

Вступ

Моя подруга Міллі досі з огидою й соромом згадує, як її п'ятирічний син сказав дещо відверто расистське. Це сталося три роки тому, коли вони з чоловіком — обоє білошкірі — відпочивали з дітьми у Флориді. Після тижня активного сімейного дозвілля подружжя найняло няню, щоби провести вечір удвох. Жінка була темношкірою.

Наступного дня Міллі запитала в сина, чи сподобалося йому з нянею. «Ні, вона мені не сподобалася», — відповів він. Коли Міллі уточнила чому, хлопчик спокійно пояснив: «Мені не сподобалося, що в неї темна шкіра».

Міллі та її чоловік були приголомшені й не знали, як на це реагувати. Вони вважали, що вчать дітей поважати інших і, звісно ж, виховують їх *не як расистів*. Але тепер? Тепер вони вже не були щодо цього такі певні. Ба більше, гадки не мали, як діяти далі.

Більшість батьків — і я зокрема — хоче, щоб їхні діти вирости доброзичливими людьми. У 2020 році журнал *Parents** опитав понад 1200 батьків щодо якостей, які вони найбільше прагнуть прищепити своїм дітям. Результати показали, що доброта є пріоритетом для 73% матерів і 68% батьків — цю рису вони назвали важливішою за інтелект, індивідуальність чи працелюбність. Аналогічно у 2016 році некомерційна організація *Sesame Workshop* (творець одного з найпопулярніших у світі дитячих освітніх телешоу «Вулиця Сезам» (*Sesame Street*)) опитала понад дві тисячі американських батьків, які виховували дітей віком від трьох до дванадцяти років, а також п'ятсот педагогів — працівників дитсадків і початкових шкіл.

* *Parents* — одне з найстаріших і найпопулярніших видань, присвячених вихованню дітей і сімейному життю (*тут і далі — прим. ред.*).

Приблизно три чверті респондентів сказали, що для дітей важливіше бути добрими, ніж досягати успіхів у навчанні.

Водночас у тому-таки опитуванні *Parents 2020* року 76% матерів і 58% батьків зазначили, що сучасні діти вже не такі добрі, як їхні попередники. Результати дослідження *Sesame Workshop* були схожими: 67% респондентів заявили, що сьогодні більшість дітей не поважає інших, а 43% сумнівалися, що їхні доньки та сини є турботливими. Очевидно, що попри щире бажання виховати добрих людей, багато батьків не знає, як це зробити.

Протягом останніх дев'яти років я як наукова журналістка досліджую питання дитячого розвитку й батьківства. Я вела науково обґрунтовану колонку про виховання дітей в інтернет-виданні *Slate* і написала десятки статей для *The New York Times*. Я вивчаю опубліковані наукові дослідження зі складних питань щодо виховання дітей, консультуюся з фахівцями й даю батькам зрозумілі поради — такі, що справді підтверджуються наукою. Зізнаюся: часто мене дивувало, а подекуди й шокувало те, що насправді ці дослідження радять батькам, і наскільки професійні настанови відрізняються від моїх власних уявлень.

Візьмімо, наприклад, тему раси, яка стала особливо актуальною після того, як у 2020 році в США Джордж Флойд, Бреонна Тейлор та інші темношкірі американці загинули внаслідок дій поліції.* Небілошкірі батьки зазвичай регулярно розмовляють з дітьми про расу — вони просто змушені це робити. А от більшість білошкірих батьків (як-от моя подруга Міллі) уникає цієї теми, намагаючись виростити дітей так, щоб ті не звертали уваги на колір шкіри. Такі батьки думають: якщо не згадувати про расу, може, діти на неї не зважатимуть. Проте дослідження показують, що діти (навіть немовлята!) звертають увагу на расові відмінності й без коректних пояснень роблять упереджені висновки щодо цього. Вони бачать, що білошкірі люди мають більше

* Ідеться про резонансні вбивства темношкірих американців поліцією, що спричинили глобальну хвилю протестів проти расизму.

влади й багатства, і починають уважати, ніби це пов'язано з тим, що білошкірі кращі або розумніші.

Коли я брала інтерв'ю у вчительки початкових класів Наомі О'Браєн, яка є співавторкою серії книжок для батьків про расу, вона розповіла, що регулярно бачить, як її білошкірі учні поведуться по-расистськи: наприклад, заявляють, що не будуть гратися з певною дитиною через те, що в неї «брудна шкіра». Часто батьки взагалі не усвідомлюють, що їхні діти так говорять. Ще гірше те, що коли білошкірі діти намагаються поговорити з батьками про расу, їм кажуть мовчати, не згадувати про це, і вони засвоюють: говорити про колір шкіри — погано, мати інший колір шкіри — теж погано. Насправді, як підтверджують дослідження, білошкірі батьки мають чітко й відкрито говорити з дітьми про расу, щоб запобігти формуванню расистських упереджень.

Часто ми несвідомо підтримуємо й сексистські переконання, передаючи дівчаткам і хлопчикам різні послання — ті, які відображають наш дорослий світ. Наприклад, що зовнішність для дівчат важливіша, ніж для хлопців, а хлопцям «не личить» бути сумними чи наляканими. А дотримуючись старої поради не втручатися в суперечки дітей у родині, нерідко лише посилюємо суперництво між братами й сестрами. Своєю чергою це вчить, що цькування та примус — ефективні способи вирішення конфліктів.

Звісно, інколи наука підтверджує наші глибоко вкорінені батьківські інстинкти. Проте в інших випадках вона спростовує їх у несподіваний і дуже цікавий спосіб — і саме тому я вирішила написати цю книжку. У ній я хочу поділитися всіма тими дивовижними науковими фактами, які я відкрила для себе, досліджуючи тему виховання добрих дітей.

НАДТО БАГАТО МУДАКІВ

Була й інша вагома причина написати цю книжку: я переконана, що роль батьків сьогодні є вкрай важливою. Світ посилає нашим дітям небезпечні сигнали про те, як вони мають поводитися та ставитися

до інших. І ми просто зобов'язані відчайдушно протистояти такому впливу ззовні.

Перш ніж продовжити, хочу одразу сказати: я вважаю, що інколи діти *мають* поводитися як мудаки. Вони мусять випробовувати межі, щоб зрозуміти їх, і робити помилки, щоб навчитися на них. Я почала сприймати неприємні безсоромні моменти з дітьми (а в нашій сім'ї таких чимало) як можливості для навчання або навіть краще — як сигнали пробудження, що показують нам, над чим маємо працювати як родина.

На жаль, сьогодні батьки дуже часто отримують такі сигнали, тому що люди навколо поводяться жахливо. Восени 2018 року вихователі, учителі та інші шкільні працівники повідомили Південному правовому центру бідності (*Southern Poverty Law Center*)*, що лише за кілька місяців в освітніх установах сталося понад 3200 інцидентів, пов'язаних із ненавистю. Наприклад, у місті Монро, штат Луїзіана, білошкірого учня заарештували після того, як він накинув зашморг на шию темношкірому однокласнику.

І схоже, ситуація лише погіршується. За даними Федерального бюро розслідувань (ФБР), з 2015 по 2018 роки кількість злочинів на ґрунті ненависті в США зростає на 21%. Більшість таких злочинів скоювали дорослі, але до них були залучені й діти. Булінг, на жаль, також набирає обертів. У 2016–2017 роках правозахисна організація *Human Rights Campaign*** опитала понад 50 тисяч американських підлітків віком від 13 до 18 років, і 79% з них заявили, що цькування в школах помітно посилюється останнім часом. Дослідники Каліфорнійського університету в Лос-Анджелесі у 2017 році опитали 1535 учителів середніх шкіл, серед яких 30% підтвердили, що їхні учні стали частіше висловлювати образливі коментарі на адресу однокласників порівняно з попереднім роком.

* *Southern Poverty Law Center* — впливова американська правозахисна організація, яка відстежує діяльність груп ненависті та випадки екстремізму.

** *Human Rights Campaign* — найбільша американська правозахисна організація, що займається захистом прав ЛГБТК+ спільноти та боротьбою з дискримінацією.

Цю кризу доброти можуть спричиняти різні чинники. Деякі дослідники вважають, що вона частково пов'язана зі зростанням політичного впливу Дональда Трампа. Звісно, ідея про те, що політики здатні впливати на поведінку дітей, може здаватися перебільшенням, адже більшість із них зазвичай не цікавиться політикою. Проте риторика Трампа — брехня, жарти про сексуальне насильство, глузування з людей з інвалідністю і називання країн із переважно темношкірим населенням «смердючими дірами» (англ. *shithole countries*) — постійно лунала з телеекранів та інтернету, проникала в розмови за вечерею... і могла безпосередньо вплинути на наших дітей.

Існують навіть дослідження, що пов'язують підтримку Трампа зі схильністю до цькування. У січні 2019 року освітні психологи Дьюї Корнелл і Френсіс Хуанг опублікували дослідження, у якому проаналізували рівень булінгу в середніх школах Вірджинії до й після президентських виборів 2016 року. До виборів школи в прихильних до Трампа округах і тих, де населення підтримувало Клінтон, мали приблизно однаковий рівень булінгу. Проте після виборів школи в протрамлівських районах зафіксували на 18% більше випадків знущань і принижень, ніж школи в округах, де голосували за Клінтон. (Варто зазначити, що до цього випадків булінгу в школах ставало чимраз менше: дослідження 2017 року, опубліковане в медичному журналі *Pediatrics*, показало, що з 2005 по 2014 роки рівень цькування серед учнів 4–12 класів знижувався, причому така тенденція з кожним роком посилювалася.)

У листопаді 2016 року Південний правовий центр бідності зафіксував 867 випадків проявів ненависті в США, які сталися протягом якихось десяти днів після президентських виборів. У багатьох із них фігурували діти. Одна вчителька зі штату Вашингтон повідомила, що учні в їдальні вигукували: «Будуйте стіну!» — уже наступного дня після виборів. Вона також чула, як один учень сказав іншому: «Якщо ти не народився тут, пакуй речі». У Грінвіллі, штат Південна Кароліна, 12-річну дівчинку оточили восьмеро однокласників і сказали їй: «Ми не можемо дочекатися, коли твою гидку піку депортують».

У Сідар-Фоллс, штат Айова, 16-річна дівчина кинула школу після того, як однокласники назвали її лесбійкою й погрожували «схопити за піхву». Вона зізналася в гомосексуальності ще чотири роки тому, однак досі з таким не стикалася. «А потім настає 9 листопада, — розповідали її батьки, — і раптом для всіх вона — якась ненормальна, мішень для нападів».

У 2019 році в науковому журналі *Journal of Child Psychotherapy* п'ятеро американських дитячих психотерапевтів опублікували статтю про те, що багато їхніх юних пацієнтів нині відчують значно більше страху й уразливості, ніж будь-коли, через жорстокість та утиски, яких вони зазнають щодня. «Після виборів 2016 року дитячі страхи, які раніше стосувалися лише безпосереднього оточення — школи, громади або сім'ї, — набули глобальнішого характеру», — ішлося в тексті. Одна пацієнтка під час терапії вдавала, що пакує валізи для своєї ляльки, і водночас говорила: «Ми їдемо до Канади. Там безпечно. Там можна розмовляти іспанською, і нас ніхто не буде ненавидіти».

Щоправда, ці випадки не є контрольованими дослідженнями, і важко сказати напевно, чи мова ненависті й булінг не посилюється б за умов, якби президентом став хтось інший. Можливо, це наслідки ширших соціальних процесів, а не політичних змін. А втім, діти справді вчать на поганих прикладах. Згідно з авторитетною теорією соціального навчання, розробленою психологом Стенфордського університету Альбертом Бандурою в 1960-х роках, люди (і діти, і дорослі) моделюють свою поведінку, спостерігаючи за іншими. Найбільше вони схильні наслідувати тих, хто має високий статус, наприклад президента країни.

В одному відомому експерименті Бандура з колегами запросив дітей віком від трьох до шести років до кімнати, де вони самостійно спостерігали за грою дорослої людини. Одні діти бачили, як дорослий б'є, ображає ляльку та кричить на неї. Інші — як той самий дорослий грається з лялькою спокійно. Потім кожну дитину по черзі відводили до іншої кімнати, де навмисно викликали почуття розчарування: після того як малеча лише кілька хвилин гралася чудовими

новими іграшками, їй казали, що більше ними бавитися не можна. Незабаром дітей повертали до початкової кімнати, де їм дозволяли упродовж двадцяти хвилин гратися з іншими іграшками, серед яких була й та сама лялька.

Діти, які бачили агресивну поведінку дорослого, значно частіше також нападали на ляльку. Деякі били її знову й знову.

Цей експеримент, по суті, зараз відбувається в реальному житті: можновладці демонструють, що расизм, сексизм, агресія і знущання — це не просто допустимо, а цілком нормально. Це те, що *роблять сильні світу цього*.

Як наслідок, поведінка й цінності молоді зазнають тривожних змін. Дослідження показали, що студенти в США стали менш емпатичними, ніж десять років тому: вони рідше співпереживають людям у скруті або ж намагаються поставити себе на чиесь місце. Одна вчителька середньої школи, дізнавшись, що я пишу цю книжку, коротко підсумувала свої думки про сучасних дітей: «Надто багато мудаків».

КРАЩЕ МАЙБУТНЄ

Якщо після всього прочитаного вам хочеться зітхнути, розвести руками й утопити свій відчай у вині, я вас зрозумію. Я теж через це проходила. Але зараз сприймаю все це як заклик до дії. Понад усе я хочу, щоб мої діти були щасливими й відчували, що їх люблять. І все ж, спостерігаючи, як жорстокість чимраз більше охоплює наш світ, я дедалі краще усвідомлюю, що хочу для своїх дітей іще одного: щоб вони були добросердними й ставилися до інших із повагою та гідністю. Раніше я майже не замислювалася над цим, але тепер відчуваю: це щось украй необхідне.

І що найважливіше: якщо батьки зосередяться на тому, щоби виховувати добрих дітей, ми зможемо зменшити, а то й викоринити ту хвилю жорстокості, що накопчується на світ. Ми виховуємо майбутніх юристів, політиків, підприємців, митців, медиків — майбутніх представників усіх професій. Звісно, ми не ліпимо дітей із глини. Багато чинників, які ми не можемо контролювати — однолітки, учителі, гени,