

ЗМІСТ

ВСТУП	9
ЧАСТИНА 1. ЩО МИ РОБИМО ЗАРАЗ	19
1. ТРИМАЄМО ЇХ ЦЛИМИ ТА НЕУШКОДЖЕНИМИ	21
2. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МОЖЛИВОСТЕЙ	43
3. ПОРУЧ ІЗ НИМИ – ЗАРАДИ НІХ	59
4. ВТЯГУЮЧИСЬ В УНІВЕРСИТЕТСЬКУ ГОНКУ ОЗБРОЄНЬ	73
5. СКІЛЬКИ ЦЕ ТРИВАТИМЕ?	95
ЧАСТИНА 2. ЧОМУ СЛІД ПОКЛАСТИ КРАЙ ГІПЕРОПІЦІ	99
6. НАШІ ДІТИ НЕ МАЮТЬ ЕЛЕМЕНТАРНИХ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК	101
7. ВОНИ ПСИХОЛОГІЧНО ТРАВМОВАНІ	113
8. УЗАЛЕЖНЕНІ ВІД НАВЧАННЯ	131
9. МИ ПОЗБАВЛЯЄМО ЇХ ПЕРСПЕКТИВ ПРАЦІ	139
10. ГІПЕРОПІКА НАС ТЕЖ НАРАЖАЄ НА СТРЕС	151
11. НЕЗДОРОВА СИСТЕМА ВСТУПУ ДО КОЛЕДЖІВ	163
ЧАСТИНА 3. ІНШИЙ ШЛЯХ	177
12. ЧОМУ НАМ ПОТРІБЕН ІНШИЙ ШЛЯХ	179
13. ДАЙТЕ ЇМ НЕСТРУКТУРОВАНИЙ ЧАС	189
14. ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК	203
15. НАВЧАЙТЕ ЇХ МИСЛІТИ	219
16. ПІДГОТОВЙТЕ ЇХ ДО НАПОЛЕГЛИВОЇ ПРАЦІ	241
17. ДАЙТЕ ЇМ ЗМОГУ ЗНАЙТИ ВЛАСНУ СТЕЖКУ	259
18. НОРМАЛІЗАЦІЯ БОРОТЬБИ	279
19. ЗМІНІТЬ СВОЇ ПОГЛЯДИ НА ВІЩІ НАВЧАЛЬНІ ЗАКЛАДИ	297
20. ДОСЛУХАЙТЕСЯ ДО НІХ	321
ЧАСТИНА 4. ВИХОВАННЯ ПО-ІНАКШОМУ	335
21. ЗНАЙДІТЬ СЕБЕ	337
22. СТАНЬТЕ БАТЬКАМИ, ЯКИМИ ВИ ХОЧЕТЕ БУТИ	349
ВИСНОВКИ	367
ДОДАТОК 1	371
ДОДАТОК 2	376
ПОДЯКА	379
ПРИМІТКИ	382

ЯК ВИХОВАТИ ДОРОСЛОГО

ВСТУП

Caminante, no hay camino, se hace camino al andar ...

(Мандрівниче, дорога – то сліди, більш нічого;
мандрівниче, дороги, ідучи, лиши торують...)

Антоніо Мачадо (1875–1939)*

Ця книжка про батьків, які занадто втручаються в життя своїх дітей. Про любов і страх, приховані за нашою надмірною опікою. Про шкоду від нав'язливого втручання. А також про те, як досягти тривалих цілей і допомогти нашим дітям досягнути вагоміших успіхів, виховуючи їх інакше.

Я люблю своїх дітей так само беззятно, як і будь-які інші батьки, і знаю, що любов – це підґрунтя всіх батьківських учинків. Але протягом років досліджень у процесі праці над цією книжкою дійшла висновку, що у багатьох випадках нашу поведінку спричинено також і страхами; мабуть, головним є страх, що наші діти не стануть успішними. Звісно, це природно для батьків, які хотіть, щоб їхні діти досягли успіху, але на підставі досліджень та опитування понад ста осіб, а також моого власного досвіду, дійшла висновку, що ми даємо занадто вузьке визначення успіху. І найгірше, що це вузьке, спантеличливе визначення успіху змушує нас завдавати шкоди молодому поколінню – нашим дітям.

Я стала розуміти молодь, дбати і хвилюватися за неї, протягом десяти років виконуючи обов'язки декана першокурсників Стенфордського університету**. Я любила цю роботу і вважала

* Переклад О. Курченко. Джерело: А. Мачадо. Вибрані поезії. К.: Компас, 2000

** Стенфордський університет (університет імені Ліленда Стенфорда молодшого) – один із найпрестижніших навчальних закладів, лідер численних академічних рейтингів світу і США. Університет розділено на кілька окремих факультетів, як-от школа бізнесу, школа права, школа медицини, школа інженерної справи. Університет розташований у Кремнієвій долині, а його випускники заснували такі компанії як Nike, Hewlett-Packard, Yahoo!, Cisco Systems, Silicon Graphics та Google.

справжнім привілеєм перебувати біля чиїх синів та дочок віком від вісімнадцяти до двадцяти двох років, бачити, як із них формуються дорослі люди. Студенти змушували мене сміятися і плакати, і хай там як, я за них уболівала. Ця книжка – аж ніяк не обвинувальний акт поколінню людей, народжених після 1980 року, що їх також називають міленіалістами*. Їхні батьки, тобто ми – *скажу за себе, бо я теж одна з них*, – це вже геть інша історія.

Я хочу відразу викласти всі карти на стіл. Я не тільки колишній декан Стенфорда, але й випускниця Стенфордської та Гарвардської шкіл права. Я пишу цю книжку не лише завдяки чи всупереч цим обставинам, але намагаючись узагальнити здобуту там інформацію, весь час пам'ятаючи, що мої знання і досвід можуть водночас допомагати і перешкоджати цьому дослідженю. Крім того, я ще й сама мати. У нас із чоловіком двоє підлітків – син та донька з різницею у віці два роки. Ми виховуємо їх у Пало Альто, у серці Кремнієвої Долини, такому ж жвавому вулику гіперопіки, як і будь-яке інше місце на планеті. Оскільки я деканувала в дуже престижному університеті, де зойкають і стогнуть із поведінки батьків-гіперопікунів, то роками міркуючи на цю тему, поволі переконалася, що не надто відрізняюся від батьків, яких я картала: у багатьох аспектах я належу до тих же проблематичних дорослих, про яких зараз пишу.

БАТЬКО (І МАТИ) ЗНАЮТЬ НАЙКРАЩЕ

Спочатку наша любов – це наша пуповина, наше серцебиття, наше тіло, а потім – наші руки, наші цілунки, наші груди. Ми приносимо їх додому, під захисний дах, і за кілька тижнів тішимося з першого контакту очі-в-очі. Ми допомагаємо трансформуватися у перші слова ранньому белькотінню і аплодуємо, коли діти набираються сили перевернутися, сісти і поповзти. Ми пильно вивчаємо горизонт двадцять першого століття і бачимо дедалі взаємопов'язаніший і конкурентніший

* Міленіалісти – представники покоління Міленіум (інші назви – покоління Y, покоління «некст», ехо-бумери) – це люди, що народилися після 1981 року і зустріли нове тисячоліття у юному віці. Це покоління характеризує насамперед глибока залежність від цифрових технологій. *Тут і далі примітки перекладача. Примітки та коментарі автора* – наприкінці книжки, на с. 382

світ, що ми його то розуміємо, а то – ні. Ми дивимося на наших найдорожчих малюків і обіцяємо зробити все можливе, щоб допомогти знайти правильну стежину в їхньому довгому житті. Немає єдино правильних шляхів, щоб навчити їх стояти чи ходити, якщо вони не готові до цього. Але ми нетерпляче чекаємо на їхній поступ.

Ми майже миттєво зауважуємо, що вони цілком самостійні істоти, і все ж хочемо, щоб вони розпочали там, де закінчили ми, опиралися нам на плечі, обертаючи на користь собі все, що ми знаємо і можемо їм забезпечити. Ми знайомимо їх із досвідами, думками, людьми та місцями, що здатні допомогти їм навчатися та рости. Ми прагнемо, щоб вони здобували досвід і здатні були формуватися, доляючи труднощі і користуючись можливостями, які підвищуватимуть їхній потенціал та їхні життєві шанси. Ми знаємо, як складно досягти успіху в сучасному світі, тому прагнемо захистити, скерувати їх, бути поруч будь-що, на кожному кроці.

Чимало з нас пам'ятають інші часи, коли батьки воліли не втручатися в життя дітей. Коли хтось із батьків (найчастіше мати) відчиняв навстіжень двері і казав: «Іди побався надвір, а додому повертайся на вечерю». Наші батьки й гадки не мали, де ми були і що робили. Не було ні мобільних телефонів, щоб підтримувати зв'язок, ані пристройів із GPS, щоб відстежувати місце перебування. Ми тинялися подвір'ям, районом, цілим містом, пустыщами, парками, лісами, торговельними центрами. А іноді просто хапали книжку і сиділи на задніх сходах. Дитинство зараз геть інакше, і багато молодих батьків гадки не мають, що колись воно було не таке.

БАТЬКИ ТА МАТЕРІ ЗМІНИЛИСЯ

Коли, чому і як змінилися дитинство та принципи виховання дітей? Навіть побіжний аналіз показує суттєві зміни. Кілька важливих подій сталося в середині 1980-х.

До 1983-го року почала активно ширитися інформація про викрадення дітей. Трагічне вбивство у 1981-му маленького хлопчика на ім'я Адам Волш лягло в основу сюжету телевізійного

фільму «Адам», що його переглянула майже рекордна кількість глядачів – 38 млн¹. Незабаром зниклі дітлахи почали дивитися на нас із молочних пакетів. Хлопчиків батько, Джон Волш, у 1984-му домігся у Конгресі створення Національного центру зниклих й експлуатованих дітей та започаткував телевізійне шоу «Оголошені в американський розшук» (America's Most Wanted), що транслюється на каналі Fox із 1988 року. Так народився наш невисипущий страх до незнайомців.

Ще одна зміна – переконання у тому, що діти отримують замало шкільних завдань – сталася після публікації 1983 року статті «Нація в небезпеці»², в якій стверджувалося, що американські дітлахи поступаються знаннями своїм одноліткам з інших країн, тому необхідно більше їх навантажувати. Відтоді федеральні програми штибу «Жодної дитини, яка відстає» (No Child Left Behind) і «Наввипередки до вершин» (Race to the Top) стимулювали розвиток культури досягнень, наголошуячи на механічному запам'ятовуванні та підготовці до тестів на тлі збільшення конкуренції студентів із Сінгапуром, Китаєм та Південної Кореї, де такі навчальні методи звичні. Американські дітлахи незабаром почали стогнати відтягаючи непомірної кількості домашніх завдань і вдаватися до будь-яких засобів, аби лише пережити школу, – про це йдеється у виданій 2003 року книжці «Навчання: Як ми створюємо покоління матеріалістичних і неправильно навчених студентів, які страждають від стресу», що її написала викладачка Стенфордської школи освіти доктор Деніс Поуп³, а також у фільмі 2010 року «Подорож у нікуди»⁴.

Третю зміну спричинив «рух підвищення самооцінки» – філософія, що здобула популярність у Сполучених Штатах у 1980-і роки. Її центральною думкою було переконання, що ми допоможемо дітям досягнути успіху в житті, якщо цінуватимемо їхню індивідуальність, а не досягнення⁵. У бестселері 2013 року «Найрозумніші діти у світі: і яким чином вони такими стали» Аманда Ріплі називає «рух підвищення самооцінки» унікальним американським феноменом.

І четверта зміна – планування часу для розваг – явище, що виникло близько 1984 року. Запланований час для гри став практичним знаряддям, надто коли рекордна кількість матерів

почали поверватися на робочі місця. Збільшення кількості батьків, які працюють, водночас зі зрослим попитом на денну опіку спричинилися до того, що дедалі менше дітей ішли після школи додому, і ставало чимраз складніше знайти місце і час для забав. Коли батьки взялися планувати час для розваг, вони почали спостерігати за дитячими іграми і брати в них участь. Залишати малюків вдома стало табу, адже це б дало їм змогу бавитися без нагляду. На зміну дитячим садкам для найменших прийшли шкільні групи продовженого дня для старших дітлахів. Тим часом, на рубежі десятиліть, остерігаючись травм та судових позовів, усі розважальні майданчики країни зазнали капітальної перебудови⁶. Сама суть гри – фундаментальний елемент життя дитини на етапі розвитку – почала змінюватися.

Спостерігаючи ці та інші зміни, у 1990-х дослідники питань дитячого розвитку Фостер Клайн і Джим Фей винайшли термін «батьки-квочки» для означення дорослих, які «кружляли» над своїми дітьми, суперечачи батьківському обов'язку виростити самостійну людину⁷. Зосередившись на порадах батькам маленьких дітей, Клайн і Фей тримали руку на пульсі важливих змін, що відбулися в американських методах виховання минулого десятиліття, і які поширилися нині, двадцять п'ять років потому. Це означає, що найстаршим представникам покоління, над яким ширяли «батьки-квочки», 2010-го було років по тридцять. Їх називають «поколінням Y» або «поколінням Мілениуму».

Наприкінці 1990-х перші представники покоління Мілениуму вступили до коледжів, і ми з колегами зі Стенфорду почали зауважувати новий феномен – присутність батьків у студентському кампусі*. У переносному і прямому сенсі. Щороку зростала кількість батьків, які шукали кращих можливостей для своїх синів та дочок, ухвалювали замість них рішення і розв'язували їхні проблеми; вони робили за них все, з чим раніше студенти коледжу самі давали раду. Зауважу: це сталося не лише у Стенфорді, але й у всіх коледжах і університетах країни, що підтверджувало спілкування з колегами звідусіль. Тим часом ми з чоловіком виховували двійко маленьких дітей, і навіть

* Кампус – автономне студентське містечко, що включає студентські гуртожитки, бібліотеки, аудиторії, їдальні та решту університетської інфраструктури. Стенфордський кампус вважають найбільшим у світі.

не усвідомлювали, що й самі в багатьох аспектах поводимося як «батьки-квочки».

ВЕЛИКИЙ БУМ

Представники покоління бебі-бумерів^{*}, народжені між 1946-м і 1964-м роками, перші заробили ярлик «батьків-квочок». Їхні діти – це найстарша хвиля покоління Міленіум, про яке мені йдеться. Дідусі та бабусі бебі-бумерів вірили, що «дітей потрібно бачити, але не чути», і стандартна відповідь їхніх батьків лунала так: «Тому що Я так сказав». Усупереч і, можливо, внаслідок цього, у підлітковому та юному віці бебі-бумери відстоювали незалежність поглядів і право на індивідуальність, зневажали авторитети і переформатовували чи відкидали чимало фундаментальних парадигм і звичаїв американського суспільства.

Звісно, бумери не стали першими батьками в історії, які кружляли над дітьми, наче квочки – 1899 року мати генерала Дугласа МакАртура^{**} переїхала вслід за ним до Вест-Пойнта^{***} і жила в номері готелю Крені з видом на академію, спостерігаючи за сином у підзорну трубу, щоб переконатися, що той відвідує заняття⁸. Та коли генерація бебі-бумерів чисельністю сімдесят шість млн представників, що була найбільшим поколінням в американській історії, поки не народилися їхні власні діти, почала встановлювати тенденції у моді, технології чи вихованні, ситуація швидко досягала переломного моменту. Отож не варто дивуватися, що коли бебі-бумери стали батьками, вони змінили саму суть виховання у Сполучених Штатах.

Опираючись на свої власні цінності й досвід у контексті різноманітних соціальних чинників 1980-х років, бумери стали брати активнішу участь у житті своїх дітей. Якщо їхні батьки трималися на емоційній відстані, то бумери стали емоційно присутніми у

* Покоління бемі-бумерів – покоління, що народилося внаслідок післявоєнного демографічного вибуху і стало свідками потужного економічного розвитку США. Дослідники теорії поколінь вважають, що бебі-бумерам притаманна працьовитість, стійкість до стресів та оптимізм.

** Дуглас МакАртур – головнокомандувач більшої частини союзних військ на Тихоокеанському театрі воєнних дій під час Другої світової війни і всіх збройних сил США під час війни в Кореї.

*** Вест-Пойнт – назва найстарішої в США військової академії збройних сил США, розташованої у місті Вест-Пойнт, штат Нью-Йорк.

житті власних дітей, часто стаючи одними з найближчих друзів своїх нащадків. Якщо батьки бумерів уникали відповідальності, бумери намагалися контролювати і забезпечувати позитивні результати для своїх дітей, стаючи їхніми найпалкішими адвокатами. Якщо батьки бумерів шанували ієархію, суспільний лад і схилялися перед авторитетами, бумери аж занадто нехтували цими речами і спричинили значні соціальні зміни, такі як сексуальна революція, ведення спільногого бюджету домогосподарств, крутий ріст статистики розлучень, і, ймовірно, пов'язаний з цим спосіб мислення про «якісне, а не кількісне»; вони спілкувалися з дітьми, виходячи з того, що байдуже, скільки часу їм присвячують, головне – як саме використовують цей час⁹. Як батьки, бумери, призвичаєні висловлювати свої думки, домагалися, що їх буде вислухано, досягали мети, намагалися за будь-яку ціну «бути поруч» із власними дітьми, руйнуючи звичний лад, часто виставляючи себе як буфер між дітьми та системою з її авторитетами навіть тоді, коли їхні малюки вже виростали.

З огляду на короткотермінові результати, гіперопікунчий стиль виховання забезпечує досягнення нетривалих завдань, таких як безпека, доступ до можливостей, успішність. На прикладі генерала МакАртура, який став найкращим у своєму класі у Вест-Пойнті, активний підхід до виховання в якийсь незбагнений спосіб дає результати. Через доведену ефективність такого підходу до 2000-х років цей дуже протективний стиль виховання став уже не винятком, а правилом. Мое покоління, покоління X (народжені між 1965 та 1980), наслідувало підхід бумерів до виховання, так само як це зробило покоління Мілениум (народжені між 1980 і 2000), коли у них народилися діти. Бебі-bumери вже стали дідусями та бабусями, проте, зважаючи на вагомий внесок у зміни в американському суспільстві, на добро чи на зло, їхній уплів на методи виховання залишиться з нами надовго – навіть після того, як вони відійдуть.

ДО ЯКОЇ МЕЖІ?

Збільшення батьківського втручання в життя дітей, яке воочівідь зумовлено любов'ю, беззаперечно, – позитивне явище.

Та коли 2012 року я звільнилася з посади декана у Стенфорді, доля почала мене зводити з величезною кількістю дорослих, а також із їхніми дітьми, студентами, які, здавалося, дедалі *безоглядніше* покладалися на своїх батьків. Я почала перейматися цими «дітками» з коледжу (саме так почали називати студентів), які якось начебто не цілком сформувалися в людей. Здавалося, без мами або тата вони ні з чим не здатні впоратися. Недобудовані. Екзистенційно імпотентні.

Про бебі-бумерів можна сказати чимало хорошого – їх було втягнуто у війну у В'єтнамі і вони засумнівалися в її доцільності; вони жертвували життями, захищаючи основні людські права і боролися за громадянські свободи, а свого часу домоглися найбільшого економічного зростання, що його бачила наша нація. Але чи не здавалося бумерам, що їхнє єго аж так сильно переплітається з досягненнями їхніх дітей, начебто власний успіх був не повний, якщо діти не виправдовували їхніх сподівань?¹⁰ І чи не задалеко посунулися ці батьки, сконцентровані на власних бажаннях і потребах, зменшуючи шанси власних дітей розвинути таку необхідну психологічну рису як «індивідуальна ефективність» – те, що видатний психолог Альберт Бандура визначає як «віру індивідуума в здатність організувати і виконати набір дій, потрібний, щоб керувати ситуаціями у майбутньому»?¹¹ Тут присутня глибока іронія: можливо, ці чемпіони самореалізації, бумери, *так багато* зробили для власних дітей, що відібрали у них шанс розвивати віру в себе самих.

Чи схилене на безпеці, сфокусоване на академічних досягненнях і підвищенні самооцінки, контролюване на кожному кроці дитинство (це було звичним явищем із середини 1980-х і для багатьох суспільств стало нормою) не відібрало у дітей шансу на успішне майбутнє? Що станеться з молоддю, яка, попри здобуті дипломи, неспроможна прокласти власний шлях у світі без повсякчасної батьківської допомоги? Як почуватиметься у реальному світі молода людина, яка зростала, звикнувши до того, що всі проблеми вирішують за неї та ще й на кожному кроці її вихваляють?

Чи не занадто пізно їм випаде розвивати почуття власної відповідальності за своє життя? Чи перестануть вони нарешті сприймати себе як дітей і чи почнуть вимагати для себе статус

«дорослих»? І якщо таки ні, то що станеться з суспільством, населеним такими «дорослими»? Ці питання не давали мені спокою і спонукали написати цю книжку.

Вони крутилися в моїй голові не тільки на роботі, але й коли я оселилася в Пало-Альто, зусібіч оточена виявами гіперопіки – навіть у власному будинку. Надто багато з нас демонструють надмірне керування, надмірну опіку чи надмірне втручання у життя своїх дітей. Ми сприймаємо їх, як рідкісні та коштовні ботанічні екземпляри і надаємо цілеспрямованої, вимірюної кількості догляду та підживлення, втручаючись у все, що може зміцнити чи зруйнувати їх. Але ж людські істоти повинні долати якісь перешкоди, щоб навчитися виживати під час суттєвіших негараздів на життевому шляху. Не відчувши грубих сторін життя, наші діти стають вишуканими, наче орхідеї, але водночас непристосованими, часом жахливо непристосованими до самостійного існування у реальному світі. Чому підхід до виховання змінився (ідеться і про підготовку наших дітей *до* життя, і про їхній захист від нього)? Чому вони не здатні прожити власне життя самостійно? І чому ці проблеми, про які я пишу, більше стосуються середнього класу та багатіїв? Зрештою, всі батьки намагаються якнайкраще виконувати власні обов'язки і, якщо нам досить пощастило належати до середнього чивище середнього класу, ми маємо намір, час і достатньо коштів, що вони нам, батькам, здатні в цьому зарадити. Отже, чи втратили ми суть того, у чому насправді полягає виховання?

І що робити нам із нашим власним життям? («Яке життя?» – очевидна відповідь). Ми виснажені. Занепокоєні. Вичерпані. Ділянки, де ми проживаємо, можна фотографувати, наші їжа та вина старанно дібрани, але коли йдеться про дитинство, яке дедалі дужче нагадує гонку озброєнь, то чи можна сказати, що ми й наші діти маємо «хороше життя»? Я так не вважаю. Наше завдання полягає в моніторингу здобутих знань та досягнень наших нащадків, у складанні розкладу та нагляді за його дотриманням, ми маємо доставляти наших дітей у потрібні місця і повсякчас їх підбадьорювати. Здобутки дітей є доказом нашого власного успіху і суспільного статусу; наклейка з логотипом коледжу на задньому склі