. Иерархия была неизменной: мужчина занимал верхнюю ступень, ниже стояла женщина (если не было взрослых сыновей), далее – сыновья и в конце – дочери. Благополучие брака зависело от умения и желания женщины посвятить себя мужу; воспитание ставило одну цель – приучить детей подчиняться.

Идеалом семьи, как любой тоталитарной силовой структуры, было отсутствие явных конфликтов. Бунт подавлялся физическим насилием или ограничением свободы. Для сильной личности эта модель становилась разрушительной. Возвращая взбунтовавшихся домочадцев на путь истинный, власть имущие – мужья и родители – имели право проявить понимание, любовь и твердость, но не уступчивость.

Тех, кто сопротивлялся слишком упорно, к жизни в силовой структуре приучали педагоги и психиатры. Многие женщины и дети попадали в специальные заведения и подвергались принудительному лечению.

Конечно, эта картина несколько однобока. Традиционная семья тоже дарила людям радость, счастье и любовь. Те, кто успешно к ней приспособился, испытывали такое же чувство

защищенности, как лояльные граждане тоталитарных стран.

Некоторые до сих пор ностальгируют по «крепкой семье», успешно встроенной в социум, ведь вред, который она несла, оставался невидимой частью айсберга. Только в конце прошлого<sup>3</sup> столетия мы начали видеть в ребенке личность и обнаружили, что у него есть особые интеллектуальные и психологические потребности, важные для его развития и счастья. Права женщин были признаны еще позже – в 1920-х годах. В первой половине XX века семьи стали менее тоталитарными, хотя силовой принцип оставался неизменным.

Наследие традиционной семьи сохранилось даже в языке, поэтому я хочу вложить новый смысл в те термины и определения, которые мы используем, говоря о семьях и детях.

---

<sup>3</sup> Автор говорит о XIX веке. Здесь и далее надо иметь в виду, что книга написана в 1995 году.

# Воспитательные методы

Вплоть до середины 1970-х в Скандинавии считали, что дети асоциальны и скорее ближе к животным; поэтому взрослые должны использовать некие «методы» для их личностного и социального развития. Сами методы могли различаться, но убежденность в том, что они необходимы, сохранялась до недавнего времени.

Представьте, что подобный подход применялся бы ко взрослым отношениям. Например, человек говорит своему другу или психотерапевту: «Я влюблен в высокую черноволосую женщину из Португалии, но у нас много проблем. Ты можешь научить меня какой-нибудь методике, чтобы с ней было не так трудно жить?» Очевидно, никто не примет такую просьбу всерьез. Но именно так мы строим отношения с детьми начиная с XVIII века.

Когда дети рождаются, они уже полностью люди – они социальные, ответственные и способны к эмпатии. Эти качества не приобретенные, а врожденные. Но чтобы их развивать, рядом с ребенком должен находиться взрослый, который ведет себя с ним уважительно и гуманно. Использовать какой-либо метод не только бессмысленно, но и безнравственно, потому что это низводит детей до объекта в глазах самых дорогих и близких им людей. Ребенок – человек, он субъект, а не объект.

# Возраст непослушания

Примерно в два года дети постепенно перестают полностью зависеть от родителей. Они вдруг проявляют самостоятельность – это выражается в твердом «нет» в ответ на все ваши слова и просьбы. С радостной улыбкой они говорят «нет», и это означает: «Смотри, я больше не часть тебя! Я – это я, разве не здорово?!» Они говорят «нет» не для того, чтобы бросить вызов родителям. Они хотят думать, чувствовать и действовать сами.

Вы ни за что не пропустите наступления этой эры независимости. Однажды утром, когда вы начнете одевать свою двухлетнюю дочь, она оттолкнет вашу руку и скажет: «Я!» или «Я сама!».

Как реагирует большинство родителей? Они говорят: «Перестань! Ты не умеешь. Это должен сделать я. Нам некогда играть».

Иными словами, родители бунтуют против независимости детей!

Эта забавная, на первый взгляд, ситуация иллюстрирует удивительную способность детей к взаимодействию. Если родитель не принимает независимость ребенка, тот отвечает бунтом на бунт – или утрачивает инициативу и становится еще более несамостоятельным.

Все маленькие дети стремятся быть независимыми и уве-

ренными в себе – это необходимый этап развития личности. Только тоталитарная система может видеть здесь проблему. Обвинение в непослушании – типичная уловка, чтобы держать детей в повиновении.

Двухлетний ребенок делает первые шаги к своей индивидуальности. Если вы вступаете с ним в борьбу, он обретает опыт противостояния, который аукнется вам в переходном возрасте.



# Переходный возраст

Переходный возраст, или пубертат, – это нейтральный медицинский термин, который в XX столетии обрел отрицательную коннотацию. Конфликты, споры, проблемы – все эти понятия ассоциируются с подростками. После Второй мировой войны возникла такая же негативная концепция предпубертата; родителей младших детей заранее предупреждали, что беда не за горами.

С объективной точки зрения пубертат – это интропсихический (то есть происходящий внутри личности) психосексуальный период развития, который заставляет многих подростков 12–15 лет испытывать неуверенность в себе и внутренние метания. Неизбежность конфликтов со взрослыми – чужь. Частота и накал конфликтов зависят, прежде всего, от нашего умения принять новый этап своей родительской роли и от отношения к развитию личности ребенка с двух до четырех лет его жизни.

Если родители воевали с маленьким упрямцем, велика вероятность, что он придет к переходному возрасту во всеоружии. Уже в начале своей жизни он понял: для того чтобы развивать свою индивидуальность в этой семье, надо уметь за нее сражаться!

# Подростковый бунт

Проблемы подростков (тинейджеров) описывают чуть ли не военной терминологией: бунт, неподчинение, революция, нарушения дисциплины. Это неудивительно. В силовой структуре, где взрослые олицетворяют стабильность и подавляют конфликты в зародыше, любое прогрессивное развитие будет атакой на устои.

Примерно так же относятся в обществе к женщинам среднего возраста. Когда они достигают менопаузы, их поведение и настроение объясняют «гормонами». Для сильных мира сего (мужчин) это служит оправданием за то, что они не поддерживали своих жен в трудный период. Точно так же взрослые обвиняют подростков в том, что они подростки, вместо того чтобы взять на себя ответственность за выстраивание отношений в семье.

Теперь рассмотрим понятия, которые мы используем в традиционном воспитании.

# Границы

Силовой структуре необходимы закон и порядок. Поэтому для психической, умственной и эмоциональной активности ребенка были установлены границы: что дети могут и должны делать, а что нет. Они соблюдались так жестко, как будто семья была полицейским подразделением.

Считалось, что ограничения полезны для детей – и многие люди разделяли это заблуждение, хотя для него не было никаких оснований. Безусловно, в семье должны существовать некие рамки. Но, как мы увидим дальше, важно, чтобы и дети, и взрослые определяли *свои* границы. Установление границ для других – это проявление власти.

Вопрос о границах неизбежен в воспитании. Нам кажется, что наши родители справлялись с этим заданием более успешно. На самом деле это всегда было трудно, и взрослые спрашивали у специалистов, как заставить детей «реагировать» и «слушаться».

В ответ им предлагали опираться на четыре элемента: единство, твердость, последствия и справедливость. Давайте рассмотрим их.

# Единство

«Сила в единстве», – гласит народная мудрость. Она же лежит в основе одного из главных семейных кредо: «Родители должны придерживаться единой позиции в воспитании детей». Я встречал много пар, которые приносили свой брак в жертву этой идее и постоянно испытывали вину, потому что у них ничего не получалось. Они верили, что дети чувствуют себя защищенными, когда родители во всем согласны друг с другом, и что они травмируют детей, если расходятся во мнениях. Некоторые споры допускались – но только когда дети спят; в их присутствии требовалось полное единодушие.

Между тем это условие справедливо, только если мы рассматриваем семью как политическую организацию. Когда власть имущие принимают новый закон или вводят новый порядок, им важно выступать единым фронтом.

Родители опасаются, что их разобщенность позволяет детям настраивать их друг против друга и вбивает клин в семейное руководство. Но на практике люди редко бывают единоклубны. К примеру, многие папы проявляют чрезмерную строгость только для того, чтобы мамино вмешательство внесло некоторые послабления. В этой ситуации мама выглядит дезертиром, хотя скорее она сестра милосердия, чья задача – спасти раненых на поле боя. Но женщины и сами

верят в необходимость ограничений и даже тех рамок, в которых живут сами.

По-моему, неважно, придерживаются ли родители единого взгляда на воспитание. Им нужно прийти к согласию только в одном – что разногласия допустимы. Если родители считают их вредными и нежелательными, дети чувствуют себя неуверенно.

# Твердость

Твердость, как и единство, необходима для сохранения силовой структуры. Если члены семьи высказывают противоположные мнения, это считается враждебной оппозицией и порождает конфликт. Что означает для взрослых быть твердыми? Они должны хором сказать «НЕТ!», когда ребенок не слушается.

Здоровая альтернатива этой властной игре – открытый диалог, учитывающий желания, мечты и потребности и детей, и взрослых. Это и есть истинное лидерство.

# Последствия

Предположим, дети все же не слушаются, несмотря на единство и твердость родителей. Что дальше? В зависимости от конкретного конфликта, родители обычно выбирают физическое наказание или ограничение свободы. И то и другое дается нелегко. Большинство из нас неспособно причинить своему ребенку физическую боль или всерьез ограничить его свободу.

Поэтому мы прибегаем к оправданиям:

«Это для твоего же блага!»

«Ты поймешь, когда вырастешь!»

«Ты должен научиться себя вести!»

«Мне еще больнее, чем тебе!»

«Если ты не будешь слушаться, нам придется вбить это в тебя!»

Когда взрослый говорит: «Здесь решаю я!», дети учатся приспособливаться или бунтовать.

Когда взрослый говорит: «Детей должно быть видно, но не слышно», дети делают вывод, что у них нет права голоса.

Интересно, что сразу после наказания многие родители начинают переживать из-за испорченных отношений. Обычно этот страх выражается фразами: «А теперь обними папу и забудем об этом» или «Теперь мы снова друзья?». По иронии, именно этот вопрос задают взрослые друг другу, когда

расстаются: «Мы ведь можем остаться друзьями?»»

Сомнения и беспокойство оправданы. Наказывая детей, родители действительно разрушают с ними отношения, потому что снимают с себя ответственность за конфликт и возлагают всю вину на ребенка. Такая модель подрывает не только доверие детей к родителям, но и их самооценку.

Термин «последствия» – более мягкий синоним наказания. Объяснение обычно звучит так: детям необходимо и полезно усвоить, что их поступки вызывают определенную реакцию.

Но, по моему опыту, наказание не бывает ни необходимым, ни полезным. Существует большая разница между наказанием и тем, что мы называем естественными последствиями.

«Если ты не будешь спокойно сидеть за столом, то не получишь сладкого!» Это наказание.

«Если ты съешь еще одно мороженое, у тебя может заболеть живот». Это естественное последствие.



# Справедливость

Для многих родителей львиная доля воспитательного процесса сводится к критике поведения детей. Дети при этом обязаны признавать свою вину или демонстрировать искреннее раскаяние. Только после признания им дается возможность исправиться. Таким образом взрослые заставляют детей поверить, что те совершают серьезные промахи. Эта модель породила распространенные выражения вроде:

- «Стыдись!»
- «Тебе должно быть стыдно!»
- «Тебе самому не стыдно за себя?»

Идея справедливости позволяет считать ребенка виноватым, пока он не понес наказания. Родителей беспокоит не само насилие по отношению к ребенку, а возможная несправедливость, которую они проявят, наказав невиновного.

Парадоксальным образом именно потому, что взрослые так часто оперируют понятием справедливости, дети обычно запоминают только те случаи, когда их наказали «ни за что». Ребенок забывает многочисленные ситуации, в которых он — как его убедили — был не прав. Они слишком привычны для того, кто вырос в системе, построенной на критике и осуждении.

Концепция справедливости царит в семьях, где родители стараются не относиться к детям «по-разному». Согласно

этому подходу, дети, независимо от возраста, пола и характера, получают одинаковые подарки на праздники, одинаковое поощрение, наказание и воспитание. В результате одним достается то, что им нужно, другим – нет, кому как повезет. Но родители утешают себя тем, что поступают «справедливо».

Все эти принципы строятся на устаревших представлениях о детях и до сих пор широко применяются в разных частях света. И поскольку у них немало последователей, можно сделать вывод, что они работают или, по крайней мере, работали. Но задача вырастить послушного ребенка – порочна сама по себе.

Я и мои ровесники постоянно слышали в детстве: «Веди себя прилично, чтобы люди видели, что ты хорошо воспитан». Наши родители ориентировались на требования среды: дети должны «хорошо себя вести», «соответствовать», «быть вежливыми», уметь говорить: «Извините», «Здравствуйте» и «Спасибо, что терпите меня». Им не позволено быть собой. От них ждут, что они будут исполнять отведенную им роль в этом спектакле и, подобно актерам, учить наизусть текст пьесы.

Сейчас, когда мы знаем о детях больше, чем знали наши родители, нам легко быть умными. Но те, кто до сих пор придерживается модели семьи как силовой структуры, искренне верят, что это на пользу их детям. У них просто нет другого опыта воспитания.

## Отступление: о демократии

Примерно 25 лет назад<sup>4</sup>, когда мое поколение вступило в репродуктивный возраст, появились другие взгляды; недолгое время семья пыталась соответствовать демократическим идеалам. Большая часть перемен была инспирирована женским движением. После веков угнетения женщины требовали подлинного равноправия. Борьба шла за пересмотр гендерных ролей, за перераспределение ответственности внутри семьи и за преодоление неравенства в занятости и образовании.

---

<sup>4</sup> В 1970-х годах. (Прим. пер.)

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.