

«Никакого мороженого, сейчас будет борщ!»

Лекция Димы Зицера «Свобода от воспитания»

Педагог Дима Зицер прочитал лекцию о проблемах взаимодействия с ребенком, которая перешла в оживленные дебаты с родителями о том, что будет, если ребенку не запрещать есть мороженое перед бабушкиным борщом и перестать таскать его в школу силой. Публикуем самые интересные отрывки лекции.

Главные ловушки для родителей

Дима Зицер: Недавно я был в Лондоне и читал лекцию о философии педагогики, о новейших исследованиях. Мужчина, который пришел на лекцию с 15-летней дочерью, сказал потом: «Дима, ну это-то все понятно. Но как мне заставить ее застегнуться?!» В этот самый момент я понял, что рассказывал не о том. Поэтому давайте сразу начнем с самых конкретных тем, которые вас интересуют, вроде того «как заставить ребенка застегнуться».

— **Как воспитать ребенка, чтобы он был самостоятельным человеком, в том числе и в конфликтных ситуациях?**

Я не знаю, обращали вы внимание или нет, но во многих языках вместо слова «воспитывать» используется слово «растить». Там почти нет формулировки «я воспитываю ребенка». Язык диктует нам определенные рамки поведения. «Растить» — следить за тем, чтобы ребенок нормально питался и так далее. «Воспитывать» — придумывать модель поведения, которой ребенок должен соответствовать. Когда вы спрашиваете, как воспитывать, вы оказываетесь сразу в нескольких ловушках.

Ловушка первая: вы думаете о том, что вы должны что-то такое из ребенка воспитать, поскольку слышали о том, что это нужно делать, и провели много времени за чтением умных книжек (кто-то мне сказал сегодня, что читает все издания на тему педагогики — это ведь жуть, простите!). Но задайтесь вопросом: откуда тот же Дима Зицер знает, как мне быть с человеком, которого я люблю, с которым провожу огромное количество времени, с которым у меня, вероятно, много общего и с которым бывают порой конфликты? Первая ловушка ставит родителей в жесткие рамки. Вот родился человек, у вас с ним завязываются какие-то отношения, но вы слабо представляете, что с ним делать. Вы бросаетесь его воспитывать!

Это занятие словно затягивает вас в воронку все сильнее и сильнее. И вы попадаете во вторую ловушку — ловушку общественного мнения. Вообразите ситуацию: у соседки ребенок начал писать в горшок в год! Представляете, какой успех? А мой ребенок не писает в горшок в год. По идее я должен наплевать на эту соседку сорок раз, потому что рядом со мной находится мой любимый человек — мой ребенок, которым я занимаюсь и с которым у меня свои отношения. Но что вместо этого со мной происходит? Я

попадаю в ловушку — понятно, в какую. Или я иду с ребенком по лестнице, у нас обоих чудесное настроение, он прыгает на одной ножке, поет, и тут выходит та самая соседка и орет на него: «Почему ты кричишь?!» И добро бы я в этот момент мог просто сказать ей на ушко: «Извините. Мы уже выходим». Нет, со мной начинают твориться странные вещи. Кивните, кто понял какие.

Я иду по чудесному летнему парку с ребенком к маме (к его бабушке) на обед. Мы все ближе и ближе к мамину дому. У нас чудесное настроение. И вот на выходе из парка он говорит: «Пап, купи мороженое!» Что мы обычно говорим в подобных случаях? Как правило: «Ты не будешь обедать!» В этот момент у меня в голове как будто что-то переключилось. Только что я шел по парку с любимым человеком, у нас все было очень хорошо, мы чувствовали счастье, и вдруг я «включил» свою маму, или соседку, или училку и начал нести бред. Ведь после того, как ребенок съест мороженое перед борщом, он, видимо, не сможет принимать самостоятельные решения в будущем, не сможет участвовать в конфликтах и выходить из них победителем. Хотите удостовериться в абсурдности развязки ситуации в парке? Замените ребенка любимой девушкой.

— **Но она же взрослая!**

И что такого в том, что она взрослая? Почему мы думаем, что любимая девушка взрослая и разберется сама, а ребенок сам не разберется?

— **За ребенка несем ответственность мы, а взрослый сам за себя.**

Верно, пусть девушка, дура, и помирает от мороженого, объевшись после него борщом!

— **Взрослый человек в состоянии сам прогнозировать результаты своих действий.**

Ну и что он прогнозирует? Что он не будет есть борщ после мороженого? Не исключено. Может, захочет, может, не захочет. Большая часть нас, взрослых, готова положить отношения со своим любимым ребенком на алтарь... неизвестно чего! Я не уверен, что бабушка ребенка достигает высшего пика удовольствия, когда внук съедает ее борщ. Вот и все, больше в этой коллизии ничего нет.

— **Кормить ребенка мороженым вредно!**

Давайте продолжим этот путь в ад вместе. И что же будет, если он съест мороженое?

— **Он не съест борщ, а значит, чуть позже проголодается.**

И вы, конечно, не дадите ему еды. Допустим, мне пять или семь лет. И из-за того, что я хочу мороженое, я должен прослушать лекцию родителя о бабушкином будущем настроении, длинной дороге домой и маминих фантазиях. Потому что это абсолютная фантастика: мама, словно Кассандра, уже заранее знает, буду я хотеть есть через два часа или не буду.

— **Если ребенок будет есть только мороженое, то через год у него будет сахарный диабет.**

Откуда такая странная фантазия о том, что ребенок будет есть только мороженое? Если вы хотите, чтобы ваш ребенок ел только сладкое, его

сначала нужно этому научить. Человек от природы склонен есть самую разную еду. Но самый простой способ подсадить на сладкое — выдавать ему конфеты в качестве вознаграждения. То есть начать вести себя с ребенком как с собачкой и через некоторое время получить предсказуемый результат: он начнет вести себя как собачка. Нет таких детей, которые будут есть только мороженое, если ему все время покупать его!

— А если ребенок скажет, что хочет понюхать клей или выпить банку бензина?

Обратите внимание на то, как быстро мы перешли с мороженого на клей! У вас есть страх того, что как только родители отвернутся, дети первым делом решат выпить баночку бензина. Кому разбираться с этим страхом, как не вам самим?

Дети совершенно не хотят ни бензин пить, ни нюхать клей. Всему, чему они научились поначалу, они совершенно точно научились от родителей. Для того чтобы ребенок решил понюхать клей, нужно кому-то нюхнуть с ним на пару. Кто-то скажет, что в школе найдутся такие энтузиасты. На что я отвечу: вы не сможете научить ребенка не нюхать клей, зато вам точно под силу научить его чему-то другому. Если ребенок — манипулятор, подумайте, откуда он узнал, как манипулировать. Ведь он родился, чтобы любить, и это не пафос!

— Но бабушка, будучи старой, полдня из последних сил варила этот борщ, а ребенок после мороженого есть уже не захочет. Мы ведь заранее договорились с ребенком пойти к ней в гости и пообедать. На ее старания наплевать?

О'кей, бабушка готовила. Ее ужасно жалко. Так съешьте ее борщ, дружище! Вы ведь мне сейчас пытаетесь сказать, что у вас непростые отношения с вашей матерью. Может, вам, а не ребенку их разруливать? Вы не обязаны сваливать в одну кучу отношения с матерью и отношения с ребенком. Если вы знаете, что ваша мать обидится, когда ребенок откажется от борща, то скажите ему правду, как бы горька она ни была, как вас самих в детстве учили. «Слушай, у меня сложные отношения с мамой. Я ее боюсь. Меня подмывает сделать тебя заложником собственных страхов. Детка, помоги мне выбраться из этого!» — вот так и скажите ребенку. Может, ребенок в итоге решит есть борщ после мороженого, а может, не захочет. Это его решение и его желудок.

Что если ребенок не хочет учиться

— Допустим, я провожаю ребенка в школу, и вот на самом пороге он скажет мне: «Что-то не хочу я туда. На карусели бы сейчас!» Что, пойти?

Школа важнее карусели?

— Да!

Да кто вам это сказал? Вы ходите на работу чертыхаясь, через силу — и ребенок пусть мучается с раннего детства, да? Если ваш ребенок, достигнув школьного возраста, считает, что в школе уныло и нечего делать, а в парке аттракционов жизнь кипит, то вывод очевиден: надо срочно менять школу.

Иначе вы посылаете родного человека убивать жизнь в унылой школе целых одиннадцать лет! На это время он становится заложником ваших фантазий.

— Есть такой воспитательный метод, по которому надо разрешить ребенку ничего не делать и жить так, как ему комфортно. И сколько ждать до тех пор, пока он захочет ходить на занятия?

Из того, что человек не хочет заниматься тем, что ему не нравится, не следует, что он не хочет заниматься ничем. Только труп не хочет. Человек точно знает, чем хочет заниматься. Даже ребенок. Трудно заставить ребенка в полном бездействии. Даже если он валяется на диване, он о чем-то думает. Хотите дать ему новый навык? Ну, дайте. Дальше уже начинается родительское: «Мне не нравится, чем он занят. У меня свои представления о том, что ему лучше делать». Откуда, интересно, вы знаете, чем ему заниматься лучше?

Ребенок рождается невероятно любопытным. Он выбрасывает игрушки из кровати и смотрит, как они падают вниз. Он разливает соус и начинает рисовать им на столе картины. Однако потом к нему приходят другие люди — большого размера — и начинают говорить странные фразы вроде «любопытной Варваре на базаре нос оторвали». Ребенок не всегда понимает смысл слов, но общая картина ему ясна: его призывают не быть любопытным. Потом ко мне приходят родители такого ребенка и говорят: «Наш учится во втором классе и вообще ничем не интересуется!» Я на такое обычно отвечаю: «Как вы это сделали?»

Популярная русская obsессия называется «Надо читать»: кто не читает, тот не будет успешным. Самый простой способ сделать так, чтобы ребенок увлекся чтением, — самому читать при нем. Увидев, что мама вместо того, чтобы смотреть «КВН», листает Тургенева (только не с айпада!), он поймет, что это огромное удовольствие. Но если родитель лежит на диване с бутылкой пива перед телевизором или разговаривает по телефону, играет в компьютерную игру или занят работой и говорит ему: «Пойди почитай», — то у ребенка возникнет когнитивный диссонанс. Как это так: папа говорит, что чтение является прекрасным занятием, но я ни разу не застал его за ним врасплох?

Такой же когнитивный диссонанс возникает, когда я приказываю ребенку застегнуться. Я в этот момент транслирую мысль о том, что ему должно быть холодно. Он-то в этот момент точно знает, что ему жарко, но подходит папа и заявляет: «Тебе холодно!» Для ребенка отец пока еще является авторитетом. Он застегнется, поскольку верит папе, но уже не верит самому себе. Меня сегодня первым делом спросили, как научить ребенка быть самостоятельным человеком. Для начала было бы здорово, чтобы он сам мог решать, когда ему холодно, а когда жарко. Не поверите, но люди с самого рождения это понимают. Удивительное свойство для человека маленького размера, не так ли?

Как отучить ребенка от компьютерных игр и застревания в телефоне

— Как быть с айпадами, в которые сейчас играют почти все дети? Как ограничивать время игр, если ребенок везде видит играющих сверстников?

В нашем детстве айпадов не было, поэтому мы не знаем, каково это — взрослеть с ними. Планшеты становятся родительским страхом. Но что с этим поделаешь? Мы не можем принуждать детей соблюдать режим нашего детства. Лично я не встречал ни одного внятного исследования, доказывающего, что планшеты вредны для детей. А чтобы держать контакт ребенка с гаджетом под контролем и представлять себе все нюансы, будьте вместе с ребенком. Тоже играйте. Переходите на его территорию. Интересуйтесь тем, чем интересуются ваши дети, — это правило старо, как мир.

— Один мальчик увлекался стрелялками и украл у родителей пять тысяч рублей, чтобы положить на свой игровой счет. У него зависимость от стрелялок!

Сама ситуация, в которой ребенок вынужден красть деньги на то, что ему нравится, выглядит дикой. О зависимости от стрелялок скажу вот что. Такие игры, когда надо бегать по коридору и кого-то «мочить», как правило, довольно механические и тупые. Если вы не хотите, чтобы ребенок слишком много играл, предложите ему не менее интересную альтернативу! Вы обычно говорите: «Пойди уроки поделай», — хорошая альтернатива, ничего не скажешь. Когда годовалый ребенок самозабвенно, раз за разом, бросает предмет на пол — он восхищенно наблюдает закон всемирного тяготения в действии. По физике его проходят в седьмом классе. Спустя всего тринадцать лет после того, как человек обнаружил этот закон, предмет кажется ему неуместным и ненужным, потому что к зрелищу падающих предметов он успевает привыкнуть. Но подумайте, насколько закон всемирного тяготения и другие вещи из физики интереснее, чем компьютерная игра!

Ребенок не общается со сверстниками — они оба уткнулись в свои телефоны. Подумайте, где ребенок научился такому «общению», у кого-то подсмотрел? Наверное, у взрослых. У него зафиксировалась модель поведения, которая подразумевает, что сидеть в телефоне зачастую безопаснее и интереснее, чем вступать в непосредственные отношения с человеком. Для того чтобы ребенок оторвался от гаджета, должно быть что-то, что интереснее, чем гаджет. Согласитесь, это ведь и в случае со взрослыми работает. Вот вы вечером смотрите сериал и одним глазом поглядываете в телефон, постите что-то в фейсбуке. В какой-то момент вы телефон откладываете. А может, и не откладываете и дальше продолжаете самое интересное занятие на свете. Кивните, кто себя узнал.

В плохие ситуации наши дети попадут и без нас. На своем пути они встретят огромное количество народа, который сделает их жизнь хуже. И напротив, на их пути будет не так много людей, которые их примут такими, какие они есть, без условий контрибуции. Может, такими людьми для них будете вы, родители?

Как не кричать и как не муштровать

— Как установить для ребенка ограничения?

Напишите на листе бумаги список того, что ребенку, по-вашему, делать нельзя. Только сделайте это в одиночку, не привлекая супруга, пусть он напишет свой список. Напротив напишите, почему перечисленное делать нельзя. Только по-честному! На этом этапе очень многие «нельзя» самоустроятся из списка. Станет понятно, что список продиктован вашими личными границами — тем, что нельзя лично вам. Ограничения формируются через договор. Можно бесконечно твердить, что сладкое есть нельзя, но это не способ ограничить потребление конфет. Для начала поместите сладкое в зоне досягаемости и перетерпите неделю. Ребенок не сможет питаться одними конфетами и обязательно попросит чего-то другого. Кроме того, скажите, что вы по-настоящему, искренне боитесь за его здоровье, потому что есть такая болезнь — диабет. Поверьте, вы будете услышаны.

— А обязанности как привить?

Допустим, ребенок разбросал игрушки по вашей кровати. Вы говорите, чтобы он их убрал. Зачем? Затем, что вы собираетесь лечь, так как хотите спать. Можете предложить убрать их вместе и перенести их в детскую. Люди не живут обязанностями. Они живут мотивациями, механизм выработки которых намного сложнее.

— Как не кричать на ребенка?

Странную историю рассказала мне одна петербургская знакомая. Прекрасным осенним днем она ехала с сыном в трамвае по Аничкову мосту, на котором расположена скульптурная группа «Укротители коней» Клодта. Настроение у нее было потрясающее. «И вот черт меня дернул за язык, — говорит она, — спросить у него, кто автор этих скульптур». Через полминуты она обнаружила себя визжащей на своего ребенка, потому что он не назвал ей автора. Может, не знал, может, забыл — неважно. Видите, как получается: просто ехать в трамвае и любить свою маму недостаточно — этой маме нужно, чтобы ты параллельно развивался и изучал историю города.

Возник вопрос: «Зачем ты это сделала?» Думаете, она знает зачем? Конечно нет. Это не помешало ей на ходу придумать мотив для своего поступка: «Ну как же, мы живем в таком прекрасном городе, поэтому мой ребенок непременно должен знать...» До того, как она начала визжать на сына, с ней в троллейбусе что-то произошло. Не может же ее «включить» ее собственный ребенок. Выяснилось, что за секунду до того, как начать орать, она почувствовала ломоту в пояснице.

Всякий раз, когда с нами происходит так называемый срыв, мы чувствуем его на физическом уровне. Вспомните, как вы начинаете кричать. У кого-то это связано с тяжелым комком в горле, у кого-то с тяжестью в солнечном сплетении, у кого-то потеют ладони или ноги становятся ватными. Я знаю, что 97% людей, прежде чем начать кричать на кого-то, совсем перестают дышать. Так вот, когда хочется заорать, сначала проверьте,

дышите ли вы — многие поразятся, обнаружив, что и правда не дышат. Сделайте глубокий вдох, дальше самозабвенно визжите, если захотите.

Та мама, что кричала на своего сына из-за скульптур Клодта, однажды позвонила мне поздно вечером и сказала: «Дима, я кое-что вспомнила!» У нее был дедушка, который считал, что ребенка надо каждые выходные водить в музей, и каждые выходные аккуратно обходил с ней питерские музеи. «Я помню, как мы были в Русском музее, — рассказала она, — шел второй час экскурсии, поясница ныла, ноги болели, а дедушка все говорил, говорил и говорил». Вот так рождаются самые разные абсурдные поведенческие модели. Чтобы перестать орать, научитесь отслеживать то, что предшествует крику.