

ЗМІСТ

СЛОВА ВДЯЧНОСТІ	7
ПЕРЕДСЛОВО	9
ЧАСТИНА I. ВИБІР БАТЬКА	11
Розділ 1. Навіщо батько?	13
Найвища посада	13
Спочатку — мама	16
Потім — тато	18
Розділ 2. Zobов'язання	21
Місія життя	21
Вибір батька	23
Zobov'язання	25
Розділ 3. Любoв	29
Вимір любові	29
Обов'язкова умова	33
Час — кількість або якість?	35
Історії з життя татусів	37
Практичні вправи	39
<i>Вправа 1. Місія життя</i>	<i>39</i>
<i>Вправа 2. Час — дітям!</i>	<i>43</i>
<i>Вправа 3. Батьківська присяга</i>	<i>44</i>
ЧАСТИНА II. ПЕРСПЕКТИВА БАТЬКА	45
Розділ 1. Навіщо чоловік?	47
Тато вам не мама	47
Запорука успіху	49
Дивитись обома очима	53

Розділ 2. Спочатку — бути	57
Бути батьком	57
Виховання як духовна справа	60
Секрети духовного виховання	64
Розділ 3. Турбота не про хліб	67
Про що турбуємося?	67
Чого дитина потребує від батька?	70
Дисципліна як прояв турботи	73
Історії з життя татусів	77
Практичні справи	79
<i>Вправа 1. Моя дитина — чудова!</i>	79
<i>Вправа 2. Мої принципи</i>	80
<i>Вправа 3. Коло моєї підтримки</i>	82
ЧАСТИНА III. МІСЦЕ БАТЬКА	83
Розділ 1. Батьківська пара	85
На думку жінки	85
Пастки для батька	88
Чоловік матері	90
Розділ 2. Батьківська команда	95
Я і Ми	95
Ціна згоди	98
Батьківський тандем	102
Розділ 3. Надійність	107
На варті спокою	107
Навички надійного батька	110
Мистецтво згоди	112
Історії з життя татусів	116
Практичні справи	118
<i>Вправа 1. Батьківська команда</i>	118
<i>Вправа 2. Батьківські обговорення</i>	119
<i>Вправа 3. Подружнє взаємодія</i>	123

ЧАСТИНА IV. СПАДОК БАТЬКА	125
Розділ 1. Утрага батька	127
Репресована мужність	127
Заперечення батька	130
Жупел патріархату	134
Розділ 2. Поклик батька	139
Спадщина	139
Батько моїх онуків	142
Примирення	146
Підказки синам, які хочуть примиритися	148
Розділ 3. Поступ батька	151
Відкрити батька	151
Відкрити дитину	154
Зростати разом	158
Історії з життя татусів	163
Практичні вправи	165
<i>Вправа 1. Дерево роду</i>	165
<i>Вправа 2. Знання дитини</i>	166
<i>Вправа 3. Взаємодія з дитиною</i>	167
ПІСЛЯСЛОВО	169
ДЖЕРЕЛА	170

ПЕРЕДСЛОВО

Головний герой цієї книжки — батько. Його не можна замінити ніким і нічим у нашому житті, як і в житті наших дітей. Те саме можна сказати й про матір. Утім, через певні причини віддавна шириться хибна думка, що саме без батька можна якось обійтись. Певною мірою книжка, яку ви тримаєте в руках, покликана спростувати цю оману. Якби мене попросили описати роль батька в житті дитини, я розпочав би зі слова НЕЗАМІННИЙ. І якщо ви, шановний читачу, усвідомите, що батько дійсно є незамінним у житті вашому та ваших дітей, головну мету цієї книжки буде досягнуто!

Не менш важливе й завдання, яке я прагнув розв'язати написанням цієї книжки. Вона має бути мотиваційною підзарядкою для оновлення сенсів батьківства та дороговказом на шляху, яким іде батько. У виданні запропоновано практичні поради на підставі міжнародних і вітчизняних досліджень, поєднаних двадцятирічним досвідом роботи Міжнародного центру батьківства в Україні.

Я поєднав матеріал таким чином, щоб висвітлити основні сфери, у яких чоловік реалізується як батько у взаємодії з дитиною, дружиною, суспільством. Окремо приділив увагу питанню усвідомлення чоловіком себе в цій унікальній ролі, зокрема й на підставі дитячого досвіду виховання в батьківській сім'ї. Усе це супроводжується історіями з життя реальних татусів, дітей, сімей, деякі з них автобіографічні.

По суті, ви тримаєте в руках путівник для чоловіка, який прагне бути найкращим татом для своїх дітей і шукає актуальні відповіді на одне важливе запитання: «БУти БАтьком, ЯК?»

ЧАСТИНА I

ВИБІР БАТЬКА

Тече вода край города.
Вода ставом стала.
Прийшло дівча воду брати,
Брало, заспівало.
Вийшли з хати батько й мати
В садок погуляти,
Порадись, кого б то їм
Своїм зятем звати?

Тарас Шевченко

Будь-якого працівника —
від сторожа до міністра —
можна замінити таким самим
або ще більш здібним
працівником. Хорошого ж
батька замінити таким само
гарним батьком неможливо.

Василь Сухомлинський

Розділ 1

НАВІЩО БАТЬКО?

Найвища посада

Чи знаєте ви, що чоловіки, які мають дітей, якщо порівнювати із бездітними, отримують у середньому на 25% більшу заробітну плату? Про це свідчать дослідження, які провели на пострадянських теренах, вивчаючи дані щодо заробітної плати за період із 2010 до 2018 р.

Але, на думку авторів дослідження, найцікавіше полягає не в цьому. З'ясувалося, що факт народження дитини сам собою не підвищує спроможність або конкурентність чоловіка на ринку праці, як і не надає йому якихось матеріальних преференцій від держави чи роботодавця. Ні, справа в іншому. Дослідники запевняють, що перевага в заробітках повністю пояснюється попереднім відбором більш продуктивних чоловіків у батьки, а премії за батьківство як такої немає. Іншими словами, кожного з нас, шановні чоловіки, попередньо відібрали та визнали достойним обійняти найвищу посаду — бути батьком! Як кажуть французи: «*Cherchez la femme*»! Шукайте жінку! Тобто жінку, яка обрала вас бути батьком спільних дітей.

Вас визнали гідним посісти привілейоване місце — бути батьком.

Я став батьком не лише своїх дітей, а й дітей жінки, яка визнала мене гідним посісти це привілейоване місце. Цей факт докорінно

впливає на моє батьківство, тому варто уважно до нього поставитися.

Ви можете подумати, що я перебільшую, утім, поговоріть із чоловіками, які пройшли через процедуру усиновлення дитини. А якщо ви вже маєте подібний досвід, то не мені вам розповідати про критерії та вимоги, яким треба відповідати, щоб вас визнали гідним довіри стати батьком-усиновителем.

Уявіть, що ваше батьківство — це посада. Якщо ви працюєте на підприємстві чи керуєте власним бізнесом, то маєте розуміти: щоб залишатися на своєму місці, треба постійно відповідати вимогам щодо посади, яку обіймаєте. Недостатньо лише раз довести свою відповідність, вдало пройти співбесіду чи залучити інвестиції. Ні, щодня треба доводити свою спроможність, ба більше, розвивати свої професійні вміння та навички, щоб устигати за сучасними викликами, тенденціями та змінами.

Таке порівняння допомагає усвідомити ще один аспект батьківства — конкуренцію. Проте не з дружиною, не з мамою ваших дітей, аж ніяк! *(Про дружин поговоримо згодом.)* Ставши батьком, ви дуже швидко усвідомлюєте, що за місце в житті дітей треба постійно боротися, до того ж невідступно й проактивно.

Кен Кенфілд, засновник Національного центру батьківства (США), називає таку конкуренцію «сурогатним батьківством». Перед нами постійно постає запитання: «Чиїми дітьми виростають мої діти?» Пропаганди, ідеології, дитячого садочка, школи, телебачення, віртуального світу чи вулиці? А може, дітьми виправних і виховних колоній? Ще одне гарне запитання: «Що означає бути

Що означає бути
вашою дитиною?

вашою дитиною, сином чи дочкою?» Відповідь на це запитання є важливим складником батьківства. Сподіваюся, що цей путівник допоможе вам сформулювати її точніше.

Не менш важливе зауваження щодо посади батька — ваш авторитет. Уже те, що ви батько, наділяє авторитетом, а отже, лідерством у вашій родині.

Лідерство, як відомо, буває формальне й неформальне, тобто таке, що визнається за вами не через посаду, а відповідно до ваших рис і вчин-

Діти не потребують
ідеального батька,
діти потребують
свого батька.

ків. Що дорослішими ставатимуть діти, то більше ви прагнутимете неформального лідерства у взаєминах із ними.

Неформальний лідер не означає, що він не помиляється. Саме в цьому його перевага над лідером формальним. Йому можуть пробачити ті помилки, які формальному лідеру не прощають. Про це гарно сказав Олександр Марченко, засновник і президент Міжнародного центру батьківства: «Діти не потребують ідеального батька, діти потребують свого батька».

Ми лише почали розмову про роль батька, а вже відчуваємо глибину, важливість і драматичне напруження, яке обіцяє нам як радісні відкриття, так і непрості виклики на шляху пошуку відповідей на запитання «БУти БАТЬКОМ, ЯК?».

Коли чоловіки стають батьками

Більшість українських чоловіків стають батьками в 30—39 років, дещо менше — у 20—29 років. А чоловіків, які стали татами після 50, більше, ніж юних татусів, яким не виповнилося й 20 років.

*Дані Держстату України від 2019 року,
газета «Вечірній Київ», 21 червня 2020 р.*