

Дмитро Карпачов

# Як дати дитині все без грошей і зв'язків

Київ  
2019

УДК 159.922.7(02.062)  
К26

**Карпачов, Дмитро**

К26 Як дати дитині все без грошей і зв'язків /Дмитро Карпачов —  
К.: «Агенція «ІРІО», 2019. — 256 стор.

ISBN 978-617-7453-73-3

Як правильно виховати дитину? Кожен із батьків замислюється над цим і відтак поринає в інформаційну безодню, одну за одною випробовуючи різні системи виховання. Автор цієї книжки пропонує підхід, що базується на здоровому глузді й балансі у всьому. Мета такого підходу — формування здорової психіки дитини, що дасть змогу підготувати її до дорослого самостійного життя.

Дотримуючись покрокових завдань у цій книжці, ви навчитеся:

- любити дитину так, щоб вона це відчувала і могла відповісти вам взаємністю;
- проявляти невдоволення поведінкою дитини, не травмуючи її і залишаючись для неї авторитетом;
- впроваджувати у життя сім'ї правила, яких залюбки дотримуватимуться всі;
- правильно карати дитину і віртуозно управляти її поведінкою;
- допомагати дитині зростати впевненою і щасливою.

Із цією книжкою ви за сім тижнів виведете стосунки з дитиною на новий рівень. Ви отримаєте чіткі орієнтири, які підкажуть, у якому напрямку слід рухатися. Бо ж хто здатен краще виховати вашу дитину, ніж ви самі?

УДК 159.922.7(02.062)

Усі права застережено. Жодну частину цієї публікації не можна відтворювати в будь-якій формі без попереднього письмового дозволу власників авторських прав.

ISBN 978-617-7453-73-3



# ЗМІСТ

ЯК ЧИТАТИ ЦЮ КНИЖКУ ..... 6

## **Розділ 1. Базові потреби, або Чого насправді потребують**

**наші діти** ..... 10

Чого насправді потребує дитина?..... 12

Піраміда базових потреб..... 14

Потреба в безпеці..... 19

Потреба в любові..... 29

Повага і визнання..... 38

## **Розділ 2. Причини поганої поведінки..... 48**

Що таке «добре» і що таке «погано»?..... 50

Причина поганої поведінки № 1:  
у дитини немає чіткого розуміння, що таке  
«добре», а що — «погано»..... 52

Причина поганої поведінки № 2:  
незгода з тим, що таке «добре»,  
а що —«погано» ..... 56

Причина поганої поведінки № 3:  
еволюційна потреба сформувати якості,  
необхідні для життя ..... 57

Причина поганої поведінки № 4:  
спосіб адаптуватися під час природних  
вікових криз..... 63

Причина поганої поведінки № 5: спосіб задовольнити проігноровані батьками базові потреби. ....	66
Причина поганої поведінки № 6: у вас не може добре виходити те, чому ви не навчалися. ....	67
Як правильно діагностувати причину поганої поведінки .....	68
Яке «лікування» застосовувати у кожному конкретному випадку? .....	71
<b>Розділ 3. Як виразити своє невдоволення дитиною?.....</b>	<b>82</b>
Підхід 1. Діти — це святе .....	84
Підхід 2. Нічого страшного з дитиною не станеться.....	87
Як дитина сприймає наші слова? .....	91
Що спільного між рекламною кампанією і вихованням дітей? .....	93
Як правильно виразити своє невдоволення? .....	102
<b>Розділ 4. Правила, яких дотримуватиметься дитина .....</b>	<b>112</b>
Принципи створення правил.....	115
Функції правил .....	125
Категорії правил.....	136
Що варто брати до уваги під час створення правил? .....	143
Практикум зі створення правил.....	144
Запровадження правил.....	149
<b>Розділ 5. Покарання .....</b>	<b>154</b>
Види покарань.....	159
Заборони у покараннях .....	168

Три питання, що допомагають зрозуміти, карати дитину чи ні.....	173
Дванадцять умов обережного покарання.....	174
Ефективність покарання залежить від засвоєного уроку.....	177
<b>Розділ 6. Віра у власні сили, або Як допомогти дитині стати щасливою? .....</b>	
Щасливою? .....	184
Чого я прагну?.....	186
Хто я для інших?.....	189
Що я можу?.....	193
Що таке набута безпорадність?.....	194
Як навчити дитину розуміти причинно-наслідковий зв'язок між її вчинками та їхніми наслідками? .....	196
Що може завадити щасливому дорослому життю? .....	201
Відсутність меж.....	202
Завищені сподівання .....	205
Гіперопіка .....	206
Неповага.....	210
<b>Розділ 7. Як управляти поведінкою дитини .....</b>	
Завдання виховного процесу.....	216
Що і як виховує нашу дитину?.....	221
Пасивне виховання .....	223
Активне виховання .....	230
Мотивація і підкріплення .....	236



## ЯК ЧИТАТИ ЦЮ КНИЖКУ

### **КНИЖКА-ТРЕНІНГ. 7 ТИЖНІВ, ЯКІ ЗМІНЯТЬ ВАШІ ВЗАЄМИНИ З ДІТЬМИ**

Перед вами друкований варіант популярного тренінгу про виховання дітей «Як дати дитині все без грошей і зв'язків». Окрім роботи на телебаченні, я проводжу тренінги та навчальні онлайн-програми. Із цим матеріалом ознайомилося понад 80 000 осіб. У тисячах сімей поліпшилися стосунки з дітьми. Якщо ви хочете не просто розширити свої знання із психології, а дійсно прагнете змінити на краще взаємини з дитиною, то маєте дотримуватися трьох простих умов.

#### **УМОВА ПЕРША.**

Один розділ — один тиждень

Це не просто книжка, а добірка конкретних рекомендацій щодо того, як поліпшити взаємини з дітьми. Якщо ви прагнете реальних змін, не читайте цю книжку як художню літературу. Опануйте один розділ за тиждень. Якщо ви дотримуватиметеся цього правила, то за сім тижнів не лише зміните на краще свої стосунки з дитиною, а й добре засвоїте прочитане.

## УМОВА ДРУГА.

### Один тиждень — три правила

Наприкінці кожного розділу вам буде запропоновано написати три правила, які з'являться у вашій сім'ї. Дотримуйтеся їх упродовж тижня. Це дуже важлива умова.



Основне завдання цієї книжки — поліпшити ваші взаємини з дитиною.

Це можливо за умови, що ви будете не лише читати, а й виконувати те, про що довідалися. Важливо, щоб вам були до снаги зміни, які ви плануєте впровадити у своїй сім'ї. Я не рекомендую вводити більше ніж три правила за тиждень. Виберіть три основних, на ваш погляд, правила і впроваджуйте їх. Бажано не переходити до наступного розділу, якщо ви ще не реалізували правила попереднього. У наступному розділі вже будуть інші правила.

## УМОВА ТРЕТЯ.

### Виконання завдань — гарантія змін

Стійкі незворотні зміни відбудуться тоді, коли ви, спілкуючись із дитиною, зміните своє мислення. Для цього необхідно не тільки читати і виконувати, а й аналізувати прочитане та виконане. Наприкінці кожного розділу вам буде запропоновано низку завдань, і деякі з них передбачатимуть ваші нотатки про прочитане.

- ✓ *Запишіть чотири найважливіші думки, на які ви звернули увагу під час прочитання цього розділу.*
- ✓ *Напишіть три головних правила, які з'являться у вашій сім'ї і яким ви присвятите наступний тиждень.*
- ✓ *Запишіть дві помилки у своєму підході до дитини, на які*

*ви звернули увагу після прочитання цього розділу і над якими збираєтеся працювати.*

- ✓ *Запишіть одну думку, якою вам хотілося б поділитися з кимось із ваших знайомих, що мають дитину.*

Поставтеся до цього з належною увагою. Перш ніж записати думку, її слід сформулювати. А щоб сформулювати думку, її слід обміркувати. Це необхідно для того, щоб ви виробили звичку замислюватися над нюансами і принципами взаємодії з дитиною. Впродовж тижня щодня повертайтеся до записаних вами думок, і позитивні зміни не забаряться.

Завдяки цим простим умовам ви, як і тисячі інших сімей, зможете поліпшити свої взаємини з дітьми і не матимете сумнівів у їхньому щасливому майбутньому.





Із вдячністю моєму синові, якого я люблю і поважаю.

Саме його поява у моєму житті підштовхнула мене замислитися над ідеями,  
якими я ділюся з вами у цій книжці.



---

1

**БАЗОВІ ПОТРЕБИ,  
АБО ЧОГО НАСПРАВДІ  
ПОТРЕБУЮТЬ НАШІ ДІТИ**

---

Найкращий спосіб зробити дитину хорошою — зробити її щасливою.

**Оскар Вайльд**



### **ІЗ ЦЬОГО РОЗДІЛУ ВИ ДОВІДАЄТЕСЯ:**

1. Чому діти не відповідають взаємністю на любов і турботу батьків;
2. Які базові потреби наших дітей;
3. Як дати дітям те, чого вони насправді потребують.

## ЧОГО НАСПРАВДІ ПОТРЕБУЄ ДИТИНА?

Це питання цікавить усіх батьків. Кожен із них бажає своїй дитині тільки добра. Але насправді не кожен знає, що це. Дуже часто спроби подбати про дитину виявляються невдалими. Діти зростають зухвалими. Виростають невдячними. Поводяться нешанобливо, дорікають батькам, мовляв, ті про них не піклуються. А батьки тим часом роблять для них все можливе і неможливе. Деякі жертвують особистим життям, власним комфортом і потребами заради того, щоб дитині було добре. Складається враження, ніби діти не цінують того, що роблять для них батьки. Деяких батьків така ситуація доводить до відчаю:

”

*Я для нього...  
А він невдячний...*

Існує певна причина такої поведінки вашої дитини. Можливо, вона вам не сподобається. Але ви напевне збагнете, що проблема не в дитячій невдячності, а в тому, як ви піклуєтеся про свою дитину.



### НАВЕДУ ЧУДОВИЙ ПРИКЛАД, ЯКИЙ ДОВОЛІ ТОЧНО ПЕРЕДАЄ СУТЬ ЦІЄЇ СИТУАЦІЇ.

Один чоловік дуже хотів насолити своєму сусідові. Тож якось він зачерпнув у відро нечистот із туалету і вилив йому на ганок. Сусід, побачивши це, вимив східці, а тоді набрав у відро найкращих яблук із власного саду і поставив на сусідський ганок. Син здивовано запитав батька: «Чому ти так вчинив?» І батько йому відповів: «Кожен ділиться тим, чого має надміру!»

## **ЗАПИТАЙТЕ В СЕБЕ: ЗВІДКІЛЯ В ДИТИНИ БЕРЕТЬСЯ ЛЮБОВ І ВДЯЧНІСТЬ, ЩОБ ДАРУВАТИ ЇХ БАТЬКАМ?**

Правильно — від батьків. Ваші умови життя, спосіб взаємодії з дитиною визначають, чим сповнена дитяча душа. Ви вирішуєте, що саме в неї вливається, і байдуже, яким чином це відбувається: свідомо чи ні. Якщо вам подарують кухоль, лише вам вирішувати, чим його наповнювати: відходами вашої життєдіяльності чи прохолодною, смачною джерельною водою. Те ж саме стосується й дітей. Вони здатні повернути вам лише те, що ви їм дали.



Якщо ви незадоволені тим, що дає вам дитина, — робіть висновки.

Ви можете заперечити, що все це не так, що ви зробили для дитини все... і навіть більше. Але ніхто не стверджує, що ви не любите власне чадо і не дбаєте про нього. Я лише хочу, щоб ви звернули увагу на те, чи сягає ваша любов і турбота дитячого серця.

## **ЛЮБОВ І ТУРБОТУ ДО ДІТЕЙ СЛІД ПРОЯВЛЯТИ У ПРИЙНЯТНІЙ ДЛЯ НИХ ФОРМІ**

Ви ж не пропонуєте однорічному малюкові шматок відвареної яловичини? Щоб дитина могла проковтнути і перетравити м'ясо, його слід подати у прийнятній для неї подрібненій формі. Грубу їжу дитячий організм просто не здатний засвоїти.

Такий само і принцип любові до дітей. Проявляти любов до дитини — значить робити те, чого вона потребує. Мається на увазі не потурання її примхам, а задоволення базових потреб.

Якщо дитина не любить вас, неуважна до ваших потреб та інтересів, це означає, що вона не відчуває вашої любові до себе та піклування про її інтереси.



Якщо ви не помічаєте проявів любові дитини, її піклування, це означає, що дитина не засвоює те, що ви їй даєте.

Критерій, за допомогою якого можна визначити, досягне ваша турбота дитячого серця чи ні, дуже простий: якщо ви відчуваєте піклування з боку вашої дитини, значить, вона відчуває, що ви про неї піклуєтеся і здатна відповісти вам тим самим.

Якщо дитина:

- ✓ виявляє турботу про вас,
- ✓ небайдужа до ваших почуттів і переживань,
- ✓ адекватно реагує на ваші прохання,
- ✓ охоче обнімає вас,

*це означає, що вона наповнена вашою любов'ю й турботою і готова вам її повернути.*

Якщо ж цього немає, то варто навчитися любити дитину так, щоб вона це відчувала і могла відповісти вам взаємністю. А це можливо тільки за умови, що ви розумієте потреби своєї дитини і знаєте, як їх задовольнити.

## ПІРАМІДА БАЗОВИХ ПОТРЕБ

Щоб розібратися, що потрібно нашим дітям, скористаймося ідеями піраміди потреб Абрагама Маслоу. Загалом тема потреб людини доволі обширна і не обмежується тим, про що йтиметься

у цьому розділі. Ми ж зосередимося лише на тих ідеях і принципах, які допоможуть збагнути дитячі потреби і те, як ми зможемо їх задовольнити. Як і кожен дорослий, дитина має низку базових потреб, ігнорування яких може ускладнити життя всім членам сім'ї.

## ВИЗНАЧИМОСЯ З ПОНЯТТЯМИ

Потреба — необхідна умова існування людини. Незадоволена потреба спонукає людину докладати зусиль для її задоволення. Наприклад, потреба в їжі. Якщо людина голодна, то робитиме все, щоб задовольнити цю потребу. Решта інтересів відійдуть на другий план, основним же мотивом стане втамування голоду.



Потреби відіграють важливу роль у мотивах і поведінці людини, й саме тому їх задоволення є одним з основних завдань батьків.

Далі ви довідаєтеся:

- ✓ *З яких рівнів складається піраміда потреб?*
- ✓ *Чому потреби викладені у вигляді піраміди й на що це впливає?*
- ✓ *Що означає кожен із рівнів піраміди потреб?*
- ✓ *Як поводитися батькам, щоб задовольнити базові потреби дитини?*

## РІВНІ ПІРАМІДИ БАЗОВИХ ПОТРЕБ ДИТИНИ

Щоб мати змогу задовольнити потреби наших дітей, спершу слід з'ясувати, якими вони можуть бути.