

ВОСПИТАНИЕ

С ЛЮБОВЬЮ И ПОНИМАНИЕМ

ДЖИН КЛАРК

КОННИ ДОУСОН

ДЭВИД БРЕДЕХОФТ

МНОГО – ЭТО СКОЛЬКО?

КАК НЕ ИЗБАЛОВАТЬ
ЛЮБИМОГО РЕБЕНКА

«Избалованность – бич нашего времени. Эта книга поможет читателю не стать заложником собственной любви. Советуем прочитать ее каждому родителю, который с трепетом относится к воспитанию собственных детей».

Книжный сервис
READRATE.COM



 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Психология. Воспитание с любовью и пониманием

Дэвид Бредехофт

**Много – это сколько? Как не
избаловать любимого ребенка**

«ЭКСМО»

2014

УДК 159.922.7
ББК 88.8

Бредехофт Д.

Много – это сколько? Как не избаловать любимого ребенка /
Д. Бредехофт — «Эксмо», 2014 — (Психология. Воспитание с
любовью и пониманием)

ISBN 978-5-04-174170-9

Как говорили в одной чудесной сказке: «Детей надо баловать, тогда из них вырастают настоящие разбойники!» Когда есть большое разнообразие игрушек, гаджетов, сладостей, мы хотим, чтобы детство нашего ребенка было счастливым, и позволяем вести себя, как он хочет, и делать все, что угодно. Это новая норма. Но вседозволенность приводит к плохим последствиям. Она готовит почву для проблем и неудач наших детей в будущем. Однако не все потеряно. Из этой книги вы узнаете, как не довести до крайности и при этом дарить ребенку много любви и заботы, каким образом избалованность распространяется не только на детей, но и на взрослых, и как не испортить жизнь своих детей благими намерениями, переизбытком внимания и отсутствием правил. В формате PDF А4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.922.7
ББК 88.8

ISBN 978-5-04-174170-9

© Бредехофт Д., 2014
© Эксмо, 2014

Содержание

Введение	7
Часть I	8
1. Что такое избалованность?	8
Все мы желаем своим детям добра	9
Больше – не всегда лучше	9
Избалованность и благие намерения	10
Избалованность детей может стать причиной их страданий во взрослой жизни	10
Взрослые, которых в детстве избаловали, могут причинять страдания другим	12
Многоликость избалованности	13
Для взрослых, исправляющих последствия избалованности в детстве	14
2. Как балуют детей?	15
Три типа избалованности	16
Усложнение проблемы	19
Шаг за шагом	23
3. Избалованность: есть или нет?	25
Твердого «да» в ответ на один вопрос достаточно	26
Результаты избалованности	27
Кто – я?!	28
4. 14 рисков избалованности	29
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Джин Кларк, Конни Доусон, Дэвид Бредехофт Много – это сколько? Как не избаловать любимого ребенка

*Посвящается Атали Терри, которая ныне обитает в Стране
Изобилия*

Jean Illsley Clarke, Connie Dawson, David Bredehoft

HOW MUCH IS TOO MUCH?

Raising likeable, responsible, respectful children – from toddlers to teens – in an age of overindulgence

Copyright © 2004, 2014 by Jean Illsley Clarke, Connie Dawson, David Bredehoft

This edition published by arrangement with Da Capo Lifelong, an imprint of Perseus Books, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group Inc.,
New York, New York, USA. All rights reserved

© Мельник Э.И., перевод на русский язык, 2016

© ООО «Издательство «Эксмо», 2022

ИЗ ЭТОЙ КНИГИ ВЫ УЗНАЕТЕ

Что можно считать избалованностью, а что – нет – Гл. 1, 2

- Почему избалованность становится новой нормой жизни – Гл. 27, 28
- Почему мы балуем детей, даже если не хотим этого делать – Гл. 2, 5, 10
- Как понять, что мы действительно балуем или рискуем избаловать ребенка – Гл. 3, 4
- Как наше собственное детство влияет на то, как мы балуем детей – Гл. 24–26
- Какие благие намерения родителей приводят к избалованности детей – Гл. 4
- Что такое гиперопека, к чему она приводит и как ее избежать – Гл. 10–15
- Как установить разумные границы для желаний ребенка – Гл. 9, 19, 23
- Что делать, если ребенок в семье стал практически главным – Гл. 21
- Что делать родителям, если детей балуют бабушки и дедушки – Гл. 27, 28

ПИСЬМО К ЧИТАТЕЛЯМ

Дорогие читатели!

Вот что мы узнали об избалованности детей в результате исследований, о которых расскажем в этой книге.

- Она повсюду. Это новая норма.
- Ее источник – слишком доброе сердце.
- Она причиняет больше страданий, чем мы можем себе представить.
- Она может иметь место при любом уровне дохода.
- Она может случиться в любой семье.
- Она может коснуться любого ребенка – не только младшего или единственного в семье.

- Речь идет не просто о слишком большом количестве вещей или привилегий. Избалованность – это также переизбыток внимания и шаткие правила.
- Проблема затрагивает не только родителей, бабушек и дедушек. Баловать может кто угодно.
- Избалованность – штука небезобидная. Она готовит почву для дискомфорта и неудач наших детей во взрослой жизни и может чрезвычайно затруднить воспитание их собственных детей.
- Избалованность – явление непреднамеренное. Ни один родитель не просыпается по утрам со словами: «Пойду-ка я сегодня причиню вред детям, хорошенько их побаловав».
- Избалованность можно выявить и изменить ситуацию.
- Избалованные дети и взрослые могут излечиться от своей избалованности.

Откуда мы все это знаем? Мы провели 10 исследований избалованности и в этой книге рассказываем о том, что узнали. Вы можете прочесть об этих исследованиях в *Приложении Б* и на нашем веб-сайте www.overindulgence.info. А оценить собственный уровень избалованности вам поможет *Приложение А*.

Итак, наша задача – вооружившись знанием, выстроить грамотную защиту от множества внешних влияний, подбивающих нас баловать своих детей и самих себя.

Присоединяйтесь к нам!

Джин, Конни и Дэвид

Введение

Откуда взялось наше страстное желание как можно шире распространить сведения об избалованности? Ведь когда мы начинали свою работу, такого острого чувства необходимости у нас не было. Три автора, три сферы интересов... Поначалу все мы признали, что проблема избалованности становится все более заметной, и поэтому нам троим казалось, что важно изучать ее значение и воздействие.

Дэвид Бредехофт, глава исследовательской команды, избрал академический подход. Он хотел повысить степень признания обществом потенциальной проблемы избалованности и научить людей распознавать ее и справляться с ее неуправляемой динамикой.

Конни Доусон встречалась с негативными проявлениями избалованности в своей психотерапевтической практике; но ее в такой же степени беспокоила «большая картина» – влияние избалованности на политические решения и общую тенденцию сползания общества к безответственности, эгоцентризму и алчности.

Джин Иллсли Кларк, просветитель, работающий с родителями, сосредоточила фокус внимания на детях и на влиянии, которое избалованность оказывает на них и их семьи. Она задавалась вопросами: каковы последствия избалованности? Кто ее осуществляет и почему?

Поначалу все мы втроем занимались этим проектом вполсилы. Но по мере того как нас все больше тревожили полученные результаты и свидетельства того, что избалованность становится общественной нормой, нами овладевало растущее страстное желание поделиться с людьми тем, что мы узнали. Мы выяснили, что источник избалованности в семье вовсе не жестокость или недостаток заботы – напротив, она исходит от доброго сердца, от желания дарить. Последствия же избалованности отнюдь небезобидны: равнодушие, отчужденность и даже насилие.

К выходу в свет первого издания этой книги в 2004 г. наша команда провела три исследования в области избалованности. С тех пор мы завершили еще семь, углубляя и оттачивая свою концепцию. Новое издание мы дополнили новой информацией о воздействии избалованности в детстве на взрослую жизнь. Мы выявили немало фактов, заставляющих призадуматься. К нам обращалось так много людей с просьбами о помощи в искоренении результатов избалованности, что в заключительные разделы большинства глав мы добавили практические рекомендации.

Часть о бабушках и дедушках введена по многочисленным просьбам читателей и слушателей. Молодые родители просили нас: «Расскажите, как не дать бабушкам и дедушкам избаловать наших деток». Бабушки и дедушки говорили: «Расскажите, как не позволить детям избаловать наших внуков». В ходе наших исследований бабушки и дедушки не проявили себя как главный источник проблем избалованности; но эти два вопроса всплывают с такой частотой, что мы решили поделиться с вами тем, что узнали из общения с родителями, бабушками, дедушками и педагогами.

**ДАВАЙТЕ ЖЕ ЗАДУМАЕМСЯ НАД ТЕМ, ЧТО ПРЕДСТАВЛЯЕТ
В НАШЕЙ ЖИЗНИ НАИБОЛЬШУЮ ЦЕННОСТЬ ДЛЯ НАС, ЧТО
ПРИДАЕТ ЕЙ СМЫСЛ, И В СООТВЕТСТВИИ С ЭТИМ УСТАНОВИМ
ПРИОРИТЕТЫ.**

Далай-лама XIV

Часть I

Как распознать избалованность



1. Что такое избалованность? Действительно ли она имеет значение?

*КОГДА ВСЕГО СЛИШКОМ МНОГО, ВСЕ СТАНОВИТСЯ НИЧЕМ.
Сьюзен Кларк*

Да, избалованность действительно имеет значение. Наши исследования избалованности привели как к вполне ожидаемым, так и некоторым неожиданным результатам. Давайте начнем с детей.

Все мы желаем своим детям добра

Устроив новорожденную дочку в специальное автомобильное креслице для малышей, сияющий Гейб обернулся к медсестре: «Вот у детского кресла есть инструкция по применению, а как насчет руководства пользователя для малышки?» Медсестра улыбнулась. Его жена, Ада, тоже улыбнулась и покачала головой.

Как и все родители, Гейб и Ада желают добра своей новорожденной дочке. Они хотят обеспечить ее всем, что только в их силах; но когда Гейб смотрит на стопки крохотных одежек, которые надарили малышке, он не может не думать о том, насколько скоро его дочка их перерастет.

Ему приходит в голову мысль: не успеешь оглянуться, и она, как ее кузины, будет выпрашивать модную обувь, дорогую одежду, «планшет» и турпоездку на каникулах. А может, она, как соседский парнишка, будет ждать в подарок машину на свой 16-й день рождения? Он смотрит на Аду и задается вопросом: «Поймем ли мы, когда нужно сказать “да”, а когда – “нет”?»

Больше – не всегда лучше

Чтобы избежать отрицательных эффектов избалованности, необходимо понять, что такое избалованность, как она воздействует на детей, пока они еще дети, и потом, когда они становятся взрослыми.

Начнем с ключевых вопросов:

- Что такое избалованность?
- Почему избалованность детей является причиной их страданий во взрослой жизни?
- Как не избаловать детей? Что делать вместо этого?
- Если меня самого в детстве избаловали, как не передать эти привычки своим детям и как преодолеть последствия избалованности в себе?

Наша книга основана на данных 10 исследовательских проектов по избалованности¹, в которых приняли участие свыше 3530 человек. Эти исследования показали, что такое избалованность, каковы ее эффекты, кто ее практикует и почему. Более того, исследования обнаружили прочную связь между избалованностью в детстве и отсутствием важных жизненных навыков и, наоборот, наличием нездоровых привычек и воззрений во взрослой жизни.

Взрослые, избалованные в детстве, дали нам следующие описания избалованности.

ЧТО ЭТО ТАКОЕ – ИЗБАЛОВАННОСТЬ ДЕТЕЙ?

Баловать детей – значит давать им слишком много приятных на первый взгляд вещей слишком рано и продолжать это делать слишком долго. Это означает дарить им вещи или переживания, не подходящие для их возраста, интересов или талантов. Это процесс дарения детям того, что призвано удовлетворять потребности взрослого, а не ребенка.

Избалованность – это непропорционально большие затраты на одного или нескольких детей. Баловать – значит делать что-то или иметь что-то в таком избытке, что это активно вредит человеку, по крайней мере, мешает ему

¹ Три исследования в проекте по избалованности: исследование I, проведенное Дэвидом Бредехофтом, Шерил Меннике, Алисой Поттер и Джин Иллсли Кларк; 1998 г.; исследование II, проведенное Дэвидом Бредехофтом, Джин Иллсли Кларк и Конни Доусон; 2000 г.; исследование III, проведенное Дэвидом Бредехофтом, Джин Иллсли Кларк и Конни Доусон; 2001 г. См. дополнительный материал об этом проекте в *Приложении Б*.

развиваться и не дает в полной мере реализовать свой потенциал, поскольку изобилие ведет к тому, что дети испытывают неудовлетворенность.

Избалованность – это форма детской запущенности. Она тормозит детей, не давая им решать нужные для их возраста развивающие задачи и усваивать необходимые жизненные уроки.

Избалованность и благие намерения

Балуя себя и других время от времени, мы привносим в жизнь яркие краски, радость и удовольствие. Однако когда то же баловство становится привычным, результат получается совершенно иной. Эта привычка к изобилию и называется избалованностью.

Многие из нас с самыми добрыми намерениями старались окружить кого-нибудь изобилием – и впоследствии обнаруживали, что мы его избаловали. Мы понимаем, что избаловали человека, потому что вместо слов радости и благодарности слышим от него нытье или все возрастающие требования.

Положительное *намерение* ведет к отрицательному *результату* избалованности.

Вот что сообщили нам люди, отвечая на вопросы в ходе исследований по избалованности:

- Избалованность воспитывается тремя способами: «перекармливание», чрезмерная опека и попустительство.
- Детям нравится, когда их периодически балуют, но постоянная вседозволенность может заставить страдать – и их самих, и окружающих.
- Избалованные дети часто становятся излишне требовательными и неблагодарными.
- Дети, которых избаловали занятиями (музыкой, спортом, танцами и т. д.), возможно, обретают превосходные исполнительские навыки, но им может не хватать повседневных жизненных навыков.
- Люди, которых избаловали в детстве, став взрослыми, страдают, попадая в ситуации, в которых их раздутое «чувство права» возмущает других, и обнаруживая отсутствие таких навыков, которые другие люди воспринимают как должное.
- Молодые родители чаще балуют детей, чем родители старшего возраста.
- Избалованность не обязательно ограничивается рамками детства; порой взрослые хронически балуют других взрослых или сами себя.

Избалованность детей может стать причиной их страданий во взрослой жизни

Избалованность может стать причиной страданий во взрослой жизни. Эти страдания – частый результат стыда из-за неумения делать то, что вроде бы умеют делать все остальные; неловкости, вызываемой раздражением и возмущением других; привычного расчета на то, что ты всегда будешь оставаться в центре внимания, а другие будут нести ответственность за тебя; стресса, вызванного непониманием, что значит «хватит» – пищи, одежды, денег, работы, игры и т. д.

Баловать детей – значит давать им слишком много приятных на первый взгляд вещей, которые тем не менее мешают им решать свойственные их возрасту задачи и усваивать жизненные уроки.

Вот что рассказала Ханна:

«Я не умею заботиться об одежде. Мама хотела, чтобы я всегда была хорошо одета. У меня было много одежды. У нас в доме была прислуга, и, если я бросала одежду на кресло, горничная ее развешивала, когда приходила

стелить мне постель. Чистая одежда всегда «сама» появлялась в моем шкафу. Если на какой-нибудь вещи появлялась прореха, я ее выбрасывала. В колледже меня безжалостно высмеивали. Когда я спросила соседку, какая из двух машин – стиральная, а какая – сушильная, она решила, что я ее дурачу, и в ответ рассмеялась. Вы не можете себе представить, сколько я делала постыдных ошибок! Мне так надоело слышать в ответ «Да это же каждый знает!», что я наконец перестала просить помощи. Я и по сей день не уверена, что хоть что-то делаю правильно. К счастью, мне повезло найти мужа, который с удовольствием делает все за меня, так что дела мои не так уж плохи».

Ханна жалуется вовсе не на то, что у нее было слишком много одежды; она жалуется на отсутствие жизненных навыков. В сущности избалованность не имеет ничего общего с вещами, которые стоят денег.

Майкл, выросший в бедной семье, описал свою неспособность принять на себя ответственность:

«Мама считала, что, раз уж мы такие бедные, мне нужно дать полную свободу искать удовольствий. Ребенком я шатался где вздумается. Никаких домашних обязанностей у меня не было. Теперь я – независимый человек. Я редко встречаюсь с родителями и не ощущаю никакой ответственности ни за свою семью, ни за что-либо другое. Кстати, некоторые мои друзья говорят, что именно поэтому я не могу удержаться на рабочем месте».

**ЧУВСТВА, КОТОРЫЕ ЛЮДИ ИСПЫТЫВАЛИ В ДЕТСТВЕ
В СВЯЗИ С ИЗБАЛОВАННОСТЬЮ ***

Процент респондентов	Чувства
48	Я чувствовал себя любимым
44	Я ощущал растерянность, потому что мне это казалось неправильным, но я не мог жаловаться, потому что как же винить людей, которые делают для тебя так много?
40	Я ощущал стыд, потому что иногда от меня ожидали навыков, которым мне никогда не приходилось учиться
31	Я чувствовал себя виноватым, плохим, мне было грустно
29	В то время я чувствовал себя просто отлично, зато потом мне было стыдно
28	Я чувствовал себя прекрасно, потому что у меня было все, чего я хотел
27	Я стеснялся, потому что знал, что это неправильно
23	Я чувствовал себя скверно, потому что у других детей не было того, что было у меня
19	Сколько бы я ни получал, мне всего было мало, поэтому мне было грустно
15	Я чувствовал себя прекрасно, потому что все решения оставались за мной
15	Я чувствовал себя скверно, потому что другие дети надо мной смеялись
14	Мне было стыдно, потому что у других детей таких вещей не было
13	Мне казалось, что меня игнорируют
13	Я ощущал растерянность
11	Мне было стыдно, потому что другие дети дразнили меня
11	Сколько бы я ни получал, мне всегда было мало, поэтому я впадал в ярость

Респонденты имели право выбрать больше одного варианта ответа.

* Исследование И. Тейбла «Чувства детей в связи с избалованностью» воспроизводится с разрешения авторов и издателя по изданию: D. J. Bredehoft, S. A. Mennicke, A. M. Potter, and J. I. Clarke, «Perceptions Attributed by Adults to Parental Overindulgence During Childhood», Journal of Family and Consumer Sciences Education 16, no. 2 (1998): 3–17. © 1998.

Обратите внимание, что 48 % респондентов отвечали, что чувствовали себя любимыми. А что же остальные? Что чувствовали они? И еще 40 % жаловались на недостаток навыков.

**Взрослые, которых в детстве избаловали,
могут причинять страдания другим**

Позиции, ожидания и отсутствие навыков взрослых людей, которые в детстве были избалованы, могут вызывать разочарование и раздражение у других людей.

Послушайте разговор Джин и тренера университетской спортивной команды.

ТРЕНЕР: Ну, и чем ты теперь занимаешься?

ДЖИН: Провожу исследование по избалованности.

ТРЕНЕР: Да? А что это такое?

ДЖИН: Избалованность – это когда детям дают так много всего, что это не позволяет им усваивать навыки, необходимые для развития, и оказывает отрицательное воздействие на их взрослую жизнь.

ТРЕНЕР: Правда? В смысле, слишком много игрушек?

ДЖИН: Опрашиваемые нами взрослые, которых избаловали в детстве, определили три способа избалованности. Да, один из них – слишком много вещей, но это также и явление, которое мы называем гиперопекой, и слишком слабая система.

ТРЕНЕР: А это что такое?

ДЖИН: Ну, если б спортсмены, с которыми вы работаете, были избалованы, это проявлялось бы в их поведении. Человек, у которого слишком много вещей, склонен небрежно относиться к своей экипировке. Если что-то ломается, теряется или не лежит на своем месте, это не имеет значения, потому что кто-то – т. е. вы – об этом позаботится.

ТРЕНЕР: Знакомо звучит!

ДЖИН: Если избалованность проявлялась как гиперопека, такой спортсмен будет рассчитывать, что о нем позаботятся. А когда ему что-то нужно, вы должны это обеспечить. Дополнительные стипендии, репетиторство, даже такой репетитор, который будет писать за него работы, – все это воспринимается им как норма. Гиперопека часто проявляется в неумении провести различие между желанием и потребностью.

ТРЕНЕР: Тоже знакомо!

ДЖИН: Спортсмены, избалованные попустительством, могут нарушать правила и режим. Правило им известно, но на самом деле им не верится, что оно к ним применимо; поэтому они имеют право обходить его или игнорировать, даже если это ведет к плохой репутации команды и их учебного заведения.

ТРЕНЕР: Понятно. У нас имеются все три типа. Многие первокурсники поступают в университет, рассчитывая, что с ними будут носиться как с писаной торбой, что они будут в первую очередь спортсменами, а студентами – только во вторую. Они даже не догадываются о том, что избалованы. Они просто «знают», что наш спортивный факультет поступает нелогично, поскольку мы хотим, чтобы они в первую очередь были студентами, а спортсменами – во вторую. Это вечная борьба. Она высасывает драгоценное время и энергию. Это тормозит студентов. Это тормозит нас всех. Иногда из-за этого у нас всех бывают большие неприятности.

Многоликость избалованности

Все истории в этой книге – подлинные. Какими бы нелепыми ни казались эти истории, поверьте: какой-то ребенок в каком-то месте жил именно в этих странных обстоятельствах.

Но по большей части избалованность не обязательно выглядит странно и даже не кажется чем-то необычным. Даже самые мудрые родители время от времени балуют своих детей. Эпизодическая снисходительность вряд ли причинит особый вред – беда, когда баловство становится обычным делом. Эта книга поможет вам вовремя скорректировать свою педагогическую стратегию и добиться успеха в деле воспитания ваших детей.

Эта книга поможет вам справляться с «новой нормой» – импульсами к вседозволенности, которые исходят от ваших друзей и родственников, от СМИ и, разумеется, от ваших соб-

ственных детей. А если вы сами были избалованным ребенком, эта книга поможет вам избавиться от прискорбных последствий такого воспитания.

Для взрослых, исправляющих последствия избалованности в детстве

Мы не виноваты, если нас в детстве баловали. Однако наша обязанность как взрослых – осознать свою избалованность и... что-то скорректировать в своих жизненных установках. Вы узнаете, что переживали и думали об этой проблеме другие люди и как пытались наладить свою жизнь. В конце большинства глав предложены способы самоизучения. В этих же разделах приведены идеи практических занятий, которые помогут вам усовершенствовать свои навыки и преодолеть вынесенные из детства убеждения или решения, которые больше не приносят пользы.

ВСЕГДА МОЖНО НАЧАТЬ ЗАНОВО.

Джек Корнфилд

2. Как балуют детей?

Это не только игрушки и одежда

ГЛАВНОЕ В СЛОВСОЧЕТАНИИ «СЛИШКОМ ИЗБАЛОВАННЫЙ» – СЛОВО «СЛИШКОМ».

Как были избалованы взрослые люди, герои наших исследований? Понятие «слишком много игрушек» не входит даже в четверку лидеров.

Часто, когда мы в разговоре упоминаем вседозволенность, люди отмахиваются: «Да я все об этом знаю! Слишком много игрушек. Посмотрели бы вы на дом моей невестки! Весь пол усыпан игрушками – ступить некуда». Но процентные подсчеты в наших исследованиях говорят иное. Это больше, чем игрушки – намного больше!

Вот полтора десятка способов, которыми наших респондентов, по их словам, баловали в детстве²:

² Резюме ответов респондентов исследования I.

ИНДИКАТОРЫ ИЗБАЛОВАННОСТИ *

Когда я был ребенком...

- ✓ 53% — Мои родители делали за меня то, что я мог и должен был делать сам.
- ✓ 53% — Мои родители не ожидали от меня помощи по дому.
- ✓ 41% — Мне позволяли иметь столько одежды, сколько я хотел.
- ✓ 36% — У меня было много привилегий.
- ✓ 35% — Мои родители дарили мне много игрушек.
- ✓ 32% — Мои родители давали мне слишком много свободы.
- ✓ 32% — Мои родители позволяли мне быть лидером или доминировать в семье.
- ✓ 32% — Родители не считали, что мне необходимо усваивать те же навыки, что и другим детям.
- ✓ 23% — Мои родители слишком любили меня и уделяли мне слишком много внимания.
- ✓ 23% — У моих родителей были правила, которым мне не обязательно было следовать.
- ✓ 23% — Мои родители не настаивали на следовании правилам.
- ✓ 22% — Мои родители слишком насыщали мое расписание разными занятиями, уроками, спортом и лагерями.
- ✓ 18% — Мои родители заботились о том, чтобы мне не было скучно.
- ✓ 12% — Я проводил слишком много времени сам по себе и слишком мало — с родителями.
- ✓ 8% — Мои родители мирились с тем, что я употреблял алкоголь, или поощряли это.

* Индикаторы избалованности воспроизводятся с разрешения авторов. © 2002 David J. Bredehoft, Jean Illsley Clarke, and Connie Dawson.

Три типа избалованности

Эти 15 способов избаловать детей можно разбить на три типа: «перекармливание», гиперопека и попустительство. Давайте рассмотрим каждый из них в отдельности³.

³ Исследования I и II.



«Перекармливание»

«Мне трудно научить Чарли заботиться о своих игрушках, – жаловалась одна мама. – У него их так много, что, если что-то ломается или теряется, он не обращает на это внимания; он просто играет с другими игрушками».


«Перекармливать» можно не только едой, игрушками и одеждой, но и всем, что стоит денег: спортивной экипировкой, уроками, развлечениями, отдыхом, табаком, алкоголем или наркотиками. Помимо этого, «перекармливание» может также означать выделение непропорционального количества семейных ресурсов на одного или нескольких детей. Часто кажется, что «перекармливание» удовлетворяет потребности ребенка, но это не так. В результате дети ощущают недостаточность среди изобилия, поскольку они не сумели усвоить жизненно важный навык – понятие «хватит».

Часто кажется, что «перекармливание» удовлетворяет потребности ребенка, но это не так. В результате ребенок ощущает недостаточность среди изобилия.

Одной из проблем, которая наиболее ярко выделялась в наших исследованиях, были мучения людей, не знающих, что такое «хватит» – работы, игры, денег, одежды, пищи, секса, алкоголя, развлечений, возбуждения или сна. Представление о «хватит» постепенно, годами создается взрослыми, говорящими: «Тебе хватит», – идет ли речь о сладостях, подарках, волнующих событиях, отдыхе, стимуляции и т. д.

Страдания как результат избалованности могут ударить и по тому, кто ее практикует. Задумайтесь о газетном репортаже⁴: мать, которой сообщили о том, что ее сын ограбил банк, ответила с болью в голосе: «Не могу понять, зачем он это сделал. Я всегда давала ему все, чего он хотел».

⁴ Репортаж газеты *Minneapolis Star Tribune* об ограблении банка.



ГИПЕРОПЕКА

Гиперопека

Трехлетнюю Софи всюду носили на руках: в садик и из садика, в магазин, в церковь. Когда Софи было 4 года, мама продолжала одевать и раздевать ее. Софи не умела застегнуть собственную курточку – маме так нравилось одевать дочку!..

Опекать детей необходимо, но гиперопека – когда за детей делают то, что они могут или должны делать для себя сами, – буквально душит детей, которые растут хитрецами, неумехами или манипуляторами.

Гиперопека – это излишняя забота, которая кажется проявлением любви, но не дает ребенку в полной мере развить свой потенциал.

Чрезмерно опекать – не значит слишком любить. «Слишком много любви» не бывает. Но истинная любовь не душит, не лишает возможности тянуться выше и дальше, усваивать новые навыки, ощущать приятный трепет достижений или испытывать на собственном опыте последствия своих поступков.



ПОПУСТИТЕЛЬСТВО

Попустительство

«Мой папа был излишне строг, – заявил Эрик. – У нас было слишком много правил. В моей семье такого не будет. Для моих детей не будет никаких правил, никаких “должен”».

Вероятнее всего, Эрику предстоят сплошные «американские горки» в период отрочества его детей, и они вырастут эмоционально заторможенными, поскольку всем детям необходимы контроль и ограничения, чтобы чувствовать себя в безопасности и становиться социально ответственными. Контроль означает установление и обеспечение работоспособности правил, создание твердых границ, мониторинг безопасности детей, обучение их навыкам, необходимым для жизни, и требование выполнения повседневных обязанностей.

Отсутствие домашних обязанностей в детстве было той сферой избалованности, которая больше всего возмущала и обижала опрошенных нами взрослых людей.

Попустительство означает, что детям дается избыток свободы, им позволяют принимать решения и делать выбор в вопросах, не соответствующих их возрасту, интересам или талантам. Это внушает детям ложное чувство своего могущества или чрезмерное чувство ответственности. Подробнее об этом см. главу 21.

Не требуя от детей выполнения работы по дому, взрослые лишают их возможности вносить свой вклад в жизнь семьи. Отсутствие домашних обязанностей вызывало наибольшее возмущение и обиду у взрослых, с которыми мы беседовали.

Усложнение проблемы

Проблема избалованности усложняется, когда в ней задействована не одна сфера.

«Перекармливание» и гиперопека

Проблема. Эмили постоянно опаздывает на школьный автобус. Жалобы и понукания родителей не делают ее собраннее. Папа отвозит 11-летнюю Эмили в школу, когда она опаздывает на школьный автобус. Он мог бы прекратить эту гиперопеку, уезжая на работу пораньше. Мама, которая хочет, чтобы Эмили нравилась ее одежда, покупает девочке чересчур много нарядов и вносит свою лепту в ее опоздания, позволяя Эмили не спеша выбирать одежду. Мама могла бы настоять, чтобы Эмили вечером выбирала себе наряд на следующий день. Каждый из родителей мог бы обеспечить своему ребенку большую заботу, просто заменив чрезмерную опеку обычным воспитанием.



«Перекармливание» и попустительство

Проблема. 4-летний Джейкоб никогда не убирает свои игрушки. Дедушка просто задарил внука дорогими игрушками, которые разбросаны по всему дому. Переизбыток игрушек и недостаточно четкие правила обращения с ними – основа безответственности. Чтобы научить Джейкоба убирать за собой, стоит завести ящик для игрушек, какие-то убрать с глаз долой, какие-то – отдать или продать. Мама может подавать Джейкобу условный сигнал, напевая одну и ту же песенку всякий раз, как приходит пора собрать игрушки, а иногда и помогать ему. А дедушке нужно сдерживать свой «дарительный» пыл.



Гиперопека и слабая система

Проблема. Чтобы дать Мэтью возможность пользоваться семейной машиной, когда она ему нужна, родители установили правило: вечером в четверг семья определяет порядок пользования машиной в выходные. Мэтью снова все субботнее утро упрашивал дать ему машину, демонстрируя недовольство отказом. Мама излишне опекала Мэтью, всячески выражая свое сочувствие и жалея его, говоря сыну о том, как сильно ей хотелось бы, чтобы они могли позволить себе еще одну машину, и спрашивая, может ли она как-то помочь Мэтью добраться туда, куда ему хочется. Вместо этого она могла бы просто проигнорировать его недовольство и сказать: «Этот вопрос нужно было решить в четверг, а сегодня уже суббота». Папа же попустительствует сыну, сначала споря с ним, а потом отступая, в итоге Мэтью получает машину. Папа мог бы сказать: «Мэтью, если правило о том, что вопрос о машине мы решаем в четверг, тебе не подходит, можешь предложить перенести обсуждение на другой день. Но ты этого не сделал, и решение четверга остается в силе. Твой надутый вид не вызывает у меня желания помочь тебе. Это мое последнее слово. Дай мне знать, как ты планируешь сегодня добираться туда, куда тебе хочется».



Попустительство – это избыток свободы и привилегий для детей.

Если оба родителя займут твердую позицию, возможно, негативное поведение Мэтью какое-то время будет усугубляться, особенно если родители слишком долго его баловали. Всем детям, а особенно подросткам, нужно ощущение безопасности и защищенности, которое обеспечивается четкой и продиктованной любовью организацией жизни, а поэтому их поведение способно улучшаться, особенно если родители проявляют последовательность.

Все три компонента: «перекармливание», гиперопека, попустительство

Проблема. Родители Мэдисон знают, что у двухлеток нередко случаются истерики, но маму они раздражают все больше. Истерика случилась у Мэдисон, когда бабушка с дедушкой прислали ей очередную большую коробку с игрушками. Эти игрушки оказались слишком сложными, и Мэдисон не могла в них разобраться. Она принялась с воплями разбрасывать их по комнате. Мама вышла из себя и накричала на Мэдисон, веля ей прекратить «кошачий концерт». Папа подхватил Мэдисон на руки и принялся укачивать ее, шепча на ухо: «Мамочка на тебя накричала? Извини. Не плачь, маленькая принцесса. Сейчас ты с папочкой пойдешь на прогулку».



Семья преисполнена благих намерений, но Мэдисон получила сразу тройную дозу избалованности. Потребность бабушки и дедушки быть хорошими привела к тому, что они засыпали ее игрушками. Они могли бы удовлетворить эту потребность, предварительно переговорив с родителями Мэдисон о том, какие игрушки приемлемы для ее возраста.

Отец Мэдисон намерен быть нежным папочкой. Но он проводит с Мэдисон меньше времени, чем мама, и не понимает, насколько утомительны ее истерики. Он мог бы просто поддерживать дочку на руках, пока та не успокоится, но потакать ей – это уже гиперопека. Она позволяет 2-летней девочке прочно занимать центр семейной вселенной, в то время как одной из ее развивающих задач должны быть начатки умения идти на компромиссы.

Мама попустительствует дочке тоже из благих намерений. Она хочет любить ее. Но, не зная, как справиться с истериками, уступает Мэдисон, пока не происходит срыв. А потом ей становится стыдно, и она злится на папу Мэдисон.

Родители не в состоянии исключить из жизни ребенка все разочарования, и это хорошо, потому что детям надо учиться справляться с разочарованиями. Но избыток слишком сложных игрушек стал причиной непосильного для Мэдисон разочарования. Так что сверхфрустрацию 2-летнего ребенка вызвали чрезмерная щедрость бабушки и дедушки, гиперопека папы и мамино попустительство.

Шаг за шагом

В каждой из приведенных выше историй взрослые балуют ребенка каждый по-своему. Если один человек делает это сразу двумя или тремя способами, лучше всего определить каждую проблему в отдельности и начать с той, которую проще всего решить. Часто улучшение в одной области ведет за собой улучшения в других. Так, если папа перестанет поддаваться на истерики Мэдисон и обвинять в них маму, маме будет легче справляться с истериками

дочери. Однако если проблема слишком сложна, спросите себя: «Нужна ли мне поддержка и как ее получить? Не является ли мое поведение попыткой удовлетворить какую-нибудь мою собственную потребность?» Если верно последнее, помните, что детям лучше живется с родителями, чьи потребности удовлетворяются. Задача родителей – добиваться удовлетворения этих потребностей в отношениях со сверстниками, а не через ребенка.

Но обеспечивать ясность в воспитании нелегко, если человек не слишком хорошо понимает, что считать избалованностью. Пришла пора познакомиться с «тестом четырех».

ОДНИХ БЛАГИХ НАМЕРЕНИЙ НЕДОСТАТОЧНО.

К. Д.

3. Избалованность: есть или нет?

«Тест четырех» – показатели избалованности

ВНЕШНОСТЬ ЧАСТО БЫВАЕТ ОБМАНЧИВА.
Эзон, 550 г. до н. э.

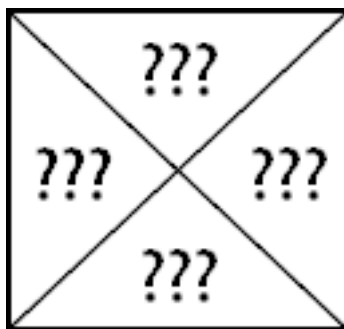
Ведет ли к избалованности какой-то конкретный поступок или ситуация, поможет понять «Тест четырех». Ответ «да»/«возможно» на любой из четырех его вопросов – показатель того, что взрослому надо хорошенько подумать, прежде чем действовать.

«Похоже, дети Гвен никогда не носят дважды одну и ту же одежду. Наверное, у нее безлимитная кредитка». Очень похоже на то, что Гвен тратит на одежду слишком много – пока мы не выясним, что она одевается в секонд-хенде. Так что избалованности на самом деле ничуть не бывало!

17-летний Мика получает на день рождения автомобиль с двухлетним пробегом. Папа дарит ему машину со словами: «Ну вот, теперь тебе будет на чем ездить в университет!» – а потом хвастает в своей компании: «Я купил ему машину, которую сам хотел иметь в 18 лет». Внешность обманчива: папа удовлетворил *свою* потребность через сына! А значит, налицо баловство...

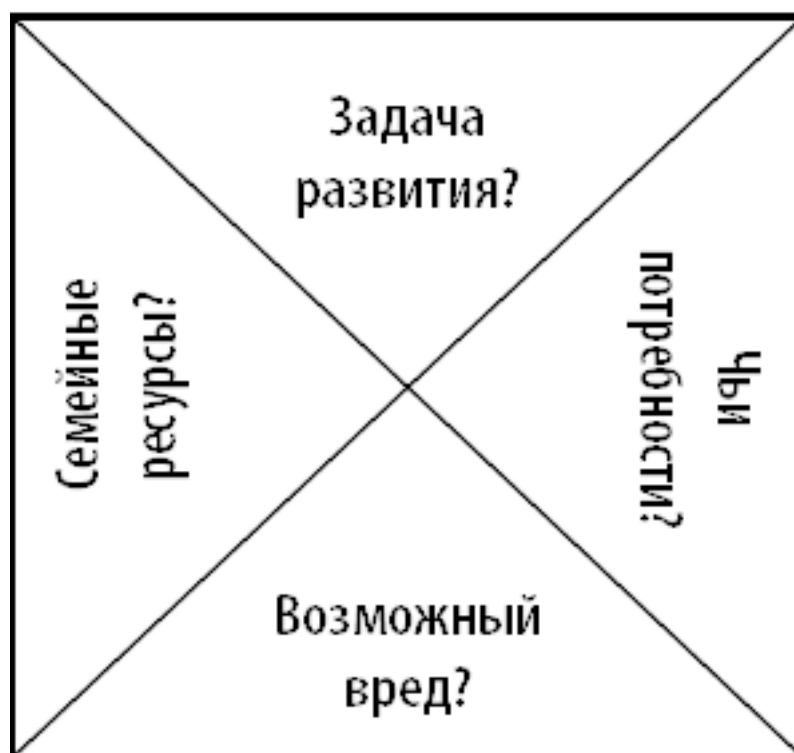
Как же понять, в каких случаях мы балуем детей, а в каких нет? Задать себе четыре вопроса:

1. Мешает ли эта ситуация ребенку усваивать жизненные уроки? (Задача развития.)
2. Требуется ли это непропорционального распределения семейных ресурсов (денег, пространства, времени, энергии, внимания и пр.) в пользу ребенка? (Семейные ресурсы.)
3. Получает ли взрослый большую пользу, чем ребенок? (Чьи потребности.)
4. Может ли это потенциально вредить другим людям, обществу или планете? (Возможный вред.)



Положительный ответ на любой из этих вопросов – сигнал опасности.

ТЕСТ ЧЕТЫРЕХ



Наиболее важный из четырех вопросов – первый. Если вы плохо ориентируетесь в развивающих задачах детей, прочтите *Приложение Г* или какую-нибудь книгу о стадиях развития человека. Одна из весьма полезных книг о стадиях развития от рождения до 6 лет – книга Хелен Невилл «Это что, такая фаза?» (*Is This a Phase?*).

Мы будем часто возвращаться к «тесту четырех» на протяжении книги.

Твердого «да» в ответ на один вопрос достаточно

Рассмотрим историю Джо.

Джозеф был хрупким и болезненным мальчиком, и мама делала для него все, что было в ее силах, защищала его от стрессов, особенно связанных с другими детьми. Джозеф решил, что он пуп земли и мир существует для того, чтобы удовлетворять его потребности.

Взрослый Джо ездит по всему миру, но всегда думает только о собственном удобстве. Собираясь в поездку, он как попало бросает свои костюмы в чемодан. Приехав в отель, он развешивает мятые костюмы в ванной, включает горячую воду на полную мощность, закрывает дверь и уходит гулять. Когда через несколько часов он возвращается в номер, на его костюмах нет ни одной складки. Когда его спросили, правильно ли так расходовать воду, Джо пожал плечами: «А то! Это отличный способ решения проблемы».

Избалованный гиперопекой матери, Джо продолжает баловать себя. В данном случае положительного ответа на вопрос «Причиняет ли это вред?» достаточно, чтобы выявить наличие избалованности.

Четкого «да» в ответ на любой из четырех вопросов «теста четырех» достаточно для указания на проблему избалованности.

Результаты избалованности

Опасна ли избалованность? Судите сами. Прочтите, что некоторые из участников нашего исследования говорили о воздействии избалованности на их жизнь. Цитаты, которые мы здесь и далее приводим в рубрике «Слово родителям», говорят о чувствах, мыслях и поступках участников нашего исследования.

РЕШЕНИЯ, КОТОРЫЕ ДЕТИ МОГУТ ПРИНИМАТЬ НА КАЖДОЙ СТАДИИ РАЗВИТИЯ				
Работа ребенка на данной стадии развития	Примеры полезного воспитания	Здоровые варианты решений ребенка	Примеры избалованности	Решения, которые может принимать избалованный ребенок
0–6 месяцев Решить быть, жить, строить узы с заботливыми взрослыми, звать на помощь, чтобы удовлетворить свои потребности	Мама ждет, когда малыш Зак позовет ее, или громко проявит беспокойство, или как-то иначе выступит в коммуникацию. Тогда она проверяет, не нуждается ли он в смене пеленок, утешении, стимуляции, любви или пище	Я могу понять, что мне нужно, и попросить об этом	Мама дает грудь или бутылочку малышу Заку всякий раз, как он плачет, или когда он просто «кажется голодным», или когда она думает, что он, должно быть, проголодался	Я не понимаю, когда я голоден. Мне не нужно просить о том, что мне нужно, мне и так это дадут
6–18 месяцев Тянуться к миру, исследовать его и учиться доверять своим ощущениям. Строить отношения привязанности с заботливыми взрослыми	Родители предоставляют Стефани безопасное пространство с безопасными объектами, чтобы она могла самостоятельно их исследовать. Родители позволяют ребенку играть с кухонной утварью и выдают ограниченное количество игрушек в данный момент времени	Для меня безопасно узнавать сведения о моем мире. Я могу доверять своим ощущениям	Всякий раз как Стефани танцует за игрушкой, родитель передает игрушку девочке или играет с игрушкой вместо нее. Родители окружают ребенка слишком сложными для его возраста игрушками	Мне не нужно танцевать за тем, чего я хочу. Я не умею исследовать собственный мир
18 месяцев — 3 года Начинать осваивать причинно-следственное мышление, отказываться от убежденности в том, что ты — центр вселенной. Учиться следовать простым командам: иди сюда, стой, иди туда, жди, сядь	Иногда Чарли получает то, чего хочет, а иногда не получает. Взрослые следуют своей линии поведения независимо, не критикуя ребенка. Взрослые дают Чарли понять, что ожидают от него выполнения простых команд: иди сюда, стой, жди и т. д.	Я должен принимать в расчет потребности других людей. Я могу говорить «нет», ощущать гнев, но при этом оставаться любимым. Я могу научиться следовать указаниям	Всякий раз как Чарли говорит «нет», взрослые уступают. Чарли получает все, чего хочет, и еще многое сверх того. Истерика или требовательность обеспечат его чем угодно	Я — центр вселенной. Я могу получить все, чего хочу. Я не обязан принимать в расчет других людей
3–6 лет Самоутверждаться как индивидуальность, отличная от других. Узнавать, что поступки имеют свои последствия	Жюли перед походом в продуктовый магазин говорят, может она получить какую-нибудь сладость или не может. Это указание не сопровождается ни критикой, ни извинениями. Жюли выполняет простейшие домашние обязанности	Я могу просить о том, чего хочу, и полагаться на родителей и их правила. Я могу усваивать разные умения	Жюли хнычет, выпрашивая шоколадку в очереди к кассе в продуктовом магазине. Папа вначале трижды говорит «нет», а потом покупает ей два батончика	Имеют значение только мои желания. Я не обязан принимать в расчет потребности, желания или чувства других людей. Я могу получить все, чего хочу
Младший школьный возраст Узнавать о своих обязанностях и обязанностях других, о правилах и структурах	Отец спрашивает Джеррода, нужно ли помочь ему придумать, как успевать на школьный автобус вовремя; не оправдывает его перед учителями в случае опозданий. Более сложные домашние обязанности	Мне нужно научиться быть ответственным перед собой и другими. Я компетентен	Джеррод часто опаздывает на школьный автобус, поэтому папа собирает за него коробку с обедом, ждет мальчика и отвозит его в школу	Я некомпетентен. Мне незачем учиться заботиться о себе. Я не должен заботиться о других
Подростковый возраст Постепенно развиваться как отдельная независимая личность, ответственная перед другими и отвечающая за собственные потребности, чувства и поведение	Родители обсуждают с Розой вопрос о том, выполнения каких домашних обязанностей разумно от нее ожидать, когда и каким образом она будет добираться туда, куда ей нужно или хочется попасть	Я ответственна перед собой и другими. Я — полезный член семьи. Я компетентна	У Розы много внешкольных занятий, поэтому родители выполняют за Розу ее домашние обязанности. Родители перестраивают свое расписание, чтобы возить Розу всюду, куда она хочет попасть	Мне не нужно становиться компетентной. Я недостаточно компетентна, или меня недостаточно ценят, чтобы дать мне возможность быть полезным членом моей первичной группы (семьи)

Слово родителям

ВОЗДЕЙСТВИЕ ИЗБАЛОВАННОСТИ НА ВЗРОСЛУЮ ЖИЗНЬ

К каким результатам в вашей жизни привела избалованность?

- ✓ Я ощущаю печаль и гнев, когда мне не удается настоять на своем или получить то, чего хочу.
- ✓ Я терялся, когда человек говорил мне, что любит меня, но я не ощущал этого или не знал об этом.
- ✓ Люди часто меня разочаровывают. Они часто меня подводят. Кроме того, чем больше я даю, тем больше ожидаю в ответ.
- ✓ Я так и не повзрослел. Я нереалистично отношусь к жизни.
- ✓ Я погряз в долгах, у меня лишний вес, и мне ненавистно постоянное ощущение усталости.
- ✓ Два неудачных брака.
- ✓ Я не знаю, что такое реальность – о ней трудно думать.
- ✓ Я вечно всем недовольна, я выпиваю, слишком много готовлю и перекармливаю детей и гостей или кормлю их недостаточно. Я не умею устанавливать границы. Мне трудно распределять время и деньги.
- ✓ На моих братьев и сестер избалованность подействовала разрушительно. Они не следуют правилам, не обладают адаптивными навыками. Они несчастливы.
- ✓ Я толстый – и все равно вечно голоден.

Осмысливая жизнь, дети формируют важные представления о самих себе и других людях. Некоторые из детских убеждений оказывают глубинное воздействие на взрослую жизнь. Рассмотрите таблицу, чтобы увидеть примеры решений, которые дети могут принимать на каждой стадии своего развития.

Кто – я?!

Если вы понимаете, что баловали своих детей или самих себя, не стыдитесь этого. Если вы в этом не уверены, воспользуйтесь методом оценки из *Приложения А*. Решите удержаться от *одного из способов* баловать детей. Сделайте это сегодня. Не рассчитывайте, что ребенок вас за это поблагодарит, но будьте упорны.

Не старайтесь, однако, увидеть избалованность на каждом шагу. Иногда мы, начав по-новому оценивать некоторые вещи, склонны потом подозревать их во всех и вся.

**ИЗБАЛОВАННОСТЬ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ РЕЗУЛЬТАТОМ ЖЕЛАНИЯ
НАВРЕДИТЬ РЕБЕНКУ. ЭТО МЕХАНИЗМ, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ КАК-ТО
ДОТЯНУТЬ ДО КОНЦА ДНЯ.**

Лори Канье

4. 14 рисков избалованности

Это не то, к чему стремились заботливые взрослые!

*ВЫЯСНИТЬ, ЧЕМ ЗАНИМАТЬСЯ НЕ ХОЧЕШЬ, – ЭТО ПОЧТИ
ТАК ЖЕ ЗДОРОВО, КАК ВЫЯСНИТЬ, ЧЕМ ХОЧЕШЬ ЗАНИМАТЬСЯ.
Андерсон Купер*

Мы рассмотрим 14 наиболее распространенных рисков избалованности, или «капли риска». Подобно дождевым каплям, воспитательные методы – подарки, занятия, привилегии, – которые начинались как способы поддержки, если ими злоупотреблять, создают топкую и липкую трясицу.

Вы сами способны заметить, просочились ли эти капли и в вашу семью. Несколько капель можно с легкостью смахнуть. Но если их много, они способны сливаться в лужу риска – *топь*. Вы можете отточить свою способность распознавать риски, выбрав любые три позиции из 14 и задав себе вопрос: «Как ребенок, развивающий в себе такие навыки поведения и отношения, стал бы поступать в возрасте 4, 8, 16, 25, 55 лет?» Если вам нужна помощь в определении развивающих задач для каждого возраста, обратитесь к их спискам в *Приложении Г*.

«Капля риска» № 1. Немедленное удовлетворение (источники: «перекармливание» и гиперопека)

Способность откладывать удовлетворение учит человека терпению и обеспечивает возможность решать, когда пора действовать. Вот он – здоровый водоносный слой! Процесс обучения ждать удовлетворения не обязан быть комфортным для ребенка. Взрослым необходимо временами мириться с его дискомфортом.

«Капля риска» № 2. Центр вселенной (источники: «перекармливание», гиперопека и попустительство)

Сразу после рождения детям просто необходимо быть центром вселенной. Как и маленькие кенгуру, младенцы не вполне готовы к жизни во внешнем мире, и им необходимо еще много месяцев провести в «сумке» семьи. К двум годам до детей должно начать доходить, что мир не будет больше фокусироваться *исключительно* на них. Вот так они сталкиваются с одним из самых трудных жизненных уроков, а ведь у них еще не полностью развит мозг, который помогает это осмыслить! Неудивительно, что малыши закатывают истерики; но лучше начать усваивать этот урок в возрасте 2 лет, чем 22.

«Капля риска» № 3. Неуважительное отношение (источники: «перекармливание» и попустительство)

Неуважение – следствие того, что тебя «перекормили»? Как такое может быть? А вот как. Игрушка сломалась? Выброси ее. Получи другую. Порвал рубашку? Выброси и купи новую. Вещь вышла из моды? Выброси – добудь штучку посовременнее. Развлечение не оправдало ожиданий? Отправляйся куда-нибудь еще.

Легкомысленное отношение порождает неуважение к вещам. Нет уважения к собственным вещам – не будет уважения к чужим, со временем эта установка трансформируется в неуважение к людям, их потребностям и желаниям. Уважение не появляется автоматически.

Нужно подавать пример уважения, ожидать его от ребенка и учить уважению в процессе взаимоотношений. Его не купишь, покупая ребенку вещи.

«Капля риска» № 4. Непонимание, что такое «хватит» (источники: «перекармливание», гиперопека и попустительство)

Неумение определять чувство достаточности может втягивать все больше кислотных капель в подмоксную почву. Хватит – чего? Участники исследования говорили: «Чего угодно. Еды, одежды, денег, секса, спиртного, развлечений и проч.». За помощью вы можете обратиться к главе 9 «Хватит – это сколько?»

«Хватит» – чудесное слово.

«Капля риска» № 5. Беспомощность (источник: гиперопека)

Делая за детей то, что им следует делать самостоятельно, мы отнимаем у них возможность научиться быть компетентными. В природе детей пробовать новое, что-то делать, осваивать навыки и умения. Развив в них «наученную беспомощность», не позволяя им творить, бороться, учиться на собственном опыте, мы слышим от них: «Это слишком трудно», или «Я не могу», или «Давай, ты сам это сделаешь», или «У меня болит животик», или «У меня нет времени». Помощь вы найдете в главе 11 «Я сделаю это за тебя».

«Капля риска» № 6. Неумение отличить желания от потребностей (источники: гиперопека, попустительство и «перекармливание»)

Если я голоден, но хочу пончик и нытье позволяет мне его получить, то как усвоить разницу между желанием и потребностью? Что, если я никогда в своей жизни не слышал таких слов:

- «Тебе нужны новые джинсы. Мы не будем тратить семейные деньги на эту дорогую марку».
- «Тебе необходимо ездить в школу. Ты хочешь, чтобы мы отвезли тебя, но ты должен добираться сам».
- «Ты хочешь смотреть телевизор, но твоему мозгу и телу необходим сон, так что сейчас ты отправляешься в постель».

Малыши не способны различить желания и потребности. Этому их необходимо обучать. У некоторых обучение занимает целую жизнь.

«Капля риска» № 7. Чрезмерно раздутое «чувство права» (источники: гиперопека, попустительство и «перекармливание»)

Гиперопека. Если вы делали за меня то, что я должен был делать сам, почему бы мне не стать нахлебником, не жаловаться и не закатывать истерики, если за меня чего-то не делают?

Попустительство. Если я не должен был вносить свой вклад в семью и правила в ней были мягкими, ясно, что никакие правила ко мне неприменимы.

«Перекармливание». Если вы давали мне все, чего я хотел, стоит ли удивляться тому, что я рассчитываю иметь все, чего хочу, и тогда, когда хочу. Я имею на это право. Взрослые, «перекормленные» в детстве, указывали, что, как им кажется, они имеют право на большее и заслуживают большего, чем другие.

«Капля риска» № 8. Неумение устанавливать границы (источник: попустительство)

Мы узнаем о существовании границ, столкнувшись с границами других людей, особенно родителей: «Нет, ты не можешь брать мои вещи без разрешения», «Пока еще не твоя очередь». Границы проявляются рано. Дома это слова «отдай обратно», а в магазине – «положи обратно». Если мы поддаемся на уловку «но он же так этого хочет, давай позволим ему один разок», то добавляем в общее болото риска особенно густые капли.

Помните: слово «нет», использованное только тогда, когда вы готовы проявить последовательность, помогает детям чувствовать себя защищенными, даже если они восстают против него.

«Капля риска» № 9. Безответственность (источник: попустительство)

Мы превращаем отдельные капли в водопад безответственности, если последовательно защищаем детей от переживания последствий их поступков или не возлагаем на них ответственность за выполнение домашних обязанностей.

Безответственное поведение может по-настоящему испортить любые отношения.

«Капля риска» № 10. Неравномерно развитые компетенции (источник: попустительство)

Вот примеры: подросток, который умело смешивает краски, но не умеет стирать; мальчишка, который творит чудеса на скейтборде, не умеет о нем заботиться; даровитый юный музыкант, который не умеет добираться до школы вовремя. Отсутствие баланса. Попустительство.

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.