**10 найважливіших речей,**

**яким батьки можуть навчити дитину**

**1. Кохати себе**

Любов до себе - найбільш фундаментальна і істотна зі всіх здібностей. Поки ви не будете здатні цінувати власне життя, ви ніколи не станете діяльними, не зможете реалізувати власні можливості. Враховуючи те, як сильно кохаємо ми своїх дітей, нам було б просто передати їм відчуття любові до себе, але, мабуть, такий спосіб не дуже надійний.
Спробуйте пригадати, що ви думали про себе, коли вам було п'ять років. Я вважаю, що більшість з нас рахували себе дурними або потворними. Ми злилися на себе, якщо боялися ночами, нам було соромно за себе, якщо ми не хотіли ділитися з молодшою сестрою своєю новою лялькою. Ми розчаровувалися в собі, якщо були невмілими, сором'язливими або незграбними, тоді як мама сподівалася виростити балерину.

Інколи ми не можемо допомогти дитяті полюбити себе до тих пір, поки ми не переоцінимо деякі з наших власних установок - той вантаж, який ми несемо в собі впродовж всього життя. Можливо, таке самопізнання буде болісним, але в результаті ми зможемо сказати: "Так, карі очі і оливкова шкіра дійсно мені осоружні. Мої батьки породили в мені відчуття неповноцінності, тому що я була схожа на їх італійських предків, а вони хотіли бути стовідсотковими білими американцями. Тепер, коли у мене є це малятко з оливковою шкірою і карими очима, чи можу поводитися як годиться дорослому і побачити, як вона красива, і дати їй це зрозуміти?"

Ірраціональні забобони, які ми засвоюємо з колиски, - лише одне з перешкод, що заважають допомогти нашим дітям полюбити себе. Багатьом з нас також важко відрізнити "бути поганим" від "бути людиною". В корені міняє справу, якщо замість "не поводься як немовля" ми говоримо: "Ти ще недостатньо дорослий, щоб тихо поводитися в ресторані. Ми спробуємо піти туди ще раз, коли ти будеш трохи старший". Також абсолютно різні речі - сказати: "Ти егоїст" - або відмітити: "Дуже важко навчитися ділитися з іншими, але нічого, я тобі допоможу. Якщо ти даси Донне пограти з твоїм відерком, вона дасть тобі пограти зі своєю вантажівочкою".

Пуританське твердження про те, що кожен або хороший, або поганий і що дітей тому слід учити бути хорошими, ймовірно, принесло людству більше нещастя, чим що-небудь ще. Всі ми народжуємося, будучи в рівній мірі і ангелами і дияволами, і нам потрібно навчитися жити з цією правдою. Звичайно, ми говоримо: "Ні, тобі не можна бити маляти", але ми також говоримо: "Ти дуже малий, щоб стримувати себе, коли ти сердишся. Я повинна тобі допомогти". Навчитися визнавати, що у тебе є злість, ревнощі і асоціальні спонуки, - це частка дорослішання. Ми повинні також навчитися управляти собою, але не заперечуючи, що такі спонуки існують і не заставляючи своїх дітей відчувати себе грішниками. У дитяти, якому вселяють, що він поводиться погано, розвивається неприязнь до себе, і це заважає навчанню, життю і любові більше, ніж будь-яка інша психологічна проблема.

Як тільки дитя відчуває себе захищеним, відчуває, що його цінують, у нього зачинає розвиватися співчуття до інших. Одне з найраніших переживань подібного роду виникає в стосунках з домашніми тваринами. Маля, що випробувало на собі ніжність і турботу, здатне обережно тримати на руках бездомного котеняти або покликати на допомогу батьків, коли хтось ображає собаку. Будь-яке п'ятирічне дитя, яке може мимоволі вигукнути побачивши птиці із зламаним крилом: "Ах ти, бідолаха!", вже придбав одну з найбільш фундаментальних здібностей, необхідних для зміни якості всьому життю на цій планеті.

**2. Інтерпретувати поведінку**

Дитя, яке приходить в дитячий сад, думаючи, що він чудове створення, може проте не включитися в навчання, якщо він не знає, як інтерпретувати поведінку чужу і свою власну. Наприклад, він може так захопитися двома дівчатками в першому ряду, які об'єдналися проти нього, що не зможе зосередитися на збільшенні два до п'яти. Або, якщо вихователь одного дня вранці накричить на нього, він може настільки розгубитися і злякатися, що не зможе бути уважним на заняттях весь день, що залишився.

Якщо дитя дещо дізналося про настрої людей і їх недоліки, якщо його навчили інтерпретувати певні види поведінки, він не буде схильний засмучуватися в подібних ситуаціях. Він зрозуміє, що, можливо, двох дівчаток лякає новий дитячий сад і їм потрібний спільний ворог, щоб відчувати себе в більшій безпеці, що його вихователька просто у поганому настрої: посварилася з чоловіком або потрапила під час "списів" по дорозі на роботу і, можливо, завтра сама вибачиться.

Окрім того що дитяті потрібно уміти інтерпретувати поведінку інших, йому треба навчитися пояснювати і власну поведінку. Це може зробити сильний вплив на майбутнє відношення дитяти до учбових занять. Якщо дитя кричить на матір за сніданком, якщо побачивши омлету він говорить: "Ти знаєш, як я його терпіти не можу, я зараз викину його у відро для сміття!" - а потім вилітає з будинку, то, швидше за все, сьогодні з ним станеться одна з двох речей. Він може бути такий переповнений відчуттям провини і жахом, що не почує жодного слова з сказаних вихователем. Або ж він може поставити собі питання, що це на нього знайшло; подумати, чи продовжує він ще злитися на батька, який накричав на нього учора увечері, і вирішити, що він вибачиться, коли повернеться додому. У останньому випадку він здатний забути про інцидент на той час, поки він в дитячому саду. Зі свідомістю, вільною від гніву і розгубленості, він добре сприймає всі пояснення вихователя.

**3. Спілкуватися за допомогою слів**

Після того, як діти зможуть пояснити дійсне значення своїх вчинків, їм необхідно навчитися допомагати іншим людям розуміти їх. Якщо дівчинка може сказати вчителеві: "Я так боялася, що у мене нічого не вийде, що просто не могла думати", - вчитель може зрозуміти, що її страх заважає навчанню, і зможе належним чином її заспокоїти. Якщо дитя може сказати своєму батьку: "Ти мене лякаєш, коли кричиш так голосно", - можна сподіватися, що батько спробує замість цього домовитися з ним спокійно. Будь-яке п'ятирічне дитя, яке може спокійно і невимушено розповісти про свої відчуття, кажучи: "Я боюся", або "Я дуже тебе кохаю!", або "У мене таке пронизливе відчуття усередині, таке тремтіння, що мені видається, що я ще не готовий сісти на двоколісний велосипед", вже знайшов здатність, яка надасть йому необхідну свободу для того, щоб думати, цікавитися і вчитися.

**4. Розуміти відмінність між думками і діями**

Без цього уміння, яке повністю формується до п'яти років, дитяті буде украй складно зосередитися на заняттях. Наприклад, Грегорі дивиться у вікно і уявляє себе пілотом, тоді як вчитель пояснює класу основи арифметики. Він зовсім не чує, що говорить вчитель, тому що дуже злий. Його батьки тільки що розвелися, і аби його відчуття можна було витягувати на поверхню, то, швидше за все, це було б: "Я їх обох ненавиджу. Я хочу, щоб вони померли". Це настільки жахливі думки, що Грегорі доводиться зосереджуватися щодуху, щоб тримати їх поза свідомістю.

Аби за перших п'ять або шість років життя Грегорі допомогли зрозуміти, що думки - це не те ж саме, що дії, і відчуття, що відповідним чином виражаються, зовсім нікому не шкодять, він міг би дати їм волю. І вся та енергія, яка витрачалася на те, щоб уникати власних відчуттів, могла б бути обернена на інші цілі, у тому числі і на дивні можливості складання і віднімання. Йому, звичайно, необхідна допомога, щоб пережити цю цілком реальну кризу, але йому слід було б пояснити, що природно переживати жахливі почуття, коли ти страждаєш, коли ти стривожений, коли життя повне муки. Для дитяти неможливо концентрувати увагу і вчитися, якщо він переживає приховані почуття, які сам вважає за небезпечні і погані.

**5. Цікавитися і ставити питання**

Всі популярні книги і розмови про те, яким заняттям і умінням ми повинні учити дошкільників, відсунули на задній план і майже звели нанівець природну, інстинктивну допитливість. Частенько ми буваємо настільки захоплені рахунковими паличками, що перестаємо прислухатися до чудових питань, які діти задають самі по собі: "Чому листя міняє колір?.. Що заставляє траву зростати?.. Звідки береться сніг?.. Як з яйця виходить дитя?.. Що означає вмирати?.. Чому я зростаю?.. Як молоко потрапляє в магазин?.. Чому деякі діти голодують?.. Як підводний човен може залишатися під водою і не тонути?.."

Якщо ми хочемо підтримувати цей інстинкт допитливості, ми повинні переконатися, що на той час, коли дитяті виповнюється п'ять років, він упивається своїми питаннями і знає, що є способи, як знайти на них відповіді. Він повинен також взнати, що на деякі питання ще не отримана відповідь, на інших існує безліч різних відповідей і що інколи йому доведеться постаратися знайти свій власний.

У своїй книзі дитя" Дороті Коен, що "Навчається, професор педагогіки, проводить украй важливу відмінність тим часом, коли дитяті дають поїсти риби, і тим, коли його навчають, як зловити рибу. Якщо ми дамо йому приготовану рибу, то ми зможемо задовольнити його миттєвий голод, але що трапиться, якщо нас не буде поруч, щоб погодувати його? Те ж саме відбувається із знаннями і інформацією: якщо ми завжди підносимо їх дитяті готовими до вживання, він ніколи не навчиться добувати їх самостійно. Дітей слід учити, як вони самі можуть "виловлювати" свої власні відповіді.

Коли ми говоримо: "Я не знаю", "Я зараз зайнятий", "Запитай у тата" або "Не варто говорити на цю тему", - ми відохочуємо у дитяти самому "ловити" знання. Якщо ж, навпаки, ми заохочуємо його допитливість і допомагаємо знаходити відповіді, ми сприяємо розвитку у нього інтелектуальної здатності, найбільш істотної для людини.

**6. Розуміти, що на складні питання немає простих відповідей**

Покоління наших дітей буде вимушено зіткнутися з найсерйознішими питаннями. Не може бути простих рішень в таких проблем, як втрата екологічної рівноваги, демографічний вибух, поширення зброї, яка може знищити все жваве. Щоб стати мудрими і зрілими дорослими, діти повинні зачати розуміти, що прості рішення ніколи не знімають проблему, що насправді треба копати глибше, щоб знайти найбільш оптимальну відповідь на те або інше питання.

Нам необхідно учити дітей дивитися в корінь. "Ну, можливо, Джо сьогодні злиться тому, що прийшов в дитячий сад голодним". Або: "Якщо Сара продовжує розбивати глиняні вироби, які ти ліпиш в дитячому саду, нам краще поговорити з вихователем. Він може поговорити з Саріной мамою і з'ясувати, чому Сара нещасна і що ми можемо зробити, щоб допомогти їй". Це складний шлях, але він дає дитяті значно більше, чим коли ми говоримо: "Я думаю, що Сара погана дівчинка і тобі краще триматися від неї подалі".

В соціальних проблем не буває простих рішень, і ми послужимо погану службу нашим дітям, самим собі і майбутньому, якщо вводитимемо малят в оману щодо цього. Ми ставимо дітей на невірний шлях, коли робимо акцент на тих питаннях, на які дійсно існують вірні і невірні відповіді (скільки буде три і шість? Яка третя буква в алфавіті?). Дітям необхідно спочатку випробувати складність життєвих ситуацій, щоб вони були підготовлені до зіткнення з плутаниною, невизначеністю і непостійністю реального життя.

**7. Не боятися невдач - необхідна умова дорослішання**

Щоб навчитися чому-небудь, ви повинні не боятися допускати помилки, навіть терпіти невдачу. Перша книга, до якої ви звернулися, може не містити відповіді на питання, чому птиці мігрують, доведеться пошукати відповідь в якійсь інший. Перший дерев'яний столик, який ви зробили, може бути потворним і кривобоким, але якщо ви здатні вчитися на своїх помилках, то наступний ви змайструєте набагато краще. Дітям треба допомогти зрозуміти, що навчання - тривалий, повільний процес проб і помилок. Жоден великий винахід або наукове відкриття ніколи не робився без великого числа випробувань, що передували йому, і невдач.

Ми повинні абсолютно виразно пояснити їм, що успіхи і невдачі - це не те, в чому полягає навчання. Привожу слова однієї мудрої вчительки початкових класів: "Насправді школа повинна навчити дітей бути гравцями! Єдиний спосіб з'ясувати, що ти знаєш, а чого не знаєш, це трохи ризикнути. Ми залякуємо дітей до смерті. Хто захоче спробувати відповісти на питання або постаратися взнати щось нове, якщо оцінюється успіх або невдача замість того, щоб оцінювати спробу?"

**8. Довіряти дорослим**

П'ятирічному дитяті потрібно володіти дійсною довірою до дорослих, якщо йому належить зосередити всю свою увагу на учбових завданнях. А людям довіряти важко, якщо вони тебе обманюють, говорять, що нікуди не підуть, але, прокинувшись, ти виявляєш на місці батьків няню; говорять, що доктор не зробить тобі боляче, а він робить. Ми платимо дуже високу ціну за ті ігри, в які ми граємо з дітьми, щоб уникнути їх сліз. Якщо ви хочете, щоб вам вірили, краще сказати: "Я збираюся вийти на декілька годинників, поки ти спиш", - навіть якщо вам доведеться винести болісне прощання. І у доктора: "Тобі, можливо, буде трішки боляче, але це скоро пройде. Ти можеш посидіти у мене на колінах і поплакати, якщо тобі хочеться".

Багато дорослих думають, що можуть добитися довіри, якщо будуть послідовні, але я вважаю, що це велика помилка. Дуже тонка грань між послідовністю і ригідністю, і я упевнена, що поважно довіряти людям, навіть якщо їх відчуття і наміри мінливі. З віком люди міняються, і всі ми схильні до змін настрою. Для дитяти важлива постійність в одному: у наших спробах бути з ним чесними, якнайкраще пояснюючи, в чому ми непослідовні, і вибачаючись, якщо ця непослідовність не виправдана.

Цілком можна допомогти дитяті зрозуміти, що не всі люди добрі, і одночасно створити у нього відчуття, що більшість контактів з дорослими будуть хорошими. Виховання упевненості в цьому частково залежить від того, наскільки ми готові розділяти відчуття дитяти відносно людей. Нам доводиться бути відвертими з дітьми, кажучи інколи: "Так, ти прав, твоя вихователька дійсно піднімає дуже багато шум довкола миття рук" або "Так, я розумію, що ти маєш на увазі, кажучи про тітку, вона дуже кохає командувати, коли ми приїжджаємо".

Недовір'я виникає з відчуття, що лише тобі видно неприємні якості у інших людей, а для дітей таке відчуття не рідкість. Ми не порушимо довіри дитяти, якщо визнаємо людську недосконалість.

**9. Думати самому**

Сказати "ні" насправді означає сказати "я існую". Це зачинається у міру того, як у дитяти виникає деяке уявлення про себе, відчуття того, що він насправді самостійна особа. Багато батьків лякає і злить така можливість, тоді як вони повинні були б радіти цьому. Відчуття власної унікальності і здібності до вибору - життєво важлива частка людського існування.

Якщо у дитяти є деяке уявлення про той, хто він такий, він неминуче до п'яти років володітиме власною думкою. Цій здатності дуже легко навчити - треба просто заохочувати дитяти в тому, щоб він висловлював свою думку, не боячись, що його покарають. Ніхто з нас не хоче виховати людини слабкого духом або слабкого інтелектуально, ми хочемо, щоб наші діти приймали серйозні рішення, володіли здоровим глуздом і внутрішніми переконаннями. І ми не можемо чекати, поки дитя вчинить в коледж, де у нього розвиватимуться ці здібності.

Ці принципи вже активно діють, коли ми говоримо: "Тепер, коли тобі майже три роки, я думаю, ти можеш вирішити, чи купимо ми тобі блакитний комбінезон або червоний". Або: "Поки ми будемо є на сніданок кукурудзяні пластівці, ти можеш зробити собі бутерброд з маслом і джемом". Або: "Добре, мене не дратує наша сусідка, але ти маєш право на власну думку".

Коли ми демонструємо пошану до особи дитяти, до його поглядів, що народжуються, симпатій і антипатій, ми готуємо його до ситуацій, в яких йому доведеться приймати рішення самостійно, наприклад, приєднатися або ні до групи дітей, що вирішили обстежувати зруйнований будинок, або погодитися або ні поїхати з незнайомцем, який сказав, що знає його батька. Коли ми виходимо з себе із-за "ні" в два з половиною роки, ми повинні мати на увазі, що прийде час, коли ми будемо вдячні тому, що наше дитя здатне говорити "ні". Думка коректується практикою.

**10. Знати, в чому можна покладатися на дорослого**

 На той час, коли дитяті виповниться п'ять років, на мою думку, йому слід знати, що існує багато ситуацій, якими він просто не може управляти. Він не може впоратися з компанією старших дітей, з підлітками, що нав'язують наркотики, з дикою поведінкою класу на уроках недосвідченого вчителя. Довіра до дорослих частково полягає в тому, щоб знати, коли тобі потрібна допомога, і уміти звернутися за нею. Це може видаватися простим, але на подив малий дітей приходять в дитячий сад або в клас здатними зробити це. В результаті багато хто з них швидко потрапляє в ситуації, які їх настільки лякають і пригнічують, що навчання стає неможливим. Нам необхідно пояснити дітям, що ми можемо бути друзями, допомогти їм, не поводячись з ними як з маленькими, без зайвої опіки, можемо зрозуміти їх мир. Ми говоримо, що надаємо велике значення правам малих і слабких, але часто не включаємо наших дітей в ці ідеалістичні побудови.

Вчитися набагато легше, якщо у дитини не залишається незадоволених в ранньому дитинстві потреб. Якщо ми приділимо більше уваги глибинним людським цінностям, ми зможемо виростити покоління мудрих і кохаючих людей, які будуть здібні до змін і зможуть зробити світ краще.