
СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	7
1. Ссориться с пользой	9
2. К истокам проблемы. Почему детские ссоры беспокоят родителей	18
3. Больше кнута, чем пряника. Шаг первый: избавиться от неэффективных методов прошлого	42
4. Задиры и буллинг: опасные ярлыки. Ссоры и насилие — это разные вещи.	74
5. Ссора глазами ребенка. Естественная потребность найти свое место в мире.	97

6. Два шага назад, два шага вперед. Метод «Ссориться с пользой» для разрешения конфликтов между детьми	122
7. Подтверждение фактов. Эффективность и преимущества метода «Ссориться с пользой». . . .	162
8. Братья и сестры. Как помочь им урегулировать физиологически обусловленные конфликты	196
9. Применение метода в особых случаях. От единственных детей в семье до разведенных родителей	223
Благодарности	249
Примечания	250

ВСТУПЛЕНИЕ

Когда-то, ссорясь друг с другом, дети старались не попадаться при этом взрослым на глаза. Они опасались (и вполне оправданно), что за этим последует внушение, наказание или даже тумаки.

Сегодня же дети ссорятся вполне открыто. Детская ссора позволяет реализовать то, что заложено в нас самой природой: возможность сосуществовать друг с другом и при этом выражать свое недовольство.

Родителей, да и любых взрослых это явление ставит в тупик. Они не знают, как вести себя в таких ситуациях, плохо воспринимают соперничество между детьми и поэтому зачастую решают прибегнуть к старым методам, хотя и в более мягкой форме – скорее корректирующей, чем насильственной, но по-прежнему основанной на той идее, что, ссорясь, дети совершают нечто плохое и взрослым необходимо вмешаться и разрешить конфликт.

Но такой подход неэффективен. Времена изменились, и привычные способы больше не работают.

Однако существует метод, который предлагает другую возможность: применить на практике то, о чем наука говорит последние 30 лет, и дать детям шанс самим постоять за себя, помочь им, наконец, научиться правильно ссориться.

Кроме того, этот метод поможет родителям справиться со своими страхами – что они допускают несправедливость, что дети могут подраться, что они не любят друг друга, – и заставит эти страхи исчезнуть навсегда.

Сделайте первые шаги к тому, чтобы научиться правильно поддерживать своих детей, не действуя навязчиво, не прибегая к ругани, не позволяя им навредить друг другу и при этом не мучая их постоянными одергиваниями и напоминаниями.

Эта книга научит вышеописанному методу родителей, а те, в свою очередь, научат детей, что в итоге сделает всех нас счастливее.

ДАНИЭЛЕ НОВАРА



ССОРИТЬСЯ С ПОЛЬЗОЙ

Суббота, 14 февраля 1976 г.

Наташа и Адам поссорились.

Наташа: «Я хочу, чтобы он умер».

Ютта: «Наташа!»

Наташа: «Чтобы его вообще никогда не было».

Ютта: «Наташа! Но ведь Адам твой брат — ты будешь по нему скучать».

Наташа: «Уж лучше я буду скучать по нему!»¹

Р. Д. Лэйнг, «Беседы с Адамом и Наташей»

(Conversando con i miei bambini)

Лучше научить ссориться,
чем наказывать виноватых

Веками мальчиков и девочек наказывали, часто — жестоко, за их ссоры. Современная педагогика не поменяла своего отношения к детским ссорам, считая их неприемлемыми и предпочитая единодушие и сотрудничество различным формам взаимных разногласий.

Основной вклад взрослых в разрешение детских конфликтов заключается в том, чтобы найти виноватого и, если

получится, не допустить повторного злодеяния. Но это стремление «вершить правосудие», защитить одного ребенка, наказав другого, мешает возникновению новых, более эффективных методик, учитывающих потребности и возможности даже самых маленьких. Мне кажется, пришло время нарушить это табу, возможно, последнее в истории воспитания.

Более 20 лет я работаю над альтернативным подходом к детским ссорам, применяя его в разнообразных ситуациях. Используя метод, описанный в этой книге, вы научите детей самостоятельно разрешать споры и не досаждают вам жалобами и просьбами вмешаться. И отзывы родителей, и исследования, проведенные совместно с Катериной Ди Кио, доказали, что это не просто предположение — это работает².

Однажды применив этот метод, взрослые понимают, насколько полезными могут быть ссоры между детьми: они учат их самостоятельно разрешать конфликты и находить компромиссы, показывают, что существуют разные точки зрения и что в жизни гораздо важнее иметь общие интересы и вместе развивать внутренний потенциал, чем доказывать собственное превосходство.

В течение многих лет психология развития отмечала, что дети могут сами уладить свои разногласия. Однако эти наблюдения не находили практического применения и поэтому пылились среди похожих научных открытий. Майевтический* метод позволяет исправить этот недостаток. Он формирует у детей способность самостоятельно прийти к соглашению в случае конфликта. Тщательно следуя этому методу, родители увидят, что больше нет необходимости вмешиваться в дела детей. А дети пе-

.....
* То есть предполагающий, что последовательно заданные вопросы помогут найти истину. (Здесь и далее, если не указано иначе, прим. ред.)

рестанут зависеть от родителей и ждать, когда те решат все за них.

В этой книге, призванной стать вашим помощником и советником, я приведу несколько примеров из жизни для разъяснения изложенных в ней идей.

МИЛЕНА, МАМА КРИСТИНЫ, 7 ЛЕТ, И ЛУИДЖИ, 3 ГОДА

Во второй половине дня, забрав детей от няни и с дополнительных занятий, я возвращалась с ними домой. Договорилась с Кристиной, что она примет душ, пока я буду готовить ужин. А потом я искупаю Луиджи, пока еда готовится. Луиджи увидел на столе детский журнал (предназначавшийся Кристине), который я получила в подарок в магазине, и начал его листать. На одной из страниц были изображены героини его любимого мультфильма «Тачки», поэтому, как мне кажется, Луиджи и сделал вывод, что журнал принадлежит только ему. Кристина, полностью раздетая и уже готовая принять душ, увидела журнал в руках брата и тоже захотела взглянуть, но Луиджи отреагировал агрессивно и не дал ей посмотреть. Она предложила ему полистать журнал вместе — ноль реакции. Кристина разозлилась и вырвала журнал из рук брата. Уже через минуту в ход пошла грубая сила. Я вмешалась и попросила Луиджи ненадолго дать Кристине журнал, но он был непреклонен. Тогда я велела Кристине, соглашаясь при этом, что ее брат ведет себя эгоистично, пойти принять душ, потому что она стояла голая и к этому моменту уже замерзла. Она могла бы спокойно полистать журнал, когда я уведу Луиджи в ванную. Но Кристине тоже не понравилось мое предложение, и дети снова начали спорить, пока я не забрала у них журнал.

Только тогда Луиджи успокоился. А вот Кристина уселась на диван и отказалась идти мыться. В конце концов мы все оказались в душе одновременно, и Кристина горько плакала, чувствуя себя жертвой вечной несправедливости.

Вмешательство Милены неэффективно. Налицо типичное поведение родителя, который хочет, чтобы после шторма солнце засияло как можно скорее. К сожалению, ее старания напрасны, и дети абсолютно глухи к ее просьбам.

Давайте посмотрим, что пошло не так:

Мама попыталась убедить младшего ребенка «быть пайнкой» и поделиться с сестрой.

**НЕТ
РЕЗУЛЬТАТА**

Предложила дочери схитрить и добиться своего, но взамен пришлось бы подождать.

**НЕТ
РЕЗУЛЬТАТА**

Она обвинила в эгоизме младшего и заняла сторону дочери.

**НЕТ
РЕЗУЛЬТАТА**

Она изъяла предмет спора (журнал). Малыш успокоился (он даже не умеет читать, и для него это был лишь повод для ссоры). А его сестра плачет, потому что чувствует себя жертвой несправедливости.

**НЕТ
РЕЗУЛЬТАТА**

Нельзя сказать, что Милене удалось решить проблему. Однако многие узнают в этой истории себя. Мы стара-

емся изо всех сил, чтобы наши дети не ссорились, чтобы они любили друг друга и делились друг с другом. Но редко когда у нас это получается. Майевтический метод «Ссориться с пользой» поможет вам избежать напрасных усилий и научит ваших детей самостоятельно и без опаски регулировать конфликты. Метод, эффективность которого заключается именно в майевтике, состоит из четырех шагов: два назад и два вперед. Мы рассмотрим их более подробно в шестой главе. А пока давайте узнаем, какие шаги могла бы предпринять Милена, чтобы разрешить ситуацию.

ДВА ШАГА НАЗАД

1. Не ищите виноватого.

Мама не должна вмешиваться и решать, кто прав, а кто виноват.

2. Не пытайтесь найти решение конфликта.

Маме не стоит навязывать какое-либо решение, влезая в детскую ссору с советами.

ДВА ШАГА ВПЕРЕД

1. Пусть дети обсудят ссору между собой.

Мама может предложить детям отложить поход в душ, оставить их в тихом месте и попросить каждого изложить свою версию событий.

«Я лишь хотела быстренько посмотреть журнал, ты ведь даже не умеешь читать», — говорит Кристина Луиджи.

«Ты отобрала его и сделала мне больно», — отвечает ей младший брат.

«Мне очень нравится этот журнал, поэтому мне стало обидно, что ты не дал мне его почитать. И потом — ничего я тебе не сделала», — продолжает сестра.

«Ты всегда все хочешь забрать себе, потому что ты старше», — возражает Луиджи.

2. Поспособствуйте достижению соглашения между детьми.

Мама замечает, что дети могут самостоятельно договориться друг с другом: «Я оставлю вас на пять минут, чтобы вы поговорили, а потом вернусь, и вы скажете мне, к чему вы пришли». Сказано — сделано. Милена уходит на кухню. Когда она возвращается, дети сообщают ей, что они уже все решили.

«И что же?» — спрашивает она.

«Когда выходит номер с “Тачками”, я ненадолго даю его Луиджи. А потом он навсегда возвращает журнал мне и больше не просит!» — рассказывает Кристина.

Мама соглашается и возвращается на кухню, а дети по очереди идут мыться перед ужином.

В следующих главах мы рассмотрим научные обоснования этого метода, продемонстрировав, что это не просто утопическая фантазия, а реальная возможность, которую родители, и не только они, могут начать использовать уже сейчас. Потому что этот метод работает.

Умение правильно ссориться помогает детям расти...

Существует множество причин, по которым мы как родители должны гордиться тем, что держим в руках эту книгу. Мы ищем все новые пути и возможности, чтобы помочь своим детям вырасти счастливыми.

Если мы научим детей самостоятельно решать конфликты, их самооценка, а вместе с ней и уверенность в себе, повысится. При этом преимущества будут самые разные, ведь дети поймут, что:

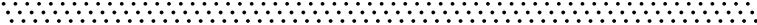
- насилие влечет за собой боль и страдания, а вот конфликты можно урегулировать;
- во время ссоры точка зрения оппонента важна, ведь она поможет прояснить ситуацию;
- можно добиться уважения, не причиняя другим вред;
- поговорить друг с другом гораздо важнее, чем победить любой ценой;
- всегда можно найти компромисс;
- дружба с кем-то подразумевает расхождение во взглядах. Более того – настоящий друг всегда скажет, что он на самом деле думает;
- уступить – не то же самое, что проиграть, к тому же в большинстве случаев это позволит обнаружить для себя что-то новое и интересное;
- дети умеют решать конфликты с ровесниками даже лучше, чем взрослые.

...А взрослым — почувствовать себя лучше

Как это часто бывает в воспитании, чем лучше чувствуют себя дети, тем легче родителям. Несмотря на то, что наибольшую выгоду получают ваши дети, вы тоже почувствуете преимущества метода «Ссориться с пользой»:

- освоив алгоритмы этого метода и почувствовав себя самостоятельными, дети будут гораздо реже просить родителей вмешаться;
- родителям больше не придется судорожно успокаивать детей, они уже знают, как нужно поступать;
- родители предложат беспронигрышный вариант решения конфликтов, что повысит их авторитет в глазах детей.

Давайте же начнем наше путешествие! Чтобы достичь цели, сначала нужно найти источники проблемы, освободиться от условностей, навязанных нам устаревшими методами воспитания. Важно понять, что насилие и ссора — это разные вещи и что конфликты — необходимая составляющая отношений между детьми.



Упражнение

НАБЛЮДАТЬ ЗА ССОРАМИ (ЗАМЕЧАТЬ ССОРЫ)

Дети ссорятся часто и много. В ходе различных исследований психологи выяснили, что дети могут поругаться более десяти раз за час. Умение наблюдать за ссорой, а не вмешиваться в нее позволит понять динамику отношений между детьми и природу их разногласий и впоследствии научит подразделять эти разногласия на виды. Выполнение этого упражнения даст вам представление о том, как часто ссорятся ваши дети, а также поможет проследить динамику их конфликтов.

Сколько ссор между вашими детьми, между ними и их друзьями вы насчитали?

За час

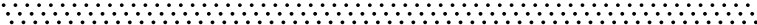
За два часа

Во второй половине дня

За весь день

Дата

Вернитесь к этому упражнению через месяц после начала нашего эксперимента и проверьте, уменьшилось ли количество ссор.



2

К ИСТОКАМ ПРОБЛЕМЫ

Почему детские ссоры беспокоят родителей

Джинья хотела, чтобы этим утром Тоби дал ей что-нибудь свое. Он не пожелал делиться, и тогда она подошла к нему, обняла и сказала: «Прошу тебя, дорогой Тоби, милый Тоби, отдай». Но Тоби ответил: «Нет, не хочу». Что ж, она снова приблизилась, укусила его и сказала: «Ты злой урод, ты ужасен, и я ненавижу тебя!», после чего Тоби сдался!

Дж. Данн,

«Ванесса и Вирджиния» (Vanessa e Virginia)

Воспитать — значит научить правильно ссориться

Безусловно, бывает трудно найти оптимальный подход к отношениям со своими детьми. В первую очередь нужно отбросить эмоции и личный опыт, абстрагироваться от любви к ребенку. Мы так много времени уделяем нашим детям, посвящаем им себя, делаем все возможное

для их счастья и благополучия, что нам трудно оставаться непредвзятыми, особенно когда речь идет о конфликтах.

Сложность заключается в том, что нынешнее поколение матерей и отцов столкнулось со специфическим устройством современной семьи. Мы приобретаем совершенно новый опыт общения с детьми, и сегодня дети-тираны встречаются гораздо чаще, чем деспотичные родители. Мы будто бы поменялись ролями, и после тысячелетий жестокого обращения с детьми современные родители расплачиваются за ошибки своих предшественников.

Поэтому сегодня взрослые пытаются залечить собственные раны и раны своих детей. Они хотят быть понимающими, заботливыми, внимательными и общительными. Это очень ценно, но не стоит впадать в крайности и уподобляться садовнику, поливающему цветы каждый час.

Эти вопросы я рассматривал в различных книгах для родителей² и в программах Школы Родителей³, научным руководителем которой я являюсь. Моя цель — научить молодых матерей и отцов устанавливать правильную дистанцию в отношениях с детьми, потому что без этого очень трудно, если вообще возможно, влиять на них и воспитывать их.

Ребенок не должен доминировать в отношениях с родителями. Сегодня символом детской распушенности стала родительская кровать: из брачного ложа она превратилась в убежище для детей. Я уверен, и мы к этому еще вернемся, что, если семилетний ребенок часто спит с родителями, это свидетельствует о нарушении ролей в семье и требует срочного формирования надлежащей дистанции между родителями и детьми.

То же самое можно сказать о ссорах. Родителей охватывает множество чувств. С одной стороны, они боятся, что

дети могут пострадать, но в то же время у них возникает потребность «быть полезными»: прекратить травлю, обновить игру, вышедшую из-под контроля, поддерживать дружеские, гладкие и гармоничные отношения.

Родитель — особенно мать, которая больше времени проводит с детьми, в каком-то смысле жертвуя собой, которая готова сделать все возможное ради их блага, — не может вынести неблагодарность собственных детей. Он не может принять тот факт, что дети продолжают вести себя неподобающим образом по отношению друг к другу. Но подобное отношение приводит к тому, что мать или отец большую часть времени посвящают детским разборкам, и каждый пинок, укус, выкрик или оскорбление становятся не только частью детской ссоры, но и душевной травмой для родителей.

Родитель — это не банкомат

Недостаток «интервенционного» метода заключается в том, что дети начинают испытывать потребность во вмешательстве со стороны взрослых. Это бессознательная игра, в которой дети виртуозно научились привлекать внимание взрослого только к тем эмоциональным и психологическим аспектам, к которым он наиболее чувствителен.

Джуди Данн, заслуженный профессор психологии развития в Лондонском университете, много лет работала в области детских социальных навыков и отношений между братьями и сестрами. В книге «Происхождение социальных компетенций» (*La nascita della competenza sociale*), в которой она приводит данные о динамике отношений сиблингов согласно различным научным исследованиям, Джуди Данн пишет:

«Поведение детей во время конфликтов с братьями и сестрами не только указывает на их способность находить причину своего беспокойства и раздражения, но и выявляет растущее понимание того, какое поведение в их семье недопустимо. Об этом свидетельствуют их попытки обратиться за помощью к взрослым. Детские ссоры существуют в контексте навязанных взрослыми правил и ценностей, и дети быстро понимают, как заручиться поддержкой родителей и избежать наказания. Вероятность того, что ребенок будет звать на помощь, значительно зависит от того, кто спровоцировал ссору и кто первым применил физическую силу. [...] Такое предугадывание родительского поведения не нуждается в детальном анализе [...], дети понимают, за какие поступки их накажут, и с учетом этого решают, стоит ли им просить помощи у взрослых»⁴.

Словом, с одной стороны, новая модель семьи, в которой родители тщательно выстраивают доверительные отношения с детьми, наконец избавилась от стереотипных и гнетущих образов властного отца и равнодушной матери, но, с другой стороны, она рискует погрузиться в пучину постоянных придирок и препирательств из-за необходимости вмешиваться в детские ссоры в режиме «родитель-банкомат».

В долгосрочной перспективе такой подход может лишить детей возможности самостоятельно приобретать новые навыки и компетенции, разрабатывать индивидуальные и жизнеспособные методы решения разногласий.

В итоге, как мне кажется, может сработать один очень простой, но эффективный способ, который обычно применяется к личным конфликтам между взрослыми людьми, — эмоциональное отстранение от ситуации. В противном случае вы нарушите собственные эмоциональные границы и освободите место для архаичной модели поведения,

которая не имеет никакого отношения к воспитанию и нацелена на то, чтобы отомстить за детские обиды.

Условие № 1: столкнувшись со ссорой между детьми, не спешите, отвлекитесь, эмоционально абстрагируйтесь, это позволит вам лучше проанализировать ситуацию.

«Я хотела бы вести себя по отношению к своему ребенку не так, как мои родители вели себя со мной, но у меня не получается, и я испытываю ужасное чувство вины за то, что он проживает тот же сценарий, что и я в детстве». В ответ на подобное признание я могу рассказать вам историю, свидетелем которой стал. Во время тренинга, на котором я работал с группой родителей над созданием автобиографии воспитания (участники анализировали полученное ими воспитание на примере собственной биографии), одна студентка, неосмотрительно взявшая с собой трехлетнего сына, произнесла длинную речь о том, как важно прислушиваться к детям, вспоминая, как в детстве ее не замечали и не воспринимали серьезно. Вдруг мальчик закатил жуткую истерику на глазах у всех, и мать, явно находясь в затруднительном положении, без раздумий применила именно тот метод, который использовали ее родители и на который она так много жаловалась, — два раза шлепнула его и, при всеобщем замешательстве, спешно покинула группу.

«Может, хватит уже?!»
Когда мама в затруднительном
положении

ЛОРЕДАНА

Мы с сестрой, которая на три года старше меня, часто играли вместе и так же часто ссорились. За это нас пороли. Я очень боялась темноты, и сестра это знала. Однажды — мне было около восьми лет — я стояла, как мне помнится, в конце длинного коридора, и вдруг она выключила свет и закричала: «БУ!» Я страшно испугалась и бросилась бежать по коридору, чтобы спрятаться в гостиной, но она специально закрыла дверь и не пускала меня. Я так сильно начала стучать по двери, что в ней разбилось стекло и я поранилась. Я помню, что родители очень разозлились на нас обеих (они не делали различий), отругали нас и в наказание ничего не подарили на Рождество. Мы были наказаны одинаково. Обычно во время наших ссор мама вмешивалась и орала: «Хватит, перестаньте!» или «Я расскажу об этом вашему отцу». Не знаю, действительно ли она говорила с отцом, но потом он всегда испепелял нас взглядом.

Это воспоминание, все еще очень яркое, принадлежит одной женщине, уже ставшей мамой. Раньше ссоры детей были источником раздражения, потому что — и почти все родители могут это подтвердить — подобные эпизоды вызывают беспокойство, они нервируют, отвлекают и отнимают время, создают угрозу безопасности.

Сейчас роль родителя претерпевает эпохальные, исторические и социологические изменения, и этот процесс только усложняет понимание того, как справляться с подобными ситуациями. В наши дни почти наверняка никто не стал бы отказывать ребенку в подарке на Рождество. Тем не менее ссоры между детьми сильнее прочих проблем тревожат современных родителей.

В основном дискомфорт из-за этого испытывают матери. Несомненно, отцов это тоже касается, но они, возможно из-за того, что меньше времени проводят дома, менее склонны к вмешательству, нервозности, гневу; они не подвержены эмоциональному давлению со стороны цапающихся и орущих друг на друга детей.

Эти ссоры могут стать серьезным испытанием для всей семьи, особенно если дети не упускают возможности подраться.

МАРА, МАМА ДВУХ МАЛЬЧИКОВ 9 И 5 ЛЕТ

Мои сыновья очень конфликтные, ссоры — это их способ общаться друг с другом. И поэтому мне тяжело с ними управиться. Я всегда по-разному реагирую на их перепалки: иногда я пытаюсь разобраться и уладить конфликт, иногда начинаю орать так, что сама себя не узнаю. Все зависит от того, сколько сил у меня осталось к концу дня и сколько времени мы провели вместе. Если ссора всего одна, то у меня даже хватает терпения на то, чтобы обсудить ситуацию, но, если она десятая за последние пару часов, все становится немножко сложнее. Кроме того, мои дети физически хорошо развиты, поэтому дерутся они по-настоящему. И дело даже не в том, что они могут навредить друг другу (такое, кстати, уже происходило), а в том, что вся наша семейная жизнь направлена на урегулирование отношений между