



БАТЬКИ ТА ДІТИ

ДОРОГОВКАЗИ ВИХОВАННЯ



ХІШАМ АЛЬ-ТАЛІБ • АБДУЛ-ХАМІД АБУ СУЛЕЙМАН • ОМАР ХІШАМ АЛЬ-ТАЛІБ

БАТЬКИ ТА ДІТИ

БАТЬКИ ТА ДІТИ:

ДОРОГОВКАЗИ ВИХОВАННЯ

Хішам Аль-Таліб
Абдул-Хамід Абу Сулейман
Омар Хішам Аль-Таліб



МІЖНАРОДНИЙ ІНСТИТУТ
ІСЛАМСЬКОЇ ДУМКИ

Рівне – 2022

Батьки та діти: дороговкази виховання (Ukrainian)

Хішам Аль-Таліб, Абдул-Хамід Абу Сулейман, Омар Хішам Аль-Таліб

© Міжнародний Інститут Ісламської Думки

1443 р. по Гіджрі / 2022 р. н. е.

Hardback ISBN 978-966-416-850-9

Parent-Child Relations: A Guide to Raising Children (Ukrainian)

Hisham Altalib, AbdulHamid AbuSulayman, Omar Altalib

© The International Institute of Islamic Thought (IIIT)

1434AH / 2013CE

Hardback ISBN 978-1-56564-582-0

IIIT

P.O. Box 669

Herndon, VA 20172, USA

www.iiit.org

Переклад: Андрій Сергійович Василенко

Редакція: Марко Микитович Хряк-Петльований

Обкладинка: Шираз Хан

Верстка: Гасан Гасанов

Інститут Інтеграції Знань

Грузія, Тбілісі, вул. Дадіані 7,

Торгівельний та Бізнес-центр «Карвасла», А-508

ikiacademy.org

Погляди та точки зору, розкриті в цій книзі, є лише поглядами авторів і не відображають думки видавця. Видавці, письменники, редактори або особи, які беруть участь у підготовці виданих книг, не несуть жодної юридичної відповідальності за використання, застосування та / або посилання на викладені в них думки, результати, висновки чи пропозиції. Видавець не несе відповідальності за надану інформацію, і будь-які претензії щодо збитків, спричинених використанням цієї інформації, будуть відхилені. Видавець не несе відповідальності за використання зображень, графіки або тексту в інших електронних або друкованих виданнях. Незважаючи на те, що було докладено всіх зусиль, щоб інформація, представлена в цій книзі, була якомога повнішою та точнішою, видавництво не несе відповідальності за точність наданої інформації або URL-адреси веб-сайтів, зазначених в цій публікації, та не запевняє в тому, що інформація на цих веб-сайтах є точною або залишиться точною або відповідною.

Images © iStockphoto

Image p.62 © Timstirling | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photo

Image p.176, www.morguefile.com/creative/hogg

Image p.244 <http://www.stockfreeimages.com> © Akhilesh | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photos

Image p.244 <http://www.stockfreeimages.com> © Spepple22 | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photos

Image p.312 © Mnj7th | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photos

Image p.343 © Derozc | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photo

Про авторів



Хішам Ях'я Аль-Таліб

Народився у 1940 р. в Мосулі (Ірак). У 1962 р. в Ліверпульському університеті здобув ступінь магістра за спеціальністю «Електро-техніка», в 1974 р. – докторську ступінь з тієї ж спеціальності в університеті Пердью (м. Вест-Лафайет, Індіана).

У своїй щоденній праці Аль-Таліб брав активну участь у поширенні ісламу в Північній Америці і продовжує свою діяльність донині. Він став членом кількох ісламських організацій, в 1975-1977 рр. виконував обов'язки Директора відділення Управління мусульманської студентської асоціації США і Канади (МСА), в 1976 р. був обраний Генеральним секретарем Міжнародної ісламської федерації студентських організацій (МІФСО). Організував велику кількість навчальних таборів і семінарів в Америці і за її межами.

У 1981 р. став членом-засновником Міжнародного Інституту Ісламської Думки (МІІД), фінансовим директором якого залишається дотепер. Автор книги «Mithaq al-Sharaf al Da'away» і популярного «Навчального посібника для ісламських працівників», перекладеного більш ніж 20 мовами. Має дітей та онуків.



Абдул-Хамід Ахмад Абу Сулейман

Народився в 1936 р. в Мецці, де закінчив школу. Ступені бакалавра за спеціальністю «Торговельні відносини» (1959) і магістра політології (1963) здобув в Каїрському університеті.

Ступінь доктора за спеціальністю «Міжнародні відносини» здобув в університеті Пенсильванії (1973).

Обіймав посади Держсекретаря з питань стратегічного планування в Саудівській Аравії (1963-1964), фундатора Асоціації мусульманських соціологів (AMSS) (1972), Генерального секретаря Всесвітньої асамблеї мусульманської молоді (WAMY) (1973-1979), завідувача Відділенням політології університету короля Сауда (Ер-Ріяд, Саудівська Аравія, 1983-1984), ректора Міжнародного Ісламського Університету (ІІУ) в Малайзії (1988-1998). Брав участь в організації багатьох міжнародних наукових конференцій і семінарів. На даний момент – президент Міжнародного Інституту Ісламської Думки.

Автор багатьох статей і монографій про реформування мусульманських громад, в т. ч.: «Ісламська теорія міжнародних відносин», «Нові напрямки ісламської методології і думки», «Криза мусульманської свідомості», «Сімейні незгоди», «Повернення мусульманського духу і людської гідності», «Відродження вищої освіти в ісламському світі», «Коранічний погляд на світ: плацдарм для культурних реформ». Має дітей та онуків.



Омар Хішам Аль-Таліб

Народився в 1967 р. в Кіркуку (Ірак), в 1968 р. переїхав з батьками в США. Закінчив Університет Джорджа Мейсона (зі здобуттям ступеня бакалавра економіки і бакалавра соціології, 1989), здобув ступінь магістра (1993) і доктора (2004) соціології в університеті Чикаго. Брав участь в програмі Національного Наукового фонду з підготовки аспірантів (1989-1992), працював ад'юнкт-професором соціології Коледжу Делл (Чикаго, 1998) та університету Індіана Нордвест (Гейрі, Індіана, 1999).

У 2000-2003 рр. працював доцентом соціології та кримінології Ашлендського університету (штат Огайо), в 2005-2006 рр. працював старшим фахівцем з інженерії Міжнародної корпорації з впровадження наукових досягнень в Олександрії (штат Вірджинія). У 2009-2011 рр. – доцент соціології в Міжнародному Ісламському Університеті в Малайзії.

Автор статей, присвячених темам сімейних відносин, освіти, благодійності, соціальної роботи, учасник низки наукових конференцій.

Подяки:

Великим благословенням було рішення Ради піклувальників Міжнародного Інституту Ісламської думки покласти на авторів обов'язок з написання цієї роботи.

Ми щиро дякуємо доктору Ахмаду Тотонджі, д-ру Фатхі Малкаві, д-ру Джамалу Барінджі, і д-ру Якубу Мірзі, за те, що вони підтримували порядок в організації, поки ми працювали над створенням цієї книги.

Ми висловлюємо подяку рецензентам, які внесли низку вагомих пропозицій щодо вдосконалення тексту, зокрема, хотілося б відзначити наступні імена: Батоліт Туммах, Зайнаб Алаві, Мішель Месуді, Ванда Краус, Майда Малік, Сара Мірза і Джассер Ауда.

Також висловлюємо подяку д-ру Ікбалу Унусу, Ліні Малькаві, Зіні Аль-Таліб за їхній цінний внесок.

Акбар Алі-Мірза, Ашраф Сабрін, Саїф Аль-Таліб, Ноха Аль-Таліб і Махмуд Шериф надрукували екземпляри перших варіантів цієї книги.

Д-р Танвір Мірза і Сальма Ашмаві надали низку прикладів з реального життя, винесених з курсів для батьків у Далеській мусульманській громаді (ВМГД) в Герндоні (Вірджинія, США).

Джунейні Абдуллі ми вдячні за допомогу в рецензуванні низки відео-фрагментів на тему виховання, Лейлі Сейн – за її проникливі коментарі, Хасану Аль-Талібу – за безліч збагачуючих посилань і корисних коментарів щодо змісту і викладення тексту.

Ми щасливі мати такого співробітника, як Сальва Медані, яка скрупульозно і щоденно працювала над рукописом.

Великою знахідкою була присутність в нашому Лондонському офісі Шіраза Хана, редактора вищого гатунку, скарбниці творчих пропозицій і критичних зауважень, а також дивовижного джерела натхнення.

Ми у величезному боргу перед д-ром Імад-ад-Діном Ахмадом, президентом організації «Мінарет Свободи», за його ретельне редагування і безцінні доповнення до тексту.

Ми безмежно вдячні Сільвії Хант за суворе редагування, Сальмі Мірзі за величезну коректорську роботу, Абдалатіфу Вітмену за чудовий дизайн і макет.

Окрема подяка його доньці Ханні за витончені графічні ілюстрації. Наша глибока вдячність всім співробітникам лондонського відділення Інституту Ісламської Думки за якість їхньої роботи і контроль над створенням остаточної версії.

Ісхак Фархан, Абдул Латіф Арабійат, Махмуд Рашдан, Фатхі Малькаві, Абдул Рахман аль-Накіб, покладаючись на власний досвід і знання в освіті і психології, висловили цінні пропозиції, які суттєво покращили якість книги.

Ми вдячні нашим сім'ям за підтримку і створення комфортного середовища під час роботи над рукописом. Окрема подяка д-ру Ільхам Аль-Таліб, вірній супутниці д-ра Хішама протягом 46 років, безмежне заохочення і самопожертва якої зробили можливою появу цієї книги. Її проникливі і безцінні зауваження щодо виховання дітей стали нескінченним джерелом натхнення, без якого робота навряд чи була б закінчена. Дуже багато часу було забрано від сім'ї в цілому, і особливо в онуків Юсуфа і Аміні, 7-ми і 5-ти років.

Славимо Всезнаючого і Всемогутнього, Який дав нам сили виконати доручене!

Присвячується

НАШИМ УЛЮБЛЕНИМ батькам, які сповнювали любов'ю, самопосвятою, милістю все наше життя, плекали наше дорослішання і по своїй змозі нагородили нас найкращим вихованням. Не маючи спеціальної освіти, наслідуючи приклад власних батьків, завдяки мудрості, здоровому глузду і перевіреному досвіду попередніх поколінь і цивілізацій вони навчили нас доброчесності, віри і впевненості в собі. Нехай Всевишній благословить їхні душі!

Всім батькам на нашій планеті, які роблять все можливе, щоб виростити успішних дітей, та які, незважаючи на найкращі наміри, все ж потребують певних знань і навичок мудрої взаємодії зі своїми дітьми для того, щоб створити щасливу, люблячу сім'ю і домашнє оточення, якого ми всі так жадаємо.

Всім сім'ям, які прагнуть виростити з дітей чоловіків і жінок, які мають високі моральні якості, чесноти, чесність, сміливість, творчу активність і віру, а також силу розуму і незалежність.

Нашим жінкам і дітям, які за роки, що ми провели в дослідженнях та написанні цієї книги, відчували багато труднощів, проте дарували нам своє безкрайне терпіння і постійну підтримку.

О Милосердний і Єдиний, прийми наші щирі спроби принести в світ гармонію, спокій і досконалість!

Історія цієї книги

ЦЮ КНИГУ створено для всіх батьків, ким би вони не були і де б не знаходилися.

Її задум був частиною довгострокових планів Міжнародного Інституту Ісламської Думки (МІІД), спрямованих на пробудження мусульманського світу від інтелектуальної стагнації та занепаду, що його спіткали, і відновлення динаміки мислення, яка колись характеризувала його велику цивілізацію. У книзі акцентується увага на відродженні ісламського мислення і духу шляхом виховання.

Ми не торкалися причин інтелектуального занепаду в мусульманському світі, але необхідність і методи реформи ісламської думки – основна тема, яка розвивається в публікаціях і на конференціях МІІД.

Дуже важливо, щоб батьки знали, як правильно виховувати дітей, оскільки психологічні засади, життєві цінності та індивідуальні особливості формуються, головним чином, в ранньому дитинстві в домашньому оточенні.

Тому ми будемо зосереджувати увагу, перш за все, на тому, яким саме чином прищеплені вдома культурні, освітні та соціальні навички закладають базу для необхідного інтелектуального, психологічного та емоційного становлення дитини. Незважаючи на те, що саме сімейні взаємини є зразком поведінки, яка впливає на розвиток мислення дитини, недостатньо просто інерційно відрізняти погане від хорошого.

Людська воля та емоції повинні приймати та бажати те, що розум вважає вірним і відповідно вчиняти; тут батьки ві-

діграють дуже важливу роль. У школах і навчальних закладах викладають історичні дані, наукові факти, навчають фізичним і технічним навичкам і надають інформацію, але все це має доповнюватися повсякденним життям дитини вдома, в родині: саме там формуються характер, соціальні навички і емоційна стійкість.

Метою цієї праці є внесення доробку в розвиток і виховання дитини батьками, у формування лідерських якостей та навичок. На цю тему МІІД було організовано чимало конференцій та опубліковані важливі праці, серед яких «Навчальні настанови для ісламських працівників» (перекладена більш ніж 20 мовами), «Настанова для бібліотеки мусульманської родини» («*Dalil Maktabat al-Urah al-Muslimah*») та «Криза мусульманського мислення» («*Azmat al-Īrâdah wa al-Wujdan al-Muslim*»).

Ідея написання книги про взаємовідносини батьків та дітей виникла під час зустрічі Ради піклувальників МІІД в серпні 1994 року на острові Тіоман (Малайзія). Це повинна була бути третя з серії книг, виданих Інститутом на тему розвитку людини і міжособистісного спілкування. Набагато раніше, в 1982 році, на замовлення МІІД, д-р Ісмаїл аль-Фарукі написав роботу «Єдинобожжя: його значення для мислення і життя» – навчальний посібник для мусульманина з питань віри і переконання.

Пізніше, в 1991 р, МІІД сумісно з Міжнародною Ісламською Федерацією студентських організацій (IIFSO) були видані дуже корисні «Навчальні настанови

для ісламських працівників» – друга книга із серії, спрямованої на формування у мусульман ефективних особистих, групових та лідерських якостей.

Визнаючи важливе значення сім'ї, д-р Абдул-Хамід Абу Сулейман, ректор Міжнародного Ісламського Університету Малайзії (1988-1998 рр.), заснував обов'язковий курс «Сім'я та батьківське виховання» (по закінченні якого видається диплом) з метою поширення серед студентів ідеї про доцільність та моральну цінність якісного батьківського виховання, а також забезпечення достатньої кількості педагогів для викладання аналогічних курсів.

Окрім цього, засновниками МІІД було створено низку семінарів з навчання навичкам управління, організованих в три етапи.

Етап 1 (1975-1990 рр.) складався з визначення завдань, методичної підготовки і мобілізації кадрів. На цьому етапі визначалися засоби, необхідні для виконання робіт і поліпшення їх ефективності. Цей етап завершився виданням «Навчальних настанов для ісламських працівників» (1991), другої книги зі вказаної серії.

Етап 2 (1991-2000 рр.) полягав у формуванні лекційних курсів і навчальних програм, реалізованих зусиллями компетентних викладачів, в тому числі д-ра Омара Кусула в Куала-Лумпурі, д-ра Ікбала Йунуса у Вашингтоні, д-ра Анаса аль-Шейха Алі в Лондоні і д-ра Мансура Алама в Нью-Делі.

Етап 3 був покликаний зосередити увагу на батьківському вихованні в XXI столітті.

Тоді як попередні етапи були спрямовані на активізацію молоді, ставало дедалі більш очевидним, що формування характеру має місце ще в ранньому дитинстві. МІІД прийняв рішення підкреслити важливу роль, яку можуть відігравати батьки, практикуючи в здоровому домашньому оточенні правильні навички виховання добросесних громадян і майбутніх лідерів. Саме на цьому етапі і посталو завдання створення даної книги.

Батьківське виховання не можна недооцінювати або ставитися до нього зневажливо. Воно справляє дуже сильний вплив на те, яких саме дітей ми ростимо, в якому суспільстві ми живемо, і в кінцевому підсумку – яку цивілізацію залишимо прийдешнім поколінням. По суті, саме це і є нашим головним завданням. Ми нагально закликаємо інших авторів розширювати кожен з тем, порушених у цій книзі, додатковими дослідженнями і учбовими матеріалами. МІІД вже створено декілька академічних груп для подальшого вивчення цих тем і перекладено свої праці основними мовами світу. Ця книга – лише перший крок в аргументуванні практики належного батьківського виховання.

На думку багатьох фахівців, «найбільша справа в світі, найважливіше завдання і найкращий внесок – це догляд за дітьми та їхнє виховання».

Цілі та завдання

ЦЯ КНИГА не розрахована на науковців та фахівців. Вона звертається до батьків – як до мусульман, так і до представників інших віросповідань, а також до бабусь, дідусів та інших родичів дітей, які могли б скористатися її порадами. Особливу увагу в ній приділено цілям батьківського виховання, визначенню проблем і пропонуванню шляхів їх вирішення, а також описані методи розвитку та виховання людей добродесних, високоморальних, які здатні виявляти якості керівника.

Головні завдання цієї праці:

- підкреслити значення правильного виховання, теоретичну і практичну важливість батьківської відповідальності;
- показати батькам, як набувати необхідні знання та навички для здійснення належних методів батьківського виховання з метою виховання добродесних громадян з твердим характером і здоровими моральними принципами;
- нарешті, допомогти батькам у створенні щасливого і гармонійного домашнього оточення, де всі члени сім'ї підтримують один одного.

У першій частині ми пропонуємо логічне обґрунтування правильного батьківського виховання, даємо його визначення і окреслюємо шляхи практичної реалізації для відродження мусульманського світу і суспільства в цілому. Ми коротко характеризуємо стан виховання сьогодні, в тому числі розглядаючи джерела інформації, доступні для мусуль-

манського світу і промислово розвинених країн світу.

Ми спробували перевірити, як виростити дітей зі здоровими моральними принципами, які мають необхідні для активних змін в суспільстві якості. Методи і засоби, необхідні для цього, зазначені у другій частині книги. В центрі уваги третьої частини опинилося формування характеру дитини і розглянуто вплив на дітей і сімейне життя телебачення, комп'ютера і відеоігор, пропонуються альтернативи надмірного захоплення ними.

Наприкінці кожного розділу ми розмістили вправи для виконання як батьками, так і дітьми. Їхня основна мета полягає в створенні безперервного діалогу між членами сім'ї, щоб вони могли добре пізнати один одного, з користю проводити час разом, брати участь в ухваленні рішень та обмінюватися вміннями. Це допоможе встановити в сім'ї динамічні зв'язки та доброзичливу атмосферу. Дуже мало видів діяльності вимагають залучення ресурсів ззовні, наприклад, користування бібліотекою, консультації з іншими батьками або звернення за професійною порадою. Ми наполегливо рекомендуємо сім'ям займатися цими видами діяльності вдома або за спільним столом поза домівкою. Хочеться сподіватися, що ці колективні вправи заповнять прогалину в щоденному батьківському вихованні, полегшуючи обговорення сімейних питань, які часто ігноруються.

Насамкінець, у слід за цією книгою будуть видані праці, присвячені двом темам:

1: (а) роль батьків в освіті, вірі і навчанні практичним навичкам; (б) щасливі сім'ї: необхідний ґрунт для формування потенційних лідерів.

Ідея пункту 1 (а) полягає в тому, щоб допомогти батькам зрозуміти та прийняти власну роль у формуванні уявлення про віру і лідерські навички своїх дітей. В центрі уваги п. 1 (б) буде створення приємного і комфортного сімейного середовища як підґрунтя для виховання побожних людей, майбутніх лідерів з почуттям громадянської відповідальності.

Спілкування, похвала, критика, вияв гніву, проведений з родиною час – це практичні кроки, необхідні для створення і забезпечення правильного оточення.

Окрім цього, буде наочно проілюстрована думка про те, що «діти – це гарні спостерігачі, проте погані аналітики». Батькам будуть запропоновані тести, щоб виявити, як поведуться діти в реальному житті, в тому числі один з одним, бабусями і дідусями та з іншими родичами, гостями, сусідами, з неможливими, суспільством, тваринами, рослинами, навколишнім середовищем і зі світом в цілому.

2. Для виховання необхідні приклади для наслідування.

Батьки повинні мати уявлення про значення своєї власної поведінки для розвитку дитини. Оскільки діти вміють добре копіювати поведінку, дорослі зобов'язані стати найкращими зразками для наслідування.

Найкращим прикладом для наслідування є пророк Мухаммад, який сам колись був батьком і дідом, другом дітей і чудовим лідером.

Справді, вивчаючи діяння Пророка та використовуючи його поведінку як модель для наслідування, ми встановимо стандарт, відповідно до якого можна застосовувати поради, що даються в цій книзі.

Нарешті, якщо батьки зроблять все від них залежне і успішно застосують наші пропозиції, ми сподіваємося, що покладемо початок циклу виховання здорових і щасливих дітей, які зможуть відгравати активну роль в суспільстві та які самі стануть зразковими батьками.

Якщо матерів і батьків коли-небудь запитують: «Чим з досягнутого в житті ви можете пишатися?», – вони будуть здатні впевнено відповісти: «Ми були чудовими батьками». Цілком можливо, те ж саме зможуть сказати також щасливі бабусі й дідуся!

Від авторів

ЛЮДИ СТВОРЕНІ згідно найкращого задуму і влаштовані гранично складно. Процес виховання дитини вимагає як теоретичних, так і практичних знань про розвиток дорослих і дітей. Оскільки молоді батьки найчастіше мають дуже мало досвіду у вихованні, їм необхідно вчитися взаємодіяти з дітьми ще до того, як у них з'являться власні діти.

На жаль, ми багато працюємо, щоб домогтися достатку, мати гарні будинки, машини і меблі, проте відмовляємося докласти такі ж зусилля для виховання дітей, вважаючи, що все і так як-небудь виїде саме собою. Але у вихованні дітей не повинно бути жодних випадковостей, бо ставки в цій «грі» дуже високі.

Батьки, як правило, отримують знання шляхом проб і помилок і часто реалізують на наступних дітях досвід, набутий з первістками. На жаль, до того часу, коли цей безцінний досвід засвоюється, первістки встигають вирости і змужніти, тому вкласти в них щось, виправити зроблені помилки вже неможливо.

Хорошому вихованню не слід дозволяти йти на самопас. Це наполеглива праця, що вимагає постійної уваги. Про виховання дітей необхідно говорити як про серйозний обов'язок, який ми покладемо на себе самих, своїх чоловіків/дружин і на всю сім'ю, як таку.

Важливий елемент виховання, на який ми звертаємо увагу в книзі, – це комунікація. Ефективне спілкування з дітьми допоможе їм розвинути в щасливих і

відповідальних дорослих. Вирішальним є знання того, як і коли розмовляти з дітьми, і, що важливіше, як слухати їх з терпінням і розумінням. Не дивлячись на те, що батьки, безперечно, люблять своїх дітей, вони повинні вдосконалювати свої здібності спілкування з ними і чути їх. В спілкуванні беруть участь двоє співрозмовників, і його в жодному випадку не можна зупиняти. Завдання батьків – розвинути дитячий потенціал максимально успішно і без застосування сили.

Ознайомлення з прикладами з життя, досвідом інших батьків і матерів допоможе батькам набутися нових вмій та навичок для вирішення складних ситуацій.

Батькам також слід зробити переоцінку багатьох практик минулих років, тому що старе не завжди добре. Змінюються часи, виникають нові ситуації, які вимагають нових підходів та інших реакцій. Звичайно, всі батьки сподіваються, що їхні діти будуть найкращими. Ми звернемо увагу на деякі поширені батьківські помилки та на багато проблем, з якими доводиться зіштовхуватися.

Грунтовну увагу приділено темі розвитку в дітях лідерських якостей. Підкреслимо, що під «лідерськими якостями» ми маємо на увазі не амбітне прагнення влади, а моральний стрижень, силу духу, почуття власної гідності, етичні принципи та інші якості, необхідні для того, щоб стати активним учасником суспільства, який відчуває відповідальність перед іншими.

Для багатьох підлітків дім став чимось на зразок готелю чи ресторану, куди можна прийти пересидіти, переночувати ... І для батьків, і для дітей дуже важливо створити щасливий і мирний домашній світ. Дім – це не просто життєвий простір, це справжня сцена, на якій члени родини стають акторами, а їхні взаємини – сценарієм. Кожен повинен вчитися «грати» своєю «роль». Сумно бачити, що багато батьків та дітей в наші дні просто не можуть знайти спільну мову та створюють дисбаланс. Багато хто боїться відкривати душу або не довіряють один одному, а деякі хочуть, проте просто не знають, як поліпшити стосунки. Деколи це має наслідком припинення будь-яких спроб примиритися, розчарування й люті, емоційну ізоляцію та цілковитий розрив будь-яких родинних зв'язків.

Не дивлячись на те, що виховання – це величезна відповідальність, не можна впадати у відчай та кидати почате. Ніколи не пізно подолати труднощі і поліпшити взаємовідносини, якщо припинити картати себе за грубі хибні кроки в минулому. Не має сенсу повторювати: «Якби тільки я не зробив те, а зробив інше ...» Шкодувати і зациклюватися на сценарії «ой, якби» – це руйнівна лінія, яка призведе лише до ще більшого розпачу. Навіть якщо ми робили вчинки, які скривдили наші сім'ї, потрібно заспокоювати себе тим, що ми напевно робили це з кращих міркувань. Потрібно менше озиратися назад і більше дивитися в майбут-

не. Замість того, щоб наповнювати мозок жалем про незроблене чи зроблене неправильно, слід зосередитися на тому, що ми можемо зробити прямо зараз. Ми повинні заявити дітям про своє прагнення стати кращими батьками, винести досвід з минулого та розглядати майбутнє як шанс для змін. Можливо, стане легше, якщо уявити минуле викарбуваним з мармуру або відлитим з бетону, а майбутнє – м'якою глиною, готовою до ліплення.

Багато батьків (і ми, автори, – не виняток) жалкують, що не опанували науку виховання раніше, перш ніж у них з'явилися діти. Якби вони це зробили, то могли б істотно змінити використану модель виховання. Більшість батьків жалкують, що не приділяли вихованню дітей достатньо часу. Коли дивишся на власне життя, то з боєм бачиш, скільки прекрасних і безцінних взаємозбагачувальних моментів ми могли б розділити з дітьми. Ми сподіваємося, що наші діти зможуть пробачити нас за хибні кроки, а нові батьки зможуть їх уникнути. Ми також молимося, щоб Всесильний Бог вберіг кожного з батьків від лихих уроків, винесених з власного болючого досвіду!

Ми спробували зробити путівник, покликакий запобігти скоєнню багатьох помилок, а не виправити їхні наслідки. Ми зовсім не стверджуємо, що можемо вилікувати такі виразки, як наркоманія, алкоголізм, депресія, злочинність або захворювання, що передаються статевим шляхом. Проте ми можемо запропонувати

превентивні заходи і створити настанови для батьків, які допоможуть мінімізувати шанс потрапити в одну з таких пасток, оскільки: «Хто попереджений – той озброєний».

Справжнє виховання вимагає навичок і підготовки, щоб батьки могли пишатися успіхами своїх дітей. На щастя, в наші дні існує безліч методик і досить інформації про виховання, набагато більше, ніж раніше. Хоча не існує однозначного шляху, ніколи не пізно стати гарним батьком, тому що це покликання на все життя: і коли дітям 4, і коли їм 40 ...

Виростити щасливу і гармонійно розвинену людину – надія кожного з батьків. Ця книга підвищить ваші шанси зробити це і налагодити повноцінні відносини з вашими дітьми. Мудрець сказав: «Не твої мрії ведуть тебе, а ти спрямовуєш свої мрії». Хоча найліпша мить для виховання теперішніх підлітків була 10 років тому, навіть зараз ще не пізно використати свій шанс. Нехай благословить Всевишній ваші щирі прагнення і старання!

У своїй роботі ми використовували безліч статистичних даних з різних джерел. Але ці дані змінюються, і не варто орієнтуватися на них як на щось несхитне, – це лише індикатор стану на якийсь момент часу.

Однаково влучно врахувати особливості різних етнічних культур в цій книзі було фізично неможливо, проте ми сподіваємося, що її переклади різними мовами будуть адаптовані вчителями та релігійними лідерами для потреб конкретних читачів.

Ця книга – квінтесенція досвіду авторів, набутого в світі Ісламу і на Заході. Ми намагалися синтезувати мудрість Божественного Одкровення, пророчих висловів і досягнень як ісламської спадщини, так і західної культури. Це спроба продемонструвати, як ці великі спадщини доповнюють одна одну, коли їх належним чином тлумачиш. Себто, це наш власний скромний доробок у сфері взаємин батьків і дітей.

КОЛЕКТИВ АВТОРІВ,
січень 2013, Вашингтон, США





ЗІ СЛІЗЬМИ в очах мати сказала: «Брате Аль-Талібе, допоможи, будь ласка. Це моя донька. Я ростила її і давала їй все, про що вона просила. Зараз їй 19, і минулої ночі вона втекла зі своїм хлопцем. Я не знаю де вона».

Я запитав: «Сестро, що ти розумієш під словами «Я давала їй все»?»

Вона відповіла: «Їжу, одяг, іграшки, гроші – все, в чому вона відчувала потребу!».

Я запитав: «Чи вчила ти її релігії, Корану, життю пророків, історії Ісламу?».

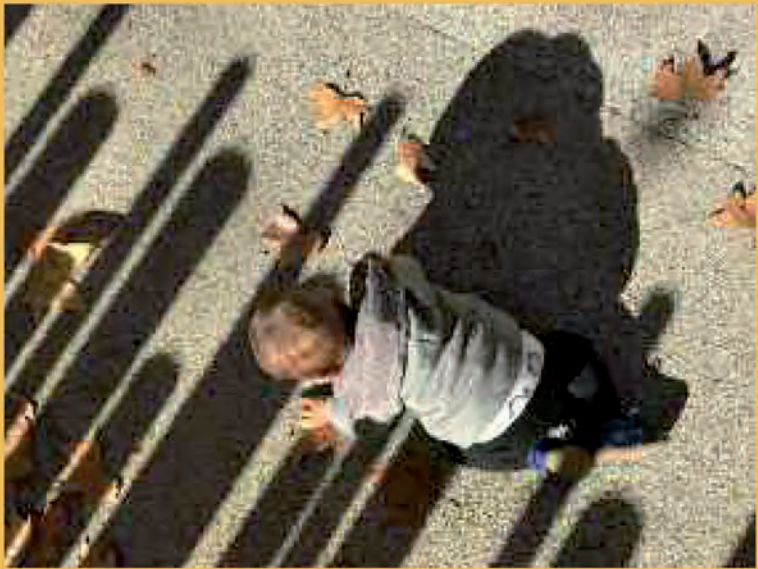
Вона відповіла: «Ні, але я давала їй все!».

Я сказав собі: «Гай-гай! Ми ростимо дітей, не нагадуючи їм про Бога, звільняємо їх від серйозних роздумів про мораль та все ж очікуємо, що вони стануть чеснотливими, як Абу Бакр, Омар та Алі! Апельсини та яблука не ростуть на дубах! Ми запізналися на 19 років! Не хлібом єдиним живе людина».

Знадобився рік терпіння, любові і мудрості, щоб повернути дівчину і хлопця, який став її чоловіком, під благословення Всевишнього і до благочестивого життя з чотирма дітьми, які з'явилися на світ впродовж наступних чотирьох років їхнього шлюбу.

Якщо ви дійсно хочете відповідати за своїх дітей, то повинні мати ОСОБИСТІ стосунки з ними. Діти повинні знати, що ви будете поряд з ними, коли б ви їм не знадобилися. Вкладати час, гроші і зусилля в своїх дітей – найкраща «інвестиція» зі всіх можливих! Ваша дитина звертається до вас, голосно каже: «Мамо, тату, будь ласка, «не йдіть попереду мене – я можу не встигнути. Не йдіть позаду мене – я можу завести не туди. Просто йдіть поруч зі мною і будьте моїми друзями» (Альбер Камю).

Ви чуєте цей заклик?



ЧАСТИНА 1

Зв'язок між батьками і дітьми

- Розділ 1. Хороші батьки: з чого почати? **21**
- Розділ 2. Сімейний союз: його важливість та функції **43**
- Розділ 3. Хороше виховання: постановка правильних цілей **93**
- Розділ 4. Найважливіша мета: виховання дітей в любові до Бога **105**
- Розділ 5. Розповсюджені проблеми та помилки **125**
- Розділ 6. Поширені омани, підводне каміння та міфи, яких варто уникати **135**
- Розділ 7. Коли все йде не так як треба **143**



РОЗДІЛ 1

Хороші батьки: з чого почати?

- Вступ **22**
- Етапи розвитку дитини **23**
- Як ми виховуємо дітей: моделі виховання **24**
- Що може провіщувати стиль виховання? **28**
- Початок виховання: огляд завдань **28**
- Звернення до порад експертів **33**
- Чи потрібно «навчати вихованню»? **35**
- Завдання **39**

Вступ



ЩАСЛИВА гармонійна сім'я зі спокійною атмосферою, врівноваженими і шанобливими дітьми, – це не випадковість. Це плід тяжкої праці і намагань з розбудови хороших взаємин між поколіннями. Виховання – це довгостроковий інвестиційний проєкт і ключ до успішного емоційного, психологічного і фізичного розвитку дітей.

По суті, гарне виховання дарує теплу, повну любові атмосферу в домі, в якій діти можуть розквітати. Така атмосфера необхідна для створення відносин, які поліпшать спілкування і об'єднують батьків і дітей. Успішне спілкування передбачає позитивні, а не грубі і оціночні налаштування, які надихають дітей рухатися до досконалості.

Мусульманське виховання переживає зараз не найкращі часи. Більшість батьків

не відвідують навчальні курси і страждають від нестачі знань, досвіду і навичок. Вони покладаються виключно на інстинкт і здоровий глузд, застарілі практики, успадковані від пращурів, у яких було обмаль сучасної інформації або які вкладали в поняття «виховання» зовсім інші смисли. Деякі батьки намагаються реалізувати за допомогою дітей свої власні амбіції. Є й освічені, які сліпо відтворюють західну культурну схему, але через нестачу розуміння або часу вони перекладають виховний процес на доглядальниць, школу, родичів, телевізор і комп'ютерні ігри.

Наше завдання – допомогти виправити вчинені помилки та зменшити ризик виникнення нових.

На жаль, поява дітей зараз сприймається як щось буденне та самоочевидне, і мало хто замислюється над питанням про те, які величезні наслідки це тягне за собою. Хто з батьків серйозно розмірковував про велич покладеного на нас завдання? Адже виховання вимагає навичок, стратегії і планування.

ПОДУМАЙТЕ НАД НАСТУПНИМИ ЗАПИТАННЯМИ:

Яка спеціальність вимагає знання менеджменту, психології, соціології, антропології, сестринської справи, кулінарного мистецтва та комунікації?

Яка робота не вимагає спеціальної освіти, сертифікату або ліцензії?

Яка робота найбільш незрозуміла та знехтувана?

Яка робота витримує стільки образ?

Яка робота впливає на життя людей навіть через десятиліття після її виконання?

Відповідь на всі ці питання одна: **виховання дітей.**

Але ж нікому не прийде в голову взяти на роботу механіків, сантехніків, електриків або лікарів, котрі не мають необхідної кваліфікації; але більшість батьків стають такими без будь-якої підготовки. Ми років 16 вчимося, щоб здобути професію, але при цьому легко стаємо батьками, часом навіть в підлітковому віці, не маючи уявлення про грандіозність завдання. Ми чудово усвідомлюємо, що потрібні спеціальні документи, які підтверджують право керувати транспортним засобом, полювати на оленів або пілотувати літак, проте не відчуваємо необхідності тренуватися, перш ніж стати батьками.

Так що ж робить більшість з нас, коли ростить дітей? Незважаючи на чималу кількість доступних теорій виховання і хороші поради, ними найчастіше нехтують, і батьки безтурботно покладаються на те, що все вирішиться саме собою. Вони, звичайно, можуть докладати певних зусиль, навіть відвідувати збори Асоціації батьків і вчителів (ЗАБВ) в школі, перейматися оцінками, відвідувати сімейні пікніки, робити інші сумнівні спроби, що створюють подобу виконання своїх обов'язків. Проте більше нічого робити не намагаються.

Хоча універсальних моделей, реалізація яких приносила б миттєві плоди, не існує, проте є алгоритми, виконання яких допомагає досягти мети. Уже в процесі руху ми зрозуміємо, що дорога виховання завжди в процесі будівництва, і ми не зможемо прискорити процес, хоча можемо його вдосконалити.

Не шукайте універсальних рішень в справі виховання, їх не існує.



«Коли я збирався завести сім'ю, в мене було б теорій про виховання дітей. Зараз у мене б дітей, та жодної теорії».

ДЖОН ВІЛЬМОНТ, ГРАФ РОЧЕСТЕР
(Браун, 1994)

Етапи розвитку дитини

Давайте почнемо з розуміння того, що діти проходять різні етапи свого розвитку. Батькам варто ознайомитися з ними, тому що на кожному етапі вимоги до батьків змінюються. Етапи розвитку дитини можна розділити на наступні ступені: немовлята (0-12 міс.), ходунки (1-3), дошкільнята (3-5), початкова школа (5-12), тінейджери (12-18), молоді люди (18-21). На кожному етапі діти вимагають від батьків різних фізичних, емоційних, соціальних і психологічних ресурсів.

Дитина проходить шлях від повної залежності до повної незалежності. І батькам, і дітям необхідно подолати цей шлях успішно. Конфліктологи відзначають, що батьки і діти змагаються за владу і ресурси: кожен бажає контролювати іншого, і найчастіше вони по-різному розуміють, куди кожен з ресурсів (гроші, простір і час) слід вкладати. Коли діти починають перетворюватися на повнолітніх, батькам слід перемкнути свою енергію з них на своє власне життя. Потім рівновага відновлюється – батьки старіють і часто починають залежати від своїх дітей. Незалежність перетворюється на взаємозалежність, де завжди є місце взаємним радам, консультаціям, турботі один про одного.

Як ми виховуємо дітей: моделі виховання

Хоча існує, як правило, 4 загально визнаних стилі виховання дітей, які застосовуються батьками, в реальності, звичайно, практика виховання дітей не завжди підпадає лише під одну категорію, багато хто використовує два і більше стилів, але все ж існує один загальний переважний метод виховання.



1. Авторитарний / диктаторський: батьки вимагають слухняності і суворо карають за непокору.

Дитина не бере зовсім або бере дуже мало участі, і від неї очікують дотримання батьківських правил і вимог без запитань.

Відкрите спілкування і переговори в такому емоційно стерильному кліматі, як правило, не існують. Надмірна увага приділяється послуху і повазі до влади. Іншими словами, батьки жорстко вимагають, проте їм бракує чуйності.

2. Авторитетний: батьки дотримуються теплого й уважного спілкування з дитиною, при цьому зберігаючи тверді очікування і межі, в той же час з дитини не знімається відповідальність за його/її дії, але без страху жорсткого покарання. Батьки вимогливі, але й чуйні під час спілкування з дитиною. Вони стежать за виконанням правил, але при цьому стимулюють також розвиток самостійності. Батьки готові вислуховувати запитання. Баумрінд вважає, що такі батьки «відстежують і навіюють чіткі стандарти поведінки своїм дітям, вони наполегливі, але ненав'язливі, і не обмежують надмірно. Їхні дисциплінарні методи підтримують, а не карають. Вони хочуть, щоб їхні діти були наполегливими, а також соціально відповідальними, вмili впоратися з собою і працювали в команді» (Baumrind 1991 року, цит. в Cherry 2015).

3. Ліберальний: батьки дозволяють дитині робити все, що подобається йому / їй, не встановлюючи жодних меж. Вони вірять, що діти можуть приймати рішення без батьківських настанов. В цьому випадку мало конфліктів, тому що ліберальні батьки орієнтуються на бажання дітей і не сперечаються. Батьки використовують задоволення, щоб домогтися дисципліни та успішності в школі. Внаслідок їхньої надмірної чуйності і залежності, в поєднанні з низькими очікуваннями, батьки не тільки не мають контролю над дітьми, але і ними самими легко маніпулювати. Ніхто ні за що не відповідає по-справжньому. Ліберальне виховання – це надзвичайно розслаблений підхід, в якому батьки, зазвичай, теплі, ласкаві.

4. Непричетний або «недбалі» батьки: стиль виховання, в якому батьки повністю відірвані від життя дитини, забезпечуючи їй мінімальні потреби – в їжі та притулку, і залишають дитину розбиратися один на один з собою. Вони не вимогливі, не чуйні, емоційно незадіяні в житті дитини, з невеликим висловлюванням любові і прихильності. Причиною може бути надмірне занурення батьків в роботу, занадто багато егоцентризму і ігнорування дитини, або навіть наркотична та алкогольна залежність, що заважає їм підходити відповідально до виховання дитини. Такі діти ростуть емоційно травмованими і можуть бути втягнені в злочинне життя (Walton, 2012).

Декілька слів про авторитарне виховання: культура насилля та страху

Серед батьків-мусульман (та не тільки) зміцнилася думка, що саме авторитарний стиль ефективний у випадку непослуху дітей. Однак ця модель спрямована на запобігання негативу, а не на заохочення правильної поведінки і розкриття позитивних прагнень. Постійний жорсткий батьківський контроль і страх перед покаранням порушують гармонію сімейних відносин і призводять до того, що діти не можуть пристосуватися до навколишнього оточення. Це має певні наслідки для суспільства в цілому, і тому ми приділимо цій моделі відносин особливу увагу.

Поширена манера поведінки мусульманських батьків базується на жорстких правилах, тиску і домінуванні, нестачі

діалогу, участі та спілкування. Насіння авторитарної поведінки закладаються в дитинстві, а потім виносяться за межі будинку, наповнюють школи, соціальні інститути, а в підсумку – державу і політичні системи.

Усередині сім'ї батько, як сильніший, явно домінує над дітьми, старші брати – над молодшими, хлопчики – над дівчатками. Чоловіки відчувають себе «головними», і вся атмосфера далека від понять співпраці і відповідальності. Але ж Пророк наполягав на концепції пасторату (поход від лат. «[духовний] пастир») і говорив:

«Ви всі пастирі і відповідальні за свою паству» (Аль-Бухарі).

Звична практика полягає в тому, що батьки роздають дітям вказівки та інструкції – свого роду переліки того, що можна і не можна робити, без будь-яких пояснень. Якщо дитина просить пояснень, то, як правило, чує у відповідь: «Чини, як тобі сказали!», «Так треба!», «Досить сперечатися!». Часто допитливих дітей лають за те, що, цікавлячись причиною тієї чи іншої заборони, вони нібито виявляють неповагу, неввічливість і норовливість. Щоб діти припинили ставити питання, батьки придумують будь-які відповіді, не бажаючи визнавати, що просто не знають відповіді або не можуть її пояснити.

Це зовсім не означає, що такі батьки не піклуються про своїх дітей; навпаки, вони їх люблять і на власний кшталт піклуються про свої сім'ї. Проте спроба бути суворим і контролювати абсолютно все має результатом сімейну деспотію. А владна поведінка – не те ж саме, що виховання, хоча їх часто ототожнюють. Деспотична поведінка не дасть результатів з емоційно і психологічно здоровими дітьми. Щоб виростити сильну дитину, батькам необхідно залучати її до обговорень. Коран говорить:

... радяться між собою у справах (42:38).

За милістю від Аллага ти був м'який із ними. Якби ти був грубим чи жорстоким, то вони неодмінно залишили б тебе. Вибач їм та благай про прощення для них; радься з ними у справах. А коли щось вирішиши, то покладай сподівання на Аллага! Воістину, Аллаг любить тих, які сподіваються на Нього! (3:159).

Хоча шлях примусу може приносити користь та дитина буде виявляти удавану повагу по відношенню до батьків, це буде несправжня повага, яка ґрунтується на страхові, а не на впевненості та любові. До розмови про страх, свідомий та інстинктивний, ми повернемося в 15-му розділі. Цей авторитарний метод дістався і в освітню систему, де діти слухаються вчителів з остраху перед доганою та/або покаранням, а не через бажання навчатися. В результаті діти належним чином не навчаються. Авторитарний шлях посилюється самою освітньою програмою деяких країн, де навчання засноване на запам'ятовуванні і задовбуванні, а не на розумінні і сумісній роботі. Батькам та школам, які реалізують таку лінію, немає чим пишатися. Все, чого вони домоглися, – так це зробили внесок в «конвеєрне виробництво» індивідуумів, чия соціальна поведінка відповідає нормам деспотичних інститутів. Цю рабську поведінку можна спостерігати в адміністрації урядів, політичних партіях, громадських рухах, поліцейських департаментах, національній армії, в корпораціях та на виробництві. Тим рідкісним виняткам, яким вдалося уникнути уніфікації подібної освітньої системи і не скоритися громадській тиранії, місця немає: вони або вдають і поводяться як всі, або перетворюються на невдах, відступників в цій дефектній системі, страждають та впадають у відчай.

У мусульманській свідомості, а також в психологічному та емоційному вихованні дітей вимальовується криза. Відсутність послідовного підходу, фрагментація знань несуть відповідальність за викривлення мусульманської культури і думки. Брак уваги до виховання дітей призводить до їх емоційних і психологічних проблем. Сучасний метод виховання багатьох мусульманських батьків нехтує духом Корану і поняттям 'іман (створення та розвиток цивілізації), іткан (вдосконалення), тафаккур (вивчення); скоріше, він буквальний, рабський та мавпувальний.

Замість того, щоб бути навченими, об'єктивними та методичними, мусульмани лише забобонні: вони сповнені уявленнями про джинів та чаклування, забуваючи про результати наукового знання.

Загальноприйнятою є думка, що всю відповідальність за інтелектуальну стагнацію і кризу свідомості, яка практично паралізувала умму, слід покладати на мислителів і працівників освіти. Однак, не знімаючи з інтелігенції її частки відповідальності, за вирішенням багатьох проблем слід звертатися до батьків. Переконавшись одного разу, вони, безумовно, будуть намагатися виростити здорових, вільних, врівноважених дітей, здатних взяти на себе роль лідерів і принести в суспільство позитивні зміни, щоб остаточно вилікувати параліч умми.

Безрадісний стан сьогоdnішнього виховання можна охарактеризувати так:

- захмарна неосвіченість батьків, яка стоїть на заваді пошуку знань та навчання;
- культура страху, яка виплоджує рабське мислення на протигагу творчій активності та ініціативності;
- сліпа покора іншим без спроб критичного аналізу;
- авторитарність та придушення, що переносяться з дому в публічний простір.

Та чи інша прийнята модель виховання може створити або зруйнувати сім'ю, суспільство та культуру. Будівля цивілізації ніколи не створюється за один день, і будівництво її не закінчується. Цивілізація невпинно зростає, покращується та розвивається. Вона – наслідок безперервного вивчення світу, відкриттів і вдосконалення (іхсан). Ми закликаємо батьків задуматися про мірило цієї картини і про вплив виховних практик на суспільство в цілому.

Якщо діти виховуються в середовищі страху та пригнічення, вони починають боятися ризикувати і приймати рішення. Все це закінчується відсутністю почуття відповідальності. Залякані діти потурають своїм коникам і намагаються не брати участі в суспільному житті; вони постійно стримуються, замість того щоб втрутитися в діяльність політичних лідерів, що, на завершення, має наслідком встановлення авторитарних режимів і диктатури. Виховані у такий спосіб діти будуть потурати корупції і ухилятися від своїх зобов'язань перед суспільством. Втрачено командний дух, необхідний для побудови здорового суспільства. Заклякла і занурена в минуле культура забобонів і упереджень закладає в юні уми уявлення про зайвість науки і технологій.

Золотий вік ісламської цивілізації став можливим лише завдяки усвідомленню важливості необхідної підготовки прийдешніх поколінь. Природно, що відповідь на запитання: «Як така велика цивілізація скотилася в таку безодню?», – лежить на поверхні: все залежить від виховання дітей, починаючи з народження. Увага до цього чинника стала основною ланкою в численних в мусульманській історії реформаторських спробах.

Чи є зв'язок між тим, як ми контактуємо зі своїми батьками, і вихованням власних дітей? Батьки, які погано поводяться зі своїми дітьми, визнають, що і з ними вчиняли так само. Чи може позитивний дитячий досвід стати запорукою чуйного, стимулюючого виховання людиною її власних дітей?



Що може провіщувати стиль виховання?

Насправді те, як виховувалися батьки, має колосальний вплив на метод, обраний ними для виховання власних дітей. Люди, які відчули на собі тепло, розуміння, чуйність батьків, передають все це і своїм дітям. Підтримуюче виховання асоціюється з поліпшеним пізнавальним розвитком після 3 років (Baumrind, 2008).

Батьки схильні поводитися з дітьми по-різному. Хоча більшість батьків і матерів мало відрізняються в прояві почуття відповідальності, прихильності, заохочення, у своїй чуйності, тато більш залучений до фізичних ігор, аніж мати. Одночасно обидва батьки більше грають в рухливі ігри з хлопчиками, ніж з дівчатками.

Рівень освіти батьків і матерів теж відбивається на успіхах їхніх дітей у навчанні. Цікаво, що чим більш освічений батько, тим більш чуйна мати (Ricks, 1985).

Але є й інший варіант – не наслідування своїх батьків, а протиставлення того, як виховували нас.

Половина дідусів вважають, що їхніх онуків виховують інакше, ніж вони самі виховували своїх дітей. Половина з них упевнені, що їхні нащадки м'якші і більш терплячі до їхніх онуків, ніж були вони самі по відношенню до своїх дітей. Трохи менше половини вважають, що їхні онуки мають менше обов'язків по дому, ніж вони покладали свого часу на їхніх батьків, але мають набагато більше можливостей, аніж вони в минулому могли дати (Zogby International, 2006).

Незалежно від власного досвіду, сімейних традицій, доходу, освіти здорові батьки усвідомлюють, що поява дітей дає їм можливість переосмислити своє дитинство, повторити або ж удосконалити модель виховання власних батьків.



В кінцевому рахунку незалежно від того, скільки роблять батьки, їхні діти є незалежними індивідами, особисто відповідальними за свої вчинки. Все, що батьки можуть запропонувати, – підтримка і допомога. Одного чудового дня вони зможуть гордо промовити: «Ми були гарними батьками».

Початок виховання: огляд завдань

Гарне виховання починається ще до зачаття. До весілля чоловік визначає необхідні якості відповідного супутника життя. У період вагітності жінка повинна стежити

за власним здоров'ям і харчуванням, бергти себе, а майбутній батько повинен якнайкраще піклуватися про неї, брати на себе більшу частину її обов'язків, до-

зволюти їй якомога більше відпочивати. Це влучний момент для продумування майбутніх завдань і набуття необхідних вмій з догляду за дитиною і знань для її правильного виховання. Усвідомлення складнощів і проблем може бути корисним для оцінки труднощів, з котрими напевно доведеться зіштовхнутися. Якщо майбутні батьки вирішать, що виховання – справа проста, то можуть не замислюватися про підготовку до нього; якщо вони будуть думати, що це занадто складно, то можуть впасти у зневіру і взагалі не захотіти мати дітей.

Незважаючи на те, що виховання дітей – один з найбільш цінних, приємних і стимулюючих досвідів в житті, він водночас і найбільш відповідальний і витратний. Наше життя – низка випробувань, і виростити дитину – одне з найбільш на-

пружених. Романтичні мари слід замінити реальними фактами. Гарне виховання – це складно, і воно неможливе без помилок. Діти будуть випробовувати терпіння і витривалість батьків і займати їхні думки і серця, навіть на відстані. З появою дітей життя кардинально змінюється.

Всі діти мають власні таланти і потенціал, так само як і всі батьки.

Виховання і турбота про дітей не повинні бути непомірним тягарем для однієї людини. Багато батьків мають підтримку в особі вчителів, доглядальниць, родичів, релігійних діячів і друзів.

Коли питання про появу дітей вирішене, варто приступити до обмірковування стратегії їх розвитку. Це допоможе зберегти в розумі широку картину того, що відбувається і не засмічувати свідомість безліччю зайвих «можна» і «не можна».

Сприймайте виховання з легким серцем.
Скажіть собі, що всі ми можемо робити
дурниці і помилки.

Почніть з усвідомлення восьми директив, які допоможуть підтримувати вашу домівку і ваше родинне життя в гармонії:

1. ЗРОЗУМІЙТЕ, ЩО РОЗВИТОК ДИТИНИ – СКЛАДНИЙ І ТРИВАЛИЙ ПРОЦЕС.

Виховати з дітей гарних, активних громадян і потенційних лідерів – завдання, яке вимагає щоденної роботи протягом багатьох років. Любов може минути, дружба – зруйнуватися, але зв'язок «діти-батьки» є набагато сильнішим і міцнішим; він здатен витримати найжахливішу негоду.

2. ФОРМУЙТЕ ПРАВИЛЬНІ ЦІЛІ І УПЕРТО РУХАЙТЕСЯ ДО ВДОСКОНАЛЕННЯ.

Поставлені цілі допомагають уникнути помилок і визначати дії. Вони пояснюють, куди ми хочемо потрапити і як туди дістатися (нижче ми запропонуємо графік батьківських завдань). Без такої «дорожньої карти» батьки через незнання можуть помилятися, тому що їм не буде з чим звірятися. Це не означає, що помилок не буде зовсім, – вони будуть! Суть в тому, щоб розпізнавати помилки і вчитися на них, набуваючи досвіду. Те саме

можна сказати і дітям: чи даємо ми їм ясні інструкції? Чи пояснюємо ми їм, як жити в гармонії з нами? Чи навчили ми їх певним навичкам, щоб виправдати наші очікування?

3. ЗАСТОСОВУЙТЕ НА ПРАКТИЦІ ПРИНЦИПИ, З ЯКИМИ ОЗНАЙОМИЛИСЯ, І ДІЛІТЬСЯ ДОСВІДОМ З ІНШИМИ БАТЬКАМИ.

Якщо вивчати і обговорювати літературу про виховання, можна знайти багато дороговказних підказок. Батьки часто погоджуються з педагогічними теоріями в основних пунктах, але не в змозі застосувати їхні положення на практиці через щоденну зайнятість або брак вмінь. Але коли вони діляться своїм досвідом, це може допомогти обом сторонам досягти кращих результатів. Не має значення, чи перебуваєте ви в шлюбі, сидите вдома або працюєте, виховання залишається занадто важливою роботою, щоб робити її на самоті.



4. БУДЬТЕ ХОРОШИМ ПРИКЛАДОМ ДЛЯ НАСЛІДУВАННЯ І ВЧІТЬ ДІТЕЙ ВПЕВНЕНОСТІ В СОБІ.

Одна з найбільш важливих речей, яким можуть навчити батьки своїх дітей, – як справлятися, коли їх не буде поруч. Саме вдома дитина вчиться гідності, сміливості, самодисципліні, любові, співчуттю, комунікабельності і відповідальності. Але лише уроків недостатньо, щоб вкласти в дитячі голови і серця необхідні навички і виростити з них прекрасних чоловіків і жінок. Один батьківський приклад краще, ніж безліч лекцій.

5. НАВЧАЙТЕ ДІТЕЙ ВІДРІЗНЯТИ ПРАВИЛЬНЕ ВІД НЕПРАВИЛЬНОГО.

Коли батьки чують про погану поведінку інших дітей, вони часто говорять: «Моя дитина не може зробити такого. Вона інша». Буде невірним вважати, що наша дитина захищена від поганих вчинків і сама стане на шлях успіху. Насправді дитина може робити вчинки, які є прямою протилежністю нашим очікуванням, і це не дивно, – адже наші діти нічим не відрізняються від тисяч інших дітей, які ростуть і розвиваються навколо нас.

Ми всі нащадки Адама і Єви і є носіями їхніх генів, ми всі здатні відрізнити погане від доброго і діяти відповідно до цих внутрішніх знань. Стикаючись з однаковими проблемами, живучи в одному світі, всі ми робимо помилки з тією лише різницею, що хтось робить їх більше, хтось менше, і одні каються і виправляються, тоді як інші – ні. Хоча всі ми – індивіди, ми стикаємося з однаковими проблемами. Навряд чи можна знайти подію, яка не траплялася б з кимось колись.

6. ПРАЦЮЙТЕ, ЩОБ РОЗВИВАТИСЯ, І ПРИЩЕПЛЮЙТЕ ДИТИНІ КЛЮЧОВІ РИСИ ХАРАКТЕРУ.

Якщо мислити масштабно, то створення по-справжньому гуманістичної цивілізації можливе тільки зі встановленням надійних інститутів. Вони повинні складатися з індивідуумів, котрі володіють сильним і незалежним характером, чесністю, скромністю і любов'ю до інших, позбавлених егоїзму, хтивості та корупції. Хороший характер рідко постає сам по собі; це результат наявності щасливої родини, стабільного оточення і люблячих батьків.

7. РОЗВИВАЙТЕ МИСТЕЦТВО ДІАЛОГУ.

Розмовляйте! Обговорюйте зі своєю дитиною завжди і все, що ви робили протягом дня, чим для вас важливі ці справи і що дитина думає з приводу кожної дрібниці.

Для дитини важливо побачити, як ви висловлюєте свої думки. Поставте таке спілкування в перелік своїх пріоритетів і намагайтеся зрозуміти дитину. Крім розвитку взаємин, подібна розмова необхідна для розвитку мовленнєвих навичок і правильної артикуляції. Брак спілкування призведе до «мертвого» інтелекту і пасивності.

Щоб «зайняти» дитину, не шукайте поятунку в телебаченні, Інтернеті та / або комп'ютерних іграх. Ми присвятили окремий розділ негативним наслідкам постійного сидіння перед телевізором.

Спілкування передбачає і серйозні дискусії, і жартівливі перепалки. Батькам варто частіше жартувати і дурити зі своїми дітьми, тому що гумор гуртує і відганяє нудьгу. Дорослі часто надмірно серйозні і приділяють так багато уваги вихованню дітей, що забувають насолоджуватися спілкуванням з ними. Діти живуть у своєму світі, повному щастя та ігор. Так сумно бачити похмурих, нудних батьків, які віддають перевагу просиджуванню біля телевізора замість прогулянок з дітьми, сміху і веселощів!

Життя сповнене тривог і хвилювань, а діти можуть допомогти впоратися зі стресом, забравши батьків у свій дитячий світ, нехай і ненадовго.

Деякі дорослі вважають, що, граючи з дітьми, виявляють слабкість і демонструють нездатність серйозно дивитися на життя. Насправді коли ви смієтеся разом з дітьми, вони перестають вас боятися, відчують впевненість, внутрішні перепони руйнуються і вас об'єднує любов. У такій ситуації дитина розслабляється і може відкрито виражати себе. Сміх і жарти – необхідні складові повноцінного спілкування.

8. НАСОЛОДЖУЙТЕСЬ ПРОЦЕСОМ ВИХОВАННЯ!

Іноді батьки настільки зациклені на ідеальному вихованні, що не дають собі можливості розслабитися і отримати задоволення від процесу. Гарне виховання – велике завдання, але сам процес настільки ж важливий, як і досягнення результатів.



Вільний час і **АКТИВНІ ЗАНЯТТЯ** з дітьми.

Батьки часто стверджують, що проводять багато часу зі своїми дітьми. На ділі це «зі» швидше означає «десь поруч», «по сусідству». Дійсно, дорослі і діти можуть перебувати в одній кімнаті, але дивитися телевізор, читати, розмовляти по телефону, писати електронні листи або спілкуватися з гостями... А необхідно активно проводити час з дітьми. Ви можете разом читати, займатися спортом, збирати пазли, готувати їжу і обідати, обговорювати проблеми і сміятися, ходити за покупками, будувати замки з кубиків і мити посуд: іншими словами, не просто перебувати поруч, насправді ж залишаючи дитину наодинці з самою собою, але бути активним співучасником і партнером в її заняттях.

Це буде прекрасний час, велика частина якого буде проведена з дитиною.
Жодні няні і бабусі не замінять спілкування з батьками, з обома батьками!

Гасан Аль-Таліб

Звернення до порад експертів

Мусульманські джерела в порівнянні з західними.

На Заході батьки не відчують браку інформації в галузі педагогіки – до їхніх послуг безліч книг, спеціальні добірки в бібліотеках, спеціалізовані інтернет-ресурси, які допомагають зробити виховний процес більш ефективним.

Але чи багато знайдеться джерел саме на тему мусульманської педагогіки?

Лише деякі книги намагаються дати відповідь на питання – яким чином можна закласти в розвиток дітей правильні цінності і риси характеру? Батьки відчують труднощі також при використанні старих видань – в них описані інші часи і проблеми, немає чіткої класифікації тем, звичних покажчиків і корисних посилань.

Інформація для батьків розвіяна у величезній кількості непрофільної літератури: книгах з юриспруденції, коментарях до Корану (тафсір), історичних творах, суфійській поезії і збірниках проповідей.

Мусульманська Студентська Асоціація США і Канади (МСА) опублікувала першу ілюстровану книгу для дітей в 1973 р. На той час подібні книги були заборонені, і мусульмани, які опинилися на Заході, відчували брак дитячої літератури.

Д-р Манзір Ахсан, директор Ісламського Фонду в місті Лестер (Англія), відзначає, що, хоча у мусульманських громадах була можливість засновувати інститути, закладати мечеті і школи, вони не могли «видавати англійською мовою гідну літературу для молодого покоління, яка відповідала б вимогам освітнього процесу» (D'Ouyen, 1996).

Наявної літератури явно недостатньо. В ісламській бібліотеці – дефіцит книг, призначених для виховання дітей.

Більшість робіт присвячено освіті дорослих, але не розвитку дітей і психології підлітків. Велика частина книг написана юристами і в них приділено увагу формальним аспектам шлюбу, правом і обов'язком подружжя і дітей, технічним особливостям розлучення і успадкування. Книги про сім'ю, людські стосунки, в центрі уваги яких, зокрема, знаходяться соціальні, психологічні, еволюційні аспекти, гостро необхідні.

Коли батьки шукають поради в сімейних питаннях, вони натикаються лише на праці в царині мусульманського права (фікгу). Більше того, мусульманські книги з історії, що входять в арабському світі в програму старшої школи, спеціально ігнорують людські взаємини і особисте спілкування, концентруючи увагу на політичній ситуації і регулюванні питань миру і війни між націями. Занадто мало уваги приділено людській любові, увазі і повазі до дітей, навіть на прикладі пророка Мухаммада.

Пророк не мав можливості виростити власних синів, але він виростив дочок (Фатіму, Зайнаб, Рукайю, Умм-Кульсум) і брав активну участь у вихованні власних онуків і дітей своїх родичів і своєї громади.

Він виховував свого двоюрідного брата Алі ібн Абу Таліба і прийомного сина Зейда ібн Харіса. Дивно, як багато уваги Пророк приділяв дітям, даруючи їм турботу, доброту і повагу, будучи при цьому постійно зайнятим створенням нового суспільства і держави, яка зазнавала нападів ворогів.

Одна з причин такої малої уваги до питань виховання дітей полягає в тому, що

це заняття традиційно вважалося справою жінок. При цьому навіть досвід групи мусульманських жінок, відомих в ісламській літературі як Матері Віруючих, береться до уваги недостатньо. Звичайно, багато чого з нашої спадщини втрачено або втратило цінність. Ми повинні надихати вчених на нові дослідження, – наприклад, як дружини і сподвижниці Пророка виховували своїх дітей. Це допоможе оцінити важливість ролі жінки в соціальному розвитку і поповнити бібліотеку Ісламу «жіночими» дослідженнями. Більш того, така література повинна включити в себе біографії жінок, які змогли виростити відомих в історії лідерів як чоловічої, так і жіночої статі. Якщо цього не зробити, слова «Рай знаходиться під ногами матерів» залишаться балаканиною.

Сьогодні ж пріоритет віддається НЕ практичним порадам, а загальним фразам про необхідність виховання дітей. Недостатня увага приділяється аналізу проблем дорослішання і розвитку, що створює складнощі в застосуванні цих принципів батьками. Практичні техніки, корисні навички та приклади з реального життя – ось що необхідно.

Відволікаючим чинником стала також колонізація мусульманських земель, протягом якої увага арабських мислителів була зосереджена на завданні звільнення, а освіта і вдосконалення (тарбія) відійшли на другий план. У трійці пріоритетних тем були соціальні зміни, гарне управління і економічний розвиток, а роботи з виховання багато років залишалися незатребуваними.

Правда, питання сімейного життя були порушені мусульманськими реформато-

рами з туніського Кайруана – Ібн Сахнуном, Ібн аль-Джаззаром і Алі аль-Хабсі, але ці теоретики, також як аль-Газалі, аль-Маварді, і аль-Ашбіхі приділяли більше уваги годівлі грудьми, покаранню і дисципліні, а також фінансуванню шкіл.

Їх мало цікавили дитяча психологія, процеси дорослішання, освіти, виховання. Це може частково пояснити, чому великий реформаторський рух, незважаючи на геніальність, великі і щирі зусилля його лідерів, не зміг відродити мусульманську цивілізацію. Щоб створити процвітаюче суспільство, ми повинні мати вичерпні знання про розвиток дітей і формування характеру. Ми також потребуємо здорової освіти, сильної віри і необхідних навичок.

У 2002 р. професор Мумтаз Анвар з Кувейтського Університету був делегований МІМД для вивчення питання наявності доступної мусульманам літератури про виховання. У звітній доповіді він відзначив як брак хороших книг, так і низький рівень грамотності в багатьох частинах мусульманського світу, особливо серед жінок. Більшість батьків-мусульман вважають за краще керуватися виключно власними уявленнями, чого для успішного виховання явно замало. Навіть освічені мусульманські батьки відчувають нестачу якісної літератури і тренінгів. Абсолютно ясно, що назріла гостра необхідність у створенні високоякісної педагогічної літератури, націленої на формування характеру, цінностей і чеснот, яка враховувала б сучасні проблеми мусульманських громад, в т.ч. на місцевому рівні.

«Якості деяких пророків...» (знайдені в Корані)

Qur'anic Terms	تعابير قرآنية
Honest	صديقاً
Compassionate and Merciful	رؤوف رحيم
Knowledgeable and Wise	حكماً وعلماً
Increase (referring to <i>Tālūt</i>) in Physical Strength and Knowledge	زاده بسطة في العلم والجسم
Strong and Trustworthy	القوي الأمين
Professional and Trustworthy	حفيظ عليم

Чи потрібно «навчати вихованню»?

Якщо ми вважаємо, що виховання – відповідальне завдання, чому ж в школах немає спеціальних курсів? Сім з десяти осіб вважають, що виховання – це щось, чому ми повинні навчатися окремо.

(Longfield and Fitzpatrick, 1999).



Після Другої світової війни світ змінився. Раніше покоління однієї сім'ї воліли жити по сусідству, в одному місті чи селі. Бабусі, дідусі, тітки, дядьки та інші родичі мали можливість давати молодим поради з виховання дітей. Зараз сімейне життя стає дедалі складнішим, – більше самотніх батьків, розлучень, працюючих матерів.

Оскільки традиція передачі навичок виховання «з рук в руки» перервана, ми повинні заповнити вакансію «вчителя виховання», що утворилася в зв'язку зі зменшенням сімейного кола. Чи повинні ми перекласти цю функцію на школи? Крім того, виховання другої дитини зазвичай полегшується досвідом, набутим з першою.

Тоді чому б не озброїтись цим досвідом?

Хоча створення шкільних курсів майбутніх батьків – справа виправдана, на ділі воно виявляється непростим. По-перше, потрібно чітко розуміти цілі, яким вони повинні сприяти. По-друге, доводиться стикатися з проблемою підбору викладацьких кадрів для таких курсів. Сімейне життя – це не тільки наука, це ще й почуття, відносини, інтимність. Ті, хто виступають проти навчання вихованню в старшій школі, наполягають, що виховання не повинно бути частиною державної програми, що спирається на сухі цифри.

Освітні інститути і політики повинні уникати спроб вторгнутися в приватне життя. Професійна допомога в освіті корисна, але батькам не слід перекладати свої функції на вчителів і педагогів. Кожна сім'я унікальна, і батькам слід покладатися, в першу чергу, на власну мудрість, інтуїцію і особисті судження. Навчання на власних помилках може бути дуже корисним, і треба зберігати автономність сім'ї. Вчителі, які успішно навчають теорії, можуть бути не такими успішними під час ведення курсів виховання.

Все своє професійне життя я намагаюсь не давати поради. Маючи найкращі наміри, лікарі повинні намагатися зберігати тонку грань між матерями і дітьми, батьками і дітьми.

Фізіотерапевт Дональд Віннікот

[Winnikot, 1992]

Більш того, стаючи наставниками у вихованні, ми повинні ретельно уникати невинуватих вторгнень в сімейне життя так само, як і авторитарності. Це може підірвати впевненість і відповідальність батьків. Недосвідченим вчителям краще не намагатися стати арбітрами і помічниками у вирішенні сімейних конфліктів.

Але, незважаючи на сказане, в правильно організованих курсах є і плюси. Ми можемо продемонструвати на них необхідність відповідальності, – емоційної та фінансової, – яку повинні брати на себе молоді люди, які вирішили створити сім'ю.

Приклади подібних виховних курсів взяті з досвіду Англії, але вони з'являються і в мусульманському світі. Наприклад, в 1998 р. Міжнародний Ісламський Університет Малайзії запропонував слухачам спеціальний курс на тему шлюбу і виховання дітей, спрямований саме на підготовку майбутніх «вчителів виховання».

БРИТАНСЬКИЙ ЗАГАЛЬНИЙ КУРС ДЛЯ СТАРШОЇ ШКОЛИ

Як вже говорилося, взаємодія між батьками і школами має бути дуже делікатною, і її не можна руйнувати створенням якихось обов'язкових програм з примусовою участю.

Незважаючи на наявність державних і благодійних організацій, які пропонують батькам консультації з питань вагітності, пологів та догляду за немовлятами, навчання соціальним аспектам і цінностям може бути альтернативою.

З 2000 р. британський уряд почав вводити в школах заняття з сімейного виховання. Розлучення і батьки-одиначки становлять серйозну проблему для Британії; їх кількість досягла лячних показників у Європі (Woolf, 1999). Грунтуючись на програмі, складеній педагогами, чиновниками і психологами, британський уряд запропонував у процесі курсу навчання наступні питання:

- в чому цінність шлюбу;
- як справлятися з конфліктами в шлюбі;
- як карати дітей;
- як впоратися з дитячими скандалами в супермаркеті;
- якими є очікувані ролі батька і матері;
- як вчити дітей поводитися з грошима;
- як виховувати самоповагу в дітях і дорослих за допомогою похвали;
- яка ціна матеріальних благ в порівнянні з любов'ю і почуттям захищеності;
- як привчати до обов'язків нарівні з правами і незалежністю;
- як управляти своїм часом;
- як справлятися зі стресом в сімейному житті (Burgess, 2009).

Британський уряд вважав, що подібна програма допоможе запобігати ранній підлітковій вагітності і кримінальній поведінці дітей, прищепити з юності правила життя в сім'ї на противагу запереченню законів суспільства.

Хоча виховання дітей несе з собою цілу купу проблем, це найбільш чудовий, стимулюючий досвід зі всіх можливих, який дарує насолоду.

(З листа Батуль аль-Тома, матері).

.....

Будь-яка наука припускає наявність власної методології, класифікації, стратегії і гіпотези.

Мистецтво передбачає мудрість, такт, інтуїцію і здоровий глузд.

Виховання дітей – це і наука, і мистецтво, і духовний досвід.

.....

Наші діти ненормальні?

Стикаючись з труднощами виховання, деякі батьки починають думати, що з їхніми нащадками щось не так. Одна мати зізналася: «За кілька років до появи у нас дітей ми з чоловіком хотіли зробити приємне сусідам та навести лад у них вдома під час їхньої відсутності. У них було троє маленьких дітей, чії іграшки були розкидані по всьому будинку. Через шість годин роботи ми були знесилені: «Це не може бути нормою! Якщо це так, ми ніколи не заведемо дітей!». Через два роки, маючи двох власних дітей, я вже знаю, що це справжнісінька норма. Наша власна кімната має точно такий самий вигляд та відразу попереджає своїм виглядом: «Тут діти!».

Діти і майбутнє світу

- Діти здатні досягати бажаного вами, якщо ви вірите в них. Якщо ви говорите: «Ти можеш це зробити», вони це зроблять. Якщо скажете: «Ти не зможеш», вони не зроблять.
- Нація – це сума всіх сімей, всіх чоловіків і жінок.
- Якщо ми хочемо змінити націю, ми повинні змінити свій дім.
- Якщо дитина в зоні ризику, то вся сім'я в зоні ризику.
- Розумний – це не те, чим ми є спочатку, але те, чим ми можемо стати.
- Щоб змінити сім'ю, ми повинні змінити себе.
- У міру зростання ваших дітей ваша роль повинна змінюватися з командира на порадника, з наглядача на наставника.

Воістину, Аллаг не змінює людей, доки вони не змінять самих себе. Та якщо Аллаг побажає людям зла, то ніщо не відверне його. І немає для них, замість Нього, покровителя! (13:11)

За допомогою навчальних курсів або без них, нам всім важливо усвідомити цінність хорошого виховання для всього суспільства в цілому. Обговорення реальних складнощів шлюбу, появи дітей, їхнього розвитку і турботи про них до того, як людина зіткнеться з ними на практиці, може стати ефективним заходом для запобігання безлічі проблем, з якими зіткнуться майбутні батьки. Однак, незважаючи на логічність, перехід шкільного навчання від сексуальної грамотності до розмови про дітей і їхнього виховання не повинні розглядатися як нівелювання ролі самих батьків.

Якщо батьки усвідомлюють власний потенціал і те, наскільки корисним їхній успіх може виявитися для суспільства, вони самі будуть прагнути пізнати науку доброго виховання і з радістю нададуть своїм нащадкам всі можливі ресурси. Перекладення на державу, школу або ЗМІ завдання зі створення гідних громадян – в кращому випадку дурний ризик, в гіршому – ухилення від батьківських обов'язків.

Хто може вкласти більше щиросердих зусиль в благополуччя дітей, аніж їхні власні батьки? Ніщо з ними не зрівняється!

Завдання



ЗАВДАННЯ 1: ВИ КОЛИ-НЕБУДЬ ЗАМИСЛЮВАЛИСЯ, ЧОМУ?

Обговоріть наступні питання зі своїми дітьми і залучіть особистий досвід родичів і друзів.

Чому можна бути великим ученим, але асоціальним типом?

Чи може батько бути люблячим і ніжним, але не проводити час зі своєю сім'єю?

Чи може людина бути релігійною, але нераціональною?

Чи може людина бути впевненою в собі, але не довіряти іншим?

Чи можна бути великим мислителем, але абсолютно неорганізованим в побуті?

Чи можна бути щедрим до себе, але скупим по відношенню до інших?

Чи можна бути багатим, але скупим?

Гарне виховання може зіграти істотну роль в осмисленні відповідей на ці питання.

ЗАВДАННЯ 2. ВАШ СТИЛЬ ВИХОВАННЯ.

Який з описаних вище підходів більше нагадує ваш? Визначте його недоліки і необхідні шляхи поліпшення. Обговоріть зі своїми дітьми.

ЗАВДАННЯ 3. СПИСОК ЗВИЧАЙНИХ ДИТЯЧИХ «НЕСЛУХНЯНОСТЕЙ».

Чи унікальна моя дитина? Деякі батьки думають, що їхні діти кращі за інших або навпаки, набагато гірші. Насправді наші діти роблять ті ж помилки, що і їхні однолітки. Ось чому корисно спілкуватися з іншими батьками. Складіть список прикладів поганої поведінки своїх дітей і обговоріть, як їх можна виправити. Для того, щоб мотивувати дитину, оберіть ті пункти, які виправити простіше.

СКЛАДІТЬ СПИСОК: «ЩО НЕ ТАК З МОЄЮ ДИТИНОЮ?»

Нижче наведені деякі приклади поганої поведінки:

Відставання в навчанні
Лінь, недо- або переїдання
Жахлива зачіска

Зухвалість. Їхні друзі, які вам
не подобаються
Відмова від молитви, відмова
від допомоги по дому

Поганий настрій і мовчання
Відмова привести себе до ладу
Дурні, ризиковані вчинки

Неповага до старших
Проголянки ночами
Небажання перебувати вдома

Небажання проводити час поза домом
Злодійство
Брехня

Куріння
Богохульство і лихослів'я
Зловживання переглядом телевізора
і використанням мобільного телефону

Бійки
Сперечання
Захоплення фільмами жахів

Вживання низькоякісної їжі (фаст-фуду)
Грубість по відношенню до
батьків / дідусів, бабусь
Носіння одягу, який вам не подобається

Прослуховування музики (телевізора)
на повну гучність
Неохайність

Перебування у ванній годинами
Розкидані по будинку речі

Чи дозволяють вам обставини «перевернути» завдання і попросити дітей скласти список: «Що не так з моїми батьками»? Чи вистачить у вас сміливості і мудрості запропонувати їм це?

ЗАВДАННЯ 4. РОЗДУМИ НАД ВІРШЕМ.

Попросіть всю сім'ю зібратися разом, і нехай один з дітей прочитає наступний вірш. Попросіть всіх членів сім'ї подумати над своєю поведінкою по відношенню один до одного і виробіть пропозиції щодо поліпшення ситуації.

Я з перехожим зіштовхнулась
І вибачилася перед ним

Він посміхнувся й дивина –
Сказав: «Пробачте, то моя вина»

З чужими ввічливі буваємо,
А рідних часто ображаємо.

Коли я їсти готувала
Мені донька лиш заважала,

Коли натрапила на неї
Я розсердилася і прогнала

Їй я завдала образу
Що не відразу зрозуміла.

Лиш перед сном в своєму ліжку,
Почула тихий голос я:

З чужим ти ввічлива була,
А ось з донькою – така зла.

На кухні подивися йди,
Там квіти є, що любиш ти,

Які вона тобі збирала,
Та лиш тебе роздратувала.

Сюрприз вона так готувала
Натомість, чим ти їй віддячила?

У мене серце заболіло
І опустилась на коліна,

я перед донькою в кімнаті
Сказала я: «Пробач, серденько.

Я дякую тобі гарненько
За твій букет. Сама зробила?»

«Так-так» спросоння доня відповіла
«Його збрала я тобі».
Тут квіти різних кольорів»

«Пробач, кицюню, що кричала
І що так довго я мовчала»

«Нічого» донечка сказала,
«Я все одно люблю тебе»

«А я тебе, моя крихітка
і найулюбленіша квітка».

ЗАВДАННЯ 5: СЬОГОДНІШНІ БАТЬКИ ПРОТИ ВЧОРАШНІХ.

Продумайте і обговоріть з дітьми питання: Наскільки Ви близькі з дітьми? Чи ближчі ви поміж собою, аніж були ви зі своїми батьками? (Для прикладу: 76% американських батьків відповіли: «Так»). Яким чином ваші відносини з дітьми можна порівняти з вашими відносинами з вашими батьками? Які подібності та відмінності? Чи спілкуєтеся ви зі своїми дітьми більш відкрито, аніж ваші батьки з вами? (*Kantrowiz, Peg, 2006*).

Попросіть всіх членів сім'ї придумати способи поліпшення спілкування, згадуючи якомога більше історій про ваших батьків і про вас. Такі історії можуть зміцнити сімейний фундамент, згуртувати родину. Стосовно традиційних мусульманських родин такі спогади допоможуть проникнути в справжню національну історію.

ЗАВДАННЯ 6. БАТЬКИ МОЖУТЬ ЗМІНИТИ СИТУАЦІЮ!

Обговоріть з дітьми наступну ситуацію: Друг сказав мені: «Що я можу зробити, я виховую дитину один!». Якби ніхто в світі не намагався змінити ситуацію тому, що «одна людина безсила», то хто взагалі може на щось вплинути? Ми знаємо про визначну роль в історії пророків і їхніх великих послідовників, вчених, багатьох чоловіків і жінок, що змінили світ. Подумайте про Стіва Джобса, Біла Гейтса і Нельсона Манделу, а потім запитайте себе: хто змінив ваше життя? Родич, друг, вчитель, тренер або релігійний лідер? Розкажіть вашу історію дітям і попросіть їх подумати, – хто ж змінив їхнє власне життя.

ЗАВДАННЯ 7. ЧОГО ДІТИ ОЧІКУЮТЬ ВІД СВОЇХ БАТЬКІВ?

Попросіть одного з дітей вголос прочитати притчу «Щедре дерево» Шела Сілверстайна. Потім запитайте дітей, чого вони хочуть від вас. Потім скажіть, чого ви очікуєте від них.

«Щедре дерево» – це історія взаємин хлопчика і яблуні. Дерево завжди давало хлопчикові те, чого той хотів. У дитинстві воно давало йому гілки для гойдалок, пізніше – тінь для відпочинку, яблука для їжі, деревину для будівництва будинку... Хлопчик ріс і вимагав все більше і більше, але нічого не давав самотньому дереву натомість, а воно воліло лише його товариства. У кінцевій точці самопожертви дерево дозволило чоловікові зрубати себе і зробити човен, після чого той покинув дерево, перетворене ним на пень. Через багато років він, уже старий, повернувся і шукав тільки місце для відпочинку, і дерево радісно дало йому таке місце, нарешті насолоджуючись його товариством.

РОЗДІЛ 2

Сімейний союз: його важливість та функції

- Вступ **44**
- Перетворення на батьків **44**
- Розмір сім'ї в США в наш час та раніше **49**
- Сім'я з одним із батьків **50**
- Чи може один з батьків замінити іншого? **56**
- Важливість сімейного союзу в Ісламі **59**
- Цілі сім'ї виходячи з Корану **62**
- Сімейний союз: західна модель **69**
- Свобода або правда? **81**
- Де виховувати дітей? **83**
- Дві концепції відсутні в західній думці **84**
- Цінності віри проти утилітарних цінностей **85**
- «Землеробська» модель сім'ї: діти як рослини, батьки як садівники **87**
- Завдання **88**

Вступ



ЩО ТАКЕ СІМ'Я? Як вона функціонує? Які її завдання? Що робить її сильною? Що її руйнує? Які конкретні внески повинен робити кожен член сім'ї для її успіху? Як цей успіх може бути визначений? Відповіді на всі ці питання мають прямий стосунок до виховання дітей. У цьому розділі ми покажемо батькам і просто читачам величезні можливості сімейної єдності і її впливу на соціальні зміни.

Сім'я трансформує не тільки своїх членів, а й усе суспільство в цілому. Ми також розглянемо, як виховують дітей у ісламському світі і на Заході.

У першому розділі ми постаралися пояснити батькам, чому важливе грамотне виховання дітей, як цього навчитися і як обраний стиль виховання впливає на те, якими людьми стануть наші діти. Стати хорошими батьками – це щось куди більше, ніж просте дотримання ключових принципів.

Ми акцентуємо увагу на тому, що виховання дітей вимагає обізнаності про природу сім'ї, її внутрішні взаємозв'язки. У цьому розділі ми постійно говоримо про важливість любові, турботи і захищеності. Атмосфера любові в сім'ї відповідає потребам як батьків, так і дітей. Грамотне виховання сприяє становленню дисциплінованої особистості з почуттям відповідальності перед суспільством.

Ми також торкнемося проблеми одиноких батьків, розлучень, змін розміру сім'ї та існуючих в мусульманському світі сімейних укладів.

Нестабільність, з якою стикаються багато мусульманських родин, на перший погляд мало відбивається на вихованні

дітей, але в дійсності міцні сім'ї необхідні для створення стійких громад та таких, що динамічно розвиваються. Прогресивні громади не можуть існувати без здорових сімей, і це абсолютно вірно і для ісламського світу, який прагне повернути собі втрачені позиції.

Одні визначають «сім'ю» як групу людей, які перебувають у родинних зв'язках, інші – як осередок суспільства, треті – як колектив, що складається з батьків і дітей, що живуть в одному будинку. Незважаючи на те, що існує багато визначень сім'ї, поняття «традиційна сім'я» дуже тісно пов'язане зі шлюбом і дітьми.

Найчастіше саме за допомогою шлюбу відбувається поява сімейного організму, хоча це не стільки партнерство двох індивідумів, скільки злиття двох розширених сімей. Сучасна сім'я (особливо на Заході) поступово значно трансформувалася, перетворившись з розширеної в «стислу», нуклеарну. Більш того, змінилися і її розміри: люди заводять менше дітей.

Так чи інакше, сім'я повинна бути чимось більшим, ніж сума її частин. Сім'я – це частина ширшої культури, в ідеалі – всієї культури.

Дуже важливо розуміти велич нашої ролі всередині сім'ї. Сім'я – це маленький молитовний будинок, маленька держава, маленька школа доброти.

Перетворення на батьків

Коли ми думаємо про сім'ю, то найчастіше уявляємо батьків і дітей. Поява першої дитини перетворює пару на союз трьох. Для батьків починається новий етап життя. Вони поступово пристосовуються до нової моделі відносин, яку приносять діти



Матері не можуть бути всюди одночасно!

Не намагайтеся бути одночасно ідеальною дружиною, матір'ю, хатньою робітницею і кар'єристкою. Вам доведеться виступати в різних іпостасях в різний час. Діти змінять ваше життя кардинально, тому прийміть ці зміни, будьте доброзичливі в сім'ї, виявляйте гнучкість.

(а вона поряд з радістю і щастям включає напругу і труднощі).

Коли народжується малюк, в мусульманській сім'ї проводять низку ритуалів (Zaydan, Abdul Kareem, арабською, 1993):

- у вуха новонародженого вимовляється заклик до молитви (*азан*). Аль-Хакім передав свідчення Абу Рафі про те, що Пророк прошепотів *азан* над вухом свого онука Хасана, коли Фатіма вперше принесла новонародженого до діда.

Коли ми вимовляємо слова *азана* в праве вухо й *ікама* в ліве вухо немовляти, ми оголошуємо про єдність Бога, повторюємо вчинок пророка Мухаммада і закликаємо віруючих молитися за дитину.

- Для дитини обирається ім'я. Гарне, значуще ім'я може виявитися вирішальним, адже воно може закласти майбутню модель поведінки. Це не обов'язково має бути арабське або історичне ім'я, це цілком може бути і немусульманське ім'я, якщо який-небудь його носій може стати для вашої дитини хорошим прикладом для наслідування. Однак необхідно подумати не лише про значення імені, а й про

те, як воно буде звучати і писатися іншими мовами.

- На честь народження малюка організовується святкування – *акика* (*'aqīqah*), яке традиційно припускає жертвне приношення. Так, коли народилися його онуки Хасан і Хусейн, Пророк зарізав барана.

Таке свято зазвичай організовується на сьомий день після народження. Жертвним м'ясом слід нагодувати сім'ю і сусідів, як багатих, так і бідних (*валіма*). Тварина має бути відгодована, здорова і без дефектів. Під час заклання тварини слід вимовити наступну молитву: «О Аллаг, це жертва заради Тебе. О Аллаг, вона приноситься за (назвати ім'я дитини)».

- Ахмад і ат-Тірмізі навели хадис Пророка: «Кожна дитина – заручник своєї *'акика*. Тварина приноситься в жертву на сьомий день, після чого слід поголити дитині голову і дати ім'я». Це рекомендація, а не обов'язок. Пророк також порадив своїй доньці Фатімі змішати дитяче волосся зі срібними монетами і роздати срібло бідним.

Схожі обряди є в юдеїв; християни обмежуються хрещенням.



Вплив дітей на стабільність шлюбу

З появою дітей життя сім'ї неминуче змінюється. Діти – велика Божа ласка, але на перших порах багато молодих батьків можуть в цьому засумніватися. Подружжю слід усвідомити, що їхнє життя вже ніколи не буде колишнім і його слід приводити у відповідність з новими вимогами. Батькам доведеться поступитися деякими своїми інтересами на догоду інтересам дитини. Для матерів, чия кожна секунда стала належати малюкові, буде непросто боротися з постійною втомою.

Батько, швидше за все, буде повертатися з роботи зовсім не до веселої дружини, щасливої дитини і чистого будинку, а до втомленої, замученої дружини, яка вже не зможе піклуватися лише про нього, як раніше. Сама здатність стати батьком чи матір'ю багатьма молодими батьками в цей момент ставиться під питання.

Материнські турботи можуть призводити до розумового, фізичного та емоційного виснаження. Нестача сну і нескінченна турбота про дитину стають випробуванням навіть для міцних відносин і можуть призвести до складнощів у шлюбі.

Фінансові проблеми стають більш помітними: пара не тільки працює і платить за квартиру, а й піклується про дитину. Це теж може мати не найкращі наслідки для сімейного побуту.

Для батьків, які працюють повний день, життя може стати занадто напруженим. Деякі батьки, не бажаючи або не маючи можливості залучити доглядальницю, підлаштовують свої робочі графіки так, щоб один з них завжди знаходився вдома з дитиною. Це, звичайно, добре для дитини, але навряд чи виявиться оптимальним варіантом для чоловіка і дружини, які тепер бачать один одного уривками, передаючи один одному «вахту».

У цьому випадку відносини можуть почати псуватися дуже швидко: подружжя буде сперечатися з приводу того, чия черга мити посуд і прибирати в будинку. Відчуваючи провину за брак часу, проведеного з дітьми, батьки можуть ще більше погіршити ситуацію, скорочуючи час на спілкування один з одним. Інші ж, демонструючи «турботу», але не маючи часу або бажання на спілкування з дітьми, обсипають їх дорогими подарунками, непотрібними речами, шкідливою їжею, лише погіршуючи фінансовий стан сім'ї та її емоційний клімат.

Подібні проблеми можуть поставити майбутнє сім'ї під загрозу, тим більше якщо сумісний час подружжя віддавати не доброзичливому особистому спілкуванню, а нескінченним скаргам. Конфлікти між подружжям негативно відбиваються і на дитині.

Багато батьків страждають від нестачі спілкування, що призводить до непорозуміння і невирішених конфліктів.

Дітей не варто сприймати як «маленьких дорослих», чекаючи від них відповідної поведінки. Не варто також звинувачувати їх в чіпляннях, бо манера постійно задавати питання – це їхня особливість. Їхні фізичні і емоційні потреби, природні для розвитку, повинні бути задоволені.

Нижче ми наведемо кілька пропозицій щодо полегшення переходу до функції батьків. Можливо, з їх допомогою зміна ролей з «чоловіка і дружини» на «батька і матір» стане менш напруженою.

Нехай у сім'ї піклуються одне про одного, а суспільство саме подбає про себе.

Конфуцій

1. Розподіліть для себе щоденний або щотижневий час, який ви будете проводити тільки разом, як пара. Це може бути спільна прогулянка, спортивні вправи або вечеря. Добре впливають на відносини розмова по телефону протягом дня або кілька ранкових хвилин, поки всі в будинку сплять. Можна іноді попросити посидіти з дітьми власних батьків.
2. Поділіться очікуваннями зі своїм партнером. Обговоріть тривожні думки, які приходять вам в голову в новій ролі. Обговоріть вплив дітей на ваше здоров'я, ваші відносини і роботу.
3. Проводьте час разом за обідом, моліться разом, займайтеся сексом і робіть вправи. Викроюйте будь-яку хвилину, щоб побути разом, незважаючи на брудний посуд і невипрану білизну.
4. Висловлюйте свою незгоду і не бійтеся конфліктів. Сприймайте неминучі ситуації як показник напруги у відносинах і разом шукайте рішення.
5. Поговоріть з хорошим другом або колегою, який вже пройшов шлях від чоловіка до батька. Це дозволяє подолати почуття ізоляції. Спілкуйтеся з людиною своєї статі, але не розповідайте зовсім вже особистих речей про свого чоловіка.

Виховання засноване на нерозривному союзі між батьком і матір'ю – у кожного свої функції, але спільна справа. Батьки задовольняють різні потреби дитини, навіть коли граються з нею. Мати обіймає дитя, притискає його до грудей і наповнює його любов'ю і ніжністю; батько, навпаки, підкидає його в повітря (тільки після 2-х років), возить на спині і бореться з ним на підлозі. Всі ці вправи вчать дитину довірчого ставлення, а також показують контрольований рівень різкості, агресії і ризику. Обоє з батьків повинні виконувати свої ролі, щоб розвивати дитячу індивідуальність. Батько може бути вихователем тільки в союзі з дружиною, повинен бути захисником, показувати, наскільки невід'ємна ця його роль; він повинен розуміти, коли треба показати себе «батьком», а коли «другом», тобто коли захищати, а коли «дати науку».

Незалежно від того, як поява дітей змінює відносини між батьками, вона приносить в їх шлюбний союз більше стабільності. Таблиця 2.1. демонструє, що чим більше дітей в родині, тим меншою є ймовірність розлучення подружжя. Батьки, чий діти ще залежать від них, намагаються залишатися разом, щоб забезпечити нащадкам кращий рівень життя. Батьки (особливо матері) з маленькими дітьми воліють зберігати шлюб, навіть не дуже щасливий. Діти виявляються важливим аргументом проти розлучення.

Відсоток розлучень в парах з дітьми на 40% нижчий, ніж у бездітних пар (Маккінді Ірвін, Сімейне право, 2012);

43% дітей в США зараз ростуть без батьків;

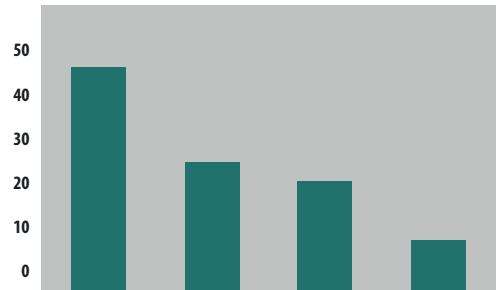
75% дітей з розлученими батьками живуть з матір'ю;

28%, у яких батьки в розлученні, живуть за межею бідності.

Половина американських дітей стануть свідками розлучення батьків. Половина з цих – свідками розпаду і другого шлюбу.

Розлучення і статистика про дітей

Таблиця 2.1 (Кнох & Schacht, 1997)



У книзі «Велике національне щастя» Артур Брукс показує, що в США батьки більш впевнені в собі і вважають себе щасливішими, ніж бездітні пари. Основна причина в тому, що діти надають життю сенс. Одружені релігійні люди (наприклад, які регулярно відвідують церкву) мають ще більше «шансів на щастя», ніж самотні, – не тому, що вони багатші, а тому, що їхнє життя більш повне (Brooks, 2008).

ХТО ЩО ПОВИНЕН РОБИТИ

Батьки: створювати щасливу домівку.

Діти: вчитися у батьків і підтримувати їх.

Бабусі й дідусі: з'єднувати сім'ю крізь покоління.

Друзі: допомагати батькам.

Вчителі: давати дітям освіту.

Реформатори: показувати батькам, як правильно виховувати дітей.

Життя з дітьми – лише тимчасова фаза

Воістину, за кожним тягарем настає полегшення.

Бо ж, воістину, після труднощів настає полегшення! (94:5-6).

Хоча батькам немовлят здається, що цим безсонним ночам не буде кінця, не встигають вони і оком моргнути, як діти виростають і йдуть з дому. На відміну від пут шлюбу, відносини батьків і дітей рухаються до неминучого відокремлення один від одного. Подружжя знову залишиться вдвох... Виховання дітей – це тільки одна важлива фаза шлюбних відносин і життя. Для батьків життя з дітьми займає одну третину всього їхнього життя і половину їхнього життя в шлюбі. Проте одного разу батько – батько навек. Відносини не перериваються навіть після того, як діти одружуються і йдуть з дому. Вони зберігаються незалежно від того, чи діти знаходяться поруч або ж за тисячі миль. А далі батьки переходять у фазу бабусь і дідусів.

Розмір сім'ї в США в наш час та раніше

Звуження розмірів сім'ї позначилося на відносинах в ній. Чим менше дітей, тим більше уваги вони отримують. Сімейні зв'язки стають сильнішими та інтенсивнішими. З іншого боку, діти можуть не отримувати навичок турботи про молодших братів і сестер. Покоління бейбі-буму (між 1946 і 1964 рр. народилися 77 мільйонів американців) виростило, за наявними підрахунками, тільки 80 млн дітей.

Розмір сім'ї також став меншим внаслідок збільшення кількості пар, в яких працюють обоє з подружжя, високого рівня мобільності та великої відстані між батьками та їхніми родичами. У Великобританії за одне покоління збільшилася кількість батьків з однією дитиною, в 2012 році 47 відсотків сімей мали 1 дитину, 39% – двох і 14% – трьох і більше (Управління національної статистики). 20 відсотків жінок, що народилися в 1964 р. бездітні, в порівнянні з 12 відсотками 1937 року народження (BBC 2010). У 1960 р. 77 відсотків американських жінок пішли з дому, вийшли заміж і до 30 років мали дітей. У 2000 році ті, що народилися в 1960, досягли 40-річного віку, і тільки 46 відсотків пішли з дому і завели дітей до 30 років! (Kantrowitz and Tyre, 2006). У той час,

як у 2000 році середній вік для вступу в шлюб у США склав 26,8 для чоловіків і 25,1 для жінок, в 1960 р. це було 22,8 для чоловіків і 20,3 для жінок! В Англії та Уельсі середній вік жінок в першому шлюбі між 1930 і 1960 рр. теж починає зростати (Управління національної статистики 2010). Середній вік вступу в шлюб в Англії і Уельсі є навіть вищим, ніж у США – в 2012 році це був 31 рік для чоловіків і 29,1 для жінок, середній вік, в якому заводять дітей, теж збільшувався з сер. 1970-х рр.

3 123,3 млн сімей в США в 2014 році:

- 59,6 млн були одруженими парами
- 7,9 млн не перебували у шлюбі з партнером протилежної статі
- 34,2 млн були сім'ями лише з одним з батьків (Бюро перепису населення, США)

3 26,7 млн сімей у Великобританії:

- 12,5 млн – пари в шлюбі
- 2,3 млн були співмешканцями протилежної статі
- 61 000 – одностатеві пари співмешканців
- 28 відсотків – сім'ї, у яких був тільки один з батьків

(Управління нац. статистики 2015)



Сім'я з одним із батьків

Більше одного з трьох дітей в США живе в неповних сім'ях (24,6 мільйона дітей – 35 відсотків – в 2013 році, центр обробки даних з підрахунку дітей). У той час, як більшість – сім'ї з однією мамою, збільшується і кількість сімей, де одинаком є батько.

У період з 1960 по 2011 рр. кількість сімей, де тільки один батько, збільшилася приблизно в дев'ять разів від 300 000 до понад 2,6 млн в 2011 р., тоді як сімей з самотніми матерями більш ніж в 4 рази (з 1,9 до 8,6 млн). У Великобританії та Ірландії 30 відсотків дітей зростає з одним батьком, більшість з матір'ю в неповній сім'ї (28,1 відсоток). У Великобританії та Ірландії значно більший рівень неповних сімей в порівнянні з іншою частиною Європи: 18,5 в порівнянні з 9,1 в Європі. Більш ніж 20,4 відсотків у Великобританії – неповні сім'ї.

Кількість неповних сімей зростає внаслідок двох причин: розлучення і діти, народжені поза шлюбом (позашлюбні – термін, що застосовується до дітей, народжених від батьків, які не перебувають у шлюбі між собою). У 2013 році 40,6 відсотка всіх породіль в США були незаміжними жінками (1 595 873) (Національна система статистики, 2015).

Розлучення з обопільної згоди

Розлучення з обопільної згоди реєструється, коли обидва партнери погоджуються розірвати шлюбні відносини і суду не потрібно додаткової причини. Деякі висловлюються за заборону подібних розлучень. Незважаючи на зростаючі показники розлучень, Рональд Рейган, який займав посаду губернатора Каліфорнії і сам перебував у розлученні, підписав у 1969 р. перший закон, який дозволив розлучення з обопільної згоди. До цього один з подружжя повинен бути довести в суді, що його партнер зробив щось несумісне з уявленнями про сімейне життя (найбільш поширеними причинами були подружня зрада, жорстоке поводження або фактичне припинення спільного проживання). Пари, які воліли розлучитися, брехали в суді або наймали приватних детективів, щоб стежити один за одним. Розлучення з обопільної згоди було введене, щоб запобігти подібним махінаціям, і дозволити партнерам розривати шлюбні відносини миром; якщо навіть один не бажав розлучення, інший міг отримати його без звинувачень і кривосвідчень.

Всі штати, окрім Нью-Йорка, пішли за Каліфорнією і дозволили розлучення з обопільної згоди. Через три роки після цього показники розлучень злетіли догори

(Leland, 1996).



Тато або мати однаки втрачають спокій, розраду і необхідну підтримку іншого з батьків.

Шлюб (і все, що за ним йде) небажаний для багатьох пар, які вважають за краще жити разом, не перебуваючи в шлюбі (співмешкати). У США, з 19,9 млн дітей, що живуть зі своїми незаміжними біологічними матерями, в 2009 р. 21 відсоток (4,3 млн) мали матерів, які жили з партнерами поза шлюбом. У порівнянні, з 5,1 млн дітей, що живуть з неодруженими біологічними батьками, 54 відсотки (2,7 млн) жили з батьками, у яких був партнер-співмешканець, з яких 2,4 млн. були біологічними матерями.

За підрахунками Дослідницького Центру П'ю, 2013, батьки-одиначки частіше мають співмешканку (41 проти 16 відсотків). У Великобританії сім'ї співмешканців – тип сімей, кількість яких зростає найшвидшими темпами – зросли на 30 відсотків між 2004 і 2014 рр. У 2014 р. було близько 3 млн пар різної статі, які жили у цивільному шлюбі і 84 000 – однієї статі. Разом вони складають 16,4 відсотка сімей у Великобританії (Центр національної статистики, 2015). За даними Центру з контролю і профілактики захворювань, в США більше ніж 1 з 3-х перших пологів у жінки у віці 15-44 років проходять під час співмешкання (26 відсотків в 2011-2013 в порівнянні з 22 відсотками в 2006-2010 і 12 в 2002). В Англії та Уельсі майже третина дітей народилися й були зареєстровані парами співмешканців (31 відсоток) в 2013 р. (Центр національної статистики 2014 року). Дослідження американського коледжу педіатрії в 2014 показали, що в порівнянні з парами, які були одружені на момент народження малюка, ті, що жили разом, в 4 рази більше схильні були розлучитися впродовж наступних 3 років. Підвищений ризик змінювався від подвійного у афро-американців до потрійного у мексиканців і майже у 8 разів збільшувався серед американців-європеоїдів.

Ми наполягаємо на тому, що навіть якщо дитина народилася поза шлюбом, це не знімає з її батьків обов'язків. Самостійне виховання дитини вимагає величезної стійкості і впевненості у своїх силах. Поєднувати навантаження на роботі і домашні обов'язки не так-то просто. Бути татом або мамою важко і морально, і емоційно.

Це набагато складніше, ніж виховання удвох. Батько-одиначка повинен грати дві ролі – і батька, і матері; він один на один повинен приймати фінансові рішення, створювати і виконувати домашні правила, долати дитячі конфлікти, та ще й боротися з власною самотністю. Це не означає, що повна сім'я завжди краще неповної, – таке твердження є далеким від істини; мова про те, що одному з батьків-одинаків складніше впоратися зі своїми емоційними потребами. Всі батьки потребують позитивного розумового налаштування, особливо самотні.

Для дітей проживання з одним із батьків буде означати брак уваги і турботи з боку іншого. Це не означає, що відсутній тато або мати відсутні завжди й повністю: незважаючи на розлучення, батько й мати можуть продовжувати відігравати активну роль в дитячому житті, а діти з одним батьком можуть відчувати той самий брак підтримки, що і діти з повних сімей. Батьки-одиначки безумовно, по змозі, піклуються про своїх дітей, і чим більш обізнані і освічені вони будуть, чим більше навичок засвоять, тим менше болю відчують діти.

Ось деякі факти негативного впливу неповних сімей на дітей (Harper & McLanahan, 2004):

- батьки-одиначки мають менше ресурсів для захисту дітей і підлітків, ніж повні сім'ї;
- дівчатка, які виховуються в сім'ях з двома біологічними батьками, з більшою ймовірністю стануть сексуально активними в підлітковому віці;

- діти та підлітки, які живуть без біологічних батьків, більше ризикують піддатися фізичному, емоційному або сексуальному насиллю;
- діти з сімей, що розвалилися, створюють більше проблем в старшій школі;
- діти з неповних сімей скоюють більше злочинів.



Директиви гарного виховання, розглянуті в цій книзі, однакові для всіх сімей. Всі батьки стикаються з однаковими проблемами, але батькам-одинакам треба звертати підвищену увагу на наступні моменти:

1. Демонструвати свою силу. Якщо сім'я розпадається, звичний для дитини світ дестабілізується, і дитина втрачає опору. Самотнім батькам потрібно правильно оцінювати цю ситуацію і завжди залишатися спокійними і впевненими в своїх силах.
2. Виконувати обидві батьківські функції. Діти не повинні соромитися того, що у них неповна сім'я, і повинні знати, що вони такі самі хороші, як і діти з повних сімей. Батько-одинак повинен забезпечити дітям повноцінну домашню атмосферу і щасливе життя. Нагадуйте дітям, що пророк Мухаммад в дитинстві втратив обох батьків. Будьте уважні і, не перегинаючи палицю, намагаючись надміру заповнити відсутність другого з батьків, не дозволяйте дітям маніпулювати вами, змушуючи відчувати себе винними.
3. Необхідне постійне спілкування дітей і батьків. Життя обох батьків буде простішим, якщо і після розлучення зберегти з дітьми відносини любові і прихильності.

Незважаючи на згадане, самотні батьки не повинні рости дітей без будь-якої підтримки. Цей процес може бути не менш радісним, а результат його – не менш успішним, ніж в повних сім'ях.

ЯК УСПІШНО ВИХОВУВАТИ ДИТИНУ ОДНОМУ

Нижче наведені рекомендації самотнім батькам, спрямовані на успішне виховання і мінімізацію конфліктів з дітьми:

- Створюйте коло друзів, зав'яуйте стосунки з іншими людьми. Запрошуйте хороших друзів і їхніх дітей для спілкування і прийому їжі з вашими дітьми. Зустрічайтесь з іншими самотніми батьками (не забувайте, хоч ви самотні, проте не одні!).



Друзі допоможуть у важких ситуаціях, в турботі про дітей, і вислухають, коли потрібно буде виговоритися. Будьте розбірливі з тими, кого вибираєте в друзі:

шукайте дбайливих, що вселяють довіру, відданих людей, які зможуть опинитися поруч у важку хвилину. Якщо у вас велика кількість родичів, то підтримуйте ці зв'язки, відвідуйте рідних регулярно. Не соромтеся розділяти свої труднощі з рідними і просити їх про допомогу.

- Організуйте якомога більше прогулянок і заходів з дітьми. Зберігайте сувеніри, щоб нагадувати собі і дітям про щасливі моменти та події.
- Приймайте рішення разом з дітьми. Це підвищить їхню самооцінку і вони будуть вважати себе важливими членами сім'ї. У неповних сім'ях допомога кожної дитини потрібна щодня. Звичка ділити обов'язки і працювати в команді допоможе знизити напругу, яку ви відчуваєте.
- Не дозволяйте своєму роздратуванню відбиватися на дітях. Якби ви могли побачити світ їхніми очима, то усвідомили б, наскільки вони вразливі. Діти бояться, що якщо щось трапиться з їхнім батьком або матір'ю, вони залишаться одні в усьому світі. Не забувайте звертатися за допомогою до Бога, і після того, як зробили все від вас залежне, залишайте ваші проблеми і страхи в Його дбайливих руках.
- Якщо ви розлучаєтеся, не змушуйте дітей ставати на чийсь бік, обирати між «хорошим» і «поганим батьком». Діти безмірно люблять обох батьків і почувуються винними, якщо віддають перевагу одному в обхід іншого.
- Не дивлячись ні на що, мисліть позитивно і покладайтеся на Бога. Не забувайте, що самотня людина з правильними навичками може виростити таких самих успішних дітей. Виконання цього завдання залежить не від кількості батьків, а від якості виховання і батьківського погляду на життя.

МАТЕРІ-ОДИНАКИ ПРОРОКІВ МУСИ (МОЙСЕЯ), ІСИ (ІСУСА) І МУХАММАДА

Деякі з найвеличніших посланих людству пророків вирости саме в неповних сім'ях. Сила і мудрість великих жінок, їх матерів, – справжнє джерело натхнення для всіх батьків.

Пророк Мойсей

Ми відкрили матері Муси: «Годуй його своїм молоком. А коли боятимешся за нього, то кинь його в ріку. Не бійся та не сумуй, Ми повернемо його тобі й зробимо одним із посланців!» (28:7)

Мати Мойсея, вірячи в те, що Бог подбає про її дитину, опустила Мойсея в річку.

Вона сама і зростила його після того, як він відмовився від годувальниць в будинку фараона.

Яке велике рішення вона прийняла! Вона довірила Богу життя свого сина, а потім сформувала його лідерські якості великого пророка!

Пророк Ісус

І сказали ангели: «О Мар'ям! Воістину, Аллаг обрав тебе і зробив пречистою. Він обрав тебе перед жінками усіх світів!» (3:42).

Ісус ріс без батька і виховувався матір'ю Марією. Марія втілила в собі найвищі стандарти любові, жертвності і чистоти. Вона описана Аллагом в цілій сурі Корану як найчистіша жінка з високою вірою.

Пророк Мухаммад

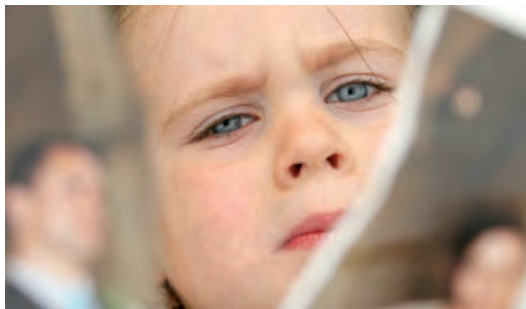
Мати Мухаммада, Аміна бінт Вахб, була самотня. Вона ростила сина до шести років, протягом яких були закладені його виняткові характер і особисті якості.

Відвага, любов, чесність, творче начало і впевненість у собі були прищеплені йому саме його матір'ю.

Вплив материнства безмірний!

Наскільки ми цінуємо наших матерів за їхні безцінні заслуги у вихованні?

- Діти приходять в цей світ, уже знаючи свою матір, і саме мати каже їм, хто є їхнім батьком.
- Імам Ахмад передає, що одна людина прийшла до Пророка і сказала: «Я прийшов, щоб довести тобі свою вірність для гіджри (переселення) і залишив своїх батьків у сльозах». Пророк сказав: «Повернись назад і як змусив їх плакати, так примусь їх і сміятися».
- Кажуть, що під час поховання матері один мусульманин заплакав і сказав: «Як мені не плакати, якщо одна з дверей, що ведуть у Рай, закрилася для мене назавжди?».



Чи може один з батьків замінити іншого?

Мати не може повністю замінити батька, як і батько не може повністю замінити матір. Малюки, у яких з'являється надійне прив'язання до обох батьків, розвиваються найкраще. Мати дарує нескінченну любов, ніжність, терпіння і годує грудьми; батько пропонує свою силу, надійність, гучний голос, інший запах і колючі щоки; це дуже корисні стимули для малюка. Загалом, втрата матері для дитини більш відчутна, ніж втрата батька. Жінки-домогосподарки приймають більше участі в житті дітей, і діти до них більш прив'язані. Вони готові і мають можливість бути з дітьми увесь день, обдаровувати їх любов'ю і миром, щоб вони стали успішними в житті (Tremblay & Israel, 1998).

Існує помилкове уявлення, що хлопчики більше потребують батька, а дівчатка – матері. Батько так само потрібен дочці, як і синуві, просто ця необхідність виражається по-різному.

Аналогічно мати також необхідна для виховання синів. Батьки дарують дівчаткам відчуття сили, підтримки і захисту.

За допомогою батька дівчинка навчиться правильно вести себе з чоловіками: в протилежній ситуації чоловіки можуть здаватися їй занадто загадковими й страшними істотами.

А що ж має справжнє значення?

Сорок років потому нам буде байдужий розмір нашого банківського рахунку, будинок, в якому ми прожили майже все життя або марка автівки, якою ми керували... Що ж буде по-справжньому важливим, так це лише те – наскільки важливу роль ми зіграли в житті власних дітей та онуків.

Чи можуть матері успішно грати роль батьків для своїх синів, якщо ті ростуть без чоловічого впливу? Не можуть, та це й не потрібно. Дитяча особистість настільки тверда, що навіть якщо дитина не може згадати свого батька чи матір, то здатна дуже яскраво уявити батьків у всіх подробицях. Діти можуть скласти ідеального батька немов пазл зі «шматочків» особливостей різних людей.

Жінка, яка ростить сина без батька, може допомогти йому «сконструювати» образ ідеального тата в спілкуванні з дідусями, дядьками і двоюрідними братами, з якими спілкується сама. Вона може познайомити сина з доброзичливим і перевіреним шкільним учителем, священником або імамом. Ці чоловіки можуть стати гарною моделлю для наслідування її сином.



НОТАТКИ ПРО ІСЛАМ І РОЗЛУЧЕННЯ

Одна з основних причин збільшення кількості самотніх батьків – зростання числа розлучень. У деяких культурах і релігіях розлучення заборонене (в Бразилії до 1977 р., в індуїзмі, на Філіппінах для католиків). Іслам засуджує розірвання шлюбу, але все ж дозволяє його при дотриманні деяких процедур. Перед розлученням мусульманин повинен заручитися клопотанням сім'ї і пройти через арбітражний суд.

Іслам наполягає: родичі повинні зробити все можливе, щоб не допустити розвалу родини, особливо якщо в ній є діти. Пророк сказав: «Саме ненависне перед Господом, але дозволене – це розлучення» (Ібн Маджа). Іншими словами, Іслам і інші віросповідання визнають, що шлюб може розпастися. Це сумно, але таке трапляється.

Батьки повинні намагатися врятувати шлюб. Якщо ж розлучення не уникнути і в родині є діти, батьки повинні бути чесними з ними.

- Необхідно ретельно ввести дітей в курс справи, не приховуючи факти і не вигадуючи якісь фантастичні історії. Батьки повинні ясно пояснити, чому вони розходяться, що це не провина дітей, що їх люблять, як і раніше. Не можна просто зникати без пояснень – це може залишити в дитячій душі жорстокість. Батькам може здаватися, що, просто ставлячи дитину перед фактом догляду одного з них, вони допомагають їй уникнути болю, але насправді діти сприймають це по-іншому: вони думають, що батьки не люблять їх навіть настільки, щоб сказати правду або хоча б попроситися.
- Ні в якому разі не змушуйте дітей приставати на чийсь точку зору або чийсь сторону.

Точнісінько так само у випадку створення нової сім'ї не треба примушувати дітей приймати нову людину як «тата» або «маму», – це викличе суперництво і ревності. Для дітей простіше прийняти вітчима як «нового чоловіка моєї матері» (аналогічно мачуху – як «нову дружину батька»), ніж намагатися уявити, що ця людина повинна витіснити його рідних батька чи матір.

Вплив розлучення на дітей

Вплив розлучення на дітей часто включає негативний вплив на багато сфер життя, включаючи: сімейні відносини, матеріальне становище, емоційне благополуччя, психологічну адаптивність, навчання і успішність, а в майбутньому і здатність заробляти. Зі зменшенням кількості шлюбів і збільшенням розлучень все більше дітей живуть з одним батьком або в розлученій сім'ї. Рівень бідності значно вищий серед тих, хто живе у цивільному шлюбі, ніж серед одружених пар. США має найвищий рівень бідності серед самотніх матерів серед переважаючого робочого прошарку (демографія, 2012). У США діти, батьки яких розлучилися в 2009 році, швидше за все жили з матерями (75%), і тільки 25% з татом. Вони також з більшою ймовірністю опинилися за межею бідності (28%) у порівнянні з іншими дітьми (19) і частіше жили в орендованих будинках (53), ніж інші діти (36).

Жінки, які розлучилися за останні 12 місяців, в два рази частіше потрапляли за межу бідності, ніж чоловіки (22 проти 11) (Бюро перепису населення США, 2011).



Батьки і колишнє подружжя повинні спілкуватися з усіма членами сім'ї з добротою, повагою і терпінням. Коран радить нам поводитися в разі розлучення так:

Розлучення можливе два рази. Після цього потрібно або утримати дружину за звичаєм, або відпустити її з миром. Вам не дозволено привласнювати щось із дарованого їй, хіба як обоє ви боїтесь, що не дотримаєтесь обмежень Аллага. А якщо ви боїтесь, що вони не дотримаються обмежень Аллага, то не буде їм гріха, якщо вони відкуплять розлучення. Ось такими є обмеження Аллага, тож не порушуйте їх! А ті, які порушують обмеження Аллага, ось вони і є нечестивцями! (2:229)

При розлученні просто необхідне значне терпіння. Треба розуміти, що деякі діти ніколи не зможуть прийняти нових батьків; в цьому випадку нічого не залишається, окрім як покластися на час і намагатися бути добрими і дипломатичними. Буває, що розірвання явно невдалого шлюбу, в якому в родині не вдалося створити щасливу атмосферу, виявляється для дітей полегшенням. Однак діти, визнаючи, що, наприклад, без батька чи матері їм краще, можуть не переставати їх любити, хотіти, щоб вони були поруч, сподіватися, що все ще може налагодитися. Турботливі «нові батьки» – чоловік і жінка їхніх біологічних матері або батька, – повинні сказати дитині: «Я не твій батько (мати), але я чоловік (дружина) твоєї матері (батька), та я буду піклуватися про тебе». Нові батьки можуть досягти з нерідними дітьми прекрасних дружніх відносин на все життя.

Батьки-одинаки підлітків стикаються з іншими проблемами. Вони не повинні намагатися зробити дітей надмірно залежними або перетворити їх на заміну відсутнього партнера, вимагаючи виконання зовсім не дитячих обов'язків. Підлітки-хлопчики – НЕ чоловіки, а підлітки-дівчатка – НЕ дружини.

Тато-одинак або мати-одиначка повинні надавати дітям свободу їхніх власних інтересів поза домівкою. Не має значення, наскільки нещасним відчуває себе батько, він не повинен бути егоїстичним. Відомі випадки, коли підлітки виявляються занадто «прив'язані» до батьків, націлені на реалізацію лише їхніх амбіцій,

навіть на шкоду шкільної освіти, не кажучи вже про ризик фізичного і розумового насильства.

Діти, народжені поза шлюбом, відрізняються від дітей овдовілих батьків або з розлучених сімей. Основна відмінність виникає внаслідок почуття зв'язку з батьком.

Померлий батько все ще дає дітям необхідне почуття комфорту, – вони відчувають цю спорідненість і зберігають деяку сімейну ідентифікацію, що, незважаючи на труднощі, допомагає їм при підтримці матері відчувати більшу захищеність, ніж одноліткам, у яких є обидва батьки і начебто більш благополучне життя.

Поради розлученим батькам

- не засуджуйте дитячу прихильність до другого з батьків;
- намагайтеся підтримувати нормальне спілкування з колишнім чоловіком, його/ її сім'єю і дітьми;
- підтримуйте впевненість дітей у любові до них обох батьків;
- поясніть дітям, що розірвання шлюбу батьків ніяк не вплине на ваші стосунки з дітьми.

Важливість сімейного союзу в Ісламі

Іслам надає дуже великого значення збереженню сім'ї. Коран наголошує, що люди – найбільш досконалі й гідні зі створених Богом, призначені Творцем бути Його довіреними на землі. Звичайно, вони повинні бути відповідним чином навчені і підготовлені до турботи про інших (*істіхляф*), і не випадково, що етап дитинства у людей триває набагато довше, ніж у тварин. Початковою точкою такої «родинної школи освіти» повинні стати відносини майбутніх батьків.

Ці відносини будуються не на ділових умовах або юридично оформлених обов'язках (хоча «сімейні закони» важливі як офіційні регулятори). Відносини чоловіка і дружини повинні бути побудовані на співучасті (*мавадда*) і співчутті (*рахма*). Без цих двох складових бажання батьків (викладені в аяті 25:74) про щасливу домівку і небажаних дітей не можуть бути виконані. Неповні сім'ї теж повинні бути співчутливі та чуйні по відношенню до дітей.

*[Ті], які говорять: «Господи наш!
Даруй нам насолоду для очей у
дружинах наших і в нащадках
наших і зроби нас взірцем для
богобоязливих!» (25:74)*

Сім'я необхідна людям, щоб повністю усвідомити свій розвиток і досконалість, закладені в нас Творцем.

Наш зовнішній вигляд, розміри, фізичні здібності, психологічні, розумові та духовні особливості кожного з нас – все задумано в гармонії. Всевишній благословив нас народом, суспільством, нацією.

Ми створили людину в найкращій подобі (95:4).

Протягом життєвого шляху ми проходимо дивовижний шлях: від крихкості і слабкості немовляти через етап дорослішання і навчання до вершини сили і повертаємося до слабкості старості (поєднаної з втратою сил, знань, пам'яті). Згодом і батьки психологічно ростуть, ділячись здібностями і навичками з дітьми, онуками, іншими членами сім'ї.

Здорове інтимне життя неможливе без наявності чоловіка. Саме всередині освяченого інституту шлюбу чоловік і жінка можуть відчувати благодать інтимності. Як сказано в Корані:

Вони – наче одяг для вас, а ви – наче одяг для них (2:187).

Після укладення сімейного союзу з'являються нові прагнення: бажання мати дітей для повноцінної сім'ї.



На цій стадії можливі 4 сценарії розвитку подій, кожен зі своїми психологічними наслідками: пара може виявитися бездітною, мати одних синів, одних дочок, або ж і хлопчиків, і дівчаток.

Аллагу належить влада над небесами й землею; Він створює, що побажає! Він дарує дівчинку, кому побажає, і дарує хлопчика, кому побажає, або й пару – доньку та сина; а кого побажає, залишає безплідним! Воістину, Він – Всезнаючий, Всемогутній! (42:49-50)

На весіллі власних дітей батьки знаходять психологічну винагороду, надію на появу онуків, усвідомлення, що їх існування продовжиться в майбутньому.

Діти відчують себе по-різному в сім'ях з однією дитиною та з братами і сестрами, а також з бабусями і дідусями, тітками і дядьками. Діти наділені багатством, якщо ростуть у великій родині, і ще більш багаті, якщо такі ж великі сім'ї були у їхніх батьків. Один і той же чоловік може виступити в іпостасях чоловіка, батька, брата, сина, дядька, жінка – відчуті себе дружиною, сестрою, матір'ю, бабусею...

Сім'я одного разу – сім'я назавжди!

Якщо ми завтра помremo, компанія або організація, в якій ми працюємо, знайде нам заміну протягом декількох днів, тоді як сім'я, яку ми покинемо, буде відчувати втрату до кінця своїх днів. А ми віддаємо роботі куди більше сил і часу, ніж сім'ї, – як це нерозумно!

Мама, тато, я – щаслива сім'я.

Цілі сім'ї виходячи з Корану

Хороша сім'я вчить цінностям, яким не навчають в школі. Наважуючись завести дітей, сім'я стикається з необхідністю розстановки пріоритетів. Діти – це не тільки засіб продовжити рід і запобігти вимиранню людства. Цілі сім'ї повинні поширюватися на багато далі, ніж просто відтворення собі подібних. Коран говорить:

О люди! Бійтесь Господа вашого, Який створив вас із однієї душі та створив із неї другу до пари; а з них ще й інших чоловіків та жінок і розселив їх. Тож бійтесь Аллага, ім'ям Якого ви звертаєтесь одне до одного, і дотримуйтеся родинних зв'язків. Воістину, Аллаг наглядає за вами! (4:1)

Людина з'явилася з єдиного духу (*нафс*), з духу ж була створена його супутниця життя, і від них пішли інші чоловіки і жінки. Хоча аят говорить про поодинокий випадок, його дія поширюється в часі і просторі.

Аллаг створив ваших дружин із вас самих, а з ваших дружин створив дітей, онуків і надлив їх благами. Невже вони вірують у неправду й не вірують у милість Аллага? (16:72)

Думка про те, що люди були створені для виконання певної ролі на землі, розкривається в наступному аяті:

І коли сказав Господь твої ангелам: «Я поставлю намісника на землі!» – то вони запитали: «Ти хочеш поставити там того, хто чинитиме безчестя та проливатиме кров, тоді як Ми прославляємо Тебе хвалою та славимо святість Твою?». Він відповів: «Я знаю те, чого не знаєте ви!» (2:30)

Аят визначає роль людини на землі: довірена особа і намісник (*халіфа*) Всевишнього. Функція такого намісника полягає в збереженні отриманого (*'іман*) і поширенні справедливості (*'адль*). Коран наполягає на тому, що життя – це випробування, і ми тут для того, щоб служити одному Богові:

Я створив джинів та людей лише для того, щоб вони поклонялися Мені. (51:56)

Тобто цілі сім'ї такі: служіння Богу, намісництво, повага до Божественної допомоги і щедрості, підтримка родинних зв'язків, дотримання прав один одного.

Всевишній докладно пояснює відносини між подружжям, кажучи про спокій, любов і співчуття:

Серед Його знамень – те, що Він створив вам дружин із вас самих, щоб ви знаходили в них спокій, і встановив між вами любов і милосердя. Воістину, в цьому – знамення для людей, які думають! (30:21)

Хоча Коран говорить про важливість любові в сім'ї, це не найвища любов у житті. Серед атрибутів Аллага – Співчуття, Правосуддя і Мир. На першому місці знаходяться любов до Всевишнього і Його Посланця:

Скажи: «Якщо ваші батьки, діти, брати, дружини, родини, накопичене майно, торгівля – застою в якій боїтесь – і любі вам житла миліші за Аллага, Його Посланця й зусиль на Його шляху, то чекайте, поки Аллаг не явить наказу Свого! Аллаг не веде прямим шляхом людей нечестивих!» (9:24)



Основа життя – любов до нашого Творця, і це – найвища сходинка любові. Ми любимо своїх батьків, дітей і близьких, навіть коли вони вчиняють негарно по відношенню до нас, саме тому, що любов між людьми відбувається і залежить від любові до Всесильного Бога. Він дарує нам Свої щедроти, навіть коли ми чинимо неправильно.

О люди! Бійтесь Господа вашого, Який створив вас із однієї душі та створив із неї другу до пари; а з них ще й інших чоловіків та жінок і розселив їх. Тож бійтесь Аллага, ім'ям Якого ви звертаєтесь одне до одного, і дотримуйтесь родинних зв'язків. Воістину, Аллаг наглядає за вами! (4:1)

Наказав вам Господь твій не поклонятися нікому, крім Нього, а також ставитися якнайкраще до батьків. (17:23)

У цьому колі любові і турботи мати випереджає батька, і саме тому про неї слід дбати в першу чергу.

Коли якийсь чоловік запитав Пророка: «Хто гідний моєї турботи і захоплення (бірр) в першу чергу?», Той відповів:

«Твоя мати, твоя мати, твоя мати; потім – Твій батько» (Аль-Бухарі).

Слуги Милостивого (*'ібад ар-Рахман*) сподіваються на виконання двох бажань – щасливої родини і благочестивої влади:

[Ті], які говорять: «Господи наш! Даруй нам насолоду для очей у дружинах наших і в нащадках наших і зроби нас взірцем для богобоязливих!» (25:74)

Підтримка атмосфери радості і комфорту – завдання кожного в родині, включаючи батьків, дідусів і бабусь, дітей і онуків. Друге важливе завдання – виховання благочестивих лідерів. Для її досягнення треба вчити дітей турботі про інших, служінню Творцю, бережного ставлення до землі (*'іман*), любові до Бога і Його Посланця. Якщо ігнорувати ці найважливіші принципи, злагода у сім'ї буде недовговічною.

Ми відчуваємо батьківське щастя, коли бачимо, що наші діти поведуться правильно і відповідно їх місії.

Прийміть ці положення, постарайтеся їх виправдати і поясніть їх своїм дітям в ході їхнього змушнення. Це спосіб закласти насіння чесноти і гідності в серце і розум дитини. Навіть якщо дитя в процесі дорослішання забуде про Бога, насіння віри проростуть і принесуть плоди. Чистота віри в ідеалі повинна бути передана дитині з молоком матері. Закладіть фундамент для формування характеру. Передайте дитині правильні пріоритети на самому початку шляху. Така основа зміцнить здатність дитини протистояти оточуючим спокусам.

У справі захисту суспільства ми не можемо покладатися лише на державні інститути. Внутрішня система цінностей дитини, почуття самоповаги і сила самоконтролю – самі ефективні і механізми захисту. Справа батьків – допомогти дітям отримати користь з мудрості Боже-ственного Одкровення, надаючи серйозного значення вірі, чесності і співчуттю з самого початку їх життєвого шляху.

ЩО СТАЛОСЯ З ІСЛАМСЬКОЮ СІМ'ЄЮ?

За останні десятиріччя родинні цінності явно підупали. Зростання кількості розлучень, неповних сімей, пар, що співмешкають і незареєстрованих шлюбів, бідності і незахищеності позначилося як на дітях, так і на батьках. На жаль, не захищеним від цих змін виявився і традиційний мусульманський сімейний союз. Здається, що сама мусульманська сім'я задумана, щоб бути взірцем успіху і стабільності; проте ж її руйнуванню сприяє ціла низка причин, і, в першу чергу, криза всієї умми. Погіршення економічних умов, недолік освіти, маргіналізація щирої віри, – всі ці чинники справили негативний вплив на мусульманський шлюбний союз.

Коран радить мусульманам читати (*ікра*), міркувати (*йа'килюн*), думати (*йатафаккарун*), споглядати (*йатадаббарун*) і осмислювати (*йафкагун*). Чому ж рівень неписьменності серед мусульман – один з найвищих, а вони загрузнули в забобонах? За останні сторіччя мусульмани були піддані завоюванням, побиттю, припущенням. Більш того, позбавлені своїх земель, доброї долі та надії, вони сформували спотворений погляд на світ, втра-

тили чистоту своєї культури, знизили рівень впевненості в собі.

Вони втратили свій характер і віддають перевагу грошам та владі над моральними якостями і добром. Лінощі і жадібність переважили над безпекою і спільними інтересами. Умма зіткнулася з корупцією, хворобами, бідністю і голодом.

Бездумна гонитва за матеріальним достатком і фізичними задоволеннями деморалізувала і батьків, і дітей. Головний будівельний матеріал суспільства – сімейний осередок – почав руйнуватися. Замість того, щоб виховувати гідних громадян – сміливих, творчих, впевнених у собі і відповідальних за свої вчинки, – мусульманські родини вирощують дедалі більш розбещених та егоцентричних дітей.

Такі діти спроможні лише брати, але не давати, вони зациклені на собі та не готові бути турботливими, вони марнотратні і навіть небезпечні для суспільства, вони не корисні для нього.

Багато батьків-мусульман страждають від неграмотності, неосвіченості і апатії. Їхні діти часом не мають можливості придбати знання та навички, навіть якщо прагнуть до цього. Деякі мусульманські держави залишаються під владою тиранічних режимів.



Багато мусульман стикаються з наступними проблемами:

- нестача свободи думки внаслідок ідеологічних утисків;
- відсутність свободи слова;
- брак можливостей для ведення та розвитку бізнесу через корупцію і погане управління;
- обмеження прав жінок;
- неможливість реалізувати політичні свободи, вибирати своїх лідерів.

Зі всіма цими викликами неможливо впоратися миттєво. Але мусульмани завжди можуть почати з того, що залежить від них – з поліпшення виховання своїх дітей. Щоб виростити добродесних, успішних людей і гарних громадян, мусульманам необхідно відмовитися від звичного авторитарного стилю виховання і серйозно реформувати свої виховні принципи.

РОЗВИТОК ДИТИНИ І ПРОГРЕСИВНА СИСТЕМА НАВЧАННЯ

Не можна сказати, що не робилося жодних спроб зупинити деградацію мусульманського світу, адже багато реформ навіть були втілені в життя.

Проте важливе питання початкової освіти залишилося за рамками реформування. Праця великих вчених, які вірою та правдою послідовно прагнули відродити велич умми, торкнулася багатьох дисциплін (включаючи теологію, філософію, політику, соціологію та економіку). На жаль, недуги добродесної нації не були вилікувані; велетенський потенціал і можливості мусульманських громад не були ефективно використані. Розрив між

мусульманами і немусульманами в творчій активності, продуктивності та здобутках наук і технологій з плином десятиліть лише збільшується.

Завдання вчених і викладачів – знайти причини цього і розробити рішення, але вже зараз зрозуміло, що починати треба з дошкільного і домашнього навчання. Поки дитяча психіка і потенціал не опиняться в центрі уваги батьків і педагогів-реформаторів, мусульманський світ буде продовжувати страждати від занепаду і втоми.

Мусульманські реформатори зосереджувалися, насамперед, на ритуалах, їхніх правових та політичних аспектах.

Чимало сучасних світських лідерів йдуть іншим шляхом і сліпо копіюють шаблони західних колег; народ залишається з порожніми обіцянками і надіями, які ніколи не виконуються. Релігійні реформатори, переповнені емоціями і сентиментальністю і надихаючись досягненнями «золотого століття Ісламу», часом роблять незрозумілі пропозиції, але ніколи не звертають увагу на роль жінок (дружин і матерів) у вихованні дітей. Наслідком цього і є брак літератури, присвяченої дитячому розвитку, освіті і вихованню.

Відгук мас на заклики реформаторів, – і традиційно-релігійні, і сучасно-світські, – був слабким і інертним; більшість мусульман якщо і відгукувалися, проте не були здатні на активні дії. Тим більше не було запропоновано по-справжньому сплановано-



ваних стратегій, заснованих на розвиненій методології і глибокому аналізі проблеми: реформатори недостатньо брали до уваги як комплекс Божественних законів (*аль-сунан аль-ілягійя*), так і природничо-наукових і гуманітарних наук.

Мусульмани повинні усвідомити важливість і наслідки виховання хороших дітей. Більшість сподвижників Пророка до моменту заклику вже були дорослими людьми, але їх виховали вільними, відважними, не придушеними тиранією.

Коли Пророк розпочав свою місію, йому було 40 років, Абу Бакру – 37, Осману – 30, Омару – 26, Алі – 8, а дружині Пророка, Хадіджі – 55. Пророк звертав увагу на важливість правильного виховання дітей: «Кращі з них будуть кращими до та після прийняття Ісламу, якщо вони розуміють його (Іслам)». Базові якості особистості були закладені в дитинстві, і не є важливим чи це сталося в до-ісламський або вже в ісламський період.

Вірі і навичкам дитини можна навчити і пізніше, а поганий характер вже не виправити. Фундаментальні цілі та цінності зафіксовані в Корані, але перші кроки до їх досягнення – на совісті батьків. Батьки повинні прагнути до раннього розвитку особистості дитини, залучаючи психологію, соціологію, спілкування і освіту. Хоча основні людські потреби і цінності не змінюються, слід уважно вивчити, розвинути і застосувати на практиці наявні моделі виховання.

Усвідомлення важливості доброго виховання і того, що стан народу, значною мірою, залежить від підготовки дітей, призвело до створення низки курсів з реалізації виховних навичок як для батьків, так і для тих, хто тільки готується ними стати.

Результати їх діяльності необхідно донести до широких мас – адже занадто вже

дорого для нації вартує нехтування цим шляхом розвитку.

Для того, щоб реформувати дошкільну освіту, необхідно врахувати існуючу систему освіти мусульманського світу. Мусульманські школи критикують за брак розуміння дитячої природи, – наприклад, дитячі ігри часто розглядаються в них лише як зло. Навчальний курс розроблений без розуміння ступенів дитячого розвитку; він примусовий, сухий і жорсткий, не бере до уваги дитячу допитливість, рухливість, схильність до змагальності і активних ігор; він заснований на механічному запам'ятовуванні і зубрінні.

В ісламському світі історично склалися два типи шкільного навчання.

Перший – збалансований освітній курс, розроблений для дітей правлячої еліти і багатіїв. Їх навчали висококваліфіковані і чуйні вчителі, звані в палацах муаддіб (*му'аддіб*). Метою такого навчання була «поштучна» підготовка дітей до свідомого лідерства. Такі правителі, як Муавія ібн Абу-Суфьян, Абдул-Малік ібн Марван, аль-Хаджадж ас-Сакафі, Гарун ар-Рашид і багато інших навчалися у найбільших вчителів свого часу. Муаддіби мали можливість навчати дітей релігійним дисциплінам, літературі, наукам про культуру і прищеплювати практичні навички. Природним недоліком такої індивідуальної освіти було позбавлення дитини плюсів навчання в групі.

Повну протилежність цьому типу освіти представляли школи куттаб, де навчали тільки уривків з Корану і основам арифметики. Учитель застосовував фізичні покарання для дотримання дисципліни, забороняв дітям гратися і використовував зубріння як основний метод досягнення результатів.



Подібна історична подвійність системи освіти зберігається в деяких мусульманських країнах і донині. Багаті батьки посилають дітей до приватних шкіл на Батьківщині або за кордоном, бідні – в погано обладнані державні школи. Приватні гімназії, як правило, мають у своєму розпорядженні непогані фінансові ресурси і можуть наймати висококваліфікованих учителів, розробляти програми виходячи із зарубіжних освітніх напрацювань, викладати додаткові спеціальні дисципліни, а також надавати до послуг учнів лабораторії, наочні посібники, бібліотеки, комп'ютери і спортивні майданчики, про які державні школи можуть тільки мріяти. На жаль, ці дорогі приватні школи випускають учнів, які байдуже або презирливо налаштовані до своєї культури, права, релігії. Необхідно щиро визнати, що ані на Заході, ані на Сході не існує збалансованої системи виховання.

Дитина перетворюється на справжню жертву поганої освіти. Коли діти стають дорослими, складно надолужити брак можливостей виростити і дати освіту більшій частині суспільства. Якщо ми хо-

чемо відродити умму, ми зобов'язані змінити нашу систему виховання аналогічно системі шкільної освіти. Існує гостра необхідність зосередитися саме на ранніх роках життя дитини. Щоб досягти успіху, потрібно звернутися до його перших вчителів – батьків: без сумніву, вони – вчителі духу і будівельники характеру.

Суспільство, яке прагне змін, має усвідомлювати, що виховання – це ключовий фактор досягнення добробуту: морального, духовного і матеріального. Передусім, слід реформувати наші уявлення про виховання. Підхід до виховання має спиратися на серце і розум: розум звертається до причинно-наслідкових зв'язків, логіки і розробки стратегій, серце – до почуттів, любові, такту та інтуїції. Повновартісне виховання має включати і наукові знання, і художнє чуття.

Розбудова цивілізації (*імран*) потребує інститутів, які можуть бути успішними, тільки якщо вони будуть керовані чесними, творчими, перевіреними людьми, які працюють в тісному контакті. Виховання сильних розумом і тілом особистостей найкраще довірити батькам. Це завдан-



ня не можна перекладати на школи, ЗМІ, уряд, хоча всі вони можуть допомогти.

Ніхто не здатен краще захищати інтереси дітей, аніж батьки. Батьківські почуття характеризуються великою жертовністю та відданістю: кожна людина бажає собі самій бути кращою за всіх, але тільки батьки можуть побажати дітям бути кращими, ніж вони самі. Підготовлені батьки будуть щиро жертвувати собою і робити все можливе для того, щоб правильно виховати дітей. Коли з батьками говорять про те, що краще для їхніх дітей, вони слухають; вони тільки повинні зрозуміти, як їм цього досягти. Перший крок полягає в тому, щоб попередити батьків про їхню відповідальність. Виховання дітей – завдання на все життя, а не лише протягом перших п'яти років, хоча вони найважливіші. На цій ранній фазі тільки батьки є головним авторитетом, проте вони можуть ефективно впливати на формування характеру і стилю життя дітей, мудро направляти їх і надалі.

Опитуванням, проведеним спільно «Вашингтон Пост» і Гарвардським університетом, виділено такі пріоритети чималої кількості чоловіків і жінок: «Боротьба з психічним і економічним тиском, зміцнення сімейних зв'язків, плідне спілкування з дітьми, бажане перебування матерів вдома».

Хороше виховання, як витікає зі звіту, увінчує вершину пріоритетів.

Журнал Al-Uzra, 2005

Сімейний союз: західна модель

Показники вагітності підлітків значно впали в США з 1990-х: частота настання вагітності знизилася на 51 відсоток, і кількість підлітків, які народжують – на 57 відсотків (Національна конференція державних органів законодавчої влади, 2015).

Незважаючи на це, показники залишаються найвищими в світі серед промислово розвинених країн. Приблизно одна з 4 дівчат вагітніє до 20 років хоча б один раз.

Багато американців планують розваги на вихідні краще, ніж свої сім'ї. У своїй книзі «Потрібне село, щоб виростити дитину» (1996) колишній держсекретар Хіларі Клінтон заявляє, що кількість позашлюбних народжень зросла з п'яти відсотків у 1960 році до 25 відсотків в 1996 р. За даними бюро перепису населення США, в 2014 році це було 40,6 відсотків. Двадцять один відсоток дітей до 18 років живуть в бідності (США, бюро перепису населення). США має найвищий рівень вбивств серед дітей серед західних країн.

Вони займають сьоме місце в світі по вбивствам взагалі серед людей у віці 0-19, з більш ніж 3000 вбивств, скоєних молодими людьми, зареєстрованих в 2012 році (UNICEF 2014 року). Згідно даних CDC (Центр з контролю і профілактики захворювань), в 2013 році самогубства були другою провідною причиною смерті серед осіб у віці 15-24 (4878 смертей) і третьою провідною причиною смерті дітей віком 10-14 (386 смертельних випадків).

З 1 659 випадків смерті в результаті самогубства серед 15-19-річних в 2010 році, 40 відсотків були з застосуванням вогнепальної зброї. США має найвищий рівень володіння зброєю в світі – в середньому 88 на 100 чоловік (the Guardian 2012). У 2011 році 5 відсотків старшокласників проносили зброю на територію школи (Національна асоціація шкільних психологів). США має найвищий відсоток вбивств із застосуванням вогнепальної зброї на душу населення серед усіх розвинених країн (The Washington Post 2012). Є й інші негативні проблеми. Діти, багаті і бідні, страждають від жорстокого поводження, зневаги і емоційних проблем, яким можна запобігти. Ожиріння у дітей і підлітків подвоїлося більш ніж в чотири рази за останні 30 років. У 2012 році більше однієї третини дітей і підлітків мали надлишкову вагу або страждали від ожиріння (CDC (Центр по контролю і профілактиці захворювань)).

У 99% американських будинків є телевізор і більше половини всіх дітей мають телевізор в своїх спальнях. Перегляд телевізора є найчастішою активністю дітей, після сну.

Американські діти проводять в середньому чотири години біля телевізора в день, тобто приблизно 28 годин на тиждень, що займає більше часу, ніж вони

проводять в школі. Типова американська дитина бачить більше 200 000 актів насилля, в тому числі понад 16 тисяч вбивств у віці до 18 років. Телевізійні програми відображають понад 812 актів насилля за годину; дитячі програми, зокрема, мультфільми, відображають до 20 насильницьких дій щогодини (Американська академія дитячої та підліткової психіатрії). Фільми, музика, відео, відеоігри та Інтернет все також містять високий рівень насильницьких дій, що здійснюються в молодіжному середовищі. Численні дослідження довели, що основними наслідками медіа-насилля є агресія, втрата чутливості і страх. Кілька великих досліджень також пов'язують занадто частий перегляд телевізора з низькою успішністю в школі, проблемами з концентрацією уваги і діагностованими проблемами, такими як синдром дефіциту уваги з гіперактивністю. В 2008-2009 рр. Національне обстеження Фонду сім'ї Кайзер показало, що 8-18-річні в середньому 7 годин і 38 хвилин на день використовують різні засоби масової інформації, але оскільки вони часто використовують більше одного гаджета в цей час, то в цілому витрачається 10 годин і 45 хвилин в цей проміжок.

Як, наприклад, пояснити дитині, що Уотергейтський скандал 1972 був спровокований протизаконним прослуховуванням в штабі Демократичної партії США, якщо він бачив безліч подібних вторгнень по телевізору і вважає це героїчним вчинком?

Діти не сприймають вбивство як злочин – те, що щодня можна побачити на екрані по багато разів, стає частиною повсякденного життя.

Батьки повинні знати про ту інформацію, з якою стикаються їхні діти, і актив-



но вимагати зменшення потоку негативу. Величезна кількість літератури по вихованню, доступної в Америці, не виробляє належного ефекту. Ми повинні зрозуміти, чому, незважаючи на таку кількість порад і досліджень, західне виховання терпить крах.

Голівуд привчає звертати увагу на зовнішність, а не на інтелектуальні досягнення або моральні якості. У громадських парках стоять оголені статуї. На конкурсах краси оцінюється лише досконалість тіла, а не духовність і поведінка. Це настільки прибуткове заняття, що існують навіть конкурси краси кішок і собак! Іслам стверджує, що Бог прекрасний і Він любить Красу; але мається на увазі краса характеру, моральних норм і цінностей!

Коли мова йде про проблеми сімейних відносин, наркоманії, сексуальної розбещеності, то сам кут зору на ці питання диктує пошуки рішень.

Якщо ми вважаємо проблеми економічними, то рішення лежить в області фінансів; якщо це хвороби суспільства, то нам потрібні інструменти соціального

впливу; якщо проблема фізична, то і відповідь слід шукати в самій природі. Наприклад, вважається, що проблема наркотиків полягає в їх виробництві, а не у вживанні, тому держави витрачають величезні ресурси на боротьбу з наркотрафіком. Основну увагу приділено економічному чиннику проблеми. На практиці це не допомагає, і наркобарони продовжують багатіти на своїй брудній торгівлі.

Прийшов час поставитися до проблем не лише з позицій фінансових витрат або вигід, але як до моральних, духовних і соціальних факторів і вирішувати їх відповідно.

ПОШИРЕНІ ОМАНИ ПРО ВИХОВАННЯ В США

Розбіжність цілей і засобів в американському суспільстві створює плутанину в свідомості дітей. У книзі «Чому Джонні не відрізняє погане від хорошого» (1993) Вільям Кіпатрік демонструє, що батьки хочуть від своїх дітей чесності, відповідальності, порядності, самоконтролю і поваги. Що ж заважає батькам розвивати ці якості в своїх дітях? Відповідь частково полягає в низці поширених міфів про виховання. Ми розглянемо їх детально в окремому розділі, але тут наведемо кілька найбільш характерних для американської сім'ї прикладів.

а) США з'явилися завдяки ідеї жорсткого індивідуалізму, тому тепер діти повинні виховуватися без примусу.

Уявімо, що якийсь чоловік втік від влади, пішов у ліс, побудував будинок, знайшов їжу і став жити-поживати, захищаючи свою родину від звірів, злодіїв і уряду. Колись християнські паломники прийшли на територію Тринадцяти колоній, велика

частина яких тоді не мала сталого уряду, щоб уникнути утисків влади Великобританії, Франції та Німеччини.

Багато американців, щоб скористатися ідеями обмеження державної влади, вважають, що дітей треба виховувати так само – без авторитетного керівництва або з обмеженням такого.

Але справа в тому, що дітям, на відміну від дорослих, просто необхідні батьківський авторитет, досвід і турбота, щоб виростити з них люблячих людей.



б) Міф про «поганого хорошого хлопчика».

Американська культура насаджує образ «поганого хлопчика», який виявляється цілком позитивним героєм. Показові приклади з минулого – герої американської літератури Том Соєр і Бастер Браун; сьогодні їм вторять маленькі негідники Денніс-Мучитель, Барт Сімпсон та інші симпатичні хулігани з фільмів і телевізійних передач. Ця традиція має величезний вплив на дитячий розум: слово «поко́ра» отримує в дитячому словнику негативний відтінок.

с) Міф, що любов сама по собі збереже дитячу «природну доброту».

Ще в XVIII ст. французький просвітитель Ж.-Ж. Руссо висловив ідею, що чеснота сама подбає про себе, якщо дітям дозволити рости, як їм заманеться. Батькам потрібно лише «любити» дітей: любов, за Руссо, означає відсутність втручання і повну свободу.

д) Міф про те, що фахівці завжди мають рацію і ніколи не помиляються.

Батьки зреклися своїх зобов'язань і віддали виховання дітей на відкуп «експертам». Більшість професійних вихователів проповідують міф про «природні чесноти», так що виникає ситуація, коли один міф виростає з іншого. Експерти занадто багато уваги приділяють розвитку унікальності, творчих завдатків і спонтанної природи дитячого характеру; багато фахівців радять батькам просто пристосуватися до дітей замість того, щоб вчити дітей дотримуватися правил і поважати авторитет.

е) Міф про те, що моральні проблеми невіддільні від психологічних.

Проблеми дитячої поведінки пояснюються порушенням самооцінки або незадоволеними психологічними потребами. Багато експертів незгодні з ідеєю, що більшість випадків неправильної поведінки є результатом бажань або явної дитячої впертості. Багато книг присвячені «самооцінці», тоді як слово «характер» ніде не зустрічається. Варто зазначити, що аналіз збірок статей про виховання дітей в журналах «The Ladies' Home Journal», «Women's Home Companion», «Good Housekeeping» («Жіночий домашній журнал», «Жіночий домашній довідник», «Домоведення») за

**Сім смертних гріхів у християнстві:
червоугодництво, жадібність, лінощі, заздрощі,
гнів, гордощі, хтивість.**

1900, 1910 і 1980 р. показав, що третина з них була присвячена саме розвитку характеру дитини.

f) Міф про те, що «батьки не мають права вкладати свої цінності в дітей».

Деякі стверджують, що діти повинні розвивати свої власні цінності. В реальності, у дітей мало шансів це зробити, – адже інші люди в суспільстві теж хочуть встановлювати свої цінності. Невже це не подурному – батьки будуть стояти осторонь і зберігати нейтральну позицію, поки всі інші (від сценаристів, артистів естради, рекламодавців до вчителів сексуальної грамотності) намагаються нав'язати їхнім дітям свої погляди? Один зі способів визначити цінності – подумати про гріхи.

g) Міф про те, що неповна сім'я може бути такою ж хорошою, як і повна.

Формування характеру – складне завдання, навіть якщо знати, як це робити.

Розлучення ускладнює формування характеру дитини. Статистика розлучень лякає, вона охоплює половину американських сімей. Діти з неповних сімей наражаються на більшу небезпеку стати жертвами наркотиків, злочинів, емоційних проблем і небажаних вагітностей.

Визнаючи це, ми, тим не менш, стверджуємо, що діти зі всіх сімей мають однакові шанси на позитивний психологічний розвиток. Британський психіатр Д.В. Віннікот використовував характеристику «досить хороша мати», маючи на увазі, що

для розвитку здорової особистості дитини матері досить ставитися до дітей з «материнською турботою, що має першорядне значення». Це також відноситься і до батьків і матерів в неповних сім'ях. Батько, який дбає про своїх дітей, навіть якщо він самотній, звичайно, краще, ніж батько в повній сім'ї, що не піклується про дітей. Більш того, якщо самотня людина отримує допомогу членів великої родини і має по-дружньому налаштоване оточення на роботі (якщо працює), то може зробити для виховання куди більше, ніж байдужий батько з повної сім'ї (вище ми вже говорили про самотніх батьків).



h) Міф про «суто світську сім'ю» як кращий приклад для наслідування.

У єврейській, грецькій і римській культурах, і навіть в Америці у XVIII-XIX століттях уявлення про святість сімейного вогнища було правилом, а не винятком.

У будинку проводилося безліч ритуалів, читалося Писання. Значення домівки виходило за межі будівлі і сумісного проживання. Розуміння сім'ї як сакральної в самій собі і одночасно включеної в ще більше сакральне обрамлення додавало авторитету батькам і сили родинним зв'язкам. Сім'ї, які віддані дітям, намагаються закласти в них розуміння залученості в єдиний процес: вони продовжують віру, традицію, ремесло, філософію або розуміння того, якими речі повинні бути. На жаль, багато сімей сьогодні ні про що не піклуються. Жодних «маленьких храмів» або «маленьких держав», – швидше «маленькі готелі і ресторани»: місце, де хтось тимчасово зупиняється без всякого відчуття єдності. Сімейні цінності та етичні принципи стали тривіальними, перетворилися на маргіналії.

Які фактори трансформували сім'ю з громади в збори індивідів, кожен з яких дбає лише про власну зручність? Можна звинуватити в цьому багатьох сучасних американських психологів: вони роблять акцент не на сім'ї і шлюбі, а на поділі й індивідуалізмі.

Альфред Адлер, творець однієї з основних сучасних теорій американської психології, назвав її «індивідуальною психологією» (гуманістичне вивчення тенденцій, почуттів, емоцій і спогадів в контексті повного життєвого плану суб'єкта). Др. Сардар Танвір, професор Університету Цинцинатті, стверджує, що категорії «я» і «сам» насаджуються вчителями в школах: «Вирішувати повинні ви самі, а не ваші батьки», «Робіть, як ви самі бажаєте». Наприклад, дівчинка заявила бабусі: «Ти не можеш мені вказувати, ти навіть не моя мати!», на що бабуся заперечила:

«Але я – мати твоєї матері!» (Семинар в центрі ВМТД, 1997). У насправді духовному середовищі діти «отримують вказівки не від батьків, але швидше всі члени родини звіряються з Богом і діють виходячи зі свого розуміння заповідей Всевишнього, викладених у священних книгах. Наявність ясних релігійних правил, що пояснюють відмінність поганої поведінки від хорошої, робить релігійне виховання більш авторитетним, ніж виховання поза релігією.

Релігійна модель виховання дуже поширена на Сході, де зберігається традиційне розуміння сім'ї та сімейних ритуалів. В Америці ж ця традиція абсолютно розсіялася, і чи не єдиним сімейним ритуалом став спільний перегляд телевізора. Цей «ритуал» висміюється в мультсеріалі «Сімпсони», який за іронією долі теж показують по телевізору. Але, незважаючи на це, було б помилкою стверджувати, що східні культури є кращими, ніж західні.

Сімейні зв'язки в Америці сильно ослабли з поширенням «шлюбного контракту»: власні інтереси стають на перший план і замінюють положення про абсолютні зобов'язання.

Одного разу чоловік прийшов до Омара ібн аль-Хаттаба і сказав, що хоче розлучитися з дружиною, тому що не любить її. Омар ібн аль-Хаттаб відповів: «Горе тобі! Хіба сім'ї будуються тільки на любові? А як же твоя роль пастиря і турбота?»

Al-Hashmi, 1999.

З нашої точки зору, якщо члени сім'ї сприймають її як акціонерне товариство, створене для зручності, а не за принципом любові і обов'язку, то сім'я приречена. Виховання дітей, підтримка відносин у шлюбі, – все це вимагає постійної жертовності, яка виглядає ірраціональною з позицій товарно-грошових відносин.

Американські сім'ї, які живуть за заповітами християнства, моляться перед їжею і перед сном і відвідують літургії, слідуючи церковному календарю. Всі ці дії переповнюють їхні оселі здоровим глуздом і смислами. Будинок стає центром духовного життя, сакральним місцем, а головним у вихованні дітей стають моральний і духовний розвиток дитини. Особлива увага приділяється шануванню старших, дідусів і бабусь, інших родичів. Члени сім'ї тісно спілкуються один з одним, і релігійні свята стають приводом для щасливого воз'єднання. Нічого дивного, що і діти з ортодоксальних юдейських сімей рідше стикаються з наркозалежністю, насильством, безвідповідальним сексом та інши-

ми бідами, звичайними в мегаполісах. Те ж саме можна сказати і про традиційні мусульманські сім'ї.

ПОВЧАЛЬНИЙ ПРИКЛАД МАСОВОГО ВБИВСТВА В ШКОЛІ «КОЛУМБАЙН»

20 квітня 1999 року в Літлтоні, штат Колорадо, в школі «Колумбайн» відбувся напад учнів на своїх товаришів і викладачів із застосуванням стрілецької зброї і саморобних вибухових пристроїв. 15 людей загинули, 26 були поранені, близько сотні зазнали травм.

Кілька подібних інцидентів мали місце в школах Джорджії, Кентуккі, Арканзасу і Вірджинії. Дехто вбачав причину подібних подій в проблемах у сім'ї, інші говорили про надмірну кількість насилля в ЗМІ, а треті вважали, що корінь проблеми – в доступності зброї. Однак про деццю забули: персональна відповідальність за свої дії. Вірування, наміри і особиста позиція мають свої наслідки. Не треба забувати про таке:



- людське спілкування, освіта і вплив один на одного мають проповідувати гідні цінності;
- діти повинні чітко знати, що є хорошим, а що поганим;
- релятивістське уявлення про правду створює в суспільстві анархію: релятивісти стверджують, що погане і хороше залежать від обставин, а не від вічних принципів;
- здорова дитина повинна вчитися ключовим універсальним цінностям – правді, чесності, правосуддю і миру;
- добро і зло не повинні мати однакових шансів для існування і розвитку. Ми повинні вкладати в дітей правильні переконання і з коренем виривати негативні впливи.

Замість того, щоб захищати злочинців, виставляючи їх жертвами суспільства, слід вчити людей відповідальності за свої вчинки. Потрібно звирятися зі своїми принципами. Не варто стверджувати, що хтось на нашому місці вчинив би так само або навіть гірше. Поки повноцінному вихованню не буде приділено достатньої уваги, подібні інциденти будуть відбуватися знову і знову.

ВЧИТИ ЦІННОСТЯМ: ДЕБАТИ КОНСЕРВАТОРІВ І ЛІБЕРАЛІВ

У статті «Єдиний спосіб навчити дітей цінностям – допомогти їх відкрити» (Chicago Tribune, 1998) Ерік Цорн пише: «Соціальні консерватори надають особливого значення розвитку чеснот, етичного мислення і обумовленої мораллю поведінки.

Ніхто й не очікує, що діти самі здогадаються про правила арифметичних дій. Аналогічно і з етикою, моральними нормами і цінностями – цьому дітей повинні навчати батьки.

Діти не можуть за помахом чарівної палички обрости цими якостями, так само як вони не можуть раптом вивчити математику. В епоху зруйнованих сімей, зайнятих батьків і полегшених норм попкультури покладати всі надії щодо виховання характеру на позашкільне середовище – щонайменше наївно».

Ерік Цорн підтримує ідею виховання характеру в школі. Він зазначає, що ліві перешкоджають поширенню таких програм в школах, оскільки подібна система освіти не дозволяє готувати покірну, бездумну, вузьколобу і радикально налаштовану масу. Діти, які ростуть без виховання моральних цінностей, так само ущемлені, як і бідні, хворі, бездомні або ті, хто був підданий насильству.

Цорн цитує Ларрі Нуччі: «Позиція компромісу, яка розвивається, є свідомою того, що дітей не можна навчити правді з ложечки». Їх потрібно стимулювати думати над правдою і відкривати її. З іншого боку, вони не дорослі, і роль спрямовуючого начала дуже важлива. Суспільство повинно мати загально визнані цінності – ніхто не може вільно їх собі обирати». Алфі Кон відзначає, що дуже складно зробити це, не перетворивши подібне утворення на «збори проповідей і насаджуваних стимулів, створених, щоб змусити дітей працювати і робити, що їм наказують».

Кон говорить, що застосований зараз у сфері моральної освіти «метод багота і пряника» змушує дітей думати, що

чеснота – це «безумовне прийняття вже готових принципів». Цей спосіб розуміння не корениться в характері окремо взятого індивідуума і не призводить до формування здатності співпереживати, сумніватися, як і інших складних моральних навичок.

Увага школи до виховання характеру – необхідний захід, і це безумовно краще, аніж відсутність його зовсім.

Золота середина повинна бути наступною: не примушувати дітей до прийняття будь-яких цінностей, але і не кидати їх без допомоги і підтримки, тому що вони молоді і безпорадні. Батьки мають всі можливості, щоб допомогти дітям шукати і обирати етичні принципи самостійно.

Існує багато проблем, з якими стикаються сім'ї незалежно від місця життя. Безумовно, одним сім'ям доводиться важче, ніж іншим.

Урбанізація, індустріалізація і секуляризація впливають на сім'ї, які проживають в містах.

Ось тільки деякі етичні проблеми мегаполісів США, як це було зазначено авторами:

- позашлюбний секс став привабливим, захопливим і доступним; безладні статеві зв'язки рідко викликають осуд. Сексу до весілля не надається особливого значення. Презервативи роздають в школах і навіть деяких церквах;

- змішані танці, плавання і музика, що пробуджують сексуальне бажання, стають все більш поширеними;

- побачення, які включають фізичний контакт (поцілунки, обійми), стали частиною повсякденного спілкування, і батьки вчать цьому дітей як нормі;

- нормальним вважається оголюватися в публічних роздягальнях і душових. У деяких школах туалети можуть не мати дверей; відсутня приватність і у ванних кімнатах;

- деякі вчителі кажуть дітям, що «треба робити, як хочеш і відчуваєш» без моральних обмежень, і що хтивість і бажання треба випускати назовні і задовольняти.

Вони також говорять, що не Бог, а індивідуум є для себе головним суддею;

- розпивання спиртних напоїв є нормою і навіть рекламується;

- зловживання наркотичними речовинами процвітає. У США зброя і насиль-

ство поширені в школах і серед дітей в громадських місцях. Телешоу пропагують насильство;

- широкого поширення набули аборти. Розмір сім'ї скорочується;

- люди носять обтягуючий одяг, жінки яскраво фарбуються і напахчуються, щоб приваблювати чоловіків. Багато хто з них носить відкритий спокусливий одяг. При цьому ранні шлюби засуджуються, що призводить до безладних сексуальних зв'язків;
- збільшується число розлучень і неповних сімей;

- діти, які самі мають дітей, – це вже поширене явище.

Засудження підліткових шлюбів веде до зростання числа незаміжніх матерів. Для порівняння: в 1950-х рр. 85% матерів-підлітків були заміжніми (Olasky 1995);

- гомосексуалізм став легальною практикою. Багато штатів легалізували одностатеві шлюби;

- чимало літніх громадян утримуються в будинках для людей похилого віку, а не живуть з дітьми та онуками;

- цнота до шлюбу стала рідкістю. Незаймана дівчина після 20 років вже вважається «незатребуваною», непривабливою.

Більшість практикують секс до шлюбу; целібат – доля меншості;

- сім'я деградує, а сімейні зв'язки (*сілат ар-рахм*) і цінності стають слабшими;

- отримання сексуального задоволення з будь-ким, хто жадає цю людину, вважається особистою справою кожного;

- поширені хвороби, що передаються статевим шляхом, включаючи СНІД;

- сім'ї часто переїжджають з місця на місце, вони вкрай мобільні;

- жінки змушені покладатися лише на себе, і ніхто з родичів не зобов'язаний бути їм помічником і захисником, ані морально, ані фінансово;

- чоловіки і жінки більш незалежні і готові ризикувати. У багатьох сім'ях працюють обое батьків;

- відмінності між чоловіками і жінками зменшилися.

З позитивного боку, міські сім'ї в США і Великобританії мають багато переваг, засвідчених авторами:

- більше поваги до прав інших, цивілізованої взаємодії;

- вищий рівень життя;

- вищий рівень грамотності;

- налагоджена робота соціальних інститутів навіть на тлі ослаблення сімейних зв'язків;

- більше свободи і альтернатив для досягнення своїх цілей.

Для порівняння можна навести такі характеристики традиційних ісламських сімей:

- поширеність шлюбу між родичами;

- переважна авторитарність сімей. У порівнянні з США діти недостатньо впевнені в собі, боязкі і не готові до прояву ініціативи, бояться вступати в конфлікти з дорослими і лідерами;

- сприйняття міцних сімейних зв'язків як єдиної гарантії захисту;

- переважний вплив чоловіків, патріархальність: сім'єю, як правило, керує одноосібний глава без жодних консультацій з кимось іншим;

- деякі мусульманські родини недружні і негостинні; вони сприймають релігійні події не як радісні духовні свята, а як жорсткі ритуали.

Дедалі більше мусульманських сімей живуть в містах, і варто окремо виділити труднощі, характерні саме для мегаполісів.

Ці характеристики не означають, що якась із систем є кращою або гіршою. Вони наведені, щоб читачі задумалися і взяли найкраще з обох систем. На ділі вплив



Історії мусульман, що живуть в Британії

Бакрі з Мосула, Ірак, – слухач військового коледжу в Англії. У душовій коледжу всі миються оголеними, окрім нього, – він не знімає білизну. Йому довелося пояснювати офіцерові, що мусульмани не оголюють соромітні частини ('аврат), оскільки для них важливим є усамітнення.

Мухаммеда, який навчався в університеті Бірмінгема, Англія, його домовласниця запитала: «Чому в тебе немає дівчини? Ти гомосексуаліст?». Йому довелося пояснити, що секс в Ісламі дозволяється тільки між подружжям.

західної системи виховання на мусульманські родини досить значний, і результати цього впливу є як позитивними, так і негативними.

У світській системі освіти Бог перестав бути останньою інстанцією, домінуючою ідеологією став матеріалізм. Наукове розуміння Всесвіту звелось до встановлення причини і наслідку. Наука робить нові і нові дивовижні відкриття в космосі, але так і не виробила всебічного і збалансованого погляду на світ, що включає як видиму, так і приховану його частини.

Мусульманський погляд на світ включає Єдність Бога (*тавхїд*), довіру (*амана*), можливості для розвитку світу (*'іман – істі-хляф*) з повною відповідальністю за майбутнє.

ЗАХІДНИЙ ВПЛИВ НА МУСУЛЬМАНСЬКЕ ВИХОВАННЯ

Розперезання західних ЗМІ, світських освітніх програм і психологічних практик вплинуло і на мусульманські родини.

У книзі «Шляхи до вільної мусульманської освіти в мусульманських державах» Абу Аль-Хасан Аль-Надві закликає до зваженої реформи освітньої системи.

Він відзначає негативний вплив західних систем навчання, які дестабілізують особистість і послаблюють віру. Вже виросло ціле «втрачене покоління», зіпсоване адміністраторами та керівниками шкіл, представники якого борються з релігією, переслідують віруючих, приводять свої країни до економічної кризи. Перенесення західних стандартів на мусульманське суспільство призводить до того, що молоді люди збентежені, не здатні боротися за моральні принципи, не можуть розробити збалансований погляд на світ, в якому матеріальне доповнювалося б духовним.

Те, що є хорошим в інших умовах, не завжди підходить для мусульманських дітей. Коли американські вчені висловлюються на тему успіхів японських шкіл, вони не враховують, що японський досвід не може бути перенесений в США, зважаючи на відмінності культурного середовища.

Сліпе копіювання без урахування особливостей може викликати проблеми. Виховання – делікатне завдання, до якого варто підходити зі знанням і мудрістю.

Різні народи реагують на вторгнення західної моделі по-різному.

Професор Алі Музруї (Нью-Йоркський університет) наводить такі дані: у відповідь на питання: «Чи можемо ми модернізувати економіку, не переймаючи при цьому культурну модель Заходу?», – в Японії, Туреччині та країнах Африки з'явилися три різні сценарії.

Японці сказали: «Так, ми можемо мати західну техніку і зберігати японський дух». Мустафа Кемаль Ататюрк вважав: «Ні, впровадження західної культурної моделі – єдиний шлях до модернізації». Постколоніальна Африка надала перевагу «культурній модернізації за західним зразком» без економічної складової, найгіршому зі всіх шляхів (Збірник Асоціації мусульманських соціологічних наук, 2002).

Фонд ЮНІСЕФ склав рейтинг країн на підставі 6 параметрів – матеріальний добробут, здоров'я і безпека, якість освіти, відносини в сім'ї та колективі, комфорт і ризики, суб'єктивне уявлення молодих людей про щастя. У Британії і в США дві третини показників виявилися мізерно малими (Звіт ЮНІСЕФ, 2007). Незважаючи на високі показники добробуту нації, економічна нерівність і формальність громадської підтримки сімей та їхніх потреб в США і Сполученому Королівстві призвели до того, що діти страждають найбільше. Виходить, Америка і Великобританія не вкладають в дітей стільки, скільки країни континентальної Європи? Нижче наведені окремі категорії, відображені в опитуванні:

Кількість тих, хто обідає з сім'єю принаймні декілька разів на тиждень	Кількість дітей, які підтримують гарні відносини та надають допомогу іншим дітям
Рівень здоров'я	Соціально-медичне обслуговування в денний час
Профілактична турбота про дітей	Здоров'я та безпека
Неповні сім'ї	Дитяча смертність
Ризикована поведінка дітей	Вакцинація від дитячих хвороб
Вживання алкоголю	Насильницька смерть та смерть від хвороб у віці до 19 років
Ризикована сексуальна поведінка	Випадки насилля за минулий рік
Відсоток дітей, які живуть в неповних сім'ях або з прийомними батьками	Дитячі скарги за останні 2 місяці



Свобода або правда?

Одна з основних категорій, на які необхідно звертати увагу при вихованні дітей, – особиста свобода. В сучасних індустріальних країнах свобода стає об'єктивною цінністю, самоціллю. Багато батьків надають дітям практично необмежену свободу, що закінчується, в кращому випадку, егоїстичними бажаннями дітей. Неконтрольовані бажання небезпечні, тому що вони виключають Божественні заповіді і почуття жалю, і людина починає рабськи віддаватися насолодам матеріального життя. Розваги і веселощі стають для дитини наркотиком і сенсом життя.

В Ісламі пріоритет віддається особистій відповідальності і надійності, яку не можна замінити гаслом «живемо сьогоднішнім днем». Коран так описує цей феномен:

Чи ти бачив того, хто зробив богом своє бажання? Володіючи знанням, Аллаг збив його зі шляху, запечатав слух і серце, а зір накрити завісою. Хто вкаже йому на прямий шлях замість Аллага? Невже ви не замислитесь? Вони говорять: «Існує лише наше земне життя. Ми помираємо та народжуємось, нас винищує лише час». Вони не мають про це знання! Воістину, це лише їхні здогадки! (45:23-24)

Свобода від бажання приносить внутрішній мир.

ЛАО-ЦЗИ, засновник даосизму,
VI століття до н.е.

Головна і найкраща перемога – перемога над собою.

ПЛАТОН, грецький філософ

Свобода – великий дар, який не можна марнувати лише на задоволення, забуваючи про добро і зло. Свобода – великий ідеал, з її допомогою ми можемо шукати істину, знайти і прийняти її. Коли свобода використовується мудро і для потрібних цілей, вона стає великим даром Творця, і людина сама обирає правильне і вірне, легко відмовляючись від злого і руйнівного.

Дитину слід скеровувати таким чином, щоб вона розвинула в собі хороші якості і вважала пошуки істини найвищою цінністю своєї свідомості – це повинно прийти раніше, ніж свобода. Кожна система в світобудові має свої межі, і свобода повинна бути підпорядкована порядку і бути конструктивною, заснованою на моральних нормах. Батьки відповідальні за розвиток в дітях правильних відносин і переконань, заснованих на перевірених часом священних книгах і заповідях, відкритих нам пророками (мир їм!).

Щоб використовувати свою свободу для прославлення Бога, ми повинні не тільки розвивати Божественні знання, але також і знання людської природи. Об'єднання цих двох знань дозволить нам не діяти наосліп, не руйнувати навколишній світ і себе.

Всевишній знає краще, і тільки Він може показати нам вірний шлях; а за допомогою досліджень і наукових експериментів ми з часом наблизимося до Божественної правди і знайдемо вірні відповіді.

Сім'ю можна розглядати як приклад саме такого підходу. Багато сучасних психологів і соціологів кажуть, що суспільство зазнає краху без сімейного союзу. Якби людство з давніх часів не було свідомим необхідності сімейних інститутів, можливо, зараз не існувало б і життєздатних громад. Багато основних цінностей, таких як чесність, повага до життя і

майна інших, сексуальні обмеження, рівність і свобода від тиску, – фундаментальні норми, необхідні для існування людини; без цих цінностей суспільство не може процвітати, і краще за все ці цінності розвиваються саме в сім'ї. Вони настільки важливі для людства, що замість того, щоб сидіти і чекати, коли вчені зрозуміють їхню природу (якщо це взагалі станеться), вони повинні бути інтегровані в нашу сутність, в наше єство (фітра), бути представленими саме як цінності, що з'явилися з початком існування людей, і тільки тоді суспільство зможе процвітати.

Безумовно, зовсім не випадково пророк Адам, батько всіх людей, і Єва, мати людства, були навчені цим основним цінностям, а щоб вони могли вкласти їх і в своїх дітей, а значить, – передати всім наступним поколінням. Бог показує святість життя в історії Каїна і Авеля. Тільки уявіть, де б були ми зараз, якби Адам, Єва та їхні діти були алкоголіками, наркоманами та/або розпусниками! Без Одкровення людство б вимерло. Правильно усвідомлена свобода призводить до появи в цивілізованому суспільстві дітей, які володіють самоконтролем, правильною поведінкою і відповідним чином вчиняють з навколишнім середовищем, – тобто здатні передати життя наступним поколінням. Світобудова абсолютна: клітини, атоми, галактики становлять системи найвищого порядку, які функціонують в певних межах згідно з незмінними законами. Порушення цих меж призводить до хаосу. Всевишній створив Всесвіт збалансованим і гармонійним за принципом взаємопроникнення і взаємодоповнення частин. Цей баланс відображений в аятах Корану:

Сонце й місяць плинуть за визначеною лічбою. А рослини й дерева вклоняються низько. І небо високо здійняв Він, і встановив міру, щоб не порушували ви міри. Зважуйте ж справедливо та не занижуйте міри! (55:5-9)

Ключові цінності повинні зберігатися за всяку ціну. Люди не повинні вчиняти самогубство, навіть якщо прагнуть позбавлення від труднощів. Вони повинні утримуватися від інцесту, яким би доступним той не був. Вони не повинні перетворюватися на алкоголіків і наркоманів, руйнуючи себе, свої сім'ї і своє суспільство. З найдавніших часів за допомогою Божественного Одкровення людству дано орієнтири.

Людське знання обмежене, і може пройти багато часу, перш ніж більшість людей повністю усвідомить значущість сім'ї і руйнівну силу расизму, суїциду, алкогольної і наркотичної залежності, зрад.

Божественна допомога і настанова з найперших кроків людини на землі покликані попередити про ці згубні практики і допомогти людству досягти найвищих вершин.

На семінарі в МПД Джеральду Ф. Дірксу, колишньому диякону Об'єднаної методистської церкви, який навернувся до Ісламу в 1993 р., було поставлено запитання, – яку найбільш важливу реформу він міг би запропонувати церкві? Він відповів: «Вигнати недугу релятивізму в питанні цінностей і моралі, які продовжують жахливо безмежно спотворюватися».

Послання залишається незмінним, незалежно від бажань молодого покоління. Зрештою, і основні потреби людства залишаються колишніми. В умовах урбанізації та індустріалізації сім'ю потрібно

зберігати і захищати, інакше неминучою є деградація.

Мусульмани можуть взяти все хороше від західних свобод, щоб подолати авторитарний спосіб мислення і управління, який поневолив їх і змусив сліпо наслідувати ту саму західну модель розвитку. Мусульмани втратили власний унікальний погляд на світ і оцінку себе як будівельників цивілізації. Система 'адль і шура (правосуддя і рада), яка покликана регулювати економічні та політичні питання, а також система соціальної солідарності – включаючи сім'ю і виховання, – заміщені тиранією.

Заходу слід переглянути свою систему неконтрольованої свободи, так само як мусульманським громадам потрібно звільнитися від надмірно суворих і гнітючих регуляторів. Двом цивілізаціям потрібно вчитися кращому один у одного і узгоджувати свої концепції і дії на основі Божественного Одкровення.

Де виховувати дітей?

Коли сім'ї переїжджають зі Сходу на Захід або навпаки, вони відчують культурний шок. Тут ми наведемо реальну історію мусульманської родини, яка після закінчення коледжу повернулася на Схід. Хоча молоді батьки мали право працювати в Америці, вони вирішили повернутися на Близький Схід, щоб їхні діти, народжені на Заході, могли вчити арабську мову і Коран.

Після переїзду діти були шоковані новими умовами життя і говорили: «Чорт, це брудне містечко». У квартирі все, до чого вони торкалися, бруднило руки; хоча батьки подбали, щоб до їхнього приїзду будинок був приведений в порядок,

килими, стіни, сходи і балкон залишалися брудними. Родині навіть довелося думати, як розпаковувати валізи і куди перекладати привезені речі. Єдине рішення – вимити все самим. Другий шок був пов'язаний з тим, що незважаючи на те, що будівельні роботи в новому будинку обійшлися дорого, їхня якість була вкрай низькою. Двері у ванну не зачинялися; гарна кахельна плитка була покладена нерівно; сантехніка протікала; напір води на верхньому поверсі був занадто маленький, і доводилося наповнювати водою ємності і запасати її.

Наступною проблемою стала школа.

Приватні навчальні заклади виявилися невиправдано дорогими, а державні були просто катастрофою: вчителям не вистачало досвіду, а дітям – хороших манер і дисципліни. Батьки могли тільки зважити плюси і мінуси і вирішувати, чи варто взагалі віддавати дітей до школи.

Пересування на транспорті ускладнювалося постійними заторами і поганими дорогами. Переповнені шкільні автобуси могли годинами добиратися до школи і назад. Для більшості швидше було ходити, ніж їздити. Щоб відвідати друга чи родича, доводилося планувати поїздку так, ніби належало здійснити подорож в інше місто. Керування автомобілем вимагало особливих навичок та міцних нервів і нагадувало участь в бойових діях з необхідністю постійно прораховувати маневри супротивника.

Повітря було брудним, вуличний шум не стихав ні на секунду. Діти не могли побути в тиші навіть вдома. Єдиною можливістю насолодитися тишею ставала поїздка в сусідні села, що перетворювалося на цілу подію... Це тільки один із прикладів того культурного шоку, який можуть

ІСТОРІЯ РОНАЛЬДА КЕЛЛЕРА

«Я народився в 1954 р. в селі на північному заході США і виховувався в суворій католицькій родині. Церква дарувала мені духовний світ, який був більш реальний, ніж фізичний світ навколо мене, та який в дитинстві не піддавався сумніву; проте чим старшим я ставав, особливо після вступу в католицький університет, чим більше я читав, тим більше ставив під сумнів своє ставлення до релігії та віри.

Однією з причин цього стали зміни в католицькій літургії і ритуальній практиці після Другого Ватиканського собору 1962-1965 рр., які продемонстрували, що Церква не має непохитних стандартів. Духовенство дедалі більше говорило про гнучкість і реорганізації, але для звичайних католиків подібні розмови виглядали як рух наосліп. Не змінюється Бог, не змінюються потреби людей, і Небеса не давали нових Одкровенень; проте рік від року ми все змінюємо і змінюємо релігію: щось додаємо, від чогось відмовляємося, міняємо мову служб з латинської на англійську, і врешті-решт, приносимо в храм музичні інструменти і народні пісні. Священики придумують все нові пояснення, а паства дивується. Пошук головного привів до того, що багато хто переконався у відсутності цього самого головного».

Nuh Ha Mim Keller, 2001.

відчутти на собі сім'ї, які переїжджають. Не можна стверджувати, звичайно, що з такими ж проблемами стикаються абсолютно всі, як і не можна стверджувати, що краще жити на Заході чи на Сході. Більш того, кожна країна має свої привабливі сторони і свої складнощі, а кожна сім'я стикається з різними обставинами і сприймає їх по-різному. Сім'ї, які зібралися переїжджати, повинні відразу розуміти, що вони отримують «пакетну угоду», яка матиме як позитивні, так і негативні наслідки.

Життя – це випробування на міцність!

Дві концепції відсутні в західній думці

У кількох дискусіях з авторами книги доктор Таха аль-Альвані, довірена особа МПД у Вірджинії, пояснив, що Заходу не вистачає двох концепцій: 1) визнання величі Бога (*Аллагу Акбар*) і 2) визнання всезнання Творця (*Аллагу А'лам*).

Коли люди в своїх діях заперечують мудрість і авторитет Всемогутнього Бога,

вони ставлять себе на місце Всевишнього. Якщо люди стануть зарозумілими, не визнають авторитетів, і вважатимуть, що не помиляються, то тим самим легко виправдають будь-які свої дії по відношенню до сім'ї, суспільства і світу.

Вони можуть навмисно або ненавмисно знищувати цілі види тварин, забруднювати землю, море і повітря. Зарозумілість призводить до порушення балансу в природі. Люди знецінили створене природою і втручаються в екосистему настільки, що чисте повітря, чиста вода і натуральні продукти стають дефіцитом. Глобальне потепління – реальна загроза людському існуванню. Незважаючи на те, наскільки ми просунемося вперед в науці і технологіях, ми – лише мала частка нескінченного світу Всевишнього.

Визнання того, що «Господь знає краще» (*Аллагу А'лам*) – це прояв покірності. Великі наукові і технологічні досягнення призвели до того, що люди хваляться знанням і стають зарозуміли. Іронія в тому, що чим більше ми дізнаємося, тим біль-



ше розуміємо, як мало знаємо. Смирення перед іншими і покірність Богу – необхідні складові справжньої науки. По-справжньому великі мислителі розуміють це. Люди повинні продовжувати розширювати межі осягнення і пам'ятати, що спрага пізнання – це благословення Творця, Вищої Сутності, Який дав нам розум, землю і мир.

Тільки великий може бути по-справжньому покірним, і тільки покірний може бути по-справжньому великим.

Коран так висвітлює тему знань:

Але вам дано дуже мало знання про це! (17:85)

Вони ж не осягають зі знання Його нічого, крім того, що побажає Він. (2:255)

Скажи: «Якби море стало чорнилом для слів Господа мого, то воно вичерпалося б раніше, ніж вичерпалися б слова Господа мого, навіть якби додали ще одне море». (18:109)

Цінності віри проти утилітарних цінностей

Саме сім'я закладає фундамент моральних норм і цінностей (таких як правда, правосуддя, любов, сміливість, чесність і відповідальність). Всі вони засновані на концепції віри ('акида), в якій фундаментальні цінності стоять вище функціональних. Ці групи цінностей не завжди поєднуються. У деяких суспільствах задоволення життя в цьому світі сприймаються як об'єктивна цінність. В Ісламі збалансованою метою стає досягнення вічності за порогом смерті за допомогою добре прожитого життя; успіх в потойбічному житті повинен і може бути досягнутий без заперечення цього світу.

Дароване нам життя в цьому світі – лише один крок до вічного життя. Пророк радив бедуїнам покладатися на Бога, але одночасно слідувати закону науки про природу і науки про суспільство. Слід домагатися балансу між цим світом і потойбічним життям.

«Працюй над своїм життям в цьому світі, ніби збираєшся жити вічно, і працюй над своїм потойбічним життям так, ніби збираєшся завтра померти».

Abu-Talib, 1996.

Юдейські талмудисти кажуть: живи кожен день так, ніби він останній, бо ніхто не знає, що буде далі.

Хороший приклад для порівняння умов надає практика будівництва комунізму. Передбачається, що комуністичне суспільство дбає про робітників більше, ніж капіталістична система; насправді ж робітники опинилися в гірших умовах. Хоча «комуністичні» країни декларували цінність турботи про людей, на практиці ця «турбота» призводила до загнаних глибоко всередину конфліктів, тиску і руйнування інших класів суспільства.

Капіталістичні країни Заходу змогли забезпечити кращі умови в порівнянні з комуністичними режимами, тому що зберегли глибинні цінності християнства – любов, благодійність, милосердя. Ці кра-

їни дбали про бідних і голодних, тоді як масам в комуністичних країнах нізвідки було чекати підтримки.

Падіння комунізму було зумовлено його тиранічним поглядом на світ. Його ідеологія побудована на принципах світового протистояння і знищення права на приватну власність. Хоча режими, які оголошували себе «комуністичними», декларували владу робітничого класу, насправді пролетаріат залишався задавленим більшістю, що суперечить цілям марксистської ідеології.

Комуністична філософія тонка, дисфункціональна і утопічна, тоді як реальна ситуація на Заході об'єктивно залишалася кращою. Капіталізм не намагається поширити утопію; він базується на концепції свободи особистості і філософії задоволення інтересів і вигоди. Ті ж самі цінності християнського милосердя допомогли пом'якшити руйнівний ефект індустріалізації. Комуністична бюрократична машина, заснована на уявленнях політичної еліти і її інтересах, зробила саме робітничий клас головною жертвою режимів; глибокі

Зрозумілість + знання = невігластво

Смирення + знання = просвітлення

Сто років тому глава Балліола-коледжу в Оксфордському університеті написав на своїх дверях: «Я глава коледжу; чого я не знаю, то не є знанням».

Люди, які дивляться на інших з презирством, не досягають поваги.

релігійні ідеї виявилися ключовими для порятунку суспільства і особистості.

Незважаючи на те, що на Заході написано безліч книг про виховання, наші знання, безумовно, обмежені. Люди – не виріб, зроблений в США або Китаї відповідно до якогось технічного завдання; ми створені Творцем світу, і тільки Творець знає про нас все. Психолог Джейн Ренкін в книзі «Експерти виховання: їхні поради, дослідження і як застосовувати їх правильно» зазначає, що існує прірва, що розширюється між поняттями «гуру виховання» і тим, що дають останні наукові дослідження за 30 років. Популярні автори книг про виховання, такі як Бенджамін Спок, Т. Беррі Бразельтон, Джеймс Добсон, Пенелопа Ліч, Джон Роузмонд і інші не сходяться з багатьох питань, наприклад про покарання дітей, про введення обмежень, про працюючих матерів, користь дитячих садів, роль телебачення і привчання до горщика.

Хоча ми обов'язково повинні продовжувати дослідження в галузі виховання, використовуючи всі можливі джерела інформації, природничих та гуманітарних наук, нам варто бути більш смиренними і не забувати про джерело людського пізнання. Ми повинні шукати допомоги і мудрості у Божественного Знання.

«Землеробська» модель сім'ї: діти як рослини, батьки як садівники

Слово «культура» походить від поняття «обробіток [землі]». Між дітьми і рослинами можна углядіти багато схожого: і ті, і інші мають потребу в турботі і догляді, краще ростуть в спеціально підготовлених для них умовах. Для молодих рослин в несприятливому середовищі кращі умови забезпечить теплиця, і у відкритий



грунт їх краще висаджувати пророщеними, зміцнілими. Діти також мають потребу в захисті і турботі для правильного морального розвитку. «Щоб були сини наші, немов саджанці, виплекані в їхній молодості...» (Пс. 143: 12).

Дитина, яка виросла в хорошій домашній атмосфері, виросте сильнішою, здоровішою і стійкішою перед лицем моральних недуг сучасного світу. Ця аналогія зрозуміла людям, які працюють на землі, і менш зрозуміла мешканцям міст. Однак діти, безумовно, є набагато складнішими творіннями, аніж рослини. Рослини пасивні, а діти – згустки енергії, інтелекту і бажань. Вони повинні бути активними і одночасно розуміти межі дозволеної поведінки.

Дітям потрібна допомога, і батьки можуть її надати, розвиваючи хороші риси характеру і правильну поведінку, закладаючи здоровий характер і високі чесноти.

Завдання



ЗАВДАННЯ 8: ТРИ ОСНОВНІ ТРИВОГИ ХХІ СТОЛІТТЯ.

Обговоріть з родиною: в чому причина цих тривог і як їм запобігти?

У 1997 р. консервативний журналіст Вільям Баклі і сенатор Джордж Макговерн, ліберальний демократ, у виступі на церемонії вручення дипломів в Південно-Східному університеті, Кейп-Жирандо, виділили три пункти, що викликають занепокоєння:

- 1) ослаблення сімейних цінностей, результатом чого став високий відсоток позашлюбних дітей;
- 2) знищення навколишнього середовища, забруднення землі, повітря, океану, вод і лісів;
- 3) алкоголізм, який руйнує життя і сім'ї.

ЗАВДАННЯ 9: РИСИ ДІТЕЙ.

Батькам варто розібрати з дітьми кожную характеристику і шлях її навіювання дитині.

Діти...

Дивовижні, дізнавайтеся їх;

Дорогоцінні, цінують їх;

Правдиві, вірте їм;

Допитливі, підтримуйте їх;

Енергійні, направляйте їх;

Винахідливі, заохочуйте їх;

Прості, насолоджуйтеся з ними;

Спонтанні, захоплюйтеся ними;

Сповнені радості, радійте з ними;

Талановиті, розвивайте їх;

Добрі серцем, вчіться у них;

Унікальні, схвалюйте їх;

Сповнені любові, доглядайте за ними;

Спрагли, помічайте їх;

Шляхетні, цінують їх;

Навіжені, смійтеся разом з ними.

Мають широкі погляди, навчайте їх;

ЗАВДАННЯ 10: ОБГОВОРЕННЯ ПРИЧИН НАСИЛЛЯ СЕРЕД ДІТЕЙ.

Обговоріть з дітьми відомі вам (наприклад, з теленовин) події. Чому це сталося? Хто винен? Чи можна було цьому запобігти? Що потрібно зробити, щоб відвернути подібні випадки у майбутньому? Які висновки можна зробити? Як уникнути насилля?

ЗАВДАННЯ 11: ДОЛАЄМО СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ.

Обговоріть з дітьми причини і наслідки куріння, вживання наркотиків, вагітностей поза шлюбом, алкоголізму, суїциду і розлучень. Запропонуйте власні практичні способи поліпшення суспільства.

ЗАВДАННЯ 12: ЛІКАР СПОК І ЙОГО ВИХОВНА МОДЕЛЬ.

Обговоріть свій досвід після ознайомлення з історією доктора Спока (Maier, Newsweek, 1998):

Розуміння виховної моделі, поширеної в Америці, буде неповним, якщо не брати до уваги Бенджаміна Спока – провідного дитячого психолога ХХ ст.

Його мати душила його проявами своєї любові, правилами і високими очікуваннями. Він розлучився з дружиною-алкоголичкою після 51 року шлюбу. Спок відкрив педіатричну практику і заявив, що «більшість дитячих проблем пов'язані з поведінкою, а не зі здоров'ям»: шалені пориви гніву, смоктання великого пальця, відмова від їжі, небажання спати, нездатність вчасно привчатися до горщика. Він цікавився теорією Фрейда і двічі проходив через практики психоаналізу.

Спок радив батькам не насідати на дітей, а піклуватися про них. «Довіряйте собі. Ви знаєте більше, ніж думаєте». Він вчив, що любов – головне, що потрібно маляті від батьків. Він уважно слухав пацієнтів, але не завжди чув власних дітей. Коли його запитували: «Чи є припустимим, щоб дитина бачила батьків оголеними?», він відповідав: «Це занадто складне питання, щоб давати однозначну відповідь».

Сім'я лікаря Спока була слабкою: «Завжди легше писати про виховання дітей, ніж справлятися зі своїми». Він був холодним батьком, і його власні діти відчували себе відкинутими.

Спок вчив дітей називати батьків на ім'я – радикальна і нова думка для того часу. Батько хотів, щоб їх виховання відображало його філософію, проте це швидше був жест для зовнішнього світу: «Дивіться, це мої сини, і вони називають мене на ім'я». Коли Спок говорив зі своїми дітьми, це завжди виглядало як іспит: м'який голос, який звучав в його книгах, слабо узгоджувався з різким і засуджуючим тоном, який він використовував вдома, не замислюючись про те, якої шкоди завдає дітям.

Спок наполягав, щоб його діти ніколи не ставили себе в незручне становище і не ганьбили сім'ю на публіці. Для нього дуже важливою була думка інших, думка преси і незнайомих людей. Його сини завжди були охайно одягнені, завжди були ввічливі і доброзичливі. Якщо посмішка Джона була не настільки ясною і він був не в кращому

настрої, батько швидко приводив його до тями: «Не будь таким незадоволеним, намагайся виглядати більш привабливо на публіці».

Лікар Спок ніколи не визнавав, що у нього вдома існують які-небудь проблеми. Його сини тримали дистанцію навіть в спілкуванні один з одним. Які б конфлікти між ними не траплялися, це залишалося закритою справою; на публіці вони грали свої ролі, брали участь у фотосесіях з батьком, на питання про виховання відповідали невизначено і коротко.

Бенджамін Спок ніколи не висловлював свої почуття, і діти говорили: «Ми ніколи не цілуємо тата». Великий педагог був скоріше символом, ніж реальною людиною, швидше громадським діячем, ніж хорошим батьком; він залишався нечутливим до емоційних потреб своїх дітей.

Спок засуджував те, як виховували його самого: «Я ніколи не бачив виражених емоцій. Мій батько любив мене і робив іноді хороші речі, але коли я намагаюся згадати якісь прояви з його боку, то розумію, що він ніколи не цілував мене або когось із близьких».

Урок: Не слідуйте сліпо думці експертів. Всі теорії мають властивість застарівати і змінюватися, і якщо ми не будемо доповнювати їх мудрістю Одкровення, ми принесемо більше шкоди, ніж користі.

ЗАВДАННЯ 13: ОБГОВОРЕННЯ КУЛЬТУРНОГО ШОКУ.

Пропонується обговорити з дітьми їхній власний досвід. Запропонуйте дітям розповісти про враження від відвідування інших країн або від спілкування з однокласниками, друзями, які належать до іншої етнічної групи, віросповідання, раси.

Якщо діти ніколи не бачили своїх родичів в інших країнах, то настійно рекомендується запланувати поїздку і спробувати це здійснити.

ЗАВДАННЯ 14: СВІДОМІСТЬ СПРАВЖНІХ ЛІДЕРІВ.

Обговоріть з дітьми наступні висловлювання:

«Я помітив, що справжні лідери рідко бувають на очах інших людей. Ці чоловіки і жінки, як правило, не виставляють механізм прийняття рішень на загальний огляд. Вони діють терпляче, акуратно і по висхідній. Вони роблять те, що правильно» (Bodagasso, 2002).

«Лідери можуть забажати перетворити своїх послідовників на стадо, але самі ні в якому разі не хочуть бути в його складі» (Stiven B. Sample, «Курс лідерства для білих ворон»).

Висновок: Робити правильні речі – це робити щось значуще, а не популярне і модне! Обговоріть, хто може вирішувати, що правильно, і як. Це я, ти, він, вона або Всевишній?

ЗАВДАННЯ 15: ДІЛІТЬСЯ СІМЕЙНОЮ ІСТОРІЄЮ.

Розкажіть дітям, що знаєте про ваших предків. Більшість сімей сьогодні не діляться сімейною історією з дітьми.

Діти повинні знати про життя, досягнення і провали, роботу, досвід, справи і силу своїх прапрадідів і прапрабабусь. Ніна Абдулла, експерт з виховання, вчить своїх клієнтів малювати сімейні дерева і генограми. Генограма – це діаграма, яка показує шлюби, розлучення, хвороби і відносини між членами сім'ї – дядьками, тітками, двоюрідними братами і сестрами, бабусями і дідусями по обидва боки. Пророк підтримував арабську традицію розповідати історії про предків і тримати в пам'яті історію роду наскільки глибоко, наскільки це можливо (Сапро, 2009). Деякі сомалійці знають 20 поколінь своїх предків і на зустрічах племен діляться знаннями про своє походження.



РОЗДІЛ 3

Хороше виховання: постановка правильних цілей

- Постановка цілей: перший пункт плану виховання **94**
- Пильний погляд на цілі **96**
- Кава і сімейні пріоритети **100**
- Підсумки **100**
- Завдання **102**

Наше завдання – виростити хороших і сильних дітей,
які створять сильні сім'ї,
які створять хороші та сильні громади,
які створять хороші та сильні держави,
які встановлять мир на землі.

Постановка цілей: перший пункт плану виховання

БАГАТО БАТЬКІВ до дрібниць планують майбутні відпустки, але не можуть сісти і розробити план сімейного життя. Більшість сімей, які намагаються це робити, не можуть дійти спільного рішення про цілі, прагнення, наміри або про необхідні кроки. Однак без намічених цілей, швидше за все, не буде і досягнень. Життя проходить в переміщеннях з роботи додому, в магазин, школу, поїздках на відпочинок, подоланні криз і надіях, що все зміниться на краще; але це те саме, що гра в російську рулетку з майбутнім наших дітей.

Безцінний час марнується. Потрібні довгострокові цілі і продумані стратегії їх досягнення.

Правильний підхід до виховання передбачає, що окремі особистості і суспільство – сполучені посудини. Ми не можемо побудувати сильне суспільство без сильних добродесних індивідуумів, а вони не можуть вирости у вакуумі, без правильного соціального середовища і спілкування. Основною метою батьків має бути виховання людей, які стануть намісниками Бога, сильними і надійними, цивілізованими громадянами, чиєю місією виявиться розвиток землі. Без цього завдання людське існування є безглуздом. Інтереси індивідуумів повинні спрямовувати життя і в цьому світі, і після смерті, матеріальне і духовне, особисте і суспільне. Батьки повинні керуватися саме цим завданням і постійно пам'ятати про нього.



Схема хорошого виховання: цілі, цінності, способи

Щаслива сім'я	Виховання богобоязливих лідерів			
	Фізична сила / Здоров'я/фітнес	Характеристики особистості	Знання, мудрість, віра	Навички: професіоналізм
Заохочення/критика	Вибір подружжя	Завзяття	Освіта/школа	Читання
Життєва позиція	Розвиток дитини	Любов	Домашня робота	Писемність
Почуття	Годування грудьми	Чесність	Вдосконалення, підтримка, довіра	Робота з комп'ютером
Спокій/гнів	Вправи	Свобода	повноважень дітям	Керування авто
Дотики, поцілунок, обійми	Харчування	Незалежність	Віра	Управління
Сміх, жарти	Сон	Творче начало	Ідентичність	грошима та часом
Взаємопорозуміння	Здоровий секс	Впевненість у собі	Велика родина	Здатність давати
Сімейний загальний час	Унікати вживання	Довіра		Прохання (ду'а)
Альтернатива телевізору	дурманних речовин	Повага		Прийняття
Сімейні зустрічі		Терпіння		рішення
Сімейні обіди		Упокорення		
Управління стресом				
Ігри, сварки				
Активне проведення часу з дітьми				

Почнемо з уважного вивчення таблиці. Ми дали їй назву «Схема хорошого виховання». В схемі підбиті підсумки цілей, які необхідно поставити, і змальовано «дорожню карту» того, як їх досягти шляхом прищеплення принципів і цінностей, починаючи з дитинства до моменту, коли дитина стане дорослою.

Значені цілі взято з: а) глибинних побажань батьків, які прекрасно відображені в аяті Корану (25:74), і б) хадиса пророка Мухаммада:

[Ті], які говорять: «Господи наш! Даруй нам насолоду для очей у дружинах наших і в нащадках наших і зроби нас взірцем для богобоязливих!» (25:74)

«Ви побачите, що люди подібні до копалень, і [ті які були] кращими з них за часів невігластва (джагілійя) [залишилися] кращими і в Ісламі, якщо почали знатися на релігії» (Аль-Бухарі і Муслім).

У таблиці цілі поділені на 2 категорії, у той час як друга категорія поділена ще на 4 підкатегорії. Батькам слід постійно звертатися до схеми, щоб вивчити ці цілі і цінності, усвідомити їх, запам'ятати напрямок власного руху та порівнювати з ним власні дії. Це дозволить їм пересвідчитися, що вони не скотилися до самовдоволення і не дозволили буденним справам задушити пріоритети виховання.

Пильний погляд на цілі

ЦІЛІ стосуються як маленької, так і великої родини, яка включає подружжя, дітей, бабусь, дідусів, дядьків, тіток, двоюрідних братів і сестер. Необхідними умовами побудови щасливої родини є спілкування між батьками і дітьми, демонстрація любові і прихильності, а в необхідних випадках – заохочення і тактовна критика. Додатковими умовами є створення позитивного настрою, чуйність до почуттів інших, посмішки, поцілунки, обійми, спільні прийоми їжі та хатня робота, некривдні жарти.



Іншим проханням, з яким віруючі звертаються до Бога, є те, щоб чоловік, жінка та діти стали «імамами богобоязливості». Слово *a'immaḥ* і його множина повторюються в Корані 10 разів. Існує декілька різних коментарів до фрази «зроби нас імамами чесноти»: «зроби нас прикладом

для інших», «дороговказною зіркою для інших», «лідерами інших людей», «вісниками» і «предтечами», «постав нас на чолі тих, хто поклоняється Богу». Таким чином, друга мета сім'ї – виростити праведних лідерів, які будуть провідниками людства.

Відзначимо, що під словом «лідер» ми розуміємо не амбітне прагнення до влади, а розвиток в дітях сили, твердих моральних якостей та інших рис характеру, необхідних для гарного керівництва. Більш того, слово «лідер» може викликати думки про конкуренцію, про боротьбу за владу. Але якщо всі будуть боротися за цю роль, то хто ж тоді буде працівником і послідовником? Наша мета – викликати в дітях натхнення розвивати ті якості, які позначають людей з принциповою лідерською позицією. Кожен член суспільства, який бере участь в удосконаленні життя, і є справжній лідер. Саме так досягається справжній прогрес.

І знову необхідно наголосити: виховання лідерських якостей не передбачає ані гонитви за владою, престижем, грошима, ані навчання домінуванню і контролю. Навпаки, в дітях повинні виховуватися почуття щедрості, співчуття, упокорення і усвідомлення важливості власного призначення, спроможності стати активними і важливими членами суспільства. Люди, які зможуть жити в світі протилежних цінностей і не зазнавати труднощів, здатні впевнено ставити собі високі цілі, не гальмують себе низькою самооцінкою.

Діти, які побоюються, що суспільство посміється або засудить їхні віру або расу, не можуть служити суспільству. Якщо дітей не вчити бути впевненими і рухатися в правильному напрямку, є імовірність, що вони підуть в хибному.



Де ж лідери? Ви і є лідери

- Ми і є лідери, яких ми чекаємо.
- Лідеруюча роль – це не бути значимим, а служити значимій справі.
- Байдуже, чи займаєш ти високу посаду; важливо те, чи йдуть за тобою люди.
- Бути лідером – робити те, що правильно, коли це бачить тільки Бог.
- Кожен є лідером – по відношенню до співробітників, дружини, дітей або самого себе.

Лідер – це людина, яка направляє інших в їхній роботі для досягнення певних цілей, в той час як мураббі (тренер) повинен розвивати здібності до виконання будь-якого завдання.

Наприклад, Пророк вибрав Амра ібн аль-Аса і Убайда ібн аль-Джарраха для командування арміями, а Мусаба ібн Умайра і Муза ібн Джабала направив в Медину і Ємен для виконання ролі «пастирів» і «менторів», щоб виховувати і зміцнювати

чесноти, а також розкрити кожную індивідуальність.

Не випадково багато пророків – Шайб, Мойсей, Ісус, Мухаммад (хай буде з ними мир!) – були пастухами. Цей рід діяльності передбачає доброту, турботу і співчуття і включає в себе смиренність. Всі ці якості необхідні для батьків. Яка чудова аналогія – батьки як пастухи, що піклуються про своє стадо! Тому лідер – це і пастух, і ментор, і репетитор, і вчитель.

У КОРАНІ СЛОВО «ЛІДЕР» (КА'ІД) НЕ ВИКОРИСТОВУВАЛОСЯ; ЗАМІСТЬ НЬОГО ВЖИВАЛИСЯ ІНШІ СЛОВА:

- «пастух, сторож» – **ра'і**
- «вчитель, тренер» – **мураббі**
- «приклад для наслідування» – **імам**
- «вихователь; учитель, який створює характери» – **му'аддіб**
- «вчитель» – **Mu'allim**
- «ментор, гід, який надає підтримку» – **муршид**
- «консультант» – **мударріб**



Лідер або пастух?

Слово «лідер» (ка'ід) використовується в різних культурах, але його немає в Корані. Замість цього в хадисі використовується слово «пастух»: «Кожен з вас є пастухом і відповідає за свою паству. Імам відповідає за послідовників, а чоловік несе відповідальність за мешканців свого дому, жінка несе відповідальність за домашнє вогнище, а раб – за майно свого пана» (АЛЬ-БУХАРІ).

ЦІЛІ, ЯКІ ВЗЯТІ З ХАДИСІВ ПРОРОКА

Пророк Мухаммад говорив:

«Ви побачите, що люди подібні до копалень, і [ті, які були] кращими з них за часів невігластва (*джагі-лійя*) [залишилися] кращими і в Ісламі, якщо почали знатися на релігії» (АЛЬ-БУХАРІ І МУСЛІМ).

З цього хадису можна навчитися декільком речам. Характер треба формувати в ранньому дитинстві; це єдине правило для всіх людей, – і мусульман, і немусульман.

Сміливість, творча енергія, чесність, любов і надійність були властиві багатьом арабам ще до прийняття Ісламу. Такі риси характеру притаманні кращим людям. Пророк говорив, що погани «найвищого характеру», зрозумівши Іслам, можуть стати мусульманами, яким властиві найкращі моральні якості.

Найкращий поганин – який розуміє та приймає Іслам – найкращий мусульманин.

Деякі мусульмани вважають, що сміливість, чесність і надійність великих побратимів Пророка (таких як Омар ібн аль-Хаттаб, Халід ібн аль-Валід) проявилися лише після того, як ті стали мусульманами. Насправді їм були притаманні ці якості ще до того, як вони стали мусульманами. Іслам додав до їхніх позитивних якостей мудрість, знання і Божественну допомогу.

Цей хадис концентрує увагу на рисах характеру, а для їх формування необхідне дотримання певних умов, – наприклад, берегти гарне здоров'я матері, особливо в період вагітності та годування груддю. Алкоголь, наркотики, куріння – зло, що завдає шкоди вагітним так само, як ще не народженим дітям. Вагітній жінці варто уникати прийому ліків, крім рекомендованих лікарем, вона повинна добре харчуватися і висипатися. Їй необхідні додаткова турбота і захист від інфекцій.

Час і можливості для розвитку необхідних рис характеру обмежені першими п'ятьма роками життя дитини. Батьки зобов'язані надавати дітям можливості для того, щоб навчитися висловлювати свої думки, читанню, писемності, а пізніше – керуванню автомобілем, користуванню комп'ютером. Вони повинні навчити дітей терпінню, повазі, і вмінню приймати рішення. Чим раніше будуть розвинені ці навички, тим більше можливостей відкриється для дітей.

Сподвижники і послідовники описували Пророка Мухаммада як чесного і надійного. Це були якості, необхідні для отримання Божественного Одкровення. Коран повертається до теми, описаної в розглянутому хадисі про гарний характер, коли говорить про пророків Ноя (Нуха), Йона (Юнуса), Авраама (Ібрагіма), Ізмаїла, Мойсея (Мусу), Саула (Талута), Ісуса (Ісу), Йосипа (Юсуфа), Йова (Айюба) і Якова (Йакуба) (хай буде з ними мир!). Ці описи включають важливі якості лідерів: силу (тіла і характеру), професіоналізм (потрібні навички і знання), надійність. 25 пророків охарактеризовані в Корані як чесні, мудрі, знаючі, милосердні, жалісливі, сильні, надійні, терплячі і такі, які виконують свої обіцянки. Це ті ключові якості, які ми повинні мати на увазі під час виховання своїх дітей.

І згадай у Писанні Ісмаїля — воістину, він був правдивим в обіцянках, був посланцем і пророком (19:54).

Той відповів: «Постав мене над скарбницями землі, адже я охоронець надійний і знаючий!» (12:55).

Коли він [Мойсей] досягнув повноліття й зрілості, Ми дарували йому мудрість і знання. Так Ми винагороджуємо праведників! (28:14).

Одна з двох жінок сказала: «Батьку наш! Найми його [Мойсея] для роботи! Воістину, найкращим, кого ти наймеш, буде сильна й гідна довіри людина!» (28:26).

Їхній пророк сказав їм: «Воістину, Аллаг поставив вашим царем Талюта!». Ті відповіли: «Як же може бути у нього влада над нами, якщо ми маємо на це більше права, ніж він — адже немає у нього належного статусу?!». Пророк сказав: «Воістину, Аллаг віддав йому перевагу перед вами і дарував йому велич у знаннях та у тілі! І Аллаг дарує владу від Себе тому, кому побажає! Аллаг — Всеосяжний, Всезнаючий!» (2:247).

Прийшов до вас Посланець із вас самих. Тяжко йому те, що ви страждаєте, і він піклується про вас — співчутливий та милосердний до віруючих (9:128).

Кава і сімейні пріоритети

Батько взяв велику коробку, поклав у неї м'ячики для гольфу і запитав дітей, чи повна коробка. Діти ствердно відповіли.

Батько насипав в ту саму коробку гальку, яка просипалася між м'ячами, і повторив своє запитання. Діти знову погодились, що коробка повна. Тоді батько додав в коробку пісок і знову запитав, чи повна вона. Після цього батько влив в ту ж коробку кілька чашок кави.

Діти засміялися, а батько сказав: «Уявіть, що ця коробка – ваше життя.

М'ячики – це найважливіші речі: поклоніння Богові, ваш майбутній чоловік, ваші діти, ваше здоров'я, друзі, улюблені заняття; якщо все інше зникне, вони залишаться і не дадуть спустошити ваше життя. Камінці – те, що ми, за необхідності, можемо змінити: робота, будинок, машина. Пісок – дрібниці, які урізноманітнюють наше життя.

Якщо в коробку спочатку засипати пісок, то для каменів і м'ячків не залишиться місця. Так само і з життям: якщо всі сили і час розмінювати на незначні дрібниці, то до великих і важливих речей справа не дійде. Ставтеся уважно до того, що не тільки приносить щастя в цьому світі, але і готує вас до майбутнього. Моліться, робіть добрі справи, піклуйтеся про своє здоров'я, вечеряйте в ресторані з чоловіком, грайте з дітьми, приділяйте увагу навчанню... І завжди знайдеться час для прибирання будинку і полагодження сантехніки.

Подбайте в першу чергу про «м'ячі» – про речі, які дійсно важливі.

Розставте пріоритети. Все інше – просто пісок».

Один з дітей запитав – що ж означає кава? Батько посміхнувся: «Я радий, що ти запитав. Це потрібно, щоб показати тобі, – яким би не було завантажене твоє життя, завжди залишиться місце для кількох філіжанок кави з друзями».



Підсумки

Зосередьтесь на винагороді

Цей розділ був присвячений цілям і прагненням, але постановка цілей – це лише крок до їх досягнення, і не можна забувати про «кінцевий продукт»: про вихован-

ня добродесних дітей. Це безпосередньо залежить від того, як батьки поведуться з дітьми і як розвивають в них якості, необхідні, щоб виправдати батьківські надії.

Щоб досягти мети, яку ми ставимо для наших дітей, нам слід звернути увагу також на власний характер і поведінку. Ми повинні:

- 1) дотримуватися балансу між дисципліною і схваленням, наділення повноваженнями;
- 2) практикуватися в навчанні та наставлянні якомога більше, скорегувавши наш погляд на світ і релігію, наше почуття індивідуальності, розуміння наших коренів. Визнайте свої помилки і не соромтеся просити за них пробачення;
- 3) об'єднайте сказане з вірою і молитвами: Всевишній відповідає щирим людям і допомагає їм по-своєму і в потрібний час.

Біблія каже:

*Напучуй юнака
на початку шляху його:
він не ухилиться від
нього аж до старості.
(Притч. 22:6)*

Майбутнє цього світу залежить від наступних поколінь. Виховання дітей відіграє ключову роль в реформуванні суспільства.

Людство стикається з великими труднощами і проблемами, і, беручись за виховання, ми повинні розуміти всю відповідальність.

Наші діти також стануть батьками і будуть вчити своїх дітей тим самим цінностям, яким ми вчили їх, і так створюється зачароване коло, яке здатне принести на землю мир, правосуддя і стабільність. Життя вимірюється не кількістю подихів, а кількістю моментів, від яких перехоплює дух.



Завдання



ЗАВДАННЯ 16: ДИСКУСІЯ ПРО ДОМАШНЮ ОБСТАНОВКУ.

Попросіть кожного члена сім'ї відповісти на питання:

Чи радієте ви, коли заходите в дім?

Чи радієте ви, коли залишаєте будинок?

Що ви можете зробити, щоб будинок став щасливішим?

Виокремте з відповіді кожного пункти, що не зустрічаються у інших, і об'єднайте їх, спробувавши на практиці зробити дім щасливим.

ЗАВДАННЯ 17: БАТЬКИ, ВЧІТЬ ДІТЕЙ!

Перегляньте наступні пункти і обговоріть, як їм можна навчити дітей. Оберіть ті, яких бракує у вашій системі виховання.

- як посадити квітку, яка їм сподобається? (Діти люблять бабратися в бруді, копати і гратися зі шлангом)
- як не смітити?
- як подзвонити вам на роботу?
- як набирати номер телефону екстрених служб та в яких ситуаціях?
- як себе поводити, якщо загубився?
- як робити компліменти та приємне іншим?
- як не кривдити інших?
- як тримати своє слово?
- як розділяти радість і підтримувати в біді?

Розділена радість – це подвійна радість, розділене горе – це половина горя.

Крім того, батькам слід вчасно навчити дітей:

- не боятися тварин, проте поважати їх і захоплюватися ними;
- поважати чужу думку, але не сліпо дослухатися до неї;
- дружити з дітьми всіх рас і народів;
- повертати те, що було взято;
- не боятися пробувати нове в межах безпеки;
- отримувати задоволення від самої гри, а не від виграшу;
- прати і складати випрану білизну;

- поважати книги;
- приходити вчасно і завжди попереджати у випадку затримання;
- не виказувати таємниці;
- бути охайними та гарно виглядати;
- під час вирішення серйозних проблем не забувати про Божу поміч.

Батьки:

- не кажіть дитині «не плач»; натомість, запитайте її, чому вона плаче;
- не купуйте дитині все, що вона хоче, навіть якщо можете;
- не критикуйте її помилки, але обговорюйте брак зусиль;
- вірте в свою дитину;
- не критикуйте чоловіка при дитині;
- не ставте телевізор або комп'ютер в кімнату дитини;
- не використовуйте телевізор як доглядальницю.

ЗАВДАННЯ 18: ОМАНЛИВІ ПРИСЛІВ'Я.

Батьки повинні пояснювати сенс прислів'їв і приказок, за необхідності коригуючи і спростовуючи його, якщо фольклор виправдовує егоїзм, байдужість, лінощі і брехливість.

Наприклад: «Людина людині – вовк» (вчить обережності, але при цьому підштовхує до домінування і агресивної поведінки); «Покірне теля дві матки ссе» (може використовуватися для виправдання лестошів і догоджання); «Своя сорочка ближче до тіла» (мотивує егоїзм); «Моя хата з краю» (виправдовує байдужість); «Знай, цвіркуне, свій припічок» (відбиває бажання виявляти ініціативу).

ЗАВДАННЯ 19: ПОГЛЯД НА СВІТ, ЗАСНОВАНИЙ НА СПРАВЖНІЙ ДРУЖБІ.

Поясніть дітям такий хадис і наведіть історії з вашого життя про нещирі дружбу.

Пророк говорив: «Є група рабів Аллага, якій навіть пророки і мученики будуть заздрити». Його запитали: «Хто ці люди? Може бути, ми полюбимо їх?». Він відповів: «Це люди, які люблять один одного завдяки світлу Аллага, а не завдяки багатству або родинним зв'язкам. Їхні обличчя сповнені світла, і вони на катедрах світла, і не бояться вони, коли люди бояться, і не засмучуються вони, коли люди сумують». Потім Пророк прочитав аят: «Істинно, ті, хто близькі до Бога, не бояться і не засмучуються» (Абу Давуд).

ЗАВДАННЯ 20. РЕГУЛЯРНЕ ОБГОВОРЕННЯ ПИТАНЬ ВСЕРЕДИНИ СІМ'Ї.

- Зустрічайтеся всією сім'єю раз на місяць, щоб обговорити становище і проблеми кожного її члена;
- Намагайтеся, щоб доброзичливе зацікавлене обговорення не ображало родичів і не переростало в сварки.



РОЗДІЛ 4

Найважливіша мета: виховання дітей в любові до Бога

- Вступ **106**
- Як прищепити віру нашим дітям **107**
- Занурення в себе **108**
- Брак особистої відповідальності **111**
- Деформована культура: відсталість і забобони **112**
- Збалансований підхід **114**
- Навчайте дітей любові до Корану **115**
- Навчайте дітей молитвам **116**
- Навчайте дітей спокуті **117**
- Навчайте дітей історії Ісламу **117**
- Навчайте дітей манерам **118**
- Що сказати дітям спочатку: що вони повинні любити Бога чи що Він любить їх? **119**
- Завдання **121**



Вступ

У ПОПЕРЕДНЬОМУ РОЗДІЛІ були розглянуті основні цілі і цінності, на які батьки мають зважати під час виховання дітей. Однак існує одна об'єктивна і головна мета, яка вимагає окремого підходу, – це віра в Бога.

Виховувати дітей, які знають про Бога – зовсім не те ж саме, що виховувати тих, хто любить Його і вклоняється Йому. Пізнання Бога – це база, з якої випливають всі інші цінності і з якої походить успіх.

Час, який ми проведемо з дітьми, обмежений, тому ми повинні самоорганізуватися, дотримуватися певної програми і не залишати цю працю на майбутнє або на інших людей, сподіваючись, що мораль і духовність якось проявляться самі. Суспільство, в якому ми живемо, послідовно проповідує незбалансований раціоналізм, – спосіб мислення, який виключає Бога з нашого життя. Це особливо помітно в школах, в програмах не знайшлося місця для надання уявлення про Бога.



Як прищепити віру нашим дітям

Перш ніж окреслити, що ми маємо зробити, необхідно зрозуміти, що відбувається в нашому сімейному колі

Сучасні мусульмани часто застосовують до життя якийсь «релігійний підхід», що зводиться до зазубрювання формальних правових правил. Це безумовно позначається на вихованні дітей – вони бачать, що таке ставлення до релігії позбавлене духовного підґрунтя. Домінуюча релігійна культура в тому вигляді, в якому практикується зараз, зачіпає лише два види діяльності: ритуали (*'ібадат*) і ділові стосунки (*му'амалат*). Дотримання ритуалів зводить релігійну освіту до виконання основних дій, таких як п'ятиразова молитва (*салат*), пост під час Рамадану (*саум*) і милостиня бідним (*закят*). Також серйозно охороняються соціальні інститути, такі як шлюбний договір (*завадж*), ділові договори (*'укуд*), зовнішні прояви етикету (*адаб*), а також декларування належності до Ісламу (*каліма* або *шагада*). Це «правовий спосіб» віросповідання.

На додаток до цього мусульманські родини часто ігнорують важливість обов'язків перед уммою на користь особистих переваг, не замислюючись про моральну відповідальність перед іншими членами суспільства. Як наслідок, дітей навчають читати Коран і звершувати молитви, але їх ніхто не вчить брати участі у суспільному житті; батьки ж при цьому впевнені, що зробили правильно і достатньо. Діти ростуть, вважаючи, що дотримання ритуалів і є головним елементом життя в Ісламі, і якщо вони їх виконують, то тим самим вичерпують свої релігійні і моральні зобов'язання. Це може призвести до егоїстичного стилю життя з

негативним ставленням до суспільних завдань. На жаль, подібна соціальна апатія набуває все більшого поширення, призводячи до того, що суспільство руйнується і всі опиняються в програші.

Насправді шанування Бога (*'ібадат*) не означає лише дотримання ритуалів, але включає всі обов'язки і дії, передбачені ісламським законом (*шаріатом*), так само як і моральні цінності, як то: поширення добра, уникнення зла, залученість до суспільного життя, турботу про інших.



Якщо ці якості не стануть частиною етичної системи мусульманського виховання, то з часом соціальна апатія нинішніх дорослих буде передана і їхнім онукам. В цьому і полягає основна помилка релігійної освіти, яка недооцінює важливість внутрішнього розвитку і зобов'язань перед суспільством. Слово *'ібадат* насправді означає згадування Бога і спілкування з Всевишнім для встановлення чесноти, моральних норм і хорошої поведінки (*зікр*).

Занурення в себе

На жаль, протягом майже всієї історії Ісламу спостерігалася конфронтація між мусульманською думкою в особі вчених та богословів і диктаторською політикою корумпованих лідерів. Мислителі воліли самоізолюватися від суспільного життя і зосередитися на індивідуальних аспектах життя, ігноруючи проблеми суспільства. Як наслідок, не надається необхідного значення теорії управління та практиці соціальних зв'язків, політичній співучасті і прислуханням до порад (шура), громадянському обов'язку, соціальній справедливості і братнім почуттям. Це зруйнувало універсальне бачення Ісламу.

Пасивне ставлення до суспільного життя зруйнувало командний дух умми і послабило колективні зв'язки, необхідні для створення соціальних зв'язків.

Цивілізація не може бути побудована на вузьколобому розумінні порятунку лише для себе, вона повинна базуватися на прагненні до співучасті в турботах про суспільство. Застосування концепції «турботи про людство» (істіхляф) вимагає від нас розвитку – покоління за поколінням, – місії 'імран (створення цивілізації, заснованої на благові для всіх).

Хоча турбота про сім'ю – один з пріоритетів мусульманської юриспруденції (фікр), однієї цієї турботи замало для виощування будівельників цивілізації.

Подібна постановка проблеми допомагає формувати законослухняних індивідумів, які дотримуються ритуалів, але при цьому пасивних особистостей. Люди, виховані в традиційній формально-правовій культурі, можуть правильно здійснювати обмивання, молитви, говіння, паломництво, проте вони не стають гар-

ними громадянами, які виробили в собі потребу співучасті, служать суспільству.

Стаючи залежними від урядів, які по-стачають їх готовими послугами замість того, щоб вимагати співучасті в суспільних потребах, вони не здатні мислити самостійно, приймати рішення про майбутнє, збільшувати свої знання, піклуватися про себе. Іншими словами, апатія перемагає активність.

Після такого виховання діти не стають дорослими, здатними бути вільними, сміливо думати, працювати в команді, бути піонерами соціального прогресу; вони виростають боязкими егоїстами.



Люди, що живуть в умовах політичної або релігійної диктатури, безумовно страждають, але виявляються не здатними до соціальних змін; вони створюють слабе суспільство і переводять його на нову сходинку деструкції. Дотримуючись шаріату, вони уникають процентних вкладів в банках, але при цьому з легкістю брешуть в податкових деклараціях, хоча брехня і шахрайство так само засуджуються шаріатом. Вони вважають себе переможцями, якщо уникають кари за

контрабанду або обман державних службовців, тому що вони знають, що їхні митні збори будуть вкрадені впливовими посадовими особами, які зловживають становищем.

Багато батьків з народження до дорослішання дитини залишаються зацикленими на собі. Вони більше уваги приділяють тому, як їхня дитина одягнена (тобто знову ж таки – що подумують люди про них, батьків), ніж тому, як навчити її піклуватися про інших, як прищепити почуття відповідальності за людей, особливо бідних і нужденних, і за навколишнє середовище в цілому.

Багато з нас можуть купити своїй дитині дорогу вишукану іграшку і відвернутися від чужої дитини, яка просить на дорозі милостиню.

Такий погляд на життя вбиває наше суспільство.

Ми не замислюємося про сенс, здавалося б, елементарних речей. Як можна, наприклад, пояснити, що День незалежності Бангладеш встановлений на честь відділення цієї країни від Пакистану?

Як можна святкувати поділ, коли ми бачимо, як колись ворогуючі європейські країни об'єднуються на основі спільних інтересів? Бразилія єдина, незважаючи на безліч етнічних, релігійних та лінгвістичних груп, кожна зі своїми економічними і соціальними проблемами.

А в цей час мусульманські і навіть вже – арабські країни, маючи спільну мову, культуру, спільні інтереси, продовжують ворогувати! «Сварки» арабських держав і «бідних» мусульманських країн

не допомагають їхнім громадянам. Кількість мусульман збільшується, але їхній статус на світовій арені не підвищується.

Чи може релігія бути причиною для поділу, дріб'язковості й ізоляції мусульманського світу? Хіба ці якості допомагають її інтересам? У свідомості умми стався розщеп. Всі навчилися думати лише про себе і переслідують лише власні вузькосімейні інтереси, ігноруючи більш широкі потреби умми та інших членів суспільства, включаючи сусідів і родичів. Мусульманська культура стає вузьколобою і деформованою, яка уникає добросусідських почуттів і командного духу, який повинен лежати в її основі.

Мусульманам слід витягати голову з піску.

Порівняйте цю ситуацію з наміром Абу Бакра віддати все своє добро суспільству. Пророк запитав його: «Що ти залишив своїй родині?». Той відповів: «Я залишив їм Аллага і Посланця Аллага».

Вчинок Абу Бакра був результатом не лише його сильної віри, але й впевненості, що Пророк і суспільство в годину потреби подбають про нього і його сім'ю.

Якби він тільки припустив, що його сім'я може опинитися на вулиці, то швидше за все віддав би громаді лише меншу частину свого майна.

Причина нинішнього жалюгідного стану мусульманського світу – невеликі території, заселені різними етнічними групами та носіями різних мов, і тиранічні режими, які ними кермують. Не варто також звертати всю провину на колоніалізм. Іслам проповідує мирне співісну-



вання і соціальну гармонію. Мусульмани становлять чверть населення Землі. Причина роз'єднаності – не в Ісламі, оскільки Іслам навчає союзу, братнім почуттям, солідарності та співчуттю. Причина також криється не в економічних і політичних факторах, – бо це лише симптом. Тоді в чому ж полягає причина?

На наш погляд, відповідь міститься в рядках Корану:

Воістину, Аллаг не змінює людей, доки вони не змінять самих себе. (13:11)

Складно сказати ще краще: причина в самих людях. Лише приймаючи істину Корану і змінюючи свою внутрішню сутність, ми зможемо змінити те, як ми живемо. Засобом для цього і є правильне виховання.

Освіта – це процес всього життя, її можна набувати від колиски до могили. Однак гарне виховання – ключовий фактор для зміцнення громадських інтересів через відповідальність, самопожертву і турботу про інших. Ці цінності розвиваються ще в дитинстві завдяки закріпленню правильних емоційних, соціальних і духовних аспектів особистості. Їх набагато простіше направити в ранньому віці, аніж виправляти, коли людина вже стала дорослою.

Збірники правових норм (фікг) апелюють до основних релігійних і культурних відносин для розвитку мусульман, і тому мають величезний вплив на розвиток особистості. Необхідно вносити доповнення у ці книги, додавши відсутні пункти про значення громадських інтересів і всього людства, тим більше що ці пункти ясно відображені в Корані й хадисах.

Ті, які жили [в Медині] раніше та увірували раніше, люблять тих, хто переселився до них. У їхніх серцях немає заздрості до того, що отримали ті. Вони визнають їхню перевагу, хоча й самі перебувають у скруті. Хто здолав свою скупість, той досягнув успіху! (59:9)

Пророк сказав: «Той, хто не бере участі в громадських справах мусульман, не є одним з них» (Ібн Масуд).

Ми не зможемо досягти того, чим ми могли б стати, якщо не будемо піклуватися про членів суспільства, особливо про бідних, сиріт, сусідів і нужденних. Ось аяти сури «Аль-Маун»:

Чи бачив ти того, хто заперечує Суд? Та це ж той, хто проганяє сироту і не закликає нагодувати бідного! Лихо ж тим, які моляться, але ставляться до молитов своїх недбало, які роблять все лише напоказ і відмовляються давати милостиню. (107:1-7)

Існує тісний зв'язок між особистим віросповіданням і добробутом суспільства. Релігійні ритуали повинні бути невіддільні від турботи про сиріт, насичення голодних і допомоги сусідам. Справжня мета поклоніння Богові – підготувати молільника до служіння роду людському. Величезна кількість жебраків у містах мусульманського світу ілюструє брак почуття відповідальності, який сьогодні вкорінився в людях.



Брак особистої відповідальності

Багато людей не відчують відповідальності за себе, за інших і майбутнє. У суспільстві, де працьовитість і чесність мають малу значущість, люди звертаються за підтримкою, перебуваючи в повній впевненості в тому, що вони мають на цю підтримку право, тоді як самі вони нікому і нічого не винні. Поняття відповідальності перед самим собою відсутнє і в сучасному мусульманському суспільстві. Проте така відповідальність – пряма умова для розвитку колективізму.

Не варто плутати з колективізмом турботу про інших; вона передбачає пріоритет групи перед індивідумом.

Племінний лад і земляцтво були самими примітивними формами колективізму в мусульманському світі; наразі його змінили рабським ставленням до держави. Колективізм призводить до «стадного почуття», ворожого по відношенню до розвиненого індивідуального мислення (іджтіхад), необхідного для прогресу.

Подібна «зрівнялівка» знищує стимул розвитку особистостей, які перетворю-

ються на непродуктивних споживачів. Особистість перестає сприймати себе як намісника Всевишнього (*хуляфа*). Нижчі форми колективізму створюють культуру, де залежні один від одного люди позбавлені самоповаги, що, своєю чергою, в області моралі веде до слабкодухості, а в області політики – до появи або утворення, які ведуть суперечку за громадську думку, або «сильної руки», яка узурпує владу.

Коран же звертається безпосередньо до індивідуума, до особистості, закликаючи прийняти роль хуляфа, виконати волю Аллага, надихає боротися за благо для себе, суспільства і держави. Якщо ми і справді бажаємо для інших того ж самого, що й для себе, то ми бажаємо раціональності, відповідальності та свободи.

У деяких мусульманських країнах дітей вчать бути пасивними і некритичними. Студентів навчають застарілим правовим нормам: закят підноситься як податок з володіння певною кількістю верблюдів, а милостиня розраховується в переказі на бушель ячменю або фініків, в той час як вони практично необхідні в

аграрних суспільствах, вони стають неактуальними в західних і в промислово розвинених містах. Книги з юриспруденції досі включають розділи про правила продажу і купівлі рабів! В молодих мусульман вкладають застарілу і непотрібну інформацію, випускаючи при цьому справді важливе – співчуття і турботу про потреби інших.

Недолік милосердя і є основною бідою майбутнього покоління умми.

Головна необхідність вивчення закятю не в тому, щоб навчити рахувати верблю-

дів або фініки, але щоб засвоїти важливість солідарності, жертвності, щедрості, необхідності ділитися з нужденними. Навчитися вимірювати глибину почуття жалю і здатності співчувати потребам немічних і знедолених – важливіше, ніж навчитися рахувати матеріальні блага. У дитинстві за допомогою закят слід вчити не правилам арифметичних дій, а практиці висловлення братніх почуттів і отримання радості, яку відчуває той, хто віддає і виявляє милість.

Деформована культура: відсталість і забобони

Безліч сучасних мусульман озираються назад, а не дивляться в майбутнє. Вони очікують, поки не трапиться лихо, а потім поспішають зробити будь-що, щоб зарадити ситуації, зрідка досягаючи при цьому успіху, – все це замість того, щоб продумати ситуацію заздалегідь і запобігти виникненню проблеми. Вони схожі на водія машини, який дивиться лише в дзеркала заднього виду замість того, щоб дивитися на дорогу попереду.

Іншою проблемою, яка зупиняє розвиток мусульманського суспільства, є забобони, віра у ворожбу і джинів. Ісламська цивілізація була створена знанням і наукою; мусульманські вчені, незважаючи на віру в чудеса пророків, вірили, що головне диво, здійснене пророком Мухаммадом – це передача Корану. Одкровення Корану містить звернення до людського розуму, воно раціональне. Коран закликає вивчати, відкривати, думати і споглядати; це його головні теми, ті основи, які батьки повинні закласти в голову та душу своїх дітей, щоб ті усвідомили причинно-наслідкові зв'язки, зберігаючи при цьому

міцну віру в Бога і потойбічне життя. Цивілізацію не побудуєш на забобонах і знахарстві. Багато хто слухає жажливі історії про людей, які звертаються до цілющих «сил» духів, джинів, зірок або чарівників, замість того, щоб вилікувати свої сімейні проблеми за допомогою медицини і психології. Такі практики є зайвими для Ісламу і небезпечними для дитячої свідомості. Завдання батьків – закласти просвітницьке наукове сприйняття, описане в Корані. Коран визнає ас-сунан аль-ілягійя, закони природи, які керують людським життям і всесвітом. Ці природні закони, що скеровуються за допомогою Божественного, даровані Пророку в аятах:

Скажи: «Я не маю влади зробити собі добро чи заподіяти шкоду, хіба що побажає цього Аллаг. Якби я знав потаємне, то примножив би собі добро, а зло не торкнулося б мене. Воістину, я – застерігач і добрий вісник для віруючих людей!» (7:188)

Скажи: «Воістину, я – така сама людина, як і ви. Тільки відкрито мені, що Бог ваш – Бог Єдиний. І хто сподівається на зустріч із Господом своїм, то нехай робить добрі справи й не додає Господу своєму рівного в поклонінні!» (18:110)

Наукова свідомість послужила основою для створення найбільшої з відомих цивілізацій. Протягом «золотого століття Ісламу» саме мусульмани допомогли європейцям подолати Темні сторіччя (Al-Hassani, 2011).

Сучасна цивілізація Заходу зобов'язана естетичною і правовою системою Риму і Греції, моральними нормами – християнству, а науковими знаннями – іспанським мусульманам.

Роже Гароді, французький філософ
(Al Hewart, 2002)

Зобов'язання, в першу чергу батьків і в другу чергу школи – виховувати дітей з високим інтелектом, величними душевними якостями і характером, які розуміють Божественні і природні закони, гуманітарні та соціальні науки.



Пророк казав:

«Вже скоро настане той час, коли інші народи будуть кидатися на вас зі всіх боків, як кидаються на миску з їжею». Його запитали: «Це відбудеться тому, що нас буде мало?». Він відповів: «Ні, в той час вас буде багато, але ви будете розрізнені, як сміття в потоці. Аллаг витягне з сердець ваших ворогів тремтіння перед вами і помістить у ваші серця слабкість (*wahn*)». Його запитали: «Що це за слабкість?». Він відповів: «Це любов до світського життя і неприязнь до смерті» (Абу Давуд).

Збалансований підхід

Ми пропонуємо батькам чесно поглянути на власну віру. Мудре сприйняття ритуалів і цінностей вашої релігії матиме важливе значення для виховання дітей і здатне прищепити їм захист від страху, замкнутості, відсталості і примусу.

У ранній період Ісламу вчені (*‘аліми*, *факіги* і мулли) надавали особливого значення ритуалу і поклонінню (*‘ібадат*). Коран відзначає ще згадування Всевишнього (*зікр*). Всі ці елементи важливі у справі виховання дітей. Батьки мають розуміти мусульманський погляд на світ і навчати йому дітей з того моменту, коли діти стануть здатні його розуміти теж. Дитині слід пояснити, що наш земний обов'язок – жити відповідно до правил і цінностей, даних Богом, і досягти цього можна через поклоніння. Це допоможе їм зрозуміти весь сенс життя і прагнути до Істини.

Поведінка батьків – це той взірець, на який будуть рівнятися діти.

Тому ми повинні завжди пам'ятати про Всевишнього і намагатися чинити так, щоб створити кращу версію себе і порадувати Його. Ми маємо чинити все можливе, щоб поширювати чесноту, піклуватися про навколишнє середовище, розширювати знання і допомагати звільнитися тим, хто пригнічений. Діти краще зрозуміють сутність і значення *‘ібадат*, якщо побачать, як його практи-

кують їхні батьки і якщо їм пояснять, що життя – це іспит на людські якості і вони повинні прагнути до кращого як в особистому, так і в суспільному житті.

Наступні аяти демонструють правильне формування дитячого погляду на світ:

Читай те, що було відкрито тобі з Писання, та звершуй молитву. Воістину, молитва стримує від розпустити й неприйнятнього! Але згадка Аллага — важливіша, і Він знає те, що ви робите! (29:45)

Вони дають їжу нужденному, сироті та полоненому, хоча й самі хочуть її. «Ми годуємо вас заради лику Аллага; ми не прагнемо вашої відплати чи вдячності!» (76:8-9)

Тих серед вас, які увірували й робили добро, Аллаг обіцяв зробити намісниками на землі — так, як Він зробив намісниками їхніх попередників; Він неодмінно утвердить їхню релігію, яку Сам схвалив для них, і замінить їхній страх безпекою. Вони поклоняються Мені й не додають у поклонінні нічого. А хто після цього буде невдячним, ті — нечестивці! (24:55)

Навчайте дітей любові до Корану

Щоб навчити дітей любити Бога, Коран їм необхідно викладати як дещо більше, аніж просто релігійну книгу, яку дістають тільки по великих святах і про яку забувають увесь інший час. На що слід звертати більше уваги – на інформацію або на емоційний і психологічний розвиток дитини? Інформацію можна отримувати все життя, а ось належний емоційний і психологічний розвиток має відбуватися в ранньому дитинстві, до підліткового віку.

І в наші дні батьки постійно лякають дітей жахами Пекла (джаганнам) замість того, щоб частіше говорити про любов, милосердя і співчуття Аллага і красу Раю. Ми розписуємо в фарбах, як наші нащадки будуть горіти в Пеклі, якщо не послухають Бога, нас або припустяться якоїсь помилки, замість того, щоб розповісти, як вони будуть винагороджені в Раю, якщо оберуть вірний шлях і будуть вчиняти за заповідями Аллага, батьків, допомагати ближнім. Ми постійно лякаємо дітей і нагадуємо їм про покарання, якщо вони стануть злочинцями, але мало коли надихаємо їх на щось і нагадуємо про любов до Бога і заохочення, які вони отримують за гарну поведінку. У таких обставинах діти виростають боягузливими і заляканими дорослими.

Вони ховаються за негативними життєвими установками, не впевнені в собі і, що найжахливіше, вже розчаровані у власній вірі.

Вчителі найчастіше починають вчити дітей Корану з останньої його частини – коротких сур, посланих в мекканський період передачі одкровення. Виразні аяти цих сур звернені до зарозумілих гнобителів з племені курайшитів і жорстоких

лідерів поган, таких як Абу Джагль і Абу Лагаб. У цих сурах Коран звертається до тих, хто катував і вбивав мусульман, лаштував усунення Пророка і почав війну з віруючими. Ці сури повинні були закликати поган до спокути, їхні гнівні аяти, що містять жахливі попередження, лунали наче грім:

*Нехай згинуть руки Абу Лягаба
й він сам! (111:1)*

*Горе кожному насмішнику, на-
клепнику! (104:1)*

*Чи дійшла до тебе розповідь
про покриваюче? Обличчя одні
в той День принижені, висна-
жені, втомлені, увійдуть вони
в пекельний вогонь, і напувати-
муть їх із джерела киплячого, не
буде їм там їжі, крім як колючок
(88:1-6)*

*Лихо тим, що міряють неправ-
диво! (83:1)*

*Коли струснеться земля, здри-
гаючись (99:1)*

На жаль, хоча ці жахливі рядки були адресовані зовсім не чистим дітям, саме вони першими звучать в процесі навчання Корану! Причина проста: ці сури короткі і їх легко запам'ятовувати. Однак замість того, щоб в юному віці лякати дітей Пеклом і покаранням, краще прищеплювати їм любов до Бога, повагу до батьків і уявлення про красу Раю: це закладе в їхню дитячу психіку почуття захищеності, любові, тепла, щедрості. Розуміння Бога краще починати з уявлення про

Божественну любов, милосердя, доброту, щедрість, прощення. **Дітям слід говорити, що вони хороші, і стверджувати, що Бог любить їх, ще до того, як вчити їх любові до Бога.** Умовою повинна бути любов Бога, і вже потім – необхідність любити Його.

Коли діти починають це розуміти, можна акуратно пояснити їм, що Пекло – це покарання за погані справи. Сури, що містять застереження за вчинення гріхів, повинні бути запропоновані для вивчення лише тоді, коли дитина здатна робити висновки замість того, щоб сліпо боятися. Найчастіше це відбувається в пізньому дитинстві та підлітковому віці, коли діти можуть застосовувати абстрактні ідеї до конкретних дій.

Потрібно дуже уважно стежити за тим, як розвиваються дитячий розум і психіка, і відповідно до цього розвитку пропонувати для вивчення сури Корану.

Більшість сподвижників Пророка пізнали Коран вже в дорослому віці, і навіть в цей час Коран справив на них сильний вплив. Сильні характери тільки зміцнилися після знайомства з Кораном. Коранознавці разом з експертами в галузі освіти і соціальних дисциплін можуть порадити батькам, які аяти слід вивчати в конкретному віці і на конкретному етапі розвитку дитини. Звичайно, протягом життя треба дізнатися про всі аяти Корану; але вже, звичайно, не варто починати з його останньої частини тільки тому, що вона містить 37 коротких сур: виходити треба не тільки з того, що простіше зазубрити.

Батьки, які не розмовляють арабською, повинні пояснити дітям значення аятів власною мовою. Натомість, зараз увага приділяється лише тому, щоб тупо завчити звучання рядків без розуміння змісту.

Батьки мають знайти хороший переклад Корану і, крім уроків читання, викладати уроки тлумачення (*тафсір*), щоб діти познайомилися з посланням Корану для світу. Якщо батьки не можуть зробити це самі, необхідно знайти вчителя або освітню програму, які допоможуть впоратися з цим завданням. Вдома можна відтворювати аудіозаписи читання Корану, щоб діти звикали до його звучання. Необхідно постійно вправлятися в читанні, щоб діти звикли читати Коран кожен день.

Арабська мова може стати другою для вивчення. Багато гарних дитячих книг містять історії з життя пророків, уривки з Писання, притчі, з яких варто робити відповідні висновки, – вибір таких книг також зробить Коран більш знайомим і зрозумілим.

Навчайте дітей молитвам

Існує безліч коротких молитов, читання яких зміцнює уявлення про Бога, Який піклується про нас кожен секунду нашого життя. Їх легко запам'ятати, і вони допоможуть привчити дитину дякувати Йому і просити Його допомоги. Регулярне читання молитов запобігає будь-яким спробам відтиснути думку про Бога на задній план.

Батьки повинні вголос дякувати Богові до і після приймання їжі і можуть попросити дітей повторювати ду'а (звернення) за ними. Не варто забувати про ду'а під час виходу та повернення в дім, перед тим як лягати спати і після пробудження. Це прищеплює почуття подяки. Корисно привчити дитину вимовляти «Бісмільяг» («в ім'я Аллага») перед початком будь-якої справи. Хоча спочатку це здається нудним і тривіальним, на цьому варто наполягати: це привчить дітей до практики



зікру і зробіть спілкування з Всевишнім природною частиною їхнього життя. Діти звикнуть бачити Його Милосердну Руку у всьому.

Привчати до обов'язкових молитов (*салат*) слід як до природного елементу життя. Батьки – кращий приклад для дітей. Скликайте дітей на молитву (*азан*) і серйозно ставтеся до самого процесу молитви. Дуже часто ми поспішаємо закінчити молитву, – діти це помітять і будуть ставитися до молитви так само. *Ду'а* – прохання до Всевишнього про все, що нам потрібно, – треба робити до і після обов'язкової молитви, щоб діти вчилися робити те саме.

Навчайте дітей спокуті

Діти повинні розуміти, що будь-яка дія має наслідки, що погана поведінка ганебна і Бог знає про неї, і після скоєння поганого вчинку слід покаятися. Недостатньо попросити вибачення і забути про зроб-

лене: діти повинні розуміти, що потрібно принести Богу щирий жаль з приводу скоєного.

Це відкриває двері Божественному співчуттю і допомагає батькам показати Божественну любов і милосердя.

Не варто розраховувати на дитячу подяку за спроби подібного навчання; скоріше, ці уроки викличуть примхи і всляку протидію. Проте наполегливе повторювання і пояснення ситуації твердим голосом, спонукання щиро каятися допоможуть навчити дітей уникати неправильних вчинків. Пізніше, коли діти виростуть, вони вже будуть знати, як повернути прихильність Бога.

Навчайте дітей історії Ісламу

Настійно рекомендуємо батькам час від часу поповнювати домашню бібліотеку і читати з дітьми. Вони можуть читати повчальні історії про Пророка – його життя, справи і місії, про його онуків, побрати-

мів і послідовників. Такі історії дозволяють дітям наблизитися до пророків, створювати асоціації; можливо, діти забажають обрати саме пророків за приклад для наслідування. Звичайно, подібні історії спочатку потрібно підносити у вигляді казок і відповідно до віку дитини. Батьки повинні також читати дітям про сильних чоловіків і гарних жінок – визнаних лідерів.

Розповідайте дітям про досягнення ісламської цивілізації. Беріть їх в музеї, щоб познайомити з історією, архітектурою, мистецтвом Ісламу. Музеї – прекрасне місце, щоб надихнутися історією, і там часто пропонуються заняття для дітей, в яких можуть взяти участь і батьки. Існує також багато інтернет-ресурсів, що розповідають про досягнення ісламського світу – наприклад, «1001 винахід».

Прекрасним матеріалом будуть книги і диски, присвячені красі та дивам світу, в якому ми живемо.

З процесом дорослішання мирське, світ, будуть все більше втручатися в їхнє мислення. Будьте готові відповідати на питання, наприклад, про теорію еволюції, яка до сих пір є неведеною в науці теорією. Діти стають більш допитливими, коли починають пізнавати світ, і було б нерозважливо думати, що ми зможемо залишити їх виключно в межах ісламської культури. Якщо уявлення про Бога і Його творіння закладені глибоко, то їхні протиріччя з поглядами світської культури будуть долатися набагато простіше. Діти повинні мати тверді основи і виходячи з них приймати або відкидати нові факти і теорії про світоустрій.

Навчайте дітей манерам

Ісламська концепція поведінки ґрунтується на традиційних уявленнях про мораль (*адаб*). Дітей слід навчати казати «дякую» і «будь-ласка» так само, як «Альхамдуліляг» («слава Богу»), «інша'Аллаг» («Якщо побажає Бог»), «ассаляму алейкум» («нехай буде з тобою мир!»), – дуже часто це прекрасне вітання замінюють на безликі «привіт», «бувай»... Дітей необхідно навчати правильно їсти і пити, носити відповідний одяг, ввічливо поводитися в суспільстві.

Важливо підтримувати дітей і дім в чистоті, акуратності. Дім повинен бути організований так, щоб діти самі могли знаходити собі заняття. Не псуйте дітей. Іноді замість розкішної вечері краще приготувати просту страву, щоб дитина навчилася цінувати їжу. Часте хваління і висловлення захоплення можуть призвести до марнославства і підвищеної зарозумілості. Зовсім не обов'язково купувати всі іграшки, які сподобалися дитині, проте, якщо діти дійсно чогось дуже хочуть, то іноді можна запропонувати їм «заслужити», «заробити» таке заохочення, виконавши певну справу. Слід нагадувати, що Всевишній може дати їм дещо значно цінніше. Пропонуйте альтернативи бажаного, якщо воно недосяжне, вчіть дітей чекати того, що вони хочуть, і всі закладені в них цінності і дисципліна слугуватимуть їм в цьому світі і в майбутньому житті.

Що сказати дітям спочатку: що вони повинні любити Бога чи що Він любить їх?

Якщо ми говоримо дітям: «Я люблю Бога, Він створив мене і землю, сонце і місяць» – яке послання ми в них вкладаємо?

По-перше, діти не отримують уявлення про Бога, – це абстрактна ідея, яку їм складно усвідомити. Яка їм різниця – любити або не любити те, що вони не знають? Більш того, для них власне існування і світ навколо них не є чимось дивовижним.

Але якщо змінити формулювання і говорити: «Бог любить тебе, Він створив тебе і світ, щоб тобі було добре», – вони, безумовно, забажають дізнатися, Хто це, Хто любить їх і піклується про них і їхнє щастя.

Вони будуть воліти вибудовувати відносини з такою люблячою і турботливою істотою і дізнаватися про Неї дедалі більше.

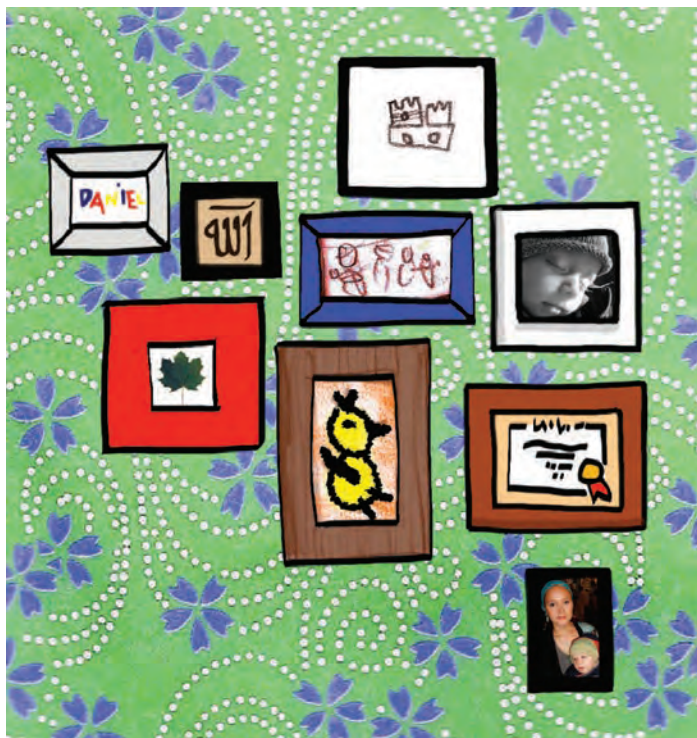
Існує тісний взаємозв'язок між поклонінням, життям і добровільним підпорядкуванням волі Всевишнього. Наша поведінка має ґрунтуватися на прагненні порадувати Його, – Єдине Джерело блага і правди. Щоб Його порадувати, потрібно виконувати Його заповіді, покращувати життя своє і оточуючих. Ми вдосконалюємо свою особистість тим, що намагаємося бути працьовитими, чесними, корисними для інших, і просуваємося ближче до Творця. Ми допомагаємо собі, поважаючи життя, власність і гідність інших, розвиваючи правосуддя, співчуття і свободу, уникаючи тиранії і насильства над іншими.

Ця боротьба вимагає нескінченно-го звернення до Бога і Його прекрасних якостей. Дотримання обрядів підсилює наш зв'язок і любов до Всевишнього. В цьому випадку Бог благословить нас і дасть нам сили для досягнення того, що є хорошим і правильним.

НАВЧАЙТЕ ДІТЕЙ:

Бог любить тебе, Він створив тебе і світ, щоб тобі було добре.

Вони безумовно забажають вибудовувати стосунки з такою люблячою і турботливою істотою і дізнаватися про Нього дедалі більше кожного разу.



Знання себе: проблеми арабської освіти

Сьогодні, як ніколи, набув актуальності заклик до отримання освіти та активізації досліджень (іджтіхад). Об'єднаний звіт про розвиток людства (2009) показує жахливий стан науки та дослідницької практики в арабському світі. На сьогоднішній день араби виявилися позаду інших націй навіть в справі збереження своєї власної культурної традиції. У 1991 р. дослідження ООН продемонструвало, що в арабських країнах – найнижчий показник публікацій в світі. Лідирує Європа, – там створюється в п'ять разів більше публікацій.

Звіт висвітлює прірву в розвитку між арабським світом та його оточенням, яка постійно збільшується. Своім прагненням все контролювати авторитарні арабські держави вбили в своїх громадянах творче начало і жагу до розвитку. «Придушення свободи під егідою псевдозахисту, цензура та самоназвані сторожові пси суспільної моралі – це заперечення свободи. Перші жертви цього заперечення – творчість, ініціатива, інновації та знання» (The Economist, 2003).

Батькам не слід перекладати відповідальність за дитину на державу. Вони повинні залишатися прикладом для наслідування і головними вчителями своїх дітей, протистояти викликам часу, ставши основною силою в зміні суспільства. Батьки – це головний «запал» для процесу ефективних реформ, який повинні підпалити реформатори та вчителі, здатні навчити батьків, що їм і як робити. Саме освічені батьки, маючи непорушний вплив на своїх дітей, мають можливість змінити характер майбутніх поколінь.

Завдання



ЗАВДАННЯ 21: ПРОГРЕС ЯПОНІЇ І НІМЕЧЧИНИ ТА ВІДСТАЛІСТЬ МУСУЛЬМАНСЬКИХ КРАЇН.

На зустрічі сімейних пар обговоріть питання: Чому багато мусульманських країн не розвивалися, в той час як Японія і Німеччина, незважаючи на поразку у Другій світовій війні, виявилися серед країн-лідерів?

Чому деякі мусульманські країни досі скидають відходи у воду, мають погану систему освіти, експортують сировину занадто дешево і купляють вироблені з неї ж дорогі товари?

Чому мусульманський світ до цього часу має найвищі показники неписьменності, в той час як Коран високо оцінює освіту?

ЗАВДАННЯ 22: ВСТАНОВЛЕННЯ ЗВ'ЯЗКІВ МІЖ ДІТЬМИ І ТВОРЦЕМ – ЯКОМОГО РАНІШЕ!

Хоча п'ятиразова молитва покликана постійно нагадувати нам про Всевишнього, існує безліч справ, здійснюючи які нам потрібно звертатися до Бога.

Дітей треба навчати практиці поминання (*зікр*) Творця. Один з дієвих способів – навчити постійно звертатися до Всевишнього так, як це робив Пророк, з моменту пробудження і до відходу до сну. Це не займає багато часу, але покращить нашу свідомість, спрямує дії в потрібному напрямку (особливо перед початком і після прийому їжі). Батьки можуть щотижня вибирати по одній-дві молитви-дуа і після їх закріплення переходити до наступних. Поясніть дітям зміст цих молитов. Цим молитвам можна навчитися не лише арабською, але й рідною мовою.

В момент пробудження:

Хвала Аллагу, який оживив нас після того, як умертвив нас, і до Якого [ми повернемося після] воскресіння.

Побачивши світло сходу сонця:

Ми дожили до ранку, і цього ранку влада належить Аллагу, Господу світів.

Стоячи перед дзеркалом:

Слава Єдиному, Хто створив мене. О, Аллаг, покращ мою поведінку так само, як Ти створив мене.

Одягаючись:

Хвала Аллагу, Який одягнув мене в те, чим я прикрию свій сором [аврат] і що слугуватиме як прикраса в моєму житті.

Заходячи в мечеть:

О, Аллаг. Відкрий мені ворота Милосердя Твого, та дозволь мені припасти до скарбниці Твого знання.

Перед їдою:

Хвала Аллагу, який нагодував та напоїв нас та зробив нас мусульманами!

П'ючи воду:

Слава Аллагу, Який Своєю Милістю зробив воду солодкою, а не гіркою чи солоною за наші гріхи!

Заходячи в туалет:

З ім'ям Аллага, о Аллаг, воістину, я вдаюся до Тебе від зпсутості та поганих вчинків.

Виходячи з ванної кімнати:

О Аллаг, даруй мені прощення. Слава Аллагу, який врятував мене від шкоди і нагородив мене гарним здоров'ям.

Виходячи з дому:

З ім'ям Аллага, я надіюсь на Аллага, немає могутності й сили ні в кого, окрім Аллага. О Аллаг, воістину, я вдаюся до Тебе від того, щоб збитися зі шляху або бути збитим з нього.

Заходячи в дім:

З ім'ям Аллага ми увійшли, з ім'ям Аллага вийшли і на Господа нашого почали сподіватися.

ЗАВДАННЯ 23: ВЧИМОСЯ БУТИ ВДЯЧНИМИ

Попросіть дітей придумати власні звернення до Бога рідною мовою в дусі тих, що запропоновані вище, і обговоріть їх.

ЗАВДАННЯ 24: ПІДВ'ЄМО ПІДСУМКИ

Нехай дитина прочитає вголос цю правдиву історію. Обговоріть її, додаючи власний досвід. Подяка Богові навіть за маленькі добродієства призводить до задоволення, яке захищає нас від почуття заздрості, образи і смутку. Це секрет щастя і ліки від пристрастей.

Я знала молоду жінку, у якої були серйозні проблеми. Її батьки розлучилися, вона доглядала за хворою матір'ю, працювала цілий день, але не могла вибитися зі скрути. І, не дивлячись ні на що, вона радісно ставилася до життя: «Якщо я прокидаюся вранці і ходжу своїми ногами, значить, все прекрасно!».

Іншими словами, зосередьтеся на тому, що маєте, і думайте про те, чого можете досягти в майбутньому.

Пророк сказав:

«Хто прокинувся вранці в безпеці, здоровим і маючи їжу на день, той ніби володіє всім цим світом» (Ат-Тірмізі і Ібн Маджа).

ЗАВДАННЯ 25: СІМ ІДЕЙ ДЛЯ НАВЧАННЯ ДІТЕЙ

Нехай дитина прочитає наступний хадис. Обговоріть кожен його пункт і спробуйте прикласти їхній зміст до сучасного життя і власного досвіду.

«Є сім категорій людей, які отримають притулок у Господа в День Суду, коли не буде ніякої іншої тіні, крім Його тіні. Це будуть: справедливий правитель; юнак, який провів свою юність в шануванні і служінні Аллагу; той, чие серце було постійно прикуте до мечеті; дві люблячих людини, які полюбили одна одну в ім'я Аллага і які з'єдналися заради Нього, а потім заради Нього розлучилися; той, хто був запрошений на гріховну потіху багатою красивою жінкою, але відмовився, кажучи: «Я боюся гніву Господнього»; той, хто дає милостиню таємно, не виставляючи це напоказ, так, щоб ліва рука не знала, що творить права; той, чії очі проливають сльози при згадці про Аллага на самоті» (Аль-Бухарі і Муслім).



РОЗДІЛ 5

Поширені проблеми та помилки

- Вступ **126**
- Основні проблеми батьків **126**
- Уроки виховання від Мойсея **132**
- Підсумок **132**
- Завдання **133**

Вступ

У ПОПЕРЕДНІХ розділах ми намагалися пояснити сутність плану всебічного виховання і виділили деякі способи його реалізації. Ми наголосили на необхідності дослухатися до природного батьківського інстинкту, який в поєднанні з цим планом може стати настановою для виховання хороших дітей. Гнучкість пропонованого підходу дозволяє батькам застосувати власні методи виховання побожних, відповідальних і соціально активних дітей. Ми звернули увагу, що виховання хороших дітей має куди глибші наслідки, аніж щасливе сімейне життя і наш душевний мир; від правильних дій батьків залежить створення будівельної цегли суспільства і цивілізації як такої.

Але навіть гарний план, який полегшує складні завдання виховання, не може бути повним, якщо не включає попередження про можливі проблеми і помилки виховного процесу. У цьому розділі ми зупинимося на деяких складнощах і запропонуємо розумні варіанти їх вирішення. Хоча в попередніх розділах ми і згадували деякі з можливих «підводних каменів», нам здається, що звернення до них в комплексі дозволить батькам і дітям підготуватися до тих складнощів, з якими їм доведеться зіткнутися в сучасному світі.

Основні проблеми батьків

Хороше виховання здається простим завданням, якщо не знаєш – як, але набагато складнішим, якщо розумієш, що до чого.

Діти кажуть: «Наші батьки нас дістали».

Батьки кажуть: «Наші діти звели нас з розуму».

ДОСИТЬ ЗВИНУВАЧУВАТИ ОДИН ОДНОГО!

Розберіться у власних проблемах.

**Проаналізуйте завдання і терпляче
вирішуйте їх разом!**



Наше життя – низка випробувань, і виховання – одне з найскладніших; зате винагорода за нього безцінна. Якщо батьки відразу усвідомлять глибину проблем, з якими їм доведеться зіткнутися, це дуже допоможе їм не переоцінювати і не недооцінювати неодмінні складності. Якщо вони будуть вважати, що виховання – проста річ, тоді вони не будуть готуватися до цього завдання належним чином; якщо ж вирішать, що це занадто склад-

но для них, то можуть злякатися і здатися заздалегідь. Ми постараємося виділити основні проблеми, і можливо, батьки відчують полегшення, побачивши, що не самотні в них. Дуже допомагає обговорення проблем з іншими – ви будете здивовані, побачивши, як багато ваших труднощів насправді є спільними.

Ось приклади деяких проблем, з якими стикаються батьки:

БРАК ДОСВІДУ

Після народження першої дитини батьки просто не знають, що їм робити. Можливо, вони і готові до цього морально, але часто просто не мають практичних навичок. Тут може допомогти досвід інших батьків.

Раніше виховання було простою справою:

мати направляла дитину,
просто смикаючи її за вухо.

ЩОДЕННИЙ ТИСК

Багато батьків відчувають складнощі через прийнятий поділ обов'язків між чоловіком і жінкою: матері залишаються вдома на весь день, батьки йдуть на роботу. В результаті ввечері жінки прагнуть вирватися з домашньої кліти, а їхні чоловіки вважають за краще залишитися в домашніх стінах. Якщо батьки не будуть рахуватися один з одним, то може виникнути тертя.

Тато зобов'язаний не лише забезпечувати матеріальне становище сім'ї

З віком нам час почати розуміти, що бути батьком – це не лише забезпечувати дітям їжу і дах над головою.

ЩОДЕННА РУТИНА

У вихованні не існує обідніх перерв і відпусток, і ми маємо розуміти, що працюємо на цій роботі 24 години на добу, 7 днів на тиждень, 52 тижні на рік без вихідних. Не можна «розлучитися» з власними дітьми. Хто став батьком одного разу, залишається ним на все життя, і ніщо не знімає з нього цієї відповідальності.

Що складніше: бути батьком чи президентом США?

«Я можу робити тільки одну з двох речей: я можу бути або президентом США, або контролювати свою доньку Алісу. Можливо, я не зможу одночасно робити одне та інше».

*Теодор Рузвельт (1858-1919),
президент США*

«Відданий мною наказ беззаперечно виконують мільйони; але я не можу змусити трьох своїх дочок вчасно спуститися до сніданку».

*Британський фельдмаршал
Арчібальд Уейвелл (1883-1950)
(Shaw 1998)*

ВСЕ ПІДПОРЯДКОВАНО ДІТЯМ

Після появи дитини необхідність догляду за нею неможливо ігнорувати або відкласти. У дітей свій ритм життя, свій біологічний годинник, і батькам доведеться не просто рахуватися з ними, але підкорятися їм. Батьки не можуть прискорити або сповільнити процес дорослішання малюка; якщо вони спробують перешкодити цьому, то зіткнуться з катастрофою.



Весь світ поспішає, але не діти.

Велика мудрість – слухати кроки природи, а її секрет – терпіння.

Виховання – довгострокова інвестиція часу, зусиль і грошей.

Виховання – тривалий процес, результати якого зовсім не очевидні.

Можуть пройти роки, перш ніж батьки зможуть побачити, що їхня дитина стала добросовісною або аморальною особистістю.



Навіть якщо дитина не прив'язана до технічних новинок, вона все одно оточена небезпеками. Батьки не самотні і не вільні в процесі виховання, їм доводиться витримувати конкуренцію з впливом телебачення, Інтернету і однолітків. Дорослим слід чітко усвідомити, що вони – лише один з факторів впливу на молодь. Навіть правильно орієнтовані та підготовлені батьки не зможуть зробити Інтернет менш брудним, вуличних бандитів – менш жорстокими, ЗМІ – менш вульгарними.

З віком все більшого впливу на ваших дітей набувають однолітки. Діти, як правило, копіюють цінності і поведінку своїх друзів. Тінейджері часто прив'язуються до своєї компанії і дистанціюються від батьків. Брати і сестри теж справляють один на одного серйозний вплив, їхнє спілкування може диктуватися змагальністю, ревностями.

БАТЬКИ – ЛИШЕ ОДНА З БАГАТЬОХ СИЛ, ЯКІ ЗДІЙСНЮЮТЬ ВПЛИВ НА ДІТЕЙ

Батьки повинні розуміти, в якому світі будуть рости їхні діти; світ же цей постійно змінюється. Наприклад, розвиток технологій приніс додаткові проблеми – телевізори, Інтернет, мобільні телефони, соціальні мережі, комп'ютерні ігри. Посилилося схилання перед поп- і кінозірками.

НЕМОВЛЯТА НЕ ВМІЮТЬ ГОВОРИТИ

Просто зважте, як складно спілкуватися з безслівними тваринами, і уявіть немовлят: дуже складно зрозуміти їхні потреби, думки і почуття. Дитина – не маленький дорослий, а дорослий – не велика дитина.

Ми радимо читати Коран дітям, тому що вони запам'ятовують слова ще до того, як починають говорити.

Неймовірно сприйняття!

Коли мені було чотирнадцять, мій батько був такий дурний, що я насилу терпів його; але коли мені виповнився двадцять один рік, я був здивований, наскільки цей чоловік порозумнішав за останні сім років.

Марк Твен

Ха-ха! Тепер я знаю!

Діти зневажають батьків десь до 40 років, коли раптом стають дуже схожими на них, – і їх самих починають зневажати власні діти.

*Квентін Крив,
американський письменник*

Сприйняття дітей змінюється.

О, бути б хоч наполовину такою прекрасною, якою я здавалася моїй дитині, коли вона була мала, і лише наполовину такою дурною, якою я здаюся їй, коли вона перетворилася на підлітка!

Ребекка Річардс (Brown, 1994)

Виховання – своєчасний обов'язок.

Ми завинили в скоєнні багатьох помилок і злочинів, але найгірше з них – це те, що ми кидаємо та ігноруємо дітей, цей фонтан життя.

Багато що з необхідного нам може почекати, проте не дитина. Дитині ми не можемо сказати «завтра». Вона сьогодні.

*Габрієла Містраль,
лауреат Нобелівської премії
з літератури*

**МІЖДИСЦИПЛІНАРНЕ
ВИХОВАННЯ**

Виховання вимагає цілого набору умінь, про багато з яких ми не маємо жодної гадки. Воно включає в себе цілий ряд «спе-

ціальностей», таких як психологія, соціологія, економіка, медицина, біологія, менеджмент і мистецтво. Виховання – це і наука, і творчість. Чим складнішим стає постійно мінливий світ навколо, тим більше вмінь вимагається від батьків. Володіння вченим ступенем з будь-якої наукової дисципліни не забезпечує щасливої і сильної сім'ї. Спілкування залишається необхідною частиною хорошого і ефективного виховання.

**БАТЬКО І МАТИ ПОВИННІ
ДІЯТИ В КОМАНДІ**

Робота в команді – часом найскладніше завдання для батьків. Подружжя повинні бути сумісні, щоб діяти разом. Партнер, якого ми вибираємо, – це ще і майбутній батько або мати. Чи багато хто з нас замислюється про це перед весіллям? Робота в команді вимагає більшого, ніж любов і відвертість, вона вимагає знань, вмінь і єдиного погляду на життя. Дуже важливо, щоб батьки не звинувачували один одного в невдачах, якщо щось пішло не так як треба. Їхній син або дочка постійно змінюються, перетворюючись з дитини на дорослого, і це вимагає злагоженості дій.

ВИХОВАННЯ – ЦЕ ВМІННЯ ПРАВИЛЬНО КЕРУВАТИ РЕСУРСАМИ

Звичайно, можна найняти бухгалтера для підрахунку сімейних фінансів, гувернера – щоб піклуватися про освіту дитини, і доглядальницю для турботи про її здоров'я.

Але керування сім'єю нікому не можна передати: якщо з цим не справляються батьки, не впорається ніхто. Керування сім'єю передбачає віддачу любові, ніжності, часу і уваги. Це невід'ємна частина виховання, яку батьки можуть виконати тільки самі.

Варто подивитися лише на марксистські експерименти в Радянській Росії, де відповідальність за виховання дітей була покладена на сторонніх сім'ї людей. Те ж відбувалося і в Спарті.

Ці експерименти стали колосальною невдачею для залучених в них дітей.

Вдале управління часом і ресурсами набагато необхідніше батькам-одинакам, які змушені працювати в екстремальному режимі.

СПРИЙНЯТТЯ ДІТЬМИ БАТЬКІВ МОЖЕ НЕ ВІДПОВІДАТИ ОЧІКУВАННЯМ

Діти можуть вважати батьківську допомогу втручанням, прояви любові і тур-

боти – як заваду, а поради – спробами контролювати. Для дітей часто реальність змішується з їхніми фантазіями і очікуваннями, тому важливо розуміти думки, почуття, реакції своїх дітей. Запитайте їх – чи подобається їм те, що ви для них робите?

ЗНАЙ, ЩО І КОЛИ РОЗПОВІДАТИ ДІТЯМ

Уроки, які дорослі і діти беруть із одних і тих же історій, можуть не збігатися. До того ж дуже принадно зіграти на дитячій чистоті й наївності, щоб домогтися результатів, які зроблять життя батьків простішим. Наприклад, коли діти їдять гранат, батьки замість того, щоб сказати, що гранатовий сік важко відмити під час прання, а тому плід їсти потрібно дуже акуратно, розповідають якісь притчі про те, що кожен гранат має одне зерно з Раю і діти повинні акуратно обсмоктувати кожне зернятко, щоб не пропустити одне божественне. Колись так само матері говорили донькам під час перебирання рису.

Дуже важливо уникати забобонів і в певному віці пояснити дитині, що багато з того, що йому говорили – казки, легенди, вигадки.

Найпоширеніша казка для дітей – про Санта Клауса, який з'являється на Різдва

В якому віці розповідь цієї історії буде доцільною?

Лев, вовк і лисиця здобули корову, цапа і кролика. Лев наказав вовку: «Розділи здобич». Вовк відповів: «Корова – тобі, цап – мені, а кролик – лисиці». Лев загарчав на нього і вбив, а потім повернувся до лисиці: «А як ти поділиш здобич?». Лисиця відповіла: «Кролик – тобі на сніданок, цап – на обід, корова – на вечерю».

Лев запитав, – де лисиця навчилася такої мудрості? І лисиця сказала: «Біля розбитої голови вовка».

Якщо цю байку розповісти дитині, вона навчиться боягузтва і удавання. Якщо її розповісти дорослому, він навчиться обережності і обачності.

і обдарує дітей подарунками, і дуже не бажано, щоб діти думали, що добрий казковий персонаж є важливішим, ніж Бог.

НАСАДЖУВАННЯ ПОМИЛКОВИХ КОНЦЕПЦІЙ

Салім в дитячому саду відмовився йти у ванну кімнату і пояснив вихователю: «Батьки кажуть, що в туалетах живуть джини і Сатана. Я боюся залишатися з ними».

Хаміду сказали, що янголи не заходять у ванну кімнату. Але раніше йому навіть казали, що два янгола завжди стежать за його вчинками. Виходить, що у ванній він виявляється без підтримки янголів?

Дитина ніяк не могла вирішити ці питання і заплуталась.

Деякі батьки, керуючись безумовно добрими намірами, придумують дивні пояснення для заборони їсти свинину. Дітей вчать, що свині – брудні тварини і з ними потрібно поводитися з жорстокістю. Батьки не можуть пояснити, що всі тварини – прекрасні творіння Бога, але не всіх можна їсти, тому що всі створіння мають своє призначення і ми повинні їх берегти.

Деякі найзаповзятіші батьки закладають неправильне ставлення до тих, хто робить помилки: вони не бачать різниці між поганою дією і тим, хто її скоїв, наприклад, ненавидять курців так само, як і куріння.

Це змушує дітей ненавидіти людей замість того щоб любити їх і виправляти їхні помилки, і може призвести до того, що діти стануть зарозумілими.



СТВОРЕННЯ ПОЗИТИВНОГО УЯВЛЕННЯ ПРО САМОГО СЕБЕ

Дівчатка-підлітки оточені міфами про гарне тіло, які нав'язані глянцевиими журналами і голлівудськими зірками, і можуть збожеволіти на низькокалорійному харчуванні, косметиці і модному одязі. Проплачені ЗМІ стверджують, що «худий – значить гарний».

Для дітей перехід від ніжного дитинства до наслідування дорослим супроводжується помилковими уявленнями про досконалість. Це додає напруги батькам, які прагнуть, щоб їхні діти насолоджувалися дитинством, і загострює необхідність в закладенні фундаменту зі здорових моральних цінностей, впевненості і хорошого характеру (Williams, 2002).

Дитяче почуття задоволення має виходити з цінностей громади, спілкування і сімейних зв'язків, а не зумовлюватися помилковими джерелами задоволення, рекламованими ЗМІ (гроші, влада і слава).

Уроки виховання від Мойсея

Слухай, Ізраїлю, Господь Бог наш, Господь єдиний. (Втор. 6:4)

Урок 1. Розставляйте вірні пріоритети!

Як батькам навчити дітей розставляти пріоритети? Не важливо, що ми знаємо, якщо ми не знаємо, що є важливим. Якщо ми забуваємо про Бога, то стаємо рабами дійсності.

Любитимеш Господа, Бога твого, всім серцем твоїм і всією душею твоєю, і всією силою твоєю. (Втор. 6:5)

Урок 2. Відносини – це важливіше за правила.

Виділяйте основні, важливі, значимі прості і перетворювальні правила. Правила не є поганими, але вони змінюють зовнішню поведінку, а не внутрішню. А ось любов змінює серце і мотиви людини.

Оці слова, що їх я заповідаю тобі сьогодні, мусять бути в твоєму серці. (Втор. 6:6)

Урок 3. Засвоюйте Святі Писання.

Дуже важливим є те, щоб батьки, в першу чергу, самі увібрали в себе Божественне Одкровення, перш ніж навчати йому дітей. Адже батьки не можуть розкрити те, чого не знають, і тому вони зобов'язані самі практикувати те, що проповідують. Якщо вдома у батьків такого розуміння немає, не варто і намагатися цьому навчити дітей.

Ти накажеш про них твоїм сином і говоритимеш про них, сидівши в хаті й ідучи в дорогу та лягаючи й устаючи; (Втор. 6:7)

Урок 4. Важлива не кількість витраченого часу, а його якість.

Батьки повинні ловити відповідні спонтанні миті в цілях навчання, навіть якщо вони не були готові до них. Дорослі можуть дати дітям все, крім найважливішого: часу. Наше суспільство зорієнтоване на працю, а не на сім'ю. Важливо не робити з розкладу пріоритет, а натомість розкласти по полицкам власні пріоритети в житті.

і говоритимеш про них, сидівши в хаті й ідучи в дорогу та лягаючи й устаючи; (Втор. 6:7)

Урок 5. Те, що варте запам'ятовування, варте і повторення.

Батьки повинні проговорювати вголос, підкреслювати, повторювати і наголошувати цінності. Важливо бути точним, стислим і простим. Показуй та кажи: батьки можуть познайомити дітей з родичами, лідерами, імамами, пасторами і гостями, які втілюють в собі ті цінності, яким батьки вчать.

Підсумок

Незважаючи на всі складності, виховання – це процес, який приносить задоволення та може бути успішно виконаний, сповнений винагород для батьків. Існує багато проблем – поганий вплив однолітків, секс та ЗМІ, нерозуміння, відсутність керування. Як ми побачимо в наступному розділі, таких помилок, підводних каменів і міфів існує незліченна кількість.

Завдання



ЗАВДАННЯ 26: ПЕРЕДАЧА ВАЖЛИВИХ ПОНЯТЬ.

Поясніть дітям наступне (наводячи приклади з власного досвіду):

Не важливо, що ти знаєш, якщо не знаєш, що справді важливо (пріоритети).

Проблема не в тому, щоб розставити пріоритети в нашому розкладі, а в плануванні наших пріоритетів.

Наповни серце любов'ю до Бога, щоб любити інших. Ти не можеш віддати те, чого не маєш.

Для батьків:

Самі практикуйте те, що очікуєте від дітей. Картинка коштує 1000 слів. Практичний приклад у 1000 разів кращий за картинку.



РОЗДІЛ 6

Поширені омани, підводне каміння та міфи, яких варто уникати

- Вступ **136**
- Викриття найбільш усталених оман **136**
- Викриті міфи виховання **139**
- Завдання **142**

Вступ

В ОДНОМУ З ПОПЕРЕДНІХ РОЗДІЛІВ ми відзначили, що виховання хороших дітей має вплив не тільки на мир в батьківській душі і щастя в будинку, але також і на устрій суспільства і цивілізації. Ми наголосили на важливості цілей і розібрали основні труднощі, про які треба знати батькам, коли вони виховують дітей. У цьому розділі ми зупинимося на викритті поширених припущень, які підміняють хороші практичні поради, відзначимо основне підводне каміння, з яким доводиться зустрічатися батькам, і розглянемо, як цього уникнути. Ми також викриємо поширені міфи.

Жодний гарний виховний план не може вважатися повним і ефективним, якщо він не здатний допомогти уникнути помилок і потенційних перешкод на шляху виховання.

Викриття найбільш усталених оман

СЛІПЕ ЗАСТОСУВАННЯ УСПАДКОВАНИХ МЕТОДІВ

Більшість з нас запозичують звички і поняття від своїх батьків, але ці успадковані запозичення не завжди корисні, а іноді можуть виявитися застарілими і навіть шкідливими.

Одна жінка сказала: «У той момент, коли я завагітніла, я перетворилася на свою матір». Звичайно, наші батьки зробили все можливе, щоб виростити нас, і ми маємо бути вдячні їм; так, ми на власному досвіді відчули любов і турботу наших дорогоцінних батьків, нехай благословить Аллаг їхні душі. Проте нам доводиться визнати, що не всі з них володіли засобами, знаннями і навичками, необхідними для творчого виховання.

НАСЛІДУВАННЯ ІНШИХ

Сліпе наслідування – поганий спосіб виховання. Всі діти індивідуальні, і те, що добре для одного, цілком може не підходити для іншого. Дорослим варто спробувати зрозуміти, як їм слід поводитися саме зі своєю дитиною.

Коли вони радяться з іншими батьками, то повинні розуміти можливі відмін-

НОВИЙ СЮРПРИЗ НА КОЖНОМУ КРОЦІ

«Молоді татусі дуже швидко розуміють, що виховання дітей схоже на безнадійну імпровізацію».

(Білл Косбі, актор)

«Вихованню не вчать; це щось, що ти просто починаєш робити, коли з'являються діти». (Elkind 1995)

ності в стилях виховання, і використовувати лише ті методи, які можуть підійти саме їм. Одні батьки демократичні і все дозволяють, а інші суворі і застосовують диктаторські методи.

ВИКОНАННЯ НЕЗДІЙСНЕНИХ БАЖАНЬ

Деякі батьки намагаються за допомогою дітей реалізувати свої нереалізовані амбіції, причому в примусовому порядку. Наприклад, батько, який сам колись мріяв стати лікарем або інженером і не став ним, наполягає на тому, щоб його син неодмінно вступив до медичного вузу або обрав професію інженера, не рахуючись зі схильностями сина. Проте діти – не лише продовження батьків; вони мають власні бажання і амбіції.



Для дорослих вкрай спокусливо дивитися на дитину як на своє продовження. Вони намагаються через дітей виправити свої помилки і навіть помилки, допущені їх власними батьками: якщо батьки погано грають в гольф, то вони можуть забажати зробити з дитини чудового гравця; якщо їм не давалася легко математика, вони хочуть зробити з дитини Ейнштейна; якщо батькам не вдалося стати політиками, вони хочуть, щоб кар'єра політика підкорилася їхній дитині. Проте діти – це не «друге дитинство» батьків і не поліпшена версія предків.

Вони народжуються індивідуальними, і їх треба поважати за те, що вони собою являють, а не за те, ким їх примушують стати.

ПЕРЕДУРУЧЕННЯ БАТЬКІВСЬКИХ ОBOB'ЯЗКІВ

Вважається, що дітей може виховати і один батько. Але батько не може замінити матір, і мати не може замінити батька, так само як одна рука не може замінити іншу. Обоє батьків відіграють виняткову роль в становленні психології дитини. Бабуся, дідусі, інші родичі та доглядальниці не можуть замінити батьків – вони не рівні батькам за своїми якостями і статусом.

УЯВЛЕННЯ ПРО ТЕ, ЩО З ДІТЬМИ ДОСИТЬ МАТИ ЛОГІКУ

Відносини батьків і дітей не можуть будуватися на логіці, тому що в справу втручаються звички і емоції. Батьки не зможуть переконати дітей їсти фрукти і овочі, повторюючи лише: «Їж, це корисно для здоров'я і сил, тому що містить вітаміни і мінерали». Хоча пояснення причини – важлива річ, її мало, – потрібні й інші стимули.

ПРИПУЩЕННЯ, ЩО З ДІТЬМИ МОЖНА «ВОЮВАТИ»

[Якщо раптом відносини в родині доходять до зіткнення амбіцій поколінь] батьки безумовно можуть виграти кілька «битв», але діти дадуть їм відповідь ненавистю, а то і помстою. Можна забороняти десятирічній дочці втілювати в життя її божевільні бажання, але в 13 років вона втече з дому і завагітніє, вигравши тим самим «війну».



УЯВЛЕННЯ ПРО ТЕ, ЩО ДОРΟΣЛІ Є СИЛЬНІШИМИ

Діти знають, що коли-небудь виростуть і стануть сильними. Якщо батьки застосовують фізичну силу для залякування дітей, діти можуть застосувати ту ж саму тактику, коли виростуть. Однак якщо батьки продемонструють і доведуть дітям, що вони разом знаходяться в одному човні і по одну сторону барикад, то

діти відчують, що їхня сила додається до сили батьків. Дорослі, які використовують силу, не розуміють, що за допомогою любові та переконання вони досягли б кращих результатів. Якщо любов і сила призводять до однакових результатів, то навіщо використовувати саме силу?

Нехай вони просто будуть синами і дочками.

«Не виховуйте їх як героїв, але просто як своїх синів. І якщо вам це вдасться, вони і самі стануть героями, хоча б просто в ваших очах».

(Schirra, 2001)

УВЛЕННЯ ПРО ТЕ, ЩО З УСІМА ДІТЬМИ НЕОБХІДНО ПОВОДИТИСЯ ОДНАКОВО

Деякі батьки вважають, що всі діти однакові, і якщо не всі діти взагалі, то вже їхні діти (якщо в сім'ї не одна дитина) – неодмінно. Це не так. Діти в родині – як квіти в букеті, одна обов'язково буде повернена не в ту сторону, в яку хоче флорист. Діти відрізняються стійкістю до стресу, здібностями до навчання, ступенем впевненості в собі, інтересами. Дорослі швидко зрозуміють, наскільки характері їхніх синів і дочок неоднакові! Просто дивно, наскільки різними можуть бути рідні брати і сестри. Деякі відмінності в характеристиках можуть посилюватися і відмінністю у ставленні до дітей різної статі всередині сім'ї.

СПРИЙНЯТТЯ ДИТИНИ ЯК МАЛЕНЬКОГО ДОРΟΣЛОГО

Батьки помилково вважають, що з дитиною потрібно поводитися як з маленьким дорослим. Аль-Джараджрах пояснює, що дитина – не маленький чоловік, який

здатний сприймати все те ж, що і дорослий, як думали, наприклад, стародавні греки і римляни. Він зазначає, що дитинство – ключова і критична частина нашого життя.

Батькам необхідно на практиці навчитися розбиратися в дитячій психології, що аж ніяк не просто. Легше почати розуміти біологічні потреби дитини (якщо дитина голодна – ви її годуєте, якщо втомилася – то заколисуєте, якщо забруднилася – замінюєте підгузник); психологічні потреби малюка зрозуміти складніше. Дорослому буває важко розібратися навіть у власній психології, хоча себе він знає краще, ніж інших.

ДІТИ ВИХОВУЮТЬ БАТЬКІВ.

«Сенс шлюбу не в тому, що дорослі створюють дітей, а в тому, що діти створюють дорослих».

(Пітер де Вріс 2002)

КУПІВЛЯ ДІТЯМ УСЬОГО, ЩО ВОНИ ПОБАЖАЮТЬ

Не варто поспішати купувати дітям все, що вони хочуть, і виконувати кожен їхню забаганку. Завдання батьків – не потурати будь-яким примхам, а вчити дітей, давати їм завдання, допомагати зрозуміти, що в житті ми не тільки отримуємо, але і віддаємо.

Ці помилки майже непомітні – батьки звикають пестувати малюків, і коли усвідомлюють, що були неправі, виявляються засипаними вимогами підлітків.



Викриті міфи виховання

Виховання повинно бути певним чином романтизованим, щоб спонукати подружні пари створювати нових членів суспільства. Проте деякі батьки впевнені, що виховання – це лише задоволення, що у хороших батьків «автоматично» будуть хороші діти, що для успішного виховання достатньо самого кохання та інтуїції, та що діти оцінять жертви батьків і що розуміння потреб виховання приходить само собою, а сімейні цінності прищеплюються легко. Це не відповідає дійсності.

Нижче ми підсумували деякі широко поширені міфи про виховання (Кнох і Schacht 1997).

Міф 1. Виховання дітей – завжди радість.

Майбутні батьки дивляться рекламу, в якій дорослі радісно граються з дітьми в парку, і вважають, що виховання в тому й полягає – в постійних веселоцях.

Безумовно, спілкування з дітьми дає приводи для радості. Але слід пам'ятати, що одними радощами це спілкування не обмежується, і дорослі повинні брати участь в житті своїх дітей завжди і незалежно від того, хочеться їм цього в даний момент чи ні. Якщо спілкування не приносить радості, ви все одно не можете його припинити.

Міф 2. Хороші батьки неминуче мають хороших дітей.

Багато людей вважають, що якщо діти оступилися і пішли по кривій доріжці (стали вживати наркотики, красти, займатися проституцією), то в цьому винні перш за все, батьки, які не виконали свій обов'язок. Однак діти часто не виправдують надій і зусиль батьків, які докладали для виховання масу зусиль (згадаємо про сина Ноя). І навпаки, у поганих батьків часто виростають хороші діти (згадайте Мойсея, який виховувався в будинку фараона, і Авраама, проти якого пішов його власний батько).

ВИХОВАННЯ ІНОДІ, ЗДАЄТЬСЯ, ВИМОТУЄ.

Часом здається, що ти кладеш їжу в рота, який тільки кусає тебе.

Міф 3. Діти вдячні.

Більшість батьків вважають, що якщо дадуть дітям все, що ті забажають, то діти неодмінно оцінять їхню жертву. Це не завжди вірно: не завжди батьки, які демонстрували турботу і любов до дітей, отримують навіть подяку. Отримуючи від батьків матеріальні цінності (одяг, ігри, комп'ютери, машини), багато дітей думають, що просто мають право на все це, і не бачать потреби бути за це вдячними.



Міф 4. Уміння виховувати приходить природним шляхом.

Багато людей вважають, що навчатися вихованню не потрібно. У деяких країнах більше водійських курсів, аніж семінарів для батьків.

У вихованні дітей важливу роль відіграє досвід. Недосвідчені матері не завжди можуть зрозуміти потреби своїх дітей і не знають, чого чекати від них з віком. Досвідчені мами краще розуміють дітей і їхню поведінку. Без вдосконалення люди неминуче будуть повторювати помилки, які здійснювали їхні батьки.

**Крути не крути,
а буде так, як Бог дасть**

Ви можете продумати все перед появою дитини, але з її появою все доведеться робити заново.

Міф 5. Цінності сім'ї легко прищеплюються.

Для багатьох сімейні цінності такі:

- Повага до старших та інших людей
- Розуміння відмінностей між людьми
- Можливість спокійно обговорювати розбіжності і вирішувати проблеми спільно
- Зосереджуватися на хорошому, навіть якщо це складно зробити
- Виконувати взяті на себе зобов'язання
- Підтримувати відкритість і чесність
- Допомогати іншим і служити суспільству

Очевидно, що і цим, і багатьом іншим цінностям не так просто навчити.

Міф 6. Інтуїції, здорового глузду і любові цілком достатньо.

Батькам освіта і навички потрібні не менше, аніж їхнім дітям. Виховання – нескінченна низка невеликих подій, періодичних конфліктів і несподіваних криз, які вимагають миттєвого відгуку. Часто наша реакція зачіпає дитячу особистість з різними наслідками. Правильно реагувати на дитячі потреби – це навичка, якій потрібно навчатися.

Характер формується завдяки досвіду, отриманому з різними людьми і в різних ситуаціях. Ніхто не може навчити лояльності на лекціях, хоробрості – в листах, жіночості або мужності – завдяки натхненню. Формування характеру вимагає розуміння дитячої психології і фаз розвитку. Батьки хочуть, щоб підліткам було власне співчуття, почуття обов'язку та хоробрість, але щоб цього досягти, вони самі повинні навчитися перетворювати бажані ідеали на успішні результати.



Божевілля і мудрість!

Божевілля передається у спадок: ми переймаємо його у своїх дітей.

Сем Левенсон (Brown, 1994)

Мистецтво бути мудрим – це мистецтво знати те, що можна не помітити.

Вільям Джеймс (Lazear, 1993)

БЕЗПОСЕРЕДНІЙ ДОСВІД. ВИХОВАННЮ МОЖНА НАВЧИТИСЯ НА ВЛАСНОМУ ДОСВІДІ, АЛЕ ЦЕ – ВАЖКИЙ ВЧИТЕЛЬ: ВІН СПОЧАТКУ ДАЄ ЗАВДАННЯ, А ЛИШЕ ПОТІМ ПОЯСНЮЄ УРОК. СПРОБУЙТЕ ПОВТОРИТИ ТАКУ МОЛИТВУ: «БОЖЕ, ДОПОМОЖИ МЕНІ НЕ ЗАВЖДИ ВЧИТИСЯ НА ВЛАСНОМУ ДОСВІДІ».

Міф 7. Неправильне розуміння власних мук.

Деякі батьки щиро вважають, що мають «згоріти» в ім'я своїх дітей; більше того, вони впевнені, що цього вимагає їхній релігійний обов'язок. Однак діти, як і досягнення добробуту, повинні бути радістю і доповненням життя, а не метою жертв і джерелом мук і страждань.

Багатство й сини — прикраси земного життя. Але нетлінні добрі вчинки отримають кращу винагороду в Господа твого, і краще сподіватися саме на них. (18:46)

Батькам, особливо матерям, не потрібно знову і знову приносити себе в жертву заради дітей, бути покірними слугами їхніх бажань. Матері і самі потребують допомоги і служіння. Спочатку їм потрібно піклуватися про себе, потім вже про дітей.

Міф 8. Батьки повинні повністю присвятити себе дітям.

На ділі ж кожна людина несе відповідальність особисто за себе, а вже потім – за виховування відносин з іншими.

У День той чоловік покине свого брата, і матір, і батька, і дружину свою, і дітей своїх; у кожної людини в той День своя справа, яка цілком захопить її. (80:34-37)

Досягніть балансу у відносинах між собою, дітьми і Всевишнім. Пророк сказав:

«У твоєї дружини є права на тебе, і у твого тіла є права на тебе, і у твого Творця є права на тебе, тому дай тому чоловікові те, на що він має право» (Аль-Бухарі. Книга посту, № 1839).

Це означає, що батьки повинні піклуватися про власне здоров'я, радість, законні бажання, дружбу і відпочинок ніяк не менше, аніж про своїх дітей.



Завдання



ЗАВДАННЯ 27: ВАЖКИЙ ОСОБИСТИЙ ДОСВІД.

Чи зможете Ви пояснити на власному досвіді, чому бути батьками складно? Розкажіть про свої труднощі дітям – можливо, це відкриє їм очі на ті сторони життя, про які вони і не підозрюють.

ЗАВДАННЯ 28: ОБГОВОРЕННЯ ДУМОК ПРО ВИХОВАННЯ.

Поясніть на сімейних зборах наступні рядки, потім поговоріть про свої думки, страждання і радощі в процесі виховання дітей. Наведіть приклад історій людей, яких знаєте.

Один батько сказав: «Діти створені, щоб карати своїх батьків». Однак Коран говорить:

Багатство й сини — прикраси земного життя. Але нетлінні добрі вчинки отримують кращу винагороду в Господа твого, і краще сподіватися саме на них. (18:46)

О ви, які увірували! Воістину, серед дружин ваших і дітей ваших є вороги вам! Бережіться ж їх! А якщо ви вибачите, змилуєтеся та простите їх, то Аллаг — Прощаючий, Милосердний! (64:14)

Ваші діти та ваше майно — лише спокуса. А в Аллага — велика винагорода! (64:15)

РОЗДІЛ 7

Коли все йде не так, як треба

- Вступ **144**
- Лють, непослух, пориви гніву та сльози **145**
- Залякування: ваша дитина та ви **146**
- Якщо вашу дитину цькують, що буде далі? **146**
- Тінейджери: критика понять юності **147**
- Гнів у наших підлітків і в нас **149**
- Злість заразна! **150**
- Що ми можемо зробити для підлітків і для себе? **150**
- Кілька принципів гарного спілкування **150**
- Завдання **152**

Вступ

НЕ ІСНУЄ стовідсоткової гарантії успішного розвитку відносин, і відносини між дітьми і батьками – не є винятком. Коли ви, пишаючись, дивилися на свого новонародженого малюка, то були сповнені надій та оптимізму, передчували прекрасний час, який будете проводити з дитиною, і очікували любові, покори і пошани. Ви думали: «Якими чудовими будуть наші відносини!». Через п'ятнадцять років ви ставите собі питання: «Що пішло не так в цьому світі?». Здається, Ви зробили все, що могли, доклали всіх зусиль, щоб виростити дитину в любові, прищепити їй дисципліну і віру. І як так вийшло, що Ваш син раптом перетворився в Монстра-підлітка з великої літери?

Один батько був в шоці, дізнавшись, що його прекрасний син, відмінник з прекрасним здоров'ям, страждає від емоційної нерозвиненості і абсолютно незрілий в психологічному плані. Батьки можуть не помітити емоційних проблем дитини, особливо якщо він чи вона добре вчиться, здоровий і розвивається розумово. Натяк або випадковий коментар можуть надійти від вчителя, друзів, родичів, і батькам варто поставитися до цієї інформації серйозно і вжити термінових заходів.



Одна мати розповідала: «Ми мешкаємо в хорошому районі, наші діти ходили до хорошої школи, ми проводили багато часу всією родиною, ходили в походи, каталися на лижах, плавали. Зараз один з наших синів у в'язниці: він пограбував місцеву бакалійну крамницю і отримав під час втечі поранення в ногу. Ми припинили запитувати себе, що ми зробили не так. Йому 23 роки, і він зв'язався з компанією, яка вирішила: «Чому б нам не пограбувати крамницю?»»

У цьому розділі розглядається питання: що робити, якщо все йде не так? Краще зосередитися на тому, як справлятися з труднощами, ніж рефлексувати з приводу події і шукати відповіді на запитання – де ж ми помилилися. Ми звернемося до проблем злості, поривів гніву, залякування і поганої поведінки підлітків, і обговоримо відкриття спілкування як спосіб подолати ці складності. Не існує проблеми, яку не можна вирішити, якою б нерозв'язною вона не здавалася.

Коли все йде не так, як хотілося б, не варто автоматично покладати всю провину на батьків. Це не обов'язково ваша вина або навмисні помилки з вашого боку. Ваш син або дочка постійно змінюються, і перехід від дитинства до дорослого стану завжди викликає тертя. Не варто звинувачувати себе або свого чоловіка. Батькам не слід пакувати перед труднощами виховання. Перешкоди можна подолати за допомогою правильно поставленого виховання, і це стане корисним досвідом. Надії і молитви, обмін знаннями, вміннями і допомогою з іншими батьками – все це допоможе досягти впевненості й успіху.

Лють, непослух, пориви гніву та сльози

Діти розвиваються і навчаються кожну секунду, і в якусь мить вони напевно виявлять бажання перевірити межі батьківського контролю і влади. Цей момент може стати справжньою «битвою волі».

Ніякі вмовляння не зупинять маленьких впертюхів, які будуть лементувати і перевернуть весь будинок, поки не отримають бажане, або будуть плакати і плакати, поки не звернуть на себе увагу. Бать-

ки самі можуть дійти до межі, і здається, що найпростіше поступитися. Але саме вчинки закріплюють уявлення, що якщо цей спосіб домогтися уваги спрацював один раз, то буде спрацювати й надалі. Не вирішуйте проблему також гримання дорослих, ляпаси і застосування сили.

Вирішенням стане розумна дисципліна, яка навчить дітей поважати ваші правила і залишить вам кермо влади.

ДЕКІЛЬКА ШЛЯХІВ ПОВЕРНУТИ ДО ТЯМИ НЕКЕРОВАНУ ДИТИНУ

- Спокійним тоном визначте наслідки прояву поганої поведінки. Треба зробити наголос на результаті конкретного непослуху. Якщо це не працює, зосередьтеся на голосі і зоровому контакті. Це перший крок, перш ніж діяти.
- Продемонструйте дитині, що вам не до жартів, і дивіться прямо їй в вічі. Повторіть свою вимогу декілька разів чітко і повільно. Якщо дитина не слухає, підійдіть ближче, спокійно повторіть ще раз.
- Якщо і це не працює, застосуйте покарання, про яке раніше попередили. Обов'язково приводьте свою погрозу в дію, інакше діти в подібних випадках не сприйматимуть вас серйозно. Якщо вони кричать, плачуть, лютують – не поведіться так само. Нагадайте дитині, що у неї була можливість уникнути покарання і що вона «вважала за краще» обрати саме такий варіант розвитку подій. Переконайтеся, що вона зрозуміла, дайте їй можливість за своїти урок, і не чекайте миттєвої реакції.
- Ви можете застосувати кілька варіантів покарань. Спостерігайте за дітьми, дізнайтесь, що вони цінують, і тимчасово по-

збавте їх цього. Це може бути улюблена іграшка або подорож кудись. Якщо дитина послухалася, нагородіть її своєю любов'ю за те, що вона зробила гарний вчинок. Якщо дитина продовжує вести себе погано, вам, можливо, доведеться комбінувати кілька покарань.

- Призначте «зону неслухняності», в якій дитина буде перебувати, поки не вибачиться, а ви продовжіть займатися власними справами. Після вибачень негайно вибачте її і забудьте про інцидент, щоб змінити настрій.
- Сенс такого місця, як би ви його не назвали, – в тому, що дитина залишається сама і позбавлена привілею бути з іншими. Обране вами місце повинне бути нудним або тихим, але не дитячою спальнею. Визначте час, на який відправляете її у «вигнання». Якщо вона почне активно обурюватися, ігноруйте.
- Нагороджуйте і заохочуйте дітей, але не давайте їм «хабара» за хорошу поведінку або щоб вони перестали галасувати або лютувати. З цієї дурної практики діти не винесуть нічого корисного.

Залякування: ваша дитина та ви

Залякування може нашкодити будь-якій дитині і залишити слід на все життя, змусивши її переживати, забираючи багато нервів і сприяючи розвитку психологічних комплексів. Часто буває, що вашу дитину однолітки дражнять, смикають, нападають на неї. Дорослі повинні бути напоготові, тому що багато дітей бояться говорити батькам, що піддаються цькуванню. Стежте за незвичайною поведінкою дитини і м'яко відгукуйтеся, якщо щось не так. За даними сайту www.bullying.co.uk, присвяченого в т.ч. методам протидії залякуванню, «щорічно в Британії близько 16 дітей здійснюють самогубство через те, що не витримують цькування. Школи, як правило, удають незнання, але тим, хто брав участь в цькуванні, так само як і друзям цих дітей, відомо як було насправді. Пізно співчувати, коли хтось помер або захворів настільки серйозно, що ситуація вимагає медичного втручання».

Сайт «Залякування онлайн» наводить перелік, за якими ви зможете зрозуміти, що вашу дитину цькують:

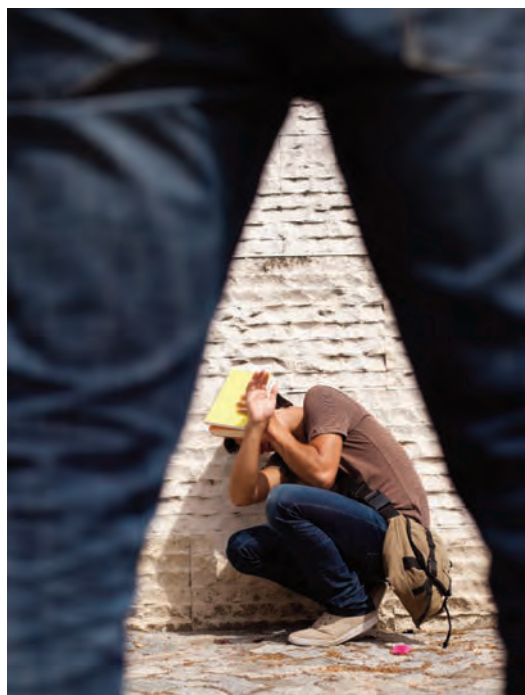
- порваний одяг
- «загублені» гроші
- розрив відносин з колишніми друзями
- поганий настрій
- дитина поводить тихо і замкнено
- дитина хоче завжди залишатися вдома
- різко знижується успішність у школі
- дитина агресивно поводить з братами і сестрами
- дитина погано спить
- дитина тривожна
- дитина приходиться додому в подряпинах і синцях
- дитина просить нові речі замість «загублених»

Якщо вашу дитину цькують, що буде далі?

Більшість дітей не хочуть розповідати про те, що їх ображають. Те, як батьки вирішать цю проблему, може мати ключове значення, тому не тисніть і не вимагайте відповіді занадто різко. Питання на кшталт: «Як пройшов твій шкільний день?» допоможуть більш м'яко розібратися в ситуації.

Однак багато дітей можуть сприйняти наполегливі розпитування як вторгнення на особисту територію. Помічайте незвичайну поведінку дитини – це важливо.

Діти повинні відчувати себе спокійно і впевнено, щоб говорити з батьками про



цькування в школі або про те, що почувають себе нещасними. Відкриті відносини потрібно встановлювати з раннього дитинства – дитина повинна завжди відчувати, що може розповісти близькій до-

рослій людині про свої страхи, довірити їй власні переживання, утаємничити її у власні проблеми. Вимагати відповіді на питання «що не так?» безглуздо, якщо дитина не довіряє вам.

Декілька кроків, які допоможуть подолати проблему залякування

- у багатьох школах є спеціальні служби [психологічної допомоги]. Слід спочатку звернутися в школу, поговорити з учителем дитини.
- не вчіть дитину відповідати на образи так само. Це не призведе ні до чого хорошого. Якщо ваша дитина зашкодить кривдникові неадекватно ситуації, то її можуть покарати або виключити зі школи, і це не стане вирішенням проблеми.
- зберігайте спокій, уникайте паніки і не поспішайте зв'язуватися з батьками кривдника.
- часом це тільки посилює конфлікт. За необхідності зв'язатися з іншими батьками може офіційна особа зі школи.
- регулярно розмовляйте з дитиною, щоб переконатися, що цькування припинилося. Якщо образи тривають, зв'яжіться з представниками школи знову.
- допоможіть дитині стати більш енергійною і зміцнити впевненість у собі, щоб протистояти кривдникам. Можуть допомогти спортивні секції, курси самооборони.
- навчайте дитину стратегіям самопомоги. Розкажіть їй, що треба звертатися до дорослих, проговоріть, що і як вона повинна сказати, до кого піти. Поясніть, що не треба відчувати себе винуватим.
- попросіть вчителів знайти для дитини заняття в безпечному місці під час перерви або обіду.
- зверніться по допомогу до спеціалізованих тематичних сайтів і з'ясуйте, як з аналогічною проблемою справлялися інші сім'ї.

Тінейджери: критика понять юності

Найбільш відчутні проблеми, зазвичай, приходять з підлітковим віком.

Д-р Імад ад-Дін Ахмед стверджує, що в атмосфері свободи будь-який підліток може стати лідером. Підлітковий вік – це період «між статевим дозріванням і дорослістю». Однак в минулому вважалося, що зі статевим дозріванням людина ставала дорослою. У багатьох релігіях це закріплено обрядами і законами: в юдаїзмі молода людина повторює на обряді Бар-Міцва: «Сьогодні я став чоловіком»; в Ісламі дівчинка вважалася жінкою з початком менструальних циклів, що знаходило відображення в певних молитвах.

Саме в цей час підлітків необхідно привчати до обов'язків, щоб виховати в них відповідальність і допомогти досягнути зрілості.

У сучасному світі формальна загальна освіта замінила систему навчання минулого. Щоб запровадити загальнообов'язкову освіту, потрібно було відмовити підліткам в здатності поводитися як дорослі. Навіть статус стажера («підмайстра») не завжди доступний до завершення освіти в школі (17-18 років) або коледжі (19-22 роки). Примус дітей до шкільної системи, яка бере на себе функції батьків, має на увазі, що підліт-

ки сприймаються як діти, а не як незрілі дорослі. У багатьох країнах громадянська зрілість визначена віком 18 або 21 рік; насправді діти фізично дозрівають до 19 років, а розумово можуть дозріти набагато раніше, тоді як емоційне дозрівання у кожного відбувається по-різному, а у когось може не настати зовсім.

У минулому поводження з підлітками як з дорослими надихало їхні лідерські можливості і розумові здібності, а також сприяло емоційній зрілості. У традиційному суспільстві п'ятнадцятирічні брали участь в професійному навчанні, бізнесі, громадському житті, війнах, створювали сім'ю. Сучасна мода розглядати підлітків як дітей-переростків робить їх залежними і порушує їхню самооцінку. Для будь-якого заняття вони повинні закінчити коледж або хоча б школу.

Тенденція відтермінувати покладання на підлітків обов'язків нам дорого коштує. По-перше, не всім підліткам дійсно потрібне таке тривале навчання. У багатьох з них виробляється стійке неприйняття шкільної системи, в яку їх засунули. Ті, хто можуть і усвідомлено хочуть навчатися, ображаються, що до них ставляться як до дітей. Ті, кого до 16-річного віку виключено з комерційних операцій, починають займатися підпільним бізнесом (таким як наркоторгівля, спеку-

ляції, перепродаж краденого). В результаті ті, хто міг би застосувати здібності на благо суспільства, опиняються в бандах, а ті, хто готовий перейти на більш високий рівень освіти, сидять в класі звичайної школи незадоволені. Багатьом ставлять діагноз «синдром дефіциту уваги», тому що їх розум десь далеко, а не фокусується на завданнях, які вони вважають занадто нудними, щоб приділяти їм увагу. Більш того, молоді юнаки та дівчата, які в минулому мали можливість заспокоювати свої гормони всередині священного інституту шлюбу, зараз, незважаючи на встановлений законом шлюбний вік, або не утримуються від сексу і заводять позашлюбних дітей або роблять аборти.

Легальні вирішення цієї проблеми виходять за межі теми цієї книги.

Однак батькам дуже важливо не вчиняти помилок, які припускає сучасне суспільство.

Не ставтеся до підлітків як до дітей; поводьтеся з ними як з молодими колегами, прийнятими на роботу, – знайте, що їм потрібна допомога і досвід, але розумійте, що їм потрібна повага, почуття відповідальності і наставництво, надихайте брати на себе стільки обов'язків, скільки можливо. Доручайте їм також фінансові справи: підробіток по суботах, наприклад, познайомить їх зі світом роботи і зарплати.



Гнів у наших підлітків і в нас

ГНІВ ЗНАХОДИТЬСЯ НА ОДИН КРОК ВІД БІДИ.

Підлітковий гнів – найскладніша річ, з якою доводиться стикатися батькам.

Лінда Лебель (Служба юності) аналізує проблему, використовуючи два конкретні приклади:



Приклад 1. Каріна закінчила 9 клас, і їй здається, що в житті не залишилося нічого путнього. Вона так старалася, і все одно не впоралася. Вона довго готувалася грати в шкільній п'єсі, але коли вийшла на сцену, скам'яніла і забула текст... Тепер всі в школі будуть сміятися над нею. Вона ніколи не покаже їм, що їй це зачіпає. Вона розуміє, що вони мають рацію, і знає, що вони думають – що вона невдаха і нічого не може робити добре. Каріна всіх їх ненавидить.

Приклад 2. Кріс вдаряє кулаком в стіну своєї кімнати. Але цього йому мало: він бере пляшку з газованою водою і викидає її в коридор. Коричнева солодка рідина стікає по стінах і на килим. «Ти не можеш змусити мене!» – кричить він. «Я нікуди з тобою не поїду! Я буду робити те, що я хочу!». Кріс біжить сходами до дверей; батько поспішає за ним, просить зупинитися, але той уже сідає в машину і натискає на газ. Кріс такий злий на батька. У нього є речі кращі, ніж сидіти вдома з родиною. У них з хлопчачками були свої плани, і батько не повинен їх руйнувати. Він знає, що почуватиметься краще, коли покурить травки.

Що спільного у цих молодих людей?

Вони змагаються з гнівом. Все не так, як їм би хотілося. Вони відчувають невдоволення і неприязнь до когось або чогось, тому що усвідомлюють, що не все перебуває під їхнім контролем.

Гнів – це почуття, а не поведінка.

Гнів може набувати різних форм – від внутрішнього обурення і бунтарства до люті і шаленства. Каріна пригнічує свій гнів і замикається, Кріс поводить зухвало і псує майно. Вони можуть продовжити поводитися так само або ж їхня поведінка посилиться, якщо тільки вони не подивляться вглиб себе на причини і коріння гніву.

Гнів може бути руйнівним або здоровим.

Гнів – емоція, котра лякає. Його негативні прояви можуть включати фізичне і словесне насильство, забобони, плітки, асоціальну поведінку, згубні звички, замкнутість і психосоматичні розлади. Він може зруйнувати життя, відносини, завдавати шкоди іншим, знищувати роботу, затьмарювати розумне мислення, порувати фізичне здоров'я і руйнувати майбутнє.

Але є і позитивні результати – гнів може показати нам, що існує проблема, тому що гнів – вторинна емоція, викликана страхом. Він може спонукати нас впоратися з тими речами, які заважають у житті, допомогти подолати проблеми і з'ясувати приховані причини страху.



Злість заразна!

Підлітки стикаються з безліччю емоційних проблем: самоідентифікацією, відділенням від батьків, визначенням цілей і засобів, вибудовуванням відносин з однолітками... Відносини між тінейджерками і батьками також змінюються, і підлітки стають дедалі більш незалежними.

Це може призвести до невдоволеності і збентеження, до гніву і різкої реакції і з боку дорослих, і з боку підлітків. Поки ми, дорослі, не працюватимемо над своєю поведінкою, ми не зможемо допомогти підліткам впоратися з їхньою поведінкою. Ми повинні намагатися зрозуміти дитину і дати їй задовільну відповідь.

Справа в тому, щоб не заперечувати гнів, але контролювати емоції і виражати їх творчо.

Що ми можемо зробити для підлітків і для себе?

Чуйте своїх дітей і зосередьтеся на їхніх почуттях. Намагайтеся зрозуміти ситуацію саме з точки зору дитини, будьте виразні і наполегливі. Звинувачення і лайка лише збільшують стіну непорозуміння. Поясніть їм, як ви себе почуваєте, звер-

ніться до фактів і не нагадуйте, що було, а вирішуйте тільки те завдання, яке є в цю хвилину. Покажіть їм свою турботу і любов. Розробіть рішення, виграшне для всіх. Пам'ятайте, що майже природні для кожної людини спалахи злості і гніву не повинні перетворювати людину на звіра і закріплювати розлюченість і жорстокість як повсякденну поведінку.

Якщо існують хронічна ворожість, насильство, депресія або спроби суїциду, вам доведеться вдатися до допомоги професіоналів, причому як для дитини, так і для себе.

Кілька принципів гарного спілкування

В ідеальному світі все йде за планом, в реальному трапляються непередбачувані збої. Цілі, поставлені батьками, принципи, яким вони вчили, зусилля, які вони робили, можуть розсипатися, якщо відсутнє правильне спілкування. Коли все йде не так, як хотілося б, не дозволяйте гніву, розладу і розчаруванню затопити вас. Міркуйте над проблемами спокійно і спілкуйтеся!

Існує кілька принципів правильного спілкування. Вони допоможуть вирішити безліч темпераментних сутичок і боротьбу волею, які починаються, коли дитина йде в школу і стає підлітком.

Дозволяйте дітям розповідати і вислуховуйте їх без поблажливості і нетерпачості. Просіть їх розповісти про минулий день, запропонуйте обговорити прочитане, побачене, кимось розказане. Намагайтеся не перебивати.

На жаль, традиція розповідання казок і читання вголос, яка колись була важливою частиною повсякденного сімейного життя, відійшла в минуле і замінена поглинанням візуальної інформації (телевізор, кінофільми, відеоігри). Тим часом вербальне спілкування має безліч плюсів:

Ми часто звинувачуємо інших в тому, що «вони занадто багато говорять». Але чи звинувачували ми кого-небудь в тому, що він «занадто багато слухає»? Слухати – значить піклуватися. Чим голосніше ми говоримо, тим швидше наші діти «вимикають звук».

воно дає дітям навички впевнено висловлювати себе, робить їх більш грамотними і активізує природні можливості обговорення завдань з батьками. Хоча дорослі до вечора часто втомлюються настільки, що не мають сил говорити, для цієї мети потрібно напружитися.

Дитина, з якою говорять, виросте і буде сприймати вас не як когось, хто лише годує і одягає їх, але як доброзичливого і мудрого співрозмовника, якому можна довіритися.

Подібні бесіди навчають дітей поваги при спілкуванні з іншими, в першу чергу з батьками. Не принижуйте дітей, не змушуйте їх відчувати себе дурними. Стежте за собою: ви повинні поводитися ввічливо, уважно і контролювати емоції. Потрібно змусити дітей відчувати себе впевненими і захищеними – це два аспекти особистості, які вони заберуть з собою у доросле життя.

Ініціюйте інтелектуальні дискусії. Висловлюйте точки зору і порівнюйте їх. Це допоможе дітям розвинути критичне мислення і їхню інтелектуальну базу. Не слід знецінювати дитячі здібності і занижувати їхній погляд на предмет. Хороший час для розмов – за вечерею. Якщо батьки будуть підтримувати традицію приймати їжу з вимкненим телевізором, за загальним столом або гуртком на підлозі, всі разом, це зробить їхнє життя набагато простішим, особливо коли діти підроснуть. Телевізор відволікає увагу і блокує розвиток більш глибоких відносин, особливо в обідній час, коли дуже добре зміцнювати сімейні зв'язки.

Не дратуйтеся, не втрачайте контроль і не намагайтеся залякати дітей.

Краще уникнути спілкування, поки ви не заспокоїтеся. Навіть зараз, в XXI столітті, деякі матері лякають дітей вигаданими монстрами, щоб застерегти їх, наприклад, від нічних прогулянок. Але хіба страх – хороший спосіб контролю?

Так, подібні вигадки змушують дітей залишатися вдома вночі і захищають від можливої фізичної шкоди, але завдають емоційної шкоди, сіючи в серці ірраціональний страх. Діти підрастають і бояться темряви, залишатися одні, можуть боятися замкненого простору, звірів, грому і блискавки, чужих людей... І доведеться боротися вже з новими страхами і фобіями. Одна з можливих причин, чому такі практики досі використовуються, полягає в нездатності батьків глибоко аналізувати наслідки і в нестачі терпіння для того, щоб розробити альтернативи.

Розмовляйте з дітьми на їхньому рівні, а не піднімайтеся над ними, як гігант. Будьте з ними уважними і ніжними, тримайте їх за руку під час розмови або торкайтеся їх, щоб вони відчували з вами зв'язок і звикали висловлювати свої почуття.



Завдання



ЗАВДАННЯ 29: ПИТАННЯ І ВІДПОВІДІ ДЛЯ БАТЬКІВ І ДІТЕЙ.

Перший крок до розуміння причин гніву і методики його придушення знаходиться всередині нас. Батьки і підлітки повинні сісти разом і поставити питання про себе, щоб стимулювати формулювання самооцінки. Сенс в дискусіях, а не в готових рішеннях.

- Звідки береться гнів?
- Які ситуації викликають відчуття гніву?
- Чи починаються мої думки з абсолютів на кшталт «повинен», «завжди», «ніколи»?
- Чи безглузді мої очікування?
- З якими нерозв'язними конфліктами я стикаюся?
- Чи реаую я на біль, втрати і страх?
- Чи знаю я про фізичні сигнали гніву, який наближається (наприклад, стиснуті кулаки, прискорене дихання, потовиділення)?
- Яким чином я зазвичай висловлюю свій гнів?
- На кого чи на що спрямований мій гнів?
- Для чого я використовую гнів: щоб залякати інших чи ізолювати себе?
- Чи ефективно я спілкуюся?
- Чи зосереджуюся я більше на тому, що зроблено для мене, ніж на тому, що можу зробити я?
- Яким чином я несу відповідальність за те, що відчуваю?
- Яким чином я несу відповідальність за те, як проявляється мій гнів?
- Мої емоції володіють мною або я володію ними?

ЗАВДАННЯ 30: ДІЇ ДЛЯ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ.

Зберіться декількома парами і обговоріть, як би ви вирішили проблему молодої людини з наступної історії, потім порівняйте свої думки з підходом Пророка.

Молодий чоловік прийшов до Пророка і попросив дозволити йому позашлюбний зв'язок.

Сподвижники Пророка жажнулися і почали лаяти прибульця. Пророк же попросив: «Підведіть його ближче до мене». Коли той сів навпроти, Пророк поставив йому

п'ять послідовних питань: «Чи хотів би ти такого ж співжиття в блуді для своєї матері? Для дочки? Для сестри? Для тітки по материнській лінії? Для тітки по батьківській лінії?». На кожне з п'яти питань молодик відповідав: «Присягаюся Богом, ні! О, Посланцю Аллага, нехай Аллаг зробить мене твоїм щитом!». Пророк відповів на кожен відгук: «Так само і люди не хочуть цього для своїх матерів, дочок, сестер або родичок!». Потім Пророк поклав на прохача руку і помолився: «О Аллаг, прости його гріхи, очисти його серце і захисти його дітородний орган!». Молода людина ніколи більше і не думала про блуд!

Пророк поговорив з юнаком, звернувшись до його гордості і самоповаги, і допоміг йому виробити самоконтроль. Сварити, кричати або залякувати його покаранням в Пеклі – все це не допомогло б вирішити ситуацію.

Цей спосіб впливу показує різницю між теоретичним знанням і глибоким психологічним розумінням людських емоцій. Молода людина шукала вирішення проблеми своєї сексуальності. Пророк не звернувся до неї з перерахуванням гріхів, за які той потрапить в Пекло; замість цього він звернувся до її чистої гордості і совісті. Він застосував психологічний метод, щоб досягти морального і релігійного ефекту. Це не абстрактний окремий випадок, а школа думки, яка глибоко проросла в здоровій методології, яка зосереджена на вирішенні проблем дитячого розвитку.



ЧАСТИНА 2

Розвиток дітей

- Розділ 8. Формування характеру не може чекати **157**
- Розділ 9. Дорога до здоров'я дитини **181**
- Розділ 10. Грудне вигодовування **213**
- Розділ 11. Дитячий мозок: використовуйте або втратите! **231**
- Розділ 12. Хлопчики та дівчатка: чи різні вони? **247**
- Розділ 13. Секс та сексуальне виховання: що говорити дітям? **269**



РОЗДІЛ 8

Формування характеру не може чекати

- Вступ **158**
- Фази розвитку **159**
- Наскільки слід довіряти популярній психології? **160**
- Етапи становлення особистості в Корані **161**
- Чудо зачаття, вагітності та народження **163**
- Стадії дорослішання **164**
- Використання фаз розвитку **176**
- Практика запам'ятовування на Сході і на Заході **178**
- Завдання **179**

Вступ

ЯКЩО БАТЬКИ вирішили зайнятися правильним вихованням, то повинні насамперед зосередитися на формуванні характеру, тому що це основа, на якій тримається і будується все інше. Нагорода буде безцінною.

Формування характеру починається в дитинстві і відбувається протягом ключових перших років розвитку дитини. Саме на цій важливій стадії дитинства починають формуватися аспекти особистісних якостей. На жаль, більшість існуючих програм для формування лідерських якостей спрямовані на дорослих, а не на дітей. Наявна мусульманська література про розвиток людини адресована перш за все читачам у віці старших школярів і учнів коледжів.

Що мається на увазі під «створенням характеру»? Базові цінності (такі як сміливість, любов, свобода, чесність, відповідальність і творче начало) залишаються ключовими складовими людської особистості і починають розвиватися з дитинства. Одного разу закладені, вони важко переробляються або замінюються, і батькам слід приділити час і зусилля задля їх розвитку в дитині. Знання, вміння та навички важливі для досягнення успіху, але вони приходять пізніше і можуть розвиватися, коли діти виростають; вони призводять до подальшого поліпшення базових принципів, збагачують людей і роблять їх кращими і мудрішими. Якщо ба-

зові характеристики – це «технічне забезпечення» особистості, то освіта і віра – це «програмне забезпечення».

Боягузливий не стане відразу сміливцем в дорослому віці, відвідавши курси сміливості. Той, хто сповнений ненависті і жорстокості, не стане раптом посправжньому люблячим і турботливим, читаючи книги про любов і співчуття.

Брехун не стане чесним і надійним, навіть якщо послухає поради про чесність. Більшості людей, чиї основні принципи вже сформувалися, буде складно змінити їх або замінити своє «технічне забезпечення». Найпростіший і ефективний спосіб – намагатися закласти ці якості в період формування дитини. Показові приклади – Абу Бакр ас-Сіддік, Омар ібн аль-Хаттаб і Халід ібн аль-Валід. Вони вчать нас сміливості, чесності та лідерським якостям, які були закладені в їхні характери ще в дитинстві. Іслам завершив формування їхніх характерів, доповнивши важливими елементами особистості, додавши віру, мудрість і знання. Іслам надихнув їх відчуттям цивілізаційної місії і сповнив їхнє життя новим значенням, світовідчуттям і здоровим глуздом. Фортеця їхніх характерів не зменшилася після того, як вони прийняли нову релігію, але тільки посилювалася. Коран пояснює цей феномен, діючий як для пророків, так і для простих людей: після досягнення людиною зрілості Бог нагороджує її знанням і мудрістю.

Коли він досягнув повноліття й зрілості, Ми дарували йому мудрість і знання. Так Ми винагороджуємо праведників! (28:14)

Пророк сказав: «Ви побачите, що люди подібні до копалень, і [ті, які були] кращими з них за часів джагілійї, [залишилися] кращими і в Ісламі, якщо стали досвідченими в релігії» (Аль-Бухарі і Муслім).

Поліцейський і злочинець – обидва потребують сміливості і відданості, щоб бути успішними в своїй роботі і корисними своїм товаришам. Але поліцейський служить суспільству, а злочинець використовує свої якості, щоб завдавати суспільству шкоду. Хоча сміливість і відданість важливі, вони повинні ще бути спрямовані в правильне русло, бути корисними, а не приносити шкоду і руйнування.

Ісламські джерела містять вказівки для вирішення багатьох проблем, але більш детально розглядають сімейні питання. Іслам підкреслює колективний характер сімейного упорядкування, дає поради щодо вибору пари, заручин, складання шлюбного контракту, включаючи ролі опікунів і свідків. Іслам також піклується про сексуальну поведінку, вагітність, аборти, пологи, вибір імені дитини, питання успадкування, годування грудьми, турботу про дитину, бажання і спрямування їх у правильне русло, освіту та виховання, гендерні відмінності, права та обов'язки дітей, їхні провини, турботу про сиріт, усиновлення, вдівство, розлучення, аліменти, менструації, відносини братів і сестер, великі сім'ї, бабусь і дідусів, онуків, сусідів і манеру одягатися.

Наступні розділи допоможуть батькам зосередитися на формуванні характеру і програмі розвитку дитини.



ДИТИНА – ЦЕ ГОЛОВOKPУTKA!

«Світ дитини настільки фантастичний, що батькам його важко зрозуміти. Він складно влаштований, та ані батьки, ані мислителі, ані філософи, ані психологи, ні вчителі і вчені не можуть стати в ньому фахівцями».

(Abu al Hub 1979)

Фази розвитку

Цей розділ розповідає про фази людського розвитку, щоб допомогти батькам простежити поступовий розвиток дитини від однієї сходинки до іншої і краще зрозуміти основні потреби кожної вікової групи. Ми виділяємо особливості фізичного і психологічного розвитку на кожному етапі і постараємося показати, як максимально ефективно використовувати ці особливості для оптимізації завдань виховання.

Наприклад, деякі батьки змушують дітей їсти, проте ті вперто відмовляються. Пізніше апетит несподівано посилюється, і дитина починає їсти сама, без примусу, і це пов'язано зовсім не з наполегливістю батьків, а з фізіологічним зростанням, з потребами організму. Підлітки можуть раптом збунтуватися проти світу батьків і їхнього оточення, а через кілька років на новій стадії розвитку відносини зі старшим поколінням також несподівано змінюються. Лікарі радять батькам відзначати досягнення ключових моментів дорослішання і «зміни фаз». Якщо в межах цих рубежів не відбуваються деякі показові зміни, це може свідчити про серйозні проблеми зі здоров'ям.

Головний захист батьків – бути досить поінформованими. Не треба боятися регулярно звертатися до сімейного лікаря. При цьому важливо пам'ятати, що всі діти розвиваються за «індивідуальним планом», і якщо якісь конкретні чинники не відповідають «загальноприйнятим» термінам і показникам, це далеко не завжди привід для занепокоєння.

Наскільки слід довіряти популярній психології?

Хоча багато сучасних теорій в психології цілком узгоджуються з ісламськими доктринами, слід бути дуже обережними з уявленнями про людський розвиток і поведінку. Наукові дані і, тим більше, їх пояснення постійно оновлюються і змінюються, і вчені не досягають згоди з багатьох питань. Але мусульмани не полишені напризволяще, тому що мають постійну допомогу Одкровення, яке дозволяє їм зберігати власний вірний шлях і захищає

від борсань поміж протилежними точками зору.

Прикладами можуть бути нескінченні дебати психологів про спадковість і виховання, генетику і роль середовища.

«Психологам треба закінчити свої вікові пошуки ключа до виховання хорошої дитини – не тому, що він знайдений, а тому, що його не існує» (Райт, 1998).

Юдіф Харріс (1998) зазначає, що приблизно половина індивідуальних відмінностей між дітьми не можуть бути пояснені лише генетикою. За межами будинку діти вбирають цінності своїх однолітків, вбудовуються в локальну систему і відчувають руйнівний вплив оточення. Вони показують себе жорсткими або милими, дивними або слабкими, і якісь риси характеру починають загострюватися. Батьки можуть формувати поведінку вдома, але, виходячи в більш широкий світ, дитина стає іншою і закладає коріння дорослішання «на перспективу».

Безумовно, не варто довіряти висловлюванням «популярних психологів», – мовляв, дитину можна «зробити хорошою» за допомогою «магічних» простих виховних схем. Генетики, які вивчають поведінку, відзначають, що близнюки, виховані разом, не набагато більше схожі один на одного, аніж ті, що вигодувані нарізно. На характери близнюків впливає навіть черговість їх появи на світ, – можливо, юні близнюки по-різному сприймалися батьками або стикалися з іншими проблемами в своєму маленькому світі, наприклад, їх дражнили брати і сестри. Хлопчик із Арканзасу застрелив однокласників, а його брат – ні. Чому?

Можливо, самотність в школі досягла критичної точки тому, що вдома батьки якось виокремлювали своєю увагою його брата на шкоду йому? Можливо, неприйняття однокласників зробило його замкнутим і несприйнятливим до тієї манери виховання, яка підійшла його брату? Чи не в цьому розгадка – батьки повинні підлаштовуватися до потреб дітей?

Дорослі можуть занадто переоцінювати свій вплив і зберігати навмисне спокій в тому віці, коли виховання несе стільки тривоги. Але буває і навпаки – зайвий батьківський вплив зустрічає протидію в групах однолітків, і ступінь і форми цієї протидії залежать від конкретного складу цих груп.

Батьки можуть розслабитися – наука не дає відповіді на багато з озвучених питань. Як довго доведеться чекати, перш ніж наука дасть рецепт, як поводитися зі своїми дітьми? Людям потрібно покласти на стабільну Святу допомогу Бога і Його посланців. Це не заклик до повного заперечення психологічних теорій; і все ж не заважає серйозно вивчити поради Одкровення, щоб зробити їх помічниками у вихованні. Безбожні теорії можуть принести людству більше шкоди, ніж користі. Рішення проблем виховання полягає в мудрому поєднанні Одкровення Творця і людських знань, і це нескінчений процес.



Етапи становлення особистості в Корані

Нижче наведені рядки Корану, які відзначають різні фази розвитку людського організму:

Хай погляне людина, з чого вона створена! Створена з рідини, що летиться, яка виходить з-поміж хребта й грудей. (86:5-7)



О люди! Якщо ви перебуваєте в сумнівах щодо воскресіння, то Ми створили вас спочатку з праху, потім — із краплі сімені, потім — із кров'яного згустку, а потім — із частинки плоті, яка має свій образ або ще не має. Так Ми пояснюємо це вам! Ми вкладаємо в лона те, що хочемо, до визначеного строку. Потім Ми виводимо вас звідти дітьми, щоб ви могли досягти зрілості. Деякі з вас помирають, а деякі доживають до жалюгідних часів, забуваючи все, що колись знали. Ти бачиш висохлу землю, але щойно Ми проливаємо на неї воду, вона починає рухатися, підіймається та народжує різні пари прекрасних рослин. (22:5)

Аллаг вивів вас із утроб матерів ваших. Ви не знали нічого, а Він дарував вам слух, зір і серця. Можливо, ви будете вдячні! (16:78)

Аллаг — Той, Хто створив вас слабкими, зі слабких зробив вас сильними, а потім, після сили, зробив вас знову слабкими та ще й сивими. Він створює, що побажає! Він — Все-знаючий, Всемогутній! (30:54)

Справді, Ми створили людину з глиняного замісу, а потім у надійному місці перетворили на краплю; потім створили з краплі кров'яний згусток, а з кров'яного згустку створили шматочок плоті. Зі шматочку плоті Ми створили кістки, а потім покрили їх м'язами. Потім Ми виростили це як нове творіння! Благословенний Аллаг, Найкращий із творців! Згодом ви неодмінно помрете, а потім, у День Воскресіння, вас знову піднімуть. (23:12-16)

Ось кілька фаз створення і розвитку:

- Пил – сутність глини. Це матеріал, з якого створені люди.
- *Нафс вахіда* – «єдиний дух», так була створена перша пара, Адам і Єва. Важливо відзначити, що слово *завдж* часто використовується в Корані стосовно подружжя, пар.
- Розмноження – від першої пари розвинулася система відтворення: *нутфа*, запліднене яйце (сперма і яйцеклітина) – *‘аляка*, схожий на п'явку «гачок», – *мудга*, зародок (субстанція, що має вигляд «пережованої їжі»), *ізаман*, кістки – *лахман*, плоть, що покриває кістки.
- Інша істота (плід) – (можливо, після 4 місяців вагітності) ембріон, який розвивається в нову фазу життя, в людську форму. Плід тепер не тільки матеріальний, але є істотою, що володіє духом, який частково успадкований від батьків. Ця істота без зобов'язань, тільки з правами.
- Дитина (*тифлян*) – народжена людська істота з нульовими знаннями і повністю безпорадна.
- Відлучення від грудей (*фі салюгу*) – немовля п'є грудне молоко не більше двох років. Годування грудьми радиться в п'яти аятах Корану.
- Статева зрілість – досягнення віку (*аль-хулюм*) полюцій або менструацій, які відзначають розвиток статевих гормонів. Тепер діти стають здатні самі стати батьками.
- Змужніння (*ашудд*) – перетворення на повноцінних дорослих жінок і чоловіків. За Юсуфом Алі, «вік повної сили» настає між 18 і 32 роками, але Пророк дозволяв юнакам 15 років брати участь у битвах. Одні дорослішають раніше, інші – пізніше. Для тих, хто дорослішає рано, «вік мудрості» може бути досяжний вже до 40 років.
- Похилий вік (*шайх, шайбах, ардал аль-умур*, а потім *да'ф*) – немічна старість разом із в'ялою пам'яттю і зором і одночасно зростаючою слабкістю. Вона може супроводжуватися і занепадом інтелекту, коли той, хто знав багато, знову не знає нічого. До цього моменту людина проходить фазу безпорадності, сили, повної сили, знову слабкості і, нарешті, немічної старості.

- Смерть – після досягнення певної визначеної Творцем точки фізичне тіло, створене з пилу, знову повертається в прах, чекаючи Дня воскресіння.
- Повстання з мертвих (ба'с).

Ми створили вас із землі й у землю вас повернемо. А потім іще раз виведемо вас звідти! (20:55).

- Безсмертя – вічне життя в Раю чи Пеклі, результат наших справ і милості Всевишнього. Так завершується цикл створення людської істоти, від смертного до безсмертного.

Коран дозволяє зібрати з цих окремих фаз єдину глобальну перспективу. Люди не існували, потім Бог створив єдине буття, один дух (самість). Від цього духу Творець створив пару (невідомо як, Коран цього не пояснює). Потім нова система створення була запущена за допомогою статевого акту, слідом за гідною системою шлюбу, покликаною зберігати і захищати найбільш важливу єдність в суспільстві: єдність матері, батька і дітей.

Чудо зачаття, вагітності та народження

Д'Ойен (1996) пояснює, що коли сперма батька запліднює яйцеклітину матері, запліднене яйце трохи більше крапки над «і». Через чотири тижні, коли розмір істоти ще менше 2,5 см, вона вже має крихітне серце, яке б'ється. Після четвертого місяця вагітності плід досягає 15 см і перетворюється на людиноподібну істоту з пальцями на руках і ногах і бровами. Хоча він ще не дихає сам і його очі ще закриті, він може чути серце і голос матері і гучні

шуми ззовні. Плід штовхає, витягується і повертається, смочає палець, іноді ковтає трохи амніотичної рідини і гикає. Мати може відчувати ці рухи. Коли плід підрослає, батько може покласти руку на живіт майбутньої матері і відчути поштовхи і гикавку.

Іноді жінка не може спати ночами, тому що дитина хоче рухатися саме коли вона лягає. Вона повинна їсти куди більше поживної їжі, щоб дитина могла рости, і чим більшим стає дитя, тим складніше йому з'їдати велику порцію, тому що місця недостатньо. До сьомого місяця дитину вже складно носити. Вагітним треба приділяти особливу увагу, піклуватися про них. До 9 місяців дитина важить 3-5 кг і досягає 45-54 см в довжину. Вона насилу може рухатися в утробі: їй пора починати шлях в цьому світі.



Коли дитина готова народитися, матка, найсильніший м'яз, починає його виштовхувати. Як і у тварин, материнське тіло влаштовано таким чином, щоб народжувати без допомоги лікарів. Пологи найчастіше – безпечна і щаслива подія, на відміну від багатьох перебільшено драматичних сцен з художніх фільмів. Незважаючи на інтенсивні болі через перейми, більшість жінок досить сильні і сміливі в ім'я своїх дітей. Вони забувають про біль і незабаром тримають на руках прекрасного новонародженого.

Бог пояснює психологічний статус вагітності як вахнан 'аля вахн, – зусилля за зусиллям, слабкість за слабкістю. Звичайно, іноді вагітні і матері відчувають занепокоєння, легко дратуються, змінюють настрої від відчаю на щастя, безпідставно хвилюються. Аллаг звільняє матір від посту в Рамадан, щоб вона виконала свої релігійні обов'язки пізніше, коли буде в змозі. Протягом 40 днів після пологів мати новонародженого може не брати участь в обов'язкових молитвах. Чоловікові і родичам дуже рекомендується допомагати їй з домашніми обов'язками; вони повинні підтримувати її здоров'я поживною їжею, сном і душевним спокоєм під час годування грудьми.

Стадії дорослішання

Омар ібн аль-Хаттаб виділяв такі стадії:

Дитину виховують протягом семи років, вона стає здатною допомагати протягом семи років, її фізичний розвиток зупиняється в 23 роки, її мозок перестає рости до 35 років, і за цим слідує тільки досвід. (Tuffahah, 1979, арабською)

Коли формується характер? Чи можна щось виправити пізніше? Хоча ніхто не знає точних відповідей, нам стануть у пригоді деякі узагальнення. Ось приблизні етапи дорослішання:

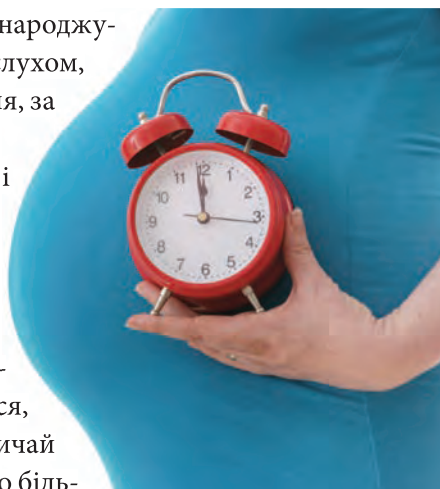
Народження – 4 місяці

В аяті (16:48) говориться, що людські істоти народжуються без знання, хоча Всевишній нагороджує їх слухом, зором і дотиком як засобами для придбання знання, за які вони повинні бути вдячні Творцєві.

До 4 місяців дитячий погляд нечітко блукає, і немовлята здаються зосередженими на вивченні людей. Вони дивляться на мам більше, ніж на інших, лякаються різких звуків і блимають на яскраве світло, витягають руки, повертають голову з боку в бік. Незабаром вони почнуть впізнавати голоси і обличчя батьків, почнуть посміхатися, воркотати і агукати. До 4-х місяців дитина зазвичай вже може перевернутися. Голівки хлопчиків значно більші, аніж голівки дівчаток (Sprock, 1974).

Плач немовляти – абсолютно нормальна річ, хоча це і складно для батьків.

Дитина плаче тому, що їй дійсно щось потрібно. Якщо вона плаче без зупинки, а температура при цьому нормальна, прийшов час змінити підгузник? Їсти? Спати? Або немовля просто треба взяти на руки? Батькам слід проконсультуватися з лікарем, якщо плач здається нескінченним і дитина не вгамовується.



5-18 місяців

Ця стадія зростання, напевно, найважливіша для формування ставлення до життя. Діти починають відчувати себе самостійними і наполягають на деякій незалежності, наприклад, хочуть тримати пляшечку самі і не терплять довгих обіймів.

Вони формують своє ставлення до батьків.

Якщо батьки добрі і уважні, немовля і від інших очікує того ж; якщо батьки холодні, то і дитина буде ставитися до всіх нашорошено. Виходячи з власних уявлень, діти дійдуть висновків, що вони милі або неприємні, хороші або погані.

Саме звідси тягнуться корені оптимізму або песимізму. Якщо діти мало спілкувалися з батьками, то будуть погано розбиратися в усьому.

Батькам слід проконсультуватися, якщо дитина в цьому віці ще не повзає, не може стояти і не реагує на об'єкти. Після шести місяців дитина має вміти сидіти без підтримки, дотягуватися до предметів однією рукою і перекладати їх в іншу руку, белькотати, відгукуватися на своє ім'я. Багато дітей – але не всі, – будуть спати вночі. До шести місяців зазвичай прорізується перший зуб. Дитина повинна вміти тримати голівку, фокусувати погляд, нормально бачити і чути. Батьки починають розбиратися в різниці між голосіннями «я голодний» і «я потребує тебе».

Дівчатка зазвичай досягають деяких граней розвитку (наприклад, вміння гриміти брязкальцем) трохи раніше, ніж хлопчики, хоча хлопчики ростуть швидше фізично.



До дев'яти місяців діти активно повзають і можуть потрапляти в неприємності.

Дитина розпізнає різні звуки і починає їх імітувати. Пінцетне захоплення дозволяє дитині піднімати дрібні об'єкти, і вона може гримати двома брязкальцями. Деякі діти будуть підтягуватися і вставати, спробують ходити, тримаючись за меблі. Майже все, що вони чіпають, ви-

являється у них в роті, тому що вони відчують речі, поклавши їх в рот.

Дитячі руки заберуться туди, куди батьки і подумати не могли.

До року діти можуть ходити, вимовляти деякі слова, тримати ложку. Хоча вони ще не розуміють сенсу покарань, вони вже розуміють значення слова «ні».

Важливо переспрямовувати активність дитини, якщо вона наполегливо лізе не туди. До одного року дитина не знає, що поводить не так. Вони тільки розуміють, що навколо величезний світ, який потребує дослідження.

Між одним і двома роками діти починають ходити все краще. Перетворившись з немовляти на ходунка, дитина стає більш незалежною і насолоджується дослідженнями; вона може вдарити ногою по м'ячу, бігати, підніматися сходами, тримаючись за поручні, і проводити лінії олівцем.

Ходунки діють імпульсивно, оскільки не розуміють, що правильно, а що непристойно, і не знають різниці між поганим і хорошим. Батькам потрібно пропонувати дитині вибір, а не застосовувати покарань-

ня, і надавати свободу дій. Ця вікова група не сприймає компромісів. Правил повинно бути небагато, але важлива батьківська послідовність в їх дотриманні. «Тайм-аут» (вилучення дитини з ситуації і тимчасове ізолювання в спеціальному місці) – найбільш дієвий спосіб прищеплення дисципліни.

МЕЛОДІЙНІ РЕЦИТАЦІЇ КОРАНУ, СПОКІЙНА МУЗИКА,
ЗВУКИ ПРИРОДИ І ВІДПОВІДНІ ПІСНІ, НАШИД (РЕЛІГІЙНІ ПІСНІ)
І РИТМИ СПРИЯЮТЬ РОЗВИТКУ МОВНИХ І ЛОГІЧНИХ ВІДДІЛІВ
МОЗКУ МАЛЮКА.

Батьки повинні стежити за розвитком уваги дитини, пропонувати ігри з кубиками і малювання. Якщо дитина не здатна утримувати увагу, слід проконсультуватися з педіатром. Пориви плачу можуть бути несподіваними і виснажливими, але найчастіше це не причина для паніки. Слух розвивається швидше, ніж зір – дитина звикає до гучних звуків. Вона не бачить ясно до шести місяців.

За розвитком слуху і зору слідує розпізнавання.

Півтора – три роки

У цьому віці у дітей з'являється власне чітке самоусвідомлення і вони стають самостійними людьми з власними бажаннями. Однак вони більше усвідомлюють і свою залежність від батьків. Дитину починають «розривати» протилежні прагнення: незалежність – залежність, чистота – бруд, співпраця – упертість, любов і ворожнеча. Особистість дитини під кінець трьох років буде залежати від рівня згоди або впевненості в собі, вродженого темпераменту і того, наскільки теплими виявилися сформовані з батьками впродовж цього тривалого періоду відносини.

«Горщикові війни» поміж експертами

Брезельтон говорить батькам, що слід заохочувати дитячий успіх в користуванні туалетом. На його думку, привчання до горщика повинно починатися близько двох років, коли діти можуть дотримуватися інструкцій і наслідувати іншим.

Ліч стверджує: не забивайте голову привчанням до горщика до 15 місяців і не сподівайтесь, що на дітей можна буде покласти в цьому питанні до 3-х років. Не насідайте, це може загальмувати процес.

Роузмонд дотримується точки зору, що якщо мати не змогла перетворитися з прибиральниці на опікуна до 2-х років, то дитина не зможе правильно дорослішати і в подальшому отримає проблеми з поведінкою.

Дослідження підтверджують, що всі діти вчать в різний час. При постійному спонуканні дівчатка вчать користуватися горщиком в середньому до дев'яти місяців (хлопчики – трохи довше). (Lemonick, 1999)



Наприклад, якщо батьки відверто домінують, а дитина за темпераментом поступлива і старанна, то вона може стати занадто покірною, безвольною. Якщо вони занадто суворі, але залишають малякові можливості для відповідної реакції, дитина може стати агресивною. Якщо батьки надають дуже великого значення порядку, сприйнятлива дитина може стати занадто дріб'язковою чепурухою. Якщо тривожні батьки сильно опікуються дітьми, постійно стежать за ними, ті можуть стати надмірно залежними.

Психологи сходяться на думці, що характер дитини формується до 3-річного віку, проте деякі особливості особистості пізніше можуть сильно змінитися під тиском обставин.

Більш того, багато характеристик просто не можуть бути сформовані до цього віку: так, ставлення дітей до представників власної і протилежної статі може сильно змінюватися в залежності від дружніх відносин і шлюбів, які вони збудують.

У перші два роки дитина росте дуже швидко і сильно змінюється. Щомісяця вона навчається чомусь новому.

Після двох перших років зростання трохи сповільнюється.

Діти чудово бігають і починають стрибати, лазити, хапати предмети, можуть кататися на триколісному велосипеді.

Вони повторюють слова і копіюють дії, малюють геометричні фігури, можуть збирати прості пазли. Вони самі можуть бути зацікавлені в привчаннях до горщика. На цій стадії розвитку ходунки знають близько 50 слів і здатні будувати короткі речення. Батьки повинні бути терплячими до потоку нескінченних «чому», важливо заохочувати цікавість без роздратування. Заохочення і «тайм-аути» – найкращі засоби підтримувати дисципліну. Настав гарний час для вироблення соціальних навичок, таких як уміння просити і ділитися з іншими.

Розсіяна увага, проблеми з мовленням, брак інтересу до інших дітей, часті падіння – ті ознаки, про які треба порадитися з сімейним лікарем і психотерапевтом.

4-7 років

До чотирьох років діти можуть почати їсти менше, ніж коли їм було 2 роки, тому що вони не так швидко ростуть і не настільки активні. Кожен день до досягнення підліткового віку, коли вони входять в фазу нових серйозних змін, діти вчаться чомусь новому.

Рівень енергії старших дітей дуже високий (вони прагнуть гуляти, бігати, скакати і стрибати), змушуючи батьків вже з ностальгією згадувати про фазу повзання. Дитина легко може кидати м'яч і кататися на триколісному велосипеді.

У цьому віці батьки можуть доступно пояснити дитині, чому та чи інша її поведінка невірна, і розповісти про наслідки (але треба дотримуватися ясної стислості). Заохочуйте і нагороджуйте хорошу поведінку, «штрафуйте» за погану.

Слідкуйте за надмірною прихильністю до батьків. Дитина повинна бути привчена до горщика хоча б до п'яти років і

повинна хотіти виявляти активність, як одна, так і з іншими.

Діти помічають різницю між хлопчиками і дівчатками і хочуть дізнатися назви різних частин тіла. Це час активних розпитувань, бо діти хочуть знати все і про все (включаючи питання «звідки діти беруться»). Батьки повинні відгукуватися на ці питання, або діти підуть шукати відповіді серед друзів, які можуть давати їм невірну інформацію (Jaber, 1977, арабською).

З віком діти стають більш залежними від настрою, їхній емоційний настрій різко змінюється від однієї крайнощі до іншої: від надмірної любові до ненависті і гніву, від щастя до смутку. Діти починають відчувати страх і боятися темряви, незнайомих місць, тварин, гучних звуків, смерті і Бога. Вони бояться бути розлученими з батьками і втратити їх (Jaber, 1977, арабською).

Діти можуть почати відчувати ревнощі до інших і ставати агресивними.

Тому важливо, щоб батьки поводитися зі всіма дітьми однаково добре. Доречним прикладом можуть стати ревнощі братів пророка Йосипа (Йусуфа).

З ростом дитини її ідентифікація з батьком чи з матір'ю, в залежності від статі, стає дедалі важливішою. Хлопчики більш уважно спостерігають, наприклад, як батько працює в саду, а дівчатка вчаться у мами виконувати роботу по дому. Батьки можуть вселити дитині любов і впевненість на прикладі взаємної любові один до одного і до інших дітей. Спільні справи, ігри, читання, догляд за тварина-

ми допомагають встановити відносини, засновані на довірі, впевненості в собі і взаємному спілкуванні. Діти вчаться релігії, беручи участь в ритуалах і спостерігаючи за батьками. Якщо хороші манери були прищеплені дитині до її зіткнення із зовнішнім світом, у неї з'являється більше шансів вчиняти вірно, коли вона виросте.



7-14 років

Це вік початкової освіти і досягнення статевої зрілості. Хлопчики і дівчатка починають все більше і більше поводити себе вже як чоловіки і жінки. Ці зміни, як правило, починаються у дівчаток в 9-13 років, у хлопчиків – в 11-15.

У цей період відбувається багато фізичних, інтелектуальних, емоційних і духовних змін. Діти з'ясовують, що можуть виглядати інакше, і мислять зовсім не так, як за рік до цього.

Дівчинка в підлітковому віці може несподівано набрати вагу, готуючись до стрибка росту, а потім додати кілька сантиметрів за пару місяців.

У неї наливаються губи і ростуть груди, з'являється волосся під пахвами і на лобку.

Хлопчики проходять через такий самий віковий стрибок і починають більше їсти; їхні плечі розширюються, проявляються зарости під пахвами, на лобку, обличчі і грудях. Голос хлопчика стає ниж-

че, як у дорослого чоловіка. І хлопчики, і дівчатка можуть виростати з взуття буквально за кілька місяців.

У цьому віці батьки повинні надавати більше значення молитві, ніж раніше.

ПОМІЧЕНІ НАСТУПНІ ЗМІНИ (7-14 РОКІВ):



- Діти чутливі до критики, легко дратуються, стають більш емоційними;
- Діти більше спілкуються з однолітками, саме в них черпають свої цінності та етичні норми, тому батькам слід стежити за ними в суспільстві;
- Діти відчують себе сором'язливими і потребують заохочення, щоб висловити свою точку зору, яку слід поважати;
- М'язи тіла швидко ростуть, діти починають з великим задоволенням займатися спортом (біг, скелелазіння, плавання, футбол, баскетбол);
- Тепер харчування, одяг і особиста гігієна залежать перш за все від їхніх власних смаків та уподобань. Настав час вчити їх етикету в їжі, питтю

і спілкуванні. Починайте вчити їх *ду'а* (молитвам) за кожної нагоди. Це період «сексуальної бездіяльності», або «неактивного сексу». Вони віддають перевагу компанії представників своєї статі. Не варто привчати їх до еротичних образів в телевізорі, в журналах або книгах. Після 10 років їм не слід спати в одному ліжку з братами і сестрами.

11-13 років: менструація у дівчаток

У більшості дівчаток менструація починається в 11-13 років. Щомісяця протягом 3-7 днів з вагіни виділяється трохи крові: це знак, що фізично вони дозріли для зачаття. Кровотеча не є небезпечною і, як правило, не завдає болю (природа бере своє, і через це проходять всі жінки). Ця кров – тонка внутрішня вистилка матки.

У двох яєчниках щомісяця дозріває одне яйце, і збагачена кров'ю вистилка в

матці формується, щоб створити своєрідне «гніздо», в якому може зростати зародок. Без чоловічої сперми яйце рости не може, підкладка стає непотрібною, і організм позбавляється від неї за допомогою менструації. Кожні 27-30 днів (місячний місяць) цей природний процес повторюється.

Перша менструація – важлива подія в житті дівчинки: це означає, що вона досягла статевої зрілості і, по суті, є молодою жінкою. З цього моменту вона як доросла мусульманка готова до виконання

Біль під час місячних

Мільйони жінок скаржаться на дискомфорт в дні менструації. Проблеми можуть тривати днями і варіюватися від м'яких до сильних.

Симптоми: набухання грудей, спазми, менструальні болі, сильна або тривала кровотеча, перепади настрою і втома (Kalb, 2003).

всіх релігійних обов'язків, таких як піст і молитва, і повинна прикривати аура. Аллаг дозволив жінкам не постити в Рамадан під час менструації, але вони повинні компенсувати пропущені дні після Рамадану. У дні місячних жінки не можуть звершувати обов'язкові молитви (*салат*), перебувати в мечеті і торкатися до Корану. Пропущені молитви згодом відшкодувати не потрібно. Після менструації жінка повинна зробити повне омовіння (*гусль*), щоб очистити себе для молитви.

13-15 років:

коли хлопчики стають чоловіками

Досягаючи зрілості і стаючи молодими чоловіками, хлопчики починають позбуватися від надлишків сперми. Іноді увісні у них настає ерекція, що завершується полюціями – виділенням насінної рідини (*хайван манаві*).

Це означає, що хлопчик перетворюється на чоловіка і готовий стати батьком. З цього моменту він як дорослий мусульманин також відповідальний за свої релігійні обов'язки. Якщо полюції не з'являються, індикатором переходу хлопчика в дорослий стан вважаються інші ознаки статевої зрілості (наприклад, лямання голосу). Шаріат вважає чоловіків

дорослими з 15 років. У будь-якому випадку хлопчики і дівчатка повинні регулярно молитися і постити з 12-річного віку, навіть якщо їхній статевий розвиток затримується.

Деякі хлопчики торкаються інтимних частин і шляхом масажу досягають виверження сім'я, отримуючи задоволення від еякуляції. Це називається мастурбацією. У деяких ліберальних суспільствах ці дії не вважаються протизаконними (*харам*) і навіть заохочуються, але в Корані і жіноча, і чоловіча мастурбація засуджуються. Кожен, хто торкався своїх інтимних зон, повинен зробити омовіння (*вуду'*), перш ніж молитися. Кожен, хто займався мастурбацією, очиститься тим, що зробить повне омовіння (*гусль*) для повернення ритуальної чистоти.

14-21 рік

У цьому віці голос у хлопчиків стає грубшим, а у дівчаток – м'якшим і більш жіночним. У хлопчиків ростуть м'язи, у дівчаток – груди, і їхнє тіло оформлюється. Тимчасова неузгодженість зростання ніг і рук призводить до незручності в ході й деякої незграбності. Молодим людям потрібен час, щоб остаточно сформуватися і звикнути до свого дорослого тіла.

Розуміння підлітків

Підлітки при прийнятті рішень більше покладаються на емоції, а не на раціональні судження. Їхні серця можуть боротися з розумом, а почуття і емоції – домінувати над логікою і мисленням. Підлітки зациклені на собі: вони проводять багато часу, піклуючись про свою зовнішність. Одні змушені носити брекети на зубах, інші страждають від прищів і вугрів (акне), треті турбуються, що занадто високі або товсті. Всі зміни в їхньому тілі можуть змусити їх нервувати. Когось починають турбувати роздуми про майбутню кар'єру, вибір професії, партнера. Всі ці рішення можуть зробити їх дратівливими і нервовими.

Гормони призводять і до зміни настрою: хлопчики почувають себе неспокійними і злими без явної причини, дівчатка можуть починати плакати або дратуватися через будь-які дрібниці. Іноді молоді люди хочуть, щоб з ними поведилися як з дорослими, але поведуться як діти. Слід пам'ятати, що всі ці прояви нормальні, але до тих пір, поки не стають неконтрольованими. Здорові люди вчать-ся контролювати свої емоції і двічі думати, перш ніж діяти.

Інтелект дитини починає повноцінно працювати з 13-14 років, і підлітки мо-



жуть зрозуміти досить складні речі, які не могли б зрозуміти раніше.

Це гарний час для розвитку навичок, необхідних у подальшому житті, – приготування їжі, турботи про дітей, усунення неполадок в будинку. Підлітки вчать-ся і суспільним навичкам – як говорити і як спілкуватися з іншими і поводитися в різних обставинах. Вони вчать-ся брати на себе більше відповідальності за себе і за інших і можуть підробляти, не перериваючи навчання, бути волонтерами або навіть працювати повний день.

Авіценна вважав, що ми повинні починати вчити Корану як тільки дитина готова слухати його фізично і розумово. Навчайте її алфавіту і основам релігії. Потім вчить її вибірково аятам про поведінку, знання і засудження невігластва, турботу про батьків, добро, допомогу слабким і бідним. Коли дитина завершить вивчення Корану і мови, слід з'ясувати її схильності і спрямувати її заняття виходячи з її можливостей і інтересів (Al-Ibrashi, 1976, арабською).

Іслам пропонує деякі превентивні заходи для цього етапу:

- опускати погляд перед протилежною статтю;
- займатися спортом, щоб витратити енергію;
- постити по понеділках і четвергах і закінчувати піст разом з іншими;
- просити дозволу, перш ніж піти в гості;
- уникати усамітнення з представником протилежної статі;
- брати і сестри повинні спати в роздільних ліжках (але в одній спальні) після 10 років. Цікаво, що в Британії планування будинків передбачає, що діти після 10 років мають власні спальні (Житловий закон 1985 г.), проте подібна розкіш доступна не всім, і якщо всі стануть слідувати цим правилам, людям забракне вільного простору.
- Підлітки розвивають свою особистість: вони потребують деякого особистого простору і часу. Підростаючи, вони можуть почати замислюватися над питаннями: хто я? Навіщо мені дане життя? Чому в світі стільки проблем? Це час, коли молоді люди запитують про багато що, шукають відповіді і генерують нові ідеї. Іноді це стає приводом для суперечок з батьками. Підлітки більш стабільні у віці 16-19 років. Етап дорослішання дуже довгий і складний і вимагає багато терпіння і розуміння з боку всіх членів родини.
- Підлітки розвивають здібності до узагальнення, осмислення, теоретизування і подання. Вони можуть прогнозувати проблеми та розробляти їх вирішення на майбутнє. На відміну від попередніх років, коли вони могли думати лише про поточну хвилину, вони можуть усвідомлювати значення часу: минулого, сьогодення і майбутнього. У них з'являється відчуття історії. Вони можуть вийти в своїх питаннях за межі матеріальних речей, задуматися про причини життя, природу посмертного існування, цілі і завдання, цінності та етичні норми, початок і кінець світобудови, життя в цьому і потойбічному світах.
- Підлітки розвивають почуття релігійності. Дорослішання – це пора релігійного пробудження, усвідомлення власного розуміння Раю і Пекла, гріха і покаяння, воскресіння і вічності, долі, свободи і детермінізму. У якийсь момент вони стають більш стабільними і об'єктивними в поглядах на життя.
- Підлітки включаються в бачення і фантазії: з'являються мрії. Це важливий спосіб, за допомогою якого майбутні дорослі висловлюють свої бажання, одна з характеристик розумового зростання, нормальний феномен, що вимагає обережності, – він не повинен стати головною частиною їхнього особистого та суспільного життя.





Ви коли-небудь замислювалися, чому величезні публічні демонстрації в багатьох країнах складаються саме зі студентів? У Туреччині, Єгипті, Малайзії, Індонезії, Ірані або США... Це тому, що підлітки дуже енергійні, емоційні, пристрасні і вірять в силу реформ і крайніх заходів, чим часто користуються різні вербувальники і провокатори.

- Підлітки критикують інших, починаючи з батьків, в т.ч. за їхній одяг, їжу, смаки, спосіб виховання, і порівнюють їх з батьками однолітків. Вони можуть критикувати школу, суспільство, державу, і захищати радикальні методи реформ і суспільних змін.
- Підлітки стають ідеалістами у зв'язку з браком життєвого досвіду.

Абстрактне мислення = Брак досвіду – Ведуть до ідеалізму

Підлітки-ідеалісти можуть протистояти авторитету батьків і суспільства, якщо їхні власні ідеї та рішення постійно відкидаються без задовільного пояснення. Через це вчорашні діти можуть ставати неспокійними, ізольованими і відчуженими. Відчуття власного безсилля і краху надій здатне привести молодих ідеалістів до розчарування в собі і втрати довіри до інших.

- Підлітки стикаються з різними проблемами. Вони вважають за краще приймати самостійні рішення, не радячись з батьками, і часто помиляються. У цьому віці необхідно створити атмосферу «непрямої допомоги», яка їх не зобов'язує, але допомагає приймати правильні рішення.

МОЖЛИВИЙ ЛАНЦЮГ ПОДІЙ

**Підлітковий ідеалізм і брак досвіду –
заперечення батьків і суспільства –
конфлікти – ізоляція – відчуження –
відчай – недовіра – безпорадність –
безнадійність – апатія – пасивність –
інертність**



- У підлітків розвивається прагнення до змагальності, перемог, до самоствердження за рахунок якихось досягнень. Чітко визначені зони відповідальності допоможуть їм в цьому; їх відсутність змушує відчувати себе незначними і знедоленими. Занадто складні і об'ємні завдання приведуть до почуття безсилля, дитина відчує себе невдахою. Слід дотримуватися балансу.
- Підлітки мають здатності до запам'ятовування. Існує два види запам'ятовування: механічне і усвідомлене (або пряме і непряме). Механічне запам'ятовування – повторення фраз без розуміння їхнього змісту. Усвідомлене запам'ятовування включає розуміння змісту, встановлення зв'язків об'єкта запам'ятовування з іншими предметами, вибудовування нових відносин між елементами змісту. Розвиток прямого механічного запам'ятовування починається в дитинстві і досягає кульмінації до 15 років (al-Sayyid, 1975), потім воно починає зменшуватися в обсязі інформації, що запам'ятовується, і швидкості «схоплювання». Здатність до непрямого запам'ятовування відкривається пізніше, але продовжує розвиватися до середнього віку. Те, що завчено в дитинстві, ніби висічене на камені і зберігається на довгий час; те, що вивчено в більш зрілому віці, легко забувається.

21-40 років: зрілість

Для більшості людей це вік зрілості, сили і продовження роду. Юсуф Алі в XX столітті і Омар ібн аль Хаттаб в VII столітті вважали, що розум повністю розвинений і наповнений до 40 років, і далі розвиток відбувається тільки за допомогою досвіду.

40-65: Середній вік

Це пік зрілості, коли розвиток пов'язаний вже не з фізіологічними змінами, але з утворенням, тренуваннями і досвідом. Починається фізична слабкість (*да'ф*).

65 років і старше: старість (*шайхуха*)

Настає старість, приходять неміч (*ардаль аль-‘умур*), інтелект і пам'ять часто погіршуються. Хвороба Альцгеймера наздоганяє все більше людей похилого віку і руйнує «осередки» їхньої пам'яті, хоча люди можуть залишатися фізично міцними. Інша назва цього періоду – *шайхуха* (старіння), *да'фан* (слабкість), *шайбах* (старість).

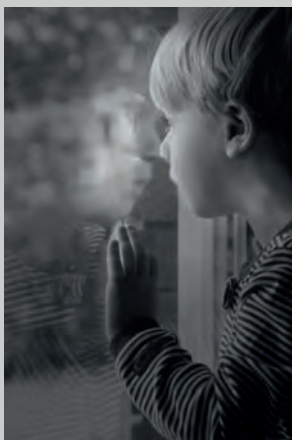
Життєвий цикл починається з народженням дитини (яка нічого не знає, але чує, бачить і сповнена почуття любові). Господь пропонує людям бути Йому вдячними: ля'аллякум ташкурун. Потім людина проходить шлях від слабкості до сили і знову до слабкості. Між народженням і старістю люди здобувають знання, і Господь надихає їх досягати осмислення і мудрості: ля'аллякум та'килюн. На фінальній стадії життя – в кінці подорожі, – люди повинні бути доброчесні і уникати гріхів. Пророк говорив: «Не залишиться у людини причин для виправдання до 60-річного віку» (Аль Бухарі).

Чим старшими ми стаємо, тим гіршою стає наша пам'ять, але наша сила міркувань посилюється.
Справжнє благословення!



Щасливі і благословенні ті, хто починають дякувати Богові з ранніх років життя і до стадії мудрості вчать розпізнавати і усвідомлювати суть і місію творення і людей на Землі.

Використання фаз розвитку



Дитина – наше вікно можливостей

Серце дитини чисте і пусте. Воно має природну схильність все утримувати, і його все приваблює. (Імам Аль-Газалі)

Дитина готова прийняти всю інформацію і всі інструкції, звернені до неї. (Ібн Міскавейха)

Це золотий час для батьків – вони можуть навчити дітей всьому до максимально можливого рівня!

ГОДУВАННЯ ГРУДЬМИ ПРОТЯГОМ ПЕРШИХ ДВОХ РОКІВ

Це та стадія, коли закладаються важливі елементи особистості. Результатом стане фізично і емоційно здорова дитина. У дитинстві формуються відділи мозку дитини, починають працювати взаємозв'язки і під'єднання до системи за допомогою трильйонів і трильйонів нейронів. Сміливість, творчість, любов, чесність, власна позиція щодо всього, мова і логіка починають формуватися саме на цьому етапі.

На додаток до численних медичних плюсів годування грудьми матері передає дітям величезний емоційний позитивний фон. Любов, ніжність і самовіддача в перші два роки передаються за допомогою годування. Матері, які годують грудьми, теж психологічно виграють від інтимних емоційних відносин зі своєю дитиною.

ЛЮБОВ І СТРАХ БОЖИЙ

Дітей треба якомога раніше познайомити з любов'ю, надією і благами, що виходять від Милостивого і Співчуваючого. Концепції страху, покарання і Пекла можуть зачекати до підліткового віку, коли діти зможуть сприймати абстрактні теорії і образи. У дитини в ранні роки дуже вразливий розум, і страх перед Пеклом може задушити дитячий потенціал свободи, креативності та уяви. Залякування позбавляє дітей сміливості, здатності ризикувати, приймати рішення і бути впевненими в собі.

ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ

Шейх Мухаммад аль-Газалі в «*Кайфа ната'амаль ма'а аль-Кур'ан*» (1992) порушує питання, коли починати запам'ятовування Корану і концентруватися на завчанні і розумінні. Він прийшов до висновку, що до підліткового віку на першому місці має бути запам'ятовування, а далі йде зосередження на розумінні та інтерпретації (*тафсір*). Тоді будуть задіяні всі можливості мозку, – і раннє запам'ятовування, і подальше осмислення.

АСПЕКТИ ДА'АВАТУ

Треба більше піклуватися про це в підліткові роки, коли діти найбільш сприйнятливі до абстрактних концепцій Раю, Пекла і потойбічного життя. Енергія і емоції дитини на цій стадії найбільш високі, і їх легко спрямувати на добродетель, духовність і жертви заради загального блага. Підліткові емоції повинні бути збалансовані раціональністю. Діти протягом кризи віку повинні посилити ритуальну практику знанням і контролем над емоціями і підтримувати себе надією на Всевишнього (*таваккул*).

ЧУТЛИВІСТЬ ДО КРИТИКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

З підлітками необхідно поводитися тактовно, щоб не нашкодити їхнім почуттям і самоповазі. Мета – направляти їх розвиток, а не змушувати втрачати впевненість у собі.

Основні підходи на цій стадії – підбадьорювання і стимулювання. Ревнощі і почуття конкуренції в цьому віці особливо загострені, тому поведіться з братами і сестрами справедливо і однаково.

На цій стадії приділяйте більше уваги формуванню особистісних якостей, оскільки підлітки починають критично ставитися до себе, суспільства і світу. Це час обговорювати справжнє значення *тавхіду* (Єдності Бога), *істіхляфу* (намісництва для людства), *імрану* (будівництва цивілізації), погляду на світ, життєвих труднощів, відносини з собою, з іншими, оточенням і з Богом.

ВИВЧЕННЯ ДРУГОЇ МОВИ

Не варто відкладати навчання мовам до підліткового віку. Чим раніше, тим легше засвоюються незнайомі звуки і запам'ятовуються букви, що відрізняються від звичного алфавіту. У ранньому дитинстві малюки демонструють чудові здібності до навчання декількох мов без особливих складнощів. «Молодий мозок має найбільші можливості для прийняття мови, а той, хто в молодості знає 2 мови, має більше шансів пізніше вивчити і третю, і четверту. У порівнянні з підлітками або студентами діти легше вчать англійську з природною вимовою або наслідують м'яким тонам китайської» (Glod, 2006). Те ж стосується арабської та інших мов.

Перський хафіз шести років

(*Хафіз* – той, хто може декламувати весь Коран напам'ять).

Саїд Мухаммед Хусейн Табатабаї, для матері якого рідна мова – перська, завчив весь Коран до 6 років. Його батько каже: «Йому було 2 роки, коли я вперше зрозумів його талант». Син навчався, слухаючи матір, яка теж *хафіза*, запам'ятовуючи аяти після першого або другого прослуховування. Він читав Коран днями, щоб утримувати в пам'яті те, що запам'ятав. Його улюблені історії – про пророків, особливо про Йосипа (Muslim news, 1998). У цьому диво Корану, – дитина, не розуміючи арабської мови, може запам'ятати його текст від початку до кінця! Зараз тисячі дітей різних національностей молодше десяти років запам'ятовують Коран арабською.

Сирійський хафіз, якому чотири з половиною роки

Найменшою дитиною, яка запам'ятала весь Коран в 4 з половиною роки, став Абдулла Ахмад Шгхалах з сирійського Алеппо, народжений в 1996 р. Він почав запам'ятовувати Коран в 3 роки; до 5 років він також запам'ятав 1000 хадисів Пророка і понад 1000 поетичних рядків.

Історія почалася в крамниці його батька, коли той помітив, що його дворічний син наспівує пісню Умм Кульсум «залямуні ан-нас», одного разу почуту по сусідському радіо. Батьки вирішили спрямувати потенціал малюка на завчання Корану, почали читати Абдуллі по кілька аятів, і він запам'ятовував їх з другого прочитання. За кілька місяців Абдулла поліпшив також свою вимову, згідно з правилами *таджвіду*.

У 5 років Абдулла отримав перший приз на Національному змаганні читців Корану в Сирії, де виступали люди від 14 до 30 років. Він був наймолодшим переможцем цих змагань (Al Usrah Magazine 2005).

Практика запам'ятовування на Сході і на Заході

Східна практика запам'ятовування Корану дошкільнятами приносить хороші плоди. Хоча більшість юних мусульман 4-5 років не розуміють арабської мови, вони можуть запам'ятати весь текст Корану; розуміння прийде пізніше, в підлітковому віці. На Заході запам'ятовуванню текстів уваги не приділяється – чи то йде мова про Біблію, поезію або п'єси. Однак ранні християни знали Біблію напам'ять! Деякі християнські діти арабського походження запам'ятовують Коран, і це розвиває їхній словниковий запас, мову, мислення, тренує пам'ять, вчить зберігати та видавати інформацію.

Раннє запам'ятовування Корану допомагає підліткам у старшій школі.

Д-р Юсуф Халіфа (колишній міністр освіти Судану) зазначає:

«Наші експерименти з *хафізами* в різних сільських медресе (*халаві*) і школах Судану показали, що ті, хто вчив Коран, мають прекрасні можливості для запам'ятовування, збереження і розуміння складних концепцій і проблем. Ці учні, які ніколи не відвідували звичайні світські школи, проходять лише 2-річний курс для підготовки до вступу в університет. 90% з них здали держіспити і опинилися нарівні зі студентами, які відвідували світські школи до 12 років.

Завдання



ЗАВДАННЯ 31: ПОРАДА БАТЬКАМ

Обговоріть, як застосувати наступні пункти до своїх дітей.

- Давайте дітям трохи більше, ніж вони очікують, і робіть це з радістю.
- Не вірте всьому, що чуєте, і не витрачайте все, що маєте.
- Не перетворюйте слова «Я тебе люблю» на банальну фразу.
- Коли кажете «Пробач», дивіться в очі людині.
- Ніколи не смійтеся над мріями дітей. Ті, хто не мріють, не досягають багато чого.
- У випадку незгоди сперечайтесь гарно. Не зводьте суперечку до лайки.
- Не судіть людей за їхніми родичами.
- Якщо хтось ставить запитання, на яке ви не хочете відповідати, посміхніться і запитайте: «Чому ти хочеш це знати?».
- Велика любов і досягнення – великий ризик.
- Кажіть «Будь здоровий(а)», коли хтось чхає.
- Коли програєте, не забувайте урок.
- Поважайте себе, поважайте інших, і відповідайте за свої вчинки.
- Не дозволяйте невеликій люті зруйнувати сильні сімейні зв'язки.
- Коли розумієте, що зробили помилку, відразу робіть кроки, щоб виправити її.
- Посміхайтесь, коли берете телефон. Той, хто телефонує, почує посмішку в вашому голосі.
- Проводьте трохи часу на самоті.

Батьки, розумійте фази розвитку Вашої дитини:

- Вік упорядкування – 1-7 років
- Вік наслідування – 8-12 років
- Вік натхнення – від 13 років.

РОЗДІЛ 9

Дорога до здоров'я дитини

- Вступ **182**
- Вагітність **182**
- Після пологів: дебати навколо щеплень **183**
- Чистота і гігієна **185**
- Здоров'я: деякі ісламські практики **186**
- Харчування **188**
- Факти про дітей і харчування **191**
- Приписи Корану, пов'язані з їжею **197**
- Діти та фізичні вправи **199**
- Сон **202**
- Як запобігти вживанню алкоголю та наркотиків **203**
- Діти і спокуси **204**
- Розпізнавання вживання наркотиків на ранній стадії **205**
- Згубні звички проти здорового спілкування **208**
- Догляд за хворим: релігія як попередження **209**
- Порушення закону **209**
- Завдання **211**

Вступ

Пацієнт постійно скаржився лікарю на біль. Зрештою лікар відповів: «Ти витратив стільки грошей, щоб захистити свій бізнес, механізми і будівлі, але проігнорував головний внесок – власне тіло!»

БАТЬКАМ ВАРТО задуматися про стару істину: «Хворобі легше запобігти, аніж лікувати». Немає сенсу чекати біди і тільки потім реагувати. Будь-яка допущена батьками помилка в справі здоров'я дитини може зруйнувати її майбутнє. Дорослі несуть подвійну відповідальність – за своє здоров'я і здоров'я дітей, але часто, на жаль, замість того, щоб витратити трохи зусиль на превентивні заходи, витрачають масу сил і нервів на інтенсивну турботу опісля. Бездіяльність робить нас винними і нещасними. Більш небезпечним, однак, є те, що шкода дитячому здоров'ю може проявитися пізніше. Нескладно уявити силу почуття провини, якщо дитину наздоганяє хвороба, якої в потрібний момент легко можна було б уникнути.

Здоров'я – на вершині пріоритетів. Його відсутність не компенсують ані хороша сім'я, ані кар'єра, ані освіта. Більш

того, в здоровому тілі – здоровий дух, і необхідний розумовий і психологічний розвиток дитини може бути досягнутий саме за наявності фізичного здоров'я.

Батьки повинні забезпечити дітям поживну їжу, чисту воду, своєчасну вакцинацію, посильні навантаження і необхідну медичну допомогу. Виховання здорової дитини починається ще до її зачаття: треба вибирати здорового чоловіка/жінку.

Вагітність

Вагітна жінка несе величезну відповідальність перед плодом. Правильне харчування, достатній сон, регулярне відвідування лікаря і вправи необхідні для здорових пологів.

Їй слід уникати ризику інфекцій і прийому шкідливих речовин (наркотиків, алкоголю, нездорової їжі). Паління – одна з найбільш небезпечних речей, яку мати не повинна робити під час вагітності. Харчуючись і отримуючи кисень через плаценту і пуповину, ембріон становить з майбутньою матір'ю єдине ціле, і вона ділиться з ним отруйними токсинами. Перечитайте попередження на сигаретних пачках:

Паління викликає рак легенів, хвороби серця, емфізему і може погіршити перебіг вагітності.



Якщо майбутня мати підхопила інфекцію, слід негайно проконсультуватися з лікарем, щоб не нашкодити плоду. Так само слід чинити і під час годування грудьми. Інфекція може негативно вплинути на ди-



Атмосфера, де не палять: якщо є бажання, знайдеться і шлях.

Нація може палити менше при несправжньому ставленні до куріння. Так сталося в США.

У 1985 році число міст, де заборонено куріння в приміщеннях, становило 202. Станом на 2003 їх стало 1 631.

Незалежно від законодавства батьки повинні вберегти дітей від місць, де палять, – і в будинку, і за його межами.

тину: викликати сліпоту, глухоту, розумові відхилення, шизофренію і аутизм. Матері слід здавати аналізи крові під час вагітності, щоб уникнути гемолітичних хвороб, які можуть пошкодити мозок або викликати смерть дитини.

Після пологів: дебати навколо щеплень

Тут наведені аргументи за і проти вакцинації, щоб батьки могли зробити власні висновки.

Після пологів дитину оглядає лікар, він перевіряє стан очей, вух, рефлекси. Хлопчиків слід обрізати, щоб уникнути інфекцій. Багато батьків розуміють важливість вакцинації і дотримуються її плану. Однак 80% дорослих не відомо, що більшість вакцин потрібно вводити дитині до 2 років. Дивно, – ми вакцинуємо курчат всередині яйця за кілька днів до того, як вони вилупляться, новонароджені телята отримують укол перш ніж вони увійдуть у хлів, але деякі діти не отримують свою дозу вакцин до 2-х років.

Вакцинація може багато чого!

Шість смертоносних «дитячих» захворювань – коклюш, кір, поліомієліт, туберкульоз, правець, дифтерія – щороку вбивають мільйони людей. Більшість з них – малюки, які голодують без стійкості до хвороб. Вакцини відомі десятиріччями і усунули загрозу захворювань в розвинених країнах. Практично кожна дитина в США щеплена, в той час як сотні дітей з країн, що розвиваються, просто не мають доступу до вакцин. Більше 3 мільйонів дітей у світі помирають від хвороб, виникненню яких можна запобігти («Для дітей: дар здоров'я, освіти і надії» брошура про необхідність пожертвувань, ЮНІСЕФ, 2003).



Розкажіть дітям історію про появу першої вакцини: Едвард Дженнер запропонував вакцинацію в 1796 р., і це була велика історія творчості. У медицині є три типи хороших ідей: очевидні, не зовсім очевидні і така, до якої і прийшов д-р Дженнер. Він почув від сусідів в Глостерширі, Англія, що люди, які перехворіли коров'ячою віспою, більше не хворіють небезпечною натуральною віспою, і припустив, що перша хвороба активує можливості організму в боротьбі з другою. Ця ідея здавалася колегам Дженнера абсурдною, – тоді не було слів «іmunна система» і «бактерія». І все ж Дженнер вірив в свою ідею. Вірила і мати, яка дозволила лікарю провести дослід на своєму 8-річному синові, Джеймсі Філіпі, коли на її фермі стався спалах коров'ячої віспи.

Дженнер взяв гній зараженої доярки, ввів хлопчикові і став чекати. Дитина легко перенесла хворобу. Через шість тижнів він ввів йому натуральну віспу і почекав ще, щоб переконатися, що хлопчик не захворіє. Потім він оголосив про сходження нової ери. Він винайшов вакцину. Вакцини змінили світ, вирвавши з коренем віспу, та запобігли розповсюдженню поліомієліту та кору. Вакцинація – одне з найбільших медичних відкриттів останніх двох століть, і найбільш прибуткове. Вакцини не лікують, а запобігають, що куди краще.

Якщо щеплені 100 чоловік, то вони і самі не захворіють, і не заразять ще тисячу.

Щороку вакцини рятують велику кількість життів. І все ж багато людей все ще не можуть їх отримати. В Африці, Азії і Латинській Америці багато місць, де діти не отримують базові щеплення, які є легко доступними в розвинених країнах, і тому вмирають. Також ніде не можна зробити щеплення від страшних світових вбивць – ВІЛ, туберкульозу і малярії, які забирають 6 млн життів щороку: попри значний прогрес медицини, вакцин від них немає.

АРГУМЕНТИ ПРОТИ ВАКЦИНАЦІЇ

Багато хто не знає про можливий побічний ефект від вакцинації дітей. Аргументи проти вакцинації пояснюють, що значна частка успіху, приписуваного вакцинації, пов'язана насправді з громадським здоров'ям (особливо з чистою водою, санітарними умовами, меншим населенням, хорошим харчуванням і більш високим рівнем життя).

Іmunній системі потрібні роки, щоб повністю сформуватися, і вона повинна бути знайома з бактеріями і вірусами – організм навчиться виводити їх з потом, висипкою, слизом.

Вакцинація не дає дітям шансу розвинути на все життя природний іmunітет від нешкідливих хвороб (як кір, свинка, червона висипка, вітряна віспа і кашлюк).

Після вакцинації тіло знаходиться в стані тривоги з приводу того, що може ніколи не статися. Іmunна система може стати занадто сприйнятливою до алергенів.

«Вакцини містять токсичні хімічні речовини, ДНК ненароджених дітей і тканини тварин, сторонні ослаблені віруси і бактерії. Сучасна технологія вакцинації базується на науці, яка застаріла на 200 років і яка стверджує, що вакцини безпечно стимулюють відповідь іmunної системи... Токсичні хімікати, що додаються до вакцини, створюють проблеми для нервової та іmunної системи, тому що не можуть бути легко виведені з тіла і накопичуються в мозку і тканинах та ушкоджують нерви. Сторонні протеїни і ДНК не можуть бути належним чином нейтралізовані і виведені іmunною системою і можуть проходити через клітинну оболонку».

(<http://www.know-vaccines.org/parent.html>)

Супротивники вакцинації переконують, що хороше здоров'я – кращий спосіб створити імунітет проти хвороб.

«Хижі» віруси зовсім не полюють на нас весь час. Якщо ми здорові, то тіло може переносити холд, грип, кір і все інше, що може бути навколо нас. Ключ в сприйнятливості.

(Sinclair, 1995) (Head, 1999)

Повторюємо, що ми лише інформуємо батьків, а вони, порадившись з лікарем, можуть зробити вибір «за» або «проти» вакцинації.

Педіатри рекомендують регулярний огляд дітей в 6, 8, 10 років і далі щорічно. Плюси таких оглядів полягають у тому, що проблеми зі здоров'ям виявляються на ранній стадії, і це дозволяє ефективно їх долати, не даючи перерости в невиліковні захворювання. У багатьох країнах проводять обов'язкові медичні огляди учнів у молодшій школі, що ми вкрай радимо робити.

Чоловіки, жінки і статистика

Коли мова йде про гігієну рук в США і Великобританії, жінки чистіші, ніж чоловіки.

Дослідження, проведене в університеті штату Мічиган в громадських туалетах в барах, ресторанах та інших громадських установах в США, показало, що 15 відсотків чоловіків не миють рук взагалі, в порівнянні з 7 відсотками жінок. Під час миття рук лише 50 відсотків чоловіків використовували мило, в порівнянні з 78 відсотками жінок.

Дослідження також показало, що лише 5 відсотків людей, які миють руки у ванній, миють їх досить довго, щоб убити мікроби, які викликають інфекції.

В цілому 33 відсотки людей не використовують мило і 10 відсотків не миють рук взагалі.

У Великобританії і Північній Ірландії 99% опитаних людей на станціях технічного обслуговування автодорожніх туалетів стверджували, що вони миють руки після відвідування туалету. Проте електронні пристрої запису показали, що лише 32% чоловіків і 64% жінок насправді робили це (BBC 2012).

Єдиний кращий захист проти поширення хвороби – мити руки енергійно протягом 15-20 секунд з милом і водою.

Під час цих оглядів можна виявити відхилення від норм слуху, зору або мови. Батькам потрібно зосередитися на запобіганні хворобам.

Окрім вакцинації, мінімальні вимоги для доброго здоров'я – гігієна, харчування, сон і вправи.

Чистота і гігієна

Чистота – найбільш ефективний засіб захисту людей від бактеріальних і вірусних інфекцій. Інфекція зазвичай потрапляє в організм через брудні руки, через дотик до більш уразливих органів (очей, рота, носа, вух). Регулярне миття рук знижує цей ризик.

Американець Роуз Вайлдер Лейн (1886-1968) зазначив: «Люди засуджують пророка Мухаммада за те, що той був фанатиком, але мені здається, що він був фанатиком чистоти і гігієни».

Пророк заохочував омовіння перед молитвою: «П'ятиразова молитва, якою Аллаг змиває ваші гріхи, схожа на наявність струмка у дворі кожного з вас, у якому людина купається п'ять разів на день» (МУСЛІМ).



Як іспанські інквізитори вираховували тих, хто зовні прийняв християнство, але залишився в душі мусульманином?

Якщо людина регулярно милася, то підозрювали, що вона лише удавала з себе християнина. (Ahmad, 1997).

Здоров'я: деякі ісламські практики

Пророчі настанови щодо чистоти включають не лише п'ятиразове омовіння, але також миття рук до і після їжі і користування туалетом.

Можливо, головний внесок мусульман в медицину, – акцентування на підтримці гарного здоров'я і гігієни.

Чиста вода і особиста гігієна врятували більше життів, ніж усі антибіотики разом узяті. Прихильність чистоті надихається такими висловлюваннями Пророка, як: «Чистота – інша половина віри» (Тахурі і Іман / Муслім), і «Людське тіло має над людиною права» (al-Dahabi, 2004).

Пророк, коли хворів, лікувався традиційними засобами і іноді встановлював лікування для інших. Він був сильною і здоровою людиною, яка досягла успіху в багатьох заняттях (включаючи безліч битв і копання ровів перед обороною Медини). Він щорічно ходив в печеру Хіра, що вимагало величезних фізичних зусиль.

Батьки повинні зробити особисту гігієну пріоритетом для хлопчиків і дівчаток до статевого дозрівання, і чим раніше, тим краще. Треба приділяти увагу і ритуальній чистоті дітей. Діти несуть відповідальність за молитви і піст нарівні з дорослими, тому вони повинні бути доглянутими і утримувати своє тіло, одяг і оточення в чистоті.

ВОЛОССЯ І НІГТИ

Волосся, що росте під пахвами і в лобковій зоні, може стати джерелом неприємного

запаху. У поєднанні з темрявою і вологістю, волосся – ідеальне середовище для росту бактерій. Якщо їх видалити, буде менше ризику отримати неприємні подразнення, свербіж (пахову епідермофітію) або вошей. Пророк сказав:

«П'ять дій становлять *фітру* (чистий природний стан): обрізання, гоління лобкового волосся, видалення волосся під пахвами, підстригання нігтів та підстригання вусів» (АЛЬ-БУХАРІ).

Волосся під пахвами і в лобковій зоні можна видаляти безліччю способів (вистригування, гоління, стрижка, воскова епіляція, креми для депіляції, лазерна технологія). Рекомендується користуватися дезодорантом, особливо перед заняттями спортом, походами в школу або відвідуванням мечеті, щоб не драгувати інших різким запахом поту. Рекомендуються природні дезодоранти, в той час як анти-перспіранти дуже небезпечні, і їх слід уникати.

Відрощування довгих нігтів і їх фарбування не вітаються в Ісламі. Довгі нігті збирають бруд, здатний переносити хвороби (особливо під час приготування їжі). Пофарбовані нігті ускладнюють вчинення ритуального омовіння (*вуду*). Однак припустимо фарбувати кінчики пальців хною, тому що це не порушує поверхню нігтя. Чоловікам слід використовувати природні аромати, особливо перед відвідуваннями мечеті. Жінки можуть користуватися парфумами вдома, якщо в даний момент немає чоловіків, які не належать до категорії *махрам* (тих, з якими жінці заборонено вступати в шлюб).

Ти прибираєш, щоб жити, чи живеш, щоб прибирати?

- Одна жінка отримала прізвисько пані Чепуруха, тому що приділяла зайву увагу чистоті. Її будинок був стерильний і виблискував. Вона влаштувала справжнє пекло для своїх дітей, заборонила їм ігри та спілкування з іншими, тому що це, на її думку, створює безлад. Будинок був занадто чистий для життя, і навіть щастя не могло в ньому оселитися. Вона принесла в жертву душевний світ, щоб створити божевільну чистоту.
- Дітям потрібно дозволяти створювати безлад, який прибереться пізніше. Будь-яке зациклення ненормальне, навіть на чистоті. – Лікар розповів про пацієнта-невротика, що перебував в лікарні для душевнохворих, який мив руки з милом кожного разу після того, як тиснув руки іншим, включаючи медпрацівників.
- Дітей треба вчити мити руки до і після їжі якомога раніше, поки це не перетвориться на звичку.

Ісламські звичаї для здоров'я тіла і духу:

- Годування грудьми до 2-х років.
- Обрізання хлопчиків.
- Утримання від сексу в період менструації у жінок.
- Обмивання 5 раз в день.
- Обов'язкова ванна (*гусуль*) після кожного подружнього сексу і рекомендована ванна по п'ятницях.
- Миття рук до і після їжі і після відвідин туалету.
- Догляд за зубами з використанням місвак (зараз його з успіхом замінює зубна щітка).
- Сон вночі і робота вдень.
- Відсутність сексу протягом 40 днів після пологів.

Чистота вважається «половиною віри». Коран забороняє їсти свинину, падло, кров і будь-які п'янки речовини. Піст зі світанку до заходу сонця один місяць (*савм*, Рамадан) дарує відпочинок тілу і має медичні плюси. Роздуми і молитви сприяють психологічній врівноваженості.

Обрізання для чоловіків зменшує на 50% ризик низки захворювань, що передаються статевим шляхом.

Необхідно пам'ятати про такі правила ісламської медицини:

- Дозволяються переливання крові – пріоритетним є збереження життя.
- Евтаназія не дозволена.
- Не дозволяється розтин (якщо тільки цього не вимагають закон або суспільне благо).
- Не схвалюється штучне підтримання життя у пацієнта в комі протягом тривалого терміну.

- Заборонені аборти (крім випадків порятунку життя матері).
- Штучне запліднення дозволено тільки для подружжя.
- Заборонений гомосексуалізм.
- Генна інженерія допускається для лікування захворювань, але питання про допустимість клонування відкрите.
- Заохочується донорство органів.



Харчування

Найважливіший період харчування в житті людини – перші 1000 днів (The Economist, березень 26, 2011).

Якісне харчування необхідне для здоров'я дитини. Не вся їжа поживна; їда – те, що ми любимо, а їжа – те, що ми повинні їсти. У перші два роки матері повинні по можливості годувати дітей грудьми для їх фізичного, емоційного, розумового і психологічного розвитку. Перед і після відлучення від грудей необхідна збалансована дієта.

Денний прийом їжі включає як молочні продукти, крупи, овочі і фрукти, так і м'ясо для отримання необхідних для росту дитини вітамінів і мінералів.

Фрукти і овочі потрібно мити, тому що на них є бактерії, хімічні речовини і бруд.

Коран називає всі необхідні джерела повноцінного харчування *азка та'аман*.

Вони включають різні типи м'яса (яловичина, верблюжина, ягнятина і баранина, козулина, птиця), риба і морепродукти, крупи (пшениця), бобові (боби і сочевиця), горіхи, фрукти і овочі (виноград, фіги, оливки, гранати, фініки, цибуля, часник і огірки), молоко і мед. Мед описаний як лікувальна для людей субстанція. Дітям треба давати мед регулярно після одного року.

ПЕРЕЇДАННЯ

Хоча потрібно отримувати всі типи їжі, слід уникати переїдання.

О сини Адама! Вбирайтеся в одяг свій, де б ви не здійснювали поклоніння. Їжте й пийте, але не понад міру. Воістину, Він не любить тих, які порушують міру! (7:31).

Стежте за тим, що ви вкладаєте в своє прекрасне тіло. Пам'ятайте – те, що ви їсте, відбивається на вас. Вчіться «їсти, щоб жити, а не жити, щоб їсти».

Батьки повинні давати дітям чисту, але не хімічну воду. Існує помилкова думка, що товста дитина – це здорова дитина; це в корені невірно, однак, на відміну від дорослих, деяка кількість жиру в дитячій дієті не зашкодить.

Проблеми ожиріння в США і Великобританії

Ми нація, яка їсть очима, а не нашими шлунками. Чим більше ми бачимо їжу, тим більше ми їмо.

(Д-р Санджай Гупта, CNN, 2008)

Батьки: У вас є шанс, щоб розмістити здорову їжу навколо ваших дітей у відповідних місцях вдома!

Більше однієї третини (35 відсотків або 78,6 мільйона) дорослих в США страждають ожирінням: 36 відсотків жінок і 33,5 відсотка чоловіків. Понад дві третини дорослого населення (68,5 відсотка) мають надмірну вагу або страждають ожирінням: 66 відсотків жінок і 71 відсотків чоловіків. Приблизно 17 відсотків дітей (у віці від двох до 19) страждають ожирінням, а 32 відсотки мають надмірну вагу або страждають ожирінням.

Більш ніж один з десяти дітей має надмірну вагу вже у віці від 2 до 5 (Статистика на 2011-2012 роки; CDC (Центр по контролю і профілактиці захворювань) і FRAC). Кількість хворих на ожиріння зросла вдвічі в порівнянні з 1970-ми роками. «Надмірна вага» – це 20 або більше відсотків понад власну ідеальну вагу тіла.

Сполучене Королівство Великої Британії має найвищий рівень ожиріння в Західній Європі, який виріс більш ніж втричі за останні 30 років.

В Англії 2011 статистичні дані свідчать про те, що 25 відсотків дорослого населення страждають ожирінням, і 62 відсотки мають надмірну вагу або страждають ожирінням. З гендерною розбивкою, 24 відсотків чоловіків і 26 відсотків жінок страждають ожирінням, а 65 відсотків чоловіків і 59 відсотків жінок мають надмірну вагу або страждають ожирінням. Близько трьох з 10 хлопчиків і дівчаток (у віці від двох до 15) мають надмірну вагу або страждають ожирінням, і більше 16% страждають ожирінням (NHS (Національна служба охорони здоров'я) 2013).

Ожиріння серед дітей зростає більш швидкими темпами, ніж у дорослих. За даними CDC (Центр з контролю і профілактики захворювань), дитяче збільшилося більш ніж вдвічі у дітей і в чотири рази у підлітків протягом останніх 30 років при малорухливому способі життя у США. А з великою кількістю їжі і пиття, неправильні типи продуктів харчування і напоїв є основними причинами ожиріння.



Необхідно вживати якісну і збалансовану їжу: дитина може бути гладкою, але страждати від недоїдання. Батьки можуть зробити багато, щоб сформувати у дітей здорові звички в їжі.

Дитина, яка відмовлялася говорити «Хвала Аллагу!»

Гість в нашому домі сказав своєму семирічному синові, коли той з'їв на сніданок 4 яйця, 2 шматки хліба і приготований на грилі сендвіч: «Сину, скажи «Альхамдулілляг», відзначаючи кінець їжі». Син відповів: «Але батьку, я все ще голодний! Я не закінчив! Я ще не хочу дякувати Богові!». Господар усвідомив, чому не може підняти дитину на руки. Дитина була товста.

Батьки повинні знати про шкоду переїдання, *тухма* (обжерливості).

Пророк сказав: «Син Адама не наповнював посудину гірше, ніж шлунок. Людині для існування необхідно зовсім небагато їжі. Наповнюйте ж одну третину шлунка їжею, другу – водою, а решту – повітрям» (АХМАД, АЛЬ-ТІРМІЗІ і ін.).

Дослідження данських вчених показало, що тінейджери в США – самі огрядні з 15 розвинених націй. Майже третина дітей в США щодня їдять фастфуд. Поширене в світі погане харчування стає головним чинником смерті мільйонів дітей і залишає ще мільйони скаліченими, уразливими перед захворюваннями і інтелектуально нерозвиненими. Щоб сформувати правильні звички в їжі, легше не забороняти, а просто усунути шкідливу їжу. Коли переїдають хлопчики, це видно по їхньому животу, а у дівчаток – по стегнах, сідницях і грудях.



Людина копає власну могилу своїми ж зубами!

ПОГЛЯДИ ІМАМА АЛЬ-ГАЗАЛІ НА ЗВИЧКИ В ЇЖІ

Імам Аль-Газалі (1058-1111), один з найбільших реформаторів в мусульманській історії, говорив:

1. Мусульманин не повинен заходити першим в трапезну, витріщатися на різні страви і інших людей, коли ті їдять. Він повинен добре прожовувати їжу і уникати витирати рот руками і одягом.
2. Відраза до обжерливості має встановитися в дитячому мозку; дитина повинна обмежуватися невеликими, але достатніми порціями їжі.
3. Дитину треба вчити віддавати їжу іншим і насичуватися доступним. Її слід ляяти за пристрасть до смачної їжі, питва і гарного одягу.
4. Перегодовування дітей може бути чинником, що впливає на огрядність в дорослому віці, а огрядність може викликати «хворобу достатку».

Факти про дітей і харчування

ЧАС ВАГІТНОСТІ: щоб дати дитині правильні установки, уявляйте, що вона їсть щоразу, коли ви під час вагітності приймаєте їжу. Перші 4-6 тижнів вагітності, коли ви можете і не знати, що вагітні, – критичний час для розвитку плода. Майбутні матері повинні отримувати 400 мікрограмів фолієвої кислоти, необхідної для мозку плода і формування спинного мозку. Цим може бути припинено від 50 до 70% дефектів нервової системи. Збільшення ваги кілограм на десять під час вагітності є нормальним (Sutherland and Stoeber, 1997).

МІЖ НАРОДЖЕННЯМ І ПЕРЕД-ПІДЛІТКОВИМ ВІКОМ: Швидке зростання в перший рік життя зменшується до другого року разом з апетитом. Діти зазвичай набирають тільки 3-3,5 кг за другий рік, і може здатися, що вони більше не цікавляться їжею. Діти їдять те, що їм потрібно, якщо їм завжди пропонувати здорову їжу. Багато ходунків у США знаходяться на дієті зі слабким вмістом жирів і неправильно харчуються, незважаючи на обізнаних батьків. Не слід контролювати споживання жирів у дітей до 2 років. Жири дають енергію і жирні кислоти для здорової шкіри, допомагають тілу вбирати вітаміни А, Д, Е і К. Коли дитина готова до коров'ячого молока, використовуйте незбиране молоко, а не 2% жирності – хоча б до двох років.

Дотримання здорової збалансованої дієти є важливим. Типова дієта в США перевищує рекомендовані рівні споживання або обмеження в чотирьох областях: калорій з твердих жирів і доданого цукру, очищеного зерна, натрію і насичених жирів. У той же час споживається менше рекомендованої кількості овочів, фруктів, цілого зерна, молочних продуктів та олій (Рада Президента з фітнесу, спорту та харчування). Правильне харчування сприяє оптимальному зростанню і розвитку дітей. Це запобігає високому рівню холестерину і високому кров'яному тиску і допомагає знизити ризик розвитку хронічних захворювань, таких як серцево-судинні захворювання, рак і діабет, а також знизити ризик розвитку ожиріння, остеопорозу, дефіциту заліза і зубного карієсу (CDC (Центр з контролю і профілактики захворювань)).

ПІДЛІТКИ: Хоча багатьом дітям відомі основні правила здоров'я, вони не завжди їм слідують. Здорова їжа, яку їстимуть підлітки, іноді стає предметом для розбіжностей. У 8 років дитина їсть те, що стоїть на столі, але в 14 вона може відмовитися від їжі, яку вона їла місяць тому. Одне з можливих рішень – включати дітей в планування меню і приготування їжі і не робити проблему з їхніх пристрастей. Обідній час має стати моментом обміну новинами, а не стеженням за тим, «хто скільки з'їв». Підлітки ростуть швидше, ніж будь-коли, беручи до уваги перший рік життя. Дівчаткам потрібно 2000–2500 калорій на день, щоб підтримати своє зростання, хлопчикам – 3000–4000 калорій, а більш активним дітям – ще більше. Підвищені потреби в харчуванні настають в 15 років у дівчаток і в 19 – у юнаків. Дівчатам до 25 років додатково потрібен кальцій, – він робить міцнішими їх зростаючі кістки і допоможе захиститися від остеопорозу. Важливо, щоб діти не пропускали прийоми їжі: це може призвести до втрати важливих поживних речовин. Маленькі «перекуси» протягом дня краще, ніж повний пропуск обіду або звичка наїдатися на ніч.

Для будь-якого віку небажана велика кількість їжі на одній тарілці.



НАЙЧАСТІШЕ ЗАДАВАНІ ПИТАННЯ

Багато дітей досить непогано їдять, незважаючи на безладні пристрасті в харчуванні. Вони отримують від їжі те, що потрібно, приблизно від чверті до третини порції дорослого – зручно рахувати так: одна столова ложка відповідає кожному року життя немовляти. Діти будуть їсти тільки те, що їм подобається на смак.

Нижче наведені деякі корисні секрети, як нагодувати дітей здоровою їжею (Underwood and Kuchment, 2008).

1. ЧИ СЛІД ДОЗВОЛЯТИ ДІТЯМ ВИБИРАТИ ЇЖУ?

Батьки повинні запропонувати дитині певне розмаїття продуктів і дозволити вибрати те, що малюк хоче. Але не варто обмежуватися тільки тією їжею, яка подобається дітям. Включіть в прийом їжі хоча б один продукт, який дітям подобається, – навіть якщо це хліб або фрукти. Дефіцит вітамінів – рідкісне явище серед дітей, тому найчастіше додаткова підтримка їм не потрібна.

2. ЧИ ПОТРІБНО СТАВАТИ ВЕГЕТАРІАНЦЕМ?

Одне з правил здорового харчування – збалансована дієта з м'яса і овочів.

Бог створив всю цю прекрасну поживну їжу для потреб людини. Чим більше продуктів буде виключено з раціону дітей, тим більшим буде ризик нестачі поживних речовин. Без м'яса, птиці та риби дітям буде складніше отримати досить заліза.

Люди отримують тільки 3-8% необхідного їм заліза з овочів та круп і 20% – з м'яса. Включення в раціон хорошого джерела вітаміну С (апельсини, помідори) допоможе увібрати більше заліза. Вегетаріанська дієта може бути недостатньою в плані вмісту жирів і кількості калорій, що порушить збалансоване дитяче харчування.

3. ДИТИНА НЕНАВИДИТЬ МОЛОКО.

Як допомогти їй отримувати достатню кількість кальцію?

Дітям шкільного віку і підліткам необхідна певна кількість кальцію для росту і зміцнення кісток. Молоко – найкраще джерело кальцію, і якщо діти відмовляються пити його в чистому вигляді, можна запропонувати їм молочні страви – креми, пудинги, соуси. Інші багаті кальцієм продукти – йогурт, сир і морозиво. Шоколадне молоко містить більше цукру, ніж звичайне, але теж є непоганим джерелом кальцію.

4. ЧИ МОЖНА ДИТИНІ ПЕРЕКУШУВАТИ МІЖ ОСНОВНИМИ ПРИЙОМАМИ ЇЖІ?

Так, дітям потрібні проміжні перекуси: вони не можуть з'їсти багато за один раз, тому що у них маленький шлунок, але їм потрібно багато енергії. Малюкам треба отримувати харчування кожні 2-3 години. Перекуси також допомагають дітям отримати ті речовини і мікроелементи, які вони «пропустили» в обід.

Важливо правильно розподілити час перекусів. Якщо діти снідають о 7 годині, не варто пропонувати їм перекусити до 9-10, навіть якщо вони зголодніють. Буває, що будь-якого розкладу складно дотримуватися, особливо якщо дитина їсть дуже мало і батьки раді погодувати її при першій-ліпшій можливості. Діти, які мають необмежений доступ до їжі, з'їдають удвічі більше, ніж ті, хто харчується згідно з режимом.

Проміжні перекуси повинні виглядати як невеличкі повноцінні прийоми їжі: фрукти і овочі, невелика кількість протеїнів, трохи крохмалю і жирів. Хорошим перекусом можуть стати печиво і молоко, яблука і арахісове масло, крекери, сир і свіжовичавлений фруктовий сік.

5. Не всі діти люблять овочі та фрукти. В середньому американські діти споживають близько 1,5 ложки подрібнених фруктів і 2,5 ложки овочів на день. Дійсно, не всім дітям подобається смак одних і тих самих фруктів і овочів, проте важливо їх пропонувати, щоб малюки отримували різноманітні вітаміни.

Для того, щоб прищепити дітям любов до цієї їжі, можна:

- змішати молоко і фрукти і зробити смузі;
- запропонувати сушені фрукти або запечені в кексах чи тістечках;
- готувати овочеві супи і запіканки; важливо уникати «хабарів»: якщо за вживання їжі, яка не подобається, пообіцяти дитині ласий десерт, дитина, швидше за все, з'їсть пропонуване, але з огидою. На думку дитини, якщо батьки придумують винагороду за їжу, значить, смак у неї не дуже.
- батькам слід наполягати на тому, щоб на тарілці було з'їдено все, а якщо діти з'їдять овочі або брюссельську капусту, які не люблять, то можуть отримати молоко і печиво (для кальцію).

З досвіду однієї мами.

Коли я була дитиною, ми повинні були без зайвих розмов з'їдати те, що нам поклали на тарілку. Якщо я відмовлялася від жирного м'яса, моя мати:

- читала мені лекцію про воєнний і післявоєнний час;
- розповідала про мільйони, які голодують в інших країнах;
- подавала цю саму їжу під час подальшого прийому їжі;
- якщо ми були голодні між прийомами їжі, ми могли отримати лише чорний хліб і маргарин. І все! Не у всіх є гроші, щоб розкидатися ними.



Сільвія Хант, Британія

6. ЯКУ ЇЖУ, БАГАТУ КЛІТКОВИНОЮ, ВИ ПОРАДИТЕ?

Батьки повинні годувати дітей фруктами, овочами, зерновим хлібом, рисом і макаронами. Найбагатший вміст клітковини мають яблука, інжир, апельсини, груші, полуниця, картопля, боби, сочевиця, цільна пшениця, хліб з житнього борошна грубого помелу, бублики, коричневий рис, висівки, злаки. Клітковина допомагає запобігти раку і допомагає не переїдати, дозволяє жирам і калоріям всмоктуватися в кишечнику, зберігає в організмі воду і дарує відчуття ситості.

7. ЧИ ВАРТО ВИТРАЧАТИ РАНКОВИЙ ЧАС НА СНІДАНОК?

Обов'язково потрібно, щоб сім'я поснідала, навіть якщо для цього треба встати на 15 хвилин раніше.

Діти, які пропустили сніданок, гірше концентруються в школі та під час ігор. Сніданок дає поштовх для діяльності тіла і мозку.

8. ДІВЧАТА ХОЧУТЬ БУТИ ХУДИМИ.

Дослідження показують, що 78% американських дівчаток-підлітків хочуть бути стрункішими і мати меншу вагу. Дехто уникає їсти м'ясо і тому потребує альтернативних джерел протеїнів (боби, сочевиця, горох, груші, молоко, сир, яйця і горіхи). Якщо дочка проходить через період статевого дозрівання, важливо пояснити, що їй для енергії росту необхідний підшкірний шар жиру. Якщо вона категорично налаштована голодувати, слід звернутися до сімейного лікаря або дієтолога, щоб обговорити її харчові звички.

9. ІНОДІ ВЕЧОРАМИ ЄДИНА ЇЖА – ФАСТ ФУД.

Батькам треба гранично обмежити вживання дітьми газованої води, смаженого у фритюрі і гамбургерів. Запропонуйте замість них курку на грилі, салат, знежирене молоко і йогурт, піцу з куркою або тунцем і овочі.

10. ВАША ДИТИНА ЗАНАДТО ПРИСКІПЛИВА В ЇЖІ?

Вихователі можуть неадекватно класифікувати дітей у віці від двох до п'яти років, як «прискіпливих їдців», хоча насправді це нормальна поведінка. Дитині можливо знадобиться запропонувати нову їжу принаймні 10 разів, перш ніж вона спробує її. Сімейні прийоми їжі разом мають важливе значення. Маленькі діти наслідують поведінку своїх батьків, а також активно вчаться з розмов про їжу. Проте опитування Harris Interactive показало, що в США лише 26 відсотків сімей з дітьми збиралися вечорами для сімейних обідів (Цей показник склав 36 відсотків для тих, у кого немає дітей). У Великобританії The Telegraph (2013) повідомив про те, що дослідження продемонструвало, що більше двадцяти відсотків сімей сідають за обід разом тільки один або два рази на тиждень, а 40 відсотків сімей обідають разом три рази на тиждень. Крім того, більше однієї з п'яти сімей приймають їжу, сидячи перед телевізором. Десять 20-30 відсотків дітей і підлітків пропускають сніданок в розвинених країнах світу (Deshmukh-Taskar і ін., 2010 року; Corder і ін., 2011, цитується за Frontiers in Human Neuroscience 2013). У віці до трьох років знайомство є найважливішим фактором у визначенні того, які продукти харчування дитина їстиме. Тоді як майже 92 відсотків американської молоді у віці 2-19 щодня споживають овочі (Національний центр статистики здоров'я 2014 року) лише у вигляді картоплі фрі. Томатні продукти, в тому числі сальса і соус для спагетті, так само популярні серед дітей. Уподобання дітей старшого віку залежать від однолітків. У США і Великобританії між дослідженнями в 1977-1978 і 2007-2008 рр. частка дітей допідліткового віку, які не п'ють молоко в заданий день, збільшилася з 12 до 24 відсотків, в той час як частка тих, хто пив молоко три і більше разів на день, знизилася з 31 відсотка до 18 відсотків. Частка підлітків і дорослих, які не п'ють молоко, також зросла з 41 до 54 відсотків, а частка тих, хто пив молоко тричі або більше, скоротилася з 13 до 4 відсотків (Міністерство сільського господарства США 2013). У Великобританії споживання молока було в 2013 році майже на 14 відсотків нижчим, ніж у 2002/3 (Міністерство навколишнього середовища, продовольства і сільського господарства, Дослідження сімейного харчування 2013 цитується за звітом Ради з розвитку сільського господарства і садівництва, 2015). У той час як спо-



**Ніколи не працюйте до сніданку.
Якщо вам необхідно працювати рано вранці, спочатку поснідайте!**

живання молока знизилося, споживання солодких напоїв збільшилося. З 1989 по 2008 рік частка дітей, які споживають солодкі напої, в США збільшилася з 79 відсотків до 91 відсотка (Lasater G., Piernas C. і Popkin В.М. цит. Гарвардською школою охорони здоров'я). Статистика з 1999 по 2008 рік показує, що в той час як споживання газованої води знизилося, споживання спорт/енергетичних напоїв зросло в три рази серед підлітків (Journal of the Academy of Nutrition and Academics 2013). Проте газувана вода залишається найбільш споживаним напоєм на основі цукру. Споживання солодких напоїв сприяє поширеності ожиріння. Типова пляшечка соди (20 унцій) містить від 15 до 18 чайних ложок цукру і понад 240 калорій. 64 унції інколи можуть мати до 700 калорій (Гарвардська школа охорони здоров'я). Солодкі напої, які на думку дієтологів Великої Британії не повинні бути в раціоні дитини, як з'ясується, найбільше додають цукрів в раціон 4-10-річних. Вони споживають 30 відсотків всіх безалкогольних напоїв і фруктових соків, 29 відсотків печива, тортів і сухих сніданків, 22 відсотки солодощів, шоколаду, цукру, варення та інших солодких продуктів і 12 відсотків йогуртів, сиру, морозива та інших молочних десертів. 12% серед 3-річних постраждали від карієсу в 2013 р. і 28% дітей страждають від карієсу на момент виповнення їм 5 (Охорона здоров'я Англії 2015).

11. ЧИ КОРИСНІ СПЕЦІЇ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я?

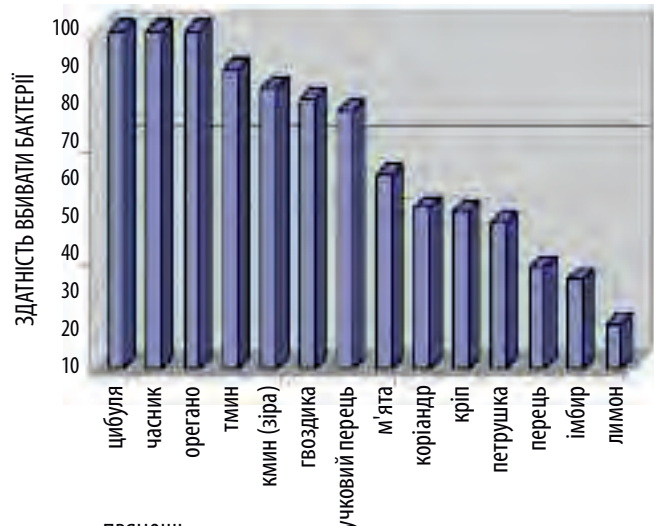
Дослідження проведене в Корнуельському університеті, показало, що спеції вбивають 30 різних бактерій, які псують їжу (Шерман та Біллінг, 1998).

12. ВЧЕНІ ЗМІНЮЮТЬ СВОЮ ДУМКУ, А ЩО РОБИТИ НАМ?

Вчені кажуть: «Забудьте все, що знали про яйця, маргарин і солі!». Банальна мудрість вивертається на 180 градусів, ніби всі подуріли. Майже кожного тижня якийсь експерт представляє новий звіт, в якому йдеться про нову їжу або вітамін, або про дії і



Антисептичні властивості прянощів вбивати
30 видів бактерій, які псують їжу



стан, здатний зруйнувати або підтримати здоров'я вашого серця і судин, і нові поради суперечать старим (Lemonick, 1999).

Дотримуйтесь Корану і порад Пророка в плані рекомендацій про їжу і харчування. Звичка до правильного харчування, як і інші блага для здоров'я звички, закладається з дитинства на все життя. Вживайте помірну кількість їжі з різних продуктів.

Приписи Корану, пов'язані з їжею

О ви, які увірували! Не забороняйте благ, які Аллаг дозволив вам, і не порушуйте меж! Воістину, Аллаг не любить порушників!

Їжте дозволене й приємне, яким наділив вас Аллаг. І бійтеся Аллага, в Якого ви віруєте! (5:87-88)

О сини Адама! Вбирайтеся в одяг свій, де б ви не здійснювали поклоніння. Їжте й пийте, але не понад міру. Воістину, Він не любить тих, які порушують міру! (7:31)

Запитай: «Хто заборонив прикраси, які Аллаг дав Своїм рабам, а також блага з наділу Його?». Скажи: «Вони — для тих, які ще в земному житті щиро увірували в День Воскресіння!». Так Ми пояснюємо знамення для людей, які знають! (7:32)

А потім споживай із різних плодів і смиренно йди шляхами Господа твого. Із бджолиних черев виходить напій різного кольору, в якому зіцлення для людей. Воістину, в цьому знамення для людей, які замислюються! (16:69)



...Тож відішліть когось із вас до міста зі сріблом вашим. Нехай він подивиться, яка їжа там найкраща, й принесе вам поїсти. Та нехай буде обережний, щоб ніхто не здогадався про вас! (18:19)

Отже:

- намагайтеся вживати всі види продуктів по trochu.
- бути вегетаріанцем можна лише за умови наявності відповідних знань. Включайте в свій раціон достатню кількість м'яса.
- уникайте свинини, крові, падла, алкоголю, наркотиків і паління: вони нечисті і шкідливі.
- не переїдайте. Виходьте з-за столу з відчуттям легкого голоду.
- включайте в щоденний раціон мед. У ньому є лікувальні речовини.
- використовуйте оливкову олію: вона забезпечує організм здоровим холестерином.
- уникайте будь-яких продуктів, які містять хімічні домішки і пестициди.

Дивні приписи педіатрів

Коли батько відкрив конверт з приписами для дитини, він знайшов чек на 10 доларів і записку від педіатра: «Купіть хороший обід для дитини, ваша дівчинка недоїдає». Цей приклад демонструє, що батьки часто ігнорують головне, що потрібно для росту і здоров'я дитини.

Наше метушливе суспільство, постійний поспіх змушують дорослих забувати про потреби дітей у поживній їжі. Батьки повинні задовольняти важливі потреби дітей протягом перших років життя, інакше буде надто пізно. Фізичні та емоційні потреби малюків відіграють ключову роль.

Діти та фізичні вправи

Відишли його завтра з нами! Він побігає та пограється, а ми будемо охороняти його! (12:12)

«Повернись!», «Припини гасати навколо будинку!», «Я казав не гратися вдома з м'ячем!» – батьки часто товчуть це своїм дітям. ВОНИ НЕ ПРАВИ. Їм варто було б говорити протилежне: «Піди пограй в баскетбол», «Йди грай у футбол з друзями», «Побігай!», «Вирушай на прогулянку».



Чому фізичні вправи важливі для дитини?

Фізична активність безпосередньо пов'язана з підвищенням середньої тривалості життя і зниженням ризику серцево-судинних захворювань. Вона має безліч фізіологічних, психологічних і соціальних переваг.

Неактивні діти стануть пасивними дорослими. Фізична активність допомагає:

- контролювати вагу
- зменшувати кров'яний тиск
- нормалізувати рівень холестерину
- зменшити ризик діабету і деяких типів раку
- поліпшити психологічний стан (включаючи підвищення самооцінки і впевненості в собі)
- навчити командному духу

(Американська асоціація кардіологів)

Близько 21% дітей 6-17 років у США страждають від ожиріння. Переїдання в дитинстві перетворює їх на оградних дорослих. Ненажерливість підвищує ризик діабету, серцевих захворювань, інсульту, раку та інших хронічних хвороб. Кращий спосіб перемогти ожиріння та інші захворювання – вправи, починаючи з дитинства.

Вони дають силу, спритність і витривалість. Для дітей вправи означають постійну гру і активність. Активна дитина буде мати сильніші м'язи і міцні кістки, гнучке тіло і здоровий погляд на життя. Пасивні діти більш схильні до хвороб, ожиріння і мають підвищений рівень холестерину. Вправи допомагають дітям краще спати і роблять їх здатними витримувати денні фізичні і емоційні навантаження (на кшталт пробіжки за автобусом вранці, нахилів під час зав'язування черевика або підготовки до іспиту). Фізична пасивність в дитинстві найчастіше призводить до фізичної не-активності у дорослих (Центр контролю хвороб та їх запобігання, США).

ДІТИ ТА ВЗУТТЯ

В інтерв'ю газети «Guardian» експерт з фітнесу Сем Мерфі розповідав про користь для дітей ходіння босоніж: незручне взуття може зашкодити розвиткові хребта. Трейсі Бірн (педіатр, що спеціалізується на проблемах стопи) зазначає, що ходіння босоніж



розвиває м'язи і зв'язки ступні, збільшує пружність склепіння стопи, допомагає сформувати правильну поставу і підтверджує дитячу впевненість у зв'язку з навколишнім світом.

Мода у взутті – не головне. Більше того – модне взуття може бути небезпечне для ніг. Дослідження педіатричного журналу «The Foot» в 2007 році показало, що деякі дитячі туфлі занадто жорсткі, не мають гнучкої підшви, необхідної для фізичної активності, що призводить до скутості в рухах. Ступні сильно травмуються черевиками, які погано сидять або неправильно виготовлені. Це небезпечно: нога змушена підлаштовуватися під форму взуття, замість того, щоб почувати себе природньо та вільно.

При виборі взуття батьки повинні зважати, перш за все, на її ергономічність, а не моду та привабливість, і дати дітям можливість частіше ходити босоніж (наприклад, в домашній обстановці і на прилеглий до будинку території) (Murphy, 2010).

ШЛЯХИ ПІДТРИМАННЯ ДИТЯЧОЇ АКТИВНОСТІ

Батьки можуть зробити багато, щоб допомогти дітям звикнути до вправ. Нижче ми пропонуємо деякі способи:

- Зменшіть час, відведений на перегляд телевізора і комп'ютерні ігри. Багато дітей з міркувань безпеки під час відсутності батьків залишаються вдома, дивляться телевізор і роблять домашнє завдання; в ідеалі ж дитина після школи повинна проводити час активно, а підготовкою до наступного шкільного дня займатися ввечері.
- Пропонуйте дітям участь в активних заняттях, що відповідають їхньому віку.

Діти до 2-х років взагалі не повинні дивитися телевізор (Американська Академія педіатрії).

- Навчайте дітей тому, що фізична активність – це весело, урізноманітніть їхні спортивні ігри. Якщо діти отримують задоволення від вправ, вони забажають їх повторити.

Рекомендований розклад занять

Для розвитку дитини корисно врахувати розклад вправ в залежності від віку. Національна асоціація спорту і фізичної освіти (NASPE) рекомендує:

Вік	Мінімальна щоденна активність	Коментарі
Немовля	Спеціальні рекомендації відсутні	Фізична активність повинна стимулювати розвиток моторики на належному рівні
Ходунець	1,5 год.	30 хвилин запланованих вправ та 60 хвилин вільної гри
Дошкільня	2 години	60 хвилин запланованої фізичної активності та 60 хвилин вільної гри. Декілька окремих занять по 15 хв. та більше
Школяр	1 год. або більше	Декілька окремих занять по 15 хвилин та більше

Американська асоціація кардіологів рекомендує:

- Всі діти у віці від двох років і старше повинні брати участь принаймні в 60-хвилинній приємній, різноманітній активності помірної інтенсивності щодня, яка відповідає їхньому рівню розвитку.
- Якщо дитина не має повної щоденної 60-хвилинної перерви, варто спробувати два 30-хвилинних або чотири 15-хвилинних періоди активної діяльності.

Пророк Мухаммад сказав:

«Сильний віруючий є кращим і більш любим Аллагу, ніж слабкий, хоча в кожному з них – благо» (Муслім) – (слово *kawi* в хадисі стосується і сили віри, і сили тіла).

Правило «використовуй або втрадь» відноситься до зв'язку тіла, серцевих м'язів та клітин головного мозку: фізичні навантаження обов'язкові для розвитку дитини. Але досягнення фізичного здоров'я – це лише половина справи, треба ще його підтримувати і зберігати. Фізичні навантаження роблять позитивний вплив на наш рівень

енергії, розумовий настрій і духовні прагнення. Якщо ви бігаєте по понеділках і вам не вдається зробити наступну пробіжку до п'ятниці, не намагайтеся збільшити дистанцію в п'ятницю, щоб компенсувати навантаження.

Не перевантажуйте себе. Продовжуйте бігати і тренуйтеся в залі або на вулиці за першої-ліпшої можливості.

Навіть новонароджені потребують вправ між годуваннями і сном. Для малюків до року ми рекомендуємо наступні вправи: ви можете покласти їх на спину, зробити їхніми ніжками «велосипед», перевернути на живіт, щоб вони підняли голівку, покласти їх на рушник на підлозі і запропонувати дотягнутися до іграшки.

Сон

Для дітей природно спати стільки, скільки потрібно організму для відновлення сил і накопичення енергії. Зазвичай звички сну, закладені в дитинстві, зберігаються надовго. Рада з покращення сну в США зазначила, що, на думку двох третин опитаних, брак сну позначається на роботі 26% чоловіків і 13% жінок. Наш організм влаштований так, що в нічний час основні процеси життєдіяльності сповільнюються, але, за необхідності, наш нічний відпочинок доводиться регулювати: наприклад, в Північній Європі ночі дуже короткі влітку і дуже довгі взимку.

І створили Ми вас парами, і зробили Ми сон ваш відпочинком, і зробили Ми ніч покривалом, і зробили Ми день часом для здобуття їжі. (78:8-11)

Денний відпочинок не може повністю замінити нічний сон. Достатня тривалість сну сприяє здоров'ю і зменшує ризик розвитку хвороб. Деякі мусульмани практикують в Рамадан спати вдень і не спати всю ніч. Поміняти день з ніччю – не в цьому сутність посту! Це порушує природний ритм нашого організму.

Із заходом сонця чутливий механізм в мозку посилає різним частинам тіла сигнали про розслаблення і приготування до сну. З наближенням до ночі ми починаємо позіхати, повіки важчають, рухи сповільнюються. Ми засипаємо і мозок відключається від зовнішніх подразників. Сон контролює вироблення гормонів мелатоніну і серотоніну, для утворення яких потрібна темрява. Штучна «зміна» дня і ночі збиває «біологічний годинник» і позбавляє нас почуття свіжості, енергійності і бадьорості; порушення сну призводить до того, що потреби нашого тіла і мозку не вдовольняються належним чином, розумові можливості і здатності зменшуються, фізичні рефлексії і реакції сповільнюються. В такому стані небезпечно і ходити, і керувати, тому що пильність притупляється. Ослаблена чутливість призводить до помилок, неефективної роботи і нещасних випадків. Нестача сну накопичується, наш мозок зберігає пам'ять про години, які ми не доспали і повинні відшкодувати якісним сном.

Більшість вчених рекомендують для задовільної розумової і фізичної активності від семи до дев'яти годин нічного сну. Чим менше ми спимо, тим менше ми продуктивні й енергійні. Нестача сну має результатом дратівливість, зниження когнітивних здібностей.

Якщо будеш рано лягати і рано прокидатися,
будеш здоровим, успішним та мудрим.

Бенджамін Франклін



Як запобігти вживанню алкоголю та наркотиків

І батьки, і діти повинні уникати отруйних речовин, включаючи тютюн, які носять вбивчий характер для сперми майбутніх батьків та для вагітних жінок.

Краще одного разу запобігти, аніж потім довго лікувати.

Цигарка – це дешиця тютюну, обгорнутого в папір, з вогнем на одному кінці та дурнем на іншому.

Алкоголізм і наркозалежність вимагають медичного і психологічного лікування. Сподіваємося, що наступні поради допоможуть цього уникнути. Великі проблеми не завжди викликані колосальними помилками, вони можуть бути результатом з'єднання декількох незначних факторів. Якщо батькам вдасться створити вдома щасливу і люблячу атмосферу, у дітей буде менше бажання займатися пошуками задоволення поза домівкою.

Алкоголізм і вживання наркотиків можуть завдати сильної шкоди клітинам мозку, репродуктивній, кровоносній та дихальній системам організму. Наркотики є причиною фізичної агресії, спотвореного сприйняття реальності, нестачі мотивації.

ДІТИ І СПОКУСИ

Наркотики можуть запропонувати дітям їхні друзі та випадкові знайомі, і деколи потрібна велика мужність і твердість, щоб відмовитися від спокуси і зберегти свободу. Підліткові роки – найбільш небезпечні в цьому відношенні.

Важливо знати і розуміти наслідки вживання наркотиків. Спробуйте «програти» можливі ситуації з дітьми, щоб вони знали, як поводитися, якщо посилиться спокуса або тиск однолітків.

Кожен другий в Америці вживає алкоголь або пробував наркотики.

Розмови про небезпеку не зупинять людей від алкоголю або паління – за іронією долі, перегляд страшних фільмів про вбивчий вплив цигарок на легені може змусити курця побігти за сигаретою. Потрібно обговорювати з підлітками тиск середовища і те, як йому протистояти.

Батьки повинні пояснити дітям причини схильності до наркотиків, яка пов'язана з захоплюючим ефектом «польоту»: не природна яскравість сприйняття супро-



воджується жахливими ломками. Якщо не розповідати цього, тоді діти, спілкуючись з наркоманами і слухаючи їх привабливі історії, вважатимуть, що батьки їм збрехали. Потрібно дати їм зрозуміти, що задоволення досягається високою ціною, а за коротким ефектом ейфорії слідує тривалий період болю. Коран детально описує наслідки вживання вина і азартних ігор:

Тебе запитують про вино та азартні ігри. Скажи: «Це все — великий гріх, але й певна користь для людей. Але гріх від них більший за користь!». Тебе запитують про те, що необхідно жертвувати. Скажи: «Надлишок!». Ось так Аллаг роз'яснює вам знамення. Можливо, помислите ви. (2:219)

Звичайно, часто доводиться чути про користь помірною вживання алкоголю для серця і мозку, але ці плюси легко перебиваються мінусами.

РОЗПІЗНАВАННЯ ВЖИВАННЯ НАРКОТИКІВ НА РАННІЙ СТАДІЇ

Є багато ознак вживання наркотиків. Найбільш кидаються в очі обпалені шматочки фольги, дзеркала і леза для гоління, ложки з вигнутими ручками, шматки скрученого паперу, покручені банки і кришки з розчинником, цигарковий папір, піпетки для очей, пляшечки з пігулками, краплі крові у ванній або на одязі підлітка, його відмова закривати рукава, зміни в апетиті, несподівана пристрасть

до солодкого, небажання йти спати і неспроможність встати вранці, дивні телефонні розмови, утаємничена поведінка. Діти можуть призвичаїтися до наркотиків і при цьому виглядати, як і раніше, утримуючи згубну пристрасть в секреті. Якщо батьки підозрюють дітей, краще перевірити останніх на виразки в роті, на губах і в носі, звернути увагу, чи не виглядають вони злегка п'яними.

Якщо вони приятелюють з відомими «нюхачами», дорослим слід бути напоготові.



Що можуть зробити батьки, щоб запобігти вживанню дітьми отруйних речовин?

- Посилювати віру сім'ї всіма можливими засобами. Віра – найкращий захист.
Наркотики, алкоголь і азартні ігри заборонені в Ісламі. Слово хамр, використане в аяті 2: 219 Корану, означає «продукти бродіння та отруйні речовини, які затуманюють мозок і змушують того, хто їх приймає, втратити контроль».
- Розповідайте в родині про біди від куріння, алкоголю та наркотиків, пояснюйте їхній руйнівний ефект. Напевно не зашкодить, якщо діти побачать когось, хто страждає від залежності. Підліткам можна запропонувати написати твір про небезпеку наркотиків і алкоголю з соціальної, медичної та економічної точок зору, зробити презентацію на цю тему. Якщо їм потрібні гроші на такі дослідження, то це варто того, щоб розщедритися.
- Нагляд дорослих – це прекрасний запобіжний захід. Молодь не може нашкодити собі, якщо за нею стежать дорослі. Не можна дозволяти підліткам тинятися ночами, не варто залишати їх одних вдома, коли дорослі куди-небудь йдуть. Батькам треба запровадити звичку виходів в світ всією сім'єю, коли тільки можливо, і планувати максимум спільного часу всередині і за межами будинку. Великі суми грошей в розпорядженні підлітків зіпсують їх і дозволять купувати наркотики.
- Дорослим треба час від часу оглядати кімнати дітей. При цьому батьки повинні пояснити дітям, що вони визнають право дітей на самостій-

ність і не втручаються в їхнє особисте життя, і фразу: «Я вчиняю таким чином задля твого блага» краще замінити на: «Я відповідаю за твою безпеку і благополуччя». Це не вторгнення, а пошук справжньої причини, яку тінейджери здатні осмислити. Також без відома дітей слід іноді перевіряти їхні сумки, гаманці.

- Надлишок вільного часу і «особистого простору» може виявитися для дитини непродуктивним. Не слід дозволяти користуватися телевізором, телефоном та Інтернетом в кімнаті підлітків.
- Обирайте правильних друзів. Батьки повинні обирати друзів для своїх дітей всередині свого кола спілкування, серед родичів і сусідів.
Слід допомогати дитині знаходити хороших друзів – це варте зусиль.

Іноді, незважаючи на всі ці превентивні заходи, чийсь син чи дочка попадає в біду. Не панікуйте. Серцеві болі, рівень гніву можуть зашкалювати, але серйозне обговорення і професійна порада допоможуть впоратися з проблемою. Важливо, щоб батьки контролювали свої почуття і працювали на перспективу. Не варто ховатися від проблеми або відмовлятися від допомоги з боку через сором мати в сім'ї залежну дитину або остраху переслідування за законом. Щоб уникнути надмірного гніву, батьки можуть уявити, що це не їхня дитина, а, наприклад, дитина друзів, яка прийшла до них за порадою. Важливо мислити спокійно і шукати відповідне рішення без емоційного вибуху. Ви не на самоті в своїй біді, мільйони сімей страждають таким самим чином і від того ж самого.

Батькам потрібно обговорити з дітьми наступне:

1. Алкоголь – корінь всіх гріхів.

Осман ібн Аффан розповідав таку історію про небезпеку дурманних речовин: одну людину примусили обрати один з п'яти гріхів: порвати Коран, вбити дитину, вклонитися ідолу, випити алкогольний напій або вчинити перелюб із жінкою. Він вирішив, що випивка – найменший зі всіх, випив і в стані сп'яніння вчинив перелюб, вбив дитину, порвав Коран і вклонився ідолу. Урок: алкоголь – корінь всіх гріхів.

2. Кокаїн шкодить плоду.

В середині 1980-х років США зіткнулися з «кокаїновою епідемією». Педіатри помітили, що діти матерів, які приймали кокаїн, відрізнялися від інших: менше важили, тремтіли, невтішно плакали, ухилялися від дотиків та обіймів і боялися щонайменшого звуку.

Багато хто, досягнувши шкільного віку, не міг спокійно сидіти і зосереджуватися навіть на приємних заняттях.

Ці «кокаїнові діти» – втрачене покоління (Begley, 1998).

3. Не кожна дитина невинна.

У 1987 р. президент Мусульманської молодіжної організації Північної Америки (MYNA) запросив начальника поліції м. Херндон, Вірджинія, провести в МПД семінар щодо запобігання залежності від отруйних речовин. Поліцейський розповів наступну історію: «Я отримував багато скарг на те, що в районі почастишали крадіжки. У мене були підозри стосовно 14-річного хлопчика, і я отримав ордер на обшук його житла. Його батьки сказали:

«Це не може бути наш син, він дуже хороший». Я запитав: «Ви коли-небудь перевіряли його кімнату?». Вони відповіли: «Ні, він говорить, що це його особистий простір, і не пускає нас туди». Я зламав замок і знайшов зниклі цінності: телевізори, відеокамери, стереоустановки, годинники і ювелірні вироби. Я порадив батькам: «Хоча ви й виділили йому власну кімнату, це ваш будинок, і це ваш обов'язок – час від часу перевіряти його!».

Чи може подібне статися з вашою дитиною? Ні, якщо ви будете дотримуватися рекомендацій шефа поліції!

ПОРАДА ДЛЯ ПІДЛІТКІВ-АЛКОГОЛІКІВ

Пінта пива – це занадто багато, але бочки недостатньо!

Ніколи не починайте пити, навіть півлітра пива. Одного разу почавши, ви підете кривою доріжкою, поки і бочка не буде вас задовольняти! Тоді ви перейдете на більш серйозні речі, – на небезпечні наркотики.

ЗГУБНІ ЗВИЧКИ ПРОТИ ЗДОРОВОГО СПІЛКУВАННЯ

Батькам слід запитати себе: «Чи здорові у нас відносини з дітьми? Або ж зв'язок між нами втрачений?». Здорові відносини припускають, що ви раді спілкуванню та передчуваєте зустріч з дітьми, а вони – з вами. Коли люди «на зв'язку», вони раді бачити один одного, люблять ділитися думками і часом.

Люди стають залежними від алкоголю і наркотиків, коли вони відчують себе самотніми, без зв'язків. У США 16,6 мільйонів дорослих у віці від 18 років і старше (7% від цієї вікової групи) мали проблеми зі вживанням алкоголю в 2013 р. (Національний інститут з проблем зловживання алкоголем і алкоголізму). У Великій Британії 12 відсотків людей у віці від 15 років і старше мали проблеми з алкоголем у 2010 році. Запої дітей старше 15 років у Великій Британії частіші, ніж в США – у Великій Британії це 23,7-30,4 відсотка, в той час як в США 13,4 - 19 відсотків (ВООЗ 2014 року).

Люди, які постраждали від алкоголю, не схильні говорити або гратися зі своїми дітьми. Коли батьки роз'єднані, ал-

коголь, наркотики, куріння дають дітям задоволення, якого вони прагнуть. Вони зв'язуються з тим, що дасть їм тимчасове задоволення і насолоду. Вживання алкоголю пов'язане з суїцидом (суїцидальні думки або суїцидальна поведінка) і депресіями.

Люди повинні вчитися бути на зв'язку зі своїми родичами. Проходячи через загальний досвід і боротьбу, члени сім'ї стають ближчими один одному і сильнішими. Обов'язок батьків – постійно стежити за дітьми і в певний момент втручатися. Від цього неможливо відпочити, це як штовхати візок вгору – варто зупинитися і він покотиться вниз.

Якщо діти відвідують свята і, тим більше, вечірки, батьки повинні дізнатися, що там відбувається. Вони повинні насторожитися, дізнавшись, що діти пили алкоголь або розповідають членам релігійних юнацьких груп, вчителям, шкільним психологам, лікарям і поліцейським, в школі і за її межами про те, як приймали наркотики. Дорослі не можуть відмовитися від відповідальності, лише вважаючи, що їхні діти в надійних руках. Довіри мало – треба перевіряти.

Чи може дитина бути в безпеці, якщо батьки палять або вживають наркотики?

Хоча обоє моїх батьків палили, я ніколи не пробував. Чому? Тому що батько часто говорив мені: «О сину, я жертва цієї шкідливої звички, я б хотів її кинути, але у мене недостатньо сили волі. Ця помилка руйнує моє здоров'я».

Коли я чистив кальян, який був заповнений чорною клейкою смолою, він казав: «Сину, все це тепер наповнює мої легені!». Якщо батьки роблять помилки, вони повинні визнавати це і пояснювати дітям, чому і як це сталося. Можливо, діти засвоять урок і зможуть не повторити цю помилку. Цей принцип можна застосувати до будь-якої шкідливої звички: паління, пияцтва, безсонних ночей, сну до обіду, переїдання, обгризання нігтів, голосної мови або зайвої балакучості, нездатності слухати інших. Однак батькам слід акуратно обирати відповідний момент і формулювання для пояснення своїх поганих звичок, щоб діти не втратили віру і повагу до них.

Батьки повинні збирати інформацію і про доглядальниць, – відомі випадки, коли запрошені доглядальниці давали дітям снодійне з домашньої аптечки і вільно розважалися під час відсутності старших.

В ідеалі кращими «доглядальницями» стануть дідуся і бабусі, сповнені досвіду і любові, які так потрібні дітям.

Встановіть правильні відносини з дітьми, станьте для них прикладом. Що можуть сказати батьки дітям, якщо самі курять, п'ють і вживають наркотики? У них не вийде бути хорошим прикладом для наслідування. Однак якщо вони не можуть відмовитися від згубних звичок, треба хоча б визнати їхні негативні наслідки. Поясніть дітям шкоду і порадьте як її уникати.

Покажіть, що алкоголізм і наркозалежність – це трагедія. Бути брехуном і лицеміром неприпустимо, тому що дитина подумає, що це нормально і прийнятно.

ДОГЛЯД ЗА ХВОРИМ: РЕЛІГІЯ ЯК ПОПЕРЕДЖЕННЯ

Якщо дитина стала жертвою дурманних речовин, терапія в спеціальних центрах стане лише частиною лікування; другою важливою частиною стане турбота після виписки. Без догляду за одужуючим всі докладені зусилля розійдуться прахом. Значить, слід продовжувати робити ті кроки, які вже робилися в центрах реабілітації.

Батькам складно підтримувати цю турботу. Програма реабілітації була інтенсивною, і дитина так змінилася, що складно уявити, як можна повернутися до попереднього стану. Проте необхідно продовжувати реабілітацію! Лише одна суперечка відокремлює їхнього сина або дочку від неправильного вчинку, одна телефонна роз-

мова – від контактів з невірними людьми, один ковток або укол – від повернення до залежності. Перемога в битві здобувається не в реабілітаційному центрі, а вдома, завдяки батьківській турботі.

Скотт (1989) зазначає, що центри реабілітації найчастіше включають духовний аспект «вищих сил». Хоча офіційна медицина і психологія відкидають релігію, в подібних центрах людям розповідають про Бога і пропонують звернутися до Його допомоги. Професійні психологи знають, що ніщо не дає такого результату, як звернення до релігії.

Батьки повинні миттєво реагувати, якщо їхня дитина схильна до суїциду, не контролює себе, створює загрозу для інших, потребує детоксикації після прийому шкідливих речовин, її відправлено до відділення медичної реабілітації або до виправної установи, вона опинилася в поганій компанії.

Порушення закону

Вживання наркотиків і алкоголю призводить до порушення закону, і людина перетворюється на злочинця. Більшість батьків не вірять, що їхні діти можуть потрапити до в'язниці, і все ж, таке відбувається з багатьма. Цього можна уникнути, якщо дорослі прищеплять дітям повагу до закону. Якщо батьки перевищують швидкість, проїжджають на червоне світло, ухиляються від податків, брешуть митникам, крадуть з офісу або з фабрики і самі винаходять виправдання, щоб дитина не ходила в школу, то діти будуть переконані, що закон можна безкарно порушувати. Якщо батьки сприймають поліцію як ворогів, то і діти не будуть поважати поліцейських.

Багато віруючих, особливо мігранти, вважають, що якщо живуть в країні з пріоритетом світських законів, то можуть їх порушувати. Щоб спростувати ці уявлення, шейх Таха Джабір аль-Альвані, член правління МПД, каже:

«Якщо людина переїжджає в іншу країну, вона, по суті, укладає договір з її урядом і обіцяє, що буде дотримуватися її законів. Мусульманин повинен дотримуватися взятих на себе зобов'язань, як наказано Кораном і пророком Мухаммадом. Якщо мігранта не влаштовують будь-які закони нової Батьківщини, то краще утриматися від проживання в цій країні або ж відкрито заявити про своє небажання підкорятися встановленим порядкам, щоб бути висланим».

Якщо громадянам країни не подобається якийсь закон, то в рамках демократичних процедур, передбачених конституцією, слід домагатися його зміни або скасування. Іслам забороняє людям узурпувати виконання закону: це безумовно призведе до хаосу, безкарності і беззаконня. З іншого боку, мусульманин не повинен переступати релігійні закони на угоду світським; не слід підкорятися вимогам

робити будь-що, що розцінюється як *харам* (заборонене).

Якщо закон безбожний, то дієвий спосіб звернути увагу на його несправедливість – мирна цивільна непокора, продемонстрована Генрі Торо, Ганді і Мартіном Лютером Кінгом. Задовго до них пророк Мухаммад кинув виклик вождям поганкурайшитів і повів людей для здійснення хаджу в Мекку, що відбулося в Худайбійському договорі 630 року.



Завдання



ЗАВДАННЯ 32: ПЛАНОВІ МЕДОГЛЯДИ

Сядьте всією сім'єю і складіть список планових оглядів, включаючи відвідини стоматолога. Проконсультуйтеся з вчителем, доглядальницею і лікарем в закладі охорони здоров'я. Примірник такого списку повинен бути у всіх членів сім'ї.

ЗАВДАННЯ 33: ФІТНЕС-ПЛАН СІМ'Ї

Обговоріть з дітьми роль фізичних вправ. Узгодьте план вправ і складіть помірну програму тренувань, якої ви зможете дотримуватися. Намагайтеся поступово збільшувати навантаження, вводити нові вправи. Спробуйте ходити пішки, а не їздити на машині, і робити прибирання руками, хоча б іноді! Слід виділити графу в бюджеті на купівлю спортивного обладнання, абонементу в спорт-клуб і на купівлю здорової їжі.

ЗАВДАННЯ 34: ВИКОРИСТОВУЙТЕ ОСМИСЛЕНІ ФРАЗИ-ПРИВІТАННЯ

Наступного разу, коли ви побачите дітей, замість буденних: «Привіт! Як справи, як ти?» – поставте їм запитання, які потребують відповіді і враховують особливості вашої дитини, наприклад:

- «Ти добре спав?»,
- «Ти сьогодні робив вправи?»,
- «Що ти читав?».

ЗАВДАННЯ 35: ЗВИЧКИ, ЩО СТОСУЮТЬСЯ СНУ

Поясніть дітям, що означає правильно спати і їсти.

Пророк засуджував сон на животі. Побратим Абу Зарр передав: «Якось я лежав на животі, і Пророк (хай благословить його Аллаг і вітає), проходячи повз мене, штовхнув мене ногою і сказав: «Джунайтабе! Це спосіб лежання мешканців Вогню» (Ібн Маджа, Кітаб уль-Адаб. № 3224). Насих ібн Тіфха аль-Гіфарі передав від свого батька: «Я був на гостині у Пророка разом з іншими бідарями. Посланець Аллага (хай благословить його Аллаг і вітає) вийшов провідати нас вночі і побачив, що я лежу на животі. Він торкнувся мене ногою і сказав: «Не лежи так, це гнівить Аллага».

Згідно з іншим повідомленням, Пророк, доторкнувшись ногою, розбудив його і сказав: «Не лежи так, так лежать мешканці Вогню» (Ахмад. Фатх аль Раббані, 14: 244-245; Тірмізі (2798); Абу Дауд. Сунан, Кітаб уль-Адаб (5040), Сахіх Джамі (2270-2271)).

Пророк також застерігав людей від того, щоб їсти, лежачи на животі.

Спати на животі шкідливо для внутрішніх органів. Найкраще спати на правому боці – якщо спати на лівому, то серце відчуває надмірний тиск.

Хорошою є звичка лягати спати після закінчення світлового дня: рано лягати після нічної молитви (*iша'*) і рано вставати на молитву перед світанком (*фаджр*).

Пророк зазвичай трохи відпочивав після полуденної молитви (*зугр*). Медичні дослідження довели, що нетривалий пообідній сон сприяє оптимізації розумової та фізичної активності, свіжить тіло на піку дня, підвищує продуктивність роботи і увагу, покращує настрій і характер, запобігає виникненню нещасних випадків.

ЗАВДАННЯ 36: СТВОРЕННЯ АТМОСФЕРИ ВДОМА

Батьки повинні обговорити з дітьми простий план дій і дійти згоди за наступними пунктами: вдома повинні жити любов, радість, вільне спілкування, взаємна довіра, підтримка, знання про успіхи один одного, спільні молитви та ігри. Слід звертати увагу на прояви поваги один до одного, не скупитися на поцілунки, обійми і посмішки, адресовані один одному.

Якщо навіть батьки цього раніше не робили, ніколи не пізно почати це щиро робити.

ЗАВДАННЯ 37: ПРОФІЛАКТИЧНА ДИСКУСІЯ ПРО НАРКОЗАЛЕЖНІСТЬ

Батькам необхідно обговорити, які ознаки наркозалежності у дітей можна виявити і як себе при цьому поводити. Вжиті кроки повинні включати консультації з професіоналами, самоосвіту, розмову з мудрими друзями та родичами. Паніка, скорбота, побої або насильство не допоможуть – це підриває емоційний стан і тільки посилює проблему.

ЗАВДАННЯ 38: «РОЛЬОВА ГРА» В ПОЛІЦЕЙСЬКОГО

Батьки можуть запропонувати підліткам уявити, що вони – поліцейські, судді або соціальні працівники, які повинні робити свою роботу. За що ці люди відповідальні? Як проходить їхня служба? Які її плюси та мінуси? Чи можуть вони уявити себе тими, хто піклується про суспільство, контролює злочинність і т.і.?

Така «рольова гра» допомагає дітям зрозуміти, що соціальні працівники, вчителі, пожежники, поліцейські – це нормальні люди з власними почуттями, будинком, сім'єю і такими ж проблемами, як у всіх. Якщо діти не можуть уявити собі особливості подібної роботи, батьки можуть познайомити їх зі справжнім поліцейським і соціальним працівником, щоб діти могли більше дізнатися про їхню діяльність.

РОЗДІЛ 10

Грудне вигодовування

- Вступ **214**
- Вигодовування грудьми згідно з Кораном **216**
- Медичні та психологічні переваги вигодовування грудьми **218**
- Статистика грудного вигодовування в США та Великій Британії **220**
- Робоче місце і грудне вигодовування в США **221**
- Робоче місце і грудне вигодовування у Великій Британії **221**
- Суміші для дитячого вигодовування, недоїдання та хвороби **222**
- Думка халіфа Алі та Ібн Хазма про вигодовування грудьми **224**
- Тривалість вигодовування грудьми **224**
- Корисні поради матерям, які вигодовують грудьми **225**
- Дієта матері, яка вигодовує грудьми: зразок **226**
- Нація, сильна фізично **226**
- Підсумки **227**
- Завдання **229**



Вступ

НЕОДМІННИМ КРОКОМ на шляху становлення сильних, здорових фізично і емоційно дітей є вигодовування грудьми. Коран і Іслам надають особливого значення вигодовуванню та спорідненості того, хто вигодовується, з годувальницею (це називається молочною спорідненістю, а вигодовані однією жінкою діти є молочними братами і сестрами).

Наприклад, чому 20-річний Салах з Туреччини не може одружитися на Фатімі з Індонезії? Тому що коли йому був рік, його кілька днів годувала грудьми мати Фатіми, і вони вважаються молочними братом і сестрою і не можуть вступити в шлюб; ба більше, всі жінки з родини Фатіми також стають для Салаха недосяж-

ними (*махрам*) і можуть не закриватися перед ним (*хіджаб*). Всього декілька крапель молока перетворюють незнайомих на братів і сестер. Цей факт ілюструє важливість грудного вигодовування.

Навіть якщо при переливанні крові кров однієї людини повністю замінити кров'ю іншої, це не зробить донора і реципієнта родичами. Переливання крові і навіть трансплантація органів допомагають врятувати життя, але не створюють родинних зв'язків. Юристи одностайні в тому, що «банки молока» в Ісламі заборонені [через неможливість використовувати «анонімне» донорське молоко]. Молочна спорідненість ставиться на один щабель з біологічними сімейними відносинами, хоча закони успадкування на молочних родичів не поширюються.

Вам заборонені матері ваші, доньки ваші, сестри ваші, тітки зі сторони батька та зі сторони матері; а також доньки ваших братів, доньки ваших сестер, ті з ваших матерів, які вигодували вас; а також ваші молочні сестри, матері ваших дружин; а також пасербиці, яких виховуєте ви і до матерів яких ви входили. Але якщо ви не входили до них, то не буде вам гріха. Заборонені вам і дружини тих ваших синів, які вийшли з плоті вашої; а також заборонене одруження на двох сестрах, хіба як це вже трапилося. Воістину, Аллаг — Прощаючий, Милосердний! (4:23)

Пояснюють це так: кістки і плоть дитини створюються саме за допомогою материнського молока, тому всі, хто смокче його, вважаються родичами. Інакше кажучи, частина матері або годувальниці стає частиною дитини.

Правники пояснюють, що материнське молоко змушує дитину, в якомусь сенсі, бути схожим на неї. Харчування змінює характеристики дитини, і деякі юристи забороняють, наприклад, наймати розумово нестабільних годувальниць, побоюючись за майбутнє дитини. Також не варто наймати годувальниць, які палять, вживають свинину, алкоголь і наркотики. Не рекомендується доручати годування і жінкам, які вчинили перелюб.

Доісламські уявлення арабів припускали, що материнське молоко виходить від чоловіка і є трансформованим чоловічим сім'ям (Parkes, 2005), так що коли дитина смокче молоко годувальниці, вона вступає в якесь споріднення з її чоловіком. Насправді ж такий зв'язок ніяк не доведений.



Доктор Фіта Сулейман (1979) пояснює: деякі психологічні дослідження підтвердили, що 50% інтелекту, сформованого до 17 років, закладаються в перші 4 роки життя, ще 30% – між 4 і 8 роками, а інші 20% – між 8 і 17. Більш того, принципи поведінки молодих і зрілих людей пов'язані з подіями перших 5 років. Коран наполягає на годуванні грудьми і повноцінній турботі люблячих матерів впродовж перших 2-х років життя. Брак любові і доброти по відношенню до дитини може стати причиною затримок в її розвитку.

На конференції в Білому домі, зібраній Клінтоном, експерти відзначали, що «розум немовлят активний починаючи з часу

народження і оформлюється завдяки першим спогадам» (Begley і Wingert, 1997).

Перші два роки годування сильно впливають на формування дитячого мозку.

При дворі в Єгипті було вироблено 5 важливих умов, що визначають молочну спорідненість [між вигодовуваним немовлям і дітьми годувальниці]: годування повинно бути зроблено не менше п'яти разів; ці годування повинні бути зроблені до досягнення дитиною дворічного віку; кожне прикладання до грудей вважається окремим годуванням; кожне годування повинно повністю наситити дитину; всі п'ять годувань повинні бути підтвержені свідками.

Вигодовування грудьми згідно з Кораном

Коран звертається до вигодовування грудьми в чотирьох сурах:

1. *Матері можуть годувати дітей своїм молоком два повних роки, якщо вони бажають довести до кінця це годування. Батько повинен забезпечувати матір дитини харчуванням та одягом відповідно до звичаю. На жодну людину не покладається більше, ніж може витримати вона. Не можна завдавати шкоди матері за її дитину, а також батькові за дитину його. Такі ж обов'язки має й нащадок. А якщо батьки побажають відняти дитину [від грудей] за взаємною згодою та порадою, то не буде їм гріха. А якщо вони побажають найняти годувальницю для своїх дітей, то не буде батькам гріха, якщо вони сплатять їй відповідно до звичаю. Тож бійтесь Аллага і знайте, що Аллаг бачить те, що ви робите!* (2:233)



2. *Ми заповідали людині ставитися як найкраще до своїх батьків. Матері дуже важко носити дитину, але вона віднімає її лише в два роки. Дякуй Мені та своїм батькам, бо до Мене повернення!* (31:14)

3. Ми заповідали людині добре ставитись до своїх батьків. Для матері важко носити [плід] та народжувати, а час від початку вагітності до відняття від грудей займає тридцять місяців. Коли ж [людина] досягає зрілого віку та досягає сорока років, то говорить: «Господи! Зроби так, щоб я був вдячним за Твою милість, яку Ти дарував мені та моїм батькам, щоб я робив добрі вчинки, якими Ти будеш задоволений, і щоб був праведним я і нащадки мої! Каюсь перед Тобою; воістину, я – один із відданих Тобі!» (46:15)

4. Поселяйте їх там, де живете самі, наскільки вам дозволяють ваші статки. Не заподійте їм шкоди, щоб не робити ще важче. Якщо ж вагітні вони, то утримуйте їх до того часу, поки не народять вони. Якщо ж годують вони груддю [дітей] ваших, то давайте їм винагороду їхню та й радьтеся між собою по-доброму. Якщо ж це буде важко для вас, то запрошуйте годувальницю. (65:6)

Нехай власник достатку витрачає відповідно до достатку свого; а кому важко це, то нехай витрачає із даного йому Аллагом. Аллаг не вимагає з людини більше від того, що Він дав їй. І Аллаг дарує полегшення після труднощів! (65:7)



Щоб зосередитися на турботі про дитину, годуюча матір повинна бути звільнена від необхідності забезпечувати власний прожиток, навіть якщо перебуває в розлученні; у випадку смерті батька дитини відповідальність за забезпечення матері-годувальниці покладається на його спадкоємця. Для всіх мусульманських жінок, і перш за все для матерів, у виконанні релігійних ритуалів робляться послаблення; так, матері новонароджених звільняються від щоденних обов'язкових молитов і від п'ятничної проповіді. Це дозволяє матерям піклуватися про дітей особисто, а не покласти цю відповідальність на доглядальницю.

Перші два роки дитина фізично, психологічно й емоційно повністю покладається на матір.

Пластикові пипки не здатні замінити м'які груди і материнську любов.

Якщо у матері недостатньо молока і вона не може годувати дитину, тоді треба знайти годувальницю. Годувальниця стає фактично прийомною матір'ю, вона і сприймається як мати у всіх випадках, крім успадкування. Її діти стають молочними сестрами і братами дитини, а її чоловік – молочним батьком для дитини. Шлюб між молочними братами і сестрами неможливий, як і шлюб між чоловіком годувальниці і вигодуваною нею дівчиною. Біологічний батько дитини повинен платити годувальниці; якщо він помирає, то його наступник повинен утримувати і годувальницю, і дитину до 2-річного віку. Годування грудьми сприймалося в мусульманських країнах як справа державної ваги. За часів другого халіфа Омара ібн аль-Хаттаба кожен новонароджений, який мав подібну потребу, отримував право на здорове харчування і суспільні гарантії реалізації цього права (Наф, 1967).

Медичні та психологічні переваги вигодовування грудьми

Людське молоко унікально підходить для людського немовляти. Воно містить від декількох сотень до тисяч різних біологічно активних молекул, які захищають від інфекції і запалення і сприяють імунному дозріванню, розвитку органів і здорової мікрофлори. Воно містить численні фактори росту, важливі для шлунково-кишкового тракту, судинної мережі (кровоносних судин), нервової системи та ендокринної системи. Грудне молоко змінює склад від молозива до пізньої лактації, і коливається в межах годувань, щодня, і у різних матерів (педіатричні клініки Північної Америки 2013 року).

В статті в *Environmental Health Perspectives* (2008) зазначено: «Склад грудного молока зазнає значних кількісних змін під час періоду лактації, багато з яких пов'язані зі змінами в стані розвитку немовляти».

Людське молоко містить багатий набір білків, вуглеводів, ліпідів, жирних кислот, мінералів і вітамінів, але більша частина його потенціалу для боротьби з хворобами зумовлюється безліччю антитіл, лейкоцитів, гормонів, антимікробних пептидів, цитокінів, хемокінів та інших біологічно активних чинників, які можуть мати вирішальне значення в справі захисту немовляти від звичайних патогенів протягом перших кількох тижнів і місяців життя. Аль-Бар і Кандиль (1986) згадують багато переваг грудного вигодовування, в тому числі такі:

- Материнське молоко містить живлення, якого потребує дитина, в правильній пропорції і в потрібному вигляді для травлення і всмоктування. Живильні елементи грудно-

го молока змінюються щодня відповідно до потреб дитини. У недоношених дітей відповідна формула, приготована в грудях матері, робить дієту такою, яка їм підходить. Грудне молоко допоможе їхнім вразливим шлункам дозріти і боротися з інфекцією. Грудне молоко перетравлюється легше за дитячі суміші.

- Людське грудне молоко зберігається при правильній температурі і доступне на запит.
- Не потрібно мити пляшки і вираховувати пропорцію.
- Поміж матір'ю, яка годує, і її дитиною розвивається психологічна близькість.
- Грудне вигодовування може допомогти матері в післяпологовий період (після пологів) втратити вагу.
- Молозиво має послаблюючий ефект, який допомагає налагодити стул новонародженої дитини.
- Коров'яче молоко або інші нелюдські типи молока частіше викликають алергію у людей.
- Годування грудьми діє як проти-заплідний засіб. Мати, що годує, з меншою ймовірністю завагітніє під час годування грудьми, таким чином, забезпечуючи природний і зручний контроль над народжуваністю. Жінки не мають місячних, поки годують грудьми (це відомо як лактаційна аменорея), так що грудне вигодовування може бути використано в якості форми контрацепції. Як вказує NHS (Національна служба охорони здоров'я), цей метод стає ненадійним, коли інші продукти або рідини замінюють грудне молоко (мати повинна повністю або майже повністю пе-

ребувати в режимі грудного вигодовування, а це означає, що малюк п'є тільки грудне молоко або дуже мало суміші), а також після того, як дитина досягає 6 місяців.

- Грудне молоко забезпечує чудове джерело біодоступного цинку.
- У порівнянні з грудним вигодовуванням, діти на штучному вигодовуванні схильні до вищого ризику інфекційної захворюваності в перший рік життя (Reviews in Obstetrics and Gynecology 2009).
- Грудне вигодовування відіграє важливу роль в оптимізації розумових здібностей дитини. Материнське молоко містить важливі будівельні блоки, які відсутні в дитячій суміші. Діти, яких годували хоча б один місяць, мають «8-бальну IQ перевагу в дитячому садочку, і ця цифра збільшується пропорційно збільшенню грудного вигодовування» (BBC, 2002). Грудне вигодовування забезпечує захист від багатьох захворювань. У доповіді, опублікованій Агентством з охорони здоров'я і якості досліджень в 2007 році, розглядали різні дослідження і виявили наступне:
- Зниження ризику раку молочної залози і раку яєчників у жінок, які годують грудьми своїх немовлят.
- Грудне вигодовування протягом не менше 3-х місяців знижує ризик розвитку цукрового діабету 1-го типу. Грудне вигодовування в дитинстві пов'язане зі зниженим ризиком розвитку діабету 2-го типу в більш пізньому віці.
- Зниження ризику розвитку діабету 2 типу у жінок без історії гестаційного діабету, які годують грудьми,

причому кожен рік грудного вигодовування пов'язаний з меншим ризиком.

- Годування грудьми протягом принаймні 6 місяців пов'язане зі зниженням ризику розвитку дитячої лейкемії, як і гострого лімфообластного лейкозу (на 19 відсотків знижується ризик) і гострого мієлолейкозу (на 15 відсотків знижується ризик).
- Історія грудного вигодовування пов'язана зі зниженням ризику розвитку синдрому раптової дитячої смертності (на 36 відсотків знижується ризик).
- Грудне вигодовування протягом не менше 3-х місяців пов'язане зі зниженням ризику розвитку астми у пацієнтів без сімейної історії астми (на 27 відсотків знижується ризик). Для тих, у кого є спадковість, зниження на 40 відсотків ризику астми у дітей молодше 10 років.
- Існує зв'язок між історією грудного вигодовування і зниженням ризику надмірної ваги або ожиріння в підлітковому віці і дорослому житті.
- Грудне вигодовування пов'язане зі значним зниженням ризику розвитку гострого середнього отиту.
- Грудне вигодовування знижує ризик розвитку атипичного дерматиту.
- Діти, які перебувають на грудному вигодовуванні, мають значне зменшення ризику неспецифічного гастроентериту (дослідження, проведене в Англії, виявило зменшення ризику на 64 відсотки).
- Грудне вигодовування пов'язане зі зменшеним ризиком розвитку захворювань нижніх дихальних шляхів у дітей раннього віку (спосте-

рігалося 72% зменшення ризику госпіталізації через захворювання нижніх дихальних шляхів у дітей у віці до 1 року, які були виключно на грудному вигодовуванні протягом 4-х місяців і більше).

- Грудне вигодовування допомагає зменшити ризик післяпологової кровотечі в матерів.
- Раннє припинення грудного вигодовування або годування груддю пов'язане з підвищеним ризиком материнської післяпологової депресії.

Статистика грудного вигодовування в США та Великій Британії

Частота годування грудьми зростає в США. З дітей, народжених у 2012 році, 80 відсотків новонароджених почали годувати грудьми, 51% годували протягом 6 місяців (в порівнянні з 35 відсотками в 2000 році) і 29 відсотків годували 12 місяців (в порівнянні з 16 відсотками у 2000 році).



Американська академія педіатрії рекомендує виключно грудне вигодовування протягом приблизно 6 місяців, а потім введення прикорму, з продовженням грудного вигодовування протягом 1 року або довше, за бажанням матері і дитини.

Молоко	% протеїну	% жиру	% цукру	% мінералів
Людина	1,5	3,5	6	0,2
Корова	3	4	4	0,8
Буйвіл	3	6	4	0,8
Коза	3	4	4	0,8



Ці цифри дійсні в цілому для грудного вигодовування, а не виключно грудного вигодовування. Виключно грудного вигодовування протягом 6 місяців у 2012 році було 22 відсотки, у порівнянні з 10 відсотками в 2003 році (CDC (Центр з контролю і профілактики захворювань)). У Великій Британії обсяг грудного вигодовування склав 81 відсоток у 2010 році (83 відсотки в Англії, 74 відсотки в Шотландії, 64 відсотки в Північній Ірландії і 71 відсоток в Уельсі), у порівнянні з 76 відсотками у 2005 році.

У той час як 36 відсотків матерів ще годували грудьми в 6 місяців в 2010 році, рівень виключного грудного вигодовування у віці шести місяців був тільки у 1 відсотка (NHS (Національна служба охорони здоров'я) 2012).

Робоче місце і грудне вигодовування в США

Одна з причин, чому деякі жінки не годують грудьми – вимоги грудного вигодовування. Новонароджених потрібно годувати грудьми до десяти разів протягом 25-годинного періоду, як правило, 10-15 хвилин на кожну з грудей. Дотримання цього графіка в робочий час складно забезпечити.

У 2010 році було введено постанову «розумної тимчасової перерви» згідно Реформи охорони здоров'я та захисту пацієнтів, яка вимагає від працедавців у США забезпечувати «достатній час перерви для працівника для зцідження грудного молока для дитини протягом 1 року кожного разу, коли треба зціджувати молоко. Також від роботодавців вимагається забезпечення місця, крім ванної, яке захищене від сторонніх поглядів

і вільне від вторгнення колег і громадськості, яке може бути використано працівником для зцідження грудного молока». Проте працедавці не зобов'язані компенсувати матерям перерви для зцідження молока. Крім того, працедавці з менш ніж 50 співробітниками не повинні надавати будь-який час перерв взагалі, якщо це буде створювати зайві труднощі (департамент праці США).

У 1993 р. Джон Хенкок з Компанії страхування життя на загальних засадах отримав нагороду ЮНІСЕФ за пропозицію створити на підприємствах кімнати для зцідження молока, обладнані електричним молоковідсмоктувачем і холодильником. Компанія, яка налічувала 300 вагітних співробітниць, виявила, що нова програма дозволяє заощаджувати до 600 000 дол. США, тому що діти, яких годують грудьми в США, на 35% менше хворіють, ніж ті, які перебували на штучному вигодовуванні, і, отже, матері, що годують, пропускали роботу на 27% менше, ніж матері, які не годували грудьми (Рона Коен, школа медсестер, Каліфорнійський університет в Лос-Анджелесі).



Робоче місце і грудне вигодовування у Великій Британії

У Великій Британії жінці, яка має намір годувати грудьми на роботі, перш ніж повернутися до праці, необхідно подати письмову заяву своєму працедавцю, що



вона годує дитину грудьми. Роботодавці у Великій Британії за законом зобов'язані надавати для вагітних і годуючих матерів відпочинок, включаючи, в необхідних випадках, можливість прилягти. Тим не менш, у даний час відсутня юридична вимога для працедавця надавати жінці, яка годує грудьми, місце для зціджування і зберігання молока. Також там відсутня юридична вимога для працедавця надавати оплачувані перерви для того, щоб годувати грудьми або зціджувати молоко.

Туалети або кімнати для хворих недоречні, тому що це антигігієнічно. На працедавців покладено зобов'язання відгукуватися на прохання виявляти в «розумних межах» гнучкість, а також забезпечувати захист здоров'я і безпеки, захист від переслідування і захист від прямої і непрямой дискримінації за ознакою статі.

Суміші для дитячого вигодовування, недоїдання та хвороби

ЮНІСЕФ та ВООЗ вважають рекламні кампанії їжі для новонароджених основ-

ною причиною смерті дітей в країнах, що розвиваються, і настійно радять урядам заборонити рекламу вироблених продуктів дитячого харчування. Наприклад, за оцінками ЮНІСЕФ дитина на штучному вигодовуванні, яка живе в охопленому хворобами і антисанітарними умовами регіоні, має в 6-25 разів більше шансів померти від діареї і в чотири рази більше шансів померти від пневмонії, ніж дитина на грудному вигодовуванні. Ці вигодовувані немовлята часто отримують розчинені і забруднені суміші, що містять обмаль поживних речовин і великі дози мікроорганізмів, через брудну воду з антисанітарних джерел, що використовується при розчиненні. Брудна вода, антисанітарія, відсутність доступу до холодильних камер і нездатність правильно зрозуміти пропорцію роблять свій внесок в катастрофічні наслідки годування сумішами.

Іноді матері, щоб заощадити, надмірно розбавляють дорогу суміш. Грудне вигодовування захищає від цілої низки хвороб. Грудне молоко має не лише найоптимальнішу поживність, воно також є безкоштовним.

Недоїдання сприяє загибелі близько 3 мільйонів дітей щороку – 45% від загального обсягу (The Lancet, 2013). Понад дві третини цих випадків смерті стаються протягом перших місяців життя і вони часто пов'язані з неналежною практикою годування, такою як штучне вигодовування або несвоечасний і недостатній прикорм (ВООЗ, 2010). Погане харчування в період зачаття і під час вагітності в значній мірі додає до недоїдання в дитячому віці. Його наслідки впливають на фізичний ріст, і діти, які страждають від недоїдання, піддаються більшому ризику надмірної ваги і розвитку захворювань, таких як діабет, в подальшому житті. Всесвітня продовольча програма повідомляє, що одна дитина з шести – близько одного мільйона – в країнах, що розвиваються, має недостатню вагу, а також одна дитина з чотирьох в світі відстає в розвитку – в країнах, що розвиваються частка може зрости до одного з трьох. Оптимальне грудне вигодовування немовлят у віці до двох років має найбільший вплив на потенціал виживання дітей у порівнянні з іншими профілактичними заходами, з можливістю запобігання більше 800 000 випадків смерті (13% всіх смертельних випадків) у дітей до п'яти років в країнах, що розвиваються (The Lancet, 2013, цитується ЮНІСЕФ). Благодійна організація «Врятуй дітей» стверджує, що 22% випадків смерті новонароджених дітей можна було б уникнути, якби грудне вигодовування почалося протягом першої години, і 16%, якби грудне вигодовування почалося протягом перших 24 годин. Тим часом ЮНІСЕФ стверджує: «Діти на грудному вигодовуванні мають принаймні в шість разів більше шансів на виживання в перші місяці, аніж ті, яких не годували грудьми. Дитина виключно на грудному

вигодовуванні має в 14 разів менше шансів померти протягом перших шести місяців, ніж на штучному вигодовуванні, і грудне вигодовування значно зменшує смертність від гострих респіраторних інфекцій та діареї, двох головних вбивць дітей» (The Lancet, 2008).

Проте, відповідно до даних організації, тільки 39% дітей у віці менше шести місяців в країнах, що розвиваються, знаходяться виключно на грудному вигодовуванні і тільки 58% 20-23-місячного віку отримують користь від практики безперервного грудного вигодовування.

Незважаючи на те, що був досягнутий певний прогрес в зменшенні дитячої смертності в світі, велика частина смертей відбувається серед новонароджених. Дві третини дітей з 92 мільйонів чоловік, які не перебувають виключно на грудному вигодовуванні, живуть всього в 10 країнах, в семи з яких відсутній прогрес в поліпшенні грудного вигодовування: Індія, Китай, Нігерія, Індонезія, Філіппіни, Ефіопія і В'єтнам (Save the Children (Врятуйте дітей) 2013). У той самий час деякі країни досягли значних успіхів в справі поліпшення показників грудного вигодовування (Шрі-Ланка, Камбоджа і Гана).

Ринок сумішей становить найбільшу частину ринку дитячого харчування, з часткою в 40%. Областю, що швидко розвивається, є азіатський ринок, який також є найбільшим (53%; UBIC Consulting 2014 року).

Світовий ринок молочних сумішей коштує мільярди і зростає. Зростання продажів на 10-20% відбувається щорічно в багатьох країнах з низьким і середнім рівнем доходу, в той час як він близький до застійних показників в країнах з високим рівнем доходу. У Східній Азії і країнах Тихого океану кількість матерів-годувальниць знизилася з 45% в 2006 році до

29% в 2012 році (Save The Children 2013). Деякі виробники замінників молока використовують маркетингові стратегії, які змушують матерів думати, що суміші – це найкращий вибір для годування їх дітей, навіть якщо вони не можуть собі цього дозволити.

Думка халіфа Алі та Ібн Хазма про вигодовування грудьми

Грудне вигодовування розглядається як природне право дітей, що забезпечується їхніми матерями. Матерів заохочували годувати. Ібн Хазм сказав:

«Мати повинна годувати дитину, навіть якщо вона дочка царя. Вона може ухилитися від цього обов'язку, тільки якщо не спроможна годувати»

(Ібн Хазм, Том 10).

Якби до ісламських вчень дослухалися, багатьох проблем можна було б уникнути. Алі ібн Абу Таліб говорив:

«Нічиє молоко не благословенне для дитини більше, ніж материнське».



ІНТЕРНАЦІОНАЛЬНИЙ СИМВОЛ ВИГОДОВУВАННЯ
ГРУДЬМИ

Тривалість вигодовування грудьми

Правознавці одностайні в тому, що годування грудьми має бути припинено після досягнення дитиною 2-х років.

Якщо мати здорова і її молока достатньо, то краще забирати дитину від грудей у віці 2-х років.

Такий період годування груддю збігається з завершенням прорізання зубів. Нижні різці вилазять між 6 і 9 місяцями; до двох років дитина, зазвичай, має повний комплект молочних зубів. Сама природа підказує їй жувати і кусати, стаючи незалежним від молока матері. З іншого боку, коли у дитини з'являються зуби, годування грудьми стає для матері болючим.

Дехто стверджує, що годування після 2 років може зашкодити дитині психологічно. У 1997 р. Американська Академія педіатрії (AAP) рекомендувала матерям годувати дітей від 6 до 12 місяців; в реальності ж тільки 20% американських жінок годують дітей після 6 місяців. AAP рекомендувала матерям годувати хоча б рік, перераховуючи плюси природного вигодовування, такі як зменшення ризику отримати рак матки, грудей і остеопороз.

Пророк говорив:

«Дивіться (уважніше) на ваших молочних братів, бо молочна спорідненість є дійсною лише в тому випадку, коли дітей годують тільки молоком і досхочу» (Аль-Бухарі. № 2647, 5102).

Один з плюсів публічного весілля – можливість переконатися, що жінка помилково не виходить за свого молочного брата. Це дає суспільству додатковий шанс перевірити, чи дійсно відсутні такі відносини.

Корисні поради матерям, які вигодовують грудьми

Незважаючи на те, що інстинкт годування грудьми закладений в жінку самою природою, цю навичку можна розвинути. Нижче наведені деякі корисні поради для матерів (El-Amin, 1998):

- Підготуйте себе, поки чекаєте дитину. Прочитайте книги про годування, походите на курси при лікарні, установі охорони здоров'я або поспілкуйтеся з консультантом з годівлі. Відвідайте зустріч організації з підтримки годування.
- Під час годування переконайтеся, що сосок знаходиться повністю в роті у дитини. Не нахиляйтеся до дитини, навпаки, підтягуйте її до себе. За необхідності скористайтеся подушкою.
- Дайте дитині випити все молоко з однієї з грудей, дочекайтеся, коли її смоктання сповільниться, потім запропонуйте їй іншу. Краще спочатку дати дитині повністю випити одну з грудей, ніж кілька разів міняти положення дитини. Перша порція – це щось на зразок знежиреного молока, потім йде порція незбираного молока, потім вершки. Остання порція дає збалансоване харчування і допомагає запобігти нескінченному плачу.
- У перші дні годування природне відчуття розпирання грудей. Якщо дитина не може смоктати з налитих молоком грудей, перед годуванням зцідіть трохи молока.
- У перші кілька тижнів в сосках можуть виникнути хворобливі відчуття. Зціджуйте трохи молока до і після годування і втирайте в соски. Дайте їм висохнути природним шляхом.
- У випадку виникнення тріщин в сосках лікуйте їх; зменшуйте біль, висушивши соски, потім прикладіть природні продукти, наприклад оливкову олію або чистий ланолін.
- Пийте достатньо води. Вважається, що чай з сінної гуньби та часник покращують лактацію.
- У перші 2-3 тижні після пологів вам, можливо, доведеться будити дитину для годування. Дитину годують як мінімум кожні 3 години вдень і 4 вночі. Часті годування потрібні і для посилення лактації: чим більше їсть дитина, тим більше молока виробляє материнський організм. Якщо дитина добре набирає вагу, годуйте на вимогу, слідкуйте за бажанням дитини.
- Не давайте дитині пляшечку з вашим зцідженим молоком, поки процес годування не прийде в норму – між 3-5 тижнями. Іноді допомагає, якщо не мати, а хтось інший дає першу пляшечку з молоком. Найчастіше дитина може спокійно і пити з пляшечки, і смоктати груди.
- Деякі діти вміло їдять з самого початку, інших треба вчити. Нічого страшного, якщо виходить не з першого разу.
- Не полишайте годування грудьми. Одна мати зізналася, що пройшло 6 тижнів, перш ніж вони з малюком змогли увійти в ритм годувань і встановили довгі і чудові відносини, що продовжуються.
- Матерям подобається годувати грудьми: не треба готувати їжу, виникає особливе відчуття близькості з дитиною, а у дітей – менше хвороб і вушних інфекцій.
- Перед пологами майбутній матері треба скласти список допоміжних організацій, в які можна зателефонувати, якщо все буде складатися не надто вдало.

Дієта матері, яка вигодовує грудьми: **Нація, сильна фізично зразок**

Нижче наведена зразкова дієта для годуючої матері:

- 3 порції продуктів, що містять протеїн (курка, риба)
- 2 порції їжі, багаті вітаміном С (апельсини)
- 5 порцій продуктів, багатих кальцієм (молоко, сир)
- 6 порцій фруктів і овочів
- 6 порцій продуктів зі складними вуглеводами (цільнозерновий хліб)
- 1 порція багаті на залізо їжі (яловичина, боби)
- невелика кількість багаті жирами їжі (сир або незбиране молоко)
- достатня кількість води (2 літри на добу)
- вітаміни для вагітних або годуючих матерів.

Посилене збалансоване харчування дозволяє матері не лише забезпечити лактацію, а й постачає їй необхідну енергію, часто допомагаючи зменшити зайву вагу, набрану під час вагітності. Дуже важливо пити багато молока, інакше мати буде в майбутньому страждати від нестачі кальцію.

Коран і хадиси Пророка говорять про силу у всіх її проявах:

Ви — найкраща громада, створена серед людей: ви наказуєте добре, захищайте неприйнятне та віруєте в Аллага! Якби люди Писання теж вірували, то це було б краще для них. Є серед них віруючі, але більшість із них — нечестивці. (3:110)

Приготуйте проти них скільки зможете сили та бойових коней — цим ви налякаєте ворога Аллага й вашого ворога, а також інших [ворогів], яких ви не знаєте, але яких знає Аллаг. І що б ви не витратили на шляху Аллага, вам сповна повернуть це, й не вчинять із вами несправедливо! (8:60)

«Сильний віруючий є кращим і більш любим для Аллага, ніж слабкий, хоча в кожному з них — благо» (Муслім. Сахіх. № 2664).

Фрази Корану: «найкраща громада», «приготуйте проти них скільки можете сили», «сильний віруючий» мають на увазі не лише віру і моральну досконалість, але і фізичну силу.

Мати сказала: «Годування грудьми – це прекрасно. Навіть посеред ночі, коли я дивлюся на це маленьке личко і розумію, що єдине, що потрібно моєму синові, – це я, як я можу відмовити йому? Це задоволення так само важливе для мене, як годування – для моєї дитини».



Умма може перевершити в силі всі інші нації, якщо буде дотримуватися наступного:

- обирати здорове подружжя;
- уникати позашлюбних сексуальних відносин: це дасть упевненість, що майбутні батьки не страждають захворюваннями, що передаються статевим шляхом, такими як СНІД (але не тільки він);
- правильно харчуватися. Батьки, вагітні жінки та діти повинні їсти якісну, повноцінну, поживну і чисту їжу (азка та'аман, аль-тайїбат), виключивши з ужитку свинину, падло і тварин, забитих без дотримання ритуальних правил;
- дотримуватися правил гігієни. Мікроби можуть бути переможе-

ні простим миттям рук до і після їжі. П'ять разів на день здійснювати омовіння. Використовувати ліву руку для очищення, праву – для їжі. уникати токсичних речовин (алкоголь, наркотики, куріння). Плід буде залишатися здоровим, якщо його батьки стануть уникати отруйних субстанцій;

- годувати дітей грудьми. Діти розвивають сильний характер, фізичну і психологічну міць, що робить їх хорошими людьми і можливими лідерами громади.

Післяпологова відпустка вочевидь повинна перевищувати встановлені в багатьох країнах 8 тижнів. Треба дозволити матері хоча б рік повністю зосередитися на турботі про дитину.

Підсумки

Перші п'ять років життя – вирішальні для створення сильної і здорової особистості з гарним характером. Вони відкривають вікно можливостей, які не можна втрачати. Вищезазначені пункти, якщо їм слідувати, приведуть громаду до формування кращих людей на землі.



Якщо ми виростимо сильних, здорових дітей, ми зможемо навчити їх вірі, мудрості, знанням і навичкам, які проявляться пізніше, як можна побачити на прикладі життя пророків Йосипа, Мойсея та інших.

Коли він досягнув повноліття й зрілості, Ми дарували йому мудрість і знання. Так Ми винагороджуємо праведників! (28:14)

Годування грудьми створює міцну базу для створення кращих націй, тому що:

- 1) Дає дітям фізичну, психологічну та емоційну силу.
- 2) Це спосіб годування, який підлаштовується під індивідуальні потреби кожної конкретної дитини, на відміну від годування за допомогою сумішей.
- 3) Це найбільш природний спосіб годування дітей.

Хоча людські знання розвиваються і змінюються, Божественне Писання дає конкретні інструкції.

Воістину, цей Коран провадить до того, що найправильніше, і сповіщає віруючих, які роблять добрі справи, про те, що на них чекає велика винагорода! (17:9)

Мусульмани порушують базові директиви Пророка, що відносяться до здорового життя. Жодна з мусульманських держав не входить в список 12 країн з найвищою тривалістю життя. Найнижча тривалість життя – в Афганістані (43 роки для чоловіків і 44 для жінок)

(United Nations, 2010).

Завдання



ЗАВДАННЯ 39: ЦЕ МЕНЕ ТУРБУЄ...

Батьки і діти повинні обговорити наступні проблеми і вирішити, як їх уникнути. Мене бісить, коли:

- Піца, пахлава і пиріг розрізані неакуратно
- Діти не прибирають за собою, за них це роблять батьки
- Сміття кидається повз смітєвий кошик
- Люди спізнюються
- Чоловік приходить додому пізно, не попереджаючи дружину, що затримається
- Люди забувають зав'язувати шнурки і ніхто їм не нагадує
- Люди виходять з туалету і не миють руки
- Люди не закривають ванну, коли миються
- Люди залишають чашки з кавою, чаєм або водою на столі напівпорожніми
- Люди не зачісуються (включаючи довгі брови і бороди)
- Люди залишають кнопки, шпильки і дужки розкиданими на столі і на підлозі
- Батьки посміхаються дитині, коли вона погано поводиться в будинку друзів
- Люди поширюють чутки і потурають лихослів'ю
- Дитині задають питання, а відповідають на нього батьки
- Батьки часто переривають дітей, коли ті говорять
- Господар примушує гостя занадто багато їсти
- Люди відпускають расистські коментарі або жарти
- Люди залишають на тарілці багато їжі і викидають її
- Гості приходять без попередження
- Гості лають і карають дітей господарів без дозволу останніх
- Батьки порушують обіцянки, дані дітям, без щирого каяття
- У вас просять поради, не розповідаючи всієї передісторії
- Молоді люди користуються ліфтом, а не сходами
- Посланець не передає повідомлення повністю і точно
- Відвідувач занадто довго залишається у хворого в шпиталі
- Від вас приховують причину образи на вас
- Люди витрачають гроші, папір, ліки, серветки і мило
- Люди читають і пишуть повідомлення, перебуваючи за кермом (в деяких країнах це заборонено законом)

- Люди кашляють і сякаються тобі в обличчя, не прикриваючи рот і ніс
- Люди не відключають мобільні телефони на зустрічах, молитвах або в бібліотеці
- Одяг та шкарпетки людей мають неприємний запах
- Люди залишають підлогу і раковину у ванній кімнаті мокрими
- Люди говорять одночасно, не слухаючи один одного
- Водії сигналять по дурному і безглуздо
- Співрозмовник занадто багато разів повторює одну й ту ж фразу або слово, що позбавлені сенсу
- Один розмовляє занадто голосно і дратує інших, інший каже занадто тихо і його не чути
- Люди залишають світло увімкненим, коли самі відсутні
- Хтось проходить без черги
- Гості не зважають на правила, які існують в чужому домі
- Господар в очікуванні гостя, який дуже запізнюється, не пропонує сідати за стіл іншим
- Водопровідний кран не закритий до кінця і т.і.

Кожен член сім'ї може додати до цього переліку те, що йому не подобається.

РОЗДІЛ 11

ДИТЯЧИЙ МОЗОК: ВИКОРИСТОВУЙТЕ АБО ВТРАТИТЕ!

- Вступ **232**
- Вікно можливостей **232**
- Розвиток нейронів і мережа головного мозку **232**
- Зір **234**
- Звук **234**
- Музика **235**
- Емоції **236**
- Стрес може збивати емоційний цикл **236**
- Рух **236**
- Словник і запам'ятовування в дитинстві **237**
- Як змінюється мозок **238**
- Батьки повинні розмовляти з дітьми позитивно **238**
- Програма освіти для дошкільнят в США **238**
- Що можуть зробити батьки? **239**
- Іслам, спів та музика **240**
- Живопис і скульптура в Ісламі **242**
- Розвиток мозку ходунків **242**
- Як емоції переважають розважливість **245**
- Завдання **246**

Вступ



*Аллаг вивів вас із утроб матерів ваших. Ви не знали нічого, а Він дарував вам слух, зір і серця. Можливо, ви будете вдячні!
(16:78)*

КОРАН ГОВОРИТЬ, що знання дитини на момент народження дорівнюють нулю, і Бог нагороджує засобами для досягнення знань, – слухом, зором і, нарешті, умінням міркувати, почуттями та емоціями (*фу'ад*). Біологи пояснюють, що центри звуку знаходяться в передній частині мозку, а зору – в задній частині; між ними знаходяться інші центри розпізнавання, яким люди зобов'язані раціональності прийнятих рішень. Цікаво, що Коран вживає ці слова завжди в однаковій послідовності, ніби вони нерозлучні: слух, зір та емоції.

Нам треба зрозуміти, як формується і розвивається дитячий мозок, в чому важливість першого досвіду і як він допомагає формувати сприйняття логіки, математики, музики, мови та емоцій. Якщо ми зрозуміємо це, то оцінимо і важливість годування впродовж перших 2-х років.

Вікно можливостей

«Щоб правильно поводитися з дітьми, ми повинні зрозуміти їхню біологію.

Різні відділи мозку по-різному і в різний час сприймають життєвий досвід. Стимулюйте дітей в потрібний момент,

давайте їм все, що потрібно; будь-яка затримка може обернутися провалом» (Begley, 1996).

Хоча маса людського мозку – менше півтора кілограма, він містить трильйони зв'язків і здатний на величезну продуктивність. Якщо ми уявимо, що кожне місто на планеті з'єднане прямими дорогами з будь-яким іншим населеним пунктом, то й таку модель можна порівняти з мозком.

Проблема навіть не в тому, щоб побудувати всі ці «дороги», а в тому, щоб прокласти їх в перші п'ять років, тому що потім багато з них побудувати просто неможливо. На жаль! – часто унікальні можливості виявляються втраченими. Тому важливо вчитися розвивати зв'язки мозку вчасно і докладати для цього всіх зусиль.

Розвиток нейронів і мережа головного мозку

«Мозок прошитий в усіх напрямках мільйонами нервових клітин (нейронів). Деякі нейрони відповідають за дихання, інші відповідають за серцебиття, регулюють температуру тіла, керують рефлексми.

«Вбираюча» здатність мозку

Як багато інформації здатний вмістити мозок 3-річної дитини?

Якщо ми будемо розглядати мозок як найпотужніший і найскладніший з можливих комп'ютерів, то оточення дитини можна уподібнити до «клавіатури», що вводить в мозок досвід. До чотирьох-п'яти років темпи запам'ятовування сповільнюються: «комп'ютер» продовжує вбирати інформацію, але з швидкістю, яка незмінно зменшується. Клітини мозку до-рослішають і синапси починають «в'янути». Ми повинні використовувати ці можливості до 3-х років (Kotulak, 1993).

ВІКНО МОЖЛИВОСТЕЙ

Внутрішньо- утробний період	Народження	1 рік	2 рік	3 рік	4 рік	5 рік	6 рік	7 рік	8 рік	9 рік	
		РОЗВИТОК МОТОРИКИ									
		ЕМОЦІЙНИЙ КОНТРОЛЬ									
		ЗІР									
		СОЦІАЛЬНІ ПРИХИЛЬНОСТІ									
		СЛОВНИК									
		ДРУГА МОВА									
		МАТЕМАТИКА/ЛОГІКА									
			МУЗИКА								

Але після народження трильйони і трильйони нейронів ще не задіяні, вони – як порожній диск для завантаження програмного забезпечення.

Якщо ці нейрони задіяні, вони включаються у взаємозв'язок з іншими нейронами, якщо їх не використовувати – вони можуть померти. Саме досвід дитинства визначає, які нейрони будуть задіяні, прокладаючи зв'язки в мозку так само впевнено, як програміст встановлює програми в комп'ютер.

Ці програми визначаються отриманим дитиною досвідом і впливають на те, чи росте вона розумною або дурною, переляканою або впевненою в собі, балакучою або з проблемами мовлення. Ранній досвід такий сильний, що може повністю змінити напрямок розвитку особистості» (Nash, 1997).

До підліткового віку мозок прошитий мільярдами нейронів, з'єднаними сотнями трильйонів зв'язків.



Саме ці зв'язки надають мозку його незрівнянну міць. Традиційно вважається, що схема цих зв'язків зумовлена генами в заплідненому яйці; проте однієї генетичної інформації недостатньо, щоб створити специфічні складні зв'язки мозку. Ці зв'язки визначаються самим середовищем, тобто досвідом, який мозок отримує із зовнішнього світу. Є дві стадії формування зв'язків у мозку: в ранньому дитинстві, коли досвіду ще немає, і пізніше, коли він вже накопичується (Карла Шатц, 1996; Каліфорнійський університет, Неш, 1997). Існують певні часові рамки для можливостей мозку створювати самого себе, – це вікна можливостей, які природа залишає відкритими ще до народження і потім закриває одне за іншим з кожним новим роком.

Здібності «включення» цих можливостей водночас багатообіцяючі і лякаючі. З правильним початком в потрібний час майже все стає можливим, однак, якщо «віконце» пропустити, то можна отримати проблеми з розумовим розвитком. Успіхи, які малюк робить в інтенсивних навчальних програмах, часто тимчасові, ці тренування починаються занадто пізно, щоб поміняти «проводку мозку» повністю.

Відкладати навчання другій мові – теж велика помилка. Педіатр Г. Чугані запитує: «Який ідіот сказав, що навчання другої мови не треба починати раніше старшої школи? Це вже занадто пізно» (д-р Гаррі Чугані, Дитяча лікарня в Мічигані).

Зорові, звукові, емоційні і рухові центри мозку можуть бути описані так:



Зір

Зір формується різким стрибком зростання нейронів у віці 2-4 місяців, – саме тоді діти по-справжньому починають помічати світ, і досягає піку в 8 місяців, коли кожен нейрон з'єднується з 15 000 інших нейронів. Діти, у яких при народженні очі закриті катарактою, без операції з її видалення до 2-х місяців назавжди залишаються сліпими. Це ж підтверджують дослідження на тваринах.



Звук

«До 12 місяців немовлята втрачають здатність не сприймати звуки, неважливі для їхньої мови, і починають агукати, – це набуті звуки їхньої мови», – говорить Патриція Куль (університет Вашингтона). Це пояснює, чому японці не можуть вимовити звук «р», а багато арабських діалектів змінюють «д» на «з», і *dällin* звучить як *zällin*.

Вчитися другій мові після, а не одночасно з першою, набагато складніше. «Схема сприйняття першої мови зобов'язує при навчанні другій» – пише Куль. Дитина, який вчить другу мову після 10 років, навряд чи заговорить нею як рідною. Ось чому важливо, щоб мусульманські малю-

ки слухали рецитації Корану і правильно сприймали всі звуки арабської мови.

Засвоївши звуки, діти починають складати слова. Чим більше слів діти чувають, тим швидше вони вчать мову. Діти, чий матері часто говорять з ними, знають до 20 місяців на 130 слів більше, ніж діти менш балакучих матерів; до 24 місяців різниця збільшується до 300 слів. Звучання вибудовує нейронні ланцюжки, які пізніше дозволяють запам'ятовувати все більше і більше слів. Так можна обрости величезним словником, але тільки якщо слова чути не один раз. Важливо відзначити той же позитивний ефект розвитку мовлення, якщо з малюком регулярно спілкуються брати і сестри.

Музика

Раннє привчання до музики створює нові ланцюжки нейронів. Мозок музикантів, які грають на струнних інструментах, був досліджений за допомогою магнітно-резонансної інтроскопії: обсяг мозку, що відповідає за рухливість великого пальця правої і пальців лівої руки, був значно більшим, ніж у тих, хто не грає.

Платон говорив, що музика – наймогутніший інструмент освіти. Зараз вчені знають чому. Вважається, що музика тренує мозок для більш високих форм мислення. Вчені вивчали вплив музики на дві групи дошкільнят: одні займалися грою на піаніно і щодня співали, інші – ні; через 8 місяців «музичні» трирічки прекрасно збирали пазли, а їхні показники просторового мислення були на 80% вищими, ніж у однолітків.

Дітей потрібно заохочувати навчатися грати на музичних інструментах.

Ці досягнення пізніше перетворюються на комплекс математичних і інженерних навичок. На думку фізика Гордона Шоу з Ірвіна, Каліфорнія, «раннє навчання музиці підвищує дитячу здатність міркувати» (Begley, 2000).



Є явний зв'язок між здібностями до музики, математики та логіки. Більш високо організоване мислення характеризується ідентичними малюнками [звинин] мозку. Вчителі, які працюють з маленькими дітьми, не вчать їх вищої математики і грі в шахи, але малюки здатні створювати музику. Франсуаза Раушер (університет Вісконсіна) давала одним дітям уроки гри на піаніно, іншим – уроки співу, і через 8 місяців ті діти, які займалися музикою, «сильно просунулися в просторовому мисленні» в порівнянні з тими, хто музикою не займався.

Це поліпшення відбилося на їхній здатності працювати з лабіринтами, малювати геометричні фігури і відтворювати малюнок з двоколірних блоків.

Коли діти тренують кортикальні нейрони, слухаючи класичну музику, вони розвивають центри, відповідальні за математику: музика стимулює властиві їм мозкові зв'язки і розвиває здатність вирішувати комплексні завдання (Nash, 1997).

Емоції

Основні ланцюжки, які контролюють емоції, закладаються ще до народження.

Пізніше сюди додається спілкування з батьками. Можливо, найсильніший вплив робить співналаштування, коли той, хто піклується про дитину, пристосовується до дитячих емоцій, – вереск захвату, побачивши кошеня або цуценя, посилюється посмішкою і обіймами батьків, захоплення новою іграшкою відбувається на обличчі батьків, – і ланцюги цих зв'язків посилюються. Без сумніву, мозок буде використовувати перевірені ходи, щоб генерувати аналогічні емоції. Якщо обмінюватися емоціями, електричні та хімічні сигнали посилюються; якщо емоції постійно наштовхуються на байдужість і, тим більше, на негатив (наприклад, дитина гордиться, що збудувала башту з маминих квіткових горщиків, а мама страшенно роздратована), то ці ланцюжки гаснуть і не розвиваються. Звичайно, одне негативне слово не зіпсує дитині життя, але повторення негативних реакцій може призвести до їх закріплення. Так, дитина, чия мати ніколи не поділяла її захоплення, взагалі втрачає здатність відчувати радість.

Стрес може збивати емоційний цикл

Стрес і постійна напруга впливають на емоційні цикли. За них відповідає мигдалина мозочка – розташоване глибоко в мозку маленьке тіло, чия робота полягає в скануванні вхідних зорових повідомлень і звуків та «переклад» їх мовою емоцій. Імпульси з ока і вуха досягають мозочка ще до того, як обробляються «думаючим» неокортексом.

Якщо бачене або почуте пов'язане, наприклад, з болючим досвідом (батько повернувся з роботи п'яним і побив), тоді мигдалина мозочка ще до того, як мозок проаналізує інформацію, що надійшла, розсилає ланцюжками нейронів за допомогою хімічних реакцій сигнал тривоги. Чим частіше повторюється ситуація, тим швидше запускається процес – однієї думки про батька стає досить для відчуття небезпеки. Мигдалевидна залоза може перебувати в стані стресу цілими днями, тримаючи нервову систему постійно напруженою. Від будь-яких почутих негативних шумів або від побаченого суворого виразу обличчя запускається «цикл хвилювання». Оскільки мозок весь час зайнятий скануванням цього навколишнього негативу, у нього не вистачає можливостей розвиватися, і така дитина починає відставати в розвитку, з труднощами вчиться і навіть насилу засвоює мову.

Саме тому Пророк наполягав, щоб люди в гніві мовчали, щоб не образити співрозмовника.

Рух

Плід починає рухатися на 7-му тижні вагітності і досягає піку між 15-им і 17-им. Це відбувається, коли починають працювати відділи мозку, відповідальні за рух. Клітинам мозочка, які контролюють стан і рухи, потрібно близько 2-х років, щоб сформувати функціональні зв'язки, і багато які з них будуть формуватися виходячи з того, як дитина починає рухатися. Якщо ви обмежуєте дитячу активність, то обмежуєте і формування зв'язків між синапсами у мозочку. Перші дитячі спазматичні рухи – сигнал для кори головного мозку, і чим більше рухаються руки і



ноги, тим сильніші зв'язки і тим краще у мозку вийде рухати рукою інтенсивно і плавно. «Вікно можливостей» відкрите лише протягом кількох років: дитина, яка була нерухомою до 4-х років, може навчитися ходити, але ніколи не буде робити це рівно і плавно (Carmichael, 2007).

Вправи справляють гарний вплив не лише на серце, але також на мозок, постачаючи йому поживні речовини у вигляді глюкози і підвищуючи міцність нервових з'єднань, – все це дає дітям різного віку можливість легше вчитися. Діти, які регулярно займаються спортом, краще навчаються в школі. Дітям потрібно періодично давати фізичні вправи і в класі, а не просто змушувати їх тихо сидіти, запам'ятовуючи численні формули і вірші. Знання довше зберігаються, якщо підкріплюються «моторною пам'яттю».

Словник і запам'ятовування в дитинстві

Відкриття біологів пояснюють, чому багато дітей в ранньому віці запам'ятовують Коран, не знаючи арабської. У сучасному суспільстві практика раннього запам'ятовування втрачається, проте, якщо тіло потребує їжі для росту, запам'ятовування постачає мозок базою для розвитку мовлення. Чим більше глюкози поглинає мозок, тим більше він активний. Мозок дитини від 4 років до статевого дозрівання поглинає в 2 рази більше глюкози, ніж дорослий, і тому більш здатний засвоювати інформацію. Складні предмети, такі як тригонометрія і іноземні мови, повинні викладатися в юному віці. Куди простіше дитині в початковій школі слухати і повторювати другу мову – і навіть говорити нею без акценту.

Як змінюється мозок

Тренування підстимулює розвиток клітин в тих частинах мозку, які асоціюються з пам'яттю, і покращує їхнє функціонування. Вчені відкрили, що фізичні вправи збільшують доступ крові до зубчастої звивини медіальної частини і нижньої поверхні півкулі великого мозку (зона гіпокампу, яка задіяна в запам'ятовуванні), що дозволяє формуватися новим клітинам мозку (Carmichael, 2007).

Батьки повинні розмовляти з дітьми позитивно

Найбільша відмінність в сім'ях – у кількості спілкування. Чим більш фінансово забезпечені і освічені батьки, тим більше вони розмовляють з дітьми і тим ефективніше розвивається дитячий словниковий запас. До трьох років діти батьків, що володіють багатим словниковим запасом, можуть чути вже більше 30 мільйонів слів, – в 3 рази більше, ніж діти в менш привілейованих сім'ях.

Важливий і спосіб, яким батьки розмовляють з дітьми. Батьки з хорошою освітою найчастіше говорять ствердно, висловлюючи часті і ясні схвалення («Це добре», «Це правильно», «От молодець!», «Розумник»).

Представники робочого класу теж хвалять дітей, але рідше, наголошуючи на невдачі («Це погано», «Ти не правий», «Стоп», «Тихо», «Замовкни»). Бідні батьки більше критикують дітей.

Трирічні малюки з багатим словниковим запасом і великим досвідом позитивного спілкування при проходженні стандартних тестів продемонстрували більш

високі результати, аніж їх однолітки, з якими займалися менше і менш доброзичливо. Відзначимо при цьому, що бідні батьки люблять своїх дітей не менше, ніж багаті (Begley, Wingert, 1997).

Програма освіти для дошкільнят в США

Федеральна програма «Ривок вперед», яка з 1965 року давала дітям з бідних сімей можливість розвитку, провалилася: всі досягнуті успіхи дітей зникли після 3-х років.

Причина у віці: «Ривок вперед» охоплював 2-х, 3-х і 4-річних дітей. У 1992 р. був запущений проєкт «Abecedarian». Діти з 120 бідних сімей були розділені на 4 вікові групи для інтенсивного раннього розвитку в умовах дитячого садка: приблизно з 4-х до 8-ми місяців, з 4-х місяців до 5 років, з 5 місяців до 8 років і контрольна група без інтенсиву.

Що означає – давати освіту з 4-місячного віку? Давати їм кубики і намиста, розмовляти з ними, грати в «ку-ку».

Кожна з 200 «освітніх ігор» спеціально розроблялася, щоб запустити когнітивний, мовний, соціальний розвиток або моторику. У дітей проєкту «Abecedarian» був вищий рівень інтелекту, причому чим раніше вони включалися в систему, тим більших результатів досягали. Підключення до проєкту дітей старше 5 років не виявило видимого підвищення інтелектуальних здібностей або явних успіхів у навчанні.

Але якщо «вікно інтелекту» закривається раніше, ніж ми виходимо з початкової школи, невже для тих дітей, хто з якихось причин не зміг скористатися «вікном», всі надії втрачені? Що ж роби-



ти бідним дітям, чиї батьки не дають їм намистини для рахунку, щоб розвинути математичні здібності, або не розмовляють з ними, щоб прищепити здатності до вивчення мов? З одного боку, ще є надія – мозок зберігає здатність вчитися все життя: подивіться на людей, які вивчають іноземні мови навіть після виходу на пенсію. Але все ж практика показує, що діти, чий мозок не стимулюється до дитсадівського віку, менш здібні.

Хоча ми всі народжуємося з величезним потенціалом, його необхідно розвивати, і батькам треба знати, якими є потреби дитячого мозку і як саме він зберігає одержувані знання. У мозок дитини повинні бути своєчасно закладені три основні навички: – логіка – мова – музика.

Що можуть зробити батьки?

ЛОГІЧНИЙ МОЗОК

Навички: математика і логіка

«Вікно розвитку»: з народження до 4 років

Що ми знаємо: «місце для математики» знаходиться в корі мозку, поруч з «музикою». Ходунки, яких вчили найпростішим концепціям (на рівні «один» і «багато»), пізніше краще справляються з математикою.

Завдання: Грати з ходунками в ігри на рахунок. Наприклад, посадить дітей за стіл, щоб вчитися відносин «один на один»: одна тарілка, одна виделка на людину. Можна увімкнути ніжну музику.

У виступі на конференції Ліберальної партії (Брайтон, Англія) 30 вересня 1997 британський прем'єр-міністр Тоні Блер сказав, що дитсадкова освіта повинна починатися не в 4, а в 3 роки, визначивши таким чином важливість раннього розвитку мозку.

МУЗИЧНИЙ МОЗОК

Навички: музика

«Вікно розвитку»: з 3 до 10 років

Що ми знаємо: музиканти, які грають на струнних інструментах, мають більш розвинену область у цій чутливій зоні кори мозку, котра відповідає за розвиток пальців лівої руки. Лише деякі відомі музиканти починали грати пізніше 10 років; набагато складніше навчитися грати дорослому. Уроки музики розвивають і просторові навички.

Завдання: Батьки можуть декламувати Коран (таджвід, азан), включати тихі записи звуків природи, співу птахів, виконувати з дітьми пісні і нашиди (релігійні пісні), грати спокійну музику. Давайте дітям музичні інструменти, щоб зрозуміти, чи мають вони якісь схильності до музики.

МОВНИЙ МОЗОК

Навички: мова

«Вікно розвитку»: з народження до 10 років.

Що ми знаємо: зв'язки в слуховій зоні кори головного мозку формуються до 1 року і відповідають за сприйняття звуків. Чим більше слів діти чують до двох років, тим більшим буде їхній словниковий запас, коли вони виростуть. Проблеми зі слухом можуть негативно вплинути на здатність пов'язувати звуки і букви.

Завдання: Важливо, щоб батьки говорили з дітьми, і часто. Якщо вони бажають навчити дітей другої мови, слід почати до 10 років. Слух треба захищати, вчасно лікувати і запобігати появі вушних інфекцій.

Іслам, спів та музика

Іслам дозволяє спів і музику, якщо вони не проповідують зло, сексуальну розпусту і не заважають виконанню релігійних обов'язків.

Сподвижники Пророка і їхні послідовники слухали пісні і музику. Радісні події (весілля, свята, народження дітей) супроводжувалися піснями і грою на музичних інструментах (барабанах, тамбуринах).

Аль-Бухарі і Муслім відзначають, що ефіопи співали і танцювали для Пророка, і Пророк, намагаючись розважити Айшу, запропонував їй насолодитися цим видовищем.



Хадис від Айші (дружини Пророка): «Одного разу до мене зайшов Посланець Аллага. У цей час у мене сиділи дві дівчинки, співали пісні і били в бубон, це був день свята, і Пророк зайшов, ліг і відвернувся.

Через деякий час зайшов Абу Бакр, і, побачивши цих дівчаток, почав лаяти мене і сказав: «Сопілки шайтана у Посланця Аллага?!» (Повторивши двічі), тоді Посланець Аллага повернувся до нього і сказав: «Залиш їх, Абу Бакре, адже у кожного народу є своє свято, а це наше свято». Потім я подала їм знак головою, і вони вийшли.

Це був день Ід, коли ефіопи зазвичай грають з шкіряними щитами і спісами.

Посланець Аллага запитав, чи не хочу я подивитися виставу. Посланець Аллага ховав мене за своєю спиною, коли я дивилася, поклавши підборіддя йому на плече, як ефіопи грають в мечеті. Пророк сказав: «Грайте спокійно, о сини Арфіді!». Коли я втомилася, він запитав, чи достатньо мені. Я дала ствердну відповідь, і він звелів мені йти» (МУСЛІМ).

Це урок для батьків: дозволяйте хлопчикам і дівчаткам розважати себе, а не забороняйте розваги. Зараз музика і мистецтво, в цілому, пропагують гріхи (сексуальну свободу, наркотики і алкоголізм), але ми можемо використовувати музику і для освіти, з чистими намірами.

Не існує достовірних хадисів, які забороняли б музику і спів. Юсуф Аль-Карадаві (2007) вказував на слабкість хадисів, якими часто аргументують заборони музики в Ісламі. Більш того, деякі свідчення часів Пророка підтверджують прийнятність музики і співу. Наприклад:

1. Коли Айша супроводжувала наречену до її нареченого з числа ансарів, Пророк запитав наречену: «Ти трохи розважилася?» (ансари любили святкувати).
2. Під час гіджри Пророка з Мекки в Медину його зустрічали музикою і співом, – так, наприклад, зробили жінки племені Бану аль-Наджара. Абу Бакр намагався зупинити їх, але Пророк сказав: «Залиш їх, наша релігія сповнена радості».
3. Омар ібн аль-Хаттаб увійшов у мечеть і побачив там ефіопів, які танцювали зі списами перед Пророком і його дружиною Айшею під час свята. Він спробував зупинити їх, але Пророк сказав: «Залиш їх».

Головне правило – якщо якась агресивна дія веде до невірної поведінки, її варто уникати. Музика, яка збуджує сексуальність, непристойні пісні абсолютно заборонені шари'атом, так само як і порнографія. Музика і спів, які не проповідують гріх, дозволені.



АВІЦЕННА ПРО ГОДУВАННЯ ГРУДЬМИ І СПІВ

Авіценна сказав: є кілька типів хвороб, викликаних психологічними факторами.

Годування: Авіценна вказував на сильну взаємодію між психологією і здоровим тілом. Один із прикладів – годування грудьми. Тому він наголошував на важливості хорошого вибору годувальниці.

Музика: Авіценна зазначав важливість ефекту позитивної музики на хворих, і фізично, і психологічно.

Живопис і скульптура в Ісламі

Картини і скульптури законні в Ісламі (крім тих, що зображують сором, гріх та інші прояви аморальності). Основним призначенням картин і скульптур за часів Пророка було поклоніння ідолам, тому він заборонив їх використання в практиці Ісламу, однак коли Пророк бачив, як діти грають з фігурками, він не зупиняв їх.

І до цього дня практика Ісламу обходиться без будь-яких зображень. Однак без візуальних прикладів не обійтися в науці, технологіях, освіті, документах і т.і. Подібне функціонування зображень не суперечить традиції Пророка.

Розвиток мозку ходунків

Ходунки цікавляться вивченням мови, повторюванням прикладів і встановленням будь-яких відносин. Вони вже не просто розглядають життя з боку, як робили це в самому ранньому дитинстві, – вони хочуть бути його частиною. Нижче наведені деякі ідеї для батьків, щоб розвинути інтереси дітей і зробити позитивний поштовх до розвитку їхнього мозку.

ПРИКЛАДИ

Для ходунків важливі будь-які обставини і ситуації: мозок маленьких дітей з'єднує різні події і встановлює причинно-наслідкові зв'язки. Батьки можуть гранично просто пояснити їм як природні явища (вплив світла, температури, води, гравітації, вітру), так і соціальні норми (попукати в двері перш ніж увійти, попроситися, сказати: «Дякую»). Діти в цьому віці заінтриговані самим процесом виконання повсякденних речей – миттям, приготуванням їжі, одяганням.

Другий важливий приклад – *ситуації*. Ходунки зацікавлені більше процесом, ніж його результатом, але з 13-19 місяців вони починають групувати «картинки» за змістом. Наприклад, які предмети, люди і події пов'язані з ситуацією «в ресторані»?

До дошкільного віку діти використовують цю інформацію, щоб розуміти і адаптувати навколишній світ. Батьки повинні розтлумачувати, «що», «хто» і «як» в різних обставинах.

УЧАСТЬ В АКТИВНИХ ЗАХОДАХ

Навчання уявленням про простір полегшується їх фізичним «самостійним відчуттям», коли, наприклад, значення прийменника закріплюється, якщо дитина сама розмістить себе «під стіл». Якщо дитину «заточити» в обмеженому просторі і дати їй обмежений набір об'єктів, це загальмує її розвиток. Якнайбільше будьте «провідником» для дитини, вибирайте безпечні приклади і спілкуйтеся якомога більш плідно.

РОЗМОВИ З ДІТЬМИ

Коли батьки розмовляють з ходунками, вони допомагають їм розвинути словник.

Діти хочуть знати назви – «імена» – всіх предметів. Коли батьки вимовляють ці назви, вони повинні чітко «прив'язувати» їх до конкретних предметів. Називаючи предмети, торкайтеся їх рукою, «промовляти» свої дії («Зараз я візьму книгу»). Коли матері задають питання, а потім повторюють і виправляють відповідь дитини, діти запам'ятовують норми граматики та вживання тих чи інших слів.

Наприклад, якщо на питання «Де птах?» дитина відповідає: «Клітка», батьки повинні відреагувати: «Так, птах сидить у клітці», допомагаючи малюку засвоїти структуру речення.

ПІДТРИМКА ПОЗИТИВНОЇ І ПЕРЕДБАЧУВАНОЇ АТМОСФЕРИ

Почуття, які батьки передають дітям, впливають на їхній мозок. Якщо мати спілкується з малюком в стані депресії, то її настрій передається дитині (Field співавт.,1988). У радісній, оптимістичній атмосфері виростають життєрадісні і емоційно гнучкі діти. На малюків впливає емоційна енергія їхніх батьків і те, наскільки дбайливими і позитивними ті виглядають. Послідовність і звичність роблять навчання простішим і створюють емоційний захист.

ЗАОХОЧЕННЯ ПРАКТИКИ І ПОВТОРЕННЯ

Практика і повторення дуже важливі. Дитина отримує з конкретної ситуації тільки частину знань, які ця ситуація їй пропонує, більш загальні висновки вона зробити не в змозі. Немовлята і ходунки зазвичай звертають увагу тільки на частину з почутого чи побаченого і тільки після багаторазових повторень тієї ж ситуації будуть здатні вбачати якісь інші її аспекти. Проходить чимало часу, перш ніж мозок навчиться сприймати навколишній у всій повноті.

Батьки повинні прискорити цей процес – так багато чому треба навчитися!



Чи впізнає плід ваш голос?

Дослідження показують, що деякі знання дитина отримує ще в утробі матері на останніх тижнях вагітності. Навіть на цій стадії батько може вже розмовляти зі ще не народженим малюком, щоб той звикав і до його голосу (Henry Biller, 1993).

Французькі і японські дослідження довели, що плід може чути звуки протягом останніх двох місяців вагітності.

Завдання



ЗАВДАННЯ 40: ВИЗНАЧТЕ «КНИГУ МІСЯЦЯ»

Батьки і діти можуть створити своєрідний «книжковий клуб», визначивши програму сімейного читання на тиждень, місяць або на більш тривалий період. Кожен член сім'ї повинен прочитати певну книгу і «презентувати» її іншим, після чого слід обговорити прочитане. Введіть такі обговорення в звичку, добийтеся якоїсь регулярності таких зборів, щоб домашні звикли до них і могли їх планувати.

РОЗДІЛ 12

Хлопчики та дівчатка: чи різні вони?

- Вступ **248**
- Відмінності: логіка проти емоцій **248**
- Емоційний зв'язок **250**
- Почуття **251**
- Статус **251**
- Міміка **251**
- Стереотипне сприйняття хлопчиків і дівчаток **252**
- Горе **252**
- Мудрість гендерних відмінностей **252**
- Коли починається гендерна відмінність? **255**
- Виховання: мудрість статі **256**
- Чому дисбаланс? **257**
- Міфи про батька-доглядальника **258**
- Вплив відсутності батька на дітей **259**
- Різні потреби хлопчиків і дівчаток **259**
- Реакція на гендерні відмінності **262**
- Стать і темперамент: підміна понять **262**
- Виховання і стать з позицій Ісламу **263**
- Божественний шлях – найкращий шлях **266**
- Завдання **267**



Вступ

Необхідно розуміти різницю між чоловіками і жінками, їхні різні соціальні ролі та біологічні потреби.

Ці відмінності справляють вплив не лише на відносини чоловіка і дружини, але і на відносини між батьками і їхніми синами і дочками. Здорові відносини будуються на правильному розумінні подібності та відмінності статей.

Мова не йде про те, яка стать краща або головніша, тому що Коран і Пророк чітко вказали:

*Відповідно до звичаю жінки мають такі права, які рівні їхнім обов'язкам.
(2:228)*

Пророк сказав:

**«Жінка – це друга половина чоловіка»
(Ахмад)**

Чоловіки і жінки не конкурують, але грають різні, по-своєму важкі ролі.

Відмінності: логіка проти емоцій

Смелі (1995) відзначає деякі біологічні відмінності чоловіків і жінок:

- Жінки, володіючи двома Х-хромосомами, мають більш сильний імунітет, ніж чоловіки, що носять Х і Y-хромосоми;
- Чоловіки мають більше кров'яних тілець, ніж жінки, і у них більше енергії.

Під цю схему підходять близько 80% чоловіків і жінок. Деякі дослідження показують, що жінки так само використовують обидві півкулі мозку, тоді як у чоловіків задіяна переважно ліва, яка «пов'язана» з логікою, просторовим мисленням, математикою та інженерією.

Жінки більш уважні, тому що більше чують і відчувають.

Права півкуля мозку вважається «місцем» почуттів, емоцій, мистецтва, поезії, любові, музики і здатності до вербального виразу. Жінки менш агресивні, в той час як чоловіки більш здатні до аргумента-

ції. Чоловікам легше читати мапи завдяки більш розвиненому просторовому мисленню (Baron-Kohen, 2002 Gilmartin спів-авт., 1984).

Чоловіки прагнуть до відкриттів і обговорення фактів, жінки – до вираження почуттів та емоцій. В ході одного дослідження американським дівчаткам і хлопчикам запропонували сказати все що завгодно, і дівчатка віддали перевагу зв'язному мовленню, тоді як 60% хлопчиків обмежилися незв'язаними звуками. Чоловік вимовляє в середньому 12 000 слів на день, а жінка – 25 000 і більше. Навіть м'язи губ у дівчаток при народженні розвинені краще, ніж у хлопчиків (Eliot, 2009).

Коли виникає проблема, чоловікам властиво приймати рішення; жінка при цьому покладається на рішення чоловіка, віддаючи йому співчуття і любов.

Чоловіків вчать бути більш об'єктивними і раціональними, а жінок – більш орієнтованими на міжособистісні та сімейні відносини. Наприклад, якщо чоловік дивиться баскетбольний матч, його цікавить рахунок, а не життя гравців; жінці буде цікавіше дивитися гру, якщо вона знає імена гравців і хто з ким одружений.

Чоловіки, як правило, навчаються відокремлювати себе від довкілля. Жінка не відокремлює себе від дому, дітей та роботи: якщо вона не помила посуд, то, буває, не може переключитися на вирішення якихось інших завдань. Чоловіки інакше ставляться до дому, для них це – перш за все місце відпочинку, і своєчасне миття посуду – не пріоритет.

Чоловіки у відносинах частіше пам'ятають тільки основні речі; жінки більш концентруються на деталях, наприклад, у що були одягнені в момент знайомства і що подавали на стіл на святкуванні першої річниці весілля.



Жінки апріорно налаштовані на створення міцних відносин і здатні швидше за чоловіків розпізнавати симптоми загрози для таких відносин.

Дослідники просили пари відповісти на питання: «Які наші відносини? Що нам зробити, щоб поліпшити їх?». Чоловіки частіше оцінювали міцність своїх подружніх відносин вище, ніж жінки.

Чоловікові потрібні впевненість і захоочення, і чим частіше жінка дякує йому і чим рідше критикує (якщо тільки він не просить цього), тим краще.

Жінці потрібно більше емоційної енергії для турботи про дітей. У чоловіків менше терпіння: один батько провів весь день з 4-річним сином і прийшов до висновку, що тому не вистачить покарань за нескінченно погану поведінку. Жінки з цим легко справляються.

Емоційно чоловікові складніше знайти підхід до жінки, ніж навпаки.

Жінки більш адаптовані до побудови міцних відносин.

Д-р Уоррен просить кожного свого пацієнта назвати трьох найближчих друзів. Жінки відповідають швидко, їхній список, часом, навіть доводиться обмежувати. Якщо ж пацієнт – чоловік, то зазвичай настає пауза, а потім: «Що саме Ви маєте на увазі під «кращим другом?»».

Більшість чоловіків по-іншому сприймають близькі відносини: їм подобається бути разом, дивитися матчі, рибалити, але це ще не робить їх «близькими друзями». (Wolgemuth, 1996)

Чоловіків виховують так, що для них головним стає не зовнішня привабливість, а стабільність становища. Жінці ж частіше говорять, що вона повинна підтримувати привабливість, щоб знайти чоловіка, який здатний утримувати сім'ю.

Жіночий мозок важить трохи більше чоловічого, краще постачається кров'ю і має трохи більшу температуру. Дівчата дорослішають раніше хлопчиків. Мозок жінок і чоловіків розвивається по-різному, і ніхто не знає точно, чому. Ці відмінності з віком можуть посилюватися або нівелюватися. Дівчина може підбрати слова швидше, аніж юнак, але трохи пізніше він може її наздогнати. Дослідження нейронів показують, що біологічні відмінності зумовлюють типи поведінки. Ми вправі очікувати, що чоловіки більше розвиваються фізично, а жінки – емоційно, і, зазвичай, так і відбувається. Спокусливо зробити висновок, що поведінка людини зумовлюється саме біологією, а не вихованням. Однак, хоча чоловіки і жінки роблять деякі речі по-різному, базова поведінка у всіх нас однакова.

Емоційний зв'язок

Відмінності жіночих і чоловічих стереотипів поведінки стали об'єктом анекдотів і карикатур – мовляв, жінки прагнуть заволодіти чоловіком, а той будь-якими способами намагається цього уникнути; жінки тільки й щебечуть про високі почуття, а чоловіки зводять будь-яку розмову до футболу; жінки все розповідають подругам, а чоловіки сприймають це як непристойне оголення почуттів.

Може, це лише наші уявлення? І якщо це так, тоді звідки таке сприйняття бере свій початок?

Емоційний відгук немовлят, яким усього один день, не пов'язаний з тренуванням або соціалізацією. Дослідження, в ході якого дітям давали прослухати різні звуки – плач, гарчання звірів, щебет птахів, згенерований на комп'ютері гул, – діти реагували, насамперед, на емоції іншої людини (Cassidy, 1999), при цьому більш інтенсивно на звукове висловлювання чужої біди реагували дівчатка, – ця реакція зберігається на все їхнє життя.

Навіть в перші дні життя дівчатка більш схильні до емпатичних реакцій. Можливо, жінкам простіше уявити, як чиєсь нещастя відіб'ється на них. Створіння жіночої статі, ще не набувши досвіду захисту від світу, орієнтовані на співчуття потребам інших.



Почуття

Тож не дивно, що жінки володіють так тонко налаштованими емоціями. У них більш розвинений нюх (особливо під час овуляції), вони надають більшого значення тактильним відчуттям.

Контакт за допомогою дотиків необхідний для здорового існування дитини. Якщо дітей заколисувати на руках, вони швидше дорослішають і набирають вагу на 47% швидше, ніж ті, які залишені одні, навіть за умови однакової годівлі (Dodd, 2005).

Голос матері прекрасно відповідає почуттям і потребам малюка. Після програвання запису голосу немовлятам з'ясувалося, що ті краще сприймають звернені до них високі звуки, ніж [нижчі] тони, які жінки використовують для спілкування з дорослими.

Більш того, коли дитина чує материнський голос, її серцебиття сповільнюється і стабілізується. Комфорт, який мати дає дитині, можна розділити на базовий (біологічний) і набутий. Емоційна відмінність між чоловіком і жінкою починається в переплетінні долі дитини і матері – історії двох сердець.

Статус

Прагнення здобути якийсь особливий статус рано проявляється у хлопчиків і слабко розвивається у дівчаток. В цілому, дівчаткам не так вже необхідно бути «номером один». Це можна проілюструвати тим, як діти однієї статі грають «у лікаря»: всі хлопчики хочуть бути лікарями – щоб вказувати всім, що робити; вони будуть сперечатися про це нескінченно. Дівчатка запитують, хто хоче бути лікарем, і обговорять, хто візьме на себе ролі медсестер і пацієнтів.

Хлопчики віддають перевагу іграм, що виявляють явного переможця. Вони також більш впевнені в суперечках про результат гри.

Дівочі ігри коротші хлоп'ячих: хлопчики сперечаються про гру – хто що робив, хто які можливості мав, і їхні ігри не закінчуються суперечками, тоді як дівчатка часто переривають гру через сварки. При цьому хлопчики легше долають розбіжності, дівчатка ж більш схильні до конфліктів. Деякі вважають, що ми самі надихаємо дівчаток бути більш емоційними і «затискаємо» емоційний розвиток хлопчиків. Але чим більше ми намагаємося розрізнити біологію і культуру, тим більше стає очевидним, що це неможливо. Питання про роль природи і виховання – замкнене коло, в якому одне впливає на інше.

Міміка

Жінки легше «зчитують» вирази облич, аніж чоловіки. Жінки частіше за чоловіків посміхаються, і чоловіки заохочують їх у цьому, можливо, через ще нещодав-



ні домінують підлеглі відносини статей. Жінки також краще за чоловіків зчитують невербальні сигнали (мову жестів, міміку).

Під час перегляду фотографій, на яких можна розрізнити вирази облич, представники обох статей легко виділили тих, хто щасливий. Жінки також з 90%-ю впевненістю «зчитали» смуток на обличчях як чоловіків, так і жінок; чоловіки ж в 90% випадків визначили смуток на чоловічому обличчі, але лише в 70% – на жіночому. Жіноче обличчя повинно виглядати дуже нещасним, щоб чоловік помітив це; легкий відтінок залишиться непоміченим.

Стереотипне сприйняття хлопчиків і дівчаток

Старовинний англійський віршик свідчить, що дівчатка зроблені «з цукерок і тістечок, з солодощів неможливих», а хлопчики – «з колючок, черепашок і зелених жаб». Навіть п'ятирічна сучасна дитина дивується настільки «контрастній» відмінності.

Деякі дослідники вважають, що хлопчики потребують більшої уваги, тому що відчуття любові підвищує рівень саме чоловічих гормонів і стимулює розвиток мозку.

Багато досліджень доводять, що чоловіки і жінки можуть пережити навіть смертельні захворювання, такі як вада серця і рак, якщо їхній шлюб наповнений любов'ю і підтримкою. Навіть незначна сварка залишає слід в імунній системі, і після конфлікту подружні пари можуть злягти з температурою і застудою. Коли партнер помирає, імунна система того, хто залишився жити, відновлюється від 4 до 14 місяців.

Ви коли-небудь замислювалися, чому сури Корану починаються словами: «В ім'я Аллаха, Милостивого, Милосердного!»? Можливо це натяк на те, що і батьки повинні бути ніжними по відношенню до своїх дітей?

Горе

Ніхто не вважає самотність і переживання горя корисними для здоров'я, – як розумового, так і фізичного.



Жінки переживають горе інакше, ніж чоловіки. Можливо цим пояснюється те, чому чоловіки і дружини перетерплюють втрату дітей по-різному; чоловіки зазвичай справляються швидше.

Мудрість гендерних відмінностей

Жінка створена і найчастіше вихована таким чином, щоб бути чуйною і емоційною для захисту дітей від будь-якого лиха. Це ж стосується і царства тварин: кішка захищає кошенят і ховає їх від котів, включаючи батька, щоб він не з'їв їх, як це робить миша. Під час вагітності виробляються певні гормони, які допомагають під час народження, годування і захисту дитини.

Під час місячних, вагітності, пологів і годування грудьми жінка більш залежна.

І тим більше турботи вона повинна отримувати в цей час. Мільйони жінок скаржаться на дискомфорт під час менструації. Проблеми можуть тривати кілька днів і включають набухання молочних залоз, спазми, головні болі, сильну кровотечу, перепади настрою і втому.

Чоловік приваблений жіночою сексуальністю настільки, що буде нести відповідальність за дружину і дітей. Він повинен бути щедрим і забезпечувати сім'ю всім необхідним, а мати більше зосереджена на собі і турботі про дітей. На чоловікові не лежить тягар менструацій, вагітності, пологів і годування грудьми: виходить, що він вільний добувати необхідне і піклуватися про потреби сім'ї.

Відмінності в природі чоловіка і жінки пояснюють ісламські сімейні закони та інструкції, зокрема, концепція *аврат* – інтимних частин, які необхідно приховувати. Зона *аурат* чоловіка знаходиться між пупком і колінами, щоб він міг безперешкодно робити важку фізичну роботу. Оскільки



ки все тіло жінки приваблює і бажане для чоловіка, все воно є зоною *аурат*, за винятком обличчя, стоп і кистей рук.

Зазвичай жінці немає потреби демонструвати тіло чоловіка. Ця добре розроблена детальна концепція *аурат* – дієвий захист від розбещеності, яка руйнує сім'ї і суспільство.

Однак у відносинах чоловіка і дружини не існує заборон на показ тіла, як зазначає Коран:

Вони — наче одяг для вас, а ви — наче одяг для них. (2:187)

Як члени суспільства чоловік і жінка мають однакові права, але різні обов'язки, зумовлені психологічними і фізіологічними особливостями. Сім'я – особливий інститут, який ефективно функціонує і дозволяє реалізувати плюси всіх його членів.

Жінки у віці між 20 і 40 роками – основа сім'ї. Вони ніжні, турботливі й забезпечують мир і комфорт домашнім. Чоловік повинен перебувати в спокої, особливо після повернення додому після довгого і виснажливого робочого дня.

Забезпечення сім'ї – його обов'язок, і відпочинок – його природне право; проте це не означає, що дружини не можуть робити багатьох інших речей, крім «обслуговування» чоловіка і дому, і це не звільняє батька від обов'язку дотримуватися злагоди всередині сім'ї. Ці ролі не повинні сприйматися як слабкість жінок і сила чоловіків; вони просто відповідають природі. Ісламський закон покладає відповідальність за прибутки сім'ї на чоловіка, а не на дружину, незалежно від її матеріального статусу, тому що справа в ролях і якісній підготовці до них. Рішення, чи виходити дружині на роботу, – це рішення самої жінки; її не можна примушувати

працювати, тому що завдання щодо забезпечення засобів до існування лежить на її чоловікові. Але якщо вона вибирає роботу, в цьому немає нічого, що суперечить закону; якщо вона може поєднати роль працівника і матері, вона має право вирішувати обидва цих завдання.

Хоча ми схвалюємо жінок, які працюють поза домом, багато хто віддає перевагу матерям, які проводять весь час вдома з дітьми. В Америці вважається, що більшість жінок працюють лише з необхідності забезпечити себе і свою сім'ю (*al-Usra*, Issue 61, 1419 AH).

У наші дні, на жаль, жінки і на Заході, і в мусульманському світі стали жертвами важких економічних умов. Західна культура виробила сприйняття жінки як сексуального об'єкта, дешевої розваги і предмета торгівлі.

У деяких мусульманських країнах жінки не отримують освіти і не готові до великої ролі матері; багато з них не мають ніяких соціальних прав, знаходяться в повній владі чоловіків, забиті та ізольовані.

Шейх Мухаммад аль-Газалі відзначав, що за часів його дитинства в селі жінок можна було побачити скрізь, крім

мечеті. Сумно визнавати, що в деяких країнах жінкам і зараз немає місця в мечеті. Більшість студентів теології в Туреччині – жінки, проте архітектори мечетей «мало думають про простір для жінок, які моляться» (MURAD, 2009).

Як ми можемо чекати від матері, щоб вона виростила дитину, без релігійної допомоги, що дається щоп'ятниці на проповіді, – можливо, найбільш потужному з існуючих інститутів освіти? Відділення жінок від мечеті зберігається століттями, незважаючи на заповіді Пророка.



Пророк сказав:

«Не забороняйте жінкам, відданим Аллагу, відвідувати мечеть Аллага» (МУСЛІМ)

Жінки вільні відвідувати мечеть або молитися вдома, в залежності від виконуваних обов'язків і можливостей. Обов'язок чоловіка – сприяти походу дружини в мечеть, допомагати їй, а не навантажувати додатковою ношею.



Арабський поет сказав:

*«Що ти оплакуєш дочку свою, Лубну,
після того, як пригнічував її? Лубна пішла,
що будеш робити тепер?»*

Багато батьків погано поведуться з дітьми, принижують, лають їх, а потім шкодують про свої дії.

Їхнє горе може запізнитися років на 16!

Коли починається гендерна відмінність?

Більшість дітей усвідомлюють свою належність до тієї чи іншої статі вже в перший рік свого життя (Beal, 1993), а між 2 і 3 роками намагаються дотримуватися очікуваної моделі поведінки. Близько 3 років поведінка дитини помітно пов'язана зі статтю: дівчатка обирають «дівчачі» гри, наприклад в «дочки-матері», хлопчики влаштовують бійки і обирають у якості іграшок машинки і солдатиків.

Важливим чинником статевої самоідентифікації є ранні дитячі спогади, усвідомлення анатомічних відмінностей і психологічна реакція на це усвідомлення.

Найбільше гендерна ідентифікація залежить від позитивного контакту з одним із батьків, тієї ж статі. Більшість випадків жіночої поведінки чоловіків і схожості жінок на чоловіків викликані саме проблемами в стосунках з батьками, а не збоєм гормональної системи.

Хлопчика змушує відчувати себе мужнім порівняння з батьком, якщо, звичайно, той проявляє істинно чоловічі якості. Неважливо, чи полуює батько на тигрів, працює на конвеєрі або готує вечерю і змінює підгузники, – якщо дорослий чоловік проявляє себе в будь-якій ролі і при цьому відчуває себе комфортно, то за умови хороших відносин з сином він стане для нього зразком, і гендерний розвиток дитини з великою ймовірністю буде правильним.

Батько, який сам відчував себе незахищеним в усвідомленні свого статусу, може передати психологічні проблеми синові. Якщо батько відкидає домашні справи як «жіночі» та «нечоловічі», то він не стільки зміцнює свій статус, скільки демонструє свою незграбність. Дитина інтуїтивно вбирає це і сама стає такою ж незграбною.



Дівчинка росте, мріючи бути жінкою, і готується бути успішною в будь-якій жіночій ролі, визнаній в її культурі, неважливо – селянки або сенатора.

Для цього їй потрібні любов і хвала матері.

Немає певних вимог для виховання хлопчика або дівчинки. У сім'ї не повинно бути переваг однієї статі над іншою. Не треба сперечатися про «престижні» ролі: турбота про дітей і про будинок заслуговує на повагу так само, як робота в офісі, на фабриці, в соціальній сфері.

З хлопчиками і дівчатками треба поводитися добре, але не зовсім однаково: їх треба навчати певної рольової поведінки, проте утримуючись від того, щоб хлопчик став агресивним егоїстом, а дівчинка – безпорадною і повністю залежною від чоловіка.

Завжди, коли дівчатка стикаються з перешкодами, їх треба утримувати від зайвої емоційності і плаксивості. Якщо з труднощами стикаються хлопчики, не можна заохочувати їхню агресію і схильність до насильства.

Хлопчикам і дівчаткам замість занадто гарних лялечок або фігурок супергероїв слід давати іграшки нейтральної статі.



Поруч з іграшками повинні бути конструктори і деталі «Лего».

Виховання: мудрість статі

В даний час виховання дітей у багатьох сім'ях – відповідальність мами, а тато допомагає. Ще існує дисбаланс в догляді за дітьми між чоловіками і жінками. У США батьки присвячують сім годин на тиждень догляду за дітьми, в той час як матері присвячують 14 годин на тиждень. Крім того, матері проводять 18 годин на тиждень за роботою по дому і 21 годину на оплачуваній роботі, тоді як батьки проводять 10 годин на тиждень на роботі по дому і 37 годин на оплачуваній роботі (науководослідний центр Pew (П'ю) 2013). Приблиз-

Не варто надавати зайву увагу одягу і зачіскам дівчаток і недооцінювати важливість цього ж для хлопчиків. І мати, і батько повинні приділяти однакову увагу зовнішньому вигляду дочки і сина. Одяг не повинен заважати дівчаткам гратися так само активно, як їхнім братам. Сина треба вчити ніколи не ображати дівчинку, навіть в грі, а дочці – не дозволяти хлопчикові ображати її та, за необхідності, захищати себе, а не плакати й тікати.

но в 60 відсотках повних сімей з дітьми у віці до 18 років працюють обидва з подружжя. В середньому батьки проводять більше часу на оплачуваній роботі, а мами проводять більше часу, доглядаючи за дитиною і займаючись домашніми справами. Проте навіть в сім'ях, де матері мають аналогічні умови роботи, що і батьки, вони все ж витрачають набагато більше часу на догляд за дітьми. Дослідження, опубліковане в Family Relations в грудні 2013 року, що досліджує матерів і батьків, які мали схожі робочі обмеження, виявило наступне:

І чоловіки, і жінки унікальні

- Сотня чоловіків побудує військовий табір, але тільки одна жінка створить будинок (*китайська приказка*).
- «Син Фемістокла своїми примхами змушував матір виконувати всі його бажання, а через неї і батька. Фемістокл, підсміюючись над цим, казав, що його син найсильніша людина в Елладі, тому що еллінам дають свої веління афіняни, афінянам – він сам, йому самому – мати його сина, а матері – син». *Плутарх*
- Чи може чоловік повністю зрозуміти жінку? А жінка чоловіка? – Чи може чоловік витримати агонію пологів? Неможливо, йому і двох печінкових колекторів буде досить.
- Якби у тебе був вибір вчити чоловіків або жінок, кого б ти вибрав? Якщо вчиш чоловіків, даєш освіту громадянам, якщо жінок – нації!



- коли їх дітям було 9 місяців, матері витрачали майже 70 відсотків свого часу середнього робочого дня на догляд за дітьми, в порівнянні з менш ніж 50 відсотками часу у випадку батьків.
- матері витратили більше, ніж в два рази часу, з виховання дітей на рутинні справи по догляду за дитиною (купання, годування, зміна підгузників), ніж батьки, навіть після того, як були враховані грудне вигодовування і зціджування.
- Батько взяв на себе більше роль помічника, аніж основного вихователя.

(Державний університет Огайо 2013)

Робота і обов'язки з виховання дітей в двадцять першому столітті вже не окреслені статтю, але наявністю і близькістю, і воно почало нагадувати рівне за можливостями завдання. Проблеми підгузників вирішуються за принципом: «Хто відчув його запах першим», а не «Мій батько ніколи не робив цього, тоді чому я повинен це робити?» – це аргумент минулих днів.

Використовуючи дані 1965 і 2011 рр., Дослідницький центр Рев повідомив в 2013 році, що батьки взяли на себе більше роботи по дому і догляду за дитиною з 1965 року, в той час як матері збільшили час, що витрачається на оплачуваній роботі. Їхні ролі, таким чином, зближуються. У 2012 році 64 відсотків матерів у Великій Британії працювали, а 29 відсотків матерів працювали повний робочий день (Департамент з питань освіти 2014 року). «Посидіти з дитиною» може сусідська дівчинка-підліток, але ніяк не рідний батько, оскільки він – повноцінний учасник процесу турботи про дитину, хоча, звичайно, частіше приділяє цьому менше часу. Повернення матерів до роботи привело до переоцінки традиційних ролей в сім'ї. Чому, коли обоє батьків приходять додому з роботи, хтось сідає і читає газету, а хтось повинен готувати і годувати, купати і вкладати дітей спати? Ці проблеми зараз вирішуються розподілом обов'язків: один готує вечерю, інший – купає і вкладає. Навіть прищеплення дітям дисципліни стало більш «чесним», – матері вже не говорять: «Зачекай, ось прийде батько додому».

Дисципліна заснована на методі: «Хто побачив першим», знімаючи величезну ношу з плечей батьків.

Чому дисбаланс?

ЖІНКИ ТАК АРГУМЕНТУЮТЬ СВОЮ ЗОСЕРЕДЖЕНІСТЬ НА ТУРБОТІ ПРО ДІТЕЙ:

- Жінки не хочуть розгойдувати «сімейний човен» і вступати в конфлікти.
- Жінки більш включені в турботу про дітей, тому що їх так виховували, і в цьому полягає їхнє біологічне призначення.
- Оскільки суспільство все ще вважає, що жінка несе головну відповідальність за дитину, то жінки не хочуть знімати з себе цю відповідальність.
- Багато жінок негативно ставляться до поділу своїх обов'язків, адже це означає втрату повного контролю і необхідність ділити з іншим дитячу любов і прихильність.
- Деяким жінкам не подобається, як партнер виконує їхню роботу.

ЧОЛОВІКИ ТАК ПОЯСНЮЮТЬ, ЧОМУ ВІДСТУПАЮТЬ ДІТЕЙ ЖІНКАМ:

- Я боюся, що трапиться щось жахливе.
- Я не впораюся з дитячими проблемами і почну психувати – мати піклується краще, я ніколи так не зможу.
- Якщо я буду проводити багато часу з дітьми, то не зможу зробити кар'єру.
- Цілком достатньо, що чоловіки дають дітям хороший приклад для наслідування.
- Суспільство упереджено ставиться до виконання чоловіками жіночих функцій.
- Деяких матерів настоює підвищена активність батьків.

Однак нинішнє покоління чоловіків витрачає на турботу про дітей більше часу, ніж їхні власні батьки, – модель поведінки змінилася.

Міфи про батька-доглядальника

Ось лише деякі поширені міфи про батька, який піклується про дітей, і їх відповідність реальності:

Міфи	Реальність
<ul style="list-style-type: none"> • Жінки в цій ролі завжди кращі. 	<ul style="list-style-type: none"> • Діти можуть любити батька так само, як і матір.
<ul style="list-style-type: none"> • Протягом перших років життя дітям більш потрібна матір, а батько стане потрібним пізніше. 	<ul style="list-style-type: none"> • Батьки так само чуйно ставляться до дітей, як і матері.
<ul style="list-style-type: none"> • Головна роль батька – встановлювати дисципліну. 	<ul style="list-style-type: none"> • Американські батьки інакше граються з дітьми ніж матері: більш активні, більш винахідливі та проводять більше часу саме за грою (Parke 1996, Yogman 1981).
<ul style="list-style-type: none"> • Батько заробляє на хліб, він не повинен проводити час з дитиною. 	<ul style="list-style-type: none"> • Батьки – турботливі вихователі: діти, які проводили багато часу з батьками, продемонстрували прекрасні результати тестування.
<ul style="list-style-type: none"> • Дітям необхідно бути більш прихильними до матері, щоб вирости здоровими. 	<ul style="list-style-type: none"> • Батьківський стиль виховання дуже впливає на соціалізацію дитини.
<ul style="list-style-type: none"> • У мене не було близьких стосунків з батьком. І зі мною все добре; отже, і моїй дитині не особливо потрібні близькі стосунки зі мною. Мене не потрібно звинувачувати, що я вряди-годи буваю з дітьми, адже мій тато поводив себе так само. 	<ul style="list-style-type: none"> • На нас покладена відповідальність за власні дії. Якщо наші батьки не були прикладом для наслідування, ми зобов'язані шукати кращі приклади.
<ul style="list-style-type: none"> • Зробити кар'єру – найкраще, що я можу зробити для сім'ї. 	<ul style="list-style-type: none"> • Хороше становище сім'ї важливіше кар'єри.



Вплив відсутності батька на дітей

Дослідження вказують на зв'язок між залишенням без батька-годувальника і наступною поганою поведінкою:

1. Наркотична та алкогольна залежність
2. Збільшений рівень насилля
3. «Гіпермужність» в хлопчиках
4. Асоціальна поведінка
5. Труднощі з тим, щоб змиритися з розлученням або повторним шлюбом батьків
6. Відсутність турботи про почуття та потреби інших
7. Зниження рівня успішності в школі.

Різні потреби хлопчиків і дівчаток

Ніхто точно не знає, природа чи виховання змушують хлопчиків і дівчаток мати різні потреби. Проте в деяких суспільствах гендерні ролі і поведінка асоціюються з суворо визначеними рамками поведінки, особливо в бідних верствах, і кожен, хто порушує ці правила, повинен бути покараний.

НИЖЧЕ НАВЕДЕНІ ДЕЯКІ ХИТРОЦІ, ЯКІ НАДИХНУТЬ ХЛОПЧИКІВ І ДІВЧАТОК НА РОЗІГРУВАННЯ СОЦІАЛЬНИХ РОЛЕЙ (Friedman, 1998).

Що потрібно маленьким дівчаткам

Впевненість в собі: дівчатка часто потребують натхнення словами, яке пояснює те, що батьки хочуть в них розвинути: «Ти така хороbra – сама піднялася сходами!». Дівчаткам важливо знати, що вони яскраві і здібні і що батьки впевнені в них. Дівчаткам треба давати більше можливостей бути лідерами, наприклад, дозволяючи їм обирати свій шлях в житті, встановлювати правила гри, залучаючи їх до обговорення. Дівчинка, яка навчилася керувати, краще готова до власної освіти та кар'єри.



Самостійність: важливо, щоб дівчинка почувалася компетентною в тому, що їй дозволили зробити самій, – донести кухоль з соком, розчесати волосся або побудувати вежу з кубиків. Дівчинці потрібно нагадувати, що багато жінок працюють і заробляють гроші, і треба бути готовою утримувати себе. Батьки можуть продемонструвати позитивні приклади працюючих жінок, які поєднують роботу і сімейне життя.

Просторове мислення і координація: дівчинці треба давати різні іграшки, включаючи машинки, кубики, водяні пістолети, м'ячі, а також іграшки, на які вони можуть забиратися або на яких можуть їздити.

Фізичні заняття: батьки можуть гратися з дочками в активні ігри (квач, боротьба). Навіть ті дівчатка, які ще маленькі для командних видів спорту, можуть отримати плюси від лазіння на гірці, пробіжок, перекидів. Батькам потрібно уникати «рятування» дитини: треба надихати її ставати брудною, розпатланою і спітнілою від лазіння по деревах або гри в траві, і допомагати їй перемогти почуття «фу, гидота».

Дозвольте їй вимаститися глиною або роздерти коліна, впавши на фініші.

Навички прийняття рішень: батьки повинні давати дівчаткам робити вибір і брати на себе відповідальність за свої рішення. Коли дочка стане ходунком, дозволяйте їй самій вибирати, яку чашку або тарілку вона хоче використовувати або кого хоче запросити погратися.

Цікавість: Дівчаткам треба давати всі можливості для вивчення свого оточення. Будинок повинен бути підлаштований під їхнє безпечне переміщення по ньому. Батьки можуть брати дівчаток в подорожі «в світ» – в бібліотеку, парк, зоопарк, супермаркет або місця для молитов. Батьки можуть попросити школу організувати виїзди на ферми, фабрики, ремісничі майстерні, сади та інші цікаві й пізнавальні місця.

Образ: Батьки повинні зосереджуватися на досягненнях дитини, а не на її зовнішності. Краще звертати увагу дочки на те, що вона може зробити, а не на те, наскільки вона гарненька в своєму платтячку. Наприклад, можна похвалити: «Ти зробила чудову складну справу», – замість: «Ти виглядаєш сьогодні як принцеса».

Навички критичного аналізу: Якщо діти дивляться телевизор або фільми, батьки можуть навчати їх критичного сприйняття переглянутого. Можна обговорити, наприклад, «традиційні» ролі персонажів, або як саме телепрограми створюють образ повних дівчат – чи представляють їх як непопулярних, виключно комічних, або чи виглядають «красиві дівчата» розумними?

Здібності до наук: Дівчаткам треба давати всі можливості вивчати математику та інші точні науки. Хоча дівчатка готові вивчати світ і хочуть цього, у них часто немає достатньо насаги або можливостей.

Будьте прикладом: Повага до себе і інших жінок, матерів, тіток і родичок закладає стандарт, якого дівчинка буде дотримуватися. Шанобливі стосунки можуть подолати традиційні стереотипи і допомогти дівчаткам стати чимось більшим, ніж «цукерки, тістечка і всілякі солодощі».

Що потрібно хлопчикам

Чоловічий приклад для наслідування: хлопчики знову і знову перевіряють себе на відповідність образу чоловіка. Якщо в еру «відсутніх батьків» у хлопчика немає прикладу для наслідування, він буде слідувати нав'язаному поп-культурою, спортивними програмами і телебаченням зразку «мужності», який складається з *сексу, насилля, спортивних досягнень і матеріального достатку*. В якості вихователів батьки можуть переосмислити стосунки жінок, чоловіків і хлопчиків.



Чоловік повинен експериментувати з речами, які традиційно перебувають в «зоні жінок»: ділитися почуттями, надавати емоційну підтримку, удосконалювати мистецтво розмови. Якщо хлопчик приходить до батька і каже, що його хтось кривдить, то батько може уявити аналогічну розмову між матір'ю і дочкою і, можливо, «перенести» ситуацію в даний діалог.

Фізична ніжність: маленькі хлопчики потребують обійм не менш, ніж дівчатка, тому батьки повинні однаково заспокоювати малюків, коли ті плачуть, а не відмахуватися: «Не реви, ти ж чоловік!».

Вербальні навички: батьки повинні часто розмовляти з сином, навіть в дитинстві. Їхні голоси створюють відчуття спокою і допоможуть розвинути мовні навички.

Роздуми про інших: важливо пояснити хлопчикам, що деякі їхні дії можуть засмучувати інших людей. Коли дівчинка поводить себе погано, їй зазвичай м'яко кажуть, що вона заважає комусь, хлопчика ж часто просто карають. Діти концентруються на злості, а не думають про те, як їхня погана поведінка відбивається на батьках або, наприклад, товаришах по іграх.

Навички мирних рішень конфліктів: хлопчиків треба навчати конструктивним шляхам вирішення суперечок і конфліктів. Якщо вони б'ються, як роблять багато ходунків, то батькам потрібно пояснити, що битися неприпустимо і запропонувати інші способи виявляти гнів.

Відповідальність за свої дії: важливо уникати подвійних стандартів. Якщо батьки вважають якусь поведінку непринятною для доньки, то вони повинні застосовувати цей стандарт і до сина теж. Вони не можуть вибачатися: «Ну, хлопчики є хлопчики», щоб виправдати грубість.

Вираження емоцій: хлопчиків потрібно заохочувати висловлювати свої почуття, в т.ч. плачем. Якщо дітей вчать, що якісь природні емоції проявляти неприпустимо, вони пізніше можуть взагалі не проявляти жодних почуттів.

Реакція на гендерні відмінності

Батьки можуть допомогти дітям спокійно сприйняти відмінності між статями.

- Дорослі можуть змоделювати поведінку, якій хочуть навчити дітей, наприклад, скористатися ситуацією, коли дитина звернула увагу на те, що мати косить газон і водить машину, а батько прибирає будинок, готує їжу і миє посуд.
- У багатьох країнах жінки роблять велику частину важкої роботи (включаючи носіння води).
- Має сенс обирати для дитини іграшки без виразних статевих ознак. Ходунки переймають моделі поведінки у товаришів по іграх, тому варто спілкуватися з іншими батьками.



Стать і темперамент: підміна понять

Більшість батьків згодні з психологами, що не варто жорстко орієнтуватися на певну гендерну модель. І хлопчики, і дівчатка повинні бути наполегливі і м'які, інтуїтивні і розважливі. Проте багато батьків турбуються, якщо дитина поводить себе не як представник своєї статі, – наприклад, якщо син вимагає ляльку Барбі, а дочка відмовляється одягати сукню (Kessler і McKenna, 1978). Наскільки все це серйозно? Що це означає?

Кожен з нас має власний темперамент. Темперамент – певний спосіб реакції на те, що відбувається навколо. Темперамент у певному сенсі пов'язаний з речами, які нам подобаються і не подобаються. Деякі діти інтуїтивно зацікавлені в інших людях, легко йдуть на зоровий контакт і відповідають посмішкою на посмішку; інших легше зацікавити візуальними об'єктами і звуками, їх не відірвати від музичних іграшок.

Проблема виникає, якщо батьки нав'язують дитині певний стиль поведінки. Багатьом дівчаткам подобаються хаос, шум, метушня, але якщо дівчинка хоче бути фізично активною і любить жорсткі гри, батьки можуть почати вважати її «нежіночною». Причина ж просто в тому, що її темперамент вимагає високого рівня взаємодії з навколишнім середовищем.

Переплутані темперамент і гендерні ролі викликають більше проблем у хлопчиків: вони стикаються з більшим негативом, якщо залучені в «дівчачі» гри, аніж дівчатка, які грають в «хлоп'ячі». «Баба» – куди більш страшне тавро, аніж «шибеник». Річ в тім, що «мужність» має більший соціальний престиж, ніж «жіночність», і бажання чоловіка набути «нижчий» статус засуджується.

Батькам слід знати наступне:

- Звертайте увагу, наскільки підозріла вам поведінка дитини, яка грається, є зацікавленою і негнучкою. Одна річ, якщо хлопчик хоче спробувати погратися з лялькою Барбі або приміряти на себе жіночий одяг, інше – якщо він намагається робити це знову і знову.
- В окремих випадках, якщо дитина дуже нещасна, вона може говорити, що хотіла б інше тіло, особливо геніталії. Батьки повинні з'ясувати, з чим пов'язані такі бажання. Можливо, їм знадобиться навіть професійна допомога.
- Батькам не потрібно плутати темперамент і сексуальну самоідентифікацію. Якщо дитина нещасна, засмучена або стривожена, її треба відвести до дитячого психолога.
- Наркотична терапія небезпечна. Не варто давати дитині ліки, краще обговорювати з нею проблеми і намагатися знайти вирішення.
- Не варто когось звинувачувати та пов'язувати незвичну дитячу поведінку з якимись вчинками батьків.

Батьки повинні любити своїх синів і дочок. Діти процвітають, якщо мають міцні і продуктивні відносини з батьками, і коли батьки хочуть, щоб їхні діти стали успішними, здоровими і щасливими людьми.

Виховання і стать з позицій Ісламу

До появи Ісламу в арабському суспільстві нероздільно панували чоловіки; народження дівчинки вважалося мало не ганьбою.

Коли когось із них сповіщають про доньку, то його обличчя стає чорним, він тамує гнів. (16:58)

Згідно з Кораном, будь-які нащадки – це дар Всевишнього, і не має значення, якщо в сім'ї всі діти – сини або лише дочки.

Пророк казав:

«Хто має трьох дочок чи сестер, або двох дочок чи сестер, і живе з ними добродібно, навчає їх страху перед Аллагом, той увійде в Рай» (АЛЬ БУХАРІ ТА МУСЛІМ).

О люди! Воістину, Ми створили вас із чоловіка та жінки й зробили вас народами та племенами, щоб ви знали одне одного. Воістину, найшановніші з-посеред вас перед Аллагом — найбільш богобоязливі! Воістину, Аллаг — Всезнаючий, Всевідаючий! (49:13)

Всі людські істоти походять від одного чоловіка (Адама) і жінки (Єви).

Пророк не ділив соціальні ролі на чоловічі і жіночі, він ставив на перше місце моральний орієнтир:

«Кращий з вас той, хто кращий для своєї сім'ї, і я – кращий з вас ставленням до своєї сім'ї» (АЛЬ-ТІРМІЗІ І ІБН МАДЖА).



Айша та Умм Салама говорили, що

Пророк не гребував «жіночими» справами, – сам зашивав одяг, лагодив взуття і виконував будь-яку хатню роботу (АХМАД).

Коран закріпив за батьком обов'язок забезпечувати матеріальну і моральну підтримку матері і дитини. Більш того, Пророк нагороджував вищою пошаною НЕ батьків, але матерів:

Рай знаходиться під ногами матері (Ахмад аль-Наса'ї і Ібн Маджа)

Іслам ясно і твердо відкидає сексуальні відносини до весілля. Це правило існує для захисту сім'ї і суспільства від хвороб і деградації. Іслам не робить поступок в цьому питанні і закриває всі можливості для незаконних сексуальних зв'язків (алкоголь, наркотики, флірт, спокуса). Коли брати і сестри досягають віку 10 років, вони повинні спати окремо, щоб уникнути сексуальних спокус.

Пророк сказав:

«Веліть вашим дітям молитися, коли їм виповниться сім років, і примушуйте їх до цього, коли їм виповниться дев'ять. І розділяйте їх в ліжках» (АХМАД, АБУ ДАВУД).

Іслам готує дівчаток до ролі матері, турботи про дитину, але також і до роботи за межами дому та громадської діяльності (включаючи військову підготовку). Жінки боролися пліч-о-пліч з Пророком. Після досягнення дітьми певного віку матері повинні активно брати участь в громадських справах (формально чи неформально, з повною або частковою зайнятістю, на умовах оплачуваної роботи або волонтерства). Слід всіляко задіяти їхню професійну підготовку, досвід, освіту.

Сучасна культура лояльна до зміни гендерних ролей. Наприклад, за часів Пророка чоловіки носили довге волосся. На Заході в середині ХХ століття чоловік з довгим волоссям міг відчувати проблеми з отриманням роботи, але в ХХІ столітті на довжину волосся звертають мало уваги.

У минулому чоловіки бралися за роботу, що вимагає значних фізичних зусиль; тепер, однак, багато важливих видів діяльності не вимагають фізичної підготовки, роботу виконують верстати. Жінки можуть керувати машинами, робити розрахунки, контролювати електронні пристрої. І чоловіки, і жінки можуть працювати в галузі освіти, ресторанного обслуговування, бути доглядальницями, секретарями, займатися інформаційними технологіями і готельним менеджментом. Коли мова йде про одяг, і чоловіки, і жінки можуть одягати джинси і брюки. Більш того – в деяких мусульманських країнах штани є традиційним жіночим одягом.



Чоловіки і жінки можуть багато чому навчитися один в одного. І ті, і інші мають і чоловічі, і жіночі гормони, тільки в різних пропорціях. Це зовсім не дивно, якщо ми проаналізуємо наступні аяти:

Вони — наче одяг для вас, а ви — наче одяг для них. (2:187)

І відповів їм Господь їхній: «Я не зроблю марними ваших вчинків – ні вчинків чоловіків, ні вчинків жінок. Адже одні з вас походять від інших». (3:195)

Він створив вас із єдиної душі (39:6)

Коран виносить такий вердикт у стосунках між статями:

Не бажайте того, шляхом чого Аллаг віддав перевагу одним із вас перед іншими. Чоловіку — частка з того, що отримав він, а жінці — частка з того, що отримала вона. Тож просить у Аллага ласки Його; воістину, Він знає про кожну річ! (4:32)

Коран адресований усім людям. У деяких випадках, коли мова йде про специфічні ролі, він звертається до чоловіків або жінок окремо. Але, поза всякими сумнівами, Коран наділяє і чоловіків і жінок повагою і честю.

Божеественний шлях – найкращий шлях

Творець світу дав нам все в потрібній мірі. Коли ми намагаємося втрутитися в Боже-ственні закони природи, ми створюємо хаос. Один із прикладів – Китай, де держава примушувала сім'ї обмежуватися лише однією дитиною. Це призвело до створення суспільства, де домінують чоловіки, тому що люди вважають за краще, щоб їхня єдина дитина була хлопчиком, щоб допомагати родині. Протягом декількох десятиріч люди чекали хлопчиків і позбувалися від дівчаток. Цей страхітливий дисбаланс змусив державу припинити «антиприродний» експеримент і дозволити сім'ям самостійно планувати число дітей. Коран пояснює Божеественний закон творіння так:

Аллагу належить влада над небесами й землею; Він створює, що побажає! Він дарує дівчинку, кому побажає, і дарує хлопчика, кому побажає, або й пару — доньку та сина; а кого побажає, залишає безплідним! Воістину, Він — Всезнаючий, Всемогутній! (42:49-50)

З часів Адама і Єви баланс статей існує природним чином, виходячи із задуму Творця.

Нацисти намагалися «поліпшити» окремі якості людини. Їхня еугенічна програма мала на меті створення «надлюдини». Результатом став ганебний провал.

Агнівеш (2005) розповідає, що в Індії прагнення позбутися від дівчаток призвело до лякаючої гендерної ями, і чоловіків стало на 50 мільйонів більше, ніж жінок. Якщо раніше дівчаток бивали після народження, то ультразвукові дослідження перевели проблему в площину абортів. У спробах перервати цю жажливу практику держава заборонила дізнаватися стать майбутньої дитини за допомогою ультразвуку.

Практики позбавлення від дівчаток були особливо поширені серед бідних і неосвічених класів, які не могли забезпечити наречених необхідним посагом. Однак зараз аборти стали частими і серед багатих та освічених і явно ростуть разом з рівнем освіти: найнижчий – у жінок з 5 класами, найвищий – серед жінок з університетським дипломом. Наречену ж привозять, обираючи її серед жебраків у Бангладеш і Непалі, або з бідних областей Індії, де племена продають дівчаток для шлюбу за 200 доларів – тоді як буйвіл коштує 1000 (Hughes з співавт., 1999). На жаль, у багатьох місцях Індії народження сина бурхливо святкують, а дочки – так само бурхливо оплакують.

Завдання



ЗАВДАННЯ 41: БАТЬКІВСЬКІ ОБГОВОРЕННЯ

Зберіть кілька батьків і матерів і обговоріть тему: «Як виростити хорошу дитину»; обміняйтеся досвідом, як позитивним, так і негативним.

Після вечірки у нас вдома батьки почали обговорювати, як виростити хороших дітей. Було висловлено багато цінних пропозицій з власного досвіду. В кінці один мудрий батько сказав: «Все, про що ми тут говорили, важливо, але недостатньо, тому що тільки з Милістю Всевишнього, що проливається на наші сім'ї, наші діти не стануть розчаруванням». Батьки дійшли до наступного висновку:

не має значення, скільки зусиль ви докладаєте; ви завжди повинні об'єднувати свої знання і навички з проханням про Милість Божу, просячи Його допомоги у вирішенні високого і складного завдання виховання.

Щоб виростити дитину, потрібні сім'я, оселя, умма і милість Всевишнього. З'єднання всього цього, а не ізоляція батьків, і є відповіддю.

ЗАВДАННЯ 42: ДЯКУЮ ТОБІ, БОЖЕ, ЗА ТЕ, ЩО Я Є!

Хвала Аллагу, Господу світів!

Навчайте дітей повторювати наступне:

Я дякую Богові за все хороше, що Він дарує мені.

Я дякую Богові за те, що Він створив мене людиною.

Я дякую Богові за те, що Він створив мене дівчинкою (або «... за те, що Він створив мене хлопчиком»).

Я дякую Богові за те, що Він створив мене чорним, білим,
коричневим або жовтим.

Я дякую Богові за те, що я є!

РОЗДІЛ 13

Секс та сексуальне виховання: що говорити дітям?

- Вступ **270**
- Що таке сексуальне виховання? **270**
- Американський досвід **271**
- Сприйняття матерів і дочок в США **274**
- Цінності і секс: вчора і сьогодні **274**
- Навіщо дітям сексуальне виховання? **276**
- Батькам не варто мовчати про секс **277**
- Чому навчати дітей? **277**
- Сексуальне зловживання: наскільки це серйозно? **278**
- Авраамічні традиції забороняють позашлюбний зв'язок та зраду **280**
- Логічне обґрунтування покарання перелюбу та зради **280**
- Хвороби, що передаються статевим шляхом **281**
- Відносини «мій хлопець – моя дівчина» **282**
- Діти мають дітей: аборт і усиновлення в Ісламі **284**
- Гомосексуальність і батьки **287**
- Сексуальне виховання в Ісламі **289**
- Обов'язок батьків по відношенню до дітей **291**
- Секс і гігієна **291**
- Підлітки і стриманість **292**
- Ісламське вирішення сексуальної дилеми: мапа превентивних заходів **294**
- Дилема: система освіти проти раннього шлюбу **302**
- Захист дітей від сексуальної наруги **304**
- Навчальний план для мусульманської сексуальної освіти **308**
- Завдання **310**

Вступ

Сексуальна освіта – це проблема першочергової важливості та величезного значення. Більшість батьків почуваються дуже незручно під час обговорення питань про секс, віддаючи перевагу тому, щоб передати сексуальну освіту в руки шкіл та сторонніх людей. Якщо людина фізично здорова, то рано чи пізно вона залучиться до сексуального життя. Однак ранній, позашлюбний та незахищений секс призводить до трагедій. Хвороби, які передаються статевим шляхом, здатні уразити подружжя та дітей уражених.

Наш Творець заборонив позашлюбний зв'язок і зраду (зіна). Сексуальна розбещеність приносить хвороби, тому головне правило – секс повинен бути пов'язаний зі шлюбом. Батьки повинні брати активну участь в сексуальній освіті своїх дітей.

Що таке сексуальне виховання?

ЛЮДИ ПО-РІЗНОМУ сприймають сексуальну освіту, маючи на увазі під цим відомості про анатомію і психологію людини, сексуальний досвід, створення сім'ї і народження дітей, попередження хвороб і небажаних вагітностей. Може, спроба надати дітям сексуальну освіту рівнозначна дозволу займатися сексом? Учитель одного разу сказав: «Я не планую говорити дітям, чи треба їм починати займатися сексом або як це робити. Але в тому випадку, якщо вони це зроблять, треба, щоб вони знали, як запобігти хворобам і вагітності».

Більшість програм сексуальної освіти неповні і уникають питань моралі, сексуальної дисфункції, відхилень і шлюбу. Зазвичай в таких програмах зачіпаються два основних питання. Одне – чиста фізіологія, розвінчування підліткових страхів, і обов'язок батьків – проінформувати дітей, які вступають в період дозрівання, про менструації і сім'явиверження. Друге базове питання – інформація про те, яким чином сексуально активним молодим людям уникнути небажаних вагітностей та абортів.

Така інформація допоможе вберегти їх від небезпеки.

Програми багатьох шкіл вельми уривчасті, у багатьох навчальних закладах сексуальна освіта стала частиною курсу етики і соціальної освіти. Але відмова від відвідування таких уроків вашою дитиною нічого не дасть, тому що питання статевого виховання можуть обговорюватися на заняттях з англійської мови, історії, фізкультури, релігійного виховання. Секс став невід'ємною частиною життя.

Більшість програм сексуальної освіти не орієнтовані на щасливе і повноцінне життя в шлюбі, тому у багатьох подружніх пар виникають проблеми через брак знань і навичок. Поширене уявлення, що «чоловіча спроможність викликати збудження та задовольнити дружину прийде природним чином», є помилковим. Знання того, як створити щасливий шлюб – невід'ємна частина освіти. Шкода, що така освіта не дається в підлітковому віці.

Якщо ваші підлітки почали проявляти сексуальну активність, ви будете останніми, хто про це дізнається. Швидше за все, діти будуть тримати це в секреті.

Тому батьки повинні розуміти, що доведеться допомогти дітям, навіть не знаючи про їхні реальні проблеми.

Американський досвід

У більшості американських шкіл вчителі пояснюють технічні аспекти сексу, але нічого не говорять дітям про моральні цінності і про те, як, у випадку необхідності, прийняти правильне рішення. Після короткого пояснення питань анатомії і психології відносин, основний наголос робиться на венеричних захворюваннях і підлітковій вагітності. Небезпека СНІДу актуалізувала розмову про «безпечний секс», яка зводиться до використання презервативів. Деяким школам платять гроші за поширення протизаплідних засобів. У деяких школах і університетах стоять автомати, які продають презервативи.

Роль батьків у сексуальному вихованні мінімізована, а десь взагалі виключена. Якщо хлопчики запитують батька про секс, той часто уникає відповіді і змінює тему, і діти дізнаються про секс від сторонніх. Деякі поради шкільних вчителів не можуть бути прийнятними через відмінності релігійних принципів.

Д-р Шахід Асар звернув увагу на деякі помилкові поради вчителів з приводу прояву дитячої сексуальності: 1) деякі вчителі вважають, що маленьким (до 5 років) дітям корисно знайомитися з оголеним тілом, наприклад, в душі або спальні, – це дає їм можливість ставити питання і отримувати відповіді. Однак, виходячи з дослідження 1997 року, 75% з 500 000 зафіксованих за рік випадків сексуальних зазіхань на дітей скоєно близькими родичами (батьком, прийомним батьком, іншим членом сім'ї) саме в домашній обстановці (Abel в співавтор. 2001). 2) вчителі та вихователі схильні поблажливо ставитися до демонстрацій дітьми геніталій, вивчення один одного і «наївних відкриттів». Однак межа між «наївними відкриттями» і сексуальним контактом вельми розмита: так, відомий випадок, коли 12-річний хлопчик згвалтував 8-річну дівчинку. 3) деякі вчителі вважають, що дітей, яких спіймали за читанням «брудних» журналів, не треба примушувати відчувати себе винними, – такі випадки слід використовувати для розмови про сексуальні стосунки і сімейні цінності. Це кричуща помилка! Багато подібних журналів містять посил, що секс – це лише предмет споживання, а жінки – іграшки для чоловіків. Насправді

почуття провини аж ніяк не шкідливе, якщо змушує шкодувати про скоєне і виправлятися. Каюття через усвідомлення провини – перевірений виховний прийом, спрямований на самооцінку поведінки і прояв почуття відповідальності. 4) інший раз вчителі рекомендують не стримувати сексуально активного підлітка, але спрямувати зусилля



на його освіту в питаннях контрацепції та запобігання венеричним захворюванням.

Подібні вчителі не розуміють, що давати інформацію про секс – значить давати і дозвіл ним займатися. Якщо комусь розповісти про форму, колір, запах і смак нового фрукта і описати задоволення від його поїдання, хіба людина не захоче спробувати ласощі?

Батьки повинні бути ініціаторами обговорення неприпустимості ранніх сексуальних відносин. Темою для подібної розмови можуть бути небажані вагітності серед знайомих, вульгарна реклама, розпусна музика або телевізійні програми.

Сексуальна «освіта» в американських школах не зменшила кількість венерич-

них захворювань або вагітностей серед підлітків і не змінила їхніх сексуальних звичок.

На жаль, особливо не допомогли також відвідини церкви (Athar, 1990).

Якби ваші діти і не ходили в школу на уроки біології, вони все одно рано чи пізно дізнаються про секс, і батьки повинні бути до цього готові. Школи зазвичай дають прості біологічні знання та інформацію про контрацепцію.

Багато батьків, причому не тільки мусульмани, вважають, що ставлення до питань сексу, що його проповідують в державних школах, не відповідає віровченню, і поради щодо контрацепції можуть лише сприяти сексуальній розбещеності підлітків. Однак

Правда чи ні?

**Чим більше вони знають,
тим більше вони роблять**



дана інформація дійсно важлива для молодих людей.

Багато чоловіків, і мусульмани, і немусульмани, дивуються, коли дізнаються, що у їхніх дружин є якісь сексуальні потреби: чоловіків часто вчать, що завдання жінки – задоволення чоловіка, але ніхто не говорив їм, що задоволення жінки – така ж необхідність, причому вимагає певних навичок. Чоловікам доводиться буквально вивчати жіноче тіло, його реакції, і на своєму досвіді розуміти, що жіноча незадоволеність призводить сім'ю до жорстоких випробувань.

Більшість батьків не хочуть, щоб їхні діти «спали з усіма підряд»; але коли підлітки виходять з-під постійної опіки, у дорослих не виявляється ніяких інструментів контролю. Хоча чистота – один із способів захистити підлітків, те незнання, яке батькам так хотілося б зберегти, зникає на дитячому майданчику вже до 10 років.

Діти черпають цікаву для них інформацію з Інтернету і телевізора, і їхні сексуальні «знання» цілком можуть перевищувати батьківські.

СНІД – одна з головних причин смертей в Таїланді

У 2001 р. СНІД став головною причиною смертності в Таїланді, його статистиці поступилися місцем нещасні випадки, серцеві напади та рак. Заступник міністра охорони здоров'я Сурапонг Суїбвонглі не назвав конкретних цифр, але зазначив, що реальна кількість жертв ВІЛ занижена, тому що в селах багато родичів померлих не повідомляють справжню причину смерті. «Сільські жителі пояснюють багато смертей, які сталися не внаслідок нещасних випадків, просто зупинкою серця. Це призвело до помил-

кової думки, що більшість тайців вмирають від серцевої недостатності. Але ми провели нове дослідження і з'ясували, що основна причина смертей у сільській місцевості – це СНІД». Офіс програми «ООН проти СНІДу» (UNAIDS) в Бангкоку зазначає, що смертність від СНІДу почала зростати через тих тайців, які були інфіковані ще на початку епідемії 10 років тому. Імовірно один мільйон чоловік з 60 мільйонів населення Таїланду інфіковані ВІЛ, і третина з них вже померла.

(AIDS Education Global Information System)

Чому успішний професор вирішив покинути США?

Професор Міжнародного ісламського університету в Малайзії (IIUM) розповів: його син, третьокласник державної початкової школи в Мічигані, одного разу прийшов додому і в подробицях розповів про «перфоманс» повного сексуального акту, влаштованого його однокласниками з дівчинкою зі школи. Це змусило професора спакувати валізи і з п'ятьма дітьми покинути Америку. Результатом «нейтральної» сексуальної освіти стало покоління, втягнуте в секс випадково, безсистемно. Домінуюча культура зробила секс привабливим, доступним і допустимим.

Сприйняття матерів і дочок в США

Підлітки відчують серйозні сумніви у виборі моделі сексуальної поведінки, і їм не достатньо допомоги батьків і вчителів. Ось деякі висловлювання дівчаток-підлітків:

- *Сельма, 16 років:* «Я не можу розмовляти з матір'ю про секс. Якщо я про щось запитую, вона не відповідає, але починає випитувати, чому мене це цікавить: «Навіщо тобі це знати?», наполягає вона, «говори, або...».
- *Джув'єтта, 14 років:* «Мама вважає, що незнання зберігає чистоту. Вона шаленіє, почувши мої запитання про секс. Вона каже: «Твій чоловік навчить тебе всьому, що ти повинна знати про секс».
- *Луїс, 18 років:* «Я отримую суперечливу інформацію від батьків. Один каже: «Не роби цього, потрапиш в біду!». Інший каже: «Сій дике насіння, поки молодий». Я б хотів, щоб вони розібралися між собою. Якщо секс – це добре, дозвольте нам це робити. Якщо це погано, не спокушайте, не провокуйте і не заплутуйте».
- *Джошуа, 15 років:* «Батько наполягає, щоб ми завжди були чесними. Але його чесність закінчується на питаннях сексу. Саме тут моя щирість не вітається».
- *Джонатан, 22 роки:* «Для хлопців в коледжі секс – ознака зрілості і мужності. Для дівчат – захист від непопулярності і самотності».
- Дилема сексу так сформульована підлітком: «Якщо я бачу комедію, я можу сміятися, якщо трагедію, – то плакати, якщо щось мене бісить, – можу закричатися, але якщо я бачу щось, що мене збуджує, то що мені робити?».

Ці репліки свідчать про те, що правильна сексуальна освіта може служити протиположною невігластву. Суспільство не може пасивно дозволяти вулиці і екрану встановлювати свої сексуальні стандарти і цінності.

Цінності і секс: вчора і сьогодні

Зараз намічається певний конфлікт цінностей. Деяким батькам здається, що прийшов час прийняти нову реальність: вони турбуються про венеричні захворювання, вагітність і зруйновану репутацію і сподіваються уникнути цього за допомогою об'єктивної сексуальної освіти. Одні дають дітям інформацію і засоби контрацепції, інші з обуренням відкидають ці заходи, вважаючи, що контрацептиви можуть надихнути на позашлюбний секс, і навіть розмову про секс вважають

ознакою поганого смаку. Їм відомо, що суспільство не може стимулювати підлітковий секс, тому що він викликає ранне еротичне пробудження і ставить під загрозу відповідальні відносини. Головне завдання юності – отримати знання і підготувати себе до добросовісного дорослішання і сімейного життя.

Один батько сказав: «Тільки якщо ми, дорослі, будемо певним прикладом і станемо поводитися відповідно, у нас будуть такі діти, як ми хочемо».

І в житті, і в літературі є сексуальна мораль. У США і багатьох інших країнах секс більше не заборонена тема, йому на-

вчають у школі і обговорюють вдома. У цих суспільствах вважається нормою, якщо демонстрація спокус змусить молодь піддатися їм, тому хлопчиків підозрюють, а дівчаток супроводжують.

Хлопчики зараз мають машини, дівчатка – свободу. Чи можна очікувати дотримання моральних правил в умовах максимуму спокуси і мінімуму контролю?



У минулому дівчата наполягали на збереженні цноти і могли дозволити особливо наполегливому бойфренду лише обійми і петтинг. Це був компроміс з свістю і суспільством. Зараз багатьох підлітків підштовхують до того, щоб поставити під сумнів дієвість подібного компромісу. Хлопчики приймають це, тому що телевізор, фільми і журнали залишають їх збудженими, а дівчатка – тому що інакше їх назвуть недоторками.

Дівчата в коледжі з'ясовують, що дуже важко залишатися незайманими: хлопці

відмовляються зустрічатися з ними «просто так», а подружки вважають старомодними. Ті, які серйозно хочуть «зберегти себе для шлюбу», можуть виявитися в соціальній ізоляції. При такому тиску незайманка може і задуматися про свою нормальність. На жаль, багато дівчат погоджуються на секс під тиском, а не за власним бажанням. Раніше дівчина могла використовувати

страх вагітності в якості захисту чистоти. Зараз цей аргумент неактуальний: контрацептивні засоби продаються в супермаркетах, а деякі школи і церкви поширюють презервативи безкоштовно.

Під час візиту батька в коледж 18-річний Джейсон сказав йому: «Я дізнався справжню різницю між хлопчиками і дівчатками. Дівчата граються з сексом, щоб отримати любов; хлопчики грають з любов'ю, щоб отримати секс. Моя філософія – люби їх і залишай їх». Батько запитав: «Що буде з дівчиною після того, як ти і твої друзі

полюбили і залишили?». «Це не моя проблема», – відповів син. «Подумай про це. На Сході кажуть: якщо ти врятував людину від смерті, ти відповідальний за її життя. Якщо ти розробив цілу стратегію, щоб заволодіти дівчиною, це не її, а твоя проблема» – сказав батько.

Батько Джейсона наполягав на головних принципах: чесність і відповідальність стосуються всіх відносин. Всі ситуації, прості і складні, соціальні і сексуальні, вимагають чесності та відповідальності.

Навіщо дітям сексуальне виховання?

Підлітки хочуть дізнатися про секс все. Вони хочуть розібратися з власною сексуальністю. Вони збиті з пантелику і вимагають адресних і конкретних відповідей.

Якщо є можливість обговорювати секс серйозно, то і підлітки будуть говорити вільно.

Питання в тому, чи потрібно пропонувати підліткам сексуальну освіту? Часто це приходить занадто пізно – секс вже «вивчений» на вулиці, в школі і в Інтернеті.

Діти вчать сексу за картинками і словами, брудними і вульгарними. Екран і вулиці стали джерелом нескінченного потоку дезінформації.

Продавці без сорому пропонують збудливу продукцію, не по роках розвинені товариші розповідають про свій досвід, реальний і вигаданий, а батьки і вчителі бояться поділитися необхідною інформацією, тому що нібито «рано».

Сексуальна освіта ділиться на 2 частини: інформація і прищеплення цінностей. Інформацію слід отримувати у фахівців, цінності ж засвоюються вдома. Не всі питання про секс викликані жадобою знань; деякі діти хочуть просто збентежити батьків провокаційними питаннями. Не можна чекати, що батьки будуть об'єктивними, всезнаючими і відвертими у відповідях на питання про сексуальність. І тим не менше слід залишатися чесними, заохочуючи підлітків до запитань. Чесні відповіді можуть полегшити розуміння між поколіннями. Дорослі зможуть

повернути віру в юність, а підлітки зрозуміють, що, незважаючи на різницю у віці, батьки дійсно турбуються про те, щоб у них все було добре, і діляться з ними загальнолюдськими цінностями.

Тож чи потребують діти сексуальної освіти? Чи навчають каченят плавати або просто пускають на воду, і вони плывуть?

Тисячі років чоловіки і жінки займалися сексом без спеціальної освіти. У багатьох цивілізаціях сексуальні відносини починають шляхом проб і помилок тільки після весілля.



Але мати десять дітей – не доказ любові. Правильна сексуальна освіта необхідна для того, щоб створити щасливу сім'ю.

Хто повинен вчити цьому? У кожного своя роль. Обов'язок батька – відповідати на запитання сина, а матері – на запитання дочки. У родині старша сестра має обов'язок перед молодшою, старший брат – перед молодшим. Ми не можемо покладатися на сексуальну освіту в школі або через ЗМІ і повинні доповнити інформацію, що ними дається, моральними аспектами. Вчителі недільної школи, сімейний лікар, педіатр, добре поінформований імам, духівник – всі вони можуть бути включені у виховний процес.

Батькам не варто мовчати про секс

Замовчування дає дітям невірне послання: діти збентежені суперечливими фактами, які отримують від чужих людей і однолітків, і розвиток їхньої сексуальності не повинен залишатися безконтрольним. Ми повинні бути реалістами. Батьки, які намагаються захистити дітей від інформації про секс, просто стукають головою в цегляну стіну. Їхнім дітям, безумовно, краще вчитися у досвідчених і відповідальних дорослих, які будуть намагатися подолати всі збентеження і небажаний вплив середовища.

Коран і Пророк обговорюють питання сексу легко і мудро. Секс – не брудне слово, це важливий аспект людського життя. Пророк шанобливо обговорював зі своїми побратимами різні аспекти їх сексуального життя. Одна з причин, чому мусульманські батьки не говорять про секс, корениться у їхньому власному вихованні.

Чому навчати дітей?

Багато батьків готують дочок до першої менструації, а хлопчиків – до нічної полюції; дехто ж нічого не говорить дітям, що викликає у підлітків страх і хвилювання. Будь-які незрозумілі виділення, а тим більше кровотечі можуть стати приводом для паніки, але діти будуть занадто налякані і збентежені, щоб розповідати про це.

Одна дівчинка місяцями намагалася впоратися з кровотечами за допомогою носових хусток, думаючи, що серйозно хвора, але була занадто перелякана, щоб до когось звернутися за допомогою, поки вчитель не звернув увагу на її забруднений кров'ю одяг. Деяким матерям треба подумати про власне ставлення до менструації, перш ніж обговорювати її з донькою. Буде корисним, якщо про це дещо дізнається і хлопчик: ставши молодим чоловіком, він буде бачити, що



дружина страждає від болю, передменструальної зміни настрою.

Нерозумно вважати природні процеси в організмі ганебними і поводитися з дівчинкою в цей час як зі знедоленою.

Пророк радив не ранили жінок в період менструації, виганяючи їх або змушуючи відчувати себе «нечистими». Варто уникати тільки повноцінного статевого акту, але за умови дотримання гігієни пара може отримувати задоволення як їм подобається.

Переважаюче ставлення до сексуального виховання в Америці таке: підлітки все одно займаються сексом, і треба просто допомогти їм робити це безпечно. Моральні аспекти мало кого цікавлять, а якщо про них і згадують, то без прив'язки до релігійних доктрин. Змішане навчання виключає природну скромність молодих людей; навіть в класах з роздільним навчанням дітей практично надихають експериментувати з сексом і дають поради про поцілунки і мастурбацію як частину «природного» дослідження сексуальності. Мусульманські діти, які ніколи не зверталися до подібної теми, можуть занадто соромитися, щоб запитувати своїх батьків.

Сексуальне зловживання: наскільки це серйозно?

Іслам ставиться до будь-якого сексуального зв'язку поза шлюбом (зіна) як злочину проти моралі і релігії. Дехто вважає, що позашлюбні діти більш руйнівні для суспільства, ніж, наприклад, вбивство.

Подружня зрада знецінює людську гідність і спілкування.

Блуд і зрада – головні гріхи, що караються Всевишнім і в цьому, і в потойбіч-

ному житті. Іслам вважає блуд і зраду не лише особистими гріхами, але й викликом суспільству. Якщо бути до них по-блажливими, то вони зруйнують основу суспільства – сім'ю. Відоме визначене шаріатом покарання блуду і зради – публічне побиття 100 канчуками. У давнину в цих діях вбачали таку загрозу суспільству, що побивали винних камінням (наприклад, Втор. 22: 23-24). Побиття камінням, проте, не описано в ісламських джерелах, і багато вчених заперечують юридичну правомірність такої дії. Звинувачення в блуді і зраді потребує свідчень чотирьох здорових дорослих мусульман, що, з одного боку, забезпечує захист особистості і честі підозрюваного, а з іншого, – підтверджує важливість судового розгляду таких діянь. Наявність менш ніж 4 свідків, на яких можна покласти, недостатня для доказу, і суд може звернутися до тесту ДНК. У той же час зрада, вчинена при 4-х або більше свідках, є публічною пропагандою зла в суспільстві, а не таємним особистим задоволенням. Крім того, зрада – це порушення договірних відносин. Більше половини перших шлюбів в США закінчуються розлученням в перші ж 2 роки, і головна причина – зв'язки чоловіка та жінки на стороні. Багато людей не звертають уваги ані на Біблію, ані на Коран. У Біблії сказано: «Ти не повинен здійснювати зради», в Корані: «Не берися до зради», що означає, що не тільки сама дія є незаконною, але треба уникати всього, що веде до цього. І чоловікам, і жінкам пропонується певний одяг, щоб захистити їх від хтивості інших.

Ставлення суспільства до питань сексу є більш показовим, ніж словесні декларації. Ми маємо недостатньо прикладів моральної досконалості.



Думаючи підлітки збентежені парадоксом: з одного боку, суспільство зациклене на сексі і грошах, секс рекламується як задоволення і веселощі; з іншого боку, суспільство стверджує, що вірить в дошлюбне утримання. Але якщо суспільство дозволяє стимуляцію сексуальних

відносин, воно не може запобігти блуду. Багато молодих людей засвоюють псевдо-ліберальні ідеї: мовляв, любити – це означає перебувати в сексуальних відносинах з ким завгодно, незалежно від браку відповідальності. Це призводить до безладних сексуальних зв'язків і розлучень.

Наталі, 19 річна студентка-другокурсниця, пояснює дилему:

«Мої батьки і я дотримуємося правила: жодних глибоких питань, жодних справжніх відповідей. Вони і справді не хочуть знати, що відбувається зі мною, і я нічого їм не розповідаю. Я хороша дівчина з загальноприйнятою мораллю. По-перше, мені важко знайти хлопця, який буде мене любити по-дружньому. Мені подобається ходити на побачення. Перші зустрічі завжди приємні. Потім починається тиск: тебе запрошують на вечірки з алкоголем і марихуаною. І само собою зрозуміло, що ти підеш з ним в ліжко. І вони кажуть: «Погодись, і світ тобі посміхнеться. Ні – будеш плакати одна». Тому я сповнена чистоти і сліз. (Faber і Mazlish, 1982)

Жахливим результатом стає те, що деякі діти не можуть відрізнити погане від хорошого. В США відчутні проблеми зі СНІДом, з наркотиками, з насильством, і проблеми не зникнуть, поки школи не повернуть собі завдання виховання характеру. Шкільне середовище повинне створити моральне оточення, яке доповнюється батьківською допомогою. Школи, що не побояться зміцнювати і практикувати чесноту, будуть набагато успішнішими в створенні здорового суспільства, аніж армія лікарів, консультантів, поліції і соціальних працівників.

Авраамічні традиції забороняють позашлюбний зв'язок та зраду

Наступні обставини, всі або частково, присутні в сучасному молодому поколінні:

Хлопець-дівчина – спокуса і зваблення – дошлюбні сексуальні зв'язки – втрата честі і цноти – небажана вагітність – (аборт, примусовий ранній шлюб, позашлюбні діти) – бідність і страждання – розрив сімейних зв'язків – хвороби – смерть!

Сексуально розбещена людина ризикує підхопити венеричні захворювання і СНІД та передати ці хвороби своєму чоловікові або дружині. У випадку вагітності ці захворювання можуть передатися і дитині, вона може народитися сліпою або недорозвиненою. Якщо переданий СНІД, то людина несе відповідальність за повільну і повну болю смерть своєї дружини, дитини, себе самої.

Зрада може торкнутися і дітей. Багато чоловіків уникають відповідальності за своїх позашлюбних нащадків.

Жінка, яка зраджує чоловікові, може завагітніти від іншого чоловіка, і якщо навіть вона приховає цей факт від усіх, то ніколи не приховає від своєї совісті. Дитина може ніколи не дізнатися, хто її батько.

Справжній батько не зможе піклуватися про свою дитину, а чоловік буде обдурений і примушений нести відповідальність за чужу дитину.

В Ісламі покарання за зраду може бути визначено судом, який ґрунтується на шаріаті. Окремі особистості не можуть і не повинні брати закон в свої руки, але повинні звернутися до суду з необхідними доказами. На жаль, деякі батьки втрачають контроль над собою і вбивають дочок, які завагітніли до шлюбу і втратили «честь», часто разом з їхніми бойфрендами. Деякі з цих «убивць честі» приймають рішення виходячи лише з підозр.

На тінейджерів справляється надмірно великий тиск, їх примушують одночасно дотримуватися моральних норм та відповідати нав'язаним ЗМІ уявленням однолітків.

Якщо вони будуть дослухатися власної совісті, то проблеми можна уникнути. Люди, які спробували секс до шлюбу, розуміють (на жаль, занадто пізно), що це того не варто. Кілька хвилин веселощів, – а потім життя, сповнене бідами і смутком. Можливо, це було найгірше рішення, яке вони прийняли в своєму житті. І в День Страшного суду вони повинні будуть відповісти перед Всевишнім за свої дії.

Логічне обґрунтування покарання перелюбу та зради

Хоча зараз, мабуть, і дивно вважати блуд і зраду злочином, проте Іслам сприймає їх саме так, показуючи велику шкоду, яку ці дії завдають життю і суспільству.

Розглянемо 4 складових такого ставлення: Божественне Одкровення, причину, природу і саму дію.

Головна мета суворого покарання – дати суспільству мир і захищеність.

У випадках зі злочинами проти майна або життя ісламський закон вимагає тільки 2-х свідків, але при звинуваченні в зраді потрібно чотири свідки. Чому? Тому що

питання не в індивідуальному гріху, але в його публічному ефекті. Публічне визнання можливості гріха – прямий шлях до поширення вади.

Важливо також дотримуватися балансу поміж покаранням за гріх і захистом приватності і честі. Є певна різниця між тим, хто скоїв гріх утаємничено, для задоволення бажання і публічною гріховністю, яка поширює гріх між людьми і руйнує їхню честь.

Другий халіф Омар ібн аль-Хаттаб, проходячи повз будинок, почув, як люди співають і п'ють, і заліз на стіну, щоб подивитися. Він мав можливість звинуватити порушників, але ті вказали, що халіф не мав права залазити на стіну і підглядати за ними, і Омар визнав свою помилку і не вжив жодних заходів. У тому випадку, якщо не знайшлося 4-х свідків зради, вони ніколи не повинні говорити про те, що бачили, щоб їх самих не звинуватили в наклепі.

Іслам засуджує публічні розповіді про гріхи, тому що це робить їх більш звичними і поступово призводить до прийняття їх суспільством.

Хвороби, що передаються статевим шляхом

Бути вірною подружньою парою, де чоловік і жінка не мають статевих стосунків з будь-ким, окрім один одного, є найнадійнішим шляхом уникнення заражен-

ня венеричними захворюваннями (крім утримання). ЗПСШ поширюються або у тих людей, які не перебувають у шлюбі, які мають кілька партнерів, або заміжніх людей, які зраджують своєму подружжю і мають статеві контакти з іншими.

У 1940-х рр. основними венеричними захворюваннями були сифіліс та гонорея. Хвороби, які з'явилися з того часу, набагато складніше лікувати. Для СНІДу та герпесу не існує лікування.

Сексуальна революція в 1960-х роках в США збільшила витрати на охорону здоров'я. За даними Американської асоціації сексуального здоров'я, в 2008 році налічувалося 110 мільйонів поширених ЗПСШ серед жінок і чоловіків у США, і щороку один з чотирьох підлітків підчеплює ЗПСШ.

Асоціація стверджує: «принаймні 15 відсотків усіх американських жінок є безплідними через трубні ушкодження, викликані запаленням тазових органів (сальпінгіт), що є результатом невилікуваних ЗПСШ. У 2012 році в США, окрім інших венеричних захворювань, нараховувалося 1 422 976 зареєстрованих випадків хламідіозу і 334 826 зареєстрованих випадків гонореї (CDC). Чума СНІДу погіршує наші побоювання ще більше.

В Англії нараховувалося близько 440 000 діагнозів венеричних захворювань, зроблених в 2014 р. Найчастіше діагностованим ЗПСШ був хламідіоз. За останнє десятиріччя кількість діагнозів

Фактори ризику розвитку раку шийки матки включають:

Багато статевих партнерів і куріння. Жінки з підвищеним ризиком повинні регулярно робити ПАП-тести. (Cancer Research UK)

США мають найвищий рівень виліковних інфекцій, які передаються статевим шляхом, серед усіх розвинених країн. Понад 12 мільйонів людей, у тому числі три мільйона підлітків, заражаються щороку. (Інститут медицини, 1997 р.)

гонореї, сифілісу, гострих кондилом і генітального герпесу значно зросла, особливо у чоловіків.

Продовжують мати високий рівень венеричних захворювань чоловіки, які мають статеві контакти з чоловіками: в період між 2013 і 2014 роками відбулося збільшення на 46% сифілісу і збільшення на 32% гонореї, і на їхню частку припадає 81% від усіх діагнозів сифілісу і 52% всіх діагнозів гонореї (Public Health England 2015).

Пророк сказав:

«Якщо сексуальні відхилення стануть поширені в суспільстві і суспільно прийнятні, тоді в ньому поширяться моровиця та інші хвороби, які були до цього невідомі»
(ІБН МАДЖА)

Фактори ризику розвитку раку шийки матки включають безліч статевих партнерів і паління. Жінки, які перебувають у зоні ризику, повинні регулярно робити аналіз на Пап-тест (цитологічний мазок) (Центр досліджень раку Великої Британії).

США має найвищий рівень вилікованих венеричних захворювань в порівнянні з будь-якою промислово розвинутою країною в світі. Майже 20 мільйонів випадків нових інфекцій передається статевим шляхом щороку (CDC (Центр з контролю і профілактики захворювань)). На сьогоднішній день чотири з 10 сексуально активних дівчат-підлітків мали ЗПСШ, які можуть привести до безпліддя і навіть смерті (Управління з охорони здоров'я підлітків).

Відносини

«Мій хлопець – моя дівчина»

Малюкам не важлива стать партнерів в іграх, але з 8 років хлопчики воліють грати з хлопчиками, дівчатка – з дівчатками. Діти зазвичай формують відносини «кращі друзі» між 10 і 12 роками і проносять цю дружбу через підлітковий вік (D'Oуen, 1996).

Коли людина виростає, цінність дружніх відносин для нього підвищується. Якщо в сім'ї все добре, то у чоловіка виникають близькі стосунки з батьком, братом, дядьками, кузенами, а пізніше – з синами, які виростили. Жінка в шлюбі продовжує отримувати підтримку від дружби з іншими жінками – матір'ю, сестрами, сусідками.

Безневинна дружба зберігається лише в певних рамках. Хлопчиків і дівчинок, які не є близькими родичами і не належать до категорії махрам (тими, хто не може вступати в шлюб), не слід проводити час разом без свідків, вони повинні бути скромні в одязі і поведінці і розмовляти тільки в рамках пристойності. Побачення і «інтимна дружба», які допустимі в багатьох суспільствах, не дозволені в Ісламі.

Збір сім'ї, заняття в мечеті, дружні візити дають достатньо можливостей для спілкування юнаків та дівчат в межах традиції.

У безлічі товариств передбачається, що наявність сексуального досвіду до весілля тільки покращує подружні стосунки і що такий досвід дозволяє обрати ідеального партнера. Іноді партнери довго живуть разом, поводячись як чоловік і дружина, не вступаючи в шлюб, і можуть навіть завести дитину до того, як



одружаться, або вирішити не одружуватися взагалі. Однак ряд релігій засуджує подібну модель відносин. Молоді люди, які рано залучаються до спілкування з протилежною статтю, часто походять з проблемних сімей.

Їхні батьки можуть бути в розлученні, або їм недостатньо тепла і любові вдома.

Вони шукають дружби з представниками протилежної статі. Це небезпечно, тому що почуття можуть легко вийти з-під контролю і привести до статевого акту до того, як молоді люди до нього дійсно готові.

Іслам приділяє велике значення самоконтролю і цнотливості як жінок, так і чоловіків. Більшість батьків-мусульман відмовлять юнаку в руці своєї дочки, якщо відомо, що той був залучений в безладні статеві зв'язки, справедливо припускаючи, що такий чоловік може швидко втомитися від дружини і кинути її заради іншої жінки або ж не поважати її і погано з нею поводитися.

Безладні статеві зв'язки можуть закінчитися вагітністю, і навіть протизаплідні засоби не завжди ефективні. Якщо дівчина вагітніє після скоєння блуду, це катастрофа для неї і її дитини і ганьба для її сім'ї. Материнство – це складна і відповідальна справа навіть для зрілої жінки з повною сім'єю, а для юної дівчини або хлопця, не готових бути батьками і часто позбавлених підтримки сімей, – просто непомірний тягар. Розраховувати на те, що діти, після того як стануть батьками, дозріють в освітньому, емоційному та економічному значеннях, практично не доводиться. Виходить, діти не можуть створити хороше життя для себе і своєї власної дитини. Це нечесно по відношенню до безвинного немовляти. Найчастіше хлопчик лякається і заперечує, що він батько дитини, нічим не може допомогти юній матері, і та залишається одна з дитиною на руках.

Важливо, щоб дочка була оточена батьківською любов'ю і щоб її вчили са-

моповазі, відповідальності і цінностям, – коли вона зустрине чоловіка, який володіє меншими чеснотами, вона зможе встояти перед його тиском.

Якщо батьки прищепили доньці звичку ділитися своїми переживаннями, вона розповість їм про свою цікавість до хлопчиків, зменшивши приводи для занепокоєння. Крім того, батьки зможуть підказати дочці, як і що відповісти в конкретній ситуації.

Батькам слід роз'яснювати своїй дочці міфи про «закоханість». «Хороша» дівчинка може розцінити своє прагнення до сексу як любов. Це одна з причин, чому дівчатка-підлітки такі ласі на романи і на «солодкі слова» від хлопчиків. Слова любові можуть оцінюватися як акт любові. Крім того, дівчатка вважають, що хлопчики ставляться до почуттів так само, як вони самі, просто не знаючи, що хлопчики фізично і психологічно інші і виховані інакше; та й подвійні стандарти багатьох громад поблажливо ставляться до юнацької сексуальної активності: «Розважайся як хочеш, лише не приводи додому».

Завдання дівчинки – не дозволити собі бути використаною, а хлопчика – не використовувати її. І хлопчики, і дівчатка повинні знати, що існують суворі правила сексуальних відносин. Неприпустимо для дівчинки провокувати хлопчика, так само як нечесно хлопчикові тиснути на дівчинку. Хлопчик може сліпо слідувати хтивості і зайти так далеко, як дозволить дівчинка, не питаючи про її готовність і не замислюючись про відповідальність.

Діти мають дітей: аборт і усиновлення в Ісламі

Незважаючи на заходи контрацепції, доступні підліткам, дошлюбні зв'язки можуть призвести до вагітності. Доведеться вибирати один з двох варіантів: або аборт, або доля незаміжньої матері. Такі випадки непоодинокі: в США щороку з'являється мільйон вагітних дівчаток-підлітків.

Що таке життя для американських підлітків, які пережили вагітність? Як сказано в повідомленні Національної конфе-

ЗРЕШТОЮ, ВІН ВИЗНАВ...

У 1960-х рр., коли я навчався в Ліверпульському університеті, у мене був друг-мусульманин, який регулярно ходив на побачення з місцевими дівчатами-немусульманками. Я сперечався з приводу шкоди, яку завдають нескінченні побачення, проте марно. Три роки потому він сказав мені: «Ти знаєш, ти будеш щасливий, коли одружишся, тому що і ти, і твоя дружина будете незайманими в день весілля, і це будуть перші інтимні стосунки, які ви відчуєте. Подарунок цього бажання буде прекрасним і вартим цього. А щодо мене, то коли я одружуся, моєю дружиною стане просто одна з дівчат, з якими я вже спав, і для мене інтимність не буде чимось особливим і значущим!».



ренції державних органів законодавчої влади (NCSL): «Тільки 40 відсотків матерів-підлітків закінчують середню школу ... дві третини сімей, які були створені підлітками, є бідними, і майже кожна четверта буде залежати від добробуту протягом трьох років після народження дитини ... діти матерів-підлітків гірше підготовлені до школи, у них на 50 відсотків більша ймовірність залишитися на другий рік, та більший ризик вилетіти з середньої шко-

ли, ніж у дітей, народжених матерями старшого віку. Діти, народжені від підлітків, також з більшою ймовірністю мають проблеми зі здоров'ям, можуть бути на деякий час ув'язнені в підлітковому віці, народжують у підлітковому віці, і стикаються з безробіттям» (Hoffman CD цитується Центр з контролю і профілактики захворювань). Мільярди доларів витрачаються щороку на фінансову та медичну підтримку матерів-підлітків у США.

Немає позашлюбних дітей, є лише батьки, які не перебувають в шлюбі, а при цьому страждають невинні діти. (Weiss 2007)



АБОРТ

Занадто пізно: батьки виявили, що їхня дочка вагітна. Що вони можуть зробити, щоб вирішити цю ситуацію? Мудрість підказує зробити ДНК-тест, щоб визначити батька дитини, примусити його одружитися і зробити вигляд, що честь сім'ї врятована! Вагітна дівчина, яка розуміє, що

не зможе піклуватися про дитину одна, може схилитися до аборту. Вона буде шукати лікаря, який витягне ембріон якомога швидше. Одні вважають, що аборт – прийнятна практика, і ненароджена дитина – ще не особистість. Однак зародок живий з моменту, коли сперма запліднила яйцеклітину.

З Корану і хадисів можна зробити висновки, що плід позбавлений душі до 4 місяців.

Якщо мати ненародженого плоду вмирає після закінчення 4-х місяців вагітності або ж у неї відбувається викидень, то до плоду відносяться як до дитини – нарікають ім'ям, ховають з дотриманням обряду і моляться за нього.

Іслам вчить милосердю і поваги до всіх людських істот. Кожна людина має право на життя (виняток становить вирок суду), – це основне право, яке дає нам Творець. Аборт без поважної причини (наприклад, медичних показань) вважається більшістю мусульманських правознавців вбивством безвинної живої істоти.

Єдина ситуація, коли жінці дозволено зробити аборт, – якщо вагітність створює загрозу її власному життю або ж після згвалтування або інцесту. Однак Іслам проти абортів в будь-який час і забороняє аборти після 4 місяців вагітності, тим більше якщо ця операція мотивована контролем народжуваності та економічними наслідками незапланованої вагітності.

УСИНОВЛЕННЯ В ІСЛАМІ

Якщо дорослі зробили все, щоб уникнути дошлюбного сексу своїх дітей, але у них все ж з'явився онук чи онучка, що їм робити? Багато батьків незаміжніх вагітних дочок відчують величезний сором за їхню ганебну поведінку і не хочуть допомагати з доглядом за дитиною, народженою поза шлюбом. Іслам дозволяє матері відмовитися від дитини для усиновлення та заохочує усиновлення як спосіб турботи про сиріт, проте наполягаючи при цьому на обізнаності про їхніх справжніх батьків.

Незаміжні жінки, відмовившись від дітей, можуть їх більше ніколи не побачити, але завжди будуть робити припущення про їхню долю, а дорослі діти, дізнавшись, що вони усиновлені, будуть цікавитися своїм походженням і родинними зв'язками.

Не всі діти, віддані на усиновлення в сім'ї, виявляються в хороших умовах. Деякі ніколи не будуть усиновлені, виростають в сирітських притулках або переходять з одного дому в інший.

У деяких суспільствах безбаченко автоматично вважається ізгоєм. Ці діти – незалежно від виховання, – часто виростають проблемними.

Чи може усиновлений успадковувати ім'я усиновителя? Коран вважає родовий зв'язок пріоритетним:

Він не зробив ваших названих синів справжніми синами. Це лише слова з ваших вуст. Аллаг говорить істину та вказує шлях! (33:4)

Кличте названих синів за іменами їхніх батьків. Це справедливіше перед Аллагом. А якщо ви не знаєте імен їхніх батьків, то вони — ваші брати в релігії та близькі! Не буде гріха на вас, якщо ви попередньо не мали такого наміру в серці. Аллаг — Прощаючий, Милосердний! (33:5)

Тільки у випадку, якщо біологічний батько дитини невідомий, Іслам дозволяє взяти прізвище усиновлювачів. Пророк показав приклад такого ставлення, одружившись на Зейнаб, своїй кузині, після того, як та розлучилася з його названим сином Зейдом ібн Харісою.

Ось ти сказав тому, до кого Аллаг виявив милість і до кого ти сам виявив милість: «Утримай свою дружину при собі та бійся Аллага!». Ти приховав те, що відкриє Аллаг, і ти боявся людей, хоч Аллаг більше заслуговує на те, щоб Його боялися! Коли Зайд задовольнив із нею своє бажання, Ми віддали її за тебе, щоб на віруючих не було вини через стосунки з дружинами своїх названих синів, коли ті задовольняють із ними своє бажання. Наказ Аллага має бути виконано! (33:37)

Хтось може побачити схожість між доісламською практикою приховування родових зв'язків і ХХІ століттям, коли усиновлені діти отримують ім'я прийомного батька. Цю практику треба зупинити і відновлювати ім'я справжнього батька.

Найголовніше – робити те, що краще для сироти, і захистити її права. Детальні механізми залежать від превалюючої конкретної культури.

Гомосексуальність і батьки

Гомосексуаліст – це людина, яку сексуально приваблюють люди такої ж статі. Жінки, які займаються сексом з іншими жінками, зазвичай визначаються як «лесбійки». Хоча ми безкомпромісно налаштовані проти гомосексуального акту і його поширення, ми не проти гомосексуалістів як людей, тому що до людей потрібно ставитися з повагою, а не з ненавистю. Завдання в тому, щоб допомогти батькам, чії діти відчують себе гомосексуалістами, в світі, де релігія відкидає це, а світська система легалізує.

Коран засуджує гомосексуальність:

Невже ви ходитимете до чоловіків зі світів, залишаючи дружин, створених для вас Господом вашим? Та ж ні, ви — злочинний народ! (26:165-166)

Гомосексуалізм є важким питанням для батьків. Деякі вважають, що чим менше вони знають про це, тим краще. Батьки хочуть бачити своїх синів мужніми в усіх відношеннях, а доньок жіночними. Проте необхідно усвідомлювати з чим ми маємо справу. За даними опитування Gallup, проведеного в 2015 році, 3,8 відсотка американського дорослого населення ідентифікують себе як лесбійки, геї, бісексуали і транссексуали. У Великій Британії, за даними Національного дослідження сексуальних відносин і способу життя на 2010 рік, яке проводиться раз на кожні десять років, 1% жінок і 1,5% чоловіків вважають себе геями / лесбійками, і 1,4% жінок і 1% чоловіків думають про себе як про бісексуалів (віковий діапазон від 16 до 74), (The Guardian, 2015).

Гомосексуалісти дедалі активніше борються за свої права, організують гей-паради і марші протесту, намагаються змінити закони, які обмежують їхню свободу. У деяких країнах і штатах жінки навіть можуть офіційно укласти шлюби з жінками, а чоловіки – з чоловіками, і такі гомосексуальні пари бажають, щоб їх вважали нормальними сім'ями. Незважаючи на те, що такі «сімейні союзи» не можуть мати спільних дітей, іноді вони беруть прийомних.

Людей, які відкрито не сприймають подібну модель поведінки, оголошують «гомофобами».



Поява протизаплідних пігулок, легалізація абортів і навчання популярній психології мали наслідком в США в 1960-х рр. так звану сексуальну революцію.

Люди з найбільш ліберальних верств населення почали стверджувати, що вони вільні мати статеві зв'язки з ким хочуть, незалежно від того, чи перебувають вони в шлюбі, вільно обирати партнерів будь-якої статі, і що їх слід поважати незалежно від їхньої сексуальної орієнтації. Багато людей почали приймати ці ідеї, і, як наслідок, в деяких країнах будь-яка дискримінація гомосексуалістів заборонена законом.

Як людина стає гомосексуалістом? Запропоновано безліч теорій.

Це свідомий вибір або ж генетична схильність? До 1970-х рр. гомосексуалізм більшістю експертів вважався відхиленням. Досвід підказує, що деякі хлопчики, у яких були слабкі, жорстокі або холодні матері, можуть зненавидіти всіх жінок, а дівчатка, скривджені власними батьками, – чоловіків, і тому шукають партнерів своєї ж статі. У 1990-х деякі лікарі і психологи почали розвивати теорію, за якою гомосексуалізм – нормальна варіація прояву людської сексуальності і що ген гомосексуальності може бути успадкований, оскільки в деяких сім'ях гомосексуалістів більше, ніж в інших. Крім того, були виявлені дуже рідкісні випадки гомосексуальної поведінки тварин.

Однак чи варто виправдовувати відхід від цінностей прикладом тварин? Бог підвищив людину над усіма створіннями.

Нижче запропоновані деякі можливі причини появи гомосексуальних схильностей:

- Сумніви з приводу дружби. Молоді люди, які відчують сильні почуття до друзів однієї з ними статі, плутаються і вважають це гомосексуалізмом. Дівчинка може так любити кращу подругу, що захоче її обійняти або поцілувати, а потім відчуті провини за це, сплутавши прояв ніжності з сексуальністю. Вона навіть може вирішити, що є лесбіянкою, і постаратися схилити подругу до сексуальних зносин. Вирішенням цієї проблеми можуть бути постійні дискусії та відкрите спілкування щодо статевого виховання з батьками під час передпідліткового та підліткового періодів.
- Недостатня любов до дітей. У людини може не бути нікого, на кого можна скерувати любов і пристрасть. Підлітки, які не мають тісних відносин з батьками і родичами, хочуть, щоб їх любили. Якщо їхній єдиний друг тієї ж статі, їхня потреба в дотиках і обіймах, яка їх переповнює, може перевищити

межі пристойності і призвести до сексуального акту. Рішення тут носить запобіжний характер: давати дітям любов і ніжність починаючи з годування грудьми. У сім'ї повинна панувати любов – тоді не виникне необхідності шукати її зовні.

- Розбещення неповнолітніх: деякими молодими людьми скористалися розбещувачі, вони підштовхують їх до цих актів проти їх волі, поки поступово вони не звикають до цього.
- Надовго відкладене одруження: чоловіки і жінки, котрі не одружилися до певного віку, можуть зберегти сильне сексуальне бажання і схилитися до альтернативи. Слід заохочувати ранній шлюб в статевозрілому віці, і обов'язок батьків – допомагати дітям влаштовувати своє сімейне життя.

Батько, який зіткнувся з відкриттям, що його дитина має гомосексуальні схильності, повинен зберігати спокій і звернутися за професійною допомогою. Батьки не повинні позбавляти дітей своєї любові, навіть категорично відкидаючи гомосексуальні зносини.

Батьки повинні бути обізнані про юридичну сторону визнання гомосексуальності: так, закони багатьох країн забороняють дискримінацію на підставі статі, сексуальної орієнтації, раси, мови або походження. При цьому багато суспільств дають дітям чіткий меседж про прийнятність гомосексуалізму, стираючи межу між нормальним і ненормальним. Дітям радять не зважати на заборони і йти за пристрастю.

Ми просимо батьків доносити до дітей, що гомосексуальна поведінка – це неправильно. Батькам варто втрутитися, якщо вчителі заохочують подібну поведінку.

Чоловік повинен бути мужнім,

шанобливо ставитися до жінки, опускати погляд, бути захисником слабких, не показувати своє тіло.

Жінка повинна бути жіночною,

носити скромний одяг, опускати погляд, уникати флірту і наготи, захищати свою честь від чоловіків, які поводяться неналежним чином.

Сексуальне виховання в Ісламі

Іслам визнає, що Всевишній створив сексуальні потреби як частину нашого життя. Іслам не сприймає жінок і чоловіків лише як об'єкти сексуального задоволення і вважає секс з чоловіком/дружиною чесною, одним зі способів поклоніння, тоді як секс поза шлюбом однозначно сприймається як карний гріх.

Сексуальні стосунки між чоловіком і жінкою відображені в аятах:



Невже Ми не створили вас із мізерної рідини, вмістивши її у надійне місце до визначеного строку? Ми визначили міру; як же прекрасно Ми визначаємо міру! (77:20-23)

І не наближайтеся до перелюбу. Воістину, це — мерзота, шлях ганебний! (17:32)

Пророк розглядав інтимність як нагороджуваний акт чесноти. Він казав:

«Коли хтось із вас спить зі своєю дружиною, то отримає за цю чесноту нагороду». Його сподвижники здивувалися: «О, Посланцю Аллага! Коли людина задовольняє сексуальну потребу, вона буде за це винагородженою?» Він відповів: «Якщо людина переступить закон, тим самим вона згрішить, проте якщо вона це робить законно, вона заслуговує на винагороду». (МУСЛІМ)

Пророк навчає, що інтимний акт між подружжям – це таємниця:

«У найгіршому становищі з людей в Судний день перед Аллагом буде людина, яка мала близькість зі своєю дружиною, після чого поширювала цю таємницю». (МУСЛІМ)

Айша розповіла:

«Коли я лежала з Посланцем Аллага під покривалом, у мене почалася менструація, тому я відсунулася і взяла одяг, що носила в ці дні. Він запитав: «У тебе менструація?». Я сказала: «Так». Він покликав мене, і я лягла поряд з ним під покривало». (АЛЬ-БУХАРІ ТА МУСЛІМ)

Чоловік і дружина в Корані порівнюються з одягом один для одного. Одяг – щось дуже особисте, і він близький до тіла, так само і чоловік і жінка повинні бути близькі один одному. Одяг захищає нашу скромність, і подружжя має поводитися таким само чином стосовно один одного. Одяг підкреслює людську красу, і подружжя має відтінювати чесноти один одного.

Секс є виразом любові, і одне без іншого буде неповним. Обов'язок чоловіка – навчити дружину сексуальності, особливо в тому, що йому подобається або не подобається, і він не повинен порівнювати її з іншими жінками. Жінки повинні робити те саме для отримання повного задоволення. Жінкам потрібно зрозуміти, що сексуальні потреби чоловіка можуть відрізнятися від їхніх власних.

Іслам виступає категорично проти анального сексу, а от щодо орального в Корані і Сунні заборони відсутні.

Статеві органи повинні утримуватися в чистоті, і потрібно здійснювати повне омовіння (гусль) після виділення рідини або після завершення інтимної близькості.

Пророк сказав:

«Ніхто з вас не повинен накидатися на дружину наче тварина, спочатку повинен бути провісник між вами». Його запитали: «Який провісник?». Він сказав: «Це поцілунки і пестощі» (АЛЬ-ЗУБАЙДІ І АЛЬ-ІРАКІ).

Пророк також сказав:

«Коли лежиш зі своєю дружиною, будь уважний до неї. Якщо ти задовольнив себе раніше, ніж її, не потрібно її квапити, поки вона повністю не задовольниться» (АБУ ЯЛА).

Обов'язок кожної людини – піклуватися про свого партнера. Чоловік повинен вивчити факти про жіночу сексуальність, навчитися технікам, щоб дружині було приємно, та насолоджуватися щасливим життям. Чоловік, який не милує свою дружину, викликає у неї стрес і розставляє на її шляху потужні спокуси.

Обов'язок батьків по відношенню до дітей

Важливо, щоб батьки навчали дітей позитивному погляду на секс: це не породження диявола, не зло і не бруд, але дар і милість Милосердного, спосіб, через який виходять деякі радості Раю.

Однак секс – це також можливість, яку використовує Сатана, щоб зіпсувати, оповити, поглинути і викликати страждання. Секс провокує більше страждань, аніж будь-що інше, включаючи голод і війну. Ризик настільки великий, що лише один статевий акт може мати негативні наслідки на все життя.

Секс – це потреба, яку слід задовольняти згідно зі вказівками Творця в чистоті і взаємному задоволенні.

Пророк був чесний, бадьорий, відкритий і розумів потреби чоловіків і жінок. Він не був фарисеєм або фанатиком і сам насолоджувався своїми шлюбами.

Сексуальне задоволення допускається за умови дотримання моральних норм. Вседозволеність в сексі веде до розпаду сім'ї і суспільства, брехні і обману, браку відповідальності та навіть до злочинів, – таких як насилля, наркотична залежність, злочинство та вбивство. Якщо людина посправжньому любить Бога, вона повинна відповідально опиратися спокусам і відрізнити хороше від поганого. Багато лю-



Секс – не зло і не бруд, він чистий і корисний, якщо знаходиться в межах, встановлених вірою і мораллю.

дей є настільки скромними і пригніченими, що навіть не намагаються займатися сексом заради власного задоволення.

Секс і гігієна

СЕКС ПІД ЧАС МЕНСТРУАЦІЇ: середньовічні євреї просто уникали жінок під час місячних. Пророк же закликав соратників НЕ виганяти жінок, а лише обмежувати безпосередньо інтимні стосунки. Дівчаток потрібно вчити, як правильно користуватися прокладками і як їх



утилізувати. Менструація природна, її не потрібно приховувати або соромитися, особливо якщо дочці потрібна допомога, тому що вона відчуває дискомфорт і біль.

ЛОБКОВЕ ВОЛОССЯ: Пророк рекомендував і чоловікам, і жінкам періодично (раз на місяць) видаляти лобкове волосся, щоб тіло було чистим і акуратним, готовим до задоволення свого партнера.

Хлопчиків не напружують волохаті ноги, як і вуса. Багатьом дівчаткам, проте, це не подобається. Матері можуть навчити доньок як використовувати крем для депіляції або інші способи видалення небажаного волосся. Дівчата не повинні боятися, що перетворюються на чоловіків, якщо у них ростуть «вуса» або кілька волосин на підборідді – їх можна прибрати або акуратно знебарвити.

ОБРИЗАННЯ: Пророк наполягав на обрізанні хлопчиків в ранньому віці. Ця операція забезпечує кращу гігієну і більше сексуального задоволення, а крім того, зменшує ризик інфекцій.

При цьому Іслам забороняє жіноче обрізання.

СПЕРМА І ПОЛЮЦІЇ: деякі підлітки сильно бентежаться, якщо бачать, що білизна забруднена, і бояться, що це побачать батьки. Їх потрібно переконати в нормальності подібних виділень.

Якщо ж виділення є кров'янистими або стаються частіше ніж один раз на день, слід звернутися до лікаря.

Підлітки і стриманість

Діти в багатьох розвинених країнах, включаючи США, Канаду і Сполучене Королівство Великої Британії і Північної Ірландії,

досягають статевої зрілості раніше, ніж будь-коли. Дівчатка в середньому вступають в період статевого дозрівання у віці від 8 до 13 років, в той час як хлопчики – від 9 до 14 років. Початок менструації, або менархе, починається на шість місяців раніше, ніж в середньому 40 років тому, але розвиток грудей починається на два роки раніше. Інші ранні пубертатні ознаки, в тому числі запах тіла і поява волосся на лобку, також відбуваються раніше (Каліфорнійський університет Берклі, 2014 р.). Раннє статеве дозрівання може бути пов'язаним зі збільшенням споживання продуктів харчування тваринного походження, більшість з яких виготовляються з м'яса тварин, які інтенсивно вирощувалися, регулярно отримуючи дози антибіотиків і гормонів у якості стимуляторів росту.

З іншого боку, середній вік першого шлюбу зростає. У США це було близько 29 років для чоловіків і 27 для жінок в 2013 р. (Pew Research Center, 2014 р.), а в Сполученому Королівстві Великої Британії і Північної Ірландії вік першого шлюбу становив близько 31 для чоловіків і 29 для жінок у 2012 році (Управління національної статистики, 2014 р.). Люди, які вірять в утримання до шлюбу, просять дітей тримати при собі свої сексуальні бажання з моменту досягнення статевої зрілості до шлюбу, тобто вимагають 16 років очікування в той час, коли бажання і енергія знаходяться на піку активності. 100 років тому назад більшість людей одружувалися відразу після досягнення статевої зрілості. Суспільство боролось за виживання; було важливо, щоб і чоловіки, і жінки рано вступали в шлюб, коли сексуальні сили були у розквіті.

У деяких суспільствах пізні шлюби стали можливими саме завдяки скасування будь-яких сексуальних заборон.



Релігійні люди не можуть це схвалювати, але утримання створює підліткам великі складнощі. Здається неможливим придушувати свою сексуальність з моменту дозрівання до шлюбу (близько 20 років). Підліток, у якого вирують гормони, буде страждати в оточенні постійних спокус.

Мусульманським громадам потрібно заохочувати ранні шлюби. Великі сім'ї можуть допомогти з вихованням дітей.

Деякі мусульманські вчені наголошують на тому, що слід уникати мастурбації, крім тих випадків, коли вона дарує неodrуженим полегшення від нестерпного сексуального бажання, але її не можна робити звичкою. Коли бажання сексу стає неконтрольованим, мастурбація може бути значно меншим злом. У своїй книзі «Рудудун 'аля абатиль» шейх Мухаммад аль-Хамід пояснює, що юристи забороняють мастурбацію, якщо вона за-

стосовується для розпалювання бажання, проте вона допустима для заспокоєння бурхливої пристрасті. Мастурбація не заслуговує ані покарання, ані осуду, це не гріх і не заохочувана справа.

Батьки повинні з розумінням поставитися до підліткової мастурбації.

Засобом зняття сексуального збудження можуть стати заняття спортом і будь-які колективні заходи.

При цьому дорослі повинні донести до дитини, що зловживання мастурбацією може призвести до серйозних проблем зі здоров'ям і що потрібно уникати спокус і сексуального тиску.

Деякі мусульманські правники кажуть, що мастурбація заборонена, але більшість допускають її. Потрібно використовувати цю практику тільки в крайньому випадку, не завдаючи фізичної або емоційної шкоди.



Ісламське вирішення сексуальної дилеми: мапа превентивних заходів

Не створюйте ситуацій, які призводять до гріха.

І не наближайтеся до перелюбу. Воістину, це — мерзота, шлях ганебний! (17:32)

Отже, наскільки це можливо, варто перекрити всі шляхи, що ведуть до спокус. Стратегія суспільства повинна носити запобіжний характер, щоб ускладнити здійснення гріха: позашлюбний секс повинен бути неприйнятним. Припинивши сексуальну торгівлю, обмеживши сексуальні послуги і мінімізувавши попит на них, суспільство може зберегти інститут шлюбу в чистоті і захистити його.

Подібне шанобливе ставлення до сім'ї є характерним не лише для Ісламу, воно декларується й іншими віросповіданнями, включаючи християнство, юдаїзм та індуїзм. Жодна нормальна людина не вважає, що безладні інтимні зв'язки і рабське потурання бажанням приносять користь і для молоді, і для зрілих людей. Люди, які вірять в Бога, вважають, що ідеальне місце для сексу – в межах шлюбу. Проблема в тому, що в багатьох суспільствах консервативне ставлення до сексуальної практики відкидається молодим поколінням.

Вивчення ісламської системи чітко демонструє, що вона зосереджується на захисті і святості сім'ї. Велике значення надається скромності поведінки, дотриман-



ню дрес-коду, утриманню від вживання алкоголю і наркотиків, а також уникненню спокус. Все це – серйозні спроби заблокувати шляхи, що ведуть до зради і блуду.

Коран визнає сексуальне бажання.

Навіть пророк Йосип міг би піддатися спокусі, якби Милість Божа не підтримала його в критичний момент:

Жінка, в будинку якої він жив, почала зваблювати його. Вона зачинила двері й сказала: «Йди до мене!». Той відповів: «Рятуй мене Аллаг! Воістину, Він — Господь мій, а найкращий притулок — у Нього! Воістину, не матимуть успіху несправедливі!»

Вона бажала його, й він забажав би її, якби не побачив знак від Господа свого. Так Ми відвернули від нього зло й нечистоту. Воістину, він — один із Наших щирих рабів! (12:23-24)

Дароване Богом бажання в чоловіках і жінках зазвичай спить, і його не варто прищиплювати та розпалювати. Слід визнати, що жінки, як правило, краще за чоловіків контролюють власну поведінку і бажання.



В сучасних умовах, коли вади є прийнятними, а спокуси повсюдно рекламуються, суспільство робить вкрай мало, щоб допомогти молоді.

Воно ніби з розгону кидає підлітків в озеро зі зв'язаними руками і каже їм: «Будьте уважні та не намочіться».

Спокуси пробуджують у підлітків бажання, а суспільство чекає, що вони стерплять і осмикнуть себе. Це все рівно, що покласти смачну рибу перед голодною кішкою і при цьому казати: «Не будеш їсти її!».

Як можуть підлітки розвинути бажані етичні стандарти в суспільстві, яке допускає позашлюбний секс? За ісламським законом все, що веде до поганих вчинків, зле, і тому слід уникати всього, що ламає сексуальні заборони і викликає втрату самоконтролю.

Нижче наведено список кроків, щоб перекрити шляхи до незаконного сексу. Ослаблення спокус – це процес довжиною в життя, який вимагає взаємодії сім'ї, школи, ЗМІ та суспільства.

СКРОМНІСТЬ (ХАЙА')

Важливо затвердити концепцію скромності (*хайа'*) через повагу до інтимності дитини. Батькам не варто торкатися дитячих геніталій окрім як під час купання. Геніталії дітей, які є старшими трьох років, повинні бути прикриті навіть під час купання.

Богослови визначають скромність як рису характеру, яка перешкоджає людям здійснювати гріх або ганебні дії.

Скромність – це якість, яка повинна бути послідовно вихована батьками і стати нормою і в родині, і в суспільстві. Навіть на похоронах під час омивання тіла не слід починати з геніталій і торкатися їх руками, але використовувати тканину. Щоб усвідомити розмір і обсяг скромності, Пророк сказав:

«Віра має близько 70 гілок. Вища з них – твердження, що немає Бога окрім Аллага, а найнижча – прибирання зайвого, шкідливого на шляху того, хто йде. І скромність також є гілкою віри» (МУСЛІМ).





Скромність – гілка віри

Одна з мудрих речей, яким люди навчилися від пророків, це – вчиняй як тобі хочеться, якщо у тебе немає почуття сорому (АБУ ДАВУД).

Пророк сказав:
«Сороміцьке чорнить все, що до нього домішується, але якщо домішується сором'язливість, то вона завжди прикрашає річ» (ІБН МАДЖА).

Аль Джурджані розділяє скромність на 2 складові:

- 1) Психологічна частина, яка є у всіх людей, що виражається в тому, щоб не демонструвати інтимні частини тіла і не здійснювати статевий акт на очах у всіх;
- 2) Скромність, що походить від віри, яка захищає людину від здійснення гріхів завдяки любові до Бога і страху перед Його покаранням.

Навчайте дітей таким проявам скромності:

1. опускати погляд, коли вони дивляться на людей протилежної статі або на непристойну сцену;
2. уникати сексуальних провокацій та імітації іншої статі;
3. розмовляти м'яко і ввічливо, без грайливості та залицянь;
4. вбиратися скромно, гарно та з гідністю.

У ситуаціях, поданих нижче, скромність є зайвою:

1. В навчанні, жаданні знань, особливо про релігійні аспекти шлюбу. Богослови кажуть: «Збентеження в релігійній освіті не існує». Цю фразу можна звести до такого твердження: «немає скромності в пошуку знань».
2. У реформах: проповідуйте чесноту і забороняйте зло, тому що наш обов'язок – твердо і мудро дотримуватися кращого.
3. У шлюбі: не існує збентеження між подружжям в їхньому домі.

Арабська поезія про скромність

Якщо ти не боїшся наслідків своєї поведінки та поводишся скромно, ти можеш робити все, що тобі заманеться.

Проте, клянусь Богом, немає чесноти в сороміцькому житті! Людина живе добре, лише поки поводитьься скромно, так само як стовбур дерева захищений, поки покритий корою.



Пророк сказав:

«Приховуйте свої сороміцькі частини від всіх, окрім чоловіка» (АБУ ДАВУД, ІБН МАДЖА, АЛЬ-ХАКІМ).

Секс поміж подружжям та в особистому просторі їхньої спальні жодним чином не обмежується.

Якщо батьки ігнорують виховання скромності, суспільство буде страждати. Скромність – це сильний захист від спокус і зваблювання.

- Сучасні музеї переповнені зображеннями оголеного тіла. Для багатьох є чітка межа між тим, що можна вважати мистецтвом, а що – порнографією і неподобством. В західній традиції оголеність часто-густо спрямована на прославлення невинності, чистоти і краси людини. Гарний приклад – статуя «Давид» Мікеланджело, яка зображає пророка абсолютно голим. Храмова скульп-

тура Індії вводить оголені постаті в сакральну обстановку. Питання тлумачення оголеності батькам необхідно глибоко обміркувати, особливо по відношенню до власних дітей.

Деякі норми етикету:

- Діти повинні стукати в двері, перш ніж увійти до кімнати батьків та інших родичів (щоб не побачити їх роздягненими).
- Батьки і діти повинні одягатися скромно як вдома, так і за його межами. Слід уникати використовувати макіяж і сексуально привабливу косметику і парфуми. Батькам слід стежити за розмовами в присутності дітей, уникаючи розмов в сексуальному руслі. Також не варто демонструвати при дітях інтимність, включаючи тривалі поцілунки і дотик до інтимних частин тіла. Діти старше 10 років повинні спати окремо.

- Хлопчики і дівчатка повинні бути навчені відводити погляд, коли дивляться на людей протилежної статі.

Скажи віруючим чоловікам, щоб вони відводили свої погляди й закривали свою наготу. Так буде чистіше для них. Воістину, Аллагу відомо про те, що вони роблять!

Скажи віруючим жінкам, щоб вони відводили свої погляди й закривали свою наготу. Нехай вони не показують своїх прикрас, окрім того, що назовні, й нехай закривають своїми покривалами груди. Нехай не показують своїх прикрас нікому, крім своїх чоловіків, батьків, батьків своїх чоловіків, своїх синів, синів своїх чоловіків, своїх братів, синів братів, синів своїх сестер, інших жінок чи тих, ким оволоділи їхні правиці, слуг, у яких немає пристрасті, або дітей, які не знають жіночої наготи; нехай вони не ходять так, щоб було відомо, які прикраси вони приховують. Кайтеся перед Аллагом усі разом, о віруючі! Можливо, ви матимете успіх! (24:30-31)

Пророк сказав:

«Того, хто опускає погляд, уникаючи неприпустимого для нього, Аллаг нагородить радістю серця» (ІБН МАСУД).

- Дівчаток слід навчити ходити спокійно, уникаючи спокусливих рухів. Вони не повинні піднімати сукні й показувати ноги.

О дружини Пророка! Ви не такі, як будь-яка жінка. Якщо ви богобоязливі, то не виявляйте ніжності в розмові, щоб не побажав вас той, у чиєму серці хвороба. Промовляйте гідні слова! (33:32)

- І хлопчикам, і дівчаткам не слід дозволяти перебувати вночі поза домом. Можна запровадити щось на зразок «комендантської години».
- Деякі типи музики шкодять (ті, які викликають статевий потяг і слова в яких викликають сором). В більшості музичних творів, які слухають підлітки, поширені сексуальні теми, які варіюються від романтичних і грайливих до таких, що приносять людську гідність і ворожих. Дослідження показали, що підлітки, які слухають музику з сексуальним підтекстом, з більшою ймовірністю займаються сексом раніше (Pediatrics 2007). Сексуально відверта рок-музика викликає сексуальне бажання. Деяка хард-рок музика містить сороміцькі слова, і дітям не варто дозволяти прослуховування «порнографічного року». Діти, які звикли прослуховувати таку музику, припиняють відчувати несправедність.
- Порнографія небезпечна для дітей, тому що роздуває сексуальне бажання до нестерпного рівня. Вона змушує наочно уявляти вульгарні сцени і мріяти про статевий акт цілими днями.
- Порнографія зводить значення жінки лише до стану сексуального об'єкту, який потрібен для задоволення чоловічої хтивості. Якщо чоловік збуджується від чогось подібного, він має задовольняти бажання, яке виникло, з власною дружиною. Парубок не може це зробити – що є ще одним з-поміж аргументів на користь ранніх шлюбів. Людину не можна звинувачувати за те, що вона має бажання, проте не можна їм потурати, тим більше залучаючи інших людей.

Багато чоловіків мимоволі травмують своїх дружин, захоплюючись іншими жінками. Це стосується також зображень фотомоделей і кінозірок на рекламних щитах, обкладинках журналів та плакатах. У вашій голові та думках вони завжди залишаються молодими і прекрасними в порівнянні з дружиною, яка на ваших очах старіє, товстішає і втомлюється. Батьки повинні розуміти небезпеку порнографії в Інтернеті, побачень і брудних розмов про секс. Вони повинні більш пильно спостерігати за дітьми і встановлювати комп'ютер в загальнодоступному місці, а не в особистій спальні дитини.

ДРЕС-КОД

Хлопчики і дівчатка повинні одягатися і поводитися скромно. Вони повинні уникати провокаційного і спокусливого одягу і не акцентувати увагу на фізичній привабливості. Їм слід уникати одягу, який щільно прилягає до тіла та/або просвічується, а також вбрання та прикрас, характерних для протилежної статі.

Абу Хурайра сказав: «Пророк проклинав чоловіків, які уподібнюються жінкам, і жінок, які уподібнюються чоловікам» (АБУ ДАВУД).

Вибір вбрання для дитини дуже важливий. Недарма кажуть, що поведінка задається одягом, тому діти повинні бути одягнені скромно й акуратно. Люди одягаються по-різному в залежності від приводу: для молитви, інтерв'ю, ювілеїв, вечірки або спорту. Вони намагаються або розчинитися в натовпі, або виділитися, вразити, або підвищити шанси влитися в чийсь колектив. Батьки не повинні заохочувати носіння екстремального епатажного вбрання.

Наскільки можливо, батькам слід надавати дочкам вибір. Уже в 2-3 роки у дівчинки можуть з'явитися якісь пристрасні в одязі, і вона буде наполягати на тому, щоб одягатися так, як вона хоче. Мирне і практичне рішення – покласти перед нею 2-3 речі, щоб вона могла сама обрати костюм.

Однакова шкільна форма може зовсім не подобатися дітям, але вона знімає проблему щоденного вибору «що вдягнути». Дівчаткам необхідно пояснювати, що хоча провокаційний одяг може й виглядає «мило», проте він дає невірний сигнал хлопчикам в небажаних ситуаціях.

«НІ» ВІЛЬНОМУ ЗМІШУВАННЮ

Словом *хальва* («усамітнення») позначається в т.ч. зустріч чоловіка і жінки в закритому місці, де їх ніхто не бачить (наприклад, в номері готелю). Це сатанинська сексуальна пастка, і такого усамітнення слід уникати за будь-яку ціну! Пророк дав нам достатнє попередження:

«Не встигне чоловік залишитися наодинці з жінкою, як третім між ними буде шайтан» (АЛЬ-ТІРМІЗІ).

Тут не йдеться про контакт різностатевих дітей під наглядом батьків в межах порядності. Хлопчику може сподобатися дівчинка, якщо він регулярно бачить її в мечеті, школі, бібліотеці, магазині. Він

Пастка!

Зоровий контакт – Посмішка схвалення – Вітання – Розмова – Зустріч – Дотик – Збудження – Шлях неповернення – Гріх – Секс – Проблеми!!!
Результати можуть включати інфекції, які передаються статевим шляхом, вагітність, аборт або позашлюбну дитину.

може спробувати підійти і завести безневинну розмову, щоб зрозуміти, чи цікавий він їй. Вони можуть домовитися про побачення в парку або будинку. Якщо ніхто не побачить, він може спробувати торкнутися або поцілувати її. Якщо вона дозволить йому, то скоро він стане впевненим і піде далі.

Вони можуть зайнятися сексом, що може призвести до біди.

ТИСК ОТОЧЕННЯ ТА ІНШІ ЧИННИКИ

Є багато причин, чому діти починають займатися сексом. Одна з найпоширеніших – тиск однолітків і пояснення, що так чинять усі. Інші причини для дошлюбного сексу: бажання здобути «компетенцію» дорослого, суспільне визнання. Багато хто намагається компенсувати недолік самоповаги, ставши батьком або матір'ю.

Одурманюючі речовини, алкоголь і наркотики знищують самоконтроль і руйнують перепони для занять сексом.

Сексуальна спокуса поширена всюди та, в основному, йде з журналів, від однолітків, і з екранів телевізорів.

Кількість передач сексуального змісту на телебаченні збільшилася.

За даними дослідження 2005 року, 70% телевізійних шоу в США мали сексуальну тематику (в тому числі говорили про секс, а також сексуальну поведінку, починаючи від пристрасних поцілунків до статевого акту), в порівнянні з 64% в 2002 році і 56% в 1998 році. Частка показів з сексуальним змістом в прайм-тайм на основних каналах телевізійного мовлення також пішла вгору, майже вісім з десяти таких шоу (77%), що мають сексуальну тематику в 2005 році, в порівнянні з 67% в 1998 році і 71% в 2002 році. Серед топ-20 шоу, які дивляться підлітки, 70% включають сексуальну тематику і 45% включають сексуальну поведінку (The Henry

J. Kaiser Family Foundation, 2005). Проведене у 2010 дослідження в 25 європейських країнах показало, що 23% 9-12-річних стикалися з сексуальним змістом, і серед тих місць, де вони зіткнулися з таким змістом, Інтернет займає майже таке ж високе місце (14%), як і телебачення, фільми або відео (12%) (EU Kids Online, дані 2014 року).

Одне з визначень танцю з протилежною статтю:

Танець – наш вертикальний прояв горизонтальних бажань!

ЩО РОБИТИ

Батьки не повинні обмежувати свою роль забезпеченням матеріальних потреб своїх дітей, але зобов'язані надавати, у міру можливості, духовну і моральну допомогу.

Дорослі повинні заповнювати дитячий мозок «хорошими думками» і насичувати їх «поживою для розуму». Важливо посилювати усвідомлення індивідуальності, самоповаги і уникати «стадного почуття».

Батьки можуть досягти цього, навчаючи дітей твердій системі цінностей, правильному погляду на життя і певного кодексу правил поведінки. На цьому шляху діти самі нагадують собі не пити алкоголь, не їсти свинину, не вживати наркотики і не вступати в дошлюбні статеві стосунки. Батьки самі не повинні шукати позашлюбних зв'язків, щоб бути хорошим прикладом для своїх дітей.

Пророк сказав:

«Я серед вас найбільш побожний і богобоязливий, але я постую і перериваю піст, молюся і сплю ночами, і я одружений. Той, хто відкидає мою традицію, буде відкинутий сам»
(АЛЬ-БУХАРІ).

«Шлюб – це половина релігії, друга половина – страх перед Аллагом»
(АЛЬ-ТАБАРАНІ і АЛЬ-ХАКІМ).



РАННІ ШЛЮБИ

Для шлюбу немає фіксованого віку. Серед молодих чоловіків модно одружуватися після отримання університетського диплому і влаштування на роботу.

Багато дівчат вважають, що не готові до шлюбу приблизно до 24-х років. Молоді люди повинні усвідомити, що у них є тільки два законних шляхи: укласти шлюб або ж утримуватися від сексуальних відносин.

Нехай зберігають цноту ті, хто не може одружитися, доки Аллаг із ласки Своєї не збагатить їх. (24:33)

Пророк сказав:

«О юнаки! У кого з вас є можливість – нехай одружується, або нехай постить, воістину, піст для нього погасить його пристрасть»
(АЛЬ-БУХАРІ).

Якщо хлопчик або дівчинка відчувають сильне прагнення вступити в шлюб, батьки повинні зробити все можливе, щоб їх одружити. Якщо вони цього не зроблять, вони підштовхують дітей до зла тим або іншим способом. Один з обов'язків батьків підкреслений Пророком:

«Той, кому Аллагом дарована дитина, повинен забезпечити дотри-

мання трьох її прав: дати їй гарне ім'я, забезпечити виховання і, коли вона досягне статевого дозрівання, він повинен докласти зусиль, щоб її одружити» (ТІРМІЗІ).

Якщо батьки не звертають уваги на запити дитини і не організують весілля, відповідальність за гріх буде лежати і на них. Не менш важливо й не примушувати молодих людей до шлюбу.

Деякі батьки втягують дітей у гріховні справи, нав'язуючи партнера за своїм вибором, а іноді навіть позбавляючи природного права побачити майбутнього чоловіка до весілля. Приготування до весілля повинні відповідати меті щасливого життя, а не егоїстичним мотивам шлюбних агентів.

Громада може по-різному допомогти й полегшити укладання шлюбу:

- Створити здорове середовище для хлопчиків і дівчаток, надати їм можливість зустрічатися і пізнавати один одного, не виходячи за рамки пристойності і традиції;
- Створювати курси підготовки до сімейного життя, консультувати майбутнє подружжя і готувати їх до ролей чоловіка та жінки, батька та матері.

Дилема: система освіти проти раннього шлюбу

Сучасна система породила низку проблем сексуального характеру. Навчання в школі та коледжі означає, що шлюб потрібно відсунути до «після 20-ти».

Проте пік сексуального бажання у чоловіків настає в пізні підліткові роки, а дівчата в цьому віці відчувають емоційну залежність, що робить їх схильними до зваблювання. Дошлюбний секс закінчується абортами, незаміжніми юними матерями, хворобами.

Вирішення проблеми – або шлюб в шкільні роки, або утримання до випуску з коледжу. Ранній шлюб може бути задовільним вирішенням, якщо суспільство підготує підлітків до відповідального рішення і сімейного життя.

У сучасних суспільствах вимагати від підлітка бути терплячим і залишатися незайманим після 20-ти дуже складно через величезну кількість спокус і сексуальних провокацій. У минулому ця проблема не виникала саме через ранні шлюби. Ще за часів Пророка була створена інтегрована система, що включала в себе:

- 1) заохочення ранніх шлюбів;
- 2) допомогу великої родини в турботі про дітей і онуків. Загальноприйнятим було, щоб три покоління жили під одним дахом, а маленькі сім'ї були винятками. Сім'ї були менш мобільні, аніж зараз;
- 3) Іслам дозволяв контроль народжуваності і планування сім'ї, щоб допомогти юним матерям уникати вагітності, поки ті не будуть готові до неї. Це залежало від поведінки чоловіка і знань чоловіка і дружини.



В наші дні матері, учениці або ті, які мають професію, можуть повністю присвятити себе догляду за дитиною або бути зайняті частково років до тридцяти, а потім повернутися до повної зайнятості. В цьому випадку діти залишаються під материнською опікою, а суспільство не позбавляється компетентних професіоналів.

Неправильно вважати тінейджерів некомпетентними і вбачати в них лише споживачів, заперечуючи їхню відповідальність.

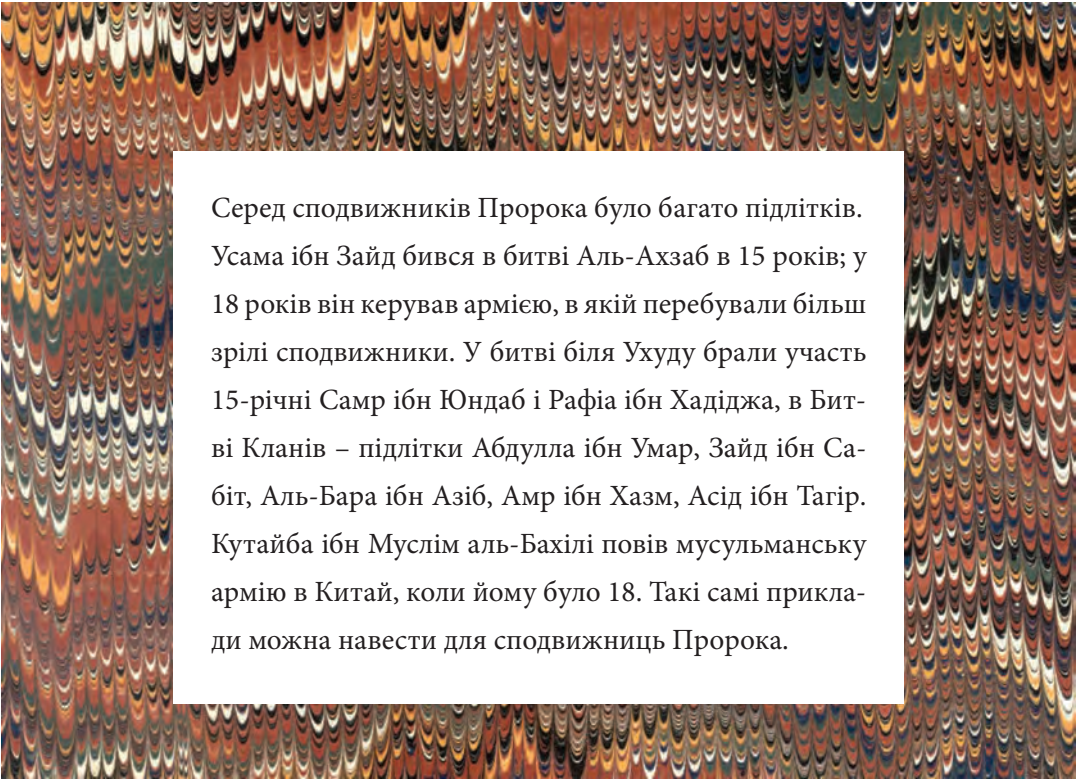
Зараз складається враження, що дитинство триває до 20 років, а то і довше, і молоді люди звикають повністю покладатися на інших, замість того, щоб бути

самостійними, відповідальними і продуктивними.

Коран говорить про молодих пророків, таких як Авраам, Йосип, Мойсей та Ісус (хай буде з ними мир) і про інших людей, що здійснювали великі справи саме в роки юності.

Сучасна модель, яка потребує відкладення шлюбу до віку «за двадцять», незадовільна. Вагітності й пологи простіше переносяться в молодому віці, а в зрілості виношувати першу дитину набагато складніше.

Ми повинні ефективно долати дилему сексуальних обмежень, наполягаючи на важливості ранніх шлюбів.



Серед сподвижників Пророка було багато підлітків. Усама ібн Зайд бився в битві Аль-Ахзаб в 15 років; у 18 років він керував армією, в якій перебували більш зрілі сподвижники. У битві біля Ухуду брали участь 15-річні Самр ібн Юндаб і Рафіа ібн Хадіджа, в Битві Кланів – підлітки Абдулла ібн Умар, Зайд ібн Сабіт, Аль-Бара ібн Азіб, Амр ібн Хазм, Асід ібн Тагір. Кутайба ібн Муслім аль-Бахілі повів мусульманську армію в Китай, коли йому було 18. Такі самі приклади можна навести для сподвижниць Пророка.

Аморальний шлях	Наслідки	VS.	Моральний шлях	Наслідки
Зрада це легко, привабливо та доступно	Венеричні захворювання Підліткова вагітність Аборти Незаміжні діти, які самі мають дітей Бідність Розлучення Розбиті домівки Самотні батьки Сексуальний хаос Високий рівень злочинності Підвищений рівень згвалтувань		Не зраджувати	Здорові батьки
Секс дешевий та безпечний			Зрада повинна бути непривабливою та недоступною	Здорові діти
			Чистий секс	Повні сім'ї
		Секс організований через шлюб		Лідери доброчесності
		Відповідальний секс заохочується		Низький рівень злочинності
				Щасливі сім'ї
				Щасливі діти
				Менше насилля в суспільстві

Захист дітей від сексуальної наруги

Для дітей природно довіряти дорослим, і мусульманські діти, в цілому, виховані так, що поважають дорослих. Діти бояться не робити того, про що просять дорослі, особливо під тиском і погрозами. Але діти повинні знати, як захистити себе від наруги:

- якщо незнайомиць поводить дивно, підходить надто близько, перегороджує шлях, слідує за тобою, біжи і шукай допомогу. Якщо ти впевнений, що тебе переслідує незнайомий чоловік, кричи «Пожежа!», – люди реагують на цей галас, а зайва увага відлякує переслідувача.
- ніколи не сідай в машину до незнайомої людини і нікуди не йди з нею, навіть якщо вона здається доброзичливою і знає про тебе багато: імена твоїх батьків, твою школу і адресу. Не бійся голосно говорити «ні!», привертаючи увагу.
- наскільки це можливо, уникай безлюдних місць і небезпечних районів, не ходи один, особливо у великих містах. Дівчаткам краще ходити в школу групами або в супроводі дорослих.
- запам'ятай номер телефону поліції і знай, як ним користуватися, навіть у темряві. Передбач можливість в будь-якій ситуації зателефонувати батькам.
- якщо ти залишаєшся один в автомобілі або будинку, закривай двері і вікна. Якщо незнайомиць дзвонить у двері або по телефону, не признавайся, що ти залишився один, і не повідомляй незнайомим людям жодної інформації. Скажи, що батьки не можуть підійти до дверей або до телефону тому, що зайняті, або не хочуть, щоб їм заважали. Удавай, ніби говориш з кимось, щоб у невідомого співрозмовника склалося враження, що в будинку є ще хтось.



- якщо тобі не подобається, як хтось дивиться на тебе або говорить з тобою, скажи про це будь-якому дорослому, якому ти довіряєш.
- навчись кільком прийомам самозахисту. Тобі не потрібно бути сильним, щоб захистити себе, але тобі потрібно бути готовим швидко приймати рішення і діяти.
- знай про дитячу порнографію. Діти ніколи не повинні демонструвати наготу при сторонніх. Закон у багатьох країнах забороняє порнографію, і дитяча порнографія суворо переслідується практично скрізь.
- якщо ти боїшся когось, повторюй аяти Корану про захист (*аль-Фатіха, аль-Курсі, аль-Фалак, ан-Нас*). Аллаг – твій кращий Друг, Керівник і Захисник.

ВІДПОВІДНИЙ ВІК ДЛЯ РОЗМОВ З ДІТЬМИ ПРО ПРОСТИТУЦІЮ

Проституція – ця важлива тема для сексуальної освіти, і її потрібно обговорювати орієнтуючись на вік дитини.

Діти не повністю розуміють реальність життя повій і можуть задавати запитання про них. Важливо, щоб батьки пояснили дітям жахливі деталі життя повій, щоб запобігти надмірно спрощеному підходові до статевих стосунків, з врахуванням природної скромності дитини.

Повію можуть примушувати мати нездоровий секс з 20 чоловіками щодня, вона часто уражена серйозними захворюваннями, вмирає у ранньому віці. Деякі з них були змушені покинути свої домівки через багаторазове сексуальне насилля або наркозалежність, яка вимагає грошей; деяких викрали, коли вони подорожували одні, і утримують в незнайомій країні, де вони не розмовляють місцевою мовою і не вміють

просити допомоги; інших могли споїти, коли вони приходили найматися на іншу роботу, і забрали всі їхні документи. Іноді дівчата втікають з дому через депресивну, схожу на пекло атмосферу, шукаючи комфорту за межами дому, і потрапляють в лапи сутенерів, які відбирають майже весь їхній заробіток. Коли батьки роблять життя дітей нещасним, вони практично виштовхують їх з дому на вулицю.

Будь-яка дитина, що зіткнулася з проблемами і не бачить виходу з них, повинна шукати допомоги дорослих, яким вона довіряє, – родичів, імама, вчителів, поліцейського. Втеча з дому або вживання наркотиків – це не порятунок від проблем, а збільшення їх.

Якщо дітям нічого не відомо про проституцію, то, надивившись фільмів, вони можуть вималювати в своїй уяві привабливий образ – безліч сексуальних задоволень, велика кількість дорогої косметики, привабливого одягу, життя в розкішних готелях... На жаль, ЗМІ рекламують «чудове» життя куртизанок в історії, розповідаючи про тих, хто купався в розкошах завдяки успішним чоловікам. Батьки зобов'язані пояснити дітям факти.

КОЛИ ДИТИНА СТАЄ ЖЕРТВОЮ ІНЦЕСТУ АБО НАСИЛЬСТВА

Дорослим дуже важко усвідомити, що інший член сім'ї вчинив з дитиною інцест. Часто це складно довести, і в подібне не хочеться вірити. В цьому випадку краще всього піти до імама, вчителя, консультанта або в поліцію. Якщо скоєно злочин – це справа поліції. Кожен має право на захист, тим більше коли йдеться про примус до гріха.

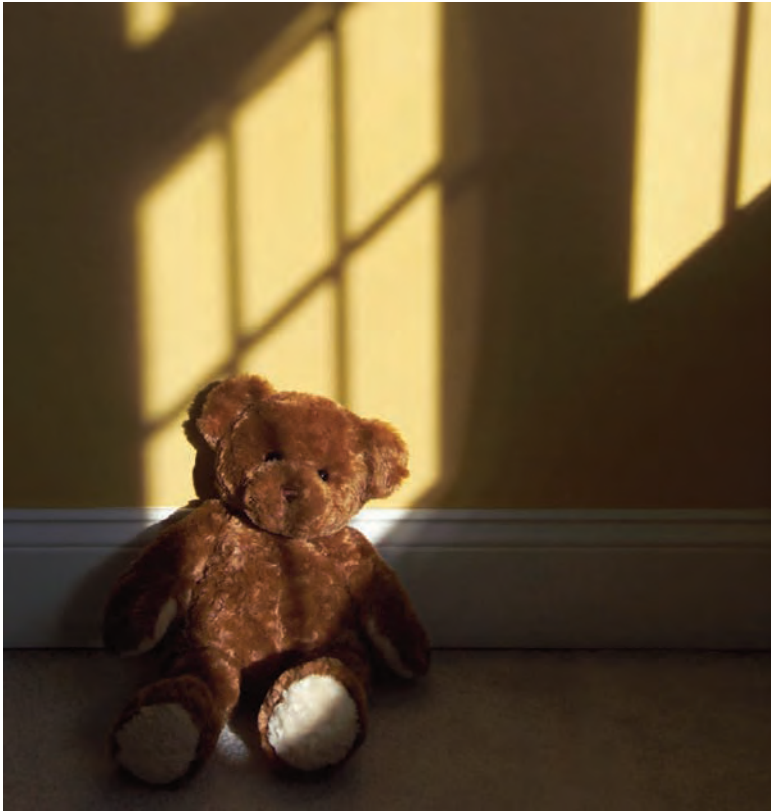
Зґвалтування стає дедалі більш поширеним сьогодні; громадське опитування виявило, що майже кожна п'ята (18,1 відсотка) жінка і один з 71 чоловіків (1,4 від-

сотка) в США повідомили, що були зґвалтовані в якийсь момент в їхньому житті. Дослідження також показало, що 13 відсотків жінок і 6 відсотків чоловіків повідомили, що вони зазнали сексуального примусу в якийсь момент в їхньому житті, і 4,8 відсотка чоловіків повідомили, що вони були примушені до сексу в якийсь момент в їхньому житті (CDC, 2012). В Англії та Уельсі з початку поточного року, станом на березень 2015 року, видно, що сексуальні злочини, зареєстровані поліцією, зросли на 37 відсотків, було скоєно 29 265 зареєстрованих зґвалтувань і 58 954 інших сексуальних злочинів (Управління національної статистики, дані 2015 року). Відповідно до зведення статистичних даних, опублікованого Міністерством юстиції, Міністерством внутрішніх справ та Управлінням національної статистики в 2013 році, близько 85 000 жінок і 12 000 чоловіків гвалтують тільки в Англії і Уельсі щороку. Проте дані про зґвалтування і насильницькі дії сексуального характеру є значно заниженими. Національне дослідження сексуальних відносин і способу життя 2010-12 виявило, що одна жінка з 10 і один чоловік з 70 зазнали сексуальних зносин проти своєї волі, і більше половини ніколи нікому не говорили про це (Wellcome Trust 2013).

Слід також зазначити, що жертви зґвалтування включають дітей обох статей, деякі із них зовсім малі.

Літні дами також зазнають зґвалтування зловмисниками, які вдираються до їхніх будинків.

Нижче наведено два приклади: «Саудівський суд постановив, що людина, яку визнали винною у зґвалтуванні 5 дітей, буде страчена». Наймолодшим потерпілим був хлопчик 3 років, залишений зв'язаним у пустелі, де він і помер (BBC News 2009).



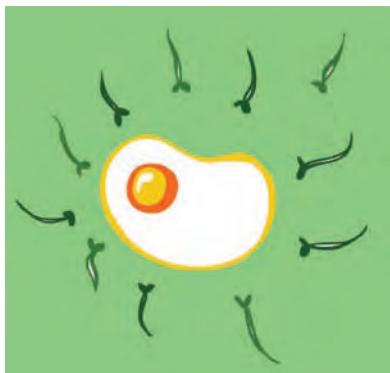
Лондонська поліція заарештувала людину, яка вчинила понад 100 нападів на людей похилого віку (у віці від 68 до 93). Він відомий як «Night Stalker» (нічний сталкер), і більшість його жертв були жінки, і багато з його нападів включали сексуальне насильство і зґвалтування (BBC News, 2009).

Якщо дівчина була зґвалтована, вона може відчувати біль, безсилля, сердитися і бути заплутаною. Вона може відчувати провину, вважаючи, що вона зробила щось неправильно, якщо ця людина захотіла її зґвалтувати (що, як правило, не відповідає дійсності). Або вона може почуватися геть кепсько і боятися розповідати про це кому-небудь. Під час виникнення загрози нападу дівчинка може спробувати втекти або встромити нігті у кривдника. Пізніше поліція зможе за часточками шкіри, які залишилися під нігтями, ідентифікувати гвалтівника. Кричати не ра-

дять, тому що це може викликати паніку у нападника, і він може задушити жертву, аби та замовкла. Хоча крик може привернути увагу свідків, він навряд чи приверне помічників. Ефективним засобом привернути увагу може виявитися предмет, кинутий в чиєсь вікно, – такий вандалізм гарантовано змусить постраждалих зателефонувати в поліцію. Якщо це можливо, слід заволодіти чимось, що належить нападнику, – жмутом волосся, гудзиком, що допоможе поліції ідентифікувати його. Краще носити одяг і взуття, які за необхідності полегшують втечу. Підлітки повинні бути в курсі насильства на побаченні і наркотичного насильства – їм можуть в напої підсипати п'янки речовини.

Жертві насильства потрібно знайти консультанта-психолога, – він може допомогти впоратися з шоком, злістю, відчаєм, страхом.

Навчальний план для мусульманської сексуальної освіти



Ісламська сексуальна освіта має бути домашньою і починатися в ранньому віці. Перш ніж розповісти дитині про анатомію і психологію, їй повинна бути прищеплена віра в Творця: без віри і страху Божого деякі моделі поведінки можуть сприйматися як припустимі для задоволення хтивості. Батько повинен вчити сина, а мати – дочку; іншими варіантами можуть бути вчителі чоловічої статі для хлопчиків і жіночої для дівчаток в недільній ісламській школі, лікар або медсестра. Програму потрібно складати виходячи

з віку учнів; хлопчиків і дівчаток потрібно навчати окремо. Слід давати відповіді, що відповідають віку. Наприклад, якщо 6-річний малюк запитує: «Як я потрапив до мами в животик?», – немає потреби описувати весь біологічний процес; не обов'язково і розповідати ШЕСТИРІЧЦІ, як використовувати презервативи, – цього можна навчити на курсах підготовки до шлюбу перед весіллям.

Програма сексуальної освіти включає:

Коранічні аяті й хадиси Пророка

Сексуальний розвиток:

Час статевого дозрівання

Фізичні зміни під час дозрівання

Розумові, емоційні та соціальні аспекти статевого дозрівання

Психологія репродуктивної системи:

Для дівчаток: органи, менструація, передменструальний синдром

Для хлопчиків: органи, сексуальна активність

Розвиток плоду і народження

Хвороби, що передаються статевим шляхом

Соціальна та релігійна етика сексуальних відносин

Як протистояти тиску однолітків

Якщо не давати дітям сексуальної освіти, вони отримають інформацію у однолітків та ЗМІ.

При цьому слід пам'ятати, що зняття всіх покривів між батьками і дітьми

може мати зворотний ефект. Навчайте дітей різниці між статями, високоморальною поведінкою і сексуальним практикам, які необхідні для здорового ісламського життя.

Відмінні ролі і цілі чоловіків і жінок повинні бути пояснені доступно і зрозуміло, виходячи з фаз розвитку дитини. Дуже важливо, щоб батьки відзначили небезпеку девіантних однолітків. Вони повинні пояснити, як дистанціюватися від неправильної поведінки, уважно стежити за розвитком своїх дітей і допомагати їм на практиці зберігати сексуальне здоров'я.

Батьківський обов'язок – заохочувати і полегшувати контакт дітей з однолітками, поведінка яких не викликає побоювань. Батьки підлітків не повинні залишати їх без правильних сексуальних наста-

нов. Не можна дозволяти їм проводити ночі поза домом і дозволяти дітям різної статі спати в одному приміщенні.

Ми можемо запропонувати наступні вікові рубежі для сексуального виховання:

- в 5 років дитині слід пояснити фізичні відмінності між хлопчиками і дівчатками;
- в 10 років дитина повинна мати уявлення про процес власного статевого дозрівання;
- в 15 років підлітки повинні знати про засоби контрацепції.

Завдання



ЗАВДАННЯ 43: ПІДЖИВЛЮЙТЕ МОЗОК ДІТЕЙ!

Бенджамін Франклін запрошував гостей на сімейні вечери і залучав їх до інтелектуальної бесіди в присутності дітей; а діти, не знаючи того, і були цільовою аудиторією таких бесід (Franklin, 1909). Батьки можуть запрошувати таких гостей з громади і не тільки, і просити їх в бесіді порушити конкретні питання, які, на їхню думку, можуть справити позитивний вплив на дітей.

ЗАВДАННЯ 44: МАПА ХОРОШИХ СПРАВ ДЛЯ ДІТЕЙ

Звершуй молитву на початку й наприкінці дня, а ще в деякі години ночі. Воістину, добрі вчинки видаляють погані. Таке нагадування для тих, хто згадує! (11:114)

Пророк сказав: «Звертайтеся до Бога, де б Ви не були, і слідом за поганою справою робіть хорошу, щоб виправити перше, і поведіться правильно по відношенню до людей» (АЛЬ-ГІРМІЗІ).

Батьки можуть повісити на холодильник «таблиці» для кожної дитини, в яких якимись умовними позначеннями виділяється «Хороше», «Погане», «Додаткові заслуги». Якщо вони роблять хорошу справу, навіть коли їм цього не кажуть, ставте 2 галочки в графі «Додаткові заслуги». Підраховуйте результати щотижня і заохочуйте дітей, якщо «хороше» перевищує «погане». Можливо, дитині доведеться попрацювати і більше тижня, щоб заслужити «приз». Хоча дітей не можна навчати робити хороше тільки за винагороду, цей метод допомагає виробити правильне ставлення, коли малюки радіють хвалі і подарункам більше, ніж абстрактним концепціям. Батьки повинні пояснювати дітям, що в їхній поведінці «погане», а що – «хороше». На самих дітей не можна вішати ярлик «поганий» або «хороший», так оцінювати можна тільки їхню поведінку.

	Дод. заслуги	ХОРОШЕ	ПОГАНЕ
Понеділок	√	√	
Вівторок		√	X (голосно розмовляла)
Середа			X (кинула сміття на підлогу)
Четвер		√	
П'ятниця	√		
Субота			
Неділя		√	
Загальне	8 √		2 X
Баланс	6 √		

	Дод. заслуги	ХОРОШЕ	ПОГАНЕ
		√	
			X (вдарила сестру)
	√/√ (допомогла бабусі надягнути шкарпетки)		
		√	
		√	
	5 √		1 X
	4 √		

ЧАСТИНА 3

Створення характеру і особистості

Розділ 14. Характер та індивідуальність **315**

Розділ 15. Виховання незалежних, відповідальних та творчих дітей **353**

Розділ 16. Згубний вплив телебачення, мобільних телефонів,
відео та комп'ютерних ігор **417**



РОЗДІЛ 14

Характер та індивідуальність

- Вступ **316**
- Що таке характер? **317**
- Формування характеру **318**
- Що таке особистість? **319**
- Завдання **320**

Виховуємо хоробрість

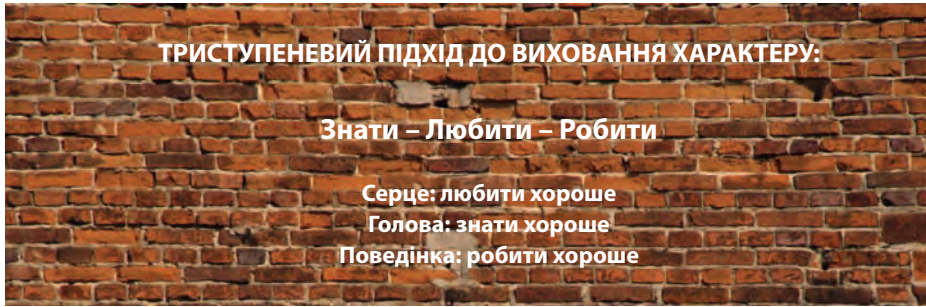
- Базові принципи відваги і страху **322**
- Розуміння розвитку дитячих страхів **325**
- Дітей потрібно вчити емоційної хоробрості **325**
- Між відвагою і підпорядкуванням **326**
- Тиск однолітків **326**
- Боязкість чи сором'язливість? **329**
- Завдання **330**

Навчаємо любові

- Принципи емоційних повноважень **334**
- Любов: концепція Творчого Розуму в Корані **334**
- Корисні поради для батьків **336**
- Коли діти говорять: «Я ненавиджу тебе!» **338**
- Перша дитина **338**
- Чому батьки люблять своїх дітей? **339**
- Любов і впевненість у собі **341**
- Практичний шлях розвитку співчуття **341**
- Способи відчувати себе коханими **343**
- Чи повинні батьки вчити ненависті? **344**
- Завдання **344**

Навчання чесності та надійності

- Основні принципи **346**
- Поєднання характеру зі світоглядом **347**
- Чому діти брешуть? Як реагувати на брехню? **349**
- Пророчий спосіб викорінювати брехню **350**
- Завдання **352**



Вступ

ПРОРОК СКАЗАВ:

«Ви побачите, що люди подібні до копалень, і [ті, які були] кращими з них за часів невігластва (джагілія) [залишилися] кращими і в Ісламі, якщо почали знатися на релігії» (АЛЬ-БУХАРІ ТА МУСЛІМ).

«О Аллаг! Зміцни Іслам тому з двох, кого Ти більше любиш: Омара ібн аль-Хаттаба або Абу Джаглем ібн Хішаба! І виявилось, що Омар більш угодний» (АЛЬ-ТІРМІЗІ).

Ці двоє з дитинства мали сильний характер і зайняли місце лідерів своїх поганських кланів. Вони володіли винятковими якостями ще до того, як отримали освіту і прийняли нову віру.

Сутність виховання дитини полягає в тому, щоб вибудувати сильний характер, навчити вірним концепціям і вкласти в неї цінності, які зроблять чесноту звичкою. Діти імітують поведінку

батьків, і тому дорослі повинні бути чутливі до їхнього емоційного і психологічного розвитку.

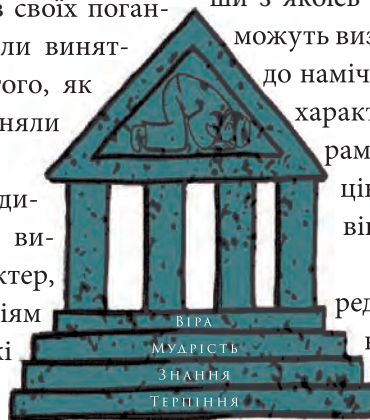
Наприклад, якщо дорослий був змушений скасувати будь-яку зустріч з поважної причини, колеги і друзі його зрозуміють, але дитина, незважаючи на вибачення і пояснення, відчує себе мало-значущою і зраженою, і це може завдати їй душевної травми.

Ми вже говорили про необхідність для дорослих служити прикладом і закладати моделі благочестя. Лідери повинні бути «подібні до копалень».

Крім віри і освіти, характер включає й інші складові. Здатність керувати є наслідком поєднання знання, віри й мудрості.

Люди з міцним характером, звернувши з якоїсь причини з обраного шляху, можуть визнати помилку і повернутися до наміченої мети. Ті, у кого слабкий характер, не можуть бути лідерами, навіть якщо їхні духовні цінності не викликають сумнівів.

Виховання повинно зосереджуватися на формуванні необхідних якостей ще в ранньому віці, тому що пізніше їх буде важче виробити.



Що таке характер?

Словники визначають «характер» так: чесноти; комплекс розумових і етичних особливостей, що складають особистість, групу або націю; індивідуум, позначений помітними рисами; видатна особистість, репутація, моральна досконалість і стійкість.

Мета виховання дітей –
сформувати самостійну, добродісну
і відповідальну людину.



Деякі психологи і мислителі виділяють такі лідерські риси, як сміливість, творча активність, відповідальність, щедрість, чесність, впевненість у собі, незалежність, наполегливість, справедливість, щирість, вміння працювати в команді. Деякі з цих рис впливають на появу інших якостей, інші виникають в результаті комбінації декількох інших.

У цій книзі основну увагу приділено формуванню

**смівливості, креативності, чесності, надійності,
відповідальності, незалежності.**

Світові лідери, – і погані, і хороші, – володіють цими рисами. Подивимося на великі приклади, починаючи від Адама, Єви, Ноя, Авраама, Сари, Агарь, Мойсея, Марії, Ісуса та Мухаммада (хай буде з ними мир). Подумайте про сподвижників Пророка: вони всі були хоробрими, творчими і відповідальними, інакше б не змогли заслужити і зберегти своє лідерство.

Після того, як Мойсей вивів юдеїв з Єгипту, він не міг покладатися на покоління, виховане в рабстві: у них майже зовсім не було хоробрості, жаги до свободи і творчої активності. Він розумів, що пізно змінювати їхні характери за допомогою віри і освіти, і хотів, щоб в Синайській пустелі, вже на свободі, народилося нове покоління юдеїв, з яких він зможе виростити і сформувати сильних, хоробрих і чесних мужів. Процес формування характеру зайняв 40 років.

Батьки повинні почати будувати характер дитини в ранньому дитинстві, тому що лекції і проповіді мало допомагають виправити характер в дорослому віці. Є багато планів, яких слід дотримуватися батькам, але важливо втілювати їх у щасливому і дружньому домашньому середовищі.

Формування характеру

Для формування характеру найбільш ефективними є перші кілька років життя. Характер створюється день за днем, думка за думкою, дія за дією.

Коли формується характер? Чи можна щось зробити з цим пізніше? Ми не знаємо точних відповідей. Доктор Спок вважав, що найбільш важливий період в побудові основних підходів до життя – між 5 місяцями і 1,5 роками, коли діти починають відчувати себе індивідуумами і наполягають на деякій незалежності (хочуть самі тримати пляшечку і не терплять, щоб їх довго тримали на руках). Вони формують власне ставлення до батьків. Якщо немовля відчуває батьківську увагу, доброту, тепло, воно чекатиме того самого і від інших людей, і значить, що до маленької людини перейде батьківська здатність до любові; якщо ж батько холодний і підозрілий, дитина засвоїть такий погляд на світ, буде очікувати, що весь інший світ такий же холодний, і стане помічати тільки такі його складові.

Виходячи з власного самоусвідомлення, діти на цій стадії придуть до розуміння, що вони приємні або неприємні, хороші або погані, і саме так рухаються до того, щоб стати оптимістами або песимістами. Якщо у дітей не було хороших відносин з батьками, вони не зможуть визначити вірне ставлення до речей та ідей.

Між 1,5 і 3 роками діти ще більше усвідомлюють себе як окрему особистість, але розуміють і свою залежність від батьків. Дитина починає відчувати внутрішній конфлікт: незалежність-залежність,

чистота і бруд, спільна дія і впертість, прихильність і антагонізм. Якими діти стають до кінця 3-го року, залежить від того, наскільки теплі взаємини встановилися між ними та їхніми батьками.

Формування характеру залежить від того, як дорослі і діти вирішують конфлікти протягом цього частково напруженого періоду.



До 18 років становлення характеру людини стабілізується і завершується. Далі йде освіта, накопичення знань. Щоб виростити хороших дітей, повинен бути продуманий кожен з аспектів особистості: духовний, моральний, фізичний, розумовий, психологічний, соціальний. У кожній з цих областей батьки повинні налагодити міцні зв'язки з дітьми. Якщо дорослі відверто домінують, то діти стануть занадто покірними; якщо батьки грубі, але дають дітям можливість проявити себе, то діти виростуть надміру затятими; якщо батьки жорсткі і, наприклад, схилені на чистоті, їхні діти легко стануть чистьохами і скрупульозними занудами... Незважаючи на те, що багато психологів визнають, що характер формується в основному до 3-х років, деякі сторони особистості пізніше можуть сильно змінитися під впливом обставин, а деякі якості не будуть сформовані до пізньої стадії дитинства, – наприклад, взаємини з людьми своєї та протилежної статі.

У наступних розділах ми розглянемо виховання деяких рис характеру: сміливості, проявів любові, чесності і надійності, відповідальності, незалежності, здатності до творчості й самооцінки.

Саме характер творить особистість, а не випадок та обставини.

Що таке особистість?

На думку фахівця з етики Майкла Жозефсона (цит. за: Фергюсон зі співавт., 1999), 6 стовпів характеру такі:

- надійність,
- повага,
- відповідальність,
- чесність,
- турбота,
- громадянська позиція.

Інші вчені виділяють наступні якості:

- мудрість,
- терпіння,
- покірність,
- стриманість,
- скромність,
- витримка,
- простота,
- впевненість в собі,
- жертовність,
- щедрість.

Характер належить до базових характеристик особистості, тоді як поведінка – це зовнішній прояв, багато в чому визначений звичками.

Ми можемо порівняти дитину з трояндою. Вона цвіте, виділяє приємний аромат, вражає своєю красою. Однак вона має шипи. Жалісливі батьки акуратно тримають «троянду» за стебло, даючи їй цвісти, але можуть вколоти її. Нетерплячий батько намагається уникнути шипів, тримає її за м'який бутон, вбиваючи її.



Завдання

**ЗАВДАННЯ 45: ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ ЗВЕРНЕНЬ ДО АЛЛАГА.**

Запам'ятайте це звернення і завчіть його з дітьми:

اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من العجز والكسل وأعوذ بك
من الجبن والبخل وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال» أبو داود

«О Аллаг, я шукаю Твого притулку від почуття безпорадності, ліні, боягузтва і скупості, і шукаю Твого притулку від всіх мерзенних рис і примх, від занедбування і зубожіння, від підлості і приниження» (АБУ ДАВУД).

Обговоріть якості, обумовлені в цьому ду'а. Чому ці негативні риси повинні бути усунені в процесі формування характеру? Чи можуть батьки відкласти навчання дітей хорошим якостям, які компенсують ці негативні риси, до дорослого віку? Який особистий досвід ви можете запропонувати своїм дітям? Зверніть увагу на проблеми, зазначені в ду'а:

- стрес і депресія
- беззахисність і лінь
- боягузтво і жадібність
- непомірні борги і перебування під владою інших людей.

Виховуємо хоробрість

Хоробрість – це здатність прямо зустріти небезпеку, складності, неприємності. Ця здатність може проявлятися по-різному – відвага, сила духу, стійкість, мужність, героїзм.

Сміливість в дітях потрібно заохочувати. Ми можемо виховати хоробрість, посилюючи надію, передчуваючи успіх, надихаючи їхні мрії про майбутнє. Ми можемо навчити дітей контролювати ситуацію, зберігати спокій, не панікувати. Батьки можуть виховати героїзм (визначається як мужність укупі зі шляхетністю) в турботі, допомозі та повазі до інших людей.

Нижче наведено поведінку, яка відповідає хоробрості:

1. Відстоювати те, що вважаєш правильним, навіть якщо ти один;
2. Протистояти тиску;
3. Пробувати щось робити, навіть якщо боїшся не впоратися або зробити помилку;
4. Висловлювати свою думку, навіть якщо інші захочуть її спростувати.

Найбільш поширені ситуації, в яких від дітей потрібна сміливість:

1. Говорити правду, навіть якщо це так просто не минеться;
2. Протистояти тим, хто до тебе чіпляється, і кривдникам;
3. Протистояти тиску однолітків;
4. Пристосовуватися до незнайомих умов, нового колективу;
5. Зберігати зовнішні відмінності (для мусульманських дівчаток – носити хустку, для хлопчиків – шапочку-тюбетейку або куфію);
6. Перевершувати попередні успіхи;
7. Висловлювати непопулярну думку.

Однак бувають ситуації, коли сміливість переростає в нахабність, наприклад, коли діти суперечать батькам, вчителям, відверто протиставляють себе правилам і законам. Палке і абсурдне протиставлення культурі і релігії також не заохочується.

Важливо не плутати настанови релігії з місцевими традиціями, тому що багато традицій повністю суперечать ісламським законам: наприклад, примусовий шлюб, безумовна передача опіки над дітьми батькові, відмова від освіти дітей (особливо доньок), заперечення права жінок на спадкування – це прямі порушення ісламського закону. Сюди ж відносяться й ізоляція жінок і дівчаток, хоча хлопчики і чоловіки мають право йти куди заманеться, з ким заманеться, і покарання жінок у випадку будь-якої підозри. Більшість цих звичаїв необґрунтовано видаються за релігійні настанови.

Прояви сміливості

Пророк сказав:

«Серед головних мучеників – Хамза ібн аль-Муталліб і чоловік, який виступив проти тиранічного правителя, сказав правду, а правитель вбив його» (Аль-Нішапурі, 1990).

Коли Хамза став мусульманином, він кинув виклик язичникам, які шкодили Пророку.

Він заслужив титул «головного мученика» після того, як був убитий в битві боягузливим нападом ззаду.

- «Хоробрість – одна з перших чеснот, тому що, якщо ти не виявив хоробрість, у тебе може не бути можливості виявити всі інші» (Самюель Джексон).
- Томас Джефферсон сказав: «Одна хоробра людина вартує багатьох».
- Ти не зможеш відкрити новий континент, не загубивши з поля зору землю.
- Зло продовжить перемагати, поки хороші люди не будуть виявляти хоробрість.

Базові принципи відваги і страху

Протилежність хоробрості – страх, один з фундаментальних людських подразників. Страх може бути закріпленою реакцією або захисним інстинктом.

Батьки повинні стежити за раптовими і постійними страхами дітей. Раптовий страх приходить і відходить, це нормально. Постійний страх залишається і може навіть посилюватися. Для дітей нормально боятися польотів на літаку, висоти, павуків, людних місць. Постійні страхи можуть вимагати нескінченного терпіння, перш ніж їх вдасться подолати, може навіть знадобитися професійне лікування. Здорові страхи – частина повсякденного життя, тому що вони допомагають дорослим і дітям швидко реагувати на небезпеку: такі, наприклад, природна боязнь отруйних змій або відкритого вогню. Страх можна назвати нездоровим, коли він заважає людям здійснювати повсякденні дії.

Нижче наведені деякі пропозиції, як допомогти дітям боротися зі страхами:

- Батьки повинні винагороджувати дитячі спроби подолати страхи незалежно від їхньої успішності. Особливо важливо хвалити за «моральну хоробрість» – відмову робити зі всіма щось погане або проголошення правди, коли брехня була б вигіднішою.
- Найкраще «розрекламувати» сміливість можна на батьківському прикладі. Діти – ентузіасти-імітатори, тому що вони хочуть поводити себе як дорослі, особливо як їхні власні батьки. Часто дитячі страхи – такі самі, як у дорослих.
- Батьки повинні пояснити різницю між хоробрістю (гідною нагороди якістю) і «показухою», діями «на публіку». Не потрібно плутати брак хоробрості з сором'язливістю або повагою. Дітей потрібно навчити відстоювати свої права і боротися за права інших. Батьки можуть пояснити їм поняття «тихої хоробрості»: здатність сказати «ні» тому, що є неправильним.



- Батьки повинні створити вдома атмосферу толерантності та поваги. Діти потребують безпечного місця, щоб відкрито зізнатися в своїх страхах. Будь-який страх для дітей реальний, яким би безпричинним він не виглядав в очах дорослих. Батьки повинні уникати насмішок або зневажливого ставлення до дитячих страхів. Дітей, які бояться, не можна соромити, карати або надмірно опікати.
- Усталений розпорядок дня своєю передбачуваністю дає дітям відчуття сили і контролю. Дитячі страхи часто походять від браку інформації про те, що відбувається в реальності. Якщо звичний розпорядок необхідно поміняти, то попереднє обговорення допоможе підготувати дітей до події. Поїздки в незнайоме місце, несподівані гості або навчальна пожежна тривога можуть бути для дітей причинами страху, тому що вони не знають, чого очікувати від цих подій. Можна запитати у дитини, що, на її думку, має відбутися, чого вона чекає від даної події, а після обговорити, чи виправдалися надії і страхи.
- Також не примушуйте дітей зустрічатися з тим, чого вони бояться, до того, як вони будуть готові до такої

зустрічі. Поступово надихайте їх справлятися зі страхом, крок за кроком знайомлячи з тим, чого вони бояться. Наприклад, якщо діти бояться шуму пилососа, вони можуть торкнутися його, коли він вимкнений, а хтось інший може увімкнути пилосос, коли батько тримає і заспокоює дитину. Якщо ви дозволите дітям самим вирішувати, коли опустити обличчя під воду під час плавання, то це дасть їм відчуття контролю і зменшить страх.

- Не виявляйте надмірної турботи, коли ваші діти засмучені. Ви можете тільки посилити їхні страхи, переконавши їх, що є підстави для переляку.



Дітям потрібно давати інформацію, яка підходить їхньому віку, спокійно і впевнено. Якщо, наприклад, дитина лякається звуку сирен, батько може сказати: «Це дуже гучний звук, правда? Це «швидка допомога» – вона поспішає, щоб комусь допомогти, і розчищає собі шлях».



- Дітям потрібно нагадувати з доброю і небайдужістю про те, що більше їх не лякає, про подолані страхи. Це допоможе їм подолати й інші страхи.
- Допоможіть дітям зрозуміти страх: «Собаки гавкають, щоб попередити про свою присутність і прогнати кого-небудь, але вони так само спілкуються і між собою, і так само гавкають, коли раді когось бачити». Не чекайте, що дитячі страхи зникнуть за один раз, будьте терплячими.

Слід враховувати, що діти сприймають все, що чують, буквально.

Аргумент: «Якщо ти не сядеш у спеціальне дитяче автомобільне крісло, то тебе забере поліцейський», – може призвести до того, що, побачивши людину в формі, дитина буде прагнути забитися кудись і «принишкнути». Жарт бородатого незнайомця: «Яка гарненька дівчинка, так би і забрав до себе», – здатний викликати неконтрольований страх перед бородами. Смерть не варто пояснювати як сон, тому що діти можуть почати боятися спати.

І не варто говорити дітям, що страхи – це справи малечі, а великі хлопчики і дівчатка повинні нічого не боятися, – це занадто великий тиск на психіку дитини.

Це нормально для всіх дітей, тією чи іншою мірою боятися чогось; це або грім, собаки, бджоли, темрява, або уявні речі, такі як потворні монстри під ліжком. Коли діти дізнаються більше про світ, кількість речей, яких вони бояться, матиме тенденцію до збільшення. Одне дослідження показало, що 43 відсотки дітей у віці від 6 до 12 років відчували на собі безліч страхів і побоювань (Американська Академія Педіатрії, 2004; цитується Healthychildren.org, 2015).

Один з найпоширеніших страхів для цієї вікової групи – це страх темряви, особливо страх залишатися одному в темряві. Темперамент робить одних дітей більш схильними до страхів, ніж інших. Коли батьки заспокоюють переляканих дітей, вони допомагають їм відчувати себе захищеними. Це почуття безпеки дає їм сміливість подолати свої страхи.

Розуміння розвитку дитячих страхів

ВІК	НАЙПОШИРЕНІШІ ДИТЯЧІ СТРАХИ
6 місяців	Незнайомці
8 місяців	Розлука з батьками, падіння
1 рік	Розлучення з батьками, шуми, тварини, лікарі, ванна
2 роки	Розлучення з батьками, привчання до горщика, час сну, лікарі, ванна
3 роки	Втрата батьків, привчання до туалету, час сну, монстри і привиди, будь-хто, хто виглядає незвично (з якимись яскравими зовнішніми відмінностями, бородою, іншим кольором шкіри, в іншому одязі)
4 роки	Звуки, тварини, час сну, монстри і привиди, незнайомці, втрата батьків
5 років	Звуки, тварини, монстри і привиди, острах загубитися, похід в дитячий садок, втрата батьків.

Немовлята бояться гучних шумів, незнайомців і розлуки з батьками. Ходунки – незнайомців, розлуки з батьками і всього невідомого. З розвитком уяви дошкільнята і молодші школярі бояться темряви, тварин, бути скривдженими, залишеними на самоті, смерті. На додаток до цих страхів, учні старших класів турбуються, що не відповідають очікуванням батьків і вчителів. У підлітковому віці гінейджері часто турбуються через ядерні війни, природні катастрофи і тероризм.



Діти можуть боятися найнесподіваніших речей. Наприклад, коли вони починають ходити і розуміють, що можуть піти від мами, одночасно приходять і розуміння того, що і мама може від них піти. Коли вони бачать, як вода зливається у водостік чи в каналізацію, вони бояться, що можуть бути захоплені потоком. Оточення – незнайомі місця, натовп, нічні тіні, – можуть посилювати страхи. Коли дитячі страхи стають непомірними і починають ускладнювати життя, батькам варто звернутися за професійною допомогою. Приймаючи таке рішення, дорослі повинні поставити собі наступні питання: як давно існують ці страхи? Чи небезпечні вони для дітей? Чи впливають вони на нормальну поведінку і відносини? Чи заважають дітям спати і гратися?

Дітей потрібно вчити емоційної хоробрості

Емоційна хоробрість проявляється, коли ти не боїшся і не соромишся якось виявити свої емоції, – наприклад, заплакати від болю, образи, співпереживання. Емоційна сміливість є справжньою відвагою, вона часто виявляється джерелом сили в

житті. Популярні фільми, здається, спонукають хлопчиків прагнути тільки до одного типу хоробрості: вистояти перед переважаючим противником. Готовність повалити ворога, здолати великого хижака, перемогти інопланетянина або монстра, битися з озброєним лиходієм – це способи, якими ЗМІ демонструють уявлення про чоловічу хоробрість.

Хлопцям потрібні приклади й емоційної хоробрості. Вони повинні бачити таку хоробрість у своїй родині, в людях, які їх оточують. Суспільство має створювати моделі героїзму, що стоять вище гри м'язів. Хоча багато дорослих проявляють справжню емоційну хоробрість в роботі і в побуті, вони вкрай рідко дозволяють дітям бачити подібні моменти. Люди повинні говорити про це: відзначати емоційну хоробрість інших, – які виявили сміливість, сказали неприємну промову, поспішили на допомогу, коли можна було відвернутися... Коли емоційна хоробрість виявляється якоюсь конкретною особою, це не може не справити на дітей враження.

Інший прояв емоційної хоробрості – здатність контролювати емоції і мову, коли злишся. Це контраст фізичній силі, що було пояснено Пророком:

«Сильна людина – це не хороший боєць, але той, хто контролює себе в моменти гніву»
(АЛЬ-БУХАРІ).

Між відвагою і підпорядкуванням

Багато дорослих згадують, як їхні дитячі страхи тільки розпалювалися батьками і вчителями, які використовували тактику залякування і сорому. Діти були змушені сліпо слідувати вимогам дорослих: «Ви

повинні бути в полі зору, але вас не повинно бути чутно!», «Замовкни, а то отримаєш!» Ці формулювання нагнітають страх і вбивають хоробрість.

Залякані в дитинстві шукають відчуття «захищеності», залишаючись на невискій їм роботі або зв'язуючись з невідповідною компанією. Вони зберігають побоювання не впоратися, не здобути визнання, бути відкинутими, відчувають себе винними за те, що не здобули більшого, але при цьому не б'ються за це більше. Стати вільним – це вимагає хоробрості. Цих людей з дитинства не вчили творити, але постійно обривали їхні спроби творчості і привчили лише підкорятися.

Тиск однолітків

Коли діти маленькі, їх батьки приймають за них важливі рішення; коли вони дорослішають, то повинні навчатися приймати власні рішення. Підлітки потрапляють в складні соціальні ситуації, де повинні приймати рішення самостійно. Друзі та знайомі можуть тиснути на них, щоб вони спробували алкоголь, наркотики і секс. Складно сказати «ні» і піти проти всіх.

Діти хочуть бути частиною будь-якої групи і відповідати її запитам, їм подобається виглядати більш досвідченими, ніж вони є насправді. Вони не хочуть вигля-

Імітація – соціалізація – самостійність

Можна виділити три стадії дорослішання:
стадія повторення за батьками – з народження до 7 років,
стадія соціалізації – з 7 до 14,
стадія самостійності – з 14 до 21 року.



дати «як діти». Для них непросто відстоювати себе і робити те, що, як їм здається, вірно (особливо коли друзі під'юджують спробувати пиво або сигарети). Група може нехтувати кимось поза або навіть всередині неї.

Діти іноді залучаються до «битви амбіцій» в маленькому колі. «Я не буду з тобою дружити» – найпоширеніша зброя, яку діти використовують один супроти одного.

Навіть малюки хочуть бути частиною групи, і дорослі повинні пояснити їм, що таке колективізм і тиск однолітків. Якщо група дітей грає в колективну гру, наприклад в хованки, важливо, щоб всі грали за правилами, інакше одна людина зіпсує задоволення всім іншим. Однак якщо група вирішує робити щось ризиковане або завдає шкоди, то найкращим виходом може

бути відмова від співучасті, причому заперечення однієї дитини дасть сміливість і іншим дітям сказати «ні».

Батьки також можуть обговорювати з дітьми індивідуальні відмінності. Чи повинен кожен бути таким самим, як всі інші в групі? Якщо діти можуть відзначати і поважати відмінності інших, їхнє життя в підліткові роки і в дорослому віці тільки збагатиться. Батьки можуть поговорити про лідерів і послідовників. Якщо дорослі поважають чужі відмінності і цінують індивідуальність тих, хто може здатися ексцентричним і незвичайним, тоді й діти навчаться бути толерантними. Якщо батьки не судять людей за їхнім походженням, одягом, релігійними і расовими особливостями, то й діти будуть поважати подібні відмінності. Однолітки мають сильний вплив на підростаючу ди-

- Дядько Пророка був названий Хамзою, що означає «лев». За хоробрість і силу його прозвали Асадуллагі ва расулюгу, що означає «Лев Аллага і Його посланця».
- «Ми повинні побудувати греблі хоробрості, щоб стримати потік страху» (Мартін Лютер Кінг).

тину, але батьки можуть бути ще більш впливовими.

Друзі необхідні будь-якій людині, і в нормальний дитячий розвиток входить навчання соціалізації. Всі діти повинні вчитися, як відповідати групі, але при цьому плекати свої цінності й неповторність. Коли батьки допомагають розвивати впевненість і хоробрість, діти будуть краще підготовленими до протистояння тиску в групі; вони знайдуть силу сказати «ні» речам, які змушують їх відчувати себе некомфортно або які, як їм здається, є неправильними.

Хоробрість багато в чому створює лідера. Виховання хоробрості в дітях починається рано і може бути набагато простішим, ніж звикли думати, – адже дослідження показують, що діти народжуються сміливими, не маючи страху перед навколишнім середовищем.

Саме батьки закладають в них страхи, й діти починають боятися темряви, висоти, привидів, монстрів, змій, собак і води. Методи виховання мають величезний вплив на рівень сміливості дітей. У деяких культурах залякування й погрози є звичними засобами досягнення покірності. Цей підхід навіть відбився на тому, як дітей вчать вірі, релігії, запам'ятовуванню Корану і прекрасним іменам Аллага. Ми вже говорили – знайомство з вірою по-

трібно починати не з понять покарання і Пекла, а з любові, милосердя і Раю.

Розкажіть дітям про хоробрість пророків. Пророк Авраам зайшов до храму, розрубав ідолів сокирою і повісив сокиру на шию найбільшого ідола; Мойсей і його брат Аарон безстрашно протистояли деспотичному Фараону; Мухаммад молився в Каабі, хоча мекканці-язичники лякали його і жбурляли в нього камінням і нутрощами тварин. Використовуйте реальні приклади прояву сміливості. Важливо, щоб діти навчилися відчувати, що живуть в присутності Бога.

Навчайте дітей бути хоробрими і добродіями особистостями, які відчують власну захищеність і не бояться нікого, крім свого Господа, Який глибоко любить їх.

На жаль, деякі батьки не дозволяють своїм дітям гратися з іншими, ізоляцією надмірно оберігаючи їх від будь-яких небезпек, – мовляв, плаваючи, ті ризикують втопитися, сівши на коня – неодмінно впадуть, а в спортивній грі неминуче поламають собі руки й ноги.

Позбавляючи дітей вибору і звільняючи від прийняття рішень, узурпуючи будь-які зусилля, батьки вчать дітей боягузтва.

Іншою небезпекою виховання є установка: ти – найкращий, іншим дітям не

можна довіряти, а тобі не можна нічим ризикувати.

Якщо прийнято рішення виховувати в дитині хоробрість, потрібно ставити її в ситуації, які вимагають проявів сміливості й виправданого ризику. Навчайте її бути захищеною в небезпечному оточенні.

Поясніть дітям в лісі, на фабриці і в човні, що є безпечним, а що є небезпечним, і як зрозуміти різницю. Сміливість повинна бути частиною нашої культури. Пам'ятайте: Аллаг підтримує хоробрих!

БОЯЗКІСТЬ ЧИ СОРОМ'ЯЗЛИВІСТЬ?

Ми захищаємо сором'язливість, а не боязкість. Боязкість – це інтровертність, страх зустрічатися з іншими людьми. Сором'язливість – це уважність до інших, ввічливість і повага. І це значить, що людина не виставляє себе напоказ.

Завдання



ЗАВДАННЯ 46: ДІЛІТЬСЯ ВЛАСНИМ ДОСВІДОМ СТРАХУ.

Розкажіть дітям, які страхи ви самі відчували в житті і що робили, щоб їх подолати. Діти можуть поділитися своїми коментарями і досвідом.

ЗАВДАННЯ 47. 9 СПОСОБІВ ВИРОСТИТИ БОЯГУЗА:

- Ганьбїть і ображайте дитину, особливо перед її друзями.
- Лайте її. Говорїть, що вона ні на що не здатна.
- Ніколи не довіряйте дитині, не вірте її словам. Говорїть, що вона просто не може бути права і що інші завжди знають краще.
- Ігноруйте все хороше – помічайте тільки погане.
- Ставтеся до її братів, сестер і кузенів краще, ніж до неї. Завжди порівнюйте їх – яка вона потворна і ледача, які гарні і працьовиті вони.
- Завжди тримайте її поруч, щоб вона була у безпеці.
- Розбещуйте її надмірними подарунками.
- Не дозволяйте їй ні з ким розмовляти. Вона завжди повинна мовчати при інших.
- Не дозволяйте їй проявляти якусь ініціативу. Навчайте її покладатися в усьому на інших і уникайте будь-яких ризиків.

ЗАВДАННЯ 48: СМІЛИВІСТЬ І ВІРА.

Обговорїть з дітьми історію про те, як курайшити намагалися зупинити Пророка.

Пророк сказав:

«Дорогий дядьку, присягаюся Аллагом, якщо вони (курайшити) дадуть Сонце мені в праву руку, а Місяць – в лїву, з умовою облишити [проповідь] і забути про поширення Послання Аллага, світла і настанови, я не облишу, поки Аллаг не поширить Свою релїгію, або ж я загину, захищаючи її!».

1. Які прояви хоробрості ви можете виокремити з історії Пророка?
2. Наведїть інші приклади хоробрості пророків.
3. Наведїть приклади хоробрості сподвижників Пророка.

4. Розкажіть про прояви хоробрості наших сучасників різних віросповідань з різних куточків світу.
5. Опишіть ситуацію, в якій ви виявили хоробрість. Що було важкого? Чим вона завершилася? Як люди відреагували на вас?
6. Попросіть дітей розповісти свої історії.

ЗАВДАННЯ 49. ХОРОБРИСТЬ: ТЕСТ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ.

Ви хоробра людина? Наведіть приклади.

ПРАВДА	НЕПРАВДА
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Я думаю, що я хоробрий / я не хоробра людина, тому що _____

ЗАВДАННЯ 50: БОРИТЬСЯ З ДИТЯЧИМ ПЕРЕЛЯКОМ, ЯКИЙ ПОВ'ЯЗАНИЙ З ВІЙНАМИ І КАТАСТРОФАМИ.

В наші дні дедалі більше дітей стають жертвами війн і катастроф. Батьки можуть зробити наступне, щоб зменшити їхній страх:

- 1) Вимикайте телевізор під час трансляції новин, але розповідайте дітям про події, що відбуваються.
- 2) Підтримуйте щоденний розпорядок (відхід до сну, час обіду і молитви).
- 3) Зосередьтеся на вихованні дітей. Тримайте їх на руках і міцно обіймайте, проводьте з ними весь можливий час, дайте їм якомога більше уваги і тепла. Заохочуйте спілкування, слухаючи їх та відгукуючись на їхні почуття.
- 4) Спокійно реагуйте на страшні події: не виявляйте ознак переляку і скорботи, намагайтеся, щоб страшні новини вас не переслідували.
- 5) Дозволяйте дітям краще зрозуміти війну, граючись в неї, але зверніть їхню увагу не лише на самі перестрілки, але і на шпиталі для поранених, табори для військовополонених і біженців.
- 6) Зв'яжіться поштою (звичайною або електронною) з дітьми з країн, які постраждали від катастроф, обмінюйтеся з ними посланнями і подарунками.
- 7) Запропонуйте дитині написати лист кому-небудь (включаючи прохання до Бога): президенту, країні яка потерпає від війни, солдату супротивника, людині, яка залишилась живою після катастрофи. Намалюйте картини миру для солдатів, спечіть печиво для постраждалих, збирайте необхідні речі і гроші для фонду допомоги.

ЗАВДАННЯ 51: ЯК СКАЗАТИ «НІ» І ВСЕ Ж ЗАЛИШИТИСЯ ДРУГОМ.

Розберіть з дітьми «стратегію чотирьох кроків», щоб вони відчували себе спокійно, кажучи «ні». Ви можете змодельовати кілька ситуацій, в залежності від віку дитини. Приклад: друг вашої дитини хоче, щоб та спробувала куріння або пиво, наркотики або секс.

- Перший крок захисту від тиску друзів і знайомих – просто сказати: «Ні, дякую, я не хочу». Часто на цьому інцидент буде вичерпаний. Ти зробив вибір, і інші будуть його поважати.
- Другий крок знадобиться, якщо той, хто запропонував, продовжує умовляти, наполягати, спокушати. Просто повторюйте свою відповідь: «Ні, дякую, я не хочу», – знову і знову, стільки разів, скільки потрібно. У випадках, коли це доцільно, скажіть: «Це проти моєї релігії». Не засмучуйтеся, що вам доводиться повторюватися, і не намагайтеся виправдати своє рішення. В кінцевому рахунку опонентові набридне чути одну й ту саму відповідь. Якщо це не допомагає, поясніть причину відмови впевненим голосом.
- Третій крок. Відповідайте питанням на питання, самі тисніть на «спокусника»: «Чому ти чіпляєшся саме до мене?». Це змушує нападаючого пояснювати свою поведінку і демонструє, що проблеми у нього, а не у вас. Можна запропонувати альтернативу, щоб зберегти хороші відносини.
- Четвертий крок – фізичний відхід від докучливих умовлянь: «Вибач, я повинен йти». Більше нічого говорити не потрібно: ви не повинні нікому пояснювати свої дії і не повинні терпіти тиск, почувавшись дискомфортно.
- Заохочуйте дітей подумати над способами сказати «ні», якщо хтось в класі пропонує їм щось неприйнятне. Якщо діти зрозуміють, що можуть сказати «ні» й залишитися друзями, це звільнить їх від тиску.

(Адаптовано у відповідності до порад на сайті www.ehow.com)

ЗАВДАННЯ 52: ХОРОБІСТЬ ЦЕ ...

Проілюструйте наступні тези реальними прикладами.

Хоробрість це:

Йти за совістю, а не за натовпом.

Відмовлятися брати участь в тому, що приносить шкоду і вимагає зневажливої поведінки.

Жертвувати особистим на користь інших.

Говорити те, що думаєш, навіть якщо інші не погоджуються.

Брати на себе повну відповідальність за свої дії і помилки.

Дотримуватися правил і наполягати, щоб інші теж це робили.

Робити те, що вважаєте правильним, незалежно від ризиків і наслідків.

Протистояти тим, хто робить зло, і підтримувати добродійців.

Навчаємо любові

Одним з найбільших подарунків, які батьки можуть подарувати своїй дитині протягом злетів і падінь життя, є **ЛЮБОВ**.

Діти народжуються готовими приймати і дарувати любов, і батькам потрібно розвивати цю здатність. У 6 тижнів немовлята вже реагують, коли батьки воркують з ними. Батьківська здатність любити – дуже впливовий стимул для розвитку дитячих здібностей.

Батькам слід показувати свою прихильність проявами ніжності. Серед нащадків англо-саксонських переселенців до Америки довго зберігалася традиція уникати будь-яких фізичних проявів любові (обіймів, поцілунків), особливо між батьком і сином. Це може частково пояснити, чому американських дітей рано тягне до протилежної статі – через брак висловлення почуттів батьками в дитинстві. Доктор Спок критикував брак ніжності між батьком і сином: він сам виріс без батьківської уваги і помилково поширив цю модель на своїх дітей. У мусульманській та інших традиціях вітаються прояви відносин через потиск рук, поцілунки і обійми.

Діти отримують перше враження про людей від батьків. Якщо батьки сповнені любові, це розвине дитячу здатність любити. Діти будуть вважати, що всі люди доброзичливі, і не будуть боятися інших. Батькам слід уникати непотрібних конфліктів з дітьми, навіть з однорічними. Замість того, щоб забороняти дітям чіпати небезпечні речі і крихкі предмети (ліки, склянки, ножі), їх потрібно просто прибрати із зони дитячого доступу, – це зменшить ваші «Ні!» та «Не можна!». Будинок має стати як фізично, так і емоційно доброзичливим і безпечним простором.

Любов починається з годування грудьми. Дітей необхідно обіймати, посміхати-



ся їм, торкатися, цілувати, ніжно хлопати. Немовлятам потрібно давати вербальне вираження любові, прийняття і схвалення. Коли діти ростуть, вони помічають, як поведуться батьки стосовно інших. Вони люблячі і ніжні або ж жорстокі і сповнені недовіри?

Це сформує дитячу концепцію світу і поведінку дитини по відношенню до інших. Діти також зауважують, як батьки спілкуються з домашніми тваринами, рослинами і навколишнім середовищем. Дорослі повинні показувати, як вони раді дощу, снігу, сонцю, місяцю і зіркам.

Тепло і схвалення тих, хто піклується про дітей, – необхідні складові здорового емоційного розвитку. У перші два або три роки особистість формується батьками і доглядальницями. Діти, які ростуть в сирітських притулках або лежать покинуті в ліжечках в дитячих кімнатах, отримують травму на все життя. Коли дитячі емоції ігноруються або відкидаються, вони і не розвиваються, а діти, про яких дбали з любов'ю, йдуть вперед.



Принципи емоційних повноважень

Батьки збільшують емоційну силу дитини, коли дають їй зриму любов. Подавайте дитині почуття гордості за крихітні звершення і розділіть її радість, запропонуйте їй розумні ігри, відповідайте на її питання. Дозвольте дітям гратися вільно, але безпечно, читайте їм, показуйте картинки. Діти знають, що вони слабкі, що у них немає досвіду, що вони залежні, і покладаються на дорослих як на лідерів, на їхні любов і захист.

Діти постійно спостерігають за дорослими та інстинктивно рівняються на них, – так вони формують власну особистість, силу характеру, здатність до співпраці, вчаться, як бути дорослим громадянином, працівником, чоловіком і батьком.

Батьки висловлюють любов безліччю способів: посмішкою, щасливим виразом обличчя, спонтанною ніжністю, гордістю за маленькі перемоги, розрадою дітей і навіюванням почуття безпеки, коли ті поранилися або злякалися. Через любов батьків діти продовжують формувати позитивне ставлення до життя – з друзями, вчителями, подружжям, братами і

сестрами, сусідами і колегами.

Діти знаходять віру в себе, якщо батьки люблять і поважають їх. Ця впевненість в собі допоможе їм відчувати себе спокійно з іншими людьми все своє життя.

У сучасному недружньому суспільстві дітей потрібно вчити любові, щоб

компенсувати жорстокість, яка їх оточує. Якщо батьки не вчать дітей любові, як вони можуть навчитися цьому деінде?

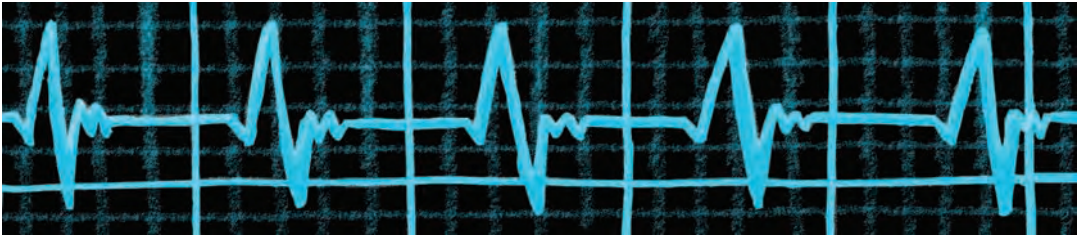
Любов: концепція Творчого Розуму в Корані

Коран описує серце (фу'ад) як місце інтуїції, розуміння, любові і співчуття. Інститут Математики Серця (Боулдер Крік, Каліфорнія, США) показує, що серце – потужний агент для перетворення сенсорних почуттів, вирішення спірних питань і проявів цінностей. Гармонізація серця і мозку любов'ю – це те, що може сприяти становленню досконалого розуму, досконалої цілісності. Дух і серце – духовний і емоційний центри тіла.

Буває так, що «в серці» люди хочуть робити відкриття, вчити і творити. Діти більш здатні і слухають краще, коли щось западає їм «в серце».

Коли щось робиться «без серця», тоді можуть взяти гору зрив, гнів, нудьга, жалість до себе і тривога, і проблеми здаються нерозв'язними. Діти, які вчаться любити, залишаються цілісними і збалансованими, розвивають більш повну перспективу жит-

тя, здатні приймати мудрі рішення, краще піклуватися про себе та інших, і передавати розуміння того, як потрібно любити, своїм власним дітям (Бредлі у співавт., 2009).



У своїй книзі «Емоційний розум» Гоулеман показує, що емоційні уроки, які вивчає дитина, формують її мозок. Люди, які виділяються в житті, як правило не ті, у кого найвищий рівень логічного мислення, але ті, у кого найвищий рівень емоційного. Емоційне мислення включає контроль імпульсивності, характеру і самодисципліни, альтруїзму і співчуття (Гоулеман, 2005).

Міф про те, що дитячі інтелектуальні можливості незалежні від їхніх можливостей давати і отримувати любов, невірні. Сприйняття, розумові і емоційні відносини, час реакції, і здатності приймати рішення – все це прямо стосується здоров'я серця. Мозок видає кращі здібності сприйняття, коли електричні ритми серця збалансовані і знаходяться в гармонії. Любов, турбота, розуміння і співчуття створюють збалансовані і гармонійні серцеві ритми.

СЕРЦЕ В КОРАНІ

Коран описує людське серце в безлічі форм, всі вони показують, що серце є чимось більшим, ніж механічна помпа. Найважливіші описи серця в Корані пов'язані з тим, що воно виступає осередком таких явищ, як:

1) ПОЗИТИВНІ АСПЕКТИ	іман: віра таква: благочестя і відданість йагді: настанова йакилюн: розсудливість лін: м'якість	тахша: усвідомлення Бога хайр: чеснота йарбіт: сила мутма'ін: задоволення ра'фах: співчуття	йутахнір: чистота муніб: покаяння йафахун: розуміння сакіна: спокій (гармонія) рахма: милосердя
2) НЕГАТИВНІ АСПЕКТИ	марад: хвороба асіmun: гріховність ніфак: лицемірство ру'б: жах, страх касія: грубість йазіг: відхилення	мункіра: неприйняття та'та: сліпота (серця) гіль: злопам'ятність, ненависть тартаб: сумнів	гамра: невігластво каль хіджара: байдужість лахійя: заклопотаність

У Корані налічується 145 місць, в яких згадується серце. Потрібні подальші дослідження, щоб розширити наші знання про серце.



ДІТИ БІЛЬШ ЧУЙНІ
І СЛУХАЮТЬ КРАЩЕ,
КОЛИ ЩОСЬ ЗАПАДАЄ ЇМ «В СЕРЦЕ».

Зі збалансованим серцем і головою люди розвивають мудрість, силу і чесність у виборі та спілкуванні. З любов'ю чуйність посилюється, спілкування стає яснішим і розвивається розуміння. Любов, співчуття і розуміння розширюють творчі здібності, покращують рішення проблем і збільшують наші можливості робити зважений вибір.

Коли дітям не вистачає любові, коли вони постійно бояться і хвилюються, вони знаходяться в стресі і їхні здатності адаптуватися зменшуються. Коли вони поставлені в умови стресу, у їхні нейронні моделі мозку додаються нейронні моделі, відповідальні за стрес, і діти, відчуваючи брак любові, гірше вчаться. В атмосфері любові діти люблять вчитися.

Фізичне серце відповідає на любов, і це можна побачити на ЕКГ (електрокардіограма) і в частоті серцевих скорочень. Почуття гніву, неспокою, відчаю або стресу викликає нерівний і безладний серцевий ритм. Щоб зберігати почуття позитиву і віри в майбутнє, дітей потрібно любити.

Д-р Ільхам Аль Таліб (семинар в центрі ADAMS, 2008) пояснює, що такі слова: «Я люблю тебе всім своїм серцем» або «Я люблю тебе від щирого серця» – вірні, тому що серце – це ще й центр людських емоцій, любові і почуттів.

Корисні поради для батьків

Нижче наведені кілька практичних порад для розвитку емоційного відгуку на прояв любові:



- **ПОЧИНАЙТЕ, КОЛИ ДІТИ ЗОВСІМ МАЛЕНЬКІ.**
Наповнюйте дитину любов'ю. Тримати дітей на руках, обіймати, цілувати, розмовляти з малюками – все це вчить їх почуттю захищеності і любові.
- **НАВЧАЙТЕ ЇХ ПІДХОДУ «ПОВОДИТИСЯ З ІНШИМИ ТАК САМО, ЯК ТИ ХОТІВ БИ, ЩОБ ПОВОДИЛИСЯ З ТОБОЮ».**
Навчайте дітей поводитися з іншими без егоїзму і зосередженості лише на власних інтересах. Якщо діти задумуються про чужі реакції і порівнюють їх з власними, це змусить їх зупинитися і подумати, перш ніж зробити що-небудь, що може завдати неприємностей іншим. Зрощуйте приязність, а не ворожість.

І коли вас вітають, то відповідайте ще кращим привітанням або ж таким самим. Воістину, Аллаг рахує кожну річ! (4:86)
- **ЛЮБОВ ПРИЩЕПЛЮЄТЬСЯ ПРИКЛАДОМ.**
Що дійсно важливо дітям – це те, як батьки висловлюють свою любов до них, один до одного і до інших членів родини. Не стримуйте прояву любові і ваші діти віддячать вам тим самим.
- **РОЗУМІЙТЕ ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ КОЖНОГО.**
У кожної дитини унікальна особистість. Батьки не повинні ламати особистість дітей, натомість вони повинні їх вчити показувати свою любов. Батьки повинні вчити нетерплячих дітей терпінню, боязких – хоробрості, егоїстичних – душевній щедрості.

Коли діти говорять: «Я ненавиджу тебе!»

Після всієї тієї любові, що ви дали дитині, всіх поцілунків і обіймів, великих і малих подарунків, походів до лікарів і нескінченних втішань, цей чудовий люблячий малюк може сказати: «Ненавиджу тебе!». Чи вважають вони так насправді? Звичайно, що ні!

Вони ненавидять лише той факт, що батьки не дають їм цукерки на сніданок і не дозволяють піти на вечірку. Вони кажуть так в скороминущому гніві, а не від реальної ненависті.

Діти рано засвоюють, що після фрази «Я ненавиджу тебе» на них звертається максимум уваги і що батьки настільки приголомшені і ображені на цю фразу, що можуть піти на поступки і дозволити те, чого ті домагалися, – досить лише сказати, що зовсім не це малося на увазі. Діти намагаються розширити межі своїх можливостей і привернути увагу. Дуже важливо, щоб дорослі зберігали спокій: діти просто чекають від них реакції, але швидко зрозуміють, що фраза «Я ненавиджу тебе» не викликає необхідних поступок, і не зможуть маніпулювати батьками в майбутньому.

Не варто бурхливо реагувати, якими б ображеними ви не почувалися. Батькам дуже допоможе відволіктися від ситуації, піти у вітальню і там, сидячи на дивані, зробити кілька глибоких вдихів.

Покличте чоловіка або жінку для підбадьорення. Підготуйтеся до подальшої дискусії з дітьми в більш спокійний час: «Ми поговоримо про це пізніше, коли не будемо так злитися».

Перша дитина

Батьки з великими амбіціями хочуть, щоб і у їхніх дітей були високі прагнення: вони сподіваються, наприклад, що діти отримають таку саму якісну освіту і таку саму прибуткову професію.

Все, за що вони боролися і чого не досягли, має, на їхню думку, вдатися їхньому первістку. Всі помилки, які зробили дорослі, змушують їх побоюватися, що дитина їх повторить.

З іншого боку, надмірно дбаючи про первістка, такі сумлінні батьки можуть простіше ставитися до другої дитини, і таким чином молодші діти виявляються більш вільними і незалежними у своїх діях і почуттях, ніж перші. Просто сказати батькам: «Розслабтеся з первістком, дайте йому бути собою», – так само марно, як і закликати не хвилюватися того, хто вперше сів на коня або за кермо машини. Краще відведіть дитину туди, де граються інші діти. Гра – хороша можливість бути з іншими, вчитися віддавати і брати.

Корисно ходити в гості і запрошувати до себе інших дітей. Проведений разом час – це основа здатності любити.

Деякі соціологи радять батькам заводити дітей без великої перерви. Це дозволяє братам і сестрам знайти однолітків у межах сім'ї, та й батькам легше виростити за раз ціле покоління і перейти до наступного етапу життя, а не все життя няньчити чергових немовлят.

Заздрість протилежна любові, – це значить, що ти хочеш, щоб всі хороші речі, які є у інших, перейшли до тебе. Цю серйозну проблему батьки повинні усунути якомога раніше. Пророк вважав заздрість соціальним злом:



«У людей все добре, поки вони не починають заздрити один одному»
(АЛЬ-ТАБАРАНІ).

Нова дитина часто займає всю увагу батьків: в дім приходять гості, приносять новонародженому подарунки, захоплюються ним; мати може бути занадто втомленою, а батько занадто зайнятий роботою, і у них не залишається часу і сил на стар-

ших дітей. Брати і сестри можуть почувати себе покинутими, особливо найменші, які раптом втратили статус молодших. Це природна заздрість, коли вся увага переходить до молодшої дитини.

Щоб запобігти їй або мінімізувати таку заздрість, батьки можуть зробити наступне:

- показати всім дітям, що вони, як і раніше, улюблені і бажані;
- коли з'являється нова дитина, упевнитися, що решта дітей не отримують менше любові і турботи. Вони, як і раніше, повинні відчувати свою важливість;
- уникати порівняння і змагання між братами і сестрами;
- толерантність, нагороди і дисципліна повинні бути неупередженими;
- всіх дітей потрібно обіймати і цілувати так часто, як тільки можна;
- батьки можуть розділити зі старшими дітьми турботу про малюка і підключити їх до прийняття рішень.

Чому батьки люблять своїх дітей?

«У цьому всі люди однакові, і багаті і бідні: всі люблять своїх дітей»
(Евріпід).

«Я люблю його не тому, що він хороший, але тому що він мій (син)»
(Рабіндранат Тагор).

На жаль, багато дітей позбавлені любові, тому що:

1. Вони результат випадкового зв'язку, насильства або боязні абортів;
2. Їх вважають причиною смерті матері при пологах;
3. Вони нащадки батьків, які стали злочинцями;
4. Вони – дівчатка в суспільстві, де перевага віддається хлопчикам (в деяких країнах батьки отримують привітання, тільки якщо народився хлопчик).

Чому діти повинні відповідати за те, в чому не винні?

Не обумовлюйте любов поведінкою дитини; батьки ніколи не повинні говорити: «Я буду любити тебе більше, коли твоя поведінка стане кращою».

Діти потребують любові завжди, але особливо – коли здається, що вони її не заслужили.

Батьки повинні переконати дітей, що їхня любов не залежить від того, як вчиняють діти, але люблять їх завжди і такими, якими вони є. Успіх батьків вимірюється тим, наскільки дитина відчуває себе захищеною, бажаною і найбільш улюбленою.

Хоча нагороди і компліменти бажані для дітей, любові вони хочуть найбільше. Марк Твен сказав: «Нагорода – це добре, похвала – це добре, але любов – це останній і найдорожчий приз, який можна виграти».

Віддавай любов акторам, а ненависть – поганій грі!

Любов між батьками і дітьми повинна бути безумовною. Дітей потрібно сприймати такими, якими вони є, з їхніми страхами, тривогами, звичками, манерою висловлюватися і максималізмом, без забобонів і засудження. Ваші діти можуть не бути самими привабливими, добре освіченими або популярними; однак (з Божою поміччю) вони прийшли в цей світ, і значить, заслуговують безумовного прийняття і любові.



НЕДОСТАТНЬО ЛЮБИТИ ДІТЕЙ МОВЧКИ: ГОВОРІТЬ ЇМ ПРО ЦЕ.

«Одного разу, коли з Пророком знаходився якийсь чоловік і повз них проходив інший, він сказав: «О Посланцю Аллага, воістину, я люблю цю людину». Пророк запитав його: «А чи сказав ти про це йому?». Він відповів: «Ні». Пророк сказав: «Так скажи йому!». Тоді той, хто був з Пророком, наздогнав того чоловіка і сказав: «Воістину, я люблю тебе заради Аллага!», – на що той відповів йому: «Нехай полюбить тебе Аллаг, заради Якого ти полюбив мене!» (АБУ ДАВУД).

Любов і впевненість у собі

Впевненість батьків у собі – це ключ до взаємної любові. Якщо батькам не вдасться переконати дітей в тому, що вони знають, чого хочуть від своїх дітей, то діти будуть піддавати їх перевірці знову і знову, що може призвести до стресу. Без любові батьківський авторитет перетворюється на домашню тиранію.

Практичний шлях розвитку співчуття

Батьки люблять дітей, а діти відчують це. Але любов можна висловлювати різ-

ними способами. Батьки, які не говорять про свою любов, бувають здивовані, дізнавшись, що діти не розуміють, що їх люблять.

Співучасть має реалізовуватися в практичних діях. Наприклад, дорослі жертвують гроші та час якомусь благодійному фонду чи посміхаються і кажуть «привіт» людям, яких зустрічають на вулиці. Не важливо, як багато роблять батьки, важливо, що вони висловлюють співучасть. Матінка Тереза пояснювала: «Ми не можемо зробити великих речей на цій землі. Ми можемо робити малі, але з великою любов'ю».



Ось деякі практичні кроки:

- Звертайте увагу на велике й ігноруйте дрібниці. Співучасть викликає вдячність. Коли ви реагуєте на щось, зроблене для вас, – наприклад, на те, що читаєте цю книгу – ви співучасник нашої роботи.
- Діліться тим, що у вас є, тому що любов означає ділитися і піклуватися. Діліться з дітьми грошима, їжею, ручками, папером, комп'ютером, книгами, подорожами і думками.
- Кажіть членам сім'ї, що ви любите їх (особливо коли їдете на кілька днів).

ЛЮБИТИ – ОЗНАЧАЄ ДІЛИТИСЯ

Дитина повинна мати любов і турботу про інших в своєму серці, вона повинна любити для інших те, що любить для себе. Пророк сказав:

«Не увірує жоден з вас, поки не полюбить для брата те саме, що і для себе»

(АЛЬ-БУХАРІ).



Любов це...

Ділитися... нашими найяскравішими надіями, нашими найтемнішими страхами, нашим найгучнішим сміхом, нашими найтихішими сльозами, нашими найсолодшими мріями, нашими найгіркішими бідами, нашими злетами та падіннями, якомога більше віддавати і піклуватися.

Кращий спосіб забути свої проблеми – допомогти іншим вирішити їх.
Ти можеш забути, з ким сміявся, але не забудеш, з ким плакав.

Історія з книги Джона Грея «Чоловіки з Марса, жінки з Венери»

Моя знайома, чиє здоров'я погіршувалося, не спілкувалася зі своїм сином три роки через те, що син одружився супроти її волі. Вона присягнулася не дзвонити йому першою. Я запропонував їй перервати мовчанку. Проте вона наполягала на своєму: «Я не можу, він повинен вибачитися». Вона була готова померти раніше, ніж поговорить з власним сином.

Після довгих умовлянь вона все-таки погодилася зателефонувати першою. На її подив, син був вдячний їй за дзвінок і відразу ж вибачився.

Коли хтось один використовує можливість і досягає результату, виграють всі.

Ненависть як кислота: вона може пошкодити і поверхню, на яку проливається, і посудину, в якій зберігається.

Скільки любові достатньо? Батьки можуть зробити багато «внесків» в «банк любові», демонструючи дітям свою прихильність. Ніхто ще не скаржився на те, що отримує дуже великі дивіденди. Чим більше любові дають батьки, тим більше вони отримують. Якщо ще можна «лімітувати» любов, яка віддається, то отримувати контрольовану кількість любові неможливо. Батьки не можуть очікувати від дітей «повернення любові», тому що любов – це нагорода сама по собі. Діти ніколи не зрозуміють, як сильно їх люблять батьки, поки самі не стануть батьками.

Дорослі повинні вирішити конфлікт, якщо у них з'являється нерозуміння або незгода з дітьми. Скільки людей збира-

ють дрібні образи і вперто чекають, що хтось інший вирішить їх, вирішивши, що це єдиний шлях прощення помилок, відродження дружби, відновлення сімейних відносин! Якщо люди дозволяють гніву розростатися, вони перетворюють маленькі проблеми на величезні. Їхні амбіції стають для них важливішими, ніж щастя. Тим часом, надати можливість іншому вважати себе правим – не означає виявитися неправим. Люди відчувають себе набагато краще, коли відпускають гнів і повертають радість, дозволяючи іншим вважати себе правими, – їхні колишні опоненти будуть ставитися до них з більшою любов'ю.

Не рівні між собою добро та зло. Відштовхни зло чимось добрим, і тоді той, із ким ти ворогував, стане для тебе наче близький друг. (41:34)

- Пожертвувати часом, грошима і зусиллями для дитини – жертва, яка вартує цього. Любов – замкнута система: чим більше батьки люблять дітей, тим більше віддають їм, а чим більше жертвують, тим більше люблять.



Способи відчувати себе коханими

Семон (1999) опитав 55 матерів і батьків дітей у віці від року до 16, як вони встановлюють зв'язок зі своїми нащадками. У всіх випадках відповідь була – «проводжу час з дітьми за якоюсь справою»: разом дивимося кіно, читаємо, щось обговорюємо...

Проводьте час, займаючись спільними справами. Ви можете разом гуляти, вивчати нічне небо, заповнювати фотоальбом, ходити в магазин і готувати вечерю, гратися в настільні ігри, слухати музику, читати Коран, молитися, прати, малювати, ходити в музеї, збирати фрукти в саду, відвідувати родичів, працювати в саду... Та хіба мало що ще?!

Чи повинні батьки вчити ненависті?

Хоча потрібно зосереджуватися на любові, не можна забувати і про ненависть, – важливо і те, й інше. Якщо люди люблять Бога, пророків, батьків, родичів, інших людей, тварин, рослини, навколишнє середовище і світобудову, тоді вони повинні ненавидіти диявола, зло, корупцію, брехню, обман, крадіжки, насильство, наркотики, алкоголь, куріння, заздрість, расизм, фанатизм, дискримінацію... Однак, хоча зло потрібно ненавидіти, тих, хто це робить, ненавидіти не можна. Потрібно ненавидіти саме зло, а не лиходія.

Воістину, шайтан — ваш ворог, тож ставтеся до нього як до ворога. Він закликає своїх прихильників до того, щоб вони стали мешканцями пекла!
(35:6)

Завдання



ЗАВДАННЯ 53: ЩОДЕННИЙ РИТУАЛ ЛЮБОВІ.

17-річний хлопець сказав:

«Я до цього часу люблю, коли мама заходить в мою кімнату побажати мені на добраніч».

Обговоріть з дітьми свої ритуали любові. Не забувайте про свої щоденні ду'а (прохання до Бога)!

Навчання чесності та надійності

Більшість батьків хвилюються, коли вперше викривають дітей у брехні. Але для більшості дітей спроби збрехати – це минаюча фаза дорослішання, часто пов'язана з пошуками можливостей уникнути покарання за якусь провину. Хоча брехня більшості дітей не варта сильного хвилювання, батьки можуть і повинні налаштуватися на навчання чесності. Брехня – це дитяча відповідь на безліч факторів.

Діти іноді плутають реальність з фантазіями, мріями і уявою. Важливо не надавати їхнім фантазіям занадто малого значення. Мрії і уява – ключові елементи, які показують, ким є люди, навіть дорослі. Не будьте надмірно критичними: якщо діти завжди відчують себе в присутності батьків як на допиті і чекають покарання, вони можуть свідомо користуватися брехнею як доступним їм засобом захисту.



Язичники-курайшити з дитячих років називали Пророка «чесним і надійним» (*ас-садик, аль-амін*). Слово «довіра» в арабській мові означає безліч речей: віру, впевненість, відповідальність, турботу, опіку.

Чесність і надійність – необхідні якості доброго лідера.

Батьки повинні проповідувати чесність і бути за такий самий приклад дітям.



Діти повинні бачити, що люди навколо довіряють їхнім батькам. Ті, хто користується довірою, мають більше шансів бути обраними лідерами своєї громади.

Одна з якостей, мати які вчив мусульман Пророк, – це надійність:

«Найбільш гідний з-поміж мусульман той, хто не заподієє (іншим) мусульманам шкоди своєю мовою і своїми руками, і благословенний той, хто вірує, хто біжить від забороненого Богом». (АЛЬ-БУХАРІ)

Поводься з людьми так, ніби вони такі, якими мають бути, і ти допоможеш їм стати саме такими. (Йоганн Вольфганг Гете)

Довіряй людям, і вони будуть з тобою чесні; поведься з ними акуратно, і вони себе покажуть з кращого боку. (Ральф Емерсон) (Екслі, 1997)

Основні принципи

Нижче наведено важливі пункти, які потрібно враховувати при спілкуванні з дітьми:

СІМЕЙНІ ЦІННОСТІ

Діти повинні розуміти, що брехня аморальна. Покажіть їм, що брехня має негативні наслідки. Навчайте їх чесності та надійності словом і ділом.

Батьки повинні обговорити з дітьми їхню думку щодо нечесності. Внесіть «правду» в перелік ваших сімейних цінностей.

ПРИКЛАД ДЛЯ НАСЛІДУВАННЯ

Покажіть дітям приклад чесності. Не брешіть про те, де ви були і що робили, не крадіть у магазинах або на роботі, не проводьте махінацій з податками, будьте чесні з подружжям.

Батьки повинні запитати себе: «Яким прикладом є я?». Важливо уникати нечесності, особливо при дітях. Дорослі ніколи не повинні брехати про вік своїх дітей: «Дитячий квиток, будь ласка, йому тільки 11». Вони не повинні просити дітей їх «прикрити»: «Скажи бабусі, що я у ванній». Батькам потрібно докладати всіх

зусиль, щоб виконувати обов'язки і обіцянки, не спізнюватися, обіцяти лише те, що вони гарантовано можуть виконати, особливо коли це стосується їхніх дітей. Якщо обставини змінюються, поясніть ці зміни і утримайтеся від звинувачень інших. Не грайте зі словами, як політик, який сказав: «Я обіцяв, але я не обіцяв виконувати обіцянки».

НАВЧАЙТЕ РІЗНИЦІ МІЖ ФАНТАЗІЯМИ, НЕВИННОЮ БРЕХНЕЮ І СЕРЬОЗНИМ ОБМАНОМ

Важливо пояснити дітям різницю між небезпечною і шкідливою брехнею і, наприклад, формулами ввічливості. Всі люди в чомусь брешуть, як би вони не заперечували це. Навіщо говорити малосимпатичній сусідці, що та сьогодні прекрасно виглядає? Чи цікаво листоноші, який запитав мимохідь, як у вас справи, що все погано і вам потрібна психологічна допомога?



Навчайте дітей розуміти різницю між метафорою, казкою, перебільшенням і свідомою брехнею. Поясніть різницю між реальним і нереальним: поговоріть про сни, про фантастику, про кіношні спец-ефекти. Діти повинні відрізнати можливе і неможливе.

ВИНАГОРОДЖУЙТЕ ЗА ЧЕСНІСТЬ

Якщо у дітей складнощі з висловленням правди, слід нагороджувати їх кожен раз, коли вони її говорять. Діти люблять увагу, і потрібно відзначати і заохочувати їхні зусилля.

Обговорення фактів брехні має бути особистим, віч-на-віч, щоб діти не боялися говорити правду.

ЗАПИТАЙ, ПЕРШ НІЖ ВЗЯТИ

Батьки можуть запровадити правило – перш ніж взяти щось, що належить іншому члену сім'ї, необхідно запитати дозвіл. Це вчить дітей пам'ятати про інтереси інших і поважати їх.

Окрім того, такий простий спосіб часто ефективний для профілактики дрібних крадіжок.

ДОРΟΣЛІ ДІТИ

Якщо дорослі діти постійно брешуть, слід звернутися за професійною допомогою. Багато підлітків брешуть, захищаючи свій особистий простір, не хочуть посвячувати дорослих в усі обставини свого життя, оточують себе деякою таємничістю, – це зрозуміло. Їхній особистий простір потрібно поважати.

Але і підлітки повинні поважати батьківські очікування і розуміти наслідки брехні. Якщо їхня брехня – наслідок впливу будь-якого товариства, в якому вони опинилися, не заохочуйте таку дружбу і



постарайтеся запропонувати альтернативне спілкування.

Важливо, щоб діти усвідомили ключове значення віри, яку вони повинні мати в собі. Віра і її настанови утримають дитину від ситуацій, заснованих на обмані (азартні ігри, шахрайство, фінансові «піраміди», агресивний маркетинг).

Поєднання характеру зі світоглядом

О ви, які увірували! Чому говорите те, чого не робите? Велика ненависть у Аллага тоді, коли ви говорите, а не робите! (61:2-3)

Чітко демонструйте чесність, надійність і здатність дотримуватися обіцянок у вашому домі.

Намагайтеся включати розмову про чесноти в обговорення найрізноманітніших тем – політики, історії, науки, літератури... Наприклад, якщо мова йде про хитрощі банківського службовця, який віртуозно сховав рахунки від оподаткування і продемонстрував тим самим високу кваліфікацію, не зайве акцентувати питання – а наскільки подібний професіоналізм відповідає уявленню про чесноти?



Чи зобов'язані вчені відповідати за те, що їхні відкриття та винаходи використовуються не тільки на благо людства? Чи всі великі історичні діячі були зразком чесноти? Чи всі герої, описані в літературі, – люди честі?

Поширення брехні – це серйозна проблема, яку не можна ігнорувати і вирішувати яку необхідно обережно, але рішуче.

Пророка запитали:

«Чи можна віруючому брехати?». Він відповів: «Хто вірує, ніколи не повинен брехати» (КАНЗА АЛЬ-УММАЛЬ).

Хоча діти народжуються чесними, вони свідомо чи несвідомо вчаться брехні. Брехня – це набута здатність. Згодом діти вчаться брехати і це стає частиною їхнього характеру.

Підлітки часто рятуються брехнею, щоб виправдати свої помилки, зберегти чужі секрети або уникнути ганебних

Велика частина правди в сучасному світі
сказана дітьми.
(Олівер Уенделл Холмс)

Дев'ятирічна дитина зізналася:
складно брехати, коли дивишся
мамі у вічі.

ситуацій. Чим більше діти брешуть, тим більше це в'їдається в їхній характер.

Брехня породжує брехню, так само як чесність породжує чесність, як пояснено Пророком:

«Необхідно бути правдивим, адже правдивість веде до праведності, а праведність веде до Раю. Людина продовжує говорити правду і старається жити правдиво, поки не буде записана у Аллага як правдива.

Остерігайтеся говорити неправду, адже брехня веде до аморальності, а аморальність веде до вогню Пекла. Людина продовжує брехати і старається жити у брехні, поки не буде записана у Аллага як брехун». (АЛЬ-БУХАРІ ТА МУСЛІМ)

Чому діти брешуть? Як реагувати на брехню?

Нижче наведені деякі причини, через які брешуть діти:

- хочуть уникнути покарання
- привласнили собі чужі речі
- відчувають себе забутими, занедбаними і покинутими
- хочуть отримати заохочення за те, чого не робили
- думають, що брехати можна, тому що брешуть їхні батьки.

Найчастіше діти брешуть, щоб уникнути покарання. Їхня мотивація – отримати задоволення або усунути біль. Батьки повинні навчати дітей визнавати свою погану поведінку і просити вибачення. Якщо діти взяли щось у магазині і не заплатили, то батькам потрібно вжити заходів, щоб ті повернули вкрадене і вибачилися перед працівниками магазину.

Якщо діти ступають на стежку брехні, батькам потрібно усвідомити причину цього. Діти часто втягуються в брехню під тиском; інші брешуть, тому що їм нудно і вони хочуть отримати увагу.

Діти, які змогли привернути увагу, розповідаючи вигадані історії і неправду, можуть цим захопитися.

Відстежувати дитячу поведінку, особливо фіксуючи місце і час, коли вони

найбільш схильні брехати, може бути корисно для усвідомлення масштабів проблеми. Можливо, діти говорили неправду тільки під час гри, або коли вони роблять щось погане, або ж коли хочуть бути в центрі уваги. Кожна з обставин вимагає різної реакції.

Брехню слід припинити відразу ж і навчити, що нечесність абсолютно неприйнятна. Не карайте дітей за погані справи, якщо діти кажуть правду. Однак у зробленого дитиною завжди повинні бути наслідки: наприклад, якщо вона вдарилася іншу дитину, її потрібно відвести до батьків скривдженого і попросити у них вибачення; якщо її зловили на списуванні в школі, то відразу потрібно ставити незадовільну оцінку.

Батьки повинні реагувати адекватно і вести себе мудро. Це вирішує два важливі завдання: по-перше, дає впевненість, що ворота спілкування між батьками і дітьми, як і раніше, широко відкриті. Діти отримують нагороду за чесність, а брехні уникатимуть, побоюючись покарання. По-друге, завдяки хорошим стосункам з батьками діти будуть уникали засмучувати їх: любов стане регулятором вчинків. Батькам не потрібно боятися, що «відсутність покарання за правду» призведе до необдуманого поведінки: взаємна любов дасть достатній контроль.

У книзі «Досконалий характер» Мухаммед Джад Альмавла дає наступні рекомендації:

- Якщо дитина бреше, тому що занадто багато говорить, спрямуйте її на шлях мовчання;
- Якщо дитина бреше, побоюючись жорстокого покарання, будьте ласкаві і співчутливі до неї;

- Якщо вона бреше з жадібності або щоб щось роздобути, не ставайте на її шляху, нехай отримає все, що захоче;
- Якщо вона бреше, щоб пожартувати або виставити інших дурнями, покарайте її;
- Якщо вона бреше під впливом поганих друзів, знайдіть їй кращих друзів – покажіть їй протилежне тому, що вона хоче отримати своєю брехнею.

Підлітків потрібно вчити, що брехня – це ганьба, і що вона протилежна чесноті, порядності, справедливості та повазі. Ібн Хальдун радив:

«Просвітійте брехуна про шкоду брехні, яка суперечить правильній поведінці. Люди люблять чесноту, справедливість і чесність. Використання насилля в освіті небезпечне для учнів. Якщо дитина росте в жорсткій атмосфері залежності і гноблення, вона буде відчувати стрес і депресію, яка веде до лінії і завдає шкоди» («Аль-Мукаддіма», розділ 32, 1992).

Словноюте життя дитини співчуттям і турботою. Якщо вона з'ясує, що ви були нещирі з нею, вона втратить віру в вас і більше не буде вас любити.

Якщо батьки вимагають від дітей правди в будь-якій ситуації, незалежно від обставин, то і самі повинні завжди говорити правду, щоб і самим уславитися як чесні та прямі люди. Надійний і чесний громадянин заслуговує на повагу, співпрацю та довіру інших.

Шейх Абдул-Кадір аль-Джилані з Багдада розповідав: «Я обіцяв матері завжди говорити правду. Я покинув Мекку і пішов у Багдад в пошуках знань. Мати дала мені в дорогу 40 динарів.

На наш караван напали грабіжники. Один з них запитав мене: «Скільки у тебе грошей?». Я відповів: «40 динарів». Він залишив мене, думаючи, що я жартую. Потім запитав другий розбійник і я відповів те ж саме. Він відвів мене до отамана, який запитав мене: «Чому ти говориш правду?». Я відповів: «Я пообіцяв матері завжди говорити правду і не хочу порушувати обіцянку».

Отаман злякався, запанікував і закричав: «Ти боїшся не дотримати слова, даного матері, так невже ж я відступлю від заповідей Аллага?». Він велів своїй банді віддати нам все, що вони відібрали, і сказав: «Я каюся перед Аллагом завдяки тобі». Його спільники сказали: «Ти був нашим головачем у гріху, стань же нашим лідером в покаянні». Це повчальна історія, незалежно від її достовірності. Сутність її полягає в тому, що чесність може врятувати тебе й інших.

Пророчий спосіб викоринювати брехню

Молода людина прийшла до Пророка і сказала: «О Пророк Аллага, я не молюся, вчиняю блуд і брешу. Від чого з цього я повинен відмовитися насамперед?». Пророк відповів: «Від брехні». Пізніше юнак спробував вчинити блуд, але сказав собі: «Пророк може запитати мене, згрішив я чи ні? Якщо я скажу «ні», я збрешу, а якщо скажу «так», то зіткнуся з покаранням за гріхи». (Тірмізі, 1991).

Унікаючи брехні, одного з головних гріхів, ти також уникаєш й інших вад.



Говорити правду – серйозне завдання навіть у ситуаціях, які здаються тривіальними.

Пророк сказав:

«Якщо ти пропонуєш дитині підійти і взяти цукерку з твоєї закритої руки, але нічого не даєш – це є брехня». (АХМАД)

Пророк також сказав:

«Найгірша з людей – дволика людина, яка перед однією людиною має одне обличчя, а перед іншою змінює його». (АЛЬ-БУХАРІ)

Чесність і надійність, на додачу до любові і сміливості – ті риси характеру, які приносять задоволення батькам.

Завдання



ЗАВДАННЯ 54: ДІЛИТИСЯ ДОСВІДОМ.

Розповідайте дітям про ситуації, коли ви сказали правду або могли збрехати. Які уроки ви винесли з брехні і як її виправляли? Діти теж можуть поділитися своїми історіями.

ЗАВДАННЯ 55: ОДИН З НАЙБІЛЬШ ЗГУБНИХ ГРІХІВ, ВІД ЯКОГО ВИ Б ХОТІЛИ ВБЕРЕГТИ ДІТЕЙ.

- Розкажіть дітям реальні історії, в яких люди ризикували зруйнувати своє життя брехнею.
- Нагадайте дітям, що погани Мекки називали Мухаммада «чесним і надійним» ще до того, як він став Пророком.

РОЗДІЛ 15

Виховання незалежних, відповідальних та творчих дітей

Навчання відповідальності

- Закладання фундаменту **356**
- Можливості на різних щаблях розвитку **358**
- Принципи, які слід розвивати **359**
- Практичні пропозиції **362**
- Об'єднайте привілеї і відповідальність **363**
- Завдання **366**

Навчання незалежності

- Міф **369**
- Переваги віку **370**
- Дайте ходунку знайти власний шлях **371**
- Відділення: як впоратися з зайвою залежністю **371**
- Підлітки – реальність **372**
- Вплив стилю виховання: авторитет проти сили **374**
- Навички для зміцнення самостійності **376**
- Підказки для батьків **380**
- Поради чи самостійність? **382**
- Якщо батькам не подобаються друзі дітей **385**
- Допомогайте приймати рішення **385**
- Кроки до прийняття рішень **386**
- Завдання **387**

Сприяння творчості

- Поради для творчого розвитку **390**
- Відкинуті винаходи **392**
- Пригнічуючи дитячу творчість **393**
- Негатив, який блокує творчість **394**
- Шляхи розвитку творчого начала **395**
- «Непродуктивні» ідеї **397**
- Що можуть зробити батьки? **398**
- Замітка про іграшки **399**
- Завдання **401**

Почуття власної гідності і розбещеність

- Як не виростити розбещених дітей **404**
- Не дозволяйте сльозам стати зброєю **406**
- Завдання **407**

Друзі вашої дитини

- Щоденний тиск в школі **410**
- Вибір друзів **410**
- Що робити, якщо друзі дитини вам не подобаються **411**
- Чому таке сильне тяжіння між підлітками? **412**
- Несприятливе середовище **414**
- Завдання **415**

БУТИ ВІДПОВІДАЛЬНИМ – означає виконувати свій обов’язок, коли тобі не нагадують, не тиснуть і не примушують. Це здатність приймати рішення і бути готовим відповідати за їхні наслідки. Пророк говорив:

«Той, хто не дбає про справи мусульман, не є одним з них» (АХМАД);

«Не може бути віруючим той, хто спокійно спить з повним черевом, знаючи, що його сусід голодує» (АЛЬ-ТАБАРАНІ).

Вчити дітей відповідальності необхідно. Діти повинні виконувати свої щоденні обов’язки без нагадування.

Відповідальні діти самі пропонують допомогу, їх не потрібно просити або пояснювати завдання; у них також є бажання доводити справу до кінця і досягти успіху в ньому. Один зі способів прищепити відповідальність – навчити самоконтролю.

Діти повинні розуміти важливість своїх дій і наслідки цих дій.

Гарна звичка – перед тим як заснути, відзвітувати перед собою за вчинені протягом дня справи. Батьки повинні вкладати в дитячі серця розум, любов і страх Божий, щоб ті були уважні і трималися прямого шляху. Говоріть дітям, що Бог з ними всюди, де б вони не були, – це посилює їхнє почуття відповідальності.

Однак відповідальність – дещо більше, аніж послух або прибирання в кімнаті без нагадування. Це і усвідомлення того, що вірно, а що ні, як чиясь дія відбивається на інших людях, і розуміння, чому важливі правила. Щоб вчити відповідальності, батьки самі повинні бути відповідальними.



Гарний приклад: батько і син поспішають в магазин до закриття. Вони зупиняються, щоб допомогти жінці підняти дитячу коляску сходами. Дитина вчиться, що добре допомагати іншим, навіть якщо ти втрапиш свою вигоду.

Якщо діти беруть на себе відповідальність, батьки повинні відмітити це і висловити схвалення. Нагорода за бажану поведінку стимулює нову бажану поведінку. Люди часто не помічають ситуацій, коли дитина поводить себе відповідально, або приймають їх як належне; гірше того, багато батьків помічають, лише коли їхні діти поведуться безвідповідально. В результаті діти можуть сказати: «Коли я маю рацію – ніхто цього не помічає, коли я не маю рації – ніхто не забуває». Батьки повинні говорити: «Дякую, ти дуже допоміг». Вони повинні бути особливо уважні, відзначаючи поведінку, яка важлива для них, але не настільки важлива для дитини, наприклад: «Я помітив, що ти відніс книги в свою кімнату, а не залишив їх на кухонному столі. Прекрасно – тепер я можу приготувати стіл до обіду». «Молодець, що ти відразу повісив свій піджак в шафу, а не на спинку стільця, – мені потрібен стілець, а руки в мене брудні».

Ухвалення хорошого рішення – передумова відповідальної поведінки.

Діти, яким завжди підказують, що потрібно робити, рідко вчаться робити правильний вибір: вони не підготовлені до відповідальності. Важливо дозволяти дітям робити вибір, тому що все доросле життя складається з прийняття рішень.

Замість того, щоб розписувати справи для всіх членів сім'ї, напишіть загальний список і разом вирішите, хто чим буде займатися; спільно розділіть обов'язки, щоб кожен вибрав те, що він не проти робити, але також встановить систему переходу обов'язків, щоб хтось один не був змушений робити весь час одну й ту саму нудну роботу. Залучаючи дітей до цього процесу, батьки показують, що довіряють молодшим і цінують їхню думку, і це допомагає дітям стати відповідальними парт-

нерами, робить їх частиною команди. Цей практичний шлях вчить їх прийняттю рішень, застосуванню принципу *шура* (поведення нарад) і відповідальності.

Закладання фундаменту

Якщо ви відповідальні батьки, – пів-справи зроблено. Важливо навчити дітей не спускати з вас ока.

Дітям потрібні адекватні знання і хороший характер, щоб підготуватися до дорослого життя. Відповідальність – один з головних елементів хорошого характеру. Якщо дорослі думають, що діти повинні лише гратися і отримувати задоволення, то діти повністю виправдають ці очікування і не будуть здатні допомагати в якихось справах. Якщо батьки вважають, що діти завжди будуть егоїстами, діти легко будуть відповідати і цій моделі поведінки. Найнадійніший шлях виростити безглузких, егоїстичних і безпомічних дітей – знизити до них вимоги. Однак, якщо батьки вважають, що кожен незалежно від віку і можливостей повинен приносити користь сім'ї, тоді їхні дії, відносини і очікування відібрають це, і діти дізнаються про цінність відповідальності.

Ми хочемо виростити дітей, які матимуть успіх у житті. Відповідальність – це навичка, якій вчаться, і дітям потрібно дати знаряддя, щоб навчитися цій навичці.

Дитина повинна починати вчитися відповідальності в ранньому віці. Діти, які ростуть в атмосфері повної свободи і потурання примхам, втрачають прояви відповідальності. Деякі батьки йдуть занадто далеко в спробах створити дітям захищений «рай» і не дозволяють їм випробувати наслідки негативних дій. Їхні діти ростуть з почуттям, що їм всі винні.



Діти не можуть бути відповідальними, якщо не знають, чого від них очікують, і можуть навчитися цьому, тільки якщо їх будуть вчити. Навчання і тренування – невід’ємні частини відносин «батьки-дитина». Бути відповідальним – це навичка. Діти не почнуть прибирати іграшки, якщо їм не показали, як це потрібно робити; ставши дорослими, вони не будуть вчасно повертати взяті речі або дотримуватися графіка роботи.

Найкраще вчити дітей відповідальності по троху, день за днем.

Не заохочуйте бездіяльність. Цього можна уникнути, даючи підліткам завдання. Однак це означає дещо більше, ніж миття посуду двічі на тиждень і винесення сміття вечорами. Якщо обов’язки дітей зводяться до напруження мінімальних зусиль впродовж 40 хвилин на тиждень, вони будуть невідповідними.



Починайте з раннього віку.

Маленькі гілочки будуть випрямлятися, якщо ви спробуєте їх розпрямити.
Але вони вже не розпрямляться, якщо виростуть і стануть деревом.

(Арабська поезія)

Починайте в дошкільному віці. Якщо в родині очікується поява нової дитини, старшим дітям необхідно сказати: «Ми будемо разом піклуватися про малюка». Їм сподобається ідея бути відповідальними партнерами в такому важливому «проекті». Дитина чудово може приносити своєму маленькому братику чисті підгузки, складати брудні дитячі речі в білизняний кошик, піднімати іграшки, якщо ті впали на підлогу.

Навчайте його, що це привілей – працювати разом і допомагати малюкові. Сутність – в «активному залученні до діяльності». Замість того, щоб просто спостерігати за батьками, діти повинні їм допомагати.

Можливості на різних щаблях розвитку

МАЛЮКИ І ХОДУНКИ

У цьому віці діти починають перевіряти батьків на міцність. Наприклад, 2-річний малюк викидає іграшку з манежу, щоб привернути увагу, потім кидає іграшку в пориві гніву, а потім провокує реакцію дорослих. І тут важливо, щоб батьки, а не діти, встановлювали межі: якщо він кине іграшку один раз, батько може її підняти і подати йому, однак, якщо дитина кидає іграшку знову і знову, її потрібно прибрати взагалі, – тоді малюк буде знати, що негативна поведінка не заохочується.

Коли малюки перетворюються на «жахливих дволіток», вони досліджують, які дії найсильніше випробують батьківське терпіння. У цьому віці діти повинні засвоїти, що погана поведінка може спричинити покарання, і якщо ви сказали: «Якщо ти не припиниш ..., ми підемо додому», – то приведіть цю загрозу в дію. Якщо батьки привчать дитину, що їхні попередження – не порожній звук, то набудуть більшої ваги в очах дітей. Важливо, щоб це робили обоє батьків.

РАННЕ ДИТИНСТВО

У ранньому віці дітей потрібно вчити піклуватися про себе. Вони повинні зачісуватися, чистити зуби, зав'язувати шнур-

ки і прибирати за собою. Якщо давати їм невеликі завдання по дому, це підвищить їхню самооцінку – вони відчують себе помічниками. Діти, які відмовляються виконувати повсякденні обов'язки, повинні знати, що це буде мати наслідки; якщо справи не виконані, вони можуть бути позбавлені прогулянки, спілкування з друзями, телевізора або якихось розваг. Як тільки вони закінчать справи, вони можуть робити все, що побажають.

ВІД МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Коли діти підрастають, зона їхньої відповідальності збільшується. Регулярне заохочення допоможе посилити їхнє почуття власної значущості. Нагороджуйте дітей за те, що вони відповідальні: за турботу про домашнього улюбленця, за хороші результати в щоденнику; відзначайте, що ви пишаєтеся тим, що діти такі відповідальні.

Якщо діти погано встигають в школі і мало допомагають вдома, потрібно шукати коріння цієї проблеми. Діти поведуться краще, коли поставлені в суворі межі. Ті, для кого не існує твердого стандарту поведінки вдома або в школі, припинять виправдовувати очікування. Створення зони відповідальності – це частина формування виховного середовища.

До підліткового віку дітям доводиться зіткнутися з тиском однолітків. Ті, у кого вже виробилося почуття відповідальності, менше ризикують піддатися цьому тиску і спокусам. Залишайте лінії спілкування відкритими – це дасть дітям можливість обговорити з батьками свої проблеми і дати вихід своїм почуттям.





ПІДЛІТКИ

Підлітки отримують величезну кількість можливостей для того, щоб розчарувати дорослих. Тінейджери, які відрізняють правильне від неправильного і розуміють, що погані дії мають погані наслідки, зуміють зробити правильний вибір.

Продовжуйте прищеплювати дітям почуття відповідальності. Якщо основа вже закладена, у батьків буде можливість обговорити з дітьми, що дійсно важливо для їхнього майбутнього. Діти повинні знати, що відповідальність важлива для успіху. Допомогайте дітям рухатися до цілей, яких можна досягти.

ЮНІСТЬ

Якщо ви навчили дітей відповідальності, вони впевнені в собі і готові до самостійного життя без постійної батьківської опіки. Батьки, які тримали дітей у залежності, виявлять, що молодь залишається

прив'язаною до сім'ї і не готова до прийняття самостійних рішень. Дорослі, вони погано уявлятимуть собі наслідки своїх дій, можуть виявитися в складних ситуаціях, але будуть намагатися звинуватити всіх і вся. Вибудовування будь-яких відносин для людей, що не володіють почуттям відповідальності, завжди буде проблемою.

Принципи, які слід розвивати

НЕХАЙ РОБОТА ПРИНОСИТЬ ЗАДОВОЛЕННЯ

Ходунки і дошкільнята вірять в те, що говорять дорослі, і їх можна переконати в тому, що будь-яка, навіть не особливо приємна робота приносить задоволення.

Прибирання кімнати і приготування їжі можуть перетворитися на веселу гру. У підлітковому віці такі діти будуть працювати помічниками по дому.

Батьки повинні дотримуватися певної акуратності в тому, що вони говорять дітям; чуючи: «Мама б хотіла з тобою погратися, але їй потрібно працювати», – дитина зробить висновок, що робота перешкоджає задоволенню і тому небажана. Замість цього можна сказати: «Давай побавимось і підметемо підлогу. Ти можеш тримати совок. Правда ж весело?». Навчайте дітей, що жодні хатні чи садові роботи не принижують їх. Важливо виробити ставлення до роботи не як до обов'язку, а як до привілею. Батьки повинні пояснювати дітям благословення фізичної праці, – адже багато людей не мають роботи або не можуть виконувати якісь прості операції за станом здоров'я. Батьки не повинні втрачати жодної можливості прищепити дітям цікавість до фізичної роботи і відповідальність.

Дорослі можуть супроводжувати виконання домашньої роботи веселою музикою, жартами, цікавою розмовою.

Атмосфера радості допомагає поліпшити дитяче ставлення до роботи і відповідальності. Якщо робота перетворюється на гру всією сім'єю, це допоможе уникнути обурення від того, що одна дитина виконує завдання, а інші бавляться. Якщо належить зробити роботи в саду, то набагато краще, якщо в них візьме участь вся сім'я.

ПРАЦЮЙТЕ РАЗОМ

Батьки, знайте, що слово «ми» позитивно впливає на дітей. Наприклад, можна сказати: «Ми завжди кладемо брудний одяг в пральну машину, а не кидаємо на підлогу». Дітям подобається бути частиною цілого, і слово «ми» надихає їх краще, ніж нудні нотації. Замість того, щоб говорити дитині: «Прибери кімнату!», батьки можуть сказати: «Нумо, зробимо прибирання кімнати разом».



ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ, ЩОБ ВПОРАТИСЯ З РОБОТОЮ У САДУ

Коли діти виходять гуляти, вони мають зробити 10 маленьких справ, перш ніж почнуть гратися. Це може бути: підняти 10 каменів, вирвати десять бур'янів або 10 засохлих квітів, покласти в кошик для сміття 10 великих сухих листків...

Замість цього можна зробити одну велику справу: почистити двір граблями, полити клумби. Це вчить їх допомагати піклуватися про спільне майно.

Батьки повинні надихати дітей вирощувати їжу самим.

Один лівієць розповів мені, як розділив сад на 6 грядок і кожну віддав одному з шістьох дітей, дозволивши вирощувати на них все, що ті забажають. Якщо дружині потрібні були овочі для сімейного обіду, вона могла запитати у дітей, чи є у них трохи помідорів або перцю для її потреб. Цей сад був прекрасно доглянутий, і всі суперечки про роботу в саду вирішилися самі собою!

Діти краще розвиваються і набувають корисних навичок, коли роблять щось разом з батьками. Вони відчувають, що їх люблять, і вони поступово привчаються до роботи в команді та відповідальності за допомогою батьківської любові. Це дозволяє виробити позитивне ставлення до будь-якої роботи.

Дошкільнятам потрібно надавати можливість вибору, але, безумовно, є ситуації, коли діти чують: «Ти зобов'язаний зробити те-то і те-то». Не робіть помилку, виховуючи дітей в лінії, чи не змушуючи їх робити те, що їм не хочеться. Важлива частина відповідальності – навчитися підкорятися необхідності всупереч своєму небажанню і пристрастям. Будьте люблячими і твердими одночасно.

ПРИВЧАЙТЕ ДО ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ПОСТУПОВО

Одна з помилок батьків – дозволяти дітям тільки гратися, поки ті не досягнуть «відповідального» віку. Потім на дитину раптом звалюється занадто багато роботи і багато обов'язків.

Допомагайте дітям поступово виконувати більше роботи і брати на себе більше відповідальності. У деяких країнах, що розвиваються, діти, особливо дівчатка, повинні доглядати за молодшими дітьми, збирати хмиз, носити воду і допомагати по дому. Діти, яким виповнилося 8, відправляються працювати у якості прислуги.

До 19 років багато юнаків працюють вже повноцінно, відбуваючи увесь робочий тиждень. Молоді люди, які звикли до дедалі вищого рівня відповідальності, будуть краще пристосовані до повного робочого дня.

Уже в «дитсадівському» віці дитина повинна бути привчена до певного розпорядку і виконання нескладної хатньої

роботи. Поступово у неї з'являться й інші обов'язки.

Шестирічні діти можуть щодня накривати на стіл, заправляти ліжко, допомагати витирати посуд, годувати домашніх тварин, прибирати зі столу, розвішувати випрану білизну для сушіння. Підлітки можуть прати, мити посуд, стригти газон, сидіти з молодшими братами і сестрами, а також виконувати якусь роботу з неповною зайнятістю або ж волонтерську роботу в громаді.

НЕ ЗАОХОЧУЙТЕ САМОУСУНЕННЯ

Дітей потрібно вчити, що всі члени сім'ї мають обов'язки. Якщо ви дозволяєте дитині сперечатися і поблажливо сприймаєте її відмову працювати, вона не вчиться бути корисною іншим. Якщо весь час зосереджуватися на тому, хто скільки бур'янів вирвав або хто скільки посуду витер, в родині розвинуться відносини, які негативно впливають на загальну гармонію. Закладайте розуміння роботи в команді.

Батьки можуть сказати: «Коли стіл буде чистим, ми всі зможемо подивитися фільм або підемо гуляти в парк», або: «Якщо ми зробимо всю роботу в саду, ми зможемо ввечері поїсти морозиво»,



«Коли ми все приведемо до ладу, можемо влаштувати невелику подорож, щоб відсвяткувати це». Групова нагорода створює гармонію, підвищує працездатність в команді і відповідальність. Дітей можна попросити зробити щось замість когось, наприклад, замість хворого члена родини. Важливо заохочувати їх допомагати один одному і нести ношу один одного. Старші діти повинні допомагати маленьким з домашньою роботою, а молодші – старшим.



Практичні пропозиції

- Не давайте дітям занадто багато завдань. Батьки повинні усвідомлювати можливості і схильності дітей і давати їм завдання, які ті можуть виконати. Успіх і винагорода мотивують їх робити більше, а зайва завантаженість може призвести до невдач і руйнування мотивації.
- Чекайте від дітей прояву відповідальності. Батьківські очікування мотивують дітей. Даючи дитині якийсь завдання, визначте прийнятний час для його виконання. Дозвольте дітям виконати завдання по-своєму, не спостерігаючи і не нагадуючи, але допоможіть, якщо їм не буде вдаватися впоратися.
- Не називайте дитину безвідповідальною. Якщо дитина втікає в кіно, коли обіцяла допомогти друзям підготуватися до тесту, батькам потрібно утриматися від звинувачень, – краще надихнути її допомогти друзям якомога швидше. Якщо дитина схильна до забудькуватості, батькам потрібно утриматися від ремарок на кшталт: «Якби у тебе була голова на плечах, ти б не забув». Такі слова приносять біль і викликають зневіру. Засуджуйте поведінку, а не людину.
- Дітям потрібно допомагати з організацією їхнього розпорядку. Навчайте їх розподіляти справи після школи. Покажіть їм, як розрахувати час для домашньої роботи, як зробити всю роботу і залишити час на відпочинок та ігри у дворі.
- Розділіть велике завдання на складові частини. Якщо дитині потрібно написати доповідь, вона може обговорити з батьком, як багато часу піде на похід в бібліотеку, пошук даних в Інтернеті або написання різних частин тексту. Дітям потрібно допомагати розбивати проект на кілька частин, з якими вони здатні впоратися, і скласти детальний план.
- Батьки не повинні робити домашню роботу замість дітей. Малюків потрібно привчати до думки, що вони самостійні і у них є власна зона відповідальності.
- Дітей потрібно вчити відповідати за власні помилки. Батькам не потрібно в будь-якій ситуації поспішати їм на виручку.
- Дітей слід вчити розпоряджатися грошима. Вони не повинні витрачати більше, ніж у них є – незалежно від того, чи це «кишенькові» гроші, подарунок від бабусь і дідусів або власний заробіток. Не давай-

те дітям грошей в борг і не дозволяйте звертатися до родичів. Якщо дитина хоче самостійно придбати щось, на що у неї не вистачає своїх грошей, їй слід зачекати, поки не накопичиться досить заощаджень, або пошукати можливість заробити суму, якої бракує. Дітей, у яких є робота, потрібно вчити не витрачати заробіток відразу, а відкласти його частину. Коли вони підроснуть, можна обговорити з ними, як батьки розпоряджаються своїми грошима, типи заощаджень та інвестицій, які використовують люди. Це ідеальна можливість пояснити коранічну заборону лихварства і навчити їх розумінню сутності ісламської банківської системи.

- Заохочуйте дітей до пошуку роботи. Це може бути волонтерство, робота після школи або на літо. Діти, чий батьки мають свій бізнес (магазин, готель, ресторан, ферма), повинні допомагати на робочому місці з раннього віку: вони навчаться при-

Загальні поради:

- Дітей не потрібно навчати, коли вони змучені або голодні.
- Критика – отрута в поєднанні з навчанням.
- Відповідальність вимагає терпіння.



Батьки не можуть звільнити дитину!

Всі працівники знають свої обов'язки і повинні виконувати їх в строк, або ж будуть звільнені. Хоча батьки не можуть «звільнити» дитину, вони можуть спрямувати її та навчити відповідальності.

Є дні, коли діти не можуть виконувати свою роботу (вони ночували у друга/подруги або ходили в похід). Однак, як на справжній роботі, вони можуть завчасно попросити «відгул». Неправильно буде прийти вранці до батьків і сказати: «Вибачте, я не зможу сьогодні посидіти з молодшими, тому що вчора я був на вечірці і не виспався».

ходити вчасно, бути ввічливими, як би себе не почували, і бути впевненими, що їхні обов'язки виконані.

Об'єднайте привілеї і відповідальність

Багато дітей впевнені, що сам факт їхнього існування дає їм якісь привілеї, а батьки повинні їм служити.

Одна сім'я мала такий ритуал: щороку дитині давали не лише новий привілей, але й новий обов'язок, один впливав з іншого. Діти могли вибирати ці нові права і обов'язки, але батьки дуже серйозно ставилися до зміни їхнього «статусу».

Приклад 1: ваша донька кілька років просила завести кішку. Вона згодна сидіти з братом раз на тиждень, – що ж, дозвольте їй завести кошеня за умови, що вона сама буде піклуватися про нього, інакше кошеня віддадуть в чужі руки. Так привілей мати вихованця пов'язується з паралельним обов'язком сидіти з молодшим братом.

Батьки повинні передбачати певні наслідки дій дітей і рятувати становище, коли діти роблять помилки. Один з кращих шляхів навчити відповідальності – показати наслідки нехтування зобов'язаннями. Наприклад, якщо за якийсь порушення на підлітка накладено штраф і дитина сама може його виплатити, батьки не повинні брати виплату на себе.

Приклад 2: сина попросили по дорозі зі школи купити пакет молока, а він забув. Не потрібно бігти в магазин, – матері потрібно приготувати вечерю без молока, а на ранок дитина поїсть вівсяні пластівці всухом'ятку.

Приклад 3: донька кілька разів пізно виходила з дому і спізнювалася на шкільний автобус, незважаючи на те, що мати намагалася поквипити її.

Кожного разу мати сама відвозила її, всю дорогу читаючи їй лекцію про пунктуальність. Однак донька швидше б змінила свою поведінку, якщо б декілька разів прогулялася до школи пішки. Якщо це небезпечно, мати може відвезти дочку в школу пізніше, коли закінчить деякі справи. Дочці буде соромно приїжджати в школу, коли уроки вже почалися, і ця ситуація дасть їй шанс виправити помилки. Такі уроки легко засвоюються.

Приклад 4: настала черга сина готувати вечерю, але дитина загралася в футбол і пізно прийшла додому.

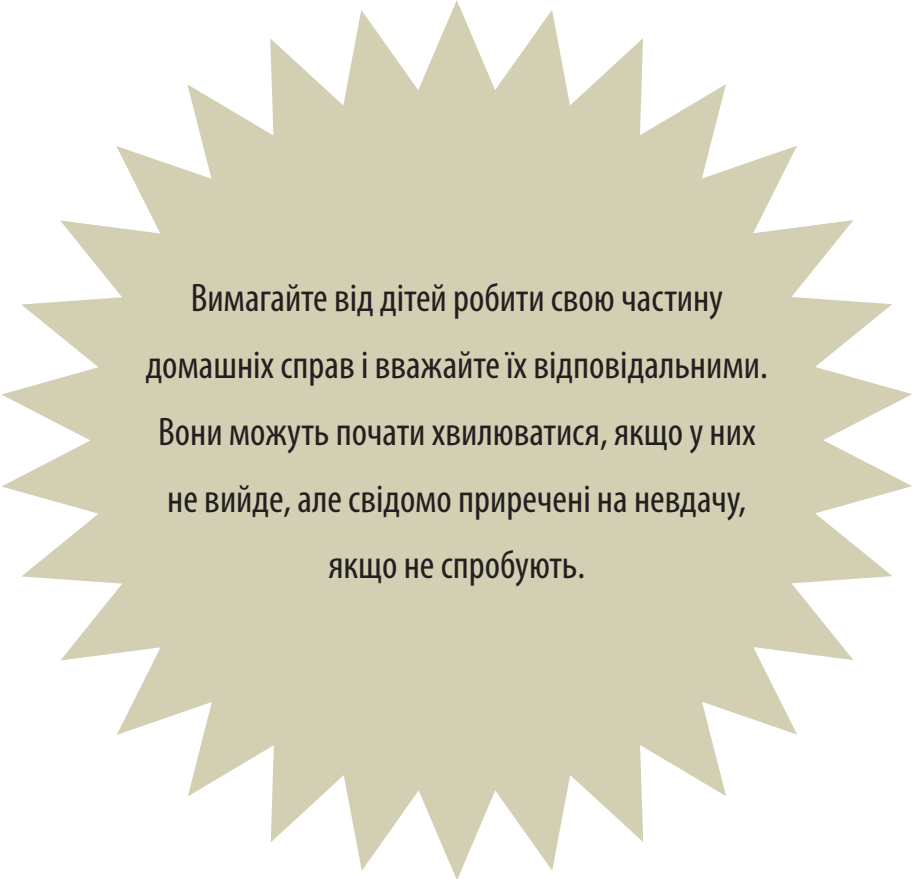
Замість того, щоб кричати на нього і самій почати готувати вечерю, матір може сказати: «Вечеря повинна бути на столі». Винуватець може зварити яйця, зробити нашвидкуруч бутерброди з сиром або ж спробувати помінятися чергою з тим, хто повинен готувати вечерю завтра. У даній ситуації важливішою є не вечеря, а мотивація серйозно ставитися до своїх обов'язків по відношенню до сім'ї.

Деякі діти мають звичку звинувачувати у своїх помилках інших людей і обставини. Дорослі можуть згадати про власний досвід, який напевно засмучував їхніх власних батьків, які очікували від своїх дітей більшого.

Коран звертає увагу на дії та наслідки:

*Хто зробив добра на вагу порошинки — побачить його!
Хто зробив зла на вагу порошинки — побачить його! (99:7-8)*

Відповідальність і надійність – базові принципи, яким ми повинні навчити дітей. У наступному розділі ми поговоримо про концепцію незалежності, яку важливо впроваджувати разом з навчанням відповідальності.



Вимагайте від дітей робити свою частину домашніх справ і вважайте їх відповідальними. Вони можуть почати хвилюватися, якщо у них не вийде, але свідомо приречені на невдачу, якщо не спробують.

Завдання



ЗАВДАННЯ 56: БОГ БАЧИТЬ ВСЕ.

Нехай діти прочитають і прокоментують ці історії:

- 1) В ідальні літнього табору над тацею з фруктами був напис: «Беріть по одному яблуку, Бог все бачить». В кінці черги роздачі лежали печива без підпису. Один з дітей написав: «Беріть скільки хочете, тому що Бог зайнятий – Він стежить за яблуками» (пастор Піт Мартін на прийомі з нагоди Рамадану в МПД, жовтень 2007).
- 2) Коли халіф Омар ібн аль-Хаттаб побачив, що торговець дуриє покупців, він звелів наглядачеві оголосити: «Хто дуриє інших – той не є одним з нас. Додавати воду в молоко перед продажем – протизаконне діяння».

Після цього в будинку в Медині відбулася наступна розмова:

Мати: Донько моя, встань і додай воду в молоко, щоб ми заробили більше грошей.

Донька (ввічливо): Ти хіба не знаєш, що наглядач Омара сказав сьогодні – не можна додавати воду в молоко.

Мати: Роби що я говорю, – ані Омар, ані його наглядач нас не бачать.

Донька: Як я можу слухатися повелителя прилюдно і порушувати його заборони, коли мене ніхто не бачить? Омар і його наглядач не бачать, але Бог Омара бачить нас завжди!

ЗАВДАННЯ 57: УРОК ПРО НЕЩАСНІ ВИПАДКИ ТА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ.

Дайте відповідь на наступні питання і подумайте над коментарями: Ваш 12-річний син грає в футбол на задньому дворі, вдаряє по м'ячу і розбиває сусідське вікно.

Ви:

- 1) Телефонуйте сусідам, говорите, що оплатите вікно, і караєте сина.
- 2) Скажете синові, щоб він пішов і пояснив, що випадково розбив вікно і заплатити за нього. Ви платите за вікно і віднімаєте цю суму з його кишенькових грошей.
- 3) Говорите синові, щоб він пішов і зізнався, що випадково розбив вікно і що заплатить зі своїх заощаджень (якщо вони є) або заробить гроші, щоб вставити скло.

КОМЕНТАР: Це ідеальна ситуація, щоб навчити сина брати відповідальність за свої дії без пересердя та покарання. Якщо ви дієте за першим варіантом, дитина не навчиться нічому, окрім того, що батьки виручать його в скрутну хвилину. Навіщо карати його? Це випадковість.

Варіант 2 – хороший перший крок, який навчає визнавати провину і просити вибачення.

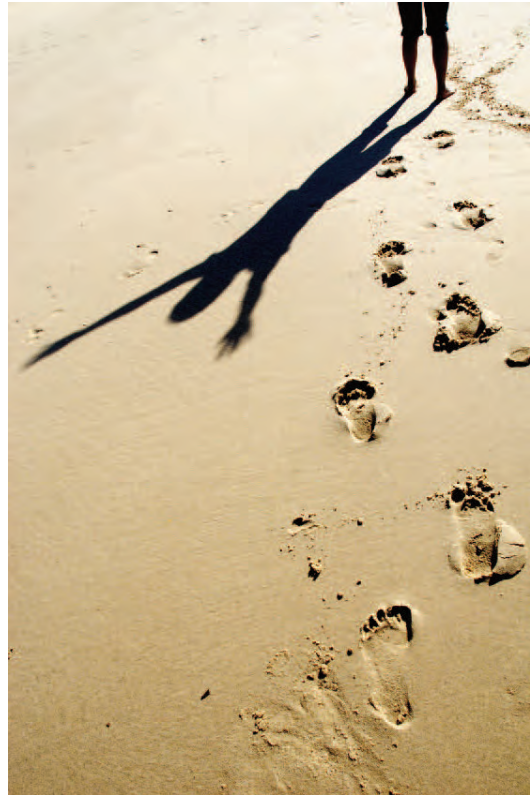
Варіант 3 змушує дитину повністю взяти на себе відповідальність за те, що трапилося.

Навчання незалежності

Американські батьки скаржаться, що діти чекають від них занадто багато і занадто довго. Суспільство не впоралося із завданням підготовки дітей до незалежності.

МИ БАЧИМО жахливу іронію: батьки хочуть, щоб їхні діти були щасливими, але виховують їх так, що вони неминуче накликають на себе нещастя. Батьки вкладають у своїх нащадків дедалі більше фінансових і емоційних ресурсів, вони щирі у своїй віддачі, намагаються реалізувати в дітях власні амбіції. Сучасні діти не вчать-ся бути незалежними – від них цього і не очікують. «Супербатьків» можна виділити за двома принциповими пунктами: по тому, що вони роблять для дітей, і по тому, що вони їм дають [для подальшого життя окремо від батьків]. Одні роблять все, що можуть, щоб у дітей були всі переваги: за порадою фахівців організують простір дитячих кімнат і фарбують стіни в «стимулюючі» кольори, купують безліч освітніх іграшок, оплачують курси масажу, записують малюків в секції гімнастики, возять на прогресивні дошкільні заняття і заохочують їх грати у футбол з 4-х років. Вони жертвують часом, дружбою і власними інтересами – а іноді навіть і статевим життям; вони дозволяють дітям перебивати себе і використовують для навчання будь-який відповідний момент; вони користуються кожною можливістю підвищити самооцінку дітей.

Представники середнього класу придумують програми дитячих свят, перетворюючи своїх дітей на принців і принцес, продовжують дарувати їм подарунки і виконувати кожне бажання, навіть коли діти стають відверто розбещеними; вони не хочуть позбавляти дітей хоч чогось. На жаль, це шлях до біди: оберігаючи дітей від будь-яких ризиків, не дозволяючи їм



навіть пробувати бути самостійними, ми позбавляємо їх головного.

Багато батьків у США самі виховувалися по-іншому. Тоді діти проводили час виключно з однолітками. Мати могла сказати: «Не відволікай мене, якщо тільки не поранишся до крові». Спорт був повсякденним заняттям після школи, а не частиною програми вихідного дня, і батьки не завжди приходили на матч шкільної команди. Виховання було справою шкільних вчителів.

Батьки якось не особливо хвилювалися, чи щасливі їхні діти, – їх більше турбувало власне щастя.

Вчити дітей незалежності не означає відривати їх від батьків.
Кожен член сім'ї повинен бути і самостійним, і зберігати зв'язок з нею.

Коли нинішні батьки були дітьми, в США сім'ї були більшими, будинки – меншими, а соціальних служб, мабуть, і зовсім не було. Багато старшокласників та учнів коледжів змушені були підробляти, щоб забезпечити власні потреби. Вони отримували машини не за гарне навчання, а тільки коли могли самі за них заплатити. І батьки, і діти припускали, що закінчивши навчання, молоді люди знайдуть роботу і стануть самостійними. Це передбачало повну незалежність.

Сучасні батьки, здається, занадто багато думають про те, щоб діти відчували себе добре, і забувають навчити їх необхідним для життя навичкам. Завдання формування гідної людини, яка дбає не тільки про себе, перестає бути пріоритетним. Діти, яким дають занадто багато, починають занадто любити себе і занадто мало дбають про інших. Примхливі діти стають поганими сусідами по кімнаті і ще гіршими у подружньому житті; з роками у них з'являється лише більше запитів і бажань – і батьки не можуть їм відмовити, або ж, кажучи «ні», все одно поступаються. Вони хочуть, щоб їхні діти були щасливі за будь-яку ціну і вважають, що чим більше віддадуть, тим діти будуть щасливішими. Результат – безвідповідальні та залежні молоді люди і жахливо ображені батьки. Вони хворі і втомилися, і не знають, що з цим робити.

Цей феномен, звичайно, більш справедливий для багатих сімей, в яких діти вбачають у батьках тільки джерело грошей. Однак і багато представників середнього класу, які звикли заощаджувати гроші і

жити скромно, надають значну підтримку своїм донькам і синам. Такі діти виростають повністю залежними розтратниками батьківських заощаджень.

Нерідко батьківська «допомога» – в приготуванні уроків, написанні твору, фінансовому забезпеченні, – настільки значна, що межа між самостійними успіхами і «спільною роботою» стирається. Безумовно, батьківська, у міру можливостей, допомога є важливою і необхідною, але навіть у випадку хвороби дорослих нащадків неправильно віддавати їм занадто багато на шкоду собі і ставитися до дорослих дітей як до малюків. Іноді діти настільки залежні від чужої думки, що можуть витратити багато часу, вирішуючи, «Що вдягнути?», «Чи погоджуватися на цю роботу?», «Чи одружуватися з цією дівчиною?». Ті, кому віддавали занадто багато, нерідко дорікають батьків за надмірну опіку, але рідко від неї відмовляються.



Розвиток самостійності та впевненості
Не повна залежність і страх приймати рішення



ДЕЯКІ МАТЕРІ ХОЧУТЬ ЗАХИСТИТИ СВОЇХ ДІТЕЙ ВІД УСЬОГО, ЩО МОЖЕ ЗАСМУТИТИ АБО ПОРАНИТИ ЇХ.

ЦЕ НЕМОЖЛИВО.

Міф

СПРАВА НЕМОВЛЯТ, ЯКІ ВЕРЕЩАТЬ

На думку психолога Джефрі Сімпсона: «Якщо ви не захищені у віці до одного року, ви більш схильні відчувати негативні емоції у ваших стосунках з нинішнім партнером, коли вам 21» (The Washington Post, 2007). Сімпсон і його колеги уважно відстежували 78 осіб протягом чверті століття... За словами Сімпсона, дослідження показало, що діти, які відчувають себе в безпеці, звертаються до своїх батьків, коли вони засмучені: «Дитина вчиться: «Я можу розраховувати на своїх батьків, вони заспокоять мене».

Вони вчаться звертатися до інших. Тоді як незахищені діти дізнаються, що їхні батьки або відкидають їх, або що їхні

батьки ними нехтують. Або: «Я повинен протестувати, щоб привернути увагу. Якщо діти не впевнені в собі у віці до одного року, вони можуть вирости слабкими і залежними...». Малюки, які плачуть, які звертаються до матері за підтримкою, повинні її отримати. Одного разу заспокоєні, вони відкривають цей світ. Романтичні партнери також стають взаємозалежними, якщо отримують відгук на свої емоційні потреби. Людям набагато простіше брати на себе ризики і приймати складності, коли вони знають, що хтось може їм допомогти або заспокоїти їх, якщо щось йде не так. Більш захищені індивіди можуть вільно звернутися за підтримкою до інших.

Люди, які досить впевнені в собі, щоб просити про допомогу,
і отримують її, по-справжньому незалежні.

Переваги віку

Діти вважають себе дієздатними і незалежними, якщо дорослі вчать їх бути такими. Діти вчаться самостійності, коли батьки дають їм любов і підтримку, надихають на відкриття та прояви цікавості, прищеплюють навички, надають право робити вибір.

Ентузіазм дитячих відкриттів показує, що вони цінують ці дії.

«Я можу зробити сам!»



Турбота про себе допомагає розвивати незалежність. Спроби немовлят підняти ручку, перевернутися, сісти, – це важливий крок до незалежності. Любов, ніжність і виховання допоможуть їм досягти мети.

Коли діти починають самостійно пересуватися, пріоритетом в будинку стає безпечно середовище. Сповнені цікавості ходунки мають слабкі уявлення про влас-



ну безпеку. Можна надихнути їхню незалежність, якщо надавати їм розумний вибір.

Дайте ходункам уявлення про різноманітність, дайте можливість вибрати

іграшку, книжку, сопочку. Згодом малюки зможуть робити більше – заохочуйте ходунків прибирати за собою речі та іграшки, допомагати накривати на стіл, складати рушники, посильно допомагати в приготуванні їжі: це дасть їм відчуття потреби і самостійності.

Коли діти досягають шкільного віку, з'являється безліч можливостей для розвитку незалежності. Спілкування з друзями, шкільні проекти, ігри – це все частини їх щоденного вибору.

Навички прийняття фінансових рішень розвиваються, якщо привчати дитину самостійно користуватися грошима (наприклад, виділяти певну суму кишенькових грошей на тиждень або залучи-

ти до обговорення сімейного бюджету). Важливо поважати думку і вибір дітей. Демонструючи дітям, як багато завдань вони можуть виконати за допомогою свого ентузіазму, батьки допомагають їм розвинути контроль над їхнім світом і підготувати до незалежного життя.

Дайте ходунку знайти власний шлях

Діти хочуть все спробувати самі. Не так-то просто впоратися з роздратуванням, коли дитина спочатку наполягає на тому, щоб все «зробити самому», а через хвилину ходить за вами хвостом і не відстає ні на крок. Наступні пункти допоможуть вам зрозуміти бажання ходунків:

Зробіть все можливе, щоб прищепити дітям почуття безпеки, даючи їм багато любові та уваги.

- виклик і непослух (відмова погодитися з дорослим) – необхідна частина прояву прагнення ходунка до незалежності;
- намагатися виконати всі бажання ходунка нереально. Якщо вони хочуть прилипнути до батьків, – нехай так і буде. Якщо вони хочуть зробити щось самі, батькам залишається тільки погодитися і надати їм цю можливість;
- якщо дитина наполягає на своєму, слід відволікти її увагу. Альтернативний варіант – дати дитині зробити вибір і запропонувати їй невеликий контроль над ситуацією;

- уникайте наказів і ультиматумів – вони народжують боротьбу сил і нескінченні битви з ходунками. Вчити, лідируючи, – більш продуктивно. Діти, здається, відкидають всі способи контролю батьків, хочуть самі одягатися і їсти. Хоча така поведінка дратує батьків, вона є цілком нормальною.

Відділення: як впоратися з зайвою залежністю

Батьки – головні люди для дитини. Тому маленькі діти бояться розлучення з батьками і уникають незнайомих. Вони провели попередні рік або два, не розлучаючись з батьками, і для них виглядає логічним не випускати батьків з уваги! Розлучатися складно і дітям, і дорослим.



- Батьки повинні докладати всіх зусиль, щоб створити відчуття безпеки, обіймаючи дітей, граючись з ними. Формування почуття захищеності вимагає терпіння, і його потрібно створювати, поки дитина не відчує, що готова стати незалежною.
- Коли необхідно залишити ходунка без батьків, розлука не повинна бути довгою, особливо вперше. Більш того, потрібно дати дитині достатньо часу, щоб дізнатися про нову людину – доглядальницю, вихователя.
- Важливо «підстрахувати» дитину: навіть така коротка розлука, як похід в ясла на кілька ранкових годин, може стати для чутливого ходунка болючою. Батькам потрібно завчасно поговорити з дітьми про прийдешні зміни і пояснити, що вони будуть поруч, скоро повернуться і все буде як і раніше. Не варто поспішати з передачею повноважень.
- Батьки не повинні просто тихо йти, коли дитина відвернеться. Хоча прощання можуть бути важкими, діти менше хвилюються, якщо батьки не зникають раптом. Важливо бути веселими, бо ваш стрес викличе тривогу і у дитини.
- «Причепливий ходунок» – той, який слідує за батьками всюди, навіть під час щоденних справ вдома або під час походу в магазин. Батькам потрібно намагатися поводитися як завжди.

Може виявитися не просто готувати обід або продовжувати говорити з кимось, коли дитина приклеєна до батька або матері, однак незабаром дитина знайде собі інше заняття.

Батькам природно відчувати смуток, коли дитина переходить на наступну стадію.

Підлітки – реальність

Про маленьких дітей потрібно дбати, захищаючи їх часом в авторитарній манері, тому що у них немає досвіду і знань.

Іноді батьки не можуть до ладу пояснити, чому діти повинні поводитися саме так, – вони просто змушені жорстко налягати на слухняності.

З підлітками все по-іншому. Замість того, щоб командувати, батьки повинні стати дипломатами і шукати компроміси.

Підлітки повинні навчитися, як вижити самим: вони скоро покинуть будинок і будуть обходитися без мами і тата. Обов'язок батьків – не «чіплятися» до дітей, яких вони, можливо, розпестили, але навчити їх покладатися на себе. Дорослі повинні послабити вудила і бути готовими їх зовсім відпустити. Підліткам потрібно вчитися бути менш залежними від батьків. Важко, коли це призводить до конфліктів між поколіннями.

Підлітки стають ледачими, якщо мати перетворюється на домашню служницю: вони взагалі не вчаться покладатися на себе, а чекають, що все життя хтось буде робити все за них і для них. Для матері, яка взяла на себе роль служниці, важко усвідомити, що, незважаючи на її добрі наміри, її дитина, швидше за все, відчуває образу і роздратування по відношенню до неї, а не очікувані любов і вдячність. Почуття неприйняття в таких дітей вже зміцніло, – їх же виховали, переконуючи, що вони вільні робити все, що хочуть. Якщо межі власних можливостей підліткам не зрозумілі і вони не впевнені, що їм дозволено, а що – ні, вони можуть почати намагатися намацати ці межі, перетинаючи їх, – така вже людська природа.

Деякі батьки прагнуть жорстко контролювати кожну ситуацію.



Це провокує конфлікт з молоддю, яка ще тільки вчиться незалежності. Батьківський обов'язок – допомогти підліткам почати самим контролювати своє життя і поступитися їм частиною батьківського контролю. Коли дорослі обговорюють якісь питання зі своїми друзями, вони апріорно визнають, що їхні думки можуть не збігатися; ось і стосовно дітей потрібно визнати, що у них може бути власна думка, відмінна від батьківської. Батьки повинні дати дітям право бути іншими: вони не можуть контролювати розум підлітків, але можуть надихнути їх змінити свою точку зору. Реакція на дітей – це проблема батьків, а не дітей.

Безумовно, є низка небезпек, де «навчання на власних помилках» може ко-

штувати дуже дорого: СНІД, наркотики, насилля. «Що сталося з моєю дитиною?» і «Чому б тобі просто не вирости!» – буденні висловлювання деяких батьків. Дорослішання – це час, коли і діти, і батьки змінюють стосунки, і в наших силах змінювати їх на краще. Коли батьки пропонують дітям допомогу і заспокоюють їх, це запам'ятовується і заслуговує на подяку.

Багато батьків розуміють, що повинні менше підказувати дітям алгоритми їхніх дій.

Дорослі повинні зрозуміти, що діти захочуть перетворити їх на своїх «менеджерів», – потрібно постаратися натомість обмежитися «посадою консультанта, який допомагає порадою та досвідом, але не втручається у процес прийняття рішення». Спроби встановити тотальний

Деякі татусі не можуть змиритися з думкою, що їхні доньки виростуть і почнуть жити самостійно. Вони занадто опікали доньок, тому ті не навчилися приймати відповідальні рішення – не можуть отримати водійські права, заповнити документи на страхування машини, відкрити рахунок в банку... Батьки не повинні дозволяти подібного. Вони можуть надавати дочці деяку самостійність, поки та ще дитина. Ночівля в будинку друзів або тиждень в літньому таборі – гарний початок.

контроль призведуть до нескінченних виснажливих битв.

Хоча всім відомо, що підлітки часто просять батьків дати їм спокій, багато хто з них, подорослішавши, визнає, що почувався спокійніше, знаючи, що батьки все одно таємно доглядають за ним.

Наприклад, хоча Хіменес ріс в поганому районі, батьки попереджали його про наслідки вступу в будь-яку банду: «Я знав, що батьки турбуються про мене, тому мені не потрібна була система сім'ї, прийнята в мафії. Батьки навчили мене мислити незалежно і не слідувати сліпо за іншими людьми».

Віра в дітей + допомога батьків = самостійність, відповідальність.

Вплив стилю виховання: авторитет проти сили

Ми вже говорили про те, що виховання, засноване на авторитеті батьків, породжує впевненість у собі, а засноване на силовому впливі – веде до залежності від батьків. Хоча і дорослим іноді буває складно прийняти рішення, для деяких це стає серйозною проблемою, що отрує життя. Ухвалення рішення, – куди піти повечеряти, що купити, в яку секцію віддати дитину, – перетворюється на цілу подію. Декому простіше покластися на рішення інших, ніж приймати свої власні.

У дітей, яких виховували із застосуванням сили, зазвичай зривають два страхи.

Перший – побоювання зазнати невдачі. Складнощі вибору в дорослому віці часто виростають з дитинства, коли хтось постійно приймав рішення за дитину: її хотіли захистити від будь-якого ризику або невдачі, або ж було простіше прийняти якісь рішення без її участі. Діти, яких виховували згідно з «силовою» моделлю, кажуть: «Навіщо вибирати, якщо це зроблять замість мене?». Вони ростуть менш здатними приймати рішення і думати; до того ж, остерігаються будь-яких невдач, вони позбавлені почуття задоволення від вдало прийнятих рішень.

Другий страх – страх відмови. Діти, що ростуть в залежності, часто пов'язані з силовим впливом, постійно потребують батьківського схвалення, внаслідок чого їхня самооцінка знижується.

Люди з низькою впевненістю в собі будуть все життя прагнути чийогось схвалення. Їхня позиція така: «Якщо невірне рішення може призвести до осуду і засудження, краще вже я нічого не буду робити». Батьки, орієнтовані на «авторитетну» модель, вчать дітей сміливо зустрічати невдачі і негативну думку; вони налаштовують дітей на необхідність усвідомленого ризику, необхідного для прийняття рішень. Заохочуючи впевненість в собі, батьки дають дітям можливість вчитися і досягати успіху, даючи їм і шанс програти. Фраза: «Покажи мені успіх, і я покажу тобі провал», – значить, що багато успіхів виходять з невдач. Діти навчаються на цих невдачах, аналізуючи, де вони припустилися помилки, вирішуючи, чого саме слід уникати наступного разу, і будуть повторювати свої спроби.

Підлітки, яким вистачає реальної відповідальності й автономії у своєму житті, рідше шукатимуть її небезпечними шляхами.



Підлітки, у яких достатньо відповідальності і самостійності, навряд чи стануть нерозважливо ризикувати.

Встановіть певні норми, але не плутайте гнучкість і мінливість.

Сталість породжує безпеку, передбачуваність і причинно-наслідкові зв'язки, – це необхідні умови для виховання. Важливо бути гнучким, але при цьому постійним, і вміти, у випадку необхідності, проявляти твердість.

Гнучкість – це ознака «авторитетного» виховання, вона виявляється в т.ч. в чесній переоцінці власних рішень на основі нової інформації. Настанови, встановлені авторитетними батьками, іноді змінюються, але тільки якщо існує гідна причина.

Жорсткість – це відмова змінити ситуацію, навіть коли нові обставини дають цьому шанс. Послання, яке отримують діти від батьків, орієнтованих на «силову модель»: «Тому що я так сказав», «Тому що я – твій батько», або «Роби, як я кажу» (без будь-якої додаткової аргументації). Згодом діти можуть з почуття протиріччя зневажати будь-які батьківські вимо-

ги, вчиняти наперекір, не замислюючись про користь і результат. Оскільки вони не навчилися долати невдачі та відмови, їхня поведінка призводить до безлічі помилок, з якими вони не здатні впоратися. Вони неминуче приходять до зривів, самознищення і низької самооцінки.

Інший сумний результат заснованого на силовому впливі виховання: деякі діти реагують протилежно описаному вище, стають слабовільним дорослими, які дозволяють іншим керувати собою. Результат – шлюби, в яких одна людина, маючи потребу в постійному контролі й домінуванні, шукає іншу, яка також хоче контролю і домінування. Це призводить до страшних відносин, заснованих на безвиході та розпачі.

Дитина батьків, які застосовували метод сили, ризикує мати проблеми з майбутнім партнером в шлюбі: вона може бути занадто нервовою, надмірно схильною сперечатися!



Навички для зміцнення самостійності

Такі питання, як банди, наркотики або секс пов'язані з реальною небезпекою і мають тривалі наслідки.

Ці небезпеки іноді можуть спровокувати батьків, щоб стати диктаторами замість консультантів. Проте обговорювати такі питання зі своїми дітьми і довіряти їм дуже важливо (Фабер і Мазліш, 1982). 20-річна Ліза, яка виросла в Каліфорнії, вказує, що їй подобається, коли батьки відкрито говорять з нею про наркотики і секс. Стривожені тим, що діти пробують все нове, вони досить повно і серйозно застерегли її від цього. Ті з її шкільних друзів, чий батьки не заводили розмови про наркотики та алкоголь, за-

вжди пили за спиною батьків. Надихати дітей приймати власні рішення мудріше, ніж вирішувати все за них, і не важливо, наскільки великий досвід батька і матері: підлітки, у яких вистачає справжньої відповідальності і самостійності, не спокусаються цими ризикованими речами.

Коли людям демонструють їхню залежність, вони почуваються безпорадними, безглуздими, знедоленими та розгніваними. Це створює дилему для батьків. З одного боку, діти повністю залежні, тому що недосвідчені; так багато ми повинні для них зробити, показати і розповісти; з іншого боку, їхня залежність може призвести до ворожості. На щастя, можливості надихати самостійність дітей з'являються щодня.



Ось тільки деякі навички, які допоможуть дітям поклатися на себе (Фабер і Мазліш, 1982):

- Коли батьки вислуховують розповіді дітей про їхні переживання, діляться з ними своїми думками або вирішують проблеми гуртом, вони посилюють впевненість дітей у собі. Одна мати сказала: «Я до цього часу пам'ятаю, як бабуся із захопленням говорила про сусідку: «Вона чудова мати. Вона все робить для дитини!». Багато людей виростили з розумінням того, що хороша мати повинна зробити для дитини все. Але вони думали і про себе. Зайвий контроль закінчується суперечками через дрібниці, суперечками про бажання і конфліктами.
- Батьки повинні поступово передавати дітям частину своїх обов'язків, інакше діти візьмуть їх самі. Коли дорослі відчувають, що починають втягуватися в процес боротьби за права в будинку, вони повинні запитати себе: «Чи є

у мене вибір? Можливо мені потрібно зупинитися? Чи можу я доручити це дитині?». Хороша звичка для батьків – часто запитувати себе:

- Що я кажу або роблю, що тримає дитину в залежності від мене? Уникайте говорити або робити ці речі!
- Що я міг сказати або зробити, щоб заохотити автономію моєї дитини? Будемо говорити і робити всі ці речі!

Захищати дітей від будь-яких прикрощів також означає захищати їх від надій, прагнень, мрій і досягнень.

Одна мати розповіла: «Я пам'ятаю почуття задоволення від того, що я весь час була потрібна своїм трьом синам. Тому я відчувала змішані почуття, коли вранці їх почав чудово будити дзигар і коли я припинила читати їм на ніч, тому що вони самі навчилися читати.

Саме мої суперечливі емоції допомогли мені усвідомити розповідь виховательки в дитячому садку про те, як молоду матір довго переконували, що з її сином буде все гаразд, навіть якщо вона не буде присутня на заняттях. Через п'ять хвилин після її відходу дитина попросила відвести її в туалет. Вихователька запропонувала їй сходити самій, але дитина пробубоніла нещасним голосом: «Я не можу без мами. Вона завжди аплодує мені, коли я закінчу...». Вихователька сказала: «Ти можеш піти в туалет і полплекати собі самостійно». Дитина розгубилася, але вона проводила її до туалету і почекала зовні. Через хвилину вона почула оплески.

Того ж самого дня мати зателефонувала виховательці і розповіла, що її дитина вдома заявила: «Мамо, я можу плескати самостійно. Ти мені більше не потрібна в туалеті!». «Ви не повірите, – здивувалася вихователька, – мати сказала, що жахливо засмучена цим».

НАДАВАЙТЕ ДІТЯМ ПРАВО РОБИТИ ВИБІР

Запитайте дитину, налити йому повну склянку молока або лише половину, або який тост вона хоче – зі світлого або темного хліба. Для неї важливий кожен маленький вибір – це можливість контролювати своє життя. Вона може стати впертою і неслухняною, якщо їй не давати робити вибір.

Вона постійно чує команди:

«Ти повинна випити пігулку»,
 «Не стукай по столу»,
 «Іди негайно в ліжку».

Якщо ми можемо запропонувати їй альтернативу, цього може бути достатньо, щоб вона стала слухняною: «Мені відомо, що пігулки гіркі. Може, тобі запити їх яблучним або апельсиновим соком?», «Стукіт по столу дуже дратує мене. Ти можеш перестати стукати і залишитися, або піти до себе в кімнату і постукати там. Вирішуй сама». «Зараз прийшов час для розмов мами і тата, а для тебе час

Людина, яку найскладніше переконати, що пора відпочити – це дитина, якій пора йти лягати спати

(Брун, 1994).

бути в ліжку. Ти хочеш заснути зараз або погратися в ліжку і покликати нас, коли закінчиш?».

Вибір батьків, нав'язаний дитині, – це відсутність її власного вибору і просто спосіб контролювати дитину. Одна з альтернатив – запропонувати дитині знайти варіант, який влаштує всіх. Один батько сказав: «Дружина і я збиралися перетнути вулицю з Хені, якому три, і з малюком в колясці. Хені ненавидить, коли його тримають за руку, і часто виривається посеред вулиці. Перш ніж перейти дорогу, я запропонував: «Хені, ти можеш взяти за руку мене або маму. Або у тебе є інші пропозиції?». Поміркувавши, він сказав: «Я буду триматися за коляску». Нас його вибір цілком задовольнив».

ВИСЛОВЛЮЙТЕ ПОВАГУ ДО ДИТЯЧИХ ЗУСИЛЬ

Коли дітям кажуть: «Це просто», – це не завжди допомагає. Якщо вони досягли успіху в чомусь легкому, вони відчувають, що домоглися небагато чого, але якщо у них це не вийшло, то тим більше прикро, що вони не впоралися з легким завданням.

Однак, якщо їм замість цього кажуть: «Ну спробуй, хоча це зовсім не просто», або «Ууу, це явно важкувато», – стимул зовсім інший: якщо вони впораються, то будуть горді, що зробили щось складне; якщо не вийде, то і образи не буде.

Дехто вважає, що батьки вчиняють нечесно, кажучи малюкові: «Це важко». Однак якщо вони подивляться на завдання очима дитини, у якої немає досвіду, то зрозуміють, що коли дитина робить щось вперше, це і справді важко. Але уникайте говорити: «Це може бути складно для тебе», – дитина може подумати: «Чому саме для мене, а не для когось іншого?».

Для деяких батьків нестерпно просто стояти і дивитися, як дитина з чимось бо-

лісно справляється сама. І все ж замість того, щоб робити щось за дитину, краще дати корисну пораду: «Якщо ти акуратно вставиш кінці блискавки в самому низу в пази, перш ніж тягнути вгору, це зможе допомогти».

Або: «Якщо замок не відкривається, іноді потрібно знову повернути ключ, щоб його закрити до кінця, і відкривати знову». Фраза «іноді допомагає» дуже корисна, тому що якщо і цього разу «не допоможе», то дитина звільняється від почуття, що проблема не в блискавці або в замку, а в ній самій.

НЕ СТАВТЕ ЗАНАДТО БАГАТО ЗАПИТАНЬ

«Куди ти ходив? ... На вулицю», «Що ти там робив? ... Нічого». Діти виробляють захисну тактику, щоб не відповідати на запитання, до яких вони не готові, на які, з якихось причин, не хочуть відповідати або які їм просто не цікаві. Це не означає, що батьки ніколи не повинні ставити запитання, – просто важливо бути чуйним до можливої відповіді.

Одне зі звичайних запитань, які можуть страшно дратувати, таке: «Тобі сьогодні було весело?» Це нерозумна вимога. Вони не тільки ходили в школу, на гру, в магазин, але від них ще хочуть, щоб вони розважалися! А якщо не вийшло розважитися, то їм потрібно детально пояснювати батькам, чому саме, або ж брехати.



НЕ ПОСПІШАЙТЕ ВІДПОВІДАТИ НА ЗАПИТАННЯ

Підростаючи, дитина задає фантастичну кількість запитань: «Що таке веселка?», «Чому дитина не може потрапити назад туди, звідки вийшла?», «Навіщо потрібно йти в коледж?». Батьки відчувають себе як на допиті і намагаються придумати найбільш прийнятні відповіді. Адже зазвичай діти вже трохи розмірковували над відповіддю: вони хочуть просто розвинути свої думки. У дорослого завжди є можливість запропонувати правильну відповідь пізніше, якщо це все ще буде актуально. Давати миттєву відповідь – не вирішення проблеми: це означає, що батьки вирішують завдання за дітей. Краще повернути дітям запитання для подальшого дослідження: «Ти думав про це. Що ти вирішив?». Ви можете похвалити запитання: «Ти поставив важливе питання, яке філософи ставили століттями».

Не повинно бути поспіху, процес пізнання важливий сам по собі.

НАДИХАЙТЕ ДІТЕЙ ВИКОРИСТОВУВАТИ ДЖЕРЕЛА ПОЗА ДОМОМ

Один зі шляхів зменшити почуття залежності дитини від сім'ї – показати, що за її межами знаходиться широкий світ з великими інформаційними ресурсами, які потрібно досліджувати. Світ – не місце однаків, там є допомога, коли вона потрібна.

Крім безумовних плюсів для дітей, це знімає з батьків цілодобову відповідальність. Вихователька може делікатно обговорити питання харчування з дитиною, якій загрожує ожиріння; продавець взуття може розповісти, що постійне носіння кедів деформує ступні; бібліотекар може допомогти молодшим школярам впоратися з дослідницьким проектом, а дантист

продемонструє, що буває з зубами, які не чистять або якими їдять занадто багато цукерок. Всі ці зовнішні ресурси можуть замінити повчання матері і батька.

НЕ ЗАБИРАЙТЕ НАДІЮ

Велика частина життєвих задоволень полягає в мріях, фантазіях, очікуванні і плануванні. Захищаючи дитину від будь-якого смутку, батьки можуть позбавити її важливого і приємного досвіду.

Підказки для батьків

Дайте їм володіти власним тілом.

Батькам потрібно утриматися від звички постійно розчісувати волосся дитини, розправляти їй плечі, заправляти сорочки або поправляти комір.

Діти сприймають це як втручання в особистий простір.

НЕ ГОВОРІТЬ ПРО ДІТЕЙ В ЇХНІЙ ПРИСУТНОСТІ

Батькам потрібно поставити себе на місце дитини, яка стоїть поряд з матір'ю, що говорить подрузі: «У першому класі у нього були проблеми з читанням, але зараз все набагато краще». Або: «Не звертайте уваги, він трохи сором'язливий».

Коли діти чують, як їх обговорюють, вони в розпачі. Про них говорять як про неживі об'єкти або власність.

ДАВАЙТЕ ДІТЯМ ВІДПОВІДАТИ ЗА СЕБЕ

Знову і знову батькові в присутності дитини ставиться запитання: «Він любить свого братика?», «Чому він не грається з іграшкою?». Справжній спосіб виявити повагу до дитячої самостійності – відповісти: «Запитайте її саму, вона скаже вам, вона знає».

ВИСЛОВЛЮЙТЕ ПОВАГУ ДО МОЖЛИВОЇ «ГОТОВНОСТІ» ДИТИНИ

Іноді дитина хоче зробити щось, проте не готова до цього емоційно або фізично. Наприклад: донька хоче скористатися не горщиком, а туалетом, як «велика дівчинка», але ще не може; син хоче купатися в річці, як старший брат, але боїться води; дитина хоче припинити смоктати свій палець, але коли втомлюється, це здається таким приємним... Замість того, щоб примушувати або соромити, батьки можуть висловити свою впевненість в дітях позитивним способом: «Скоро ти точно зможеш користуватися туалетом, як мама і тато»; «Пограй поки біля води, коли захочеш – зайдеш у воду»; «Коли вирішиш, то не будеш смоктати палець».

СТЕЖТЕ, КОЛИ «НІ» СТАЄ ЗАНАДТО БАГАТО

Буде багато випадків, коли батькам доведеться відмовити дитячим бажанням.

Але деякі діти сприймають «ні» як пряме посягання на свою самостійність: кричать, прозиваються, ламають іграшки або замикаються в собі. Вони можуть заволати: «Чому ні? Я хочу! Ти бридкий! Я ненавиджу тебе!». Це нестерпно навіть для самого терплячого дорослого. Чи повинні батьки здатися і на все говорити «так»? Звичайно, що ні. На щастя, є деякі корисні альтернативні варіанти, які дозволяють батькам бути твердими, але не вступати в конфронтацію: наприклад, зробити дім безпечним для дитячих істерик чи переключити їхню увагу на щось інше, не кажучи «ні».

КОНСУЛЬТУЙТЕСЯ З ДИТИНОЮ

Багато батьків не обговорюють з дітьми те, що безпосередньо стосується саме дітей. Якщо ви висловлюєте намір нагородити

дитину вечерею поза домом за успішно складений іспит, надайте їй право обрати ресторан, – це її свято, а не ваше. Якщо ви хочете купити малюковій іграшку або настільну гру, – спробуйте випитати, що саме принесе йому задоволення, інакше ви купите іграшку на свій смак, а не на смак дитини; в результаті батьки грають в обрану гру, а дитина нудьгує.

Важливо, щоб діти були залучені в батьківські плани. Якщо з дітьми поведуться як з партнерами, це допоможе поліпшити відносини з обох боків.

НАВЧАЙТЕ ДІТЕЙ ВІДПОВІДАЛЬНОЇ НЕЗАЛЕЖНОСТІ

Незалежність, про яку тут йдеться, має бути відповідальною, заснованою на цінностях і правильно спрямованою. Батьків закликають прищеплювати чесноту і самостійність так, щоб їхні діти самі могли зробити правильний вибір і були готові до всіх викликів життя.

Омар ібн аль-Хаттаб говорив:

«Грайтеся з дитиною перші сім років, вчіть й дисциплінують наступні сім, і зробіть своїм компаньйоном ще на сім років. Потім нехай вона буде вільною».

Називати [окремі риси характеру] чеснотами окремо від всього характеру – те ж саме, що витягти скелет з живого тіла... Моральні підвалини стосуються всього характеру, весь характер ідентифікує людину у всіх її образах і проявах. Зростити чесноту – не означає виділити кілька особливостей; це значить все, чим людина може стати через спілкування з іншими і у всіх життєвих ситуаціях.

Джон Девей



Поради чи самостійність?

Якщо батькам говорять, що давати поради – значить зазіхати на самостійність дітей, багато з них засмучуються, думаючи, що «тепер це зайшло надто далеко». Вони не розуміють, чому не можуть ділитися своїм батьківським досвідом і мудрістю.

ПРИКЛАД 1.

«Чому моя дитина не може отримати благодаті моєї поради, коли у неї проблеми? Донька не була певна, що хоче йти на випускний вечір до своєї подруги, тому що їй не подобалися деякі дівчатка, – вони завжди шепочуться або прозиваються. Що поганого в тому, щоб сказати їй, що вона все одно повинна йти, адже інакше вона образить подругу?».

Коли батьки швидко дають раду, дитина може відчувати себе нерозумною («Чому я сам не подумав про це?»), та відразу її відкинути («Не вчіть мене жити!») або дратуватися («Невже ти гадаєш, що я не в змозі подумати про це?»). Коли діти самі вирішують, що їм робити, вони ростуть у впевненості та беруть на себе відповідальність.

«Що ж мені, – нічого не робити, якщо у дитини проблеми? Кілька разів я казала їй: «Це твоя проблема – розбирайся сама», – і вона була дуже засмучена». Діти відчувають себе пораненими і скривдженими, якщо батьки ігнорують їхні проблеми. Однак між крайнощами ігнорування і поради є багато того, що можуть зробити батьки, наприклад:

- батьки можуть допомогти дитині розібратися в заплутаних думках і почуттях: «З того, що ти сказала, випливає, що у тебе два аргументи: ти хочеш піти на свято, але не хочеш спілкуватися з дівчатками, які тобі не подобаються».
- Вони можуть спростити проблему: «Іншими словами, питання таке: як мені потрапити на свято, але уникнути контакту з дівчатками?». Після цього батькам потрібно помовчати та дозволити дитині прийняти рішення.
- Вкажіть на ресурси, доступні для дитини за межами будинку: «Наша бібліотека якраз отримала книжки про те, як підліткам справлятися з різними соціальними проблемами. Тобі може бути цікаво подивитися, що вони пропонують».

«Я подумала і знайшла рішення, до якого моя донька явно не дійде. Сказати їй про це?». Так, але після того, як вона поміркує сама. Швидше за все, донька буде здатна вислухати і оцінити батьківську ідею, особливо якщо ця ідея буде запропонована в формі, яка не зазіхає на самостійність підлітка, наприклад: «Як ти поглянеш на те, щоб принести на свято запис нового гумористичного шоу? Дівчата будуть занадто зайняті переглядом, щоб дратувати тебе».

Починайте пропозиції зі слів: «А як ти поглянеш на...», або «Може, ти розглянеш...». Поради, які здаються нам такими чуйними, можуть не сприйматися в такій якості дітьми. «Наприклад, я впевнена, що вона піде на свято. Чи повинна я промовчати і не лізти зі своїми порадами?». Після того, як дитина вивчить проблему, буде корисно почути думки батьків: «Я б не стала жертвувати святом тільки через

якихось дівчаток. Думаю, важливо піти і не засмучувати подругу, навіть якщо доведеться вислухати декілька безглузких дошкульностей».

Молоді люди повинні знати цінності своїх батьків. Навіть якщо вони не будуть слідувати пораді, батьки дадуть їм поживу для роздумів і запам'ятовування.

ПРИКЛАД 2.

Одна матір сказала: «Я весь час боролася з донькою через одяг. Тепер я дозволяю їй поза школою надягати що завгодно, а в шкільні дні кладу два комплекти одягу на її ліжко, і вона вибирає». Плюс шкільної форми в тому, що немає вибору – а значить, і суперечок про те, що носити!

ПРИКЛАД 3.

Мати Семі: «Я нарешті поклала край щоденним сваркам з сином про те, що йому надягати – светр або куртку. Я сказала: «Семі, я думаю, що більше не буду говорити тобі, що надягати, вирішуй сам. Давай поговоримо і розробимо план – який одяг в яку погоду можна носити». Ми разом намалювали таблицю:

ТЕМПЕРАТУРА	НАЛЕЖНИЙ ОДЯГ
• 20 градусів за Цельсієм та вище:	Без светра
• 10-20 градусів за Цельсієм:	Светр
• Нижче 9 градусів за Цельсієм:	Куртка

Ми купили великий термометр і повісили на дерево. Тепер він звіряється з його показаннями і жодні поради і суперечки не потрібні. Відчуваю себе генієм».

ПРИКЛАД 4.

Муна запитала: «Чому ми нікуди не їздимо під час канікул, наприклад на Бермуди або до Флориди?». Я почала було відповідати, але зупинила себе. Муна пройшлася по кухні і сказала: «Я знаю, знаю... Це занадто дорого. Але можемо ми хоча б піти в зоопарк?».

**Ви примушуєте доньку носити хустку?**

Батьки не змушували мене що-небудь робити. Я не пам'ятаю випадку, щоб батьки не дали мені вибору. Коли я почала покривати голову, мати не говорила мені: «Ти повинна, тому що це – вимога твоєї релігії». Вона просто пояснила, чому ми носимо хустки, і що це не завжди може бути зручно, і що це не пов'язано з погодою, як светр і джинси. «Ні, ти можеш надіти легкі штани, які будуть продуватися вітром, і легку кофту на гудзиках. Якщо друзі запитують, чому ти носиш хустку, ти можеш сказати, що ТИ віриш в це, а не тому, що це релігія чи тебе примусили батьки». Коли я пояснювала, чому завжди покриваю голову, деякі люди дійсно говорили мені: «І я хочу таку».

Мені було дуже добре з батьками. Але це не означає, що я не можу жити без них. Завжди виникають ситуації, після яких я починаю поважати їх сильніше. Я люблю свою сім'ю і щаслива, що можу розповісти їй абсолютно все. У нас з сестрою сильний зв'язок. Але найкраще те, що хоча в нашій родині Аміра старша, а я – молодша, на ділі ми рівні.

НОХА БЕШИР (БЕШИР ТА РІДА, 1998)

Якщо батькам не подобаються друзі дітей

Батьки хочуть, щоб їхні діти були чемні, чесні, охайні, щоб вони не палили і не вживали наркотики. Батьки прагнуть захистити дітей і одночасно надихнути на самостійність.

Багато відносин, які змушують батьків турбуватися, закінчуються швидко: часто діти самі розуміють, що товариш, яким вони спочатку так захоплювалися, не такий, яким здавався. Дозволити такій небажаній дружбі тривати – краще, ніж тиснути і намагатися її зруйнувати. Дуже важливо зрозуміти, яким потребам вашої

дитини відповідають дані відносини: запитуйте дітей, що їм подобається саме в цьому товариші.

Дітям потрібно вчитися спілкуватися з різними людьми. Іноді дружба може лякати і навіть бути небезпечною, коли діти втягнуті в спілкування з однолітками, чия поведінка є агресивною та асоціальною.

Батьки повинні намагатися припинити відносини своїх дітей з тими, чия поведінка виходить за рамки соціальних норм.

Батьківська віра, підтримка і терпіння допоможуть дітям поліпшити їхні соціальні зв'язки. Дітям потрібна допомога, щоб сходитися з людьми, почуватися добре і бути відповідальними за свої дії.



Допомагайте приймати рішення

Батьки можуть навчити самостійності наступними кроками:

- Давати дітям можливість приймати рішення (обирати, куди сім'ї піти, розподіляти хатню роботу);
- Показати дітям, як зважувати власні можливості, отримати потрібну інформацію і передбачити можливі результати рішень (наприклад, який одяг вдягти);
- Вчити дітей, що їхні рішення мають наслідки для них і для інших. Візьміть приклад паління: підлітки можуть палити, тому що, як їм здається, вони виглядають старшими, і не думають про наслідки: жовті зуби, неприємний запах, підвищений ризик раку і серцевих захворювань. Культивування тютюну руйнівна: ця рослина позбавляє землю поживних речовин; окрім того, земля, зайнята під вирощування тютюну, могла б використовуватися для виробництва їжі та одягу;

- Дітям потрібно пояснювати, що не ухвалювати рішення, коли це потрібно, може бути так само погано, як зробити невірний вибір;
- Батьки повинні погоджуватися з дитячими рішеннями, коли це можливо. Жодне рішення не є ідеальним, і батьки повинні підтримувати здатність дітей приймати рішення і вдосконалюватися в цьому;
- Потрібно пам'ятати, що дитячі рішення можуть відповідати їхнім смакам і потребам і не збігатися з рішеннями дорослих;
- Потрібні межі і правила для прийняття рішень. Батьки повинні пояснити, що якісь рішення в певних ситуаціях є неприйнятними;
- Дайте дитині достатню кількість часу, щоб приймати рішення. Швидкість прийняття рішення обернено пропорційна віку дитини.



Кроки до прийняття рішень

Здатність приймати рішення зміцнює впевненість у собі. Діти, яким надано певний контроль над власним життям, готуються покладатися на себе, бути відповідальними, і здатні стати щасливішими дорослими. Незалежні діти можуть пройти через наступні кроки:

- вирішити, що потрібно прийняти рішення;
- зібрати інформацію, яка потрібна для прийняття рішень;
- з'ясувати альтернативи рішення;
- подумати над можливими результатами вибору;
- вирішити, чи поєднується вибір з особистими цінностями і цілями;
- розпізнати невірні причини (тиск однолітків, бажання показати зрілість, бунтарські настрої) для вибору;
- втілити рішення у життя.

Завдання



ЗАВДАННЯ 58: «КОЕФІЦІЄНТ ДОМІНУВАННЯ» БАТЬКІВ

Спробуйте поставити дитині в присутності батьків 10 простих запитань на будь-яку тему. Поспостерігайте, чи відповідає дитина самостійно або ж один з батьків підстрибує і відповідає від її імені. Кількість запитань – як раз для того, щоб визначити «коефіцієнт домінування» батьків. Подивіться, наскільки занепокоєними і напруженими стають батьки, коли дитина намагається відповісти на складне запитання.

Батьки повинні трансформувати себе з домінуючого «менеджера» в «помічника-консультанта», щоб дати дітям достатньо самостійності.

ЗАВДАННЯ 59: ПОЯСНІТЬ ДІТЯМ ЦІННОСТІ ВАШОЇ СІМ'Ї

Помилково примушувати дитину дотримуватися визначеної нами кар'єри і ставати поліпшеною копією нас самих. Дайте їм чистий символ віри ('акида), систему цінностей і той погляд на життя, який їм потрібен. Також поділіться з ними цінностями любові до людей, тварин, рослин і навколишнього середовища.

Сучасні діти дивують батьків безліччю творчих шляхів для досягнення цілей і завдань. Обговоріть вашу сім'ю і запитайте дітей, як вони будуть втілювати ці цінності в життя.

ЗАВДАННЯ 60: ВИ ПІДТРИМУЮЧИЙ ЧИ НАСТИРЛИВИЙ БАТЬКО?

Ми починаємо доросле життя одинаками, потім вступаємо в шлюб і заводимо дітей; через два десятиліття діти залишають гніздо і їдуть в коледж.

Матері майбутніх генерала Мак-Артура і президента Рузвельта переїхали ближче до них, коли ті пішли в коледж. У них не було стільникових телефонів і електронних пошт, щоб 24 години на добу 7 днів на тиждень стежити за своїми синами.

Багато батьків стверджують, що поважають кордони дітей і не втручаються в їхнє життя. Нижче наведено кілька запитань, на які можуть відповісти батьки, щоб дізнатися про свою справжню поведінку:

- Як часто ви спілкувалися дітьми, коли вони навчалися в коледжі? Щодня, раз на тиждень або на місяць?
- Ви контактували з викладачами вашої дитини?

- Ви допомагали дитині впоратися з навчальними завданнями, якщо їй було складно їх виконувати?
- Відвідуючи дітей, ви допомагали їм по дому (прибирали кімнату, прали, виносили сміття)?
- Якщо у дитини виникали проблеми з сусідом по кімнаті в гуртожитку, ви втручалися?

Обговоріть відповіді з сім'єю. Ось кілька порад, як спілкуватися з дитиною, яка живе поза домом:

- Нехай дитина дзвонить сама. Це вчить впевненості в собі.
- Навчальні завдання повинні бути виконані самими студентами.
- Ваш студент – дорослий, здатний піклуватися про свої потреби, і він сам повинен робити домашні справи.

(Kantrowitz і Tyre, 2006)

Сприяння творчості

ТВОРЧИСТЬ – це спосіб самовираження. Діти відчувають величезне задоволення, коли висловлюють себе відкрито, не побоюючись осуду. Здатність створювати щось оригінальне – важлива частина індивідуальності. Експерименти з різними видами мистецтва можуть зробити істотний внесок в розвиток дитячої творчості. Творчі діти можуть висловлювати свої почуття і справлятися з ними в процесі розвитку таланту. Творча дитина буде пробувати нові шляхи мислення і вирішення проблем.

Ми можемо охарактеризувати творчу особистість як людину цікаву, яка любить виклики, оптиміста, здатного реагувати на критику, володіє уявою. Творчі люди бачать проблеми як можливості, продумують різні варіанти вирішення завдань,

легко не здаються і продовжують діяти. Багато людей програють тільки тому, що витрачають на вирішення проблеми, яка потребує 10-хвилинної роботи, 9 хвилин і здаються за крок від перемоги.

Дітям для вирішення кожного завдання і виконання роботи потрібен певний час, – якщо вони чимось захоплено зайняті, не варто їх відволікати. Їм потрібне місце, де вони можуть залишити незакінчену роботу, щоб пізніше завершити її, і їм потрібен простір, який надихає їхню креативність, – з природним освітленням, гармонійними кольорами, зручним стіль-

цем, столом відповідної висоти і можливістю бачити результати своєї роботи.

Батьки повинні приймати помилки, надихати на спроби і сприяти розвитку унікальності своєї дитини. Доведеться змиритися з тим, що творчий процес супроводжується гучними звуками, деякою кількістю сміття, хаосом, – і не потрібно протиставляти йому жорсткий контроль.

Батьки мають величезний вплив на творчий розвиток дитини.

Проникливість і вміння вирішувати проблеми можуть бути розвинені з оригінальністю і задоволенням. Для маленьких дітей процес «діяння» важливіший,

ніж результат. Не наклеюйте на дії дитини ярлики виходячи зі свого розуміння: «Це було весело» або «Ти важко попрацював над цим», станьте на сторону дитини і подумайте, як вона це сприйняла.

Коментуйте, як оригінально і відмінно вона впоралася із завданням. Багато

дітей тому і бояться залучатися до творчої діяльності, що від них чекають якогось певного «результату»: дитина, яка починає малювати, будувати модель або розучувати пісні для того, щоб, наприклад, взяти участь у виставці або виступити на концерті, відразу втрачає частину ентузіазму.

Дозволяйте та цінують творче застосування звичайних домашніх предметів, – каструль, квіткових горщиків, диванних подушок. Давайте дошкільнятам художні матеріали якомога раніше. Малюки, у яких є можливість зазирнути в ящик з ху-



дожніми приладдям під столом на кухні, можуть бути більш творчо розвинені, ніж діти, яким потрібно чекати, коли хтось високий дістане їм фломастери з верхньої полиці.

Не дозволяйте домашнім правилам ускладнювати вирішення творчих завдань і перетворювати будь-яку спробу саморозкриття на проблему. Спонтанність – запорука «ходункового мистецтва». Коли дитина підросте, ви зможете очікувати від неї більшої акуратності.

Безумовно, кожна дитина, захоплюючись творчим процесом, повинна пам'ятати про правила безпеки і дотримуватися прав інших (наприклад, бажаючих відпочити в тиші після робочого дня). Без виправданих меж відкриття і оригінальність перетворяться на хаос.

Енергія, витрачена на дотримання порядку, береться з дитячих відкриттів. Але надмірно контрольована дитина жертвує своїм творчим імпульсом заради похвали, і якщо вона відчуває, що її «значущість» заснована лише на чистоті і порядку, у неї залишиться мало енергії і хоробрості для



самовираження. Творчість руйнується, якщо «будь пильним і витри це», – звичайний відгук на будь-який прояв інтересу до чого-небудь. Те ж саме стосується і діяльності, яка сприяє цікавості і любові до відкриттів. Вона також пригнічується надмірним контролем.

Поради для творчого розвитку

- Адаптуйтеся до дитячих ідей, а не намагайтеся, щоб їхні ідеї адаптувалися до вас. Приймайте незвичайні задуми і обговорюйте їх.
- Використовуйте творчий підхід для вирішення повсякденних проблем. Дозвольте дітям робити помилки і експериментувати без страху помилитися.
- Дайте дітям час, щоб відкрити всі можливості.
- Заохочуйте експерименти з незвичайними об'єктами. Слухайте дитячі питання і коментарі. Коментуйте дитячі зауваження, повторюйте почуте від них, і ставте додаткові навідні запитання про те, якими є їхні висновки і відчуття.
- Намагайтеся створити для дитини надихаюче середовище. Давайте їй різні матеріали, інструменти, книги та ігри, і можливості експериментувати зі всім цим.
- Розповідайте дітям про різноманітність культур, наук, точок зору і способів мислення. Покажіть їм, що є різні способи вирішення одних і тих самих за-

вдань. Надихайте дітей здобувати новий досвід в межах їхніх можливостей. Відвідайте дитячі музеї.

- Діліться власними художніми, науковими та творчими проектами з дітьми. Участь в проекті, який захопив вас, надихне і ваших дітей.
- Надихайте дітей завершувати розпочаті проекти, надихайте кожен їхній крок і допомагайте їм розуміти власну силу і слабкість.



- Терпляче ставтеся до «цікавинок». Давайте дітям зрозуміти, що не завжди важливо отримати однозначну правильну відповідь: іноді набагато цікавіше знайти нестандартний спосіб вирішення завдання.
- Підтримуйте дитячу уяву. Для творчості потрібні чудові, дикі і дивні думки. Мозковий штурм надихне на оригінальні та цікаві ідеї.
- Підтверджуйте, що помилки не лише можна вибачити, але їх можна й вітати. Провал – не завжди біда, він – привід для освіти і шлях до успіху. Один керівник наставляв нового менеджера: «Переконайся, що зробиш необхідну кількість помилок».
- Чи знаходите ви хороше в поганому? Творчі мислителі, коли стикаються з невдалим рішенням, запитують: «Що в цьому хорошого?». Щось корисне є і у відкинутих ідеях.

Творчі учні: складність проти простоти.

Абітурієнт престижного інституту менеджменту проходив співбесіду перед вступом. Йому запропонували: «Ми поставимо вам 10 простих запитань або одне по-справжньому складне. Подумайте добре».

Хлопець сказав: «Одне складне». – «Що настає першим за чергою, – день чи ніч?». – «День, сер». – «Чому?», – запитав інтерв'юер. – «Вибачте, але ми домовлялися про одне запитання, а це вже друге».

Співбесіда було визнана успішно пройденою.

Технічні навички – це майстерність складності, а творчі – майстерність простоти!

Бачити хороше в поганому.

Як надихнути відстаючих вчитися краще? Одна з відповідей: «Бийте їх палицею!». Це не хороше рішення, хоча б вже тому, що воно є незаконним. Однак чи повинні ми його просто відкинути? Чому б не запитати себе: «Що в цьому хорошого?». Насправді у цього «педагогічного методу» можна знайти низку переваг: по-перше, це – індивідуальна робота з тими, хто не встигає; по-друге, він наочний і стимулює інших; по-третє, – не вимагає витрат.

Друге питання: «Чи можемо ми знайти інший метод впливу, який мав би такі самі переваги?». Ми легко віримо, що відкинуте рішення – однозначно погане. Насправді і в рішеннях, визнаних з якихось причин незадовільними, повинні знайтися якісь позитивні сторони, – легкість виконання, швидкість, дешевизна; в якихось інших умовах запропоноване рішення було б прийнятним. Іноді для того, щоб відкинутий варіант виявився прийнятним, досить виправити лише якийсь один параметр.

Відкинуті винаходи

1. Творчі люди шукають поліпшення. Перші заміники вершкового масла склалися з яловичого жиру, молока і води і не були ані здоровими, ані смачними, а тому не набули поширення. Коли на початку ХХ століття натуральне масло піднялося в ціні, харчова промисловість звернулася до рослинних жирів – так з'явився знайомий нам маргарин.
2. Не потрібно бути генієм, щоб бути творчим. Вчені, які працюють в космічній індустрії, виявилися нездатними створити ручку, якою можна було б писати в умовах невагомості. Було знайдено більш просте й дешеве рішення: використовувати для записів старий добрий олівець, функціональність якого не залежить від гравітації.
3. Одна проблема може виявитися вирішенням іншої проблеми.

Ціанакрилатний клей вимагав особливої акуратності, оскільки, опинившись на шкірі, легко приклеював пальці до поверхонь, які склеювалися. У побуті цей клей особливого поширення не набув, але в іншій ситуації його недолік став перевагою: під час війни у В'єтнамі препарати на основі такого клею використовувалися польовими хірургами для склеювання ран замість традиційних швів.

Хіміки, які розробляли клейкі речовини, відкинули одну зі сполук через її слабкість, – кому потрібен клей, що розривається легким рухом руки?

Однак саме ця сполука застосовується для стікерів, запатентованих в 1980 р. і використовуваних по всьому світу.



Пригнічуючи дитячу творчість

Це, мабуть, парадоксально, що ми надаємо таке значення творчості, але потім знищуємо її в дітях. Емебайл і Хеннесі (1992) визначили цих буденних «творчих вбивць», які в силі і сьогодні:

- Занадто багато нагляду: якщо ви весь час контролюєте дітей і змушуєте їх відчувати себе опікуваними, то інтерес пробувати щось нове, експериментувати і ризикувати швидко зникне;
 - Жорстка оцінка: коли ми постійно змушуємо дітей боятися критики, творча активність зменшується;
 - Занадто багато нагород: надмірне заохочення відбирає у дітей природне задоволення від творчості. Коли люди не чекають нагороди, вони більш творчі і більше насолоджуються процесом.
- Несподівана нагорода після закінчення проекту цінна, але не обов'язкова для творчості. Зайва зовнішня мотивація (гроші, привілеї) вбиває творчість;
- Екстремальне змагання: залучення дітей в нечесні змагання з іншими вбиває їхню мотивацію і творчість;



- Обмежений вибір: говорити дітям, чим їм зайнятися і не дозволяти їм слідувати власній цікавості і пристрасті – шляхи, що ведуть до руйнування творчості;
- Тиск: грандіозні очікування від занять ведуть до зменшення бажання творити.

Негатив, який блокує творчість

Є багато інших засобів стримання розвитку творчих здібностей.

Нижче наведені побутові фрази, які блокують дитячу творчість:

- «*Це неможливо*». Це як здаватися перед битвою: визнаючи, що завдання не вирішити, людина ще більше підсилює його «нерозв'язність». Уявіть, якби всі здавалися, ще не пробуючи: люди б ніколи не літали, хвороби не були б переможені, ракети ніколи б не пройшли через атмосферу. Краще керуватися принципом: «Складне ми робимо відразу, неможливе займе трохи більше часу».
- «*Тобі це не під силу*». Або: «Ти нічого не можеш зробити». Деякі люди думають: «Можливо, проблема може бути вирішена якимось експертом»; «Я не можу розв'язати цю проблему, тому що я не фахівець». На ділі більшість інновацій в індустрії йде від окремих особистостей, а не від груп дослідників. Позитивний настрій і хороші навички можуть вирішити будь-яку проблему. Ставлення до проблеми – це ключ до її вирішення. Можливо, ви не зможете вирішити її цілком, але можете, наприклад, розділити на якісь складові і впоратися з більшою їх частиною.
- «*Це по-дитячому*». У нашому прагненні здаватися зрілими і досвідченими ми схильні заперечувати простоту, наївність, несерйозність. Однак, якщо рішення проблеми збереже твій шлюб, просуне тебе по службі або врятує одного від суїциду, хіба тебе буде турбувати, чи оцінять оточуючі твій метод як «дитячий»? І до того ж – хіба гра не приносить радість?
- «*Що подумают люди?*». Суспільство закликає людину бути спокійною і перед-

бачуваною, – тобто, «нормальною». Але без відступу від якихось «норм» не було б парадоксальних рішень, важливих відкриттів, великих творів мистецтва.

- «*Ти можеш зазнати поразки*». Уявімо, що ви дали вашому остраху невдачі керувати прийняттям ризикованих рішень. У повній впевненості в успіху ви зробите тільки три проекти на рік. Рахунок успіхів і провалів буде 3:0. Тепер уявіть, що в наступному році ви не станете турбуватися про невдачі і спробуєте впоратися з 12 проектами. В половині випадків ви зазнаєте невдачі, і рахунок буде 6:6. Шість успіхів проти попередніх трьох! А тепер уявіть, чому вас можуть навчити 12 невдач!

Прогрес – заслуга тих, хто був досить сильним, щоб пережити, коли над ними сміялися. Помилки не смішні, але безумовно мають освітнє значення.



Томас Едісон в пошуку підходящої нитки для лампи розжарювання випробував близько двох тисяч матеріалів, в тому числі волоски з бороди свого друга. Після тисячної спроби його запитали, чи не розчарований він помилками. Він відповів: «Я придбав важливе знання: є тисяча рішень, які не працюють».

- Брати Райт, які побудували перший аероплан, були не інженерами-авіаторами, а механіками велосипедів.
- Кулькова ручка була винайдена коректором, а не інженером-механіком.
- Головні удосконалення в конструкції підводного човна зроблені англійським священиком Дж. У. Гарретом та ірландським учителем Джоном Холландом.
- Бавовночисник винайдений викладачем і повіреним Елі Уїтні.
- Вогнегасник створений військовим офіцером Джорджем Манбі.
- Кольорова фотоплівка «Кодак хром» винайдена двома музикантами.
- Процес безперервної виплавки був розроблений годинникарем, який експериментував з латунним литвом.
- Хіміки, що створюють мило, відмовилися від синтетичних очищувачів – але вони стали в нагоді хімікам при створенні фарб.



Шляхи розвитку творчого начала

ТВОРЧІ ЗАПИТАННЯ

Ставте дитині складні питання, для відповіді на які потрібно задіяти знання, логіку і просторове мислення:

- Яке завдання більш творче: спроектувати найбільш ефективну і ергономічну машину або побудувати храм, який передасть сутність віри в оригінальному ключі?
- Чи створює хтось нові ідеї або лише заново відкриває те, що вже було відкрито?
- Що складніше – починати творчий проект або закінчувати його? Чому?
- У чому принципова різниця між науковою і художньою творчістю?

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

- влаштуйте «день навпаки» – зламайте звичний ритм, приготуйте вечерю вранці;

- зробіть колаж, використавши копіювальний апарат або комп'ютер, щоб збільшити маленькі об'єкти;
- придумайте нову настільну гру: можна взяти вже наявну – доміно, нарди, – і ускладніть її, наприклад, використавши два ігрових набори;
- спробуйте приготувати їжу з новими для вас прянощами і спеціями, – нехай вони ведуть вас до кулінарних відкриттів;
- «подорожуйте» пошуковими системами Інтернету, відкриваючи не ті посилання, які були забиті в пошуку, а ті, що випадають під час першого запиту. Подивіться, які випадкові дивовижні сайти ви знайдете;
- придумайте модель навколишнього середовища, де ви хотіли б жити. Використовуйте лише підручні об'єкти і природні матеріали;
- складайте вірші, використовуючи випадкові слова.

РІЗНОМАНІТНІ ДОСЛІДИ

- Комбінуйте мультиетнічні, мультикультурні і мультирелігійні свята;
- Уявіть, що ви з іншої планети і досліджуєте Землю. Уявіть, що ви досліджуєте інші планети. Уява і уявлення сприяють творчості.

МОЗКОВИЙ ШТУРМ

- Дайте дитині шматок глини і попросіть її уявити, що вона (дитина) і є глина.
- Запропонуйте дитині уявити себе в іншому часі і місці; поцікавтеся, наприклад, як би вона готувала їжу без посуду та електрики.
- Складіть список запитань, на які, на вашу думку, не може бути відповіді.

ТВОРЧА ГРА

Нехай ваші діти використовують звичні матеріали незвичайним чином.

Втягуйтеся в спонтанні ігри, приміряючи на себе різні ролі.

Стимулюйте фізичний розвиток дитини, придумуючи вправи на сенсорне дослідження і моторику. У грі з повторенням одних і тих самих навичок діти починають справлятися з дуже складними завданнями. Граючи з кубиками, діти вирішують завдання, пов'язані з кількісними вимірами, рівністю, балансом, формою і просторовим мисленням. Театральні постановки припускають імітацію дій людей і допомагають експериментувати з соціальними ролями; в такій грі діти навчаються брати до уваги потреби інших і поважати різні цінності.

За допомогою гри діти здатні виражати себе і впоратися зі своїми почуттями. Гра допомагає зняти стрес і тиск, звільнитися від якихось батьківських обмежень.

Піклуючись про дітей, ми повинні уникати домінування в грі. Ігри повинні бути результатом дитячих ідей, а не направлятися дорослими. Ми повинні розвивати їхнє натхнення, а не наше.

Щоб удосконалювати певні навички, наприклад, читання і розуміння інших людей, ви можете поставити з дітьми п'єсу в «домашньому театрі»: кожному доведеться вивчити роль, зрозуміти характер свого персонажа і розкрити його, спробувати підібрати костюм... Попросіть дітей влаштувати для вас виставу.



ДИТЯЧЕ МИСТЕЦТВО

- *Дозвольте дітям займатися художньою творчістю, не обмежуючи їх якоюсь часом в розкладі дня.* Замість того, щоб дати дитині розмальовки або пропонувати перемалювати якусь картинку, надихайте використовувати власну уяву: увімкніть м'яку музику і попросіть дитину намалювати те, що вона чує.



- *Створіть оточення, яке збуджує всі почуття!* Дозвольте дітям відчути фактуру паперу, запах фарб, звук відточуваного олівця, подивитися, як змінюються кольори, якщо їх змішувати.
- *Надихайте на мимовільні відкриття.* Нехай базові матеріали для творчості, – олівці, фломастери, пластилін, кольоровий папір, пензлі та фарби, – будуть завжди наповні. Дозвольте дітям відкривати особливості різних матеріалів та інструментів і використовувати їх. Чи можна використовувати пальці як пензлі? Чи можна намалювати картину на бруді, використовуючи паличку? Зімітувати форму дерева? Пояснити, який за відчуттями багрянний колір? Промаршрувати кімнатою весело, сумно, смішно?
- *Утримуйтеся від критики.* Нам слід захищати дітей від критицизму і зневажливих суджень однолітків, дорослих і себе самих. Кожне творіння унікальне. Це важливо навіть в дошкільному віці. У мистецтві кожен – господар власної роботи і робить, як хоче. Діти стають нерішучими, якщо їхня робота оцінюється як негарна або недосконала.

«Непродуктивні» ідеї

Деякі риси, які розвиваються у творчо активних дітей, можуть здатися дивними і непродуктивними. Наведемо декілька прикладів:

- **Вільне мислення.** Коли творчі діти діляться своїми ідеями, вони можуть виглядати імпульсивними, плутаними, хаотичними;
- **Довірливість:** захоплені діти захоплюються дивними ідеями і не бачать їхніх зворотних боків, які відразу помітні батькам;
- **Гумор:** діти здатні знаходити кумедні сторони в ідеях, які здаються дорослим цілком серйозними. Ця здатність може бути інтерпретована як огидне висміювання;

«Дар фантазії значить для мене більше, аніж мій талант вбирати корисні знання».

Ейнштейн



- **Мрійливість:** діти з розвинуеною уявою вчаться за допомогою фантазій і вирішують безліч повсякденних завдань за допомогою ігор, уявлень, мрій. Але мрії – це дієва допомога розуму створювати нові поєднання, їхні прояви можуть виглядати як неуважність або забудькуватість;
- **Ізоляція:** творчість ґрунтується на простих неоформлених ідеях, і дітям для «дозрівання» ідей може знадобитися самотність;
- **Діяльність:** ідеї можуть приходити під час «байдиккування». Якщо ідея приходить, дитина зануриться в діяльність. Хороша практика – залишати олівці і папір в «стратегічно важливих» місцях, щоб дитина могла в будь-який момент фіксувати свої думки.
- **Довіряти:** дитина, яка відчуває, що її люблять і наділена довірою, виробляє в собі впевненість і сміливість творити. Надмірна концентрація на соціальних умовностях і гендерних стереотипах може знизити творчу активність;
- **Запалювати, надихати на експерименти і відкриття.** Слухайте свою дитину і не судіть її. Підтримуйте дітей, коли у них не виходить. Уникайте «порожньої нагороди»;
- **Давайте дітям матеріали, надавайте їм можливість створювати їхні власні твори.** Старі журнали, книги, газети, ігри, одяг і прикраси можуть бути використані для різних проєктів; наприклад, клаптики тканин підійдуть для пошиття строкатої ковдри або покривала;
- **Допомагайте дитині фіксувати їх ідеї.** Діти з раннього віку люблять малювати, – нехай висловлюють свої думки образами. Поки вони не почали писати, вони можуть диктувати власні ідеї дорослим або старшим. Пізніше ви можете надихнути дітей вести щоденник або журнал.

Що можуть зробити батьки?

- **Бути прикладом.** Заохочуйте свою власну цікавість, ентузіазм і «божевільні» ідеї. Тримайте себе відкритими для нового досвіду, діліться творчими інтересами і отримуйте задоволення від захоплень вашої дитини;

Замітка про іграшки

Замислюйтесь про користь іграшок, які купуєте дітям. Іграшки повинні надихати дитячу творчість і сприяти освіті.

Конструктори, кубики «Лего» стимулюють мислення. Гратися з ляльками і плюшевими ведмедиками – чудове заняття для дитини, у неї з'являється «партнер», вона може гратися з ляльками в «рольові ігри» типу дочки-матері і вихлюпувати на них своє роздратування.

При цьому зверніть увагу, що деякі популярні ляльки змішують гендерні ролі. Іграшки, які рекламують по телевізору і які дорого коштують, не завжди виявляються кращим вибором.

Купуйте дитячі набори, призначені для навчання шиттю, в'язанню, вишивці, роботі з деревом. Маленькі, але справжні інструменти – швейні, столярні, – прекрасна ідея, тільки покажіть дітям, як ними безпечно користуватися. Якщо у вас кілька дітей, намагайтеся купувати спільні іграшки (наприклад, настільні ігри), які дозволять дітям гратися разом.



Існують іграшки для дітей з різними можливостями і для дітей-аутистів, розроблені фахівцями саме для того, щоб допомагати вирішувати проблеми, з якими стикаються такі діти.



Завдання

**ЗАВДАННЯ 61: СІМЕЙНІ ВПРАВИ ДЛЯ РОЗВИТКУ ТВОРЧОСТІ**

1. **Використовуйте творчі ігри:** активні вправи на кшталт «слідуй за лідером» надихають дітей думати про свої рухи і відчувати задоволення від того, що інші повторюють за ними. Виконання завдань з простими природними матеріалами (дерев'яні кубики, пісок, глина, вода) допомагає дитині створювати різні форми.
2. **Використовуйте концепцію «розтягнутої історії»:** хтось починає розповідати історію, а інші продовжують її. Прочитавши якусь книжку, «програйте» її, використовуючи іграшки.
3. **Використовуйте різні підручні засоби як привід для нових ігор.** Наприклад, з'ївши печиво у формі звіра, дитина на пару хвилин «перетворюється» на цю тварину; можна разом з дитиною зобразити, як цей звір рухається і які звуки видає.
4. **Використовуйте рольові ігри:** такі симуляції перевтілень дозволяють дітям зрозуміти поведінку та почуття інших і змодельовати поведінку.
5. **Ставте дитині запитання, які потребують розгорнутої відповіді, а не просто вердикту «так/ні»,** – краще запитати: «Що було цікавого у тебе сьогодні?», замість: «У тебе був хороший день?».
6. **Запропонуйте використовувати органи чуттів:**
 - Попросіть дитину закрити очі і визначити, що саме – ластик, дерев'яний кубик, металеву гайку, – ви поклали в її руку;
 - Виконайте цю саму вправу з різними звуками: дзвоном монет, розриванням паперу, тасуванням колоди карт і т.д.
7. **Ставте запитання, що допускають відразу кілька правильних відповідей, наприклад:**
 - Що плаває на воді? (дерево, крижини, качки, кораблі...)
 - Що завжди залишається під водою? (риби, кити, субмарини...)
 - Якого кольору може бути вода?
8. **Запитайте «Що б сталося, якби...»:**
 - якби всі дерева були блакитними?
 - якби зникли всі машини?
 - якби всі носили однаковий одяг? Мали однакове ім'я?

- якби ти міг літати?
 - якби ніхто не прибирав у хаті?
 - якби всі були добрими чи поганими?
 - якби всі були хворими або здоровими?
9. **Запитайте:** «Скількома різними способами можна використовувати...» (ложку, кнопку, мотузку, закріпку для паперу).

ЗАВДАННЯ 62: ХАРАКТЕРИ, З ЯКИМИ ПОТРІБНО РАХУВАТИСЯ

Коли Пророку Мухаммаду було послане перше Одкровення, він був наляканий, але його дружина Хадіджа заспокоїла його і перерахувала варіанти дій, що приносять заспокоєння:

- підтримувати відносини з близькими родичами;
- допомагати слабким;
- давати милостиню;
- надавати гостям притулок і гостинність;
- підбадьорювати хворих.

Обговоріть з дітьми важливість кожного з цих пунктів. Придумайте разом історію, засновану саме на такій поведінці.

ЗАВДАННЯ 63: ПОЯСНЮВАТИ «ХИТРІ» ЗАПИТАННЯ

У компанії інших батьків обговоріть те, як слід відповідати на провокаційні питання дітей.

- «Хто створив Бога?», «Чому Бог карає людей за те, що ті в Нього не вірять?», «Чому стільки людей ніколи не отримують Божественного послання?», «Як ми зможемо вічно жити в Раю і не занудьгувати?».
- Як пояснити концепцію «вільної волі» і детермінізму так, щоб надихнути, з одного боку, на активне мислення, а з іншого, – на смиренне прийняття Божої Волі? Звідки ми прийшли? Якщо Бог може зробити так, щоб усі в Нього повірили, чому Він так не робить?

Це хитрі питання для дітей. Ми повинні їм пояснювати їх виходячи з їхнього віку і зрілості.

Змальовуючи наочно образ Раю, Пророк пояснив, що Рай настільки гарний і неповторний, що жоден розум не може уявити його. Це абсолютно нова система вічного існування, яку наші земні почуття не можуть осягнути.

ЗАВДАННЯ 64: ТВОРЧЕ РІШЕННЯ.

Дайте дітям прочитати наступну історію, потім подумайте разом над деякими проблемами, з якими стикається родина, та над їх вирішенням.

Коли головний виконавчий директор Американських авіаліній побачив охоронця, який стоїть без діла в будівлі аеропорту, він запропонував менеджерам зменшити витрати: виставляти охорону тільки на 3 ночі [на тиждень], але формувати графік змін таким чином, що злодії не знатимуть, коли будівля охороняється, а коли – ні. Така система дозволила заощадити кошти, але через рік було запропоновано замінити охоронця службовою собакою. Ще через рік було прийнято рішення використовувати собаку через раз. На четвертий рік директор запропонував: оскільки вся справа полягає саме в сприйнятті злодія, то чому б не дати собаці поголодувати, записати її голосний гавкіт на плівку і періодично програвати фонограму? Це спрацювало! Адміністрація будівлі заощадила гроші, не наймаючи охоронців (MSNBC, листопад 3, 2007).

Почуття власної гідності і розбещеність

Дітей потрібно підбадьорювати, коли вони приймають рішення і роблять помилки.

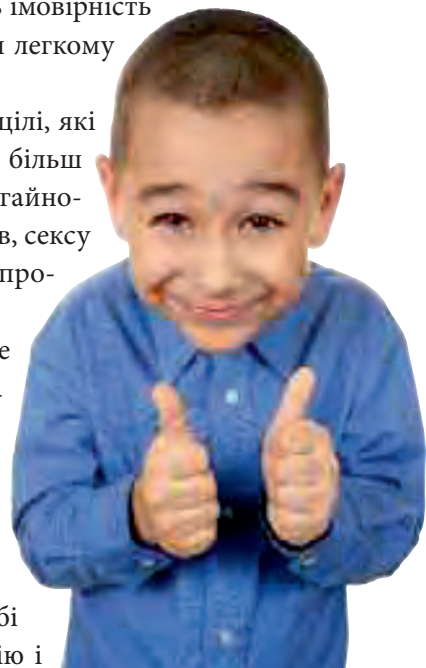
Помилки та невдачі – це частина життя, і важливо, щоб діти вчилися сприймати їх не як крах, а як досвід, завдяки якому можна навчитися. Не дозволяйте невдачам вбивати ентузіазм дитини: використовуйте їх, щоб, навпаки, надихнути. Є велика різниця між словами: «Як ти можеш бути таким дурним?», і: «Я ж знаю, що ти розумний і здібний!». Натхнення допомагає долати труднощі і вдосконалюватися. Діти, яким найближчі і цінні для них люди кажуть, що вони невдахи, стануть саме невдахами.

Думки на кшталт: «Я провалився, я ні на що не здатний», – зменшують насолоду дитини від життя, забирають емоційну енергію і підсилюють імовірність того, що в складній ситуації дитина віддасть перевагу більш легкому шляху.

Діти без впевненості в собі не витратять зусилля на цілі, які вважають явно недосяжними. Діти з низькою самооцінкою більш імпульсивні і менше турбуються про результат, схильні до негайного задоволення за допомогою, можливо, алкоголю, наркотиків, сексу і насилля. Кінцевий успіх після довгих зусиль, – наприклад, в протистоянні тиску однолітків, – викликає впевненість в собі.

Дітей потрібно вчити, що немає нічого, в чому б вони не могли досягти успіху, і що аналіз помилок – це прекрасна можливість навчитися чомусь новому. Будь-які зусилля – в т.ч. ті, які не призвели до негайного результату, – це привід пишатися собою. Щастя, яке слідує за успіхом, дає більше ймовірності, що дитина захоче і зможе повторити успіх.

Любов, сміливість, творчість, чесність і почуття відповідальності прямо або побічно створюють впевненість в собі і сприяють високій самооцінці, збільшують емоційну енергію і психологічні можливості дитини.



Саме ми вирішуємо, що склянка наполовину порожня або повна.
Вкладайте в дітей сміливість і впевненість за першої-ліпшої нагоди.
Якщо насіння посіяне, – воно проросте.

Як не виростити розбещених дітей

Діти повинні вчитися долати перешкоди, навчатися тому, як впоратися зі стресом. Вони повинні вміти приймати «ні» батьків, друзів, вчителів, сусідів. Навчайте дітей приймати відмови. Нижче позначені декілька шляхів, як не зіпсувати дитину.

НЕ НЕХТУЙТЕ ДИСЦИПЛІНОЮ

Деякі батьки схильні розпещувати дітей. Будь-який достаток, – чи то іграшок, ігор, грошей або шоколаду, – може зіпсувати дитину в дуже ранньому віці. Діти в сім'ях з достатком можуть вирости зіпсованими, бо у них було завжди багато всього. Батьки не повинні давати своїм дітям більше, ніж це доцільно. Наше завдання – підготувати їх до життєвих випробувань і розумних обмежень.

НІКОЛИ НЕ ЗАДОВОЛЬНЯЙТЕ ВСІ ЗАПИТИ

Батьки відчувають задоволення, виконуючи дитячі бажання, проте вони повинні все ж залишати деякі бажання невиконаними. Якщо виконувати всі вимоги, дитина може вирости і перетворитися на нарциса. Ці діти іноді стають непослідовними, різкими і легко впадають у відчай. Така людина може бути не в змозі витримати, наприклад, конкуренцію або відмову при прийомі на роботу, коли виросте. Вони більш схильні до депресії, ніж інші, і вони не можуть легко впоратися з розчаруваннями.

НЕ ПОРІВНЮЙТЕ

Батькам потрібно припиняти спроби дітей порівнювати свій стан зі станом інших дітей. Якщо дитина хоче нову іграшку тільки тому, що у сусіда є така сама, її бажанню слід покласти край.

УНИКАЙТЕ ПОТУРАННЯ

Щоб уникнути конфліктів, деякі батьки в усьому потурають дітям. Потурання має короткострокові вигоди, але довгострокові збитки і діти можуть втратити повагу до таких батьків. Дорослі повинні виявляти твердість і вміти говорити «ні» у відповідь на не завжди необхідні запити дітей. Ви не можете рости постійних утриманців і не зобов'язані перетворюватися на обслуговуючий персонал.

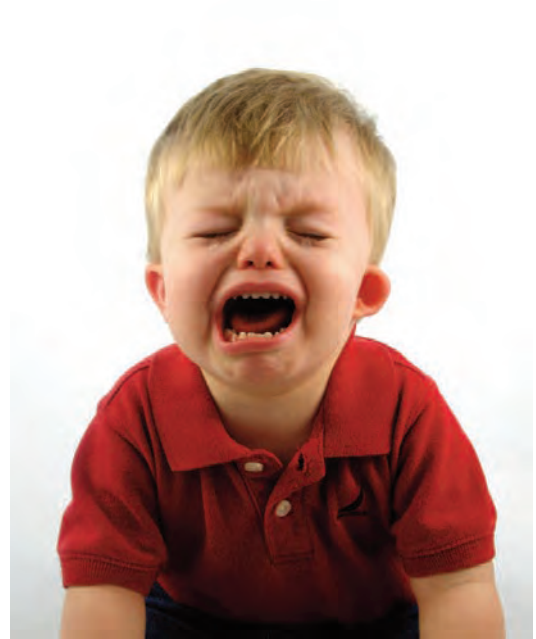
НЕ ПОСТУПАЙТЕСЯ ПОЧУТТЮ ПРОВИНИ

Деякі батьки, відчуваючи з різних приводів почуття провини, прагнуть порадувати дітей «спокутуванням». Наприклад, багато працюючих матерів приходять додому пізно і не мають часу допомогти дитині з домашньою роботою, але з радістю задовольняють її прохання дати морозива на сніданок. Дитина досить розумна, щоб зрозуміти справжню причину подібної «лояльності». Батьки повинні мати хоробрість відмовляти дитячим примхам.

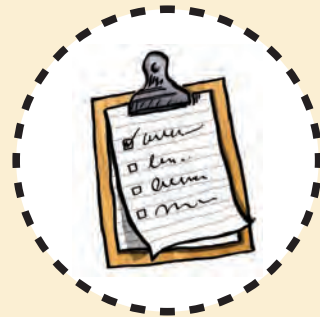
Дітей потрібно вчити приймати можливі відмови від батьків, друзів, вчителів і сусідів.

Не дозволяйте сльозам стати зброєю

Легко пояснити плач дитини якоюсь серйозною потребою – голодом, хворобою, страхом. У цьому випадку дитина справедливо вимагає батьківської уваги. Але є й інший тип – примхливий плач. Дитина побачила в магазині іграшку, вимагає її, падає на підлогу і починає голосно ревіти. Це не потреба, а випробування «меж міцності» батьків. Такий плач слід просто проігнорувати, інакше він перетвориться на звичку: крики ставатимуть дедалі голоснішими, поки засмучені батьки не здадуться, дитина засвоїть, що таким шляхом може контролювати батьків і наполягати на своєму. Не намагайтеся перекричати дітей, зберігайте незворушність і не здавайтеся. Коли примха закінчиться, дитина повинна зрозуміти, що обрана нею тактика не приносить бажаних результатів.



Завдання



ЗАВДАННЯ 65. ТЕСТ НА НАДІЙНІСТЬ

В одній і тій самій людині легко поєднуються різні риси характеру. Всі члени сім'ї повинні оцінити власну надійність, відповівши на питання:

- Чи виконую я свої обіцянки?
- Чи поважаю я старших?
- Чи відповідально я ставлюся до своїх обов'язків?
- Чи вчасно я повертаю борги?
- Чи завершую я роботу?
- Чи звершую я молитви вчасно?
- Чи пунктуальний я?

ЗАВДАННЯ 66: ЗАДОВОЛЕННЯ

Прочитайте історію і порівняйте запропоновану модель поведінки з власною практикою.

Посланець сказав:

«Будьте задоволені тим, що Бог приготував для вас, і ви будете найбагатшими з людей».

Один зі сподвижників завжди приходив на молитву в одному і тому ж драному халаті. Пророк зауважив, що після молитви той швидко йде, і запитав про нього; йому відповіли: «Він поспішив додому». Пророк послав за ним, той прийшов і Пророк запитав: «Чому ти так швидко йдеш додому після молитви?». Сподвижник відповів: «Тому що у нас з дружиною один халат на двох, і я поспішаю віддати їй халат, щоб вона могла встигнути помолитися, поки не минув час». Пророк віддав йому свою сорочку, і той щасливий приніс її дружині, яка його запитала: «Чия це сорочка?». Він відповів: «Пророка, він дав її нам». Вона запитала: «Ти скаржився на Бога перед Божим Посланцем?». Він відповів: «Я не скаржився на Бога! Перед Богом я тільки брав дар, тому сорочка Пророка буде моїм саваном в могилі!».

ИМАМ АЛЬ-ГАЗАЛІ «ІХІА' УЛУМ АД-ДІН»

ЗАВДАННЯ 67: АКТИВНА УЧАСТЬ

Прочитайте з дітьми наступне завдання і застосуйте його щодо власного досвіду.

Найкраще навчання – коли діти активно залучені в процес відкриття світу навколо них: намагаються зрозуміти, падають і намагаються встати, висловлюють свої думки і відгукуються на те, що бачать. Батьки повинні пояснювати і навчати робити висновки з таких відкриттів. Дайте дітям можливість провести випробування і отримати знання під час цих «навчальних миттєвостей». Дозвольте їм побути в тиші, озирнутися навколо, глибоко вдихнути, висловити неспокій і подумати. Це не ознака слабкості, просто діти намагаються виробити модель поведінки в тих обставинах, в яких вони опинилися. На жаль, в той момент, коли дитина намагається самостійно розібратися в будь-якому питанні, багато батьків намагаються її «підстрахувати» – відповідають за неї на поставлені їй запитання, надмірно оберігають від будь-яких труднощів, забирають рішення проблеми на себе. Це справляє негативний вплив на впевненість дитини в собі, здатність обирати варіанти вирішення, розвиток терпіння, набуття навичок переговорів: діти лише навчаються покладатися на інших.

Батькам треба взяти на себе роль експерта, тренера, наставника. Дайте дітям можливість використовувати свої власні знання, навички та здібності, спрямуйте їх і підкажіть, які здібності слід використовувати.

Дорослі повинні дозволяти дітям робити помилки. Допоможіть дитині відкривати і розуміти, що було правильно, а що пішло не так, чому вони зробили саме так, як зробити це краще наступного разу. Важливе не тільки поставлене в даний момент завдання, – куди важливіше зусилля розуму, необхідне для його виконання, з'ясування помилок і їх аналіз з метою уникнення їх повторення.

Завдяки активному спілкуванню зміцнюються сімейні зв'язки і формуються більш глибокі відносини між поколіннями. Якщо сформувати ці зв'язки одного разу, дитина матиме більше бажання консультуватися з батьками в складних ситуаціях, коли стане старшою, а її проблеми – серйознішими.

Друзі вашої дитини

У фізиці однаково заряджені частинки відштовхуються одна від одної, а протилежності притягуються; в світі тварин «масть до масті підбирається».

Ми намагаємося встановити дружні відносини з людьми, яких зустрічаємо, – сусідами, однокласниками, продавцями в магазині і т.д. Ми повинні з усіма спілкуватися привітно і з повагою. З іншого боку, краще не створювати близькі стосунки з тими, хто не поділяє ваші цінності. Виберіть в друзі віруючих людей, які дотримуються ритуальної практики, – такі не будуть проти того, щоб на кілька хвилин перервати гру заради молитви, і зрозуміють, чому ви не вживаєте алкоголь і наркотики.

Іноді неможливо дружити з тими, хто поділяє ваші цінності, через далечину відстані; їхні діти не можуть ходити в одну школу з вашими. Однак можна знайти друга, який живе по сусідству, походить з хорошої сім'ї будь-якої віри та поважає ваші традиції.

Громадські організації, спортивні клуби, групи скаутів і любителів природи можуть стати хорошим місцем, щоб завести дружбу з молодими людьми, які поділяють ваші інтереси і вважають за краще отримувати здорову, чисту радість.

Хороший друг – той, хто розуміє тебе і несе в собі цінності відданості, щедрості, співчуття. У нас, дорослих, можуть бути стандарти, з якими підлітки не завжди згодні.

Друзі справляють на підлітків куди більший вплив; вони будуть експериментувати з одягом, моделями поведінки, ставленням до інших людей.

Дівчатка віддають перевагу довірчим відносинам з однією близькою подругою

або обмеженою групою; хлопчики частіше створюють цілі товариські команди для спортивних ігор або якогось захоплення. Ця дружба дуже важлива, вона може бути дуже глибокою, але може і несподівано розколотися, якщо один з товаришів не відповідає уявленням про дружбу.

Є багато людей, яких автоматично називають «друзями»:

- **Колеги** – люди, з якими ми разом працюємо або які професійно займаються тією самою справою, що і ми. Не обов'язково їх любити або підтримувати з ними близькі стосунки поза роботою, але, як правило, заради плідності процесу, з ними встановлюється зовні дружнє спілкування, засноване на апіорно взаємній повазі.
- **Знайомі** – ті, кого ми пізнаємо в обличчя, але насправді знаємо мало і без відносин з якими прекрасно обходимося: сусіди, які мешкають на одній вулиці, продавці в найближчому магазині, листоноша, двірник.
- **Приятелі** – ті, кого ми добре знаємо, з ким стикаємося за одних і тих самих обставин (в школі, таборі, спортивному клубі, в одній і тій самій компанії), до кого відчуваємо дружні почуття і до кого, за необхідності, можемо звернутися за допомогою.
- **Близькі друзі** – ті, кого ми знаємо добре і давно, на чий підтримку в різних ситуаціях можемо розраховувати і яким вважаємо себе зобов'язаними допомагати.
- **Кращі друзі** – почуття по відношенню до них більше схожі на любов, ніж на просту симпатію. Вони діляться всім, і як би багато не сперечалися, все одно залишаються кращими друзями.

Не гарячкуйте, якщо здається, що діти більше зайняті друзями, аніж своєю сім'єю. Щоб зберегти родичів, не потрібно докладати зусиль, – вони родичами і залишаться, з ними потрібно лише підтримувати відносини.

Друзів же доведеться шукати, здобувати, зберігати; а чийсь дружбу ще треба заслужити.

Відзначте, що в низці випадків дитяча дружба навіть переростає в сімейні відносини. Старе італійське прислів'я говорить: «Купуй корову з власного поля», – що значить: легше зійтися з кимось, хто тобі добре знайомий.

Дружба – це мотузка з двома кінцями: неможливо бути пов'язаним з людиною, яка не пов'язана з тобою. У дружбі потрібно віддавати не менше, аніж отримуєш: терпіння, ніжності, гумору, турботи і самовіддачі; необхідно постійно перебувати «на зв'язку».

Більшість людей з часом змінюються. Поясніть підліткам, що їм не треба звинувачувати себе, якщо їхні друзі потрапили в складну ситуацію і не можуть приділяти їм стільки уваги, як раніше, або ж просто охололи по відношенню до них.

Ви маєте право засмучуватися, якщо діти обирають собі «небажаних» друзів, чий цінності і модель поведінки не збігаються з тим, чому ви намагаєтеся навчити дітей. Багато підлітків, з якими контактують ваші діти, не бояться Бога, курять і вживають наркотики, використовують нецензурну лексику, мають виклики в поліцію і цілком можуть слугувати поганим прикладом для інших однолітків або навіть підбивати їх на якісь небезпечні авантюри. Водночас, майте на увазі, що чесноти вашої родини і поведінка ваших дітей для когось можуть стати взірцем.



Щоденний тиск в школі

Шкільна система тисне на дітей – вони повинні бути прийняті однокласниками. Дитина з традиційної мусульманської сім'ї в немусульманському оточенні може зазнавати труднощів через недостатнє володіння нерідною мовою, неможливість дотримуватися прийнятого дрес-коду (особливо це стосується дівчаток) і харчових обмежень. Ці відмінності можуть стати приводом для глузувань і цькування однокласниками. У расистському суспільстві проблеми для дитини може створити навіть колір її шкіри.

Вибір друзів

Потрібно знати, кого ваша дитина вважає своїми друзями.

Запрошуйте їх до себе додому, щоб зрозуміти, хто вони і який вплив можуть справити на вашу дитину. Відвідування вашого будинку може стати для деяких з них першою можливістю дізнатися про побут, традиції та спосіб життя мусуль-

ман: уявіть, який вплив це може справити на когось з підлітків!

Розмовляйте з дітьми про вибір ними друзів, особливо якщо деякі з них викликають у вас побоювання. Робіть це акуратно. Діти повинні починати приймати свої власні рішення, в т.ч. щодо вибору друзів. Якщо ви приймаєте рішення за них, ви не вчите їх незалежності, і це не допоможе їм, тому що ви не завжди будете поряд.



Коли обговорюєте з дітьми їхніх друзів, зробіть дві важливі речі:

- Зробіть акцент на «Я». Поговоріть з дитиною про те, як ви почувалися поміж його друзів, наприклад: «Коли ти грався з Ясмін, мені здалося, що вона все відбирає у інших дітей. Мені було сумно дивитися, як егоїстично поводить ся ця дитина», або: «Я звернула увагу на те, що Сара грубо відгукується про свою матір. Це мені не сподобалося». Цим ви даєте синові або дочці шанс перевірити ваші спостереження і не провокуєте їх захищати своїх друзів. Не потрібно говорити, що дитина завжди обирає собі в друзі егоїстів і грубіянів.
- Ставте запитання: запитайте, чи не помітила дитина того ж самого, і запитайте, що вона про це думає. Уважно послушайте відповідь: вам потрібна чесна оцінка. Якщо ваші думки збігаються, ви можете зауважити: «Чи не здається тобі, що краще було б проводити більше часу з іншими друзями, а не з...».

Почніть процес відкритого обміну думками якомога раніше. Це буде цінним «містком», який ви зможете використовувати, коли діти стануть старшими і ставки зростуть.

Що робити, якщо друзі дитини вам не подобаються

Іман аль-Каді, соціальний працівник, сказав:

«Дитина може обрати в друзі не дуже вихованого однолітка. Не лякайтеся, бо дітей приваблює все, що відрізняється від звичного; одного разу задовольнивши цікавість, вони, як правило, втрачають інтерес. Якщо ми спробуємо стрімко перервати цю дружбу, тиснучи батьківським авторитетом, то це може тільки підвищити привабливість подібного друга в очах дитини виключно з упертості. Коли друг дитини, який вам не до вподоби, приходиться до вас додому, можна сказати: «Ласкаво просимо, але будь ласка, поважай правила цього будинку».

Мабуть, найбільша небезпека для дітей – мати друзів-одновірців, які не поважають віру і грішать.

Один з авторів згадує шок його двох хлопчиків семи і дев'яти років, коли вони вперше потрапили в Стамбул, – виховані в Америці в релігійній домашній обстановці, вони не могли собі уявити, що в Стамбулі люди п'ють алкоголь, продають на вулицях порнографічні журнали і відверто нехтують постом в Рамадан. Автор намагався їм пояснити, що люди можуть бути народжені мусульманами, але не поводитися відповідним для мусульман чином.

На дітей впливають погляди і принципи їхніх батьків, і дорослим важливо зрозуміти, коли дитина не дотримується цих принципів. Які фактори притягують дитину до друга, чия поведінка здається вам підозрілою? Чому одна дитина починає палити, а інша – ні? Чи дає цей друг вашій дитині щось таке, чого та не може отримати від інших?

Ось ще декілька порад:

- якщо дитина, яка вам не подобається, збирається прийти в гості, запросити і інших дітей, які вам подобаються, щоб нівелювати поганий вплив;
- займіть дитину іншими справами (наприклад, відвідуванням родичів);
- складіть список правил, яких у вашому домі повинні дотримуватися всі (такі, як «ніяких галасу, лайки і бійок»).

Чому таке сильне тяжіння між підлітками?

Підлітки в неспроможних сім'ях, як правило, прагнуть радитися зі своїми однолітками з наступних причин:



**ВИ МАЄТЕ ЗНАТИ
ДРУЗІВ ВАШИХ
ДІТЕЙ.**

- вони *вибирають друзів* і вибудовують з ними відносини самостійно, на відміну від уже сформованих відносин всередині сім'ї та між родичами;
- їхня *близькість* з однолітками заснована на однаковому віці, досвіді, почуттях, хобі, проблемах і оточенні.

Підлітки формують свої соціальні групи з особливою субкультурою, символами, мовою, цінностями і нормами поведінки.

Дорослішаючи, діти менше радяться з дорослими і більше – з друзями, і якщо в фінансових питаннях вони як і раніше за-



лежать від батьків, то у виборі захоплень, одягу, клубів, проведення вільного часу, складанні маршрутів подорожей вони наслідують своїх друзів.

Друзі впливають на друзів. Пророк пояснював:

«Людина сповідує релігію свого друга, тож нехай кожен з вас подивиться на того, з ким він дружить».

(ТІРМІЗІ І АБУ ДАВУД);

«Людина буде з тими, кого вона любить». (АЛЬ-БУХАРІ І МУСЛІМ).

«Приклад праведного і поганого друга подібний продавцеві мускусу і тому, хто роздуває ковальський міх. Що стосується продавця мускусу, то або він зробить тобі подарунок, або ти купиш у нього що-

небудь, або відчуєш, що від нього гарно пахне. Що ж стосується того, хто роздуває міхи, то або він пропалить твій одяг, або ти відчуєш, що від нього тхне смородом».

(АЛЬ-БУХАРІ І МУСЛІМ).

Наступні аяти пояснюють наслідки поганого впливу:

Того Дня нечестивий кусатиме свої руки й говоритиме: «Якби ж я пристав на шлях Посланця! Горю мені! Якби ж я не брав собі такого приятеля! Адже саме він відвернув мене від нагадування, коли воно прийшло до мене!». Так шайтан зрікається людини! (25:27-29)

Несприятливе середовище

Коло спілкування дітей і його вплив здатні створювати для сім'ї серйозні проблеми, від яких не можна просто відмахнутися. Негативна поведінка шкільних приятелів і сусідських дітей, з якими спілкується ваша дитина, можуть не на жарт ускладнити існування сім'ї. Багато батьків переводять дітей в інші школи або навіть переїжджають в інші міста, щоб змінити оточення. Це менша жертва в порівнянні з великими плюсами, які з'являться пізніше.

Д-р Джеймс С. Коулмен, екс-президент Американської соціологічної асоціації і один з найбільш відомих соціологів, виступав за спілкування і обговорення питань між представниками різних поколінь. Батьки дитини повинні знати батьків її друзів: це посилює суспільні зв'язки, дає можливість сформулювати правильну поведінку і скоригувати неправильну.

Завдання



ЗАВДАННЯ 68: ПРИКЛАДИ ДЛЯ НАСЛІДУВАННЯ

Попросіть дитину назвати трьох людей, з якими вона хотіла б поспілкуватися наживо найбільше. Це дозволить вам зрозуміти її інтереси і орієнтири.

Обговоріть з дітьми погані і хороші взірці для наслідування.

ЗАВДАННЯ 69: ПОГАНИЙ ВПЛИВ НА ВАШУ ДИТИНУ

Обговоріть наступну ситуацію і коментарі до неї: Ви вважаєте, що дев'ятирічна донька вашого сусіда погано впливає на вашу 7-річну доньку. Діти разом майже кожен день, і ви хочете мінімізувати їхнє спілкування. Ви:

1. змушуєте доньку сказати сусідській дівчинці, що вони більше не можуть бачитися і гратися разом;
2. самі говорите сусідській дівчинці, що вона не може більше гратися з вашою дочкою і приходити до вас додому, і ваша дочка не буде відвідувати її будинок;
3. дозволите їм спілкуватися тільки під вашим наглядом;
4. поговорите з батьками дівчинки і поясните свої міркування з приводу спілкування дітей.

Поганий вплив на дитину – це велика проблема для більшості батьків. Нижче подані коментарі до кожного варіанту дій:

1. Не примушуйте дитину пояснювати ваші погляди іншій дитині, – вони занадто малі, щоб зрозуміти проблему, і ви для всіх станете лиходієм;
2. Встановлювати правила для чужої дитини неприпустимо;
3. В цьому випадку ви ризикуєте перетворитися на постійного наглядача, і з часом це може стати занадто обтяжливим;
4. Непросто порозумітися з сусідами з приводу неправильної – на ваш погляд – поведінки їхньої дитини; проте це найкращий спосіб вирішити проблему.

ЗАВДАННЯ 70. ЯКБИ Я МІГ, Я Б ПОВОДИВСЯ ІНАКШЕ!

На сімейній зустрічі батькам потрібно відповісти на запитання: «Якби я почав своє життя заново, чи побудував би я його інакше?». Визнайте свої помилки перед дітьми і надихайте дітей ділитися власними помилками.

РОЗДІЛ 16

Згубний вплив телебачення, мобільних телефонів, відео та комп'ютерних ігор

- Вступ **418**
- Перелік питань для батьків **418**
- Види негативного впливу телевізора **419**
- Швидкі факти про ТБ **424**
- Чужий **424**
- Сімейні альтернативи перегляду телевізора **425**
- Серйозніші варіанти **427**
- Шкода від неконтрольованого Інтернету **430**
- Комп'ютерні ігри **430**
- Відеоігри та діти **431**
- Висновки **433**
- Завдання **434**

Вступ

В НАШОМУ БУДИНКУ є одна «істота», яка тихо сидить в кутку, але відіграє величезну роль в нашому житті; проводить з дітьми більше часу, ніж ми; ми не звертаємо на неї уваги, а от вона здатна руйнувати цілі сім'ї. Ця «істота» – телевізор.

Не слід недооцінювати телебачення і його величезний вплив на наше життя!

Тоді як телебачення вплинуло на людей в ХХ столітті, ми знаходимо, що нова технологія в ХХІ столітті впливає на наше життя через Інтернет, мобільні телефони, iPad і т.д. Дійсно, можливості стільникових телефонів охоплюють практично всі можливі засоби комунікації, включаючи телевізор. Таким чином, матеріал цього розділу стосується й мобільних телефонів також, аналогічно телевізору, відеоіграм, комп'ютеру та Інтернету.

Перелік питань для батьків

- Чи дивляться діти телевізор під час сніданку і перш ніж піти в школу?
- Чи дивляться вони телевізор відразу після того, як приходять додому? Коли готують уроки?
- Чи дивиться сім'я телевізор під час обіду?
- Як багато розмов дітей та їхніх дитячих ігор засновані на враженнях від перегляду телепрограм?
- Чи увімкнений телевізор, коли діти граються з друзями або іграшками?
- Чи просять діти продукти харчування та іграшки, які бачать в рекламі по телевізору?
- Чи підпорядковане сімейне життя програмі телепередач?
- Чи може ваша дитина вимкнути телевізор після перегляду конкретної програми, або ж «зомбоскриня» продовжує працювати?
- Чи втомлюється дитина від перегляду телевізора в пізню пору?
- Чи відчуває дитина страхи, чи бачить уві сні кошмари після переглянутого?
- Чи віддає дитина перевагу іграм над переглядом телепрограм?
- Чи ігнорує вона прихід гостей, коли дивиться телевізор?
- Чи заважає телевізор дотримуватися часу молитов?





Проводити занадто багато часу за переглядом телевізора – це також залежність, подібна до наркотичної. Багато дітей під час перегляду телепрограм входять в стан, схожий на транс, повністю вимикаються і не помічають нічого навколо, – не реагують на звернення до них, не відповідають на дзвінок телефону.

Можна нескінченно обговорювати зміст телепрограм, доводити, що деякі програми корисні, а деякі завдають шкоди; але вибір програм менш важливий, аніж сам факт залежності від телевізора.

Навіть один «телезалежний» в сім'ї може створити масу проблем: складніше організувати дозвілля і насолоджуватися часом, проведеним з родиною, коли хтось один завжди вважатиме за краще перегляд ТБ.

Згідно Мері Вінн (2002), телебачення справляє на багатьох людей гіпнотичний вплив; вони стають подібними зомбі – тупими і легко контрольованими. Проблема не в тому, що відбувається під час перегляду телевізора; проблема в тому, чого НЕ відбувається: витрачаючи сотні годин перед екраном, діти не розвиваються ані інтелектуально, ані соціально, вони не промовили сотень тисяч слів, звернених до інших, не поставили тисячі питань і не отримали на них відповідей.

Види негативного впливу телевізора

Оцінюючи вплив телебачення на розвиток дітей, батьки частіше звертають увагу на зміст програм, які переглядаються, а не на час, проведений перед телевізором. Вони зайняті власними справами, їм потрібні тиша і мир в домі, і телевізор – електронна «доглядальниця» – забезпечує бажану «зайнятість» дітей. Але в даному випадку потреби батьків протилежні потребам дітей: телевізор не розвиває незалежність, не сприяє усвідомленню дитиною власних сил і слабкості, не вчить спілкуватися. Діти повинні бути залучені у фантазії, які творять самі, а не в ті, які створені для них дорослими; їм необхідні інтелектуальні стимуляції від живого спілкування, власних дій, тактильних відчуттів, а не від пасивного сидіння перед екраном.

Багато батьків використовують телевізор, щоб заспокоїти гіперактивну дитину, тому що перегляд програм розслабляє і не вимагає інтенсивного розумового напруження. Легке розбалансування зору під час перегляду ТБ схоже на те, що відбувається під час сновидінь; одержана з телефільмів інформація часто нереальна. Сучасне телебачення перетворюється на обманку, що не дає ані живлення для розуму, ані тієї любові, що дарують члени родини; але воно привабливе, тому що концентрує в собі велику кількість задоволень: яскраві образи, різні звуки і музика, вигадані сцени, які легко впізнаються. Більше половини американських батьків використовують «заборону на перегляд телевізора» як покарання.

Телебачення вражає дітей, які стають пасивними, тихими і неактивними. Швидко миготіння образів, постійне фокусування і розфокусування камери,

зміна точки зйомки кожні кілька секунд можуть призвести до нездатності утримувати увагу.

Гіперактивні школярі пробують перейняти нав'язвану телебаченням динаміку образів, яка постійно змінює своє розташування в просторі. Навіть ТВ-шоу для дітей занадто агресивні – вони занадто сильно діють на почуття школярів, які часто не розвинені настільки, щоб справлятися з такою швидкою електронною стимуляцією. У дітей часто діагностується синдром дефіциту уваги і гіперактивності.

Увімкніть дитячі ТВ-шоу і зверніть увагу, як швидко змінюються сцени і положення камери; мова ведучих занадто гучна і швидка для сприйняття. Такі програми просто зупиняють розумовий розвиток дітей, – на відміну від читання книг.

Багато батьків помічають, що коли вони вимикають телевізор, настрої дітей різко змінюється, – вони стають збудженими, несамовитими і не піддаються контролю. Це «синдром re-entry» (повторного входу хвилі збудження), – приблизно те ж саме відчувають люди, коли від стану сну переходять до активного дня. У схилених на телевізорі дітей його вимкнення часто провокує грубість, крик, огидну поведінку.

ДОСВІД «ВУЛИЦІ СЕЗАМ»

«Вулиця Сезам» – це міжнародне дитяче телешоу, яке вчить алфавіту і базовим знанням. Продюсери «Вулиці Сезам» стверджують, що їхня програма має важливе освітнє значення для малюків. Вихователі відзначають, що багато дітей приходять в дитячі садки, вже знаючи букви саме завдяки цій телепрограмі. Однак «Вулиця Сезам» «прив'язує» дітей до телевізора.

Юні шанувальники програми не вміють грати в ігри, що вимагають уяви, вони не використовують іграшки, не користуються якимись додатковими матеріалами; у них низький рівень терпіння, брак наполегливості, вони не відрізняють фантазії від реальності.

Успішне навчання вимагає прикладного досвіду. «Вулиця Сезам» та програми «освітнього» типу – погана заміна справжньому досвіду віч-на-віч з учителем.

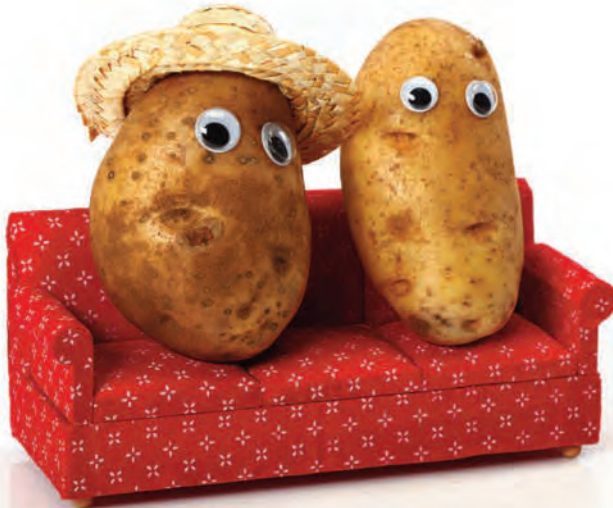
Вчителі початкової школи відзначають, що багато учнів не хочуть читати і не вміють зосереджуватися, концентрувати увагу. Хоча телебачення може поліпшити невербальні навички дитини, воно не допомагає розвивати інші навички, необхідні для успішного шкільного навчання. Сто годин перегляду «Вулиці Сезам» мають менше освітньої цінності, ніж 10 годин, проведені з хорошою книгою. Батьки і книга можуть зробити для інтелектуального розвитку дитини куди більше і за короткий час.

Чим більше діти дивляться телепрограм, тим гірше вони вчать в школі.

Успіх в класі вимагає розвитку світогляду, словникового запасу, здатності спілкуватися з іншими, навички концентруватися на нудних повторюваних завданнях, – всі ці напрацювання «столяряться» за переглядом телевізора.

ДО ТЕЛЕБАЧЕННЯ

До появи ТБ батьки ставилися суворіше до дітей, – не тому, що вірили, що це більш успішний спосіб виховання (а це дійсно так), але тому, що твердість була потрібна для виживання самих батьків. Батьки спостерігали за дітьми, вчили їх гратися і розважати себе самостійно, постійно контролюючи рівень їхнього роз-



витку. Батьки наполягали на денному сні дітей і перевіряли, чи спить дитина або просто тихо лежить у своїй кімнаті, грається або слухає музику.

Після поширення телебачення багато з цих практик зникли. В наші дні діти вже не знають, чим би себе розважити і здивувати, і замість того, щоб присвятити час якому-небудь захопленню, відкидають читання, творчість, – вони просто дивляться «скриню».

До появи телебачення діти досить швидко переходили від дитячої прихильності до батьків до усвідомлення власних можливостей, «інтегрувалися» в навколишнє середовище і активно спілкувалися один з одним. До трьох років вони прагнули щосили освоювати світ навколо них.

Тепер же саме на цій стадії дорослішання їм пропонується «нянька»-телевізор: батькам здається, що поки діти сидять в своїх кімнатах і дивляться телепрограми, вони знаходяться в тиші і безпеці і чимось зайняті, звільняючи мам і тат: ті позбавлені необхідності щось пропонувати і чимось займати дитину. Так, перегляд

ТБ позбавляє від всіх тих ризиків, які несе, наприклад, гра на вулиці: дитина не ушкодиться, не пораниться, не потрапить в халепу, не змусить батьків гніватися. Як тільки малюки звільняються від дитячої залежності, телевізор пропонує їм нову прихильність.

До залучення до телевізора діти постійно розширювали свої інтереси і пробували нове, перемагали нудьгу, придумуючи ігри, вигадуючи, читаючи, переказуючи... Тепер же діти скаржаться, що їм «нічого робити» і все здається нецікавим. Ніколи, здається, вони не отримували стільки вражень та інформації, – і ніколи так не нудьгували! Перегляд ТБ став безпечним шляхом проводити час та життя, який не вимагає жодних зусиль, а пошук якихось веселих занять став чимось на зразок роботи! Екранізації літературних творів забрали у дітей уяву і дали їм чужий погляд замість власного. Вони більше не ростуть разом з героями книг, не намагаються зрозуміти їхнє внутрішнє наповнення, їхню боротьбу і цінності. Замість днів, проведених за читанням і поступовим наближенням до кінця, вони



отримують сюжет за 90 хвилин. Діти відходять від телевізора, отримавши розвагу, але не задоволення; це своєрідний ефект відсторонення.

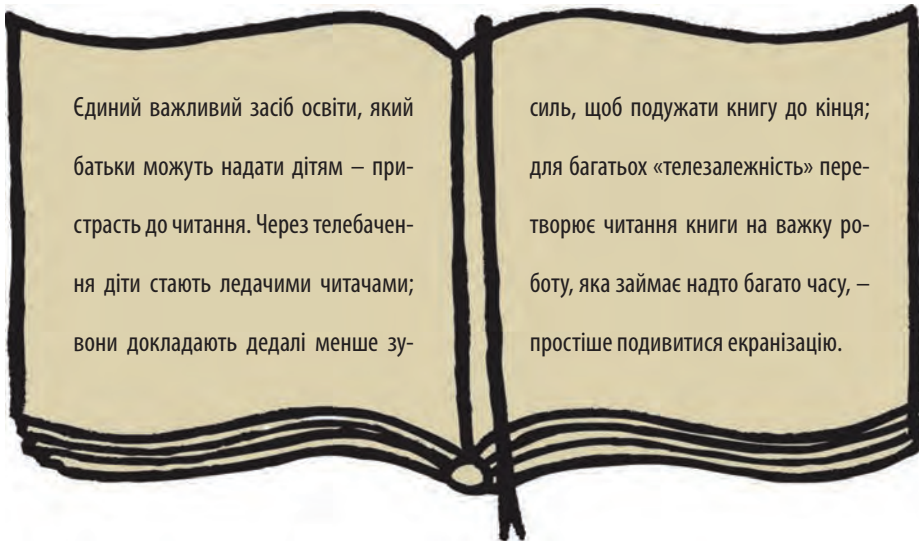
Між нами і книгами існує глибинний зв'язок, який не можна вивчити, пояснити, висловити кількісно, – і саме цей важливий емоційний зв'язок відкидається телебаченням. В минулому вільний час дозволяв дітям зайнятися улюбленими справами, щоб зменшити свою залежність від дорослих. Зараз же для багатьох дітей вільний час – це прокляття, вони просто не знають, чим його зайняти, і єдина річ, яку вони можуть зробити – дивитися телевізор; деякі навіть їдять, спілкуються з друзями і роблять домашнє завдання навпроти екрану.

Від перегляду ТВ страждає і сімейне життя, – денні заняття підкоряються програмі передач, а сімейні ритуали вмирають. Багато дорослих скаржаться, що бу-

дино перетворюється на готель чи ресторан, стає місцем лише для сну і їжі, часто навіть не розуміючи, що це наслідок відступлення телевізору важливої частини життя сім'ї. Для здорової сім'ї необхідно ділитися досвідом, їй треба спільне обговорення, спілкування, – саме вони і створюють міцні сімейні відносини. В іншому випадку батьки перетворюються на необхідний фон життя дітей, їхня роль зводиться до годівлі, одягання, надання при тулку. Залежність від телевізора підриває єдність сім'ї, краде час, який люди могли б приділити спілкуванню. Більшість американських сімей дивляться телепрограми в обідній час, причому члени однієї і тієї ж сім'ї можуть іноді дивитися різні канали на різних телеприймачах! Навіть якщо вони дивляться прекрасні передачі про природу, мораль, актуальні інформаційні програми, вони, все ж, позбавляють себе чогось важливішого. Чи вони поді-

лилися один з одним тим, що зробили за день? Обмінялися планами, думками, жартами, поговорили про свої перемоги і бажання? Чи можна в цьому випадку назвати їх справжньою родиною? Хоча саме по собі телебачення не руйнує сімей-

не життя, воно його і не зміцнює: воно просто забирає час у творчості, довірчих відносин і зміцнення емоційного захисту членів сім'ї, воно стоїть на шляху батьків, які займаються освітою своїх дітей.



Створений телебаченням обман

Одного разу подружня пара медпрацівників з двома дітьми запросила мене для консультації щодо сімейних проблем. На мій подив, мати сказала: «Я думала, що шлюб буде сповнений радості без відповідальності, як це показують в голлівудських фільмах». Якщо навіть люди з освітою чіпляються на гачок змалюваного телебаченням «портрета» життя, то який шанс встояти перед ним у дітей?

У другому класі вчитель прочитав нам історію про літню пару, у яких були собака і кішка.

Кішка обманювала господарів, а собака була їм вірною, тому пес і переслідував кішку, яка рятувалася на дереві. Історія закінчувалася твердженням: «З цього дня, коли собака бачить кішку, вона біжить за нею, щоб вкусити». Багато років я щиро вірив, що причиною, завдяки якій собаки ганяють котів, є та сама зрада кішкою милої літньої пари. Учитель повинен був чітко пояснити, що ця історія – вигадка, бо діти вірять тому, що бачать і чують.

Точнісінько таким самим чином батьки повинні пояснити дітям, що не все, що ті бачать по телевізору, – правда.

Колишній головний військовий хірург США С. Еверетт Куп

Швидкі факти про ТБ

- Перегляд телевізора є провідним видом дозвілля для американців, з типовим американським переглядом від двох з половиною до майже п'яти годин на день, в залежності від дослідження і пори року (Grolier Encyclopedia).
- Дослідження Кембріджського університету виявили, що 14 і 15-річні, які проводять хоча б годину за переглядом телевізора або в Інтернеті, досягали більш низьких результатів за Шкалою школи Глазго (The Guardian 2015).
- До 18-річного віку американські діти бачили в середньому більш ніж 200000 актів насильства, в тому числі 16 000 вбивств на телебаченні (Американська академія дитячої та підліткової психіатрії).
- Частка дітей, які страждають від надмірної ваги, у Великобританії та США значно збільшилася за останні 30 років, зокрема, через перегляд телевізора і погані дієти.

Чужий

«За кілька місяців до мого народження батько зустрів на вулиці незнайомця, який був новачком в нашому маленькому місті. Батько настільки ним захопився, що скоро запросив його в будинок і запропонував жити з нашою сім'єю. Я народився вже в його присутності в будинку. Коли я ріс, то ніколи не ставив питання про його місце в нашій родині. Мама вчила мене вірити в світ Божий, батько вчив мене слухати Бога, але нашим оповідачем був незнайомиць: він міг придумати саму дивовижну казку, яка рясніла пригодами, чарами і гумором. Він міг зайняти цікавими історіями всю нашу сім'ю ввечері на кілька годин. Він був нашим спільним другом. Він відвів нас з батьком на наш перший баскетбольний матч.

Він завжди надихав нас на перегляд фільмів і навіть познайомив нас з деякими зірками кіно. Його вплив на нашу сім'ю зростав. Батько не заперечував, але коли інші члени сім'ї слухали його історії про далекі країни, мати іноді тихо вставала і йшла в свою кімнату, читала Біблію

або молилася. Іноді я думаю – чи не молилася вона про те, щоб незнайомиць пішов? Ви розумієте, батько намагався змусити всіх дотримуватися певних правил, але незнайомиць не відчував необхідності їх дотримуватися. Наприклад, в нас вдома ніколи не було чутно лайки, – ані від нас, дітей, ані дорослих, проте наш довгий гість використовував слівця, які змушували батька соватися на своєму місці. Але незнайомиць не був покараний. Батько не допускав алкоголю в будинку – навіть для приготування їжі; але незнайомиць доволі часто пропонував нам пиво та інші алкогольні напої. Він розповідав, якими ароматними можуть бути сигарети. Він вільно говорив про секс, і його коментарі могли бути грубими, збудливими, змушували ніяковіти. Тепер я знаю, що мої перші уявлення про стосунки чоловіка і жінки сформувалися саме під впливом незнайомця. Коли я обертаюся назад, то розумію, що тільки завдяки милості Бога вплив незнайомця не зайшов ще далі.

Він постійно суперечив цінностям батьків, але вони рідко докоряли і йому не пропонували піти. З того часу, коли



незнайомець почав з нами жити, минуло більш як 30 років, але якщо ви зайдете в будинок моїх батьків, то і зараз побачите, що він сидить в кутку, очікуючи, що когось зацікавлять його розповіді і картини. Його ім'я? Його звать Телевізор».

(НЕВІДОМИЙ АВТОР)

Сімейні альтернативи перегляду телевізора

Більшість батьків дозволяють дітям дивитися телевізор через відсутність інших відповідних занять для заповнення дозвілля. Дорослі сильно втомлюються, і «зайнятість» дітей телевізором дозволяє їм розслабитися. Напевно, найбільша шкода, яку телевізор завдає родині – вульгаризує її, позбавляючи спілкування.

Розгляньте альтернативи перегляду ТБ.

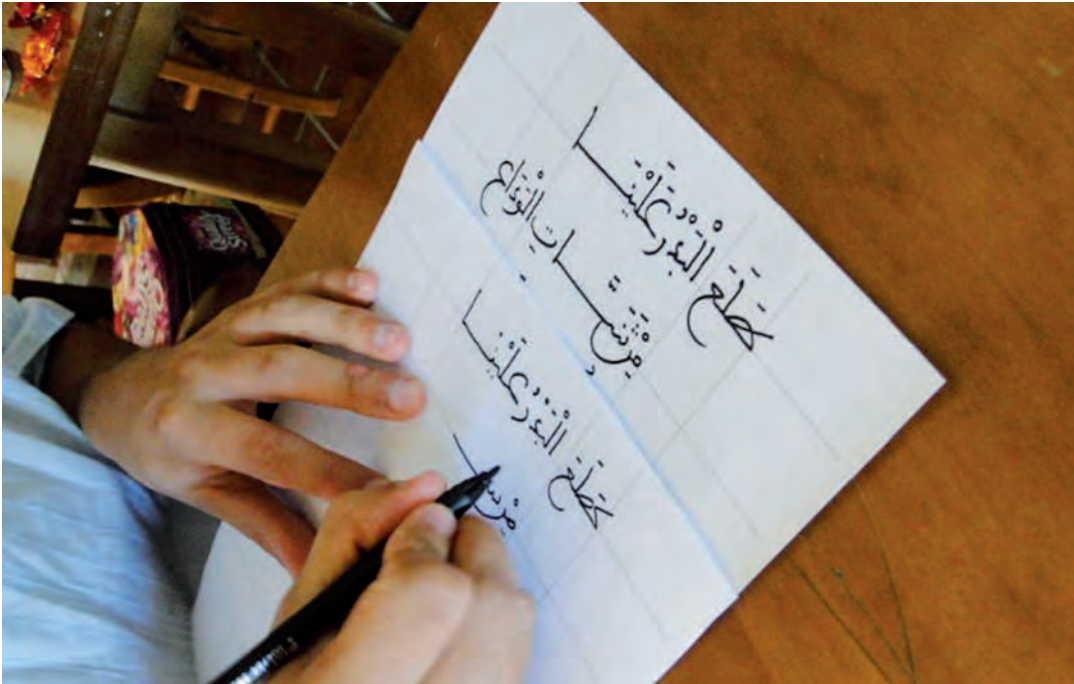
Як ви поведетеся зі злодієм, який вкрав ваші гроші? А як щодо злодія, який краде ваш час і життя вашої сім'ї? Телебачення завдає набагато більше шкоди, ніж крадіжка грошей, – воно забирає ваше щастя.

Ви можете якось поповнити грошовий запас, але не зможете поповнити час або щастя.

Альтернативи перегляду телевізора

Відповідні заняття можна вибрати в залежності від віку дитини. Є книги, в яких містяться тисячі занять, запропонованих для вибору сім'єю. Ось лише деякі з них:

1. Побудувати замок
2. Організувати «товариство чистоти»
3. Взяти книги в бібліотеці
4. Послухати радіо
5. Відвідати зоопарк або музей
6. Намалювати картину
7. Погуляти в центрі міста або в парку
8. Сходити в басейн
9. Почитати вголос молодшим сестрі або брату
10. Організувати пікнік
11. Покататися на велосипеді
12. Вивчити пісню або вірш
13. Поспостерігати за птахами
14. Пострибати через скакалку.
15. Попрацювати волонтером при громаді, взяти участь в якому-небудь благодійному проєкті
16. Влаштувати наметовий табір (навіть просто у дворі будинку)
17. Написати лист другові, родичеві, бабусі
18. Посадити квітку, овочі, траву
19. Почитати журнал
20. Пограти в шахи
21. Зробити «браслети дружби» – собі і другові
22. Відібрати старі речі для передачі до фонду допомоги біженцям
23. Почати писати щоденник
24. Відвідати книжковий магазин
25. Подивитися сімейні фотоальбоми
26. Зробити дерев'яні полиці
27. Виготовити подарунки своїми руками
28. Придумати і записати казку
29. Зробити колаж з зібраного листя
30. Подивитися в бінокль на нічне небо, визначити сузір'я, роздивитися місяць
31. Спекти печиво для сусідів
32. Розпитати старшого члена сім'ї про його дитинство
33. Зварити варення
34. Приготувати йогурт
35. Сходити в боулінг
36. Пограти в футбол, баскетбол, волейбол, теніс
37. Відвідати релігійні служби різних віросповідань
38. Влаштувати біг в мішках
39. Навчитися друкувати на машинці
40. Навчитися користуватися комп'ютером
41. Навчитися керувати автомобілем
42. Організувати квест – спробувати знайти за підказками щось заховане
43. Випрати білизну вручну
44. Зайнятися прибиранням житла
45. Написати рецензію на прочитану книгу
46. Обговорити бюджет сім'ї
47. Підготувати свято
48. Пограти з домашнім вихованцем
49. Попрацювати в саду
50. Запустити повітряного змія
51. Повісити термометр і барометр на ганок або дерево
52. Поставити п'єсу
53. Кататися на санчатах, зробити сніговика
54. Піти в похід
55. Зібрати пазли
56. Пограти в настільні ігри з сім'єю або друзями
57. Зробити «мурашину ферму»
58. Влаштувати в саду чайну вечірку
59. Зробити маленький човник і пустити його за течією
60. Намалювати портрети членів сім'ї
61. Навчитися користуватися компасом і читати карту
62. Вивчити метричну систему
63. Навчитися шити
64. Подоїти корову
65. Зібрати жарти, записати їх в книгу і розповісти сім'ї і друзям
66. Скласти список необхідних покупок
67. Навчитися вимовляти основні слова на різних мовах (здрастуйте, спасибі, доброго ранку, так, ні, рахунок до десяти, дні тижня...).



Серйозніші варіанти

Нижче наведено більш серйозні заняття для дітей.

ЗАНЯТТЯ В ГРОМАДІ

- Займіться вивченням іноземних мов.
- Відвідайте молодіжний табір: переконайтеся, що дітям запропоновано достатньо корисних занять, особливо для тих, хто приїхав на тривалий термін. План заходів у таборі повинен включати розваги, спорт, ігри та обговорення.
- Запишіться в спортивні секції, клуби за інтересами.
- Вступити в групу виконавців *нашідів*. Вибрати пісні, які прості для запам'ятовування дітьми, розучити їх і виступати на святах громади.
- Відвідувати вечірки, свята з ночівлею, які проходять під наглядом до-

рослих, дають дітям багато радості і допомагають створити між ними міцні зв'язки.

- Погратися під дощем, на сонці або в снігу (дотримуючись заходів безпеки).

Омар ібн аль-Хаттаб сказав:

«Вчіть дітей плаванню,
стрільбі з лука та верховій їзді».

- Навчитися самозахисту.
- Відвідувати заняття з *таджвіду* (рецитації Корану) і уроки поезії.
- Вивчати правила поведінки при пожежі.
- Розвинути ораторські навички
- Навчитися участі в дебатах.
- Вивчити арабську каліграфію.
- Навчитися надавати першу медичну допомогу.

**Звуки природи.**

Нехай дитина сяде, закриє очі і поводить себе якомога тихіше, виділяючи і порахувавши всі почуті звуки – щебетання пташок, дзижчання комах, квакання жаб.

Покажіть їм природу.

Ваші діти йдуть зі світу лісів, річок і гір до телевізора, комп'ютера й відео-ігор. Поверніть їх до природи.



АКТИВНІСТЬ НА ПРИРОДІ

- **Вивчайте природу.**

Знайдіть туристичні стежки, де сім'я може прогулятися, поспостерігати за птахами, комахами, зміями, помилуватися квітами. Можна скористатися велосипедами.

- **Подивіться на зірки.**

Дивитися на зірки – прекрасне заняття. Використовуйте карту зоряного неба. Візьміть ковдру і фрукти, підіть туди, де дуже мало світла, – на задній двір, в поле, на вершину пагорба. Коли стане зовсім темно, спробуйте відшукати впізнавані сузір'я. Діти можуть об'єднувати зірки в ними ж придумані групи.

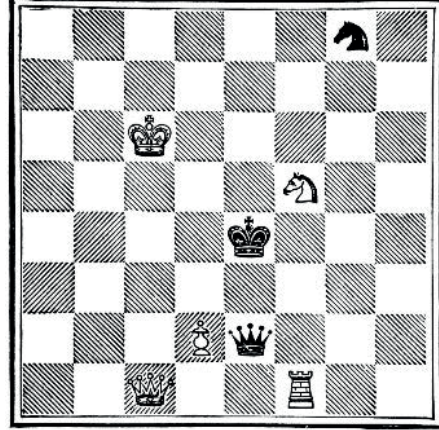
ІГРИ

- Пограйтеся з написами на табличках, які трапляються у вас на шляху – наприклад, «зберіть» літери алфавіту з придорожніх знаків. Їх потрібно розставити по порядку.

Не можна повертатися і дивитися на знаки з іншого боку дороги. Перший, хто побачить букву «я» – виграє.

- У подорожах «збирайте» номерні знаки якомога більшої кількості регіонів і країн.
- Пограйте в «Знайди, що я бачу». Так можна зайняти дволітку на кілька хвилин. Ви озираетесь і, наприклад, кажете: «Я бачу щось червоне», даючи потім дитині можливість озирнутися і знайти те «червоне», яке ви загадали. Можна ускладнити: «Мое око побачило щось на літеру «А», і дитині буде треба це виявити.

- Пограйте в шахи – це один з найефективніших способів навчити дитину думати. Шахи вчать терпінню і дисципліні розуму. Ви можете також зрозуміти спосіб мислення вашого супротивника, спостерігаючи за його стратегією. Він нападає або захищається? Він ризикує чи ні?



ПРИЙМАЙТЕ ЇЖУ РАЗОМ З ДІТЬМИ

Згідно з даними опитування Національного центру з проблем наркоманії та токсикоманії при Колумбійському університеті:

- Діти, які часто обідають зі своєю сім'єю (5-7 разів на тиждень), найімовірніше повідомляють про більш високу якість відносин зі своїми батьками. Сімейні обіди це дещо більше, аніж просто спільний прийом їжі. Бесіди допомагають батькам дізнатися про життя своїх дітей, завдання, які перед ними стоять, а також про види діяльності, якими вони займаються, або про те, що діти люблять робити (CASA (Асоціація спеціальних адвокатів, призначених судом для захисту неповнолітніх / Безкоштовна дитяча юридична допомога), 2012).

- Діти, що обідають разом зі своїми батьками, менш схильні до ризику куріння, вживання алкоголю або наркотиків. У порівнянні з підлітками, які часто обідають з сім'єю, ті, у кого сімейні обіди нечасті (менше 3 разів на тиждень), більш ніж вдвічі частіше говорять, що хотіли б спробувати наркотики в майбутньому (CASA, 2010).
- Діти, які часто обідають з сім'єю, краще вчаться в школі, зазнають менше стресу у себе вдома, і більше довіряють своїм батькам (CASA, 2003).



Шкода від неконтрольованого Інтернету

Більшість негативних чинників, виділених стосовно телебачення, характерні для захоплення комп'ютером і відеоіграми. Батьки часто заохочують надмірне використання комп'ютера; багато дорослих сприймають комп'ютер як джерело всіх благ. Це не так! Батьки чекають, що діти будуть користуватися комп'ютером помірно і відповідально; реальність, однак, така, що багато дітей за комп'ютерами лише вбивають час, розмовляючи в чатах, відвідуючи непотрібні сайти і переглядаючи порнографію.

Як і у випадку з телевізором, постійне сидіння за комп'ютером може призвести до апатії, огрядності, шкоди для шкільних занять, скорочення можливості живого спілкування. Діти також не захищені від шкідливого впливу і великої кількості реклами в Інтернеті.

Комп'ютери та Інтернет – потужний засіб пошуку і обробки потрібної інфор-

мації, однак батькам необхідно стежити за використанням комп'ютера, встановлювати паролі, блокувати доступ до певних сайтів і краще ознайомитися з медіапростором.

Не дозволяйте дітям проводити багато часу в Інтернеті і тримайте комп'ютер у вітальні на очах у всієї родини.

Комп'ютерні ігри

Комп'ютерні ігри також забирають багато дитячого часу, особливо у хлопчиків. Те, що здається безпечною невинною грою, може завдати дитині шкоди.

Багато комп'ютерних ігор засновані на агресії, жорстокості і здатні викликати серйозну залежність. В крайніх випадках ігроманія призводить навіть до смертельного результату (BBC News, 2005). «Військові» ігри («стрілялки») знецінюють ставлення до людського життя; зауважимо, що в армії для навчання солдатів використовуються аналогічні комп'ютерні ігри.

Ряд сюжетів ігор за мотивами фентезі засновані на чаклунстві, демонології, окультизмі. На жаль, з поліпшенням технологій ці ігри почали дедалі більше нагадувати реальність. Дуже небезпечно плутати реальний світ і фантазію. Дітей

Захоплення телевізором і комп'ютерними іграми пов'язують з агресивною поведінкою, низькими показниками в навчанні, не по роках розвиненою сексуальністю, огрядністю, вживанням наркотиків та алкоголю. Жорстокі ігри «тренують» прояв ворожості і готовність до насильства.

Наслідком надмірного захоплення жорстокими іграми є:

1. підвищена збудливість;
2. агресивна поведінка;
3. зниження здатності до соціалізації, спілкування;
4. розвиток асоціальної поведінки, зниження здатності емоційного відгуку.

не слід надихати на уникнення реальності, натомість треба вчити зустрічати її з усіма складнощами.

Батьки повинні обмежити час, який дитина приділяє комп'ютерним іграм, і контролювати вибір ігор.

Відеоігри та діти

Відеоігри були придумані в 1970-і роки і стали дуже популярними серед дітей. Жорстокість, зловживання алкоголем і наркотиками, секс отримали в відеоіграх широке поширення.

Падука (Кентуккі), Джонсборо (Арканзас), Літлтон (Колорадо) і Блексбург (Вірджія) – чотири американських міста, які зіштовхнулися зі стріляниною в школах, влаштованою учнями, які постійно грали у відеоігри. У школі Колумбайн (Gibbs, 1999) підлітки Ерік Харріс і Ділан Кліболд вбили 13 людей і поранили 23, а потім наклали на себе руки. Вони любили грати в відеогру «Дум» (Doom), розро-

блену для тренування швидкості реакції стрільців. Харріс замовив для себе версію гри для двох гравців з можливістю поповнювати арсенал, необмеженою амуніцією і жертвами, які не чинять опору (Андерсон і Ділл, 2000). Чим більше діти відпрацьовують на симуляторах акти жорстокості, тим більше у них шансів випробувати їх на людях (Кларк, 1993).

Існує взаємозв'язок між агресивною поведінкою дітей і їхньою схильністю до агресії в комп'ютерних іграх. Чим більше дитина захоплюється жорстокими відеоіграми, тим більше проблем виникає в її відносинах з оточуючими.

Відеоігри проповідують асоціальну і антирелігійну поведінку, рясніють образами, вбивствами, крадіжками. Чоловіки грають у відеоігри частіше, ніж жінки, і не дивно: сюжет і ролі в більшості комп'ютерних ігор орієнтовані саме на чоловіків, а жінкам відводиться роль жертви.

Сценарій багатьох ігор пов'язаний з порятунком викраденої жінки (Фанк, 1993).



ЯК ТЕЛЕБАЧЕННЯ ВІДОБРАЖАЄ ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ

1. У відносинах «чоловік-жінка» чоловікам зазвичай відводиться провідна роль;
2. Телебачення представляє чоловіків, як правило, раціональними, амбітними, розумними, сильними, успішними, жінки ж романтичні, покірні і боязкі, або ж постають перед глядачами лиходійками, які маніпулюють жертвами за допомогою своєї сексуальності;
3. При створенні образу героїв-чоловіків акцент робиться на силі, навичках, активності, героїнь – на привабливості і бажаності; при цьому відверто проповідується певний жіночий образ – молодість, стрункість і пріоритет фізичної досконалості над інтелектуальним розвитком.
4. Шлюбні відносини для більшості телешоу не є цінністю, і чоловіки часто виявляються не здатними впоратися з дитиною (Seidman, 1999; Davis, 1990; Beal, 1994).

КОМП'ЮТЕР ПРОТИ СІМ'Ї

Переважає більшість відеоігор передбачають поодинокі дії і не розраховані на будь-яку співпрацю; звичайний сценарій комп'ютерних ігор – анонімний герой проти анонімного ворога. Світ відеоігор до недавнього часу рідко передбачав можливість командних дій. Багато ігор прославляють кримінальну субкультуру, вихваляють брутальність, рекламують вульгарність, пропагують насильство і жорстокість по відношенню до жінок.

Висновки

- Діти, менш захоплені комп'ютерними іграми, краще вчаться і рідше проявляють агресивність.
- Заохочуйте освітні ігри і не дозволяйте жорстокі.
- Виховуйте в дітях моральну стійкість до впливу телебачення і відеоігор.
- Обмежуйте час, який діти проводять за комп'ютерними іграми.

У загальному і в цілому, якщо порівняти переваги і недоліки всіх цих сучасних технологічних винаходів, таких як Інтернет, телебачення, мобільні телефони тощо, ми бачимо, що життя для молодих поколінь чистіше, гарніше і корисніше без них. Вони перетворилися на необхідне зло. Незважаючи на те, що ці винаходи зменшили відстань між родичами в спілкуванні і ставлять енциклопедію знань на «кінчики пальців» молодих людей, багато з них стали жертвами наркоманії та неблагополучних сімей, а також поширення світських екстремальних ідей. Неконтрольоване використання цих гаджетів зневолило молодих людей, прив'язавши до екранів. Батьки повинні обов'язково напучувати нове покоління мудро вико-



ристовувати всі ці інструменти. Нам потрібно мати контроль над ними, а не перебувати під їхнім контролем.

Насолоджуйтеся спілкуванням з дітьми і частіше проводьте з ними час. Батьківська турбота – це найскладніша, але і найбільш вдячна робота, що вимагає знань, творчості і віри. Щодня радійте своїм дітям.

Завдання



АЛЬТЕРНАТИВИ ТЕЛЕБАЧЕННЮ ТА КОМП'ЮТЕРНИМ ІГРАМ

ЗАВДАННЯ 71: ОСВІТНІ ВІЗИТИ

Познайомте дитину з роботою різних організацій, керуючись принципом: «Скажи мені, і я забуду; покажи мені, і я запам'ятаю».

Відвідайте відділення банку, бібліотеку, ферму, поясніть, яку роботу виконує кожен зі співробітників. За нагоди відвідайте місця поклоніння інших конфесій.

ЗАВДАННЯ 72: НАВЧАННЯ ТЕХНОЛОГІЧНИМ ПРОЦЕСАМ

Розпитайте дитину, що їй відомо про інгредієнти звичних страв і процес їх приготування, – супів, піци, хліба, йогуртів, сиру, млинців, меду, попкорну і т.д.

Надайте дитині можливість освоїти рецепт приготування будь-якої страви і потренуватися в її приготуванні.

Поясніть дітям процес виготовлення мила, паперу, туші, тканин, килимів, одягу, взуття, асфальту.

ЗАВДАННЯ 73: ЩО ВИ НАЙБІЛЬШЕ ЦІНУЄТЕ?

Розпитайте членів вашої родини: «Якби у вас залишався тільки один день життя, що б ви зробили? Чому?». Обговоріть відповіді.

ЗАВДАННЯ 74: СКАРБИ МУДРОСТІ – ДІТЯМ!

Зберіть родину і попросіть дитину прочитати вголос наступні рядки. Поясніть, що мається на увазі, і поділіться прикладами з власного досвіду. Заохочуйте дітей ділитися своїми думками.

«Мій сину, стережися:
образити благородного,
принизити мудрого,
догоджати підлому,
жартувати з дурнем,
об'єднуватися з безпутним».

«О мій улюблений сину!»

Я спробував усі задоволення і знайшов найсолодшим здоров'я.
Я вистраждав все горе і не знайшов нічого гіршого, аніж потребувати інших.
Я носив залізо і каміння, але не знайшов нічого важчого боргу.
Знай, що у житті два дні: один – за тебе, інший – проти тебе.
Коли твій день, не будь зарозумілим і невдячним,
коли не твій – просто будь терплячим». (АЛІ ІБН АБУ ТАЛІБ)

ЗАВДАННЯ 75: ЧИ МУДРО ВИ ПОВОДИТЕСЯ В СІМ'Ї?

Виховання дітей – завдання складне, але вдячне. Батьки залучені у процес формування характеру дитини, підтримання дисципліни, керівництво, спрямування, поради, навчання, тренування, наставництво і репетиторство. Вони – як співчуваючі лікарі, чие завдання виправити, не завдаючи шкоди. Батьки доручають, підбадьорюють, покращують і подають руку допомоги своїм дітям.

Дайте відповідь на наступні питання:

- Чи мудро я обрав подружжя? Час і зусилля, які витрачаються на пошук гідного супутника життя, ніщо в порівнянні з часом, який доведеться проводити в спілкуванні з ним.
- Чи пояснив я дитині місію сім'ї?
- Чи навчав я правильним цінностям? Будинок роблять прекрасним не стіни і підлога, а мораль і цінності.
- Чи вкладав я краще, що міг, в кожного з дітей? У кожного з них власні інтереси й уподобання, ми повинні розвивати їхні таланти.
- Чи найкращим або ж належним чином я використовував сімейні ресурси: час, гроші і матеріали?
- Чи дбайливо я ставився до дитячих почуттів? Я повинен поставити себе на їхнє місце.
- Чи заохочував я своїх дітей? Діти не люблять, коли їх ігнорують, навіть якщо вони вчинили погано. Вони потребують постійного спілкування, залучення у все, що відбувається навколо, в тому, щоб їх виділяли і винагороджували.
- Чи дав я дітям відповідний напрям і допомогу? Батьки повинні встановлювати дисципліну, зворотний зв'язок і правила.
- Чи був я хорошим прикладом? Те, як ви говорите один з одним і один про одного, жарти, якими ви обмінюєтеся, обіцянки, які ви виконуєте, друзі, яких ви маєте, довіра, якою ви наділяєте, – все це важливо.
- Чи виконував я всі мої батьківські обов'язки в ім'я Творця, нашого Господа, Який нагородив мене цією сім'єю?
- Чи складав я план для досягнення сімейних цілей?

Ваш сімейний план повинен відповідати на такі питання:

- Які потреби необхідно задовольнити?
- Що повинно бути зроблено? Як це змінить життя моєї сім'ї?
- Коли це треба зробити?
- Наскільки далеко ми знаходимося від поставленої мети?
- Коли і як мета може бути досягнута?
- Які кроки слід зробити і які ресурси задіяти?

**ВАШІ ДІТИ І ВАШ СУПУТНИК ЖИТТЯ ЗАЛЕЖАТЬ ВІД ВАС
ТАК САМО, ЯК ВИ ЗАЛЕЖИТЕ ВІД НИХ.
ЧИ НЕ ПІДВОДИТЕ ВИ ЇХ?**



Висновок

Висновок

МИ ВІРИМО, що сім'я здатна і повинна виховувати добродесних і успішних громадян. Це завдання найкраще здійснюється, якщо у людини є щаслива домівка і підтримка близьких. Батьки – перші і найкращі вчителі своїх дітей. Батько повинен діяти як приклад, пастух, пастор, педагог, тренер, охоронець дисципліни, ментор і репетитор.

Зараз ані західний, ані мусульманський світ не можуть запропонувати модель виховання, яка однозначно задовольняє ці вимоги і здатна забезпечити виконання цих завдань. Ми повинні вчитися один у одного. Захід виробив стиль життя, який заснований на самозадоволенні; його традиційна мораль і цінності виявилися підірваними, суспільство страждає від вживання наркотиків, алкоголізму, сексуальної розбещеності, ослаблення сімейних зв'язків.

З іншого боку, мусульманський світ не зміг подолати наслідки гніту, корупцію, атмосферу скутості. Деяким мусульманам властивий рабський менталітет, що душить сміливість, творчість і вільнодумство. Мусульманський світ виробляє одне за іншим ірраціональне, сповнене забобонів покоління дітей, які виростили без розуміння суспільних інтересів.

Немусульмани повинні повернути Бога в своє життя і з'єднати свої великі досягнення в науці і технологіях з релігійністю, яка визнає велику роль Бога і Його всезнання. Мусульманам треба знову відкрити Бога і створити мирні, вільні суспільства, засновані на толерантності та використанні принципу проведення нарад (*шура*).

Хороше виховання – це зерно, з якого може вирости все перераховане. Виховання дітей – заняття, що вимагає 24 години на добу, 7 днів на тиждень, 365 днів на рік. Це зусилля, що не має вихідних і не терпить «делегування повноважень», на яке деколи доводиться йти під гнітом обставин. Мати і батько повинні працювати в команді, спрямовані раціональністю і знанням, доповненими емоціями і почуттями.

Психологія, соціологія, навички медичної допомоги, спілкування і віра – необхідні вимоги до батьків. Ми не можемо виграти «війну проти дітей», але ми можемо залучити їх на свою сторону, – любов'ю, терпінням і відкритим спілкуванням. Ніколи не забувайте, що кожна дитина вимагає: «Будь ласка, примусь мене відчувати себе важливим!». Багато батьків думають, що добре знають своїх дітей, проте це – рідкість.

Діти можуть сприймати допомогу дорослих як втручання, пораду – як вказів-

«Якби я знову мав можливість заново виховати свою дитину, спочатку б я заклав її самооцінку. Я б використовував пальці для малювання, а не для вказування. Я б менше виправляв і більше спілкувався. Я б дивився не на годинник, а на дитину. Я б більше гуляв з нею і запускав повітряних зміїв. Я б перестав грати в серйозність і серйозно ставився до ігор. Я б пробіг по більшій кількості полів і більше дивився на зірки. Я б більше обіймав і менше тягнув» (Луманс, 2000).

ку, а прояви любові – як перешкоду. У багатьох дітей існують хибні уявлення, що батьки їх не люблять.

Зменшуйте негативні впливи і підвищуйте позитивні якості особистостей ваших дітей. Батькам слід визначити, який стиль виховання вони проповідують: тиранічний або лояльний, демократичний або авторитетний. Батьки повинні запитати себе: «Чи дійсно ми правильно виховуємо своїх дітей?». Відповідь потрібно шукати в якомога більшій кількості джерел.

Враховуйте фази фізичного та емоційного розвитку дитини. Використовуйте максимум потенціалу дитини в потрібний для цього час, пам'ятайте про «вікно можливостей» для кожного необхідного досвіду.

Однолітки справляють на дітей величезний вплив. Батьки повинні створювати в будинку гостинну атмосферу для друзів своїх дітей, стати другом не тільки для своєї дитини, але і для її друзів і для батьків її друзів.

Батькам треба розвивати власні навички, вдосконалювати свою освіту, освоювати нові прийоми, щоб правильно виховувати дітей.

Закладення основних рис характеру дитини обмежене певним віком. Годування грудьми запобігає багатьом хворобам і дає малюкам психологічний і емоційний «капітал». Навчайте дітей любові, сміливості, творчості, чесності, свободи, впевненості в собі, щедрості й вірі.

Батьки повинні навчити кожну дитину розпоряджатися часом, грошима, навчити етикету вираження незгоди, прий-

няття рішень, мистецтва переговорів, вирішення проблем, ввічливості, поваги, терпіння, смирення, мистецтву слухати, скромності.

Діти, чиї батьки занадто зайняті, щоб ними займатися, схожі на сиріт. Більшість батьків не проводять з дітьми досить часу і звертаються до інших засобів, щоб це компенсувати, – телевізора, послуг няні, подарунків. Краще приділіть час своїй сім'ї. Члени великої родини – бабусі, тітки, дядьки, двоюрідні брати і сестри, – кращі няні, тренери та приклади для наслідування.



Закладайте в дітей такі риси характеру, як відкритість любові, хоробрість, чесність, здатність до творчості, відповідальність і незалежність.

Все це повинно бути зроблено в щасливому домашньому оточенні, – «інкубаторі для добродішних дорослих».

Щасливий будинок заснований на постійному взаємному спілкуванні між батьками і дітьми.

Чесна похвала – це базовий принцип заохочення хорошої поведінки. Щомісячні сімейні зустрічі – прекрасна сприятлива практика для встановлення сімейної гармонії.

Дотики, поцілунки, обійми і посмішки вибудовують любов між батьками і дітьми. Батьки повинні удосконалюватися в мистецтві слухати дітей.

Діти – хороші спостерігачі, але погані інтерпретатори. Вони бачать і помічають, як батько і мати спілкуються один з одним, з їхніми бабусями і дідусями,

братами і сестрами, гостями, багатими і бідними, доглядальницями і сусідами. Вони дивляться, як дорослі поведуться з домашніми вихованцями і дикими тваринами, рослинами і навколишнім середовищем. Вони порівнюють слова батьків і їхні справи і відзначають правду так само, як і обман. «Роби, як я сказав, а не як я роблю», – неприйнятний принцип.

Батьки повинні практикувати те, що проповідують, і якщо припускаються помилок, то найменше, що вони можуть зробити, – чесно зізнатися дітям в своїх недоліках.

Дітям потрібні приклади для наслідування. Якщо батьки не надають їм хороші зразки для наслідування, діти можуть обрати неправильні.

Мати відіграє ключову роль у вихованні дитини. Щоб вшанувати жінку, чоловіки повинні демонструвати повагу до неї словами і діями.

Один батько помітив: «Я занадто мізерний, щоб змінити ситуацію».

Це невірно. Батьківські обов'язки занадто важливі, щоб виконувати їх в ізоляції, і не соромтеся створювати «групи підтримки». Ви не можете змінити своїх предків, але ви напевно можете вплинути на нащадків. Як батьки ви маєте величезний вплив на цей світ, тому не втрачайте надію. Ніколи не пізно!

В кінці життя задайте собі питання: «Чи був я хорошим батьком, який намагався поліпшити світ?».

Робіть краще те, на що ви здатні.

Вірте в Бога!

**Зрештою матиме значення не те, які машини,
будинки і банківські внески ви мали, а те,**

ЯКИМИ БАТЬКАМИ ВИ БУЛИ!

Зміст

РОЗДІЛ 1.	21
Хороші батьки: з чого почати?	
РОЗДІЛ 2.	43
Сімейний союз: його важливість та функції	
РОЗДІЛ 3.	93
Хороше виховання: постановка правильних цілей	
РОЗДІЛ 4.	105
Найважливіша мета: виховання дітей в любові до Бога	
РОЗДІЛ 5.	125
Розповсюджені проблеми та помилки	
РОЗДІЛ 6.	135
Поширені омани, підводне каміння та міфи, яких варто уникати	
РОЗДІЛ 7.	143
Коли все йде не так, як треба	
РОЗДІЛ 8.	157
Формування характеру не може чекати	
РОЗДІЛ 9.	181
Дорога до здоров'я дитини	
РОЗДІЛ 10.	213
Грудне вигодовування	
РОЗДІЛ 11.	231
Дитячий мозок: використовуйте або втратите!	
РОЗДІЛ 12.	247
Хлопчики та дівчатка: чи вони різні?	
РОЗДІЛ 13.	269
Секс та сексуальне виховання: що говорити дітям?	
РОЗДІЛ 14.	315
Характер та індивідуальність	
РОЗДІЛ 15.	353
Виховання незалежних, відповідальних та творчих дітей	
РОЗДІЛ 16.	417
Згубний вплив телебачення, мобільних телефонів, відео та комп'ютерних ігор	

Зміст

ПРО АВТОРІВ	5
ПОДЯКИ	6
ІСТОРІЯ ЦЬЄЇ КНИГИ	9
ЦІЛІ ТА ЗАВДАННЯ	11
ВІД АВТОРІВ	13

ЧАСТИНА 1 (Розділи 1-7)

Зв'язок між батьками і дітьми 19

РОЗДІЛ 1. 21

Хороші батьки: з чого почати?

Вступ	22
Етапи розвитку дитини	23
Як ми виховуємо дітей: моделі виховання	24
Що може провіщувати стиль виховання?	28
Початок виховання: огляд завдань	28
Звернення до порад експертів	33
Чи потрібно «навчати вихованню»?	35
Завдання	39

РОЗДІЛ 2. 43

Сімейний союз: його важливість та функції

Вступ	44
Перетворення в батьків	44
Розмір сім'ї в США в наш час та раніше	49
Сім'я з одним із батьків	50
Чи може один з батьків замінити іншого?	56
Важливість сімейного союзу в Ісламі	59
Цілі сім'ї виходячи з Корану	62
Сімейний союз: західна модель	69
Свобода або правда?	81
Де виховувати дітей?	83
Дві концепції відсутні в західній думці	84
Цінності віри проти утилітарних цінностей	85
«Землеробська» модель сім'ї: діти як рослини, батьки як садівники	87
Завдання	88

РОЗДІЛ 3. 93**Хороше виховання: постановка правильних цілей**

Постановка цілей: перший пункт плану виховання 94

Пильний погляд на цілі 96

Кава і сімейні пріоритети 100

Підсумки 100

Завдання 102

РОЗДІЛ 4. 105**Найважливіша мета: виховання дітей в любові до Бога**

Вступ 106

Як прищепити віру нашим дітям 107

Занурення в себе 108

Брак особистої відповідальності 111

Деформована культура: відсталість і забобони 112

Збалансований підхід 114

Навчайте дітей любові до Корану 115

Навчайте дітей молитвам 116

Навчайте дітей спокуті 117

Навчайте дітей історії Ісламу 117

Навчайте дітей манерам 118

Що сказати дітям спочатку: що вони повинні любити Бога чи що Він любить їх? 119

Завдання 121

РОЗДІЛ 5. 125**Розповсюджені проблеми та помилки**

Вступ 126

Основні проблеми батьків 126

Уроки виховання від Мойсея 132

Підсумок 132

Завдання 133

РОЗДІЛ 6. 135**Поширені омані, підводне каміння та міфи, яких варто уникати**

Вступ 136

Викриття найбільш усталених оман 136

Викриті міфи виховання 139

Завдання 142

РОЗДІЛ 7. 143

Коли все йде не так, як треба

- Вступ 144
- Лють, непослух, пориви гніву та сльози 145
- Залякування: ваша дитини та ви 146
- Якщо вашу дитину цькують, що буде далі? 146
- Тінейджери: критика понять юності 147
- Гнів у наших підлітків і в нас 149
- Злість заразна! 150
- Що ми можемо зробити для підлітків і для себе? 150
- Кілька принципів гарного спілкування 150
- Завдання 152

ЧАСТИНА ДРУГА (розділи 8-13)

Розвиток дітей 155

РОЗДІЛ 8. 157

Формування характеру не може чекати

- Вступ 158
- Фази розвитку 159
- Наскільки слід довіряти популярній психології? 160
- Етапи становлення особистості в Корані 161
- Чудо зачаття, вагітності та народження 163
- Стадії дорослішання 164
- Використання фаз розвитку 176
- Практика запам'ятовування на Сході і на Заході 178
- Завдання 179

РОЗДІЛ 9. 181

Дорога до здоров'я дитини

- Вступ 182
- Вагітність 182
- Після пологів: дебати навколо щеплень 183
- Чистота і гігієна 185
- Здоров'я: деякі ісламські практики 186
- Харчування 188
- Факти про дітей і харчування 191
- Приписи Корану, пов'язані з їжею 197
- Діти та фізичні вправи 199
- Сон 202
- Як запобігти вживанню алкоголю та наркотиків 203
- Порушення закону 209
- Завдання 211

РОЗДІЛ 10.

213

Грудне вигодовування

Вступ 214

Вигодовування грудьми згідно з Кораном 216

Медичні та психологічні переваги вигодовування грудьми 218

Статистика грудного вигодовування в США та Великій Британії 220

Робоче місце і грудне вигодовування в США 221

Робоче місце і грудне вигодовування у Великій Британії 221

Суміші для дитячого вигодовування, недоїдання та хвороби 222

Думка халіфа Алі та Ібн Хазма про вигодовування грудьми 224

Тривалість вигодовування грудьми 224

Корисні поради матерям, які вигодовують грудьми 225

Дієта матері, яка вигодовує грудьми: зразок 226

Нація, сильна фізично 226

Підсумки 227

Завдання 229

РОЗДІЛ 11.

231

Дитячий мозок: використовуйте або втратите!

Вступ 232

Вікно можливостей 232

Розвиток нейронів і мережа головного мозку 232

Зір 234

Звук 234

Музика 235

Емоції 236

Стрес може збивати емоційний цикл 236

Рух 236

Словник і запам'ятовування в дитинстві 237

Як змінюється мозок 238

Батьки повинні розмовляти з дітьми позитивно 238

Програма освіти для дошкільнят в США 238

Що можуть зробити батьки? 239

Іслам, спів та музика 240

Живопис і скульптура в Ісламі 242

Розвиток мозку ходунків 242

Як емоції переважають розважливість 245

Завдання 246

РОЗДІЛ 12.**247****Хлопчики та дівчатка: чи різні вони?**

- Вступ 248
- Відмінності: логіка проти емоцій 248
- Емоційний зв'язок 250
- Почуття 251
- Статус 251
- Міміка 251
- Стереотипне сприйняття хлопчиків і дівчаток 252
- Горе 252
- Мудрість гендерних відмінностей 252
- Коли починається гендерна відмінність? 255
- Виховання: мудрість статі 256
- Чому дисбаланс? 257
- Міфи про батька-доглядача 258
- Вплив відсутності батька на дітей 259
- Різні потреби хлопчиків і дівчаток 259
- Реакція на гендерні відмінності 262
- Стать і темперамент: підміна понять 262
- Виховання і стать з позицій Ісламу 263
- Божественний шлях – найкращий шлях 266
- Завдання 267

РОЗДІЛ 13.**269****Секс та сексуальне виховання: що говорити дітям?**

- Вступ 270
- Що таке сексуальне виховання? 270
- Американський досвід 271
- Сприймання матерів і дочок в США 274
- Цінності і секс: вчора і сьогодні 274
- Навіщо дітям сексуальне виховання? 276
- Батькам не варто мовчати про секс 277
- Чому навчати дітей? 277
- Сексуальне зловживання: наскільки це серйозно? 278
- Авраамічні традиції забороняють позашлюбний зв'язок та зраду 280
- Логічне обґрунтування покарання перелюбу та зради 280
- Хвороби, що передаються статевим шляхом 281
- Відносини «мій хлопець – моя дівчина» 282
- Діти мають дітей: аборт і усиновлення в Ісламі 284
- Гомосексуальність і батьки 287
- Сексуальне виховання в Ісламі 289
- Обов'язок батьків по відношенню до дітей 291
- Секс і гігієна 291

- Підлітки і стриманість 292
 Ісламське вирішення сексуальної дилеми: мапа превентивних заходів 294
 Дилема: система освіти проти раннього шлюбу 302
 Захист дітей від сексуальної наруги 304
 Навчальний план для мусульманської сексуальної освіти 308
 Завдання 310

ЧАСТИНА ТРЕТЯ (Розділи 14-16)

Створення характеру і особистості 313

РОЗДІЛ 14. 315

Характер та індивідуальність

- Вступ 316
 Що таке характер? 317
 Формування характеру 318
 Що таке особистість? 319
 Завдання 320

Виховуємо хоробрість 321

- Базові принципи відваги і страху 322
 Розуміння розвитку дитячих страхів 325
 Дітей потрібно вчити емоційної хоробрості 325
 Між відвагою і підпорядкуванням 326
 Тиск однолітків 326
 Боязкість чи сором'язливість? 329
 Завдання 330

Навчаємо любові 333

- Принципи емоційних повноважень 334
 Любов: концепція Творчого Розуму в Корані 334
 Корисні поради для батьків 336
 Коли діти говорять: «Я ненавиджу тебе!» 338
 Перша дитина 338
 Чому батьки люблять своїх дітей? 339
 Любов і впевненість у собі 341
 Практичний шлях розвитку співчуття 341
 Способи відчувати себе коханими 343
 Чи повинні батьки вчити ненависті? 344
 Завдання 344

Навчання чесності та надійності	345
Основні принципи	346
Поєднання характеру зі світоглядом	347
Чому діти брешуть? Як реагувати на брехню?	349
Пророчий спосіб викорінювати брехню	350
Завдання	352
РОЗДІЛ 15.	353
Виховання незалежних, відповідальних та творчих дітей	
Навчання відповідальності	355
Закладання фундаменту	356
Можливості на різних щаблях розвитку	358
Принципи, які слід розвивати	359
Практичні пропозиції	362
Об'єднайте привілеї і відповідальність	363
Завдання	366
Навчання незалежності	367
Міф	369
Переваги віку	370
Дайте ходунку знайти власний шлях	371
Відділення: як впоратися з зайвою залежністю	371
Підлітки – реальність	372
Вплив стилю виховання: авторитет проти сили	374
Навички для зміцнення самостійності	376
Підказки для батьків	380
Поради чи самостійність?	382
Якщо батькам не подобаються друзі дітей	385
Допомагайте приймати рішення	385
Кроки до прийняття рішень	386
Завдання	387
Сприяння творчості	389
Поради для творчого розвитку	390
Відкинуті винаходи	392
Пригнічуючи дитячу творчість	393
Негатив, який блокує творчість	394
Шляхи розвитку творчого начала	395
«Непродуктивні» ідеї	397
Що можуть зробити батьки?	398
Замітка про іграшки	399
Завдання	401

Зміст	449
Почуття власної гідності і розбещеність	404
Як не виростити розбещених дітей	404
Не дозволяйте сльозам стати зброєю	406
Завдання	407
Друзі вашої дитини	409
Щоденний тиск в школі	410
Вибір друзів	410
Що робити, якщо друзі дитини вам не подобаються	411
Чому таке сильне тяжіння між підлітками?	412
Несприятливе середовище	414
Завдання	415
РОЗДІЛ 16.	417
Згубний вплив телебачення, мобільних телефонів, відео та комп'ютерних ігор	
Вступ	418
Перелік питань для батьків	418
Види негативного впливу телевізора	419
Швидкі факти про ТБ	424
Чужий	424
Сімейні альтернативи перегляду телевізора	425
Серйозніші варіанти	427
Шкода від неконтрольованого Інтернету	430
Комп'ютерні ігри	430
Відеоігри та діти	431
Висновки	433
Завдання	434
ВИСНОВОК	437

БАТЬКИ ТА ДІТИ:

ДОРОГОВКАЗИ ВИХОВАННЯ

Хішам Аль-Таліб
Абдул-Хамід Абу Сулейман
Омар Хішам Аль-Таліб

Переклад:
Андрій Сергійович Василенко

Редакція:
Марко Микитович Хряк-Петльований

Обкладинка:
Шираз Хан

Верстка:
Гасан Гасанов

Підписано до друку 03.01.2022 р. Формат 70x100 1/16.
Папір офсет. Гарнітура «Minion Pro». Друк цифр.
Ум. друк. арк. 36,73. Наклад 500 екз. Зам. № 3.
Видавництво «Волинські обереги».
33028 м. Рівне, вул. 16 Липня, 38; тел./факс: + 38 (0362) 62-03-97.
e-mail: oberegi97@ukr.net
Свідоцтво про внесення в Державний реєстр
суб'єкта видавничої справи ДК № 270 від 07.12.2000 р.
Віддруковано в друкарні в-ва «Волинські обереги».

БАТЬКИ ТА ДІТИ



Ця всебічна настанова, яка читається на одному подиху, містить те, що вам необхідно знати, щоб бути впевненим батьком або мамою. Книга сповнена порад та дієвих рекомендацій, містить великий обсяг інформації про те, як виховати у дітей позитивні риси характеру, навчити їх не засмучуватися і не зриватися, щоб в сім'ї панувала гармонія. Автори пропонують посібник з розвитку знань, прищеплення цінностей і навичок, а також формування світогляду, заснованого на вірі, пріоритеті батьків, у дітей різного віку. Численні стратегії і техніки включають: навчання дітей вирішенню проблем, прийняттю рішень, і розвитку самооцінки. Зростити віруючих, успішних дітей з моральними принципами, з почуттям громадянського обов'язку в сучасному світі не так просто. Ефективне виховання – це гідне майбутнє потомства.

Особливо важливо, що ця книга пропонує ісламське вирішення проблемних питань у вихованні дітей. Я був вражений різнобічним висвітленням найбільш доступних теорій дитячого розвитку. Автори не обійшли своєю увагою також помилки сприймання дитячої психології, які найчастіше зустрічаються в житті.

Д-Р КУТАЙБА ЧЕЛЕБІ, *дитячий психіатр, колишній керівник відділу психіатрії в госпіталі Дослідницького центру Короля Файсала, патент Американської ради з питань психіатрії та неврології, Саудівська Аравія*

Одна з найбільш проникливих і повних книг про успішне виховання. Праця стосується питань організації домашнього середовища, і експериментального світу дітей і включає дієві шляхи з вдосконалення життя сімей всієї земної кулі.

ІДРІС ХАМІССА, *міжнародний консультант з питань освіти і людського розвитку.*

Книга має безліч видатних переваг, і я кажу це як автор багатьох книг про виховання і сімейні проблеми, які були перекладені багатьма мовами. Книга пропонує численні джерела і цінні посилання для допомоги батькам, вказує правильне відчуття задоволення для дітей, і підкреслює, що це повинно йти від вірності громаді і родинним зв'язкам, а також пропонує прекрасний перелік дій в кінці кожного розділу, які, якщо будуть застосовуватися батьками, гарантують здорову і позитивну сімейну атмосферу.

Д-Р МУХАММЕД Р. БЕШИР, *член консультативної комітету SIFCA (Шура ісламських сімейних консультантів Америки), радник Мусульманської асоціації Канади (МАС) і Мусульманської спільноти Америки (МАС), відділень з питань виховання.*

Це хороше дослідження і настанова, що наштовхує на роздуми кожного, хто залучений в процес виховання, і пропонує методи, як бути успішним батьком чи матір'ю в сучасному світі. Автори додають до теорії багато практичних порад з виховання в легкодоступній формі, які можуть бути застосовані батьками як в сучасному, так і в традиційному середовищі. Книга містить чимало практичної інформації про те, як змусити працювати теорію, включаючи всю сім'ю в складний процес виховання.

ФАТІМА ДЕСАЙ, *адвокат з прав дітей, бакалавр права, магістр (вивчення дитячого розвитку і дитячих проблем).*



МІЖНАРОДНИЙ ІНСТИТУТ
ІСЛАМСЬКОЇ ДУМКИ

COVER IMAGE © facebook.com/yuschenko.k
© ua.depositphotos.com
© shutterstock.com
© istockphoto.com