

## ЗМІСТ

Подяки.....	10
1	
ХОРОША ДИТИНА Й ПОГАНА ДИТИНА.....	11
Гнучке батьківство.....	16
Останнє табу.....	19
На шляху до етичного батьківства.....	22
2	
ЧОМУ ДІТИ ТАКІ, ЯКІ ВОНИ Є.....	27
Природний відбір і культурний відбір.....	32
Як тварини зрощують своїх дітей.....	37
<i>Кмітлива або безпорадна</i> .....	37
<i>Ховати, носити, слідувати</i> .....	39
У лоні людства.....	44
Чому діти не хочуть залишатися наодинці.....	46
Чому діти плачуть, коли ви виходите з кімнати.....	48
Реакції на розлуку.....	54
<i>Не хоче йти в дитячий садок</i> .....	61
Чому вони завжди хочуть на руки.....	63
Чому вони не хочуть спати самі.....	65
<i>Незнайомці вночі</i> .....	66

<i>У давні часи</i> .....	67
<i>Одна планета, два світи</i> .....	69
<i>Чому новонароджений прокидається частіше, ніж раніше</i> .....	70
<i>Спільний сон на практиці</i> .....	74
<i>У якому віці дитина буде спати сама?</i> .....	76
Чому діти привертають нашу увагу .....	78
А тепер чому вона не ходить? .....	85
Чому вони ревнують .....	92
Батьківський Едипів комплекс .....	96
Коли вона стане незалежною? .....	98
Ваша дитина — хороша людина .....	100
<i>Ваша дитина безкорислива</i> .....	101
<i>Ваша дитина щедра</i> .....	102
<i>Ваша дитина врівноважена</i> .....	105
<i>Ваша дитина вміє процятати</i> .....	106
<i>Ваша дитина хоробра</i> .....	107
<i>Ваша дитина дипломатична</i> .....	107
<i>Ваша дитина щира</i> .....	108
<i>Ваша дитина товариська</i> .....	110
<i>Ваша дитина чуйна</i> .....	110

## 3

ТЕОРІЇ, ЯКІ Я НЕ ПІДТРИМУЮ .....	113
Фашистське батьківство .....	113
Режим .....	119
Біхевіористське виховання .....	122
Деякі міфи про сон .....	129
<i>Спати всю ніч поспіль</i> .....	129
<i>Небезпека спільного сну</i> .....	132
Спільний сон не спричиняє безсоння .....	133
Спільний сон не спричиняє психологічних проблем. . . .	137
Спільний сон не спричиняє раптової смерті .....	139
<i>Нічні грудні годування</i> .....	142

<i>Що таке дитяче безсоння?</i> .....	145
<i>Як навчити дитину спати</i> .....	145
<i>Звичка, якої важко позбутися</i> .....	149
<i>Залиште її саму, навіть, якщо вона ще не спить</i> .....	152
<i>Діти, ліжко й секс</i> .....	155
Терапевтичний плач .....	156
Сім'я, вузьке коло спілкування .....	159
<i>Маленька дівчинка, яка не знає обмежень</i> .....	159
<i>Вседозволеність: страх перед свободою</i> .....	168
<i>Захищати, а не виправляти</i> .....	170
Вчасний ляпас .....	175
<i>Експерт із нанесення ударів по дітях</i> .....	182
Нагороди та покарання .....	188
У пошуках проблем .....	191
У кожному жарті є частина правди .....	195
Привчання до туалету .....	199
<i>Коли і як відмовитися від підгузків</i> .....	202
Дивитися, але не чіпати .....	208
Тайм-аут! .....	212
Ранній розвиток .....	218
Провести час із користю .....	222
Епілог	
<b>НАЙЩАСЛИВІШИЙ ДЕНЬ</b> .....	225
Бібліографія .....	229

## ПОДЯКИ

Автор висловлює свою подяку Алісії Баїр-Фассарді, Елені Гаррідо, Жоані Герреро, Розі Хове, Лурдес Мартінес, Марібель Матілла, Пілар Серрано, Моніці Тесоне, Еулалії Торрас, Патрісії Траутман-Віллальба та Сільвії Вайнбух за цінні коментарі до рукопису.

Розповіді матерів, наведені в цій книзі, взяті з листів, надісланих автору, більшість із них через журнал *Ser Padres* (ісп. «Батьківство»), та з публічних форумів в інтернеті. Імена були змінені для захисту конфіденційності головних героїв.

# Хороша дитина й погана дитина

Ми запозичили цю назву з оповідання Марка Твена, щоб, на відміну від нього, говорити не про двох конкретних дітей, а про кожну дитину, про Дитину загалом. Діти є хорошими чи поганими? Ну, бувають різні, подумає читач. Кожна дитина відрізняється, і, мабуть, більшість, як і дорослі, стануть нормальними і здебільшого добрими.

Однак, залишаючи осторонь особисті досягнення кожної дитини, багато людей (батьки, психологи, вчителі, педіатри та громадськість загалом) мають заздалегідь визначену загальну думку про добро чи зло дітей. Вони «янголятка» або «маленькі тирані»; вони плачуть від болю або прикидаються; вони невинні істоти або відверті брехуни; вони потребують нас або маніпулюють нами.

Від цієї попередньої концепції залежить те, як ми сприймаємо власних дітей — друзями чи ворогами. Одні сприймають дитину як ніжну, тендітну, безпомічну, люблячу, невинну істоту, яка потребує нашої уваги та турботи, щоби стати чудовою дорослою людиною. Для інших людей дитина егоїстична, зла, ворожа, жорстока, корислива, маніпулятивна. Вони вважають, що для того, щоб відвернути дитину від гріха, нам потрібно із самого початку зламати її волю та нав'язати жорстку дисципліну. Лише за таких умов можна перетворити її на достойну людину.

Ці два антагоністичні погляди на дитинство пронизували нашу культуру століттями. Вони з'являються в порадах родичів та сусідів, а також у працях педіатрів, педагогів та філософів.

Молоді та недосвідчені батьки — типова аудиторія подібних книг про догляд за дитиною (з другою дитиною ви, як правило, менше вірите експертам і маєте менше часу на читання) — можуть знайти погляди обох напрямів: книги про те, як виховувати дітей з любов'ю, або про те, як їх дресирувати. Останніх, на жаль, набагато більше, і тому я вирішив написати цю книгу на захист дітей.

Ідея книги або професіонала рідко буває зрозумілою. Було б добре, якби на обкладинці книги було чітко написано: «Ця книга ґрунтується на припущенні, що діти потребують нашої уваги», або: «У цій книзі ми припускаємо, що діти сядуть нам на голову за найменшої можливості». Те ж саме мають пояснювати педіатри та психологи під час першого візиту. У такий спосіб люди б усвідомлювали наявність різних напрямів та могли би порівняти та вибрати книгу чи професіонала, який найкраще відповідає їхнім власним поглядам. Проконсультуватися з педіатром, не знаючи, він прихильник любові чи дисципліни, так само абсурдно, як проконсультуватися зі священником, не знаючи, католик він чи буддист, або читати книгу з економіки, не знаючи, автор — капіталіст чи комуніст.

Бо йдеться про вірування, а не про науку. Хоча я намагатимусь аргументувати свої погляди в цій книзі, треба визнати, що зрештою ідеї щодо виховання дітей, так само, як і політичні чи релігійні ідеї, залежать від особистих переконань, а не від раціональних аргументів.

На практиці багато експертів, професіоналів та батьків навіть не підозрюють про існування цих двох кардинально протилежних тенденцій, і тому не замислюються над тим, якої з них дотримуються вони самі. Батьки читають книги з абсолютно різними, часом суперечливими ідеями, вірять кожній і намагаються одночасно застосовувати отримані знання на практиці. Багато авторів економлять час своїм читачам, пропонуючи їм вже готову "гримучу суміш" несумісних підходів. Саме вони кажуть вам, що тримати дитину на руках — це чудово, але водночас вони радять ніколи не брати на руки дитину, якщо вона плаче, бо вона звикне; що грудне молоко — це найпрекрасніша їжа, але через пів року воно більше не живить; що жорстоке поводження з дітьми є дуже серйозною проблемою