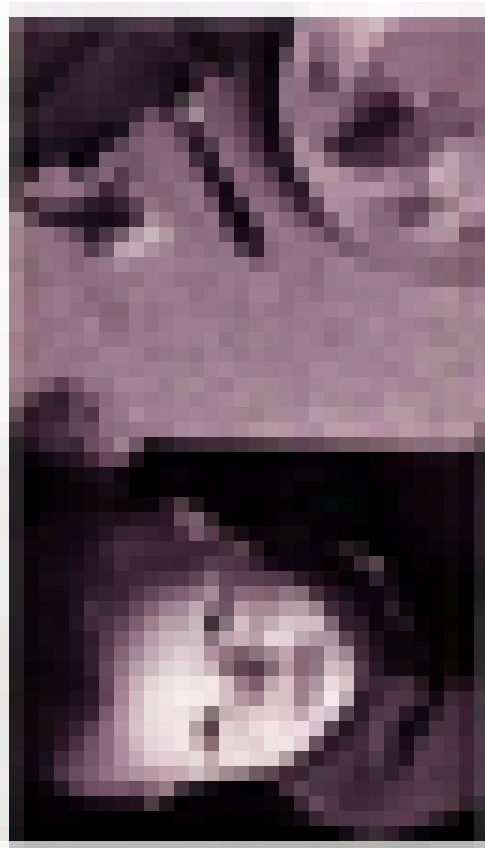


Воспитание Младенца



Ваш непонятный ребёнок

Содержание 1



Ваш непонятный ребенок - Екатерина Мурашова

Книга Екатерины Мурашовой «Ваш непонятный ребенок» посвящена проблемам воспитания и психологического развития детей дошкольного и школьного возраста. Одно из неоспоримых достоинств этой книги — удивительное сочетание серьезного профессионального подхода и блестящего стиля изложения. Автор опирается на богатый практический опыт, накопленный за годы работы в районной детской поликлинике Санкт-Петербурга, где ей, консультанту широкого профиля, приходится сталкиваться с разнообразными проблемами детей всех возрастов. Это и задержки в развитии речи, гиперактивность, агрессивность, застенчивость, всевозможные фобии, трудности школьной адаптации, неуспеваемость, тяжелые кризисы подросткового возраста и многое другое.

- [Введение. Здоровье или болезнь?](#)
- [Часть первая. Психологические проблемы дошкольного возраста](#)
 - [Глава 1](#)
 - [Лариса — капризный ребенок](#)
 - [Что такое детские капризы?](#)
 - [Почему дети капризничают?](#)
 - [Что делать родителям, когда ребенок капризничает?](#)
 - [Чем может помочь специалист?](#)
 - [Вернемся к Ларисе...](#)
 - [Глава 2](#)
 - [Гриша — ребенок-катастрофа](#)
 - [Что такое гипердинамический синдром?](#)
 - [Как часто это встречается?](#)
 - [Как вести себя с таким ребенком?](#)
 - [Чего можно ожидать в будущем?](#)
 - [Чем может помочь специалист?](#)
 - [Вернемся к Грише...](#)
 - [Глава 3](#)
 - [Игорь — маленький агрессор](#)
 - [Что такое детская агрессивность?](#)
 - [Каковы причины детской агрессивности?](#)
 - [Как вести себя родителям, если ребенок агрессивен?](#)
 - [Чем может помочь специалист?](#)
 - [Вернемся к Игорю...](#)
 - [Глава 4](#)
 - [Галя и ее страхи](#)
 - [Что такое детские страхи?](#)
 - [Как часто встречаются детские страхи?](#)
 - [Чего дети боятся?](#)
 - [Как проявляются детские страхи?](#)
 - [Каковы причины возникновения детских страхов?](#)
 - [Что могут сделать родители, чтобы помочь ребенку справиться со своим страхом?](#)
 - [Что может сделать специалист?](#)
 - [А как же Галя?](#)

- Глава 5
 - Зоя, которая не хочет учить буквы
 - Как развивается мозг и психические функции ребенка-дошкольника
 - С какого возраста следует «развивать» ребенка? Как и зачем это обычно делают?
 - Как развивать ребенка, чтобы не навредить ему?
 - Проблема подготовки ребенка к школе. Школьная зрелость
 - Как правильно выбрать школу?
 - А как же Зоя?
- Глава 6
 - Боря, который молчит
 - Развитие речи ребенка в дошкольном возрасте. Средние нормы и индивидуальные вариации
 - Какие бывают нарушения развития речи?
 - Причины задержки развития речи
 - Что могут сделать родители?
 - Чем может помочь специалист?
 - И опять этот Боря...
- Часть вторая. Психологические проблемы школьного возраста
 - Глава 1
 - Ромка — "тупой" ребенок
 - Почему дети не успевают в начальной школе?
 - Различные типы нарушения школьных навыков
 - Вечный вопрос: что делать?
 - Возможные последствия неуспеваемости в начальной школе
 - «Тупой» Ромка оказывается не таким уж тупым
 - Глава 2
 - Валерий — способный, но ленивый...
 - Почему дети могут, но не хотят учиться?
 - Читающие и нечитающие дети
 - Телик, видик и компьютер. Польза или вред?
 - Что нужно делать, чтобы воспитать в ребенке ненависть к школе и отвращение к знаниям?
 - Чем могут «помочь» в этом деле учителя и специалисты?
 - Возвращаясь к Валерию...
 - Глава 3
 - Никитка и его «дурная компания»
 - Какие расстройства социального поведения у детей мы знаем?
 - Почему дети уходят «налево»?
 - Что делать, чтобы этого не случилось? И как себя вести, если это уже произошло?
 - Чем может помочь специалист?
 - Возвращаясь к Никитке...
 - Глава 4
 - Ксюша — стеснительная девочка
 - Почему дети стесняются?
 - К чему это может привести?
 - Что нужно делать, чтобы этого не произошло?
 - Терапия стеснительности
 - Возвращаясь к Ксюше...
 - Глава 5

- Отличница Василиса и ее невроз
- Что такое невроз?
- Какие бывают неврозы?
- Основные предпосылки возникновения неврозов у детей
- Что делать, если у ребенка невроз?
- Еще об отличнице Василисе
- Глава 6
 - Вася Конопляников и его семья
 - Основные типы нарушений семейных взаимодействий
 - Семейные проблемы и их влияние на ребенка
 - Ребенок как носитель симптома семейной дисгармонии
 - В каких случаях следует обратиться к специалисту?
 - Васина семья
- Часть третья. Этот непонятный и непонятый подросток
 - Глава 1
 - «Озверевшая» Марина
 - Что такое подростковый кризис?
 - Приметы подросткового кризиса
 - Когда он начинается и когда заканчивается?
 - Цели и задачи подросткового кризиса
 - Как вести себя родителям?
 - В каких случаях следует проконсультироваться со специалистом?
 - А что же с Мариной?
 - Глава 2
 - Вероника и первая любовь
 - Как в норме протекает психосексуальное развитие детей и подростков?
 - Что такое половое воспитание сегодня и кто должен им заниматься?
 - Как вести себя при встрече с подростковом чувством? Самые распространенные ошибки и находки
 - Чем может помочь специалист?
 - Вероника и ее любовь. Окончание
 - Глава 3
 - Антон, который ничего не хочет
 - Что такое депрессия?
 - Проблема цели и проблема смысла
 - Как родители могут помочь подростку отыскать свое место в жизни?
 - Кто и что может помочь еще?
 - Возвращаясь к Антону..
 - Глава 4
 - Клава, которая не хотела жить
 - Почему люди пытаются покончить жизнь самоубийством? Как часто это случается?
 - Причины и последствия суицидальных настроений в подростковом возрасте
 - Как предотвратить самое страшное? Что делать, если одна суицидная попытка уже была?
 - Снова Клава...
 - Глава 5
 - Лена и рок-н-ролл
 - Что такое референтная группа и зачем подростку это нужно?
 - Что такое молодежные кумиры? Зачем они нужны и какие они бывают?
 - Где границы нормы и как уберечь ребенка?

- [Еще о Лене...](#)
- [Заключение. Работа как работа...](#)

Ваш непонятный ребенок

Психологические прописи для родителей

*Врачам и сотрудникам
детской поликлиники № 47
г. Санкт-Петербурга
с признательностью и уважением*

Введение. Здоровье или болезнь?

Здравствуйте, уважаемые родители и воспитатели!

Для начала давайте познакомимся. Я — возрастной психолог. Еще 10–15 лет назад девять из десяти опрошенных людей уверенно путали психолога с психиатром. Теперь ситуация изменилась к лучшему. Психолог — это не врач. Он, как правило, не имеет полного медицинского образования, не ставит диагнозов и не прописывает лекарств. Психологи в основном работают с психически здоровыми людьми. С психически больными работают психиатры — врачи по основному образованию. Основные направления работы психолога — психологическое тестирование (не имеющее никакого отношения к тестам, публикуемым в популярных газетах и журналах), индивидуальное или семейное консультирование, индивидуальная, семейная или групповая психотерапия. Сегодня существует огромное количество тестов, методик и направлений психотерапии, которые психолог может использовать в своей работе. Понятно, что ни один психолог не использует их все. У каждого практикующего психолога или психотерапевта есть свой излюбленный набор методов, который он периодически обновляет или расширяет.

Вот уже несколько лет я работаю психологом-консультантом в обычной районной детской поликлинике. В основном я работаю с семьями. Чаще всего родители приводят старших дошкольников и младших школьников. У них много проблем, и о большинстве из них мы будем говорить в данной книге. Частенько приходят и подростки. Реже — сами, насмотревшись сериалов или действительно запутавшись в собственной жизни, чаще — на поводу у разгневанных или обескураженных поведением чада родителей. С некоторыми из них удастся установить контакт, с некоторыми, к сожалению, — нет. Последние уходят навсегда, а первые забегают и потом, уже выйдя из возраста детской поликлиники, просовывают в дверь повзрослевшие лица, спрашивают лукаво:

— А мне можно? Это ничего, что я к вам записалась?

Иногда основная работа происходит с родителями, и уже они, изменившись, влияют на поведение или даже здоровье детей.

Довольно часто на прием приглашается вся семья, и тогда это называется семейным консультированием или семейной психотерапией. Зачастую проблемы ребенка — это отражение проблем семьи в целом, и в этом случае справиться с ними удастся только тогда, когда налажено конструктивное и прочное сотрудничество психолога и всех членов семьи.

Но кто бы и с чем бы ни приходил ко мне на прием, всегда все начинается с одного и того же

вопроса:

— Скажите, это нормально, если он (она, я, они и т. д.)?..

Продолжение может быть любым, и сам вопрос в такой именно форме может не прозвучать, но подразумевается он всегда. И это, простите за тавтологию, — нормально.

Потому что прежде чем искать причины, во что-то вмешиваться, что-то менять, убирать, добавлять или корректировать, необходимо выяснить, что перед нами: вариант возрастной нормы или действительно патологическое отклонение?

Ни для кого не секрет, что все дети развиваются по-разному. Существуют врожденные различия темперамента, склонностей и способностей. Даже у самых маленьких детей существуют приобретенные различия характера, и все это необходимо учитывать. Но существуют и некие общие закономерности. Принято считать, что возрастное развитие человека состоит из кризисов и относительно стабильных периодов. Общее число и точные сроки наступления этих кризисов по-разному описываются разными исследователями и зависят, главным образом, от того, на какую теорию личности этот исследователь опирается. Свою периодизацию развития человека выдвигали З. Фрейд (опора на психосексуальное развитие), В. Штерн (опора на биогенетические закономерности), отечественные исследователи Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин. Существуют периодизации социального развития ребенка (А. В. Петровский), морального развития (Л. Кольберг), интеллектуального развития (Ж. Пиаже, Дж. Брунер). Одной из самых известных является психоаналитически ориентированная «теория психосоциальных кризисов» американского психолога Эрика Эриксона. Всего в жизни человека Эриксон выделяет восемь кризисов, из которых шесть приходится на период от рождения человека до окончательного взросления. Другие психологи считают кризисы иначе, но в одном все сходятся: наиболее густая поросль кризисов — именно в районе детства и ранней юности. Потом вроде бы становится поспокойнее (хотя многие, разумеется, с этим не согласятся).

Каждый кризис имеет какую-то свою цель и задачу. Каждый кризис должен быть успешно разрешен. Если этого не происходит, то развитие в той или иной мере нарушается. В период кризисов человек особенно уязвим для стрессов и негативных влияний. Именно в периоды кризисов люди чаще всего заболевают различными соматическими и нервнопсихическими заболеваниями.

Первый кризис, который переживает человек, — это, несомненно, рождение. Его основная задача — приспособление к окружающему миру.

Дальше мнения специалистов расходятся, и поэтому мы будем говорить не о сроках и количестве кризисов, а о феноменах, которые их сопровождают.

Итак, где-то во второй половине первого года (и уж наверняка к его завершению) нормально развивающийся ребенок проявляет какие-то признаки страха и недоверия по отношению к незнакомым людям. Со знакомыми и родными он ведет себя спокойно и доверчиво.

Где-то около двух лет появляется упрямство, иногда сочетающееся с откровенным шкодничеством. «Он как будто меня испытывает!» — говорят мамы о таких детях. Действительно испытывает, ведь одна из задач данного кризиса — установление границ приемлемого поведения. Другая задача — завоевание физической автономии (знаменитое «Я сам!»).

В возрасте четырех-пяти лет большинство детей боятся крупных животных, необычных

природных явлений, иногда нешуточно пугаются чужих или даже собственных фантазий («Это Бяка-закаляка кусачая, я сама из головы ее выдумала... Я ее боюсь!»).

Приблизительно в это же время — что-то вроде мировоззренческого кризиса. Ребенок впервые задумывается над основными вопросами бытия, часто задает вопросы типа: «Мама, а ты не умрешь?», «А я не умру?» и т. д. Этот кризис ни в коем случае не должен быть «проворонен» родителями, так как в этот период ребенку категорически необходима их поддержка.

Когда ребенок идет в школу, с ним может случиться, а может и не случиться кризис начала обучения в школе. Если уровень школьной зрелости ребенка (о его определении будет рассказано ниже) высокий или средневысокий, то, как правило, никакого кризиса не происходит.

Далее следует всем известный подростковый кризис, о котором мы также будем подробно говорить.

На этом череда кризисов, разумеется, не обрывается, но рассмотрение кризисов взрослой жизни не входит в нашу задачу и потому остается за рамками данной книги.

Итак, **первое**, о чем надо помнить родителю или воспитателю, — *вариативность индивидуального возрастного психологического развития*.

Второе — *существование кризисных возрастных периодов, для каждого из которых характерны свои особенности*.

И, наконец, **третье**: *существуют симптомы, склонности и особенности поведения ребенка, которые должны насторожить внимательных родителей и привести их на консультацию к психологу*.

Приведенный ниже список, разумеется, далеко не полон, но он поможет сориентироваться в проблеме. Посоветоваться со специалистом имеет смысл в том случае, если:

- у ребенка имеются проблемы с наследственностью;
- у ребенка имеется родовая травма или иной неврологический диагноз;
- у ребенка постоянно нарушен сон, аппетит и режим дня;
- ребенок до года отстает больше чем на два месяца от своих сверстников по любому из психомоторных показателей;
- приучение к чистоте вызывает упорное сопротивление; к трем годам ребенок все еще регулярно писает или какает в штанишки;
- к двум годам речь ребенка состоит всего из нескольких слов; в три года ребенок не говорит предложениями;
- упрямство ребенка носит особенно «злостный» характер, доставляет серьезные неудобства и даже приносит прямой вред самому ребенку или окружающим;
- ребенок чрезмерно агрессивен, регулярно бьет детей, животных или родителей. На увещания не реагирует;
- у ребенка много страхов, он не спит по ночам, просыпается с криком, не остается один даже

в светлой комнате;

— ребенок часто болеет простудными заболеваниями, имеет целый букет функциональных расстройств;

— внимательность ребенка, на ваш взгляд, оставляет желать много лучшего. Он чрезмерно расторможен, беспрестанно отвлекается, ничего не доделывает до конца;

— вам кажется, что другие дети намного умнее (или глупее) вашего ребенка. Может быть, он умственно отсталый (или вундеркинд)?

— учебные проблемы младшего школьника не спешат уменьшаться после усиленных занятий с ним;

— у вашего ребенка нет ни друзей, ни постоянных приятелей;

— в средней школе у ребенка нет абсолютно никаких увлечений или они меняются по несколько раз за месяц;

— постоянно происходят конфликты между ребенком и кем то из членов семьи;

— вы абсолютно перестали понимать, что происходит с вашим сыном или дочерью. Его (ее) душа для вас — «черный ящик»;

— в школе все жалуются на вашего ребенка. Вам кажется, что они несправедливы;

— ребенок часто уходит из дома и вы не знаете, где и с кем он проводит время;

— ребенок совершил один или больше поступков, которые принято называть асоциальными;

— ваш подросток совершенно запустил учебу. Похоже, его это совершенно не волнует;

— ваш сын или дочь неоднократно утверждали, что жизнь — нестоящая штука, или в пылу ссоры с вами угрожали покончить с собой;

— отношения между членами семьи настолько сложны и запутанны, что вы понимаете: это не может не отразиться на психике ребенка.

Иногда (в последние годы все чаще, так как психологическая грамотность населения медленно, но неуклонно растет) ко мне приходят родители, которые просто хотят побольше узнать о своем ребенке, о том, как правильно строить свои отношения с ним, как развивать его интеллект и эмоциональность. С такими родителями мы говорим и о ближайших возрастных кризисах, которые предстоят их ребенку, и о его личностных особенностях, и о том, к чему это может привести в дальнейшем, а также о том, как наиболее продуктивно использовать сильные стороны личности и интеллекта ребенка. Такое «профилактическое» направление работы представляется мне особенно перспективным, потому что известно, что любую проблему легче предупредить, чем потом с ней бороться.

Предлагаемая вам книга построена по очень простому принципу. В каждой главе обсуждается одна из проблем, типичных для определенного возраста (например, детские страхи или подростковый кризис). Начало и конец главы посвящены реальному случаю из практики автора. В начале — завязка, в конце — анализ проблемы конкретного ребенка или семьи, методы терапии, окончание истории. Середина главы посвящена научно-популярному

изложению всего, что связано с данной проблемой. Опять же, с опорой на многочисленные примеры.

При написании книги автор очень старался быть честным и не особенно занудным. Что получилось — судить вам!

С уважением, Екатерина Мурашова

Часть первая. Психологические проблемы дошкольного возраста

Глава 1

Лариса — капризный ребенок

Рассказывает молодая мама по имени Галя:

— Я просто не знаю, как себя вести. До двух лет мы жили спокойно. Она все понимала. Я скажу — она сделает. А теперь... Я говорю: подними игрушку, а она еще и другую на пол бросит. Я говорю: нельзя книги рвать, так она дождетя, пока я из комнаты уйду, достанет их из шкафа и порвет в мелкие клочки. Начинаешь наказывать — орет как резаная, на пол кидается. Кухонный стол новым маркером разрисовала — бабушку чуть удар не хватил. У мужа со стола схватила какую-то важную бумагу — скомкала. И ведь знает же, что нельзя. Все равно... На улице тоже... Сначала: не пойду гулять. Потом — не пойду домой. Я уже сама не понимаю, чего ей надо. У невропатолога были, он сказал: здорова. Правда, таблетки какие-то выписал... Муж говорит: ты ее избаловала. А я ее, вроде, и не баловала никогда...

Маленькая Лариса двух с половиной лет — смешливая, общительная, с носом пуговкой и лукавыми серыми глазами. В кабинете лезет во все ящики, стащила на пол все игрушки, украдкой оглядываясь на мать, подбирается к моим ключам.

Я прошу Галю:

— Расскажите, пожалуйста, что у вас в доме можно, а что нельзя...

Галя (нерешительно):

— Ну, то есть как... Как у всех... рисовать нельзя на обоях...

— А где можно?

— В альбоме, у нее есть специальный, но она в нем не рисует почему-то... Ну, посуду нельзя брать из серванта, книги рвать, воду открывать без спросу, брызгаться, на пол лить... Да вы что, думаете, мы ей все запрещаем, что ли?! Да она...

— Нет, нет, я так совершенно не думаю. Продолжайте, пожалуйста.

Галя (задумчиво):

— Ну, нельзя обрывать листья у цветов, кошку мучить, залезать на подоконник, трогать розетки, стучать по мебели... вы знаете, очень трудно все перечислить. А зачем это?

— Видите ли, я попросила вас назвать, что **можно** и что **нельзя** в вашем доме. Причем слово **можно** я поставила на первое место. Вы же перечислили мне только **нельзя** ...

— Все остальное — можно! Это же понятно.

— Это понятно вам, может быть, понятно мне... хотя, впрочем, тоже не очень... А можно ли стучать по стенкам? Рисовать маркером на стеклах?

Галя (несколько растерявшись):

— Стучать по стенам? Н-не знаю...

— Вот и Лариса тоже не знает. Суть ее метаморфозы, которая так вас испугала, заключается в том, что ваша дочь перестала быть простым продолжением вас. Вспомните свою же собственную формулировку: «Я говорила — она делала». Теперь же у нее появились **свои собственные** потребности, желания и интересы. До недавнего времени ваши мировоззренческие картины совпадали (точнее, Лариса пользовалась вашей), сегодня все обстоит иначе. Вы скажете, что и у новорожденного младенца есть свои потребности, например, иметь сухие пеленки. Это так, но лишь сейчас, после двух лет (для каждого ребенка этот возраст индивидуален), Лариса эти свои желания и потребности осознала, выражаясь научным языком, отрефлектировала. Младенец «знает», что главная его задача — быть вместе с матерью, а удовлетворение всех остальных потребностей целиком и полностью зависит от этого факта. Не так обстоит дело с двухлетним ребенком. У него уже появляются свои собственные, отдельные от матери желания, и одно из них — исследовать окружающий мир. Практически первое, что желает выяснить ребенок относительно этого мира, — что можно и что нельзя. Именно в такой последовательности, ибо о том, что нельзя, как вы справедливо заметили, Лариса уже многое знает. Но до сих пор она принимала все на веру. А теперь проверяет — действительно нельзя? А что будет, если... И что же, в конце концов, можно?!

Галя (нетерпеливо и слегка раздраженно):

— Так что же, я должна ей все позволять?! Это же опасно... и невозможно...

— Разумеется, невозможно. Вероятно, вам просто следует учитывать тот факт, что ваша дочь слегка подросла и вступила в следующую фазу возрастного развития.

— Но как это учитывать? Мне иногда кажется, что она нарочно меня дразнит...

— Совершенно верно. Только не дразнит, а изучает ваши реакции. Родители — первый и самый важный объект для исследования, это так естественно. А насчет того, как учитывать... Какие у вас сейчас есть соображения, в свете вышесказанного?

— Я думаю, нужно ей прямо говорить, что можно...

— Так, так. И каждое «нельзя»...

— И каждое «нельзя» сопровождать «можно»...

— Совершенно верно. Нельзя рвать книги, но можно — старые газеты, рекламки. Нельзя стучать по серванту, но можно — по доске. Нельзя прыгать с подоконника, но можно — со стула, с дивана.

— И еще. Раз уж она у нас теперь личность, то мы должны ей все объяснять. Я стараюсь, но

она иногда меня так доводит...

— Может быть, Лариса «доводит» вас тогда, когда объяснения ей непонятны или неубедительны? Может быть, иногда следует позволить ей произвести небольшой опыт? Разумеется, под вашим контролем?

— Да, наверное, — задумалась Галя. — Вот она маленькая к утюгу все лезла, мешала мне гладить, а бабушка как-то разозлилась и сказала: «Не веришь, что бобо, вот тебе утюг, бери!» Она потрогала, обожглась и больше на стол не лезла, когда гладят...

— Вот видите, как хорошо. Сочетание объяснения и, когда это возможно, опыта.

— Но есть же вещи... Вот, например, кошку она за хвост таскает. И объясняли ей сто раз, что кошке больно, и кошка ее царапала, ничего не помогает...

— Это очень хороший и важный вопрос. Действительно, ребенку нельзя дать попробовать выпрыгнуть с пятого этажа, а также вразумительно объяснить, почему этого делать нельзя. В таких случаях на помощь приходит система семейных табу. Она уникальна для каждой семьи, но не должна включать в себя больше двух-трех пунктов. Это должны быть действительно **очень важные** пункты, связанные с жизнью, здоровьем, а также основными моральными принципами семьи. Табу — это то, чего делать **безусловно** нельзя. По биологической сути табу близки к условным рефлексам. Пример системы табу, принятой в семье:

1. Нельзя ударить никого из членов семьи.
2. Нельзя мучить кошку.
3. Нельзя открывать окно на улицу.

Вырабатывается табу следующим образом. Сначала все члены семьи договариваются о содержательной стороне системы. После согласования распределяют роли. На какое-то время всем членам семьи придется стать актерами, ибо в выработке табу и в самом деле есть нечто театральное, а если смотреть глубже — нечто от древних ритуалов. Ведь, если помните, именно у дикарей были очень сложные и разветвленные системы табуирования, регулирующие практически всю жизнь **взрослого** населения племени. Предположим, постулат, который необходимо усвоить полуторагодовалому ребенку, звучит так: «Нельзя бить маму»!

И вот маленький агрессор, чем-то недовольный, размахнулся и, как это у него водится, шлепнул маму по щеке.

Если ребенка держали при этом на руках, то его тут же спускают на пол. С этого момента и до конца сцены никто не обращается прямо к нему. Все реплики подаются через его голову. Примерный сценарий:

Мама: Как! Мой сын меня ударил! О Боже! Что же мне делать! Как я несчастна! (*сидит, закрыв лицо руками, потом медленно, стелая, удаляется в другую комнату*).

Папа: Невероятно! Этот мерзавец посмел ударить мать! Какой кошмар! И это мой сын! Я уничтожен! Я не желаю его видеть и говорить об этом. (*Удаляется вслед за женой и там громко утешает ее, продолжая громко возмущаться поступком сына*).

Бабушка: Господи! И это в нашем доме! Да я с дедом сорок лет прожила, он на меня ни разу руку не поднял! А мой внук... (*печально качая головой, удаляется вслед за остальными*).

Отчуждение от родителей — самое страшное и невероятное событие в жизни маленького

ребенка. В результате вышеописанной сцены (если, конечно, никто не хихикает в процессе исполнения) ребенок убеждается в том, что есть поступки, которые могут перевернуть его мир с ног на голову. Тут уж не до экспериментов. Как правило, двух-трех повторений бывает достаточно, чтобы занесенная для удара ручка начала сама собой опускаться. Только учтите, что подобную реакцию должен встречать **каждый** табуированный проступок ребенка. Не может быть такого, чтобы сегодня все стонали, как сумасшедшие, а завтра на то же самое не обратили внимания. Подобная непоследовательность куда вреднее, чем отказ от системы табу вообще.

— Так, хорошо, я все поняла, — решительно сказала Галя. — И что же, если я все это сделаю, она перестанет меня «доставать»?

Лариса, наконец, стащила мои ключи и вместе с ними быстро заползла под кресло.

— Отдай ключи доктору! — тут же заполошно вскричала Галя. — Отдай немедленно!

— А ты знаешь, Лариса, брать ключи — это можно, — задумчиво говорю я.

Лариса тут же выползает из-под кресла, протягивает мне ключи:

— На, тетя, кючи, — говорит она и начинает хищно поглядывать на перекидной календарик...

Что такое детские капризы?

Наверняка каждый человек, даже никогда не имевший детей, когда-нибудь видел, как капризничают маленькие дети. Истошно вопящий малыш в троллейбусе, маленький упрямец, не желающий уходить от вожаделенного киоска, ревущее в три ручья существо, которое буквально волочет по улице разгневанная или, наоборот, сама чуть не плачущая мамаша, — все это только верхушка айсберга. Основным полем детских капризов является, конечно же, дом, семья. Очень часто родители, беспомощно разводя руками, признаются: в яслях его хвалят, говорят — тихий, спокойный, все делает, а дома...

Что же такое детские капризы? Откуда они берутся и что означают?

Для начала немножко видоизменим вопрос и поставим его так: отчего дети капризничают? Послушаем голоса, выражающие так называемую народную мудрость:

— спал днем плохо, вот и капризничает...

— перегулял, давно уж надо бы спать положить...

— как что не по его, так он всегда начинает...

— слишком много людей, новых впечатлений, вот он и перевозбудился...

— устал он, конечно, целый день в дороге...

— заболел, может... Лоб-то не горячий?

Легко убедиться, что все приведенные выше высказывания ищут и находят причину капризов ребенка во внешних по отношению к нему обстоятельствах. Сам он тут как будто бы и ни при чем. Ни при чем оказываются, как это ни странно, даже окружающие ребенка люди и их отношения между собой. Сказанное выше может относиться абсолютно к **любому** ребенку. А

то, что некоторые дети капризничают практически непрерывно, а некоторые — почти не капризничают вообще, вроде бы к делу и не относится.

Но нас-то интересуют конкретные причины. Кроме того, всем известны такие ситуации, когда ребенок особенно капризен в присутствии какого-нибудь одного человека, и случаи, когда даже очень уставший или больной ребенок проявляет совершенно ангельскую кротость.

В чем же здесь загвоздка? И чем, собственно, нехорошо «народное» толкование детских капризов?

Ответ очень прост. Детские капризы — это послания ребенка. Послания маленькой личности окружающим ее людям, миру. Не учитывать этого при общении с ребенком — значит игнорировать значительную часть его истинных потребностей. Как же читать эти послания?

Иногда их текст прозрачен и легко прочитывается внимательной матерью или бабушкой (см. пример, приведенный выше: капризничает, значит, спать хочет! Достаточно такого капризничавшего ребенка уложить, и все будет хорошо. Послание прочитано, потребность удовлетворена).

Но далеко не всегда все так просто. Вспомните Ларису.

Почему дети капризничают?

1. Первый пункт подскажет нам все та же «народная мудрость».

Причиной детской капризности может быть хроническое или только начинающееся *соматическое заболевание*. Если ребенок испытывает физическую боль, если ему душно, жарко, если его тошнит или бьет озноб, он, может быть, и не сумеет сказать об этом словами (особенно если речь идет о ребенке до трех лет), но будет демонстрировать испытываемый им дискомфорт в виде изменений поведения. Это будет поведение протестное или непоследовательное, эмоционально противоречивое или заторможенное.

Всегда, когда ребенок начал капризничать неожиданно или «на ровном месте», в ближайшие часы следует внимательно проследить за состоянием его здоровья.

Если ребенок болен хронически и часто испытывает физический дискомфорт, то во избежание развития патологий характера следует компенсировать это большим (по сравнению с обычным ребенком) количеством впечатлений позитивного, развлекательного характера. С таким ребенком надо больше разговаривать, играть, показывать и объяснять ему доступные его возрасту картинки, книги и фильмы.

1. Очень часто основной причиной детской капризности бывают и *различные виды нарушения воспитания в семье*.

В этом случае послание ребенка может быть прочитано так: «Со мной нужно обращаться по-другому!»

Наиболее распространенными нарушениями в воспитании дошкольников бывают разрешительный, или попустительский, тип воспитания — и, наоборот, запретительный, чрезмерно строгий тип.

Разрешительный тип воспитания приводит к тому, что ребенок практически не знает слова «нельзя». Любое запрещение вызывает у него буйный и продолжительный протест.

Настойчивые попытки ввести такого ребенка «в рамки» приводят к припадкам, напоминающим истерические (синеют губы, дыхание становится прерывистым, движения теряют скоординированность). Зачастую родители пугаются столь грозных проявлений и отказываются от своих попыток, чем еще больше усугубляют ситуацию.

Запретительный тип воспитания в своей крайней форме ведет к истощению адаптационных резервов. Ребенок, которому все запрещают, сначала пытается соблюсти все запреты и угодить родителям, но вскоре начинает чувствовать, что «так жить нельзя». И тогда с другой стороны, но мы приходим все к тому же протестному, капризному поведению, которое еще больше раздражает родителей. Родители запрещают ребенку капризничать, он протестует против запрещения протеста — и этот замкнутый круг может вертеться годами.

Нарушением воспитания может быть и различная воспитательная ориентация членов семьи — например, родители воспитывают в строгости, а бабушка позволяет абсолютно все.

1. Иногда капризы ребенка являются симптомом внутрисемейной дисгармонии.

В этом случае при анализе ситуации ни разрешительного, ни запретительного типа воспитания выявить не удастся, ребенка вроде бы воспитывают правильно, иногда даже «по науке», но отношения внутри семьи до крайности напряжены. Например, свекровь не ладит с молодой невесткой и всячески стремится доказать и показать ее «никудышность». Или молодой отец после рождения ребенка не прочь погулять, а жена не спит ночами, потихоньку плачет и проверяет карманы его куртки в поисках доказательств супружеской неверности. Здесь капризы — послания ребенка — переводятся однозначно:

— Я не хочу, чтобы значимые для меня люди ссорились между собой!

В этом нет никакого врожденного миролюбия или, тем более, альтруизма со стороны ребенка. Просто та душевная энергия, которая по праву должна принадлежать ему, тратится взрослыми на выяснение отношений между собой или, наоборот, на сохранение «хорошей мины при плохой игре». И ребенок этим, естественно, недоволен. И так же естественно демонстрирует это недовольство окружающим. Именно такие дети часто и на первый взгляд необъяснимо перестают капризничать, когда свекровь уезжает на дачу («да она же к нему почти и не подходила!») или когда отец отправляется в длительную командировку («он же любит папу, я знаю, он всегда по нему скучает!»). В действительности дети в этом случае реагируют не на само отсутствие члена семьи (иногда искренне любимого), а на приостановку явных или скрытых военных действий.

1. Иногда за капризы принимают что-то другое. Например, вполне закономерное исследование реакций родителей, которое ребенок предпринимает обычно на третьем году жизни: «Нельзя сюда ходить? А я пойду... И что она сделает? Кричит... А я опять пойду. И что тогда будет? Ага, тащит. А я вырвусь и опять пойду... Ой-ей-ей! Кажется, хватит...»

И так по много раз на дню, по самым разным поводам. Ужасно утомительно. Но это не капризы. Это — исследование. И если вы будете достаточно тверды и последовательны, то довольно быстро (у разных детей уходит на это от нескольких месяцев до двух лет) ребенок освоится со всем многообразием ваших реакций и будет вполне четко представлять, что можно, а чего нельзя себе позволить в общении с мамой, с папой, с бабушкой...

Классической, многократно описанной в литературе подменой является игнорирование родителями требований ребенка по предоставлению личностной самостоятельности, всем

известное «Я сам!». Не умеет чисто есть, но тянется к ложке. Пытается сам завязать шнурки, потом всей семьей полчаса распутываем. Упорно надевает штаны задом наперед и так порывается идти в садик. При попытке исправить ситуацию — злится, кричит. Это тоже не капризы. В этих случаях имеет смысл сначала похвалить ребенка за стремление к самостоятельности и отметить его очевидные достижения, а потом сообщить, что для завершения ситуации и для придания ей большей гармоничности необходимо сделать еще то-то и то-то. Как правило, дети в этом возрасте требуют именно признания их попыток, ибо о какой-то реальной автономии говорить еще рано, и они на самом-то деле прекрасно это понимают.

Что делать родителям, когда ребенок капризничает?

1. *Попытайтесь как можно точнее прочитать и проанализировать послание ребенка, которое заложено в его сиюминутной или долгоиграющей капризности.*

Постарайтесь не относиться к капризам ребенка как к очередной попытке помучить вас. Представьте себе инопланетянина, который плохо владеет земным языком и пытается донести что-то до вашего сознания. Помните, что положение ребенка осложняется еще и тем, что у него, в отличие от инопланетянина, нет «родного языка», которым он владел бы совершенно свободно.

1. *Прочитав послание, внятно сообщите ребенку, как именно вы его поняли и что собираетесь предпринять по этому поводу.* (Если ничего не собираетесь предпринимать, то об этом тоже обязательно сообщите и разъясните причину. Например: «Я отлично понимаю, что ты устал и очень сочувствую тебе. Но до остановки идти еще два квартала, а коляски у нас нет. Так что придется идти, как шли. Я совершенно уверена в том, что ты сможешь дойти».)

Если ребенок, прервав нытье, захочет поправить вас или внести какие-то дополнения, внимательно выслушайте его и обязательно похвалите за проявленный конструктивизм. Например: «Молодец, что объяснил. Сейчас мне стало гораздо яснее, что именно тебя беспокоит. Теперь нам будет легче справиться с этим». Никогда не возражайте ребенку, если он говорит о своем состоянии. Он лучше знает, что именно он испытывает. Не подменяйте его собственные ощущения своими. В дальнейшем это может привести к очень неприятным последствиям, когда уже подросший ребенок будет ориентироваться на родителей или сверстников в поисках ответа на вопрос «что я сейчас чувствую?». Сами понимаете, что полученный ответ не будет иметь никакого отношения к подлинным чувствам ребенка.

Распространенной ошибкой родителей является и подбор вариантов для капризничавшего ребенка, когда ему остается только в буквальном смысле ткнуть пальцем в понравившийся пункт списка: «Ванечка, ты что, устал? Может, у тебя головка болит? А может, животик? А может, тебя бабушка обидела? Обидела тебя бабушка, да? Или ты печенинку хочешь?»

Понятно, что и в этом случае речь будет идти не об истинном послании ребенка, а о наиболее выгодном предложении.

Итак, проанализировав ситуацию, утвердительным тоном сообщите ребенку плод ваших размышлений и дайте ему возможность согласиться с вами или возразить вам.

1. *Учите ребенка выражать свои чувства словами, а не капризами.*

Для этого есть один-единственный способ — родители сами должны говорить о своих чувствах

в присутствии ребенка. Уже трехлетний ребенок, приученный прислушиваться к себе и не встречающий возражений в описании своих чувств, вполне может сказать: «Я сейчас злой! Я сейчас ужасно злой! Меня кошка разозлила, потому что я хотел поиграть, а она царапается. Вы от меня сейчас все отойдите, я буду на кухне злиться. А потом приду, и вы меня пожалеете». (Прямая речь подлинная, записана одной внимательной мамой со слов своего трехлетнего сына).

1. Для профилактики детских капризов и борьбы с уже развившейся эмоциональной неустойчивостью большое значение имеет *единая воспитательная позиция всех членов семьи, принимающих участие в уходе за ребенком*.

И в строгих, и в демократических семьях дети достаточно легко приспосабливаются к существующим правилам, если эти правила едины и поддерживаются всеми членами семьи. И там, где никто не смеет взять ложку, пока не начал есть дедушка, и там, где все в любое время едят руками из большой кастрюли, которая всегда стоит на плите, вполне может вырасти спокойный, эмоционально устойчивый ребенок.

Но вот если мама что-то разрешает, а папа это же самое запрещает категорически, а у бабушки все зависит от настроения, а у дедушки — от состояния здоровья, а у дяди от отметок, которые ребенок получил в школе... И все это относится к чему-нибудь одному, например, к тому, можно ли прыгать на диване... Именно против такого «плюрализма» часто, капризная, протестуют дети. В семье, где много людей и несколько воспитательских позиций, имеет смысл устроить своеобразный «круглый стол», на котором путем компромиссов вырабатывается единый стиль воспитания и раз и навсегда решается, можно ли прыгать на диване, есть сардельки руками и пинать кошку. Иногда, во избежание дальнейших разночтений, имеет смысл даже составить на основе достигнутых соглашений итоговый письменный документ, в котором любой желающий сможет при необходимости уточнить, как же поступать в том или ином случае.

1. Крайне необходима *последовательность в утверждениях и требованиях, предъявляемых ребенку одним и тем же членом семьи*.

Как бы ни менялось у вас настроение и обстоятельства, но, если уж вы что-то запретили маленькому ребенку, то пусть «нельзя» остается «нельзя». А если уж позволили, то до конца вытерпите все последствия.

Если вы сказали при выходе на прогулку, что сегодня ничего не будете покупать в ларьке, то придерживайтесь этой позиции. Несмотря на все капризы. Ваша единственная уступка — это тоже послание. От вас к ребенку. И текст этого послания таков: «Иногда, при каких-то (не совсем ясных) обстоятельствах капризами от меня можно добиться того, чего ты хочешь». Получив такое послание, ребенок неизбежно будет пытаться. А упорства ему не занимать.

Чем может помочь специалист?

В первую очередь проконсультироваться со специалистом по поводу детских капризов необходимо родителям детей, страдающих тем или иным соматическим или неврологическим заболеванием. Именно такие дети особенно нуждаются в правильной и последовательно применяемой методике воспитания, которая в этом случае, несомненно, должна вырабатываться индивидуально и учитывать возможности ребенка. Особенно это относится к детям, страдающим перинатальной энцефалопатией, и детям с минимальными мозговыми дисфункциями (ММД). Здесь правильно подобранный режим жизни и воспитания ребенка может во многом ослабить проявления болезни, не допустить ухудшения состояния.

Кроме того, специалист может помочь родителям определить причины капризности и выработать тактику поведения членов семьи, которая позволит откорректировать нежелательное поведение ребенка.

Если причиной капризности являются внутрисемейные конфликты, то имеет смысл обратиться к такому методу, как семейная психотерапия. Даже краткосрочная семейная психотерапия, проведенная квалифицированным специалистом, часто позволяет существенно улучшить поведение ребенка и заодно наладить отношения в семье.

Вернемся к Ларисе...

Понятно, что в семье Ларисы и Гали капризы проистекали от неумения матери внятно донести до дочери свою воспитательную позицию.

Подвижная смышленная девчушка уже всю изучает окружающий мир (и личность матери в том числе), а Галя все еще воспринимает ее как свое физическое продолжение. При этом как бы подразумевается, что для Ларисы «само собой понятно» все то, что очевидно для Гали.

После нашей первой встречи Галя и ее муж определили семейную систему табу (все же им было проще запрещать, чем разрешать, и вопрос о том, что «можно», они отложили на потом), и стали проводить ее в жизнь. Лариса, вполне привыкшая к постоянной ругани, окрикам и даже шлепкам и не обращавшая на них практически никакого внимания, никогда в жизни не встречалась с отчуждением. После первого же «террористического акта» по отношению к кошке этот опыт буквально ошеломил ее. С дикими криками она бросилась вслед за торжественно удалившимися родителями. Испуганная Галя уже готова была прервать «воспитательное мероприятие», но более трезво мыслящий супруг остановил жену. Неделю Лариса помнила полученный урок. А после второй попытки для кошки наступили дни отдохновения — ее хвосту больше ничто не угрожало.

Сложнее было с разрешительным «можно». Галя признавалась, что Лариса тут ни при чем и именно ей не удастся сразу и навсегда побороть привычку все запрещать. Иногда, как при первой встрече у меня в кабинете, она сначала кричала «Нельзя!» и только потом задумывалась над тем, действительно ли это так. Но упорство молодой женщины позволило постепенно наладить ситуацию, и успех был достигнут — Лариса почти перестала капризничать.

Глава 2

Гриша — ребенок-катастрофа

В ответ на робкий стук в дверь я выглянула в коридор и увидела там троих людей — в том, что они родственники, не могло быть никаких сомнений. Одинаковые широко расставленные зеленые глаза, абсолютно прямые непокорные волосы, круглые головы, широкие плечи...

Ширококостная, сильная на вид старуха, моложавая женщина с печатью какой-то непонятной усталости на лице и синевой вокруг глаз и мальчишка лет шести-семи, склонивший набок растрепанную голову и глядящий на меня с лукавым видом.

— Гриша? — я заглянула в листочек самозаписи. — Проходите, пожалуйста...

— Я одна зайду, — торопливо сказала Гришина мама.

— Да заходите все, — радушно предложила я. — Мы поговорим, а Гриша пока поиграет. У меня

там игрушек много...

— Нет, нет! — с непонятым испугом вскрикнула молодая женщина. — Я зайду, а Гриша тут с бабушкой... побегает.

Я кивнула, а про себя подумала: что бы там ни было с ребенком, а с мамой явно не все в порядке. Этот ее испуг... Да и представить себе крестьянского вида бабушку, бегающую с внуком по коридору, я не могла ни при каком напряжении фантазии...

В кабинете мама слегка расслабилась, поерзала в кресле, усаживаясь поудобнее, застенчиво взглянула мне в глаза и тихо сказала:

— Я понимаю, доктор, что это нехорошо, но я уже больше так не могу. Иногда я думаю, пусть бы он больной был. Тогда бы я его жалела, ухаживала бы за ним... А так... Он же хороший вообще то мальчик, и меня любит, а я... я иногда думаю: пусть бы его не было! Это же грех великий, доктор, так думать, правда?

— Да, конечно, — несколько смущенно подтвердила я, поскольку вообще-то как атеистка, не могу мыслить категориями «греха». Но и момент для уточнения дефиниций был явно неподходящий. — Расскажите поподробней, что именно тревожит вас на сегодняшний день...

— На сегодняшний день его выкинули из школы, — печально сообщила Гришина мама.

Далее мне было рассказано следующее.

Гриша родился долгожданным и заранее любимым ребенком. В большой «сталинской» квартире ему была заранее приготовлена и украшена кружевными занавесочками очаровательная кроватка; проглаженные с двух сторон пеленки, распашонки и чепчики стопочками лежали на полках старинного бельевого шкафа; свекор и свекровь с нетерпением ждали внука, готовые ради него наконец-то примириться с «деревенской» невесткой. Счастливый отец, никого не стесняясь, плакал от радости, когда медсестра из роддома положила ему на руки сына — белоснежный кокон, перевязанный голубой лентой.

Дальше потекли будни. Гриша почти ничем не болел, развивался в соответствии со всеми нормами. Единственное огорчение состояло в том, что глаженные пеленки и распашонки как-то не уживались с ним рядом. Из пеленок он выползал ужом, оборочки сжевывал или рвал и почти всегда находился в кроватке голым поверх комка смятых и собранных в кучку простынок, пеленок и одеялец. Даже памперсы каким-то образом умудрялся снимать. А когда годовалый Гриша выбрался из кроватки, начался кошмар.

— Первые шаги ребенка — это ведь радость в доме, — рассказывала Гришина мама. — А у нас как? У нас он сразу пошел на кухню (раньше его туда не носили: чад, запахи — это вредно для ребенка), придвинул табуретку к плите и сдернул на себя кастрюлю с кипящим супом. Крик, неотложка, ожоговое отделение... Такое вот начало...

Дальше все продолжалось в том же духе. Сказать о Грише, что он рос подвижным ребенком, — значит не сказать ничего.

Не было ни одной вещи в доме, которая могла бы чувствовать себя в безопасности, когда Гриша бодрствовал. Он доставал дедушкино белье из ящика в комод и надевал его себе на голову, он пускал в ванной кораблики из папиных деловых бумаг, он сделал грандиозный «бух!» из бабушкиной антикварной вазы. Два раза его увозили на неотложке с медикаментозным отравлением (второй раз он достал таблетки из внутреннего ящика дивана,

куда спрятали аптечку после первого раза). Все члены семьи переводили дух только тогда, когда Гриша засыпал.

Ходили к врачам. Вызывали врачей на дом. Врачи выписывали успокаивающие травяные сборы и говорили: «Терпите!» Терпение свекра и свекрови лопнуло, когда Грише исполнилось три года и стало ясно, что надеяться больше не на что. Скрепя сердце они разменяли свою престижнейшую жилплощадь на Московском проспекте и выделили молодым хорошую двухкомнатную квартиру. «Ты понимаешь, какая это жертва с нашей стороны?» — спрашивали они у сына (но так, чтобы невестка тоже слышала). «Понимаю», — отвечал сын и глядел на жену с немым укором.

Образованные люди, они читали соответствующие книги. Там было написано, что воспитывать таких детей нужно внимательно и терпеливо, приучая их к труду и сосредоточенности. Они пытались, но Гриша ни на чем не мог сосредоточиться больше одной минуты. Он был готов начать любое дело, соглашался на любую игру, но тут же бросал ее, чтобы начать другую. Общительный и веселый, Гриша легко шел на контакт со сверстниками, но любые игры с его участием быстро превращались в бессмысленную беготню. Приглашенный на дом психолог сказал, что нужно использовать метод «кнута и пряника», а в качестве «кнута» порекомендовал наказание неподвижностью. Наказанный Гриша сидел на диване и корчил рожи ровно до той секунды, пока мама не отводила от него глаз. Как только это происходило, он тут же с быстротой молнии утекал куда-то для следующих проказ. Шлепки и даже побои не оказывали вообще никакого действия. Отвопив свое, Гриша никогда не унывал и не обижался и ровно через пять минут после наказания мог подойти к матери и невинно спросить: «А теперь ты мне конфету дашь?»

Свекор как-то в шутку назвал Гришу «ребенок-катастрофа», и это прозвище настолько укрепилось за мальчиком, что даже он сам, когда его спрашивали: «Как тебя зовут?», отвечал: «Гришка-катастрофа».

В детском саду ни один ребенок не получал столько окриков, шлепков и наказаний, сколько Гриша. Когда изредка ему случалось заболеть гриппом или простудой, воспитательницы говорили матери с умоляющими нотками в голосе: «Вы уж поддержите его дома подольше. Подлечите как следует». Подтекст этих пожеланий просвечивал настолько явно, что матери становилось не по себе.

Одежда, игрушки и книги жили в Гришиных руках короткой, но яркой жизнью. Он ничего специально не рвал, не ломал, не пачкал и не терял. Все получалось само собой. Довольно часто терялся и сам Гриша. Стоило оставить его возле ларька, или заговорить со знакомой на улице, или отойти разменять деньги, и... от получаса до двух-трех часов лихорадочных метаний по соседним дворам и кварталам, звонки в справочную об автодорожных происшествиях и об увезенных скорой помощью. Два обращения в милицию. В одном случае Гришу в конце концов отыскал на чердаке вызванный с работы отец, в другом — торжествующе улыбающийся милиционер притащил разыскиваемого за шиворот. Пропажа была найдена в ближайшем казино, где люди восточной национальности предлагали Грише делать за них ставки, кормили его бутербродами с икрой, уверяли, что у мальчика счастливая рука, и предлагали милиционеру убедиться в этом самому. Уходить из казино Гриша очень не хотел, а милиционеру кричал: «Вы не имеете права!»

На лето Гришу отправляли к бабушке в деревню. Она прятала все городские одежды в сундук, одевала внука в сшитые за зиму на вырост две пары штанов и две рубахи из дерюги, и в этом немудреном облачении, босой, Гриша все лето носился где то с деревенскими пацанами, приходя в избу только поесть да поспать. Хотя нельзя сказать, что в деревне обходилось совсем

без происшествий. В возрасте четырех лет Гриша упал с обрыва в речку. Деревенские малыши в страхе разбежались, и лишь случайно проходившие мимо мужики спасли мальчику жизнь. Однажды старшие ребята нашли в лесу неразорвавшийся снаряд времен Второй мировой войны. Как и следовало ожидать, именно Гриша вызвался положить снаряд в костер. К счастью, один из посвященных пацанов оказался ябедой и вовремя прибежал доложить Гришиным бабушке с дедом. Спустя два дня снаряд взорвала на старом выгоне специально вызванная бригада саперов.

— Свечку поставьте за того пацана, что к вам прибежал, — сказал деду старшина. — Рвануло бы — даже клочков хоронить намаялись бы собиравши.

Именно деревенская бабушка была вызвана на помощь изнемогающей дочери, когда подошло время отдавать Гришу в школу. Самоотверженная старуха бросила дом и скотину на мужа-инвалида («У папы еще с юности ноги нет — производственная травма») и поехала в город, воспитывать непутевого внука.

— Мама еще с ним как-то справляется. Он ее хоть иногда слышит. Хотя иногда и она говорит: Антонина, заberi от меня своего, а то я его, не ровен час, пристукну чем-нибудь...

В школе все было плохо с самого начала.

— Он вообще-то и читать может бегло, и писать, и рисует иногда очень даже неплохо. Только не заканчивает ничего. И слова пропускает, когда читает, и буквы на письме. Но это все полбеда. Учительница мне сказала так: «Я лично против Гриши ничего не имею. Он, в сущности, хороший мальчик. И интеллект у него, судя по всему, в порядке. Но его пребывание в школе на сегодняшний день совершенно бессмысленно. Он совершенно не слышит меня на уроках, не воспринимает дисциплинарных требований, и к тому же отвлекает полкласса своими выходками. Либо переходите на домашнее обучение, либо подождите еще годик — может, созреет. А нет — идите в спецшколу. Там маленькие классы, индивидуальный подход к каждому ребенку...»

На глазах у Гришиной мамы показались слезы.

— И вот я в тупике. Отдавать его в школу для умственно отсталых? Но он же не идиот, он же нормальный ребенок, я это знаю, и все это говорят. Домашнее обучение — это же ад на дому. Его же совершенно невозможно ничего заставить, ни на чем сосредоточить. Я так на школу надеялась! И потом — он общительный, ему нужно с ребятами быть, играть, бегать, общаться. Ему дома — как в тюрьме. Еще год ждать... А чего ждать-то? Что-то не видно, чтобы он в лучшую-то сторону менялся. С каждым годом все шkodнее и шkodнее...

И обстановка в семье с каждым годом становится все напряженней.

— Мой муж — прекрасный человек. Хороший специалист, много работает, хорошо зарабатывает. Сейчас у него своя строительная фирма. Он, конечно, старается не слушать, что родители говорят, но как же не слушать — мать, отец... Они говорят: вот, зачем женился на деревенской? Да какая я деревенская! Я пятнадцать лет в деревне жила, а семнадцать — в городе. Считайте сами. Сначала в училище училась, потом в институте, работала... Они думают, это у нас в деревне все такие. Да ерунда это! В деревне мальчишки пусть шkodные и необразованные, и матом ругаются, но как бы это сказать... вот — степенные, рассудительные, осторожные, смалу к труду приучены. По двору там, или в огороде, или на сенокос... Мама говорит: давай я его к себе совсем заберу. Пусть идет в деревенскую школу, она малокомплектная, авось выучат как-нибудь. А я иногда думаю — пускай! — и облегчение такое,

а потом стыдно так. Как же я своего ребенка, да старой матери на руки. У нее и так — и скотина, и дом, и огород, и папа-инвалид. И жилье у меня есть, и деньги, и муж хороший... Другие вон ночей не спят, все думают, какое бы образование своим детям лучше дать, а я... куда бы его спихнуть. Какая же я мать после этого! И он сам уже говорит: «Я никому не нужен, отправляй меня в деревню! И в школу меня не берут! И бабушка с дедушкой говорят, чтобы ты меня надолго не привозила...» Ему же обидно, он ничего плохого не хочет. Я же много детей хотела — двоих или троих. И муж тоже. Мама моя на хозяйстве надорвалась, после меня рожать не могла, а мне так хотелось братьев или сестер... В деревне ведь детей много. Я думала: у моих детей будут братья или сестры. И муж тоже был согласен. Говорил: всех прокормлю. А теперь — даже подумать страшно. А муж... я его люблю так... и хочу с ним быть... а он старается домой попозже прийти, чтоб не видеть всего этого. И мама моя... он вежливо с ней, конечно, но она же деревенская все же, иногда так скажет... мужа аж перекашивает всего. Но он понимает, что мне одной с Гришей не справиться, терпит пока... Он с ним пытался заниматься, как в книгах написано, читать там или в конструктор... железную дорогу купили. Так он две минуты сидит, а потом начинает крутиться, в окно смотреть, спрашивать что-то невпопад, муж злится. А паровозики и вагончики он все по одному в детский сад перетаскал и там подарил кому то, или стащили у него, или сам где-то забыл... Ничего не осталось... Ничего...

Искренне сочувствуя сидящей передо мной молодой женщине, на глазах которой рушилось с таким трудом завоеванное ею счастье и благополучие (деревенская девочка, без всякой помощи и поддержки приехавшая в большой город, закончившая училище, институт, удачно вышедшая замуж — шутка ли все это? Ей было что терять, и она это понимала. Но с другой стороны, сын, ребенок...), я открыла тоненькую медицинскую карточку Гриши и сразу же в заключении невропатолога увидела слова, которые и ожидала увидеть после первых же слов Гришиной мамы: гиперкинетический (гипердинамический) синдром.

Итак, с чем же нам предстояло иметь дело?

Что такое гипердинамический синдром?

Данная группа поведенческих и эмоциональных расстройств проявляется обычно в очень раннем возрасте и характеризуется сочетанием чрезмерно активного, слабо модулируемого поведения с выраженной невнимательностью и отсутствием упорства в выполнении поставленных задач.

Причины, приводящие к подобным состояниям, точно пока неизвестны, но предполагается, что в основе гиперкинетического расстройства лежат микроорганические поражения головного мозга, которые вызваны либо внутриутробным кислородным голоданием плода, либо асфиксией плода в процессе родов, либо родовой микротравмой иного сорта. В этом случае в мозгу ребенка отсутствуют грубые органические повреждения, но есть множество микроповреждений коры и подкорковых структур. Часто такие нарушения подстерегают чрезмерно крупного или большеголового ребенка, ребенка, родившегося при затяжных или, наоборот, стремительных родах.

Основные признаки гипердинамического синдрома — это проявляющаяся с самых первых месяцев жизни ребенка двигательная расторможенность и отвлекаемость внимания. Гиперкинетических детей в младенчестве буквально не удержать в руках. Позже они часто бывают безрассудны и импульсивны, с ними нередко происходят несчастные случаи, они всегда находятся в списках злостных нарушителей дисциплины, хотя делают все совершенно неосознанно, не желая ничего плохого. Главными поведенческими характеристиками таких детей являются недостаточная настойчивость в деятельности, требующей когнитивных усилий,

тенденция переходить от одного дела к другому, не завершая ни одного из них. Все это происходит на фоне чрезмерной, плохо организованной и слабо регулируемой активности.

С гиперкинетическими расстройствами часто сочетаются и другие нарушения, такие, как социально расторможенные отношения со взрослыми, отсутствие нормальной осторожности и сдержанности, неумение играть в структурированные игры в коллективе сверстников, специфические расстройства в моторном и речевом развитии, а также трудности в чтении или другие школьные проблемы. Позднее у таких детей сравнительно часто проявляется асоциальное поведение, заниженная самооценка и нарушения развития чувства собственного достоинства.

Гиперактивные дети чрезмерно (относительно календарного возраста) нетерпеливы. Они могут бегать или прыгать вокруг, есть стоя, вскакивать с места, когда полагается сидеть, шуметь или болтать, когда надо соблюдать тишину.

Гипердинамичные дети не ходят, а бегают, доказывая что-то, не говорят, а кричат.

Они никогда не унывают, легко переносят наказания, поссорившись с кем-то, тут же идут мириться, легко дают всевозможные обещания и клятвы и так же легко их нарушают.

У таких детей много приятелей и знакомых, поскольку они очень контактны и общительны, но, как правило, с большим трудом складываются более глубокие и прочные дружеские отношения.

Родители, а впоследствии и воспитатели и учителя, безмерно устают от гипердинамичных детей, так как своими постоянными проказами и проступками они способны вывести из терпения кого угодно. Их постоянно одергивают, стыдят, воспитывают, но все это как бы пролетает мимо их ушей. Ребенок вроде бы все понимает и искренне раскаивается в совершенном, обещает, что больше не будет, и... буквально через пять минут все повторяется сначала.

Пик проявлений гипердинамического синдрома приходится на 5–7 лет, и именно в этом возрасте окружающим ребенка людям начинает казаться, что он в принципе невоспитуем...

Как часто это встречается?

Гипердинамический синдром — это один из самых распространенных вариантов проявления минимальной мозговой дисфункции (ММД). Согласно данным статистики, ММД встречается у каждого пятого-шестого ребенка, рождающегося сегодня в нашей стране.

Практически в каждом первом классе любой произвольно взятой школы есть один-два-три ребенка с отчетливыми проявлениями гипердинамического синдрома. Это они сползают под парту во время уроков, устраивают кучу-малу на перемене, это они забывают везде свой портфель и почти каждый день теряют ручки, карандаши и ластик. Это их голова всегда повернута в сторону окна или соседа и почти никогда — в сторону доски. Это их так любят ругать на родительских собраниях, произнося в заключение сакраментальную фразу: «Мог бы вполне неплохо учиться, если бы так не отвлекался!»

Таким образом, не особенно греша против истины, можно сказать, что на пятнадцать-двадцать малышей дошкольного возраста обязательно придется один ребенок с признаками гиперкинетического расстройства.

Кроме того, необходимо отметить, что у девочек данное расстройство встречается в три-четыре

раза реже, чем у мальчиков.

Как вести себя с таким ребенком?

1. Первый и самый главный совет родителям гипердинамичных детей: *не пытайтесь держать в себе все свои чувства*. Никакого, даже самого олимпийского спокойствия на гипердинамичного ребенка не хватит. Единственное, чего вы добьетесь, «педагогично» пытаясь годами сдерживать себя, это того, что один вид собственного чада будет вызывать у вас внутреннюю дрожь или глубокое раздражение. Если вы в ярости, скажите или даже крикните об этом. Если в отчаянии — продемонстрируйте его ребенку в полной мере. Если ребенку случилось порадовать вас, порадитесь от души, не ограничивайтесь нейтральным «Давно бы так...» или почти оскорбительным «Вот так и ведут себя нормальные дети...»

1. *Тщательно отделяйте оценку поступков ребенка от оценки его личности.*

Поступки гипердинамичного ребенка почти всегда ужасны, раздражающи и неуместны. К чему-то вы сумеете притерпеться с годами (например, к тому, что он ест на бегу, забывает в садике свои вещи и засыпает, стоя на локтях и коленях). Что-то так и останется нестерпимым (например, то, что он **всегда** вбегает в комнату в грязных ботинках и, поминутно обещая: «Больше не буду», так же поминутно нарушает свои клятвы).

Но личность ребенка — это не только особенности его нервной системы, обусловленные микроорганическими внутриутробными поражениями головного мозга. Хотя иногда за ними так трудно разглядеть все остальное... Но это нужно, необходимо, просто-таки жизненно важно для вашего ребенка, которому и так достается гораздо больше окриков и нравоучений, чем обычным детям. Воспитатель в саду видит в нем несносного шалуна, учитель в начальной школе — постоянно отвлекающегося ученика, который к тому же еще и отвлекает других. Вы же должны видеть личность.

Его достоинства — незлобивость, отходчивость, общительность и контактность, щедрость и готовность поддержать любое начинание, легкость на подъем и неистощимый оптимизм — это его и ваш актив.

Вы осуждаете неприемлемые поступки ребенка и наказываете его за них. Вы, не особенно сдерживая себя, говорите о том, какие чувства вызывает в вас то, что он вот уже в триста двадцать пятый раз... Но раз за разом вы говорите ребенку (и помните сами) о том, что несносные поступки — это еще не личность, что существуют резервы и достоинства, на основе которых все сегодняшние проблемы, несомненно, будут преодолены.

Можно сказать: «Я терпеть не могу, когда грязные ботинки стоят на тумбочке. У меня руки опускаются и не хочется делать ничего хорошего...»

Но нельзя (по этому же поводу) сказать так: «Ты грязнуля и неряха, я терпеть тебя не могу. И ничего хорошего можешь от меня не ждать...»

1. *Обязательно предоставьте ребенку как можно больше возможностей для реализации его физической, моторной активности.*

В доме, где растет ребенок с гипердинамическим синдромом, обязательно должен быть домашний стадион, хотя бы в виде перекладины в дверном проеме, на которой висят кольца, лесенка или канат. Пусть ребенок до изнеможения бегают во дворе, играя в футбол или хоккей, лазая на дворовых снарядах или катаясь с горки. Как только позволит возраст, обязательно

отведите его в какую-нибудь спортивную секцию. Это может быть тот же футбол или волейбол, но может быть и студия народного танца или пантомимы. Главное — чтобы там было как можно больше движения и чтобы ребенку нравилось туда ходить. Гипердинамичные дети редко сразу находят «свою» секцию, они ведь вообще быстро ко всему остывают. Но здесь вы должны проявить настойчивость. Не одно, так другое. Не другое, так третье.

Гипердинамичный ребенок, как в воздухе, нуждается в структурированной физической активности. Иначе он и в десять лет будет так же бестолково носиться по двору, как носился в пять. Любые, даже самые незначительные успехи ребенка в спорте (или искусстве пантомимы) должны поощряться. Ведь его так часто ругают...

1. *До определенного момента и определенной степени будьте органом планирования и органом оценки последствий поступков, совершенных вашим ребенком.*

Это то, в чем он сам трагически слаб. Предвидеть, что будет, оценить, что потом, спланировать, как сделать, чтобы все получилось, — все это гипердинамичному ребенку в буквальном смысле органически недоступно. По крайней мере, до поры до времени. И вот здесь ему приходят на помощь родители. Именно они становятся на время как бы «внутренним голосом» ребенка, который ненавязчиво, в доступных ребенку выражениях, не развешивая ярлыков, предупреждает, советует, планирует, анализирует и оценивает результаты.

— Это может быть опасным, так как...

— Возможно, Коля обиделся потому, что ты...

— Если ты сейчас поступишь именно таким образом, то в следующий раз...

— Вот этот путь разрешения ситуации оказался явно удачней предыдущих, так как привел к...

— Вероятно, в сходных обстоятельствах всегда имеет смысл поступать именно так...

1. *Никогда публично не присоединяйтесь к окружающим в оценке вашего ребенка, даже если по сути вы и согласны с ней.* Вы, родители, его единственный оплот и защита. Вы знаете его лучше всех, и только вы видите в нем за проявлениями синдрома симпатичную, по-своему страдающую личность. Пока ребенок будет знать, что кто-то видит в нем не только безнадежного шалуна и «ребенка-катастрофу», кто-то надеется и верит в возможность позитивных перемен, до той поры у него самого будет сохраняться стимул к самообузданию и самовоспитанию.

1. Гипердинамичный ребенок поверхностен не только в своих увлечениях, но и в своей эмоциональности. *Старайтесь побольше говорить ему о чувствах, которые испытываете вы сами и другие люди, проясняйте для него нравственную и этическую глубину ситуаций, которые происходят на его глазах, в телевизионных фильмах, в книгах.* Сам ребенок может не заинтересоваться этим и даже не заметить возможности «заглубиться» в происходящее. Это вам тоже придется сделать за него. Потом он привыкнет, и у него проявится возможность пользоваться для анализа ситуации заложенными вами алгоритмами.

1. Самая распространенная рекомендация для родителей гипердинамичных детей, имеющаяся практически во всех соответствующих справочниках и пособиях, — «Родители должны тщательно, неустанно и как можно раньше приучать ребенка к усидчивости и внимательности». Прекрасная рекомендация. Если кто-нибудь знает, как ее исполнить, — флаг ему в руки. Со своей стороны могу предложить одну старую, еще средневековую игру. Она прекрасно тренирует произвольное внимание (которого так не

хватает гипердинамичному ребенку) и заодно — беглость мышления (которая вообще никому никогда не вредила).

Что хотите — то берите,
«Да» и «нет» не говорите,
Черного и белого не называйте,
О красном не вспоминайте!
Вы поедете на бал?..

Вспомнили игру из своего детства? Прекрасно, приступайте. Только не забывайте чередоваться, не только вы должны «ловить» ребенка, но и он вас. В эту игру можно играть всей семьей по дороге в школу, моя посуду и стирая белье.

Не вспомнили? Тогда объясняю. Один спрашивает, остальные (их может быть много) — отвечают. Нельзя говорить: «да», «нет», «красное», «белое», «черное». Задача водящего — запутать играющих быстрыми вопросами и заставить их сказать одно из «запретных» слов. Тот, кто «проговорился», становится водящим.

Чего можно ожидать в будущем?

Как уже упоминалось, пик проявлений гипердинамического синдрома приходится на предшкольный и младший школьный возраст. При благополучном стечении обстоятельств дальше происходит обратное развитие процесса и проявления синдрома постепенно ослабевают. К 15-16 годам в таком случае бывшие гипердинамичные дети практически ничем не отличаются от сверстников. Их подвижность и повышенная отвлекаемость, разумеется, сохраняются, но уже как вариант нормы. Таким подросткам по-прежнему нужны подвижные игры и занятия. Спорт, походы и дискотеки навсегда останутся для них более предпочтительными развлечениями, чем библиотечные столы, заваленные пыльными манускриптами. Профориентируя таких подростков, не стоит предлагать им профессию летчика, бухгалтера, литературоведа или селекционера. А вот адвокат, геолог, гид или коммивояжер вполне подойдут.

Однако если ребенку успели еще в детском садике и младшей школе объяснить, что он «самый плохой», «самый бестолковый» и «при его невнимательности из него никогда не выйдет ничего путного», а измотанные родители не нашли возможностей встать на защиту своего чада, то проявления гипердинамического синдрома именно к подростковому возрасту особенно сильно начинают сказываться на его дальнейшей судьбе.

«Самый плохой», «самый трудный» — он и идет к плохим и трудным, становится членом подростковой группировки с асоциальным или отклоняющимся поведением. Здесь его бесстрашие, импульсивность, презрение к увещаниям и наказаниям впервые оказываются очень уместны, вызывают уважение сверстников. Отвергнутый «нормальным» миром, именно здесь находит он сочувствие и понимание. И тогда, учитывая интеллектуальную и эмоциональную поверхностность гипердинамичного ребенка-подростка, его несклонность к размышлениям, анализу и просчету последствий, нужны какие-то экстраординарные меры и события, чтобы заставить его свернуть с выбранного им пути.

Поэтому, несомненно, стоит спохватиться раньше и защитить своего ребенка от подобного неблагоприятного развития событий на более ранних этапах его взросления, не дожидаясь подросткового возраста.

Чем может помочь специалист?

Мне кажется, что на первом этапе развития гиперкинетического расстройства, когда ребенок еще совсем мал, а диагноз только что установлен, в консультации психолога нуждается не столько ребенок, сколько его родители.

Психолог, у которого времени на индивидуальный прием отводится больше, чем у невропатолога, поставившего диагноз, расскажет родителям, с чем именно им предстоит иметь дело, с какими трудностями в воспитании ребенка им придется столкнуться, какие способы преодоления этих трудностей целесообразны, а какие для ребенка с гипердинамическим синдромом совершенно исключены.

Так, ничего, кроме вреда, не могут принести обращенные к ребенку призывы «сосредоточиться», «взять себя в руки», «не отвлекаться». Бесполезной тратой времени будут и попытки уговорить или заставить такого ребенка «сидеть спокойно» и «не вертеться», когда ему что-то читают, рассказывают или иным образом занимаются с ним.

Так, гипердинамичный сын одной из моих клиенток учился читать... под кроватью. Именно туда он прятался от попыток матери усадить его за стол или хотя бы на диван. Мать была в отчаянии, так как на следующий год Мише предстояло идти в школу, а он даже не знал букв. Я посоветовала матери не напрягаться и идти от предложений ребенка. Изготовив соответствующие случаю карточки, мать, лежа на кровати, спускала их вниз и задавала вопрос. Из-под кровати немедленно слышался ответ, сопровождающийся бешеной возней и довольным хихиканьем. Уверенно читать по слогам шестилетний Миша обучился за три с небольшим месяца таких «подкроватьных» занятий. При этом занимался он с искренним удовольствием, попутно учил читать плюшевую собачку и грузовик, которые тоже жили под кроватью, а после окончания цикла заявил: «В школе еще надо писать и математика. Математику я буду делать под папиной кроватью, а писать — за фикусом. Только пусть мне мама прописи купит, как у Иры, с Микки Маусом».

В дальнейшем целесообразно организовать контакт со специалистом так, чтобы он мог не часто, но регулярно наблюдать за развитием ребенка, соответственно корректируя рекомендации для родителей. В случае тяжелого гиперкинетического расстройства, осложненного другими неврологическими нарушениями (такими как нарушение развития речи, повышенная агрессивность, неспособность к контактам с другими детьми т. д.), могут потребоваться дополнительные исследования (например, при неадекватной агрессивности — энцефалография, чтобы исключить наличие очагов судорожной готовности в мозгу ребенка) и (или) коррекционные занятия с психологом. Коррекционные занятия, в зависимости от фокуса проблем ребенка, могут быть как групповыми, так и индивидуальными.

Индивидуальные занятия показаны для детей с трудностями в обучении, связанными с отвлекаемостью и недостаточным развитием произвольного внимания. Групповые занятия нужны в том случае, когда ребенка необходимо адаптировать к коллективу сверстников, научить его успешно взаимодействовать с ними, играть в совместные структурированные игры.

Вернемся к Грише...

Для меня было совершенно очевидно, что ни на какой анализ ситуации Гришина мама сейчас не способна. За много лет она устала от бесполезного анализирования. Этой семье были необходимы действия. И хотя бы маленькие победы.

— Отправить Гришу в деревню — это значит отказаться от борьбы, сдаться на милость его

состояния...

— Да, я знаю. Я, в общем-то, и не собиралась его куда отправлять. Так просто сказала, себя потешить...

— Готов ли ваш муж помогать вам? На сегодняшний день?

— Да, конечно. Он много работает, но для Гриши всегда найдет время. Лишь бы была какая-нибудь польза. А то мы уже отчаялись...

— Тогда для начала так. Находите какую-нибудь учебалку-развивалку для подготовки к школе и **немедленно** отдаете туда Гришу...

— Его же не возьмут никуда... Он же несносный...

— Найдите дорогую, с маленькими группами. Туда возьмут. Соглашайтесь со всем, что говорит учительница, дарите цветы, кивайте головой как китайский болванчик: «Обязательно сделаем, Марья Петровна! Работаем, Марья Петровна! Спасибо за ценные указания, Марья Петровна!» Ваша задача — чтобы Гриша по крайней мере два-три раза в неделю находился в условиях более-менее структурированного коллективного обучения. Вы совершенно правы в том, что домашнее обучение губительно и для него, и для вас. Только в классе, только вместе со всеми. Заниматься в учебалке-развивалке ему будет легко, он уже многое знает. Его будут хвалить. Это непривычно, и для того, чтобы испытать это непривычное удовольствие снова и снова, ему придется напрягать внимание, следить за учительницей, чтобы вовремя поднять руку, ответить впопад и в конце концов заслужить ее похвалу. Положительный опыт учебалки-развивалки плюс ваша поддержка («Вот видишь, здесь у тебя все получается, получится и в школе. Все дело в том, чтобы следить, знаешь, как разведчики следят, шпионы, и все вовремя понять и ответить, когда спрашивают...») позволят перекрыть негативный опыт неудачи этого года.

— Как-то мне уже и не верится, что все так хорошо получится...

— Именно вы и должны верить. Если не будете верить вы, не поверит никто. И еще вам придется прислать ко мне папу. И завести собаку. Только не какую-нибудь там таксу или коккер-спаниеля. Эрдельтерьер или даже лучше фокстерьер...

— Но они же лают все время!

— Да, лают! — плотоядно усмехнулась я. — А еще бегают, прыгают и суют во все свой мокрый черный нос.

— О, господи! — Антонина сжала руками виски. — Вы думаете, они будут вместе?..

— Именно так я и думаю. И не забудьте про папу.

Папа оказался спокойным и здравомыслящим человеком, который прекрасно чувствовал состояние жены, но устранился от ситуации, будучи не в силах ничем помочь ни ей, ни сыну.

— Понимаете, — негромко объяснял он мне, — я пытался все делать в соответствии с инструкциями, с книгами. Но ничего не помогает. В конце концов, я же не специалист в вопросах воспитания, я — строитель, я кормлю семью, а Тоня сидит дома... Ей понадобилась ее мать, я согласился, хотя видит Бог, как с ней тяжело. Это же прямо какой-то унтер Пришибеев в юбке. Но Гришка ее хоть как-то слушается и боится — этого не отнять... Может быть, и в самом деле разумнее было бы отправить его в деревню, но, сами понимаете, все во мне

протестует. Отказаться от мысли самому растить своего сына, дать ему образование, сделать из него культурного, современного человека...

— Не надо ни от чего отказываться... Вы готовы попробовать следовать еще одному набору инструкций?

— Вы — специалист, вам виднее, — попробовал отвертеться папа.

— Готовы или нет?

— Всегда готов! — мужчина вскинул руку в пионерском салюте, и я поняла, что в борьбе за Гришку-катастрофу мы обрели еще одного, очень важного союзника.

— Для начала вам придется купить велосипед, фокстерьера и подробную карту города и области.

— Велосипед у меня есть, — флегматично откликнулся папа, решив, видимо, ничему не удивляться. — На даче в сарае. Можно привезти. Про фокса жена мне уже говорила. Я звонил в клуб, они обещали перезвонить. Карты — это не проблема. А что мы будем делать потом? Искать клады? — В голосе папы явно против его собственной воли прозвучала надежда, и вдруг на какое то мгновение в солидном директоре фирмы проглянуло что-то от Тома Сойера. Именно в этот момент я впервые заметила, что Гришка-катастрофа похож не только на маму и бабушку, но и на папу.

— Да, клады. Обязательно клады. Именно так, — подтвердила я, хотя за секунду до этого не думала ни о каких кладах.

Дальше события разворачивались стремительно, совершенно в Гришкином стиле. В дорогой обучалке-развивалке флегматичная учительница («Она на карася похожа!» — со смехом рассказывала Антонина) полюбила Гришку с первого взгляда.

— Он у вас такой подвижный, раскрепощенный, так свободно мыслит и отвечает, — размягченно говорила она удивленной матери, которая приготовилась к привычному выслушиванию претензий. — А с письмом... Ну что ж, подтянем... Подвижные дети, они, знаете ли, часто буквы пропускают...

Гришка, естественно, цвел и пах и восторженно орал прямо с порога по-домашнему уютного класса (обучалка арендовала под свои нужды четверть государственного садика):

— Мам, у меня сегодня две пятерки и три жетона!

Трехмесячный алиментный фокс души не чаял в подвижном хозяине и готов был бегать за ним хоть круглые сутки. На стену по моей просьбе был вывешен собственноручно написанный Гришкой режим дня и кормлений для собаки. (Гипердинамичным детям просто необходим режим дня. Это структурирует и организует не только их жизнь, но и их мышление. Но они обожают его нарушать и, как правило, преуспевают в этом. У родителей просто не хватает сил бороться еще и за режим.)

У Гришки никогда не было собственного режима дня. Теперь он жил по собачьему режиму. Опять же по моей просьбе, правильная Антонина сдерживала себя и регулярно забывала покормить щенка, дать ему витамины, сварить овощи или кашу. Щенок плакал, Гришка впадал в бешеную ярость, а Антонина резонно возражала, что у нее и без щенка много дел по хозяйству, и если бы Гришка удосужился научиться понимать часы или хотя бы звонил по

телефону и, сверившись с расписанием, сообщал ей, когда нужно делать то или это... Часы Гришка выучил за два дня (ранее над этим навыком безуспешно бились два года). Режим дня щенка перестал интересовать его через месяц (сам подросший щенок навсегда остался его самым верным другом), но за это время Гришка привык ориентироваться во времени и самостоятельно рассчитывать, когда должно произойти то или иное событие. Изредка он даже сам вспоминал о том, что для занятий в обучалке необходимо выполнить то или иное домашнее задание.

По средам Гришка ходил ко мне в поликлинику на коррекционные занятия, где мы с ним в течение получаса выполняли разные упражнения на развитие памяти и внимания (за основу работы с Гришкой я взяла актерский тренинг на развитие внимания по Станиславскому). Успехи тщательно заносились в разграфленную Антониной тетрадку и демонстрировались отцу и бабушке. Через три месяца занятий Гришка уверенно удерживал в зоне своего внимания восемь среднесложных предметов и в два раза улучшил начальные результаты по методике «корректирующая проба».

А по выходным и в праздники Гришка с папой играли в «шпионов-кладоискателей». Игра была абсолютно авторской и являлась плодом нашего с папой совместного творчества. Играют в нее так. Сначала играющие отправляются «на местность», подозрительную относительно наличия там кладов, тщательно изучают ее и составляют подробный план в соответствии со всеми правилами картографии. Потом проверяется способность участников уверенно передвигаться по этому плану (так как поиск кладов — занятие опасное и в случае чего промедление или неуверенность может очень дорого стоить). Затем проводится аналитическое обсуждение: если бы вы были бандитом или преступником, то куда бы вы спрятали клад именно на этой местности? Далее обследуются все подходящие места. Также полезным признается внимательная (и, разумеется, незаметная для объекта) слежка за всякими подозрительными личностями (они могут навести кладоискателей на след клада). В результате отыскивается клад или еще что-нибудь полезное.

Папа клялся, что в процессе игры Гришкина внимательность возрастает, прямо как тесто на дрожжах. Я на своих занятиях с Гришкой ничего «дрожжевого» не наблюдала, но, надо думать, по степени интересности мои занятия не шли с поиском кладов ни в какое сравнение. Антонина, в свою очередь, говорила, что с «прогулок» за кладами муж и сын приходят одинаково грязные и не поймешь, кого ругать за это в первую очередь. Подрастающий фокс, естественно, принимал в поисках кладов деятельнейшее участие, многократно вступал в схватки с крысами и кошками, а однажды даже действительно отыскал не то потерянный, не то выброшенный кем-то бумажник с документами, которые папа с сыном торжественно сдали в ближайшее отделение милиции (как вы, наверное, уже догадались, остальные «клады» Гришин отец сам прятал в соответствующие места).

Деревенская бабушка, поглядев на все эти «городские выкрутасы и безобразия» и убедившись, что внук стал вроде бы более управляемым, а дочка откровенно повеселела, отбыла к изнемогающему под грузом крестьянских забот мужу. Напоследок троекратно облобызалась с зятем, пребывающим по поводу ее отъезда в нешуточно приподнятом настроении, и строго велела прощать ее, «коли что было не так».

— Что вы, что вы, Авдотья Прокофьевна! — искренне воскликнул зять. — Какие между нами счеты! Приезжайте, как надумаете, еще!

Сейчас Гришка учится в пятом классе. Особых школьных успехов за ним не водится, но только устойчивая тройка по русскому языку (все еще много ошибок, особенно в диктантах) портит вполне пристойный вид его табелей. Два раза в неделю он занимается в секции футбола, а по

четвергам и выходным ходит в клуб спортивного ориентирования, в котором, благодаря хорошей базовой подготовке «кладоискателя», делает большие успехи. Недавно захотел играть на гитаре. Хотелось петь в лесу, у костра. И голос, и слух оказался вполне приличный. Купили гитару, нашли преподавателя. Прозанимался ровно месяц и бросил. Антонина начала было опять расстраиваться, но в конце концов изобретательный Гришка сам нашел выход из положения. Он подарил гитару старшему приятелю из секции ориентирования. Теперь приятель играет на гитаре, а поют они с Гришкой на воскресных лесных сборах вместе. Хором поют. Гришка говорит, что у них хорошо получается, громко. Предлагал показать, как они поют, но я почему-то отказалась. Может быть, зря.

Глава 3

Игорь — маленький агрессор

Мальчишка лет четырех-пяти устойчиво стоял на толстеньких, пожалуй что коротковатых ногах посреди кабинета и смотрел на меня с недоверием и интересом. Смотрел прямо, не отводя взгляда и при этом не исподлобья, не изображая буку. Сильно смотрел, ничего не скажешь.

Отец и мать, молодые, но не слишком, чем-то похожие друг на друга (наверное, вместе учились на одном курсе в техническом институте, там и познакомились, — предположила я; впоследствии мое предположение подтвердилось) расположились в креслах справа и слева от меня.

— Игорек, иди сюда! — позвала мать. — Садись ко мне.

Мальчик никак не отреагировал на призыв, даже не повернул головы. Продолжал стоять, широко расставив ноги, и изучать обстановку.

— Я слушаю вас...

— А при нем можно? — мать с сомнением взглянула на сына.

Я еще раз оценила мальчишку, его позу и взгляд.

— Можно, — произнесла я, стараясь вложить в свой голос как можно больше уверенности (которой на самом деле не испытывала — откуда мне знать, какая именно проблема привела ко мне молодую семью?) — Пусть послушает.

— Понимаете, он очень агрессивен, — вступил в разговор отец. — Я пришел, потому что жена не справляется, а я просто не знаю, как поступить.

— Как проявляется эта агрессивность? Не путаете ли вы ее с упрямством?

— Нет, нет! Упрямства тут тоже хватает, но это... это совсем другое!

— Опишите, пожалуйста. Желательно с примерами.

— Да вы знаете, все очень просто, — отец снова взял инициативу в свои руки и для ясности выставил перед собой ладонь и начал загибать сильные поросшие рыжеватыми волосками пальцы. — Он бьет всех детей на площадке и в садике и отбирает у них игрушки — это раз. Лезет даже на более старших и дерется отчаянно. Берет не силой даже, а вот этим вот наскоком. Часто старшие уступают ему, чтоб не связываться, я так понимаю. Не делает

никаких различий между мальчиками и девочками — это два. Я объяснял ему тысячи раз, но все бесполезно. Дерется дома — это третье и последнее. Меня вроде бы побаивается, мать вполне может ударить, а с бабушкой вообще ведет себя так, что у меня волосы дыбом встают. Да, забыл, собаку лупцует почему зря — это четыре. Слов, когда злой, вообще не выбирает: может и матом покрыть, и обозвать как угодно. У нас в семье этого нет, дед только иногда, мой отец, если выпьет, но крайне редко. Да Игорь и видит его два раза в месяц. Приносит из садика или с улицы, не знаю. Бабушка говорит: он маленький, не понимает. Но я вам скажу: ерунда все это! Все он прекрасно понимает, употребляет все это всегда к месту и по назначению. Когда спокойный, говорит совершенно нормально.

— Когда это поведение возникло?

— Да сразу. Всегда такой был. Сначала думали, маленький, поумнеет — пройдет. А теперь видим: само не проходит, надо что-то делать.

— Надо, — согласилась я, и именно в этот момент Игорь сделал какие-то окончательные выводы относительно моей персоны и перестал меня рассматривать.

— У тебя машины есть? — негромко спросил он. Голос у него оказался низкий и такой же выразительный, как и взгляд. — Или только куклы? Для девчонок? — Он обвел рукой кабинет, где на тумбочках действительно были рассажены куклы.

— Есть две машинки. Они вон в том ящике.

— Можно? — почти вежливо уточнил Игорь. Никакой расторможенности, так часто характерной для неврологически нездоровых, агрессивных детей, не умеющих сдерживать проявления своих чувств, в нем не было и в помине.

— Можно.

Игорь аккуратно открыл ящик, достал обе машинки и прицеп к одной из них.

— Вот такая у меня есть, — объяснил он мне, указывая пальцем на одну из машин. — А вот такой нет. Я даже такой не видел. Хорошая машина. Она, наверное, доски возит, да?

— Вполне возможно, — согласилась я.

Игорь, видимо, посчитав разговор законченным, опустился на ковер и принялся, сдержанно гудя, возить машинки по полу и строить для них из кубиков гараж. Меня удивило, что за все время он не только словом, но даже взглядом не обратился к присутствующим родителям.

А мы с матерью и отцом продолжали наш разговор.

Беременность матери протекала нормально, Игорь родился в срок, но с обвитием пуповиной. Однако асфиксии вроде бы не было, и специалисты роддома классифицировали роды как нормальные. В полтора месяца заболел сначала бронхитом, а потом пневмонией. Следом присоединилась кишечная инфекция, и первые полгода жизни малыша родители вспоминают как один непрерывный кошмар. По словам мамы, напуганной, в свою очередь, врачами, жизнь ребенка все время висела на волоске. Он то задыхался от скопившейся мокроты, то синел, то начинались судороги от высокой температуры, то рвота или понос и связанное с ними обезвоживание. Молодая мать так уставала, что, едва ребенок хоть на минуту успокаивался, тут же валилась без сил. Муж помогал ей по мере возможности, но как раз в это время он писал диплом и сам нуждался в помощи и внимании, которого, естественно, жена не могла ему

предоставить.

— Я с Мишей даже минутки побыть тогда не могла, — вспоминает мать Игоря. — Только мы соберемся о чем-нибудь поговорить, просто рядом побыть, так он сразу орать начинает... Как нарочно, честное слово...

Когда Игорю исполнилось полгода, папа, несмотря на все трудности, успешно защитил диплом, а сын поправился и больше никогда за всю свою короткую жизнь не болел ничем более существенным, чем ОРЗ. Терапевты, наблюдавшие ребенка в первые полгода его жизни, расценивали такую метаморфозу как редкую удачу.

И вот теперь непонятная агрессивность и даже жестокость ребенка... По рекомендации участкового педиатра родители обращались к невропатологу. Он записал в карточке ММД (минимальная мозговая дисфункция), выписал что-то гомеопатическое и успокаивающее и дал направление на электроэнцефалограмму, чтобы исключить судорожную готовность и очаговые поражения головного мозга. Энцефалограмма была сделана, никаких отклонений на ней не выявили. Заключение специалистов приклеили в карточку. Гомеопатическое средство сначала вроде бы оказало какое-то действие («То ли было, то ли жене показалось», — уточнил отец), но потом все вернулось на круги своя...

— Радости никакой от него нет, — смущенно потупясь, сказала мама. — Вроде бы и смысленный он, и развит нормально... Я его иногда даже боюсь. Как посмотрит иногда...

Я согласно кивнула. Взгляд этот я уже видела. Но бояться собственного пятилетнего ребенка — это вроде бы уже через край. Есть что-то еще, о чем мне не рассказали? Что-то ужасное, что заставит думать не о психологе, а о психиатре? Да нет, вроде бы не похоже. Мама — да, но отец не стал бы скрывать и самого плохого...

— А вы разделяете мнение жены? — обратилась я к отцу.

— Да, то есть нет... Не совсем, — смешался Миша. — Я его не боюсь, конечно, но как бы это сказать... не понимаю, что ли...

— Чувствуете себя обескураженным? — подсказала я.

— Вот, вот, — обрадовался отец Игоря. — Именно так, как вы сказали.

— А бабушки-дедушки?

— Они сначала его во всем оправдывали, а теперь говорят, что он психически больной... и... — мама Игоря собиралась еще что-то сказать, но потом вроде бы передумала. А я не уцепилась за это «и...», упустила его из виду и, как впоследствии выяснилось, существенно осложнила для себя понимание ситуации.

Итак, мать побаивается своего пятилетнего сына, отец обескуражен им, а бабушки с дедушкой считают его психически больным. При этом специалисты не находят никаких существенных отклонений от нормы... Что же за маленькое чудо (или чудовище?) привели ко мне на прием?

Что такое детская агрессивность?

Опыт показывает, что детскую агрессивность замечают обычно очень рано, а тревогу начинают бить значительно позднее, когда многое уже упущено и бороться с существующими нарушениями гораздо труднее. Именно поэтому мы будем говорить не об агрессивности

асоциального подростка и даже не об агрессивности младшего школьника-драчуна. Как правило, вышеперечисленные персонажи вырастают именно из ранней детской агрессивности, не откорректированной в соответствующем возрасте.

Что же такое агрессивные дети в дошкольном возрасте? О причинах возникновения расстройства мы будем говорить ниже, а пока опишем типичные особенности такого ребенка.

Очень часто агрессивными бывают дети, имеющие тот или иной неврологический диагноз. Здесь могут сыграть неблагоприятную роль два фактора. Первый — это собственно поражение нервной системы, а второй — неправильное в связи с этим воспитание ребенка в семье. Ребенок нервный, больной, следовательно, чтобы он не волновался, ему больше уступают, закрывают глаза на его серьезные проступки, стараются исполнить все его желания. По этому поводу хотелось бы напомнить следующее: да, воспитание ребенка с неврологическим диагнозом должно иметь свои особенности, и дергать его постоянными «нельзя» нецелесообразно (как, впрочем, и ребенка абсолютно здорового). Но если он замахнулся на бабушку или ударил ногой кошку — никаких скидок на «нервность» быть не должно. В данном случае ваша снисходительность пойдет не на пользу, а только во вред ребенку, присоединяя к уже имеющимся у него нарушениям патологическое развитие характера.

Достаточно часто у маленьких агрессивных детей обнаруживается повышение болевого порога. Такой ребенок не плачет, когда падает, спокойно и даже равнодушно переносит медицинские процедуры, увлекшись игрой, может не заметить достаточно серьезной царапины или ушиба. Такие дети часто предпочитают шумные, грубые игры с потасовками и сильными тумаками, которыми они награждают других детей (но при этом они совершенно не переживают, если тумаки достаются и на их долю). Про одного моего маленького клиента мать с удивлением и тревогой рассказывала следующее:

— Он может сестру палкой ударить или укусить. Я ему говорю: «Как ты можешь?! Вере же больно! Если бы тебя так!..» А он совершенно спокойно бьет себя палкой или кусает за руку и говорит: «Смотри — не больно». И я вижу, что он не обманывает — и бьет достаточно сильно, и на руке следы от зубов точно такие же, как у сестры...

Антоша, ребенок, о котором идет речь, из-за перенесенной родовой травмы имеет повышенный порог болевой чувствительности, сам плохо чувствует боль и поэтому с трудом понимает, когда причиняет боль другим. Он, в сущности, не более агрессивен, чем другие дети, но из-за своих особенностей нуждается в более тщательном разъяснении: другим людям может быть больно и неприятно то, что для него абсолютно безразлично или даже занятно.

У агрессивных детей часто наблюдаются те или иные нарушения развития эмоциональной сферы. Такие дети плохо чувствуют состояние других людей, не умеют и не любят сочувствовать, жалеть. Они часто грубы (однако не злобны) в повседневном обращении, с трудом усваивают правила вежливости. Им обычно интересны подвижные или настольные игры с четкими и несложными правилами. Играть в сложные сюжетно-ролевые игры с меняющимся эмоциональным наполнением ролей они не любят, так как чувствуют себя в таких играх малокомпетентными.

Большинство выражено агрессивных детей отличаются от сверстников по своим физическим показателям. Они либо крупнее, массивнее, либо, наоборот, мельче, чем другие дети. Иногда у таких детей снижен инстинкт самосохранения, и тогда они не только бросаются в драку с заведомо более сильным противником, но и залезают туда, откуда не могут слезть, дразнят злую и опасную собаку, берутся переплыть реку, едва научатся делать три гребка, не касаясь дна ногами, и т. д. Но бывает и наоборот. Ребенок имеет вполне развитый инстинкт

самосохранения, и вся его агрессивность направлена только на слабых, на тех, кто заведомо не сможет дать ему должного отпора. Такой ребенок вполне пристойно ведет себя в присутствии отца, но, гуляя с бабушкой, может ударить ее по лицу песочной лопаткой. Никогда не тронет кошку, которая может оцарапать, но бьет ногой под брюхо безобидного спаниеля. Именно этот, второй, тип агрессивности вызывает наибольшее недоумение и раздражение.

— Мы же ему тысячи раз говорили, что слабых трогать нельзя! — возмущаются родители. — Пусть бы попробовал с Борей подраться, отобрать у него что-нибудь. Тот бы ему быстро объяснил что к чему. Так нет же — отбирает игрушки у безобидной Леночки!

Пятилетний ребенок, слушая эти возмущенные монологи, стоит в сторонке и хитренько улыбается. Видно, что родительская идея об отбирании игрушек у сильного и драчливого Бори представляется ему бредовой, а мысль о том, что маленькие и слабые как-то защищены от него самой своей слабостью, никогда не приходила ему в голову.

Почти всегда в семье, где растет агрессивный ребенок, наблюдаются те или иные нарушения воспитания и семейных взаимодействий. Наиболее распространенными из них являются чрезмерно строгое, запугивающее воспитание, вседозволенность или разные стили воспитания у разных членов семьи, направленные на одного и того же ребенка.

Каковы причины детской агрессивности?

1. О первой причине, о которой нужно подумать и исключить которую нужно в первую очередь, мы уже говорили — *это то или иное заболевание центральной нервной системы.*

В более легких случаях с детской агрессивностью работают родители в контакте с психологом или психоневрологом, параллельно с лечением основного заболевания.

Но неспровоцированная агрессивность, асоциальность, неадекватность поведения ребенка, особенно внезапно возникшая, может быть и одним из симптомов таких тяжелых расстройств, как судорожная готовность, эпилепсия, шизофрения. В этом случае необходимо тщательное обследование ребенка и при необходимости — лечение у детского психиатра.

1. Другая причина детской агрессивности, пожалуй, самая распространенная среди детей дошкольного возраста, — это *агрессивность как средство психологической защиты.* У взрослых существует поговорка: «Лучшее средство защиты — это нападение». Дети дошкольного возраста этой поговорки, скорее всего, не знают, но пользоваться психологическими механизмами, лежащими в ее основе, вполне умеют. Как правило, такой способ защиты избирают дети с сильным типом нервной системы, обладающие холерическим или сангвиническим темпераментом. Для флегматиков такой способ защиты неприемлем, так как требует слишком много внешней активности, которой они избегают. От чего же дети дошкольного возраста защищаются?

Чаще всего они защищаются от сознательного или бессознательного неприятия их родителями или другими членами семьи, и тогда их агрессивность служит лишь проявлением гораздо более серьезного и тяжелого по своим последствиям нарушения — отсутствия *базового доверия к миру.*

Молодая мать хотела еще немного «пожить для себя», но вот — незапланированная беременность, аборт делать страшно, родившийся ребенок прерывает учебу в институте, вырывает молодую женщину из привычной среды, резко ограничивает общение с друзьями.

Мать честно ухаживает за ребенком и вроде бы даже любит его, но он почему-то зло плачет во время кормления, отталкивает или кусает грудь, просыпается и требует внимания в самый неподходящий момент.

Другая ситуация. Отношения супругов были на момент зачатия ребенка далеко не идеальными, но мать очень рассчитывала на то, что ребенок поможет подлатать полуразвалившееся здание их брака. Ребенок родился, но супружеские отношения спасти не удалось. Муж ушел, а сын каждой своей черточкой и гримаской напоминает ушедшего. И так же шаркает ногами, и так же крошит хлеб за столом... Мать ничего не рассказывает ребенку об отце, но каждый раз, когда он садится обедать... И ребенок почему-то растет неласковым, замкнутым, агрессивным...

Сын познакомился с девушкой, про которую его мать сказала при первой же встрече: «Она тебе не ровня». Сын не стал прислушиваться к советам родителей и спустя какое-то время женился. Родился ребенок. Супруги живут «как все», с родными мужа поддерживают ровные, неблизкие, но бесконфликтные отношения, никто ни про кого «дурного слова не скажет». Но вот беда, в подрастающего ребенка словно бес вселился — может оскорбить бабушку, ударить ее, намеренно испортить ее вещи...

1. О следующей причине детской агрессивности мы тоже уже упоминали. Это *различные нарушения семейного воспитания*.

Старший брат Коли утонул в возрасте шести лет во время купания. Младшего, родившегося уже после смерти брата, буквально «держали под колпаком». Активность ребенка чрезмерно ограничивали с самого рождения, старались защитить и оградить от всего, что может оказаться опасным. А Коля, как и его погибший брат, родился физически активным, здоровым, обладает лидерскими наклонностями и сильным типом нервной системы. И вот шестилетнего Колю приводят ко мне, жалуясь на приступы бешеной ярости, которые происходят исключительно дома, в семье, и во время которых он кидает все, что под руку подвернется, ломает игрушки, дерется, сквернословит. Электроэнцефалографическое обследование, проведенное по рекомендации невропатолога, не выявило никаких органических нарушений...

Муж Анны, спокойный, молчаливый работяга, неожиданно потерял работу — закрылось предприятие, на котором он проработал 17 лет после окончания училища. С трудом сходясь с людьми, не умея найти подходящую работу и не имея друзей, которые могли бы ему помочь (все его друзья по цеху разом оказались в сходном положении), он начал пить, стал алкоголиком (сказывалась наследственность), срывал свою злость и беспомощность на жене и детях. Спустя два года такой жизни скончался в милицейском участке при не выясненных до конца обстоятельствах. Анна осталась одна, без работы, без сбережений (покойный муж пропил все, что можно было пропить), с тремя детьми на руках. Младшему, Кешке, было тогда три года. Женщина впала в глубокую депрессию, совершенно перестала заботиться о детях, о доме, они росли предоставленные сами себе. Старшие крутились вокруг ларьков, подворовывали, сдавали бутылки, младшего подкармливали соседи. Иногда что-нибудь приносили старшие, командовали: «Служи! Апорт!» — и бросали подачку. Когда-то в семье была собака, но потом от бескормицы она сбежала на улицу. Кешке бежать было некуда, и он покорно ловил «апорты».

Постепенно Анне удалось оправиться от потрясения. Она привела в порядок сначала себя, потом дом, устроилась на работу нянечкой в детский сад. Теперь дети снова были накормлены. Анна, до рождения детей учившаяся в хорошем техникуме, сумела закончить курсы бухгалтеров и стала работать бухгалтером в том же самом садике, подрабатывая разовыми заказами еще в двух местах. Старшие дети снова вернулись в школу, а младший посещал

садик, в котором работала мама. Но беда, как известно, не приходит одна — все воспитательницы в один голос твердили Анне, что Кешка у нее «психический», его лечить надо, может по любому пустяку броситься на любого ребенка, избить его, дичится людей, в присутствии посторонних вообще закрывается и молчит, в общегрупповых занятиях практически не участвует. Детский психиатр не выявил у Кешки никаких нарушений, кроме педагогической запущенности, вполне естественной, если учитывать факты его короткой биографии...

Вадим родился и растет в очень обеспеченной семье. Любые игрушки всегда к его услугам. Сначала нянька, а потом и приглашенный из соответствующей фирмы гувернер занимаются его воспитанием и образованием. Пятилетний мальчик уже умеет читать и сносно говорит на бытовом английском...

— Я все понимаю, доктор, — волнуясь, объясняет моложавый респектабельный папа. — Не научили вовремя слову «нет», теперь расплачиваемся. Но хотелось же как лучше. Я сам, считай, в нищете рос, так вот и хотелось хоть сыну все дать. Но что же теперь делать? Людей стыдно! Он же заорать может в общественном месте, наброситься с кулаками на мать, на бабу, на гувернера этого... Я ведь специально мужика нанял, а не бабу, чтобы в кулаке держал, а вот все равно... Я гувернеру говорю: не стесняйся ты, врежь ему как следует, пусть знает, а он, стервец, представляете, весь дипломат тому бритвой располосовал и сказал: «Я тебя, гад, ненавижу, и папка тебя все равно уволит!» Прямо и не знаю, что делать-то теперь!

1. Еще одна причина того, что часто выглядит как неспровоцированная детская агрессивность, — *нарушенная исследовательская активность ребенка.*

Совсем маленький ребенок ткнет ногой в бок собаку и отбежит. Ударит песочной лопаткой сверстника и смотрит не зло, а с любопытством — что будет? Шлепнет бабушку по щеке ладошкой и смеется. Бабушке обидно, а ему весело. Такой род «исследований» часто встречается у детей с нарушением развития эмоциональной сферы (о них мы говорили в предыдущем разделе). Такие дети просто неспособны оценить эмоциональные последствия своей активности. Для них что постучать палкой по доске, что по спине у соседа — и то, и другое всего лишь объект для исследования. Настоящей агрессивности в них поначалу нет, но когда их поступки встречают естественный отпор (для нас естественный, а для ребенка с эмоциональными нарушениями или завышенным болевым порогом совершенно непонятный), то они могут и «озвереть», так как морально-нравственный компонент у детей находится в тесной связи с развитием тонкой эмоциональности.

1. И наконец, нередкая причина обращений по поводу детской агрессивности — это те (довольно многочисленные) случаи, *когда за агрессивность принимают что-то другое.*

Наиболее часто за агрессивность принимают детское упрямство в возрасте от двух до четырех лет. В этот период ребенок настойчиво и достаточно последовательно отстаивает свою физическую автономию от родителей. «Не буду», «не пойду», «не хочу», «я сам» — слышится в этот период практически постоянно. Если на ребенка в это время очень «давить», т. е. тащить его волоком гулять, когда он не хочет идти, или одевать насильно, когда он не хочет одеваться, то можно получить тот тип сопротивления, который легко принять за самую настоящую агрессивность. Но все же это не агрессия, а всего лишь сопротивление! Перестали «насиловать» ребенка, миновал кризисный возраст — и всю «агрессивность» как рукой сняло, словно ее и не было.

Как вести себя родителям, если ребенок агрессивен?

Для начала необходимо точно определить причину и истоки агрессивности вашего сына или дочери. Если вы можете сделать это самостоятельно, хорошо, если нет, проконсультируйтесь с семейным психологом. На прием в таком случае должна прийти вся семья, так как только наблюдая ребенка в кабинете и слушая рассказ одного из членов семьи, специалист вряд ли сможет восстановить объективную картину возникновения расстройства. Ведь в кабинете психолога ребенок, скорее всего, никакой агрессивности не проявит.

После того, как причина установлена, начинайте действовать в соответствии с ней. **Если причиной агрессивности ребенка является его чрезмерная избалованность или непоследовательность в воспитании**, соберите «семейный совет» и выработайте единую тактику борьбы с проблемой. Вам необходимо:

а) Создать систему семейных «табу» — что в вашей семье нельзя ни под каким видом и ни при каких условиях. Для агрессивного ребенка в список табу обязательно должны входить пункты «нельзя поднять руку на члена семьи», «нельзя ударить собаку, кошку».

б) Договориться о едином способе реагирования на нарушения «табу». Мы об этом уже говорили, но повторим еще раз, что ребенка в этом случае не бьют и даже не ругают. Нет ничего, кроме отчуждения. Это архаическое и необыкновенно сильное наказание за нарушение «табу» — отчуждение от рода. Трех-четырех таких эпизодов обычно бывает достаточно, чтобы ребенок от двух до четырех лет накрепко усвоил урок.

в) Договориться о едином способе воспитания. Здесь каждому придется пойти на какие-то компромиссы, но ситуация, когда у бабушки это можно, а у отца — категорически нельзя, в нашем случае совершенно недопустима, так как провоцирует агрессивность ребенка. Люди, воспитывающие ребенка, могут придерживаться совершенно разных педагогических позиций, и дедушка, к примеру, может обожать Макаренку, папа зачитываться Руссо, а мама быть поклонницей доктора Спока. Речь идет только о тактике. Можно ли одному выходить на балкон? Всегда ли надо надевать резиновые сапоги, когда на улице мокро? Можно ли снимать подушки с дивана и класть их на пол? Вот здесь вполне можно договориться и, когда молодые родители запальчиво говорят мне, что нашу бабушку, мол, не перевоспитаешь, я всегда пытаюсь объяснить им, что речь о «перевоспитании» бабушки совершенно не идет. Иногда полезно даже составить список достигнутых договоренностей и положить или повесить его на видное место, чтобы потом кто-нибудь из членов семьи не мог отпереться, ссылаясь на свою якобы неосведомленность.

г) Начать настойчиво и последовательно учить ребенка культурно приемлемым способам выражения своего гнева, ярости, раздражения. Самый хороший способ обучения — личный пример. Папа приходит с работы и, раздувая ноздри, говорит:

— Я в ярости. Сейчас мне кажется, что весь мир состоит из идиотов. Пока не успокоюсь, ко мне лучше не подходить!

Мама говорит после тяжелого дня:

— Я раздражена, и мне кажется, что в этом доме меня никто не слышит. Я нуждаюсь в отдыхе и развлечениях. Лучше не пытайтесь сейчас запрять меня во что-нибудь еще!

Вполне вероятно, что со временем ребенок этих родителей тоже будет говорить о своих чувствах, вместо того чтобы бросаться на пол и устраивать скандалы.

В одной интеллигентной семье шестилетний ребенок с серьезной неврологической патологией в гнев бросал на пол и иногда разбивал посуду и другие ценные предметы. После он сам раскаивался в этом, но утверждал, что когда его «несет», он не может остановиться и должен что-нибудь кинуть. Не без удивления согласившись с моей рекомендацией, родные мальчика расставили по всей квартире красивые кружечки из разноцветной жести, которые оглушительно звенели, когда их бросали на пол, но, разумеется, не разбивались. Мальчику было предложено попробовать вымещать свой гнев на этих кружечках. Ребенок с воодушевлением согласился, ибо звенели и сверкали кружечки действительно замечательно. Входя в состояние аффекта, он теперь пробегал по большой «профессорской» квартире, разбрасывая кружечки направо и налево, стуча ими по стенкам и дверям. По словам мальчика, теперь ему стало легче, потому что он знал, что, хотя и злится, но не совершает ничего ужасного. По словам родных, приступы ярости стали повторяться значительно реже. А дедушка-профессор, на голове у которого происходило и происходит все это безобразие, заявил официальный протест против дискриминации по возрасту и теперь тоже при случае любит швырнуть две-три кружечки...

Если причиной агрессивности сильного и активного ребенка оказалась «заорганизованность» его жизни, обилие запретов и воображаемых опасностей, то бороться с такой агрессивностью достаточно просто. Родителям необходимо найти в себе силы и «отпустить» ребенка, предоставить ему адекватную его возрасту самостоятельность, а также место, время и возможности для свободной реализации его активности. Длительные прогулки с лазанием по всему, на что он может залезть без риска для жизни, спортивная секция, домашний гимнастический уголок для такого ребенка просто необходимы. Ради этого, может быть, следует на время отказаться от музыкальной школы, кружка французского языка и изучения начал математической логики. Все это, конечно, очень важно, но ведь здоровая нервная система ребенка дороже, правда?

Если ребенок перенес длительный стресс, болезнь, или просто тяжелый период в жизни семьи сделал его полудиким и агрессивным, то такой ребенок нуждается в длительной и постепенной реабилитации. Ему нужно вернуть веру в доброту мира, убедить в том, что открытость и отзывчивость являются лучшей защитой, чем постоянно оскаленные зубы. Именно так работали с Кешкой. Анна, приходя с работы, брала его, как маленького, на колени и подолгу читала ему детские сказки, в которых, как известно, добро всегда побеждает зло. Рассказывала о том, как она его любит. Говорила и о покойном отце, о своих переживаниях, о своей вине перед детьми. Кешка, сначала вырывавшийся, затихал и внимательно слушал. Старшая сестра играла с Кешкой в школу, с моей помощью и помощью матери стараясь преодолеть отставание в развитии, педагогическую запущенность. Брат защищал Кешку во дворе, однажды не на шутку избил пацана-сверстника, который обозвал его младшего брата дебилем. Прошли месяцы кропотливой, напряженной ежедневной работы, прежде чем Кешка начал оттаивать, перестал кидаться на всех по любому пустячному поводу. Сейчас Кешка учится во втором классе. Учеба дается ему нелегко (сказывается отставание), он по-прежнему молчалив и угрюм, дружит лишь с одним мальчиком из класса. Но весь класс во главе с учительницей признают Кешкину честность, справедливость в решении споров и всегдашнюю готовность делом помочь тому, кто попал в трудное положение. За это Кешку уважают и в классе, и во дворе. Анна надеется, что Кешке, которому не занимать упорства, удастся подтянуть учебу, и не скрывает того, что гордится успехами сына.

И наконец, необходимо отметить, что если агрессивность ребенка является одним из симптомов серьезного нервно психического заболевания, то никакая самодеятельность тут неуместна и борются с ней в таком случае в тесном контакте с детским врачом-психиатром, скрупулезно выполняя все его рекомендации.

Чем может помочь специалист?

В первую очередь специалист поможет обратившейся к нему семье отыскать причины развившейся у ребенка агрессивности, порекомендует методы обследования, которое необходимо пройти, чтобы исключить органические причины данного расстройства.

Далее, психолог или психоневролог может помочь семье выработать тактику поведения, которой следует придерживаться в данном конкретном случае, чтобы успешно справиться с имеющейся проблемой. В дальнейшем семья может обращаться к специалисту с текущими вопросами, с возникшими сложностями (ибо сразу, как правило, не удастся предусмотреть всех нюансов такого сложного и многокомпонентного процесса).

Кроме того, психолог может порекомендовать семье привести ребенка на групповые занятия, где коррекция поведенческой агрессивности происходит в условиях не индивидуальной, а групповой работы.

Именно так мы работали с Вадимом. Крупный, развитый мальчик, никогда не посещавший детский сад, едва придя в группу, тут же попытался навести в ней свои порядки и грубостью и кулаками доказать свое превосходство над окружающими. Эти попытки были жестко пресечены ведущими. Тогда Вадим отказался ходить на занятия. Заранее предупрежденный о такой возможности папа тем не менее взбеленился и сказал несносному сыночку что-то вроде:

— Не пойдешь сам — за ноги притащу!

Насупившийся Вадим продолжал ходить на занятия, но стоял в углу и ни в каких играх участия не принимал. Его никто не трогал. Расчет был на то, что Вадим, который мог выполнить большинство заданий и упражнений лучше, чем другие дети, в конце концов не выдержит и попробует самоутвердиться именно этим, приемлемым для окружающих способом. Через некоторое время так и случилось. Вадим вышел из угла и, как и следовало ожидать, прочно занял место интеллектуального лидера группы. После этого мы стали аккуратно подводить мальчика к следующему шагу: достойно не только ответить и все сделать самому, высший класс достоинства — это помочь другому, тому, кто сам не может. Сообразительный и тщеславный Вадим быстро научился получать удовольствие, таща за собой других, всячески опекая их и получая за это похвалы руководителей. Он даже начал уступать самое мягкое кресло слабенькой Свете и соглашался помолчать и подождать, пока сообразит и ответит тугодум Вася. И тогда мы провели острый опыт. В группу был введен крупный, агрессивный и не очень неврологически здоровый пацан Ромка из семьи алкоголиков. Ромка, не в силах взять интеллектом, быстро и эффективно заработал кулаками, причем Вадима, как явного лидера, он бить не пытался, а старался, как мы и рассчитывали, привлечь на свою сторону. Вадим явно колебался, мы нервничали, группа испуганно притихла... Но чудо все же произошло! Более высокие и утонченные ценности взяли верх, Вадим отказался солидаризироваться с Ромкой, встал на защиту слабых и тут же получил достаточно серьезную взбучку.

Дома Вадим рассказал обо всем отцу, который принимал живейшее участие во всех его проблемах, и поставил перед ним достаточно серьезный вопрос:

— Когда я всех бил, мне не давали, а когда Ромка меня — ему ничего не сказали. Почему?

Отец сориентировался не сразу, но ответил так:

— Это правильно. Ведь ты бил слабых. А ты сильный, и Ромка сильный. Ромка даже сильнее. Но ты еще и умный. Тут уж кто кого...

На следующем занятии мы с трудом растащили вновь сцепившихся Вадима и Ромку. Облизывая припухшую губу, Вадим строго сказал:

— Я тебя все равно победю!

— Почему? — поинтересовался Ромка. — Я ж сильнее!

— А потому, что я за всех. А ты сам за себя. Вот так.

На этом коррекционные занятия для Вадима мы посчитали законченными.

На следующий, предшкольный год Вадима, согласно рекомендациям психолога, отдали в детский сад.

Недавно я случайно повстречала отца Вадима в коридоре поликлиники. Он вежливо поклонился и с нескрываемым удовольствием сообщил мне, что детский сад был выбран частный, контингент там своеобразный, но воспитательница говорит, что Вадим мальчик удивительный в плане самодисциплины и поддержки слабых, что на него можно рассчитывать в любой трудной ситуации. Когда мама говорит, что в прошлом году у Вадима были проблемы с неконтролируемой агрессивностью, воспитательница не верит.

Вернемся к Игорю...

Естественно, что первой моей мыслью было направить мальчика в группу и посмотреть, как же выглядит его, столь красочно описанная родителями, агрессивность. Во избежание каких-то эксцессов Игоря ввели в уже сложившуюся, работающую группу, состоящую, кроме него, из двух мальчиков годом постарше и двух девочек-ровесников. Игорь в группу вошел спокойно, особой активности не проявлял, общался с детьми мало, предпочитал стоять или сидеть на корточках в стороне и наблюдать за происходящим. Но никакой агрессивности, ни к детям, ни к взрослым-ведущим, мальчик не проявлял вообще. Не без труда и внутренних колебаний я тайком уговорила одного из мальчиков группы поддразнить Игоря, а девочку — отобрать у него игрушку, которую он принес с собой из дома.

— Это все понарошку, — без улыбки, тяжело глядя прямо мне в глаза, сказал Игорь. — Вы потом скажете, она отдаст.

— А когда не понарошку? — спросила я.

— Там — не понарошку! — мальчик махнул рукой куда-то за пределы игровой комнаты.

В группу Игорь больше не ходил и ни разу ничего не спросил о ней. Занимались мы с ним индивидуально. Когда я предложила ему сыграть в игру «люблю — не люблю — равнодушен», он внимательно выслушал объяснения, а затем уверенно положил в группу «не люблю» кота и фигурку доктора, а в группу «люблю», поколебавшись, поместил мороженое и велосипед. Все остальное, включая родителей и детей всех возрастов и полов, он горстями переложил в группу «равнодушен». Я была совершенно обескуражена таким разделением и впервые задумалась о том, действительно ли Игорь агрессивен (до сих пор я вполне верила рассказам родителей) и с той ли проблемой вообще мы работаем.

Вновь были призваны для разговора мама и отец Игоря (теперь уже не вместе, а по отдельности). Именно во время этого визита я впервые увидела то, о чем шла речь с самого начала. Отец уже прошел в кабинет, а мама с Игорем готовились ждать в коридоре. В это время Игорь как-то договорился с совсем маленьким мальчиком и взял у него розовый

электронный пистолет, который издавал звуки автоматной очереди, прерываемые чем-то похожим на радиопомехи.

— Отдай мальчику пистолет, — потребовала мама.

— Потом, — отмахнулся Игорь.

— Отдай! — видя, что беспокоится кто-то из взрослых, забеспокоился и малыш.

— Сейчас отдам, — повторил Игорь, последовательно нажимая какие-то кнопки и наблюдая за результатом.

— Немедленно верни игрушку! Сломаешь!

Малыш потянул Игоря за рукав, а другой рукой вцепился в ствол пистолета. В этот же момент Игорь зарычал, отшвырнул малыша так, что тот ударился об стену, шваркнул об пол пистолет и бросился на мать с кулаками. Я с трудом сумела поймать его и затащить в кабинет. Для пятилетнего ребенка он был очень сильным.

— Дома надо держать таких психических! — неслись по коридору крики матери малыша. — К батарею привязывать! А не ходить с ними в общественное место!

Мама тихо плакала в предбаннике, отец молча сжимал и разжимал кулаки, Игорь стоял посреди кабинета и смотрел в окно.

— Почему ты полез драться? — спросила я, намеренно не уточняя, какую именно драку я имею в виду.

— Просто так, — ответил Игорь, пожал плечами и посмотрел прямо мне в глаза. Потом он перевел взгляд на отца, явно прикидывая, какие именно репрессии последуют.

— Возьмите сына и отведите его домой, — сказала я Мише. — И не пытайтесь его ругать или что-то выяснять. Мама останется здесь. Мы поговорим.

В течение следующего полчаса я узнала много интересного.

Беременность, от которой родился Игорь, возникла в браке, но не была запланированной. Молодые супруги еще не натешились друг другом, были студентами, и поначалу, чтобы не осложнять себе жизнь, Маша, мама Игоря, решила сделать аборт. Уговорила оставить ребенка свекровь, у которой Миша был поздним ребенком и которая давно уже мечтала о внуках.

Беременность протекала не очень тяжело, но все же существенно мешала, а потом и вовсе отсекла Машу от шумной и веселой студенческой жизни. Миша старался больше времени проводить с женой, но все же скучал без друзей. Маша сама отпускала его, а потом нервничала, скучала, ревновала, злилась, по возвращении устраивала сцены. Миша все прощал жене, списывая все сначала на ее беременность, а потом на послеродовое состояние.

О первом полугодии жизни Игоря, превратившемся в один сплошной кошмар, мы уже говорили.

— Что же это было за состояние у ребенка, родившегося здоровым и от здоровых родителей? — спросила я скорее себя, чем Машу. — И каким образом оно потом так бесследно рассосалось? И связана ли с ним нынешняя патология характера?

Но Маша неожиданно ответила.

— Знаете, — сказала она, — я тут уже в последнее время много думала, когда он к вам ходил. И у меня сейчас такое впечатление, что он тогда как бы решал, жить ему или не жить. А потом решил — жить, но как бы все время настороже, никому не веря. На него ведь тоже все смотрели. Особенно мама. Он же так на Колю похож...

— А кто это — Коля? — я почувствовала, что последний кусочек мозаики готов лечь на оставшееся для него место.

— Коля — это мой старший брат. Он был... трудный, всегда. А потом связался с такими... В общем, он сейчас в тюрьме, точнее, в колонии. И ему еще долго сидеть. А когда Игорь родился и мама показала Колины фотографии, ему там месяцев шесть было, все прямо ахнули... Даже не думала, что такие маленькие могут быть так похожи... Я даже испугалась, что Миша подумает... Но он тогда ничего не подумал, а потом началось... А что он теперь думает, я даже спрашивать боюсь...

Итак, теперь стал до конца ясен эмоциональный контекст, в котором Игорь пришел на этот свет и прожил свою пока еще очень короткую жизнь. Нежеланный ребенок, который отвлекает мать и от друзей, и от учебы, и от любимого супруга. Ребенок, который мешает сразу всему, что так значимо для Маши. Ребенок, который, едва появившись на свет, был уличен в феноменальном внешнем сходстве с «неудачным» Колей, уродом в этой, в целом вполне благополучной, семье. Раздражение матери, с трудом сдерживаемая тревога бабушки. Родившийся совершенно здоровым ребенок вдруг начинает болеть, его жизнь висит на волоске. Он словно решает, по словам Маши, остаться ему или уйти из этого мира, где он никому не принес радости, а лишь тревогу и неудобства. Но организм ребенка здоров и крепок, и вот решение принято: остаюсь! Но зачем? Уж конечно, не для того, чтобы приносить кому-нибудь радость. Тем более им, тем, кто ему совершенно не рад.

— Вы знаете, — вспоминает Маша, — меня всегда поражало и обижало даже: он посторонним улыбался чаще и охотнее, чем родным. Вот и сейчас: я же слышу, как он с вами разговаривает. Взросло, рассудительно. Дома от него такого не услышишь... Там больше скандалы, крик, драки, истерики...

Не особенно стесняясь в выражениях, я излагаю Маше свою версию произошедших событий. Маша плачет, потом трогательно, по-детски поднимает на меня глаза и спрашивает:

— А что же теперь делать?

— Не знаю, — честно отвечаю я. — Надо как-то убедить его, что человек человеку если и не всегда друг, то, по крайней мере, и не всегда волк. Вы думали о втором ребенке? — Вопрос приходит мне в голову неожиданно, как будто откуда-то со стороны.

— Да, думали, — торопится Маша. — Теперь думали. Но я... мы боимся — вдруг будет еще один такой... И теперь то, что вы сказали. Да я и сама это знала, только боялась признаться... Но если еще ребенок, то, может, он подумает, что его совсем не надо, и будет мстить маленькому. Я этого не выдержу...

— Он должен увидеть, как люди радуются детям, — неуверенно пробормотала я. Мне самой было далеко не все ясно. — Но вы же не можете вот так сразу пересилить себя и, все забыв, начать ему радоваться. Это же будет вранье, фальшь, он ее сразу увидит...

— А если радуются не ему, может, он еще больше обозлится?

— Не знаю, не знаю. Полюбив второго ребенка, вы и на первого взглянете другими глазами. Вы же тоже не знаете этих чувств...

— Это не он, это я такая уродка! — снова заплакала Маша.

— Кончайте реветь! — сухо предложила я. — У вас все более менее в порядке. У вас есть любящий муж, мать. А вот мальчишку надо вытаскивать. Естественно, что работать будем и с вами тоже. Ему ведь всего пять лет, никакая психотерапия, кроме игровой, невозможна.

— Я все сделаю, — закивала головой Маша. — Все, что скажете.

— Сейчас! Скажу! — грубовато усмехнулась я. — Думаете, я точно знаю, что делать? Ни черта я не знаю! Будем пробовать вместе.

Дальше мы действовали следующим образом. Маша в течение полугода посещала группу личностного роста и там буквально достала всех членов группы своими покаянными заявлениями о том, что она-де не сумела полюбить собственного ребенка и тем превратила его в чудовище. Сначала группа утешала ее, а потом, видя, что это бесполезно, обозлилась и сообщила Маше, что она и сейчас продолжает думать только о себе и упивается собственными страданиями точно так же, как делала это после рождения Игоря. Маша посопротивлялась, порыдала, но потом признала правоту группы, и именно этот момент стал переломным в ее отношениях с сыном.

С Игорем мы раз в неделю занимались индивидуальной игровой терапией. Он долго не мог поверить, что меня действительно интересует, что он делает или думает по тому или иному поводу, и я не собираюсь опровергать его или немедленно говорить: «Прекрати это!» Когда он, наконец, понял, что в игровой комнате можно выражать то, что он действительно чувствует, агрессия полезла из него с такой силой, что даже мне стало не по себе. Он с таким остервенением выражал ее во всех доступных формах (в сюжетно-ролевых играх, в манипуляциях с глиной, с игрушками, в рисовании, в диких выкриках, угрозах и боевых песнях, которые сочинял прямо на ходу), что мне иногда казалось, что процесс зашел слишком далеко и повернуть его вспять не удастся. Но после трех месяцев занятий агрессия явно пошла на убыль, и игры стали более конструктивными. Именно в это время я порекомендовала родителям отдать Игоря в хор (у него был удивительный голос — низкий, сильный и глубокий, на это я обратила внимание еще при первой нашей встрече), раньше это казалось мне преждевременным и даже опасным. В хоре необычный голос и необычная серьезность Игоря имели успех, руководительница хвалила его.

Игорь стал петь дома, прекрасно имитируя песни из теле и видеофильмов. В головы родителей впервые закралась мысль, что ребенок не лишен способностей, и в первую очередь изменилось отношение к нему бабушки.

— Коля никогда песен не пел! — сказала она как-то, и, видимо, этот миг отделения личности внука от трагической судьбы сына можно считать вторым рождением Игоря. На мальчика обрушился буквально водопад ранее запруженной страхом «бабушкинской» любви, которая, как всем известно, сильнее и без условнее родительской. Игорь сначала обалдел от происходящего и просто испугался. Во время занятий он часто проигрывал этот «обвал любви» в сюжетно-ролевых играх и пытался как-то найти себя в изменившихся условиях. Я, в свою очередь, пыталась ему помочь. Именно в это время группа «наехала» на Машу, Маша перестала себя жалеть как «жертву обстоятельств» и перешла к активным действиям. Первым шагом ее активности была вторая беременность.

Для разговора в поликлинику был снова вызван Миша. За прошедшее время его позиция незаметно для него самого существенно изменилась.

— Обычный пацан, — говорил он про сына. — Давно пора, займется вторым ребенком — дури будет меньше, — говорил он про беременность жены. — Усложняете вы все, — заявлял он про ситуацию в целом, устав, видимо, от Машиных рассказов о психотерапевтической группе и о происходящих там процессах. — Жить проще надо.

— Отлично! — обрадовалась я. — Совсем просто. Вы ведь рыбалку любите, да? Так вот, берите с собой Игоря...

— Он же мешать будет!

— Не будет. Обращайте на него как можно меньше внимания, используйте на подсобных работах. В конце концов, вы же мужчина, и вы тоже должны его воспитывать...

— Да, да, да... — в сущности, Миша всегда был очень мягким и уступчивым человеком.

— И не забудьте сказать сыну, что мама ждет ребенка и, если он хоть пальцем ее тронет, то будет иметь дело с вами по полной программе.

— Так и сказать — ждет ребенка? — удивился Миша.

— Так и сказать, — усмехнулась я. — Не надо ничего усложнять. Жить надо проще.

Недавно я встретила Машу и Игоря в поликлинике. Они принесли семимесячную Настю на очередной профилактический осмотр. Маша что-то уточняла у медсестры, а Игорь стоял возле пеленального столика, следил, чтобы Настя не свалилась с него, и ритмично тряс разноцветную погремушку.

— Здравствуйте! — искренне обрадовался он мне. — Смотрите, это Настя. Она уже говорит: ля-ля-ля. И вообще все понимает. Смотрите! — Он пощекотал крохотную пятку в голубом носочке. Сестра залилась счастливым смехом. — Вот видите!

— Отлично вижу! — согласилась я. — Удивительно смысленный ребенок!

— Ой, он так ее любит, просто удивительно! — сказала подошедшая Маша. — И она его. Пока он ей песню не споет, не хочет спать. Я пою — не нравится. И вообще — он мой самый главный помощник.

Игорь гордо и снисходительно улыбнулся, отвернулся от нас, залез на банкетку и снова склонился над улыбающейся сестрой.

— А вы знаете, — зашептала Маша, приблизившись ко мне. — Мама на Настю совсем внимания не обращает. Только Игорек, Игорек... Ему, говорит, недодали... И Михаил больше с ним, говорит, с ним интереснее, он больше понимает... Я даже боюсь, как бы не избаловали его...

— Ничего, Маша, — успокоила я молодую женщину. — Это не баловство. Это любовь. А любви много не бывает. Бывает только мало...

Глава 4

Галя и ее страхи

Галя — единственный ребенок в семье. Кроме нее, в семью входят мама, папа и бабушка с маминой стороны. Беременность у мамы протекала в целом нормально, хотя в первой ее половине отмечался средневывраженный токсикоз. В последние два месяца беременности мама Гали много нервничала и плакала, так как отец ребенка увлекся другой женщиной. Однако после рождения дочери отношения нормализовались и отец окончательно вернулся в семью.

Галя родилась в срок, никогда не состояла на учете у невропатолога и не болела ничем, кроме простудных заболеваний и краснухи. На момент обращения девочке исполнилось 5 лет и 4 месяца.

Услышала я Галю задолго до того, как увидела. Трубный рев раздавался под дверью моего кабинета минут десять, перемежаясь с уговорами и угрозами со стороны невидимых взрослых. В кабинет папа внес Галю на руках. Мама шла сзади и виновато говорила, что вот, она всегда так, и непонятно, почему, и никто ее никогда не пугал, и ничего ей не делал, и большая уже девочка, и ей, маме, ужасно стыдно, но ничего сделать нельзя, уж они ее и уговаривали, и книжку внизу в киоске купили...

Я попросила отца посадить ребенка на стул. Сидеть на стуле Галя не захотела и тут же сползла на ковер, продолжая плакать и украдкой оглядываясь по сторонам. Предложив родителям рассказать о причине обращения, я жестом показала им, что Галю надо пока оставить в покое.

Мама сообщила мне, что девочка с самого раннего детства ужасно боится врачей и, стоит ей увидеть белый халат или переступить порог поликлиники, как у нее сразу начинается настоящая истерика. «Ну, вы и сами видите», — смущенно добавила она.

Однако причиной обращения было другое. Несколько месяцев назад девочка вдруг перестала оставаться одна в комнате, стала требовать, чтобы с ней сидели при засыпании, не позволяла закрывать дверь в туалет. Если ей нужно было за чем-нибудь пройти в кухню, она настаивала на том, чтобы кто-нибудь из членов семьи проводил ее.

Раньше ничего подобного (кроме уже упоминавшегося страха перед врачами) не наблюдалось.

Подробный разговор с родителями выявил и другие, не так явно проявляющие себя виды страхов. Так, Галя несколько раз плакала и прибегала к бабушке на кухню, увидев что-то страшное по телевизору. Несколько раз с криком просыпалась ночью и успокаивалась лишь после того, как родители брали ее в свою постель. Стала с недоверием относиться к двум крупным соседским собакам, которым раньше буквально вешалась на шею.

За время нашей беседы с родителями Галя постепенно успокоилась, огляделась и, не обнаружив на мне белого халата, занялась рассматриванием кукол. Я между делом сообщила ей, что кукол можно брать и играть с ними. Галя тут же взяла игрушечную обезьянку, уложила ее в кукольную кровать и что-то тихонько забормотала.

— Не бойся, — с трудом разобрала я. — Все будет хорошо. Никто тебе уколов делать не будет. А вот если сейчас же глаза не закроешь...

— Как вы ведете себя в отношении Галиных страхов? — спросила я у родителей.

— Объясняем, что ничего страшного нет, — сразу же откликнулась мама. — Зажигаем свет, показываем. Стараемся, чтобы телевизор на ночь не смотрела...

— Избаловали ее, вот и все! Я говорю — нечего внимания обращать, — вступил в разговор папа. — Все в детстве бояться. Я тоже боялся. Мать уйдет на работу — меня одного запрет. А мне все казалось, что за шкафом в коридоре кто-то прячется. В туалет пройти боялся. Но хочешь плачь, хочешь ори, все равно никто не придет. А в туалет надо. Побоялся, побоялся — и перестал. И у Галки то же самое. Поменьше носиться с ней — и все пройдет.

— А какова позиция бабушки?

— Ну, мама делает все, как она хочет. В туалет с ней ходит, свет нигде не гасит. Говорит: ребенок нервный, если его пугать, совсем с ума сойдет... Я не знаю, мама ведь с ней днем сидит, видит ее больше меня...

Из дальнейшего разговора выясняется, что первые признаки страхов у Гали появились спустя два месяца после того, как мама вышла на работу. Приблизительно в это же время кто-то разбил камнем стекло в комнате, в которой находилась бабушка (Галя в это время уже спала в другой комнате, но проснулась от шума и прибежала с плачем). По словам бабушки, девочка каждый вечер приблизительно за час до прихода матери начинает нервничать, бросает все дела, без конца спрашивает: «А мама скоро придет? А она никуда больше не пойдет? А она нигде не задержится?»

Рассказывает обо всем этом мама. Папа хмуро смотрит в пол, а потом заявляет:

— Ну, уж это-то она с тебя взяла! Ты, пока дома сидела, вечно меня донимала: «Когда придешь? Да куда пойдешь? Да когда вернешься?» Теперь у тебя, слава богу, свои дела, так вот Галка эстафету приняла...

Во время этого разговора я еще ничего не знала о супружеском конфликте, случившемся незадолго до рождения девочки...

Что же произошло с Галей? И что это такое — детские страхи?

Что такое детские страхи?

Для начала скажем, что страхи встречаются как у детей, так и у взрослых.

На научном языке страхи называются тревожно-фобическими расстройствами или просто фобиями. Самые распространенные и известные фобии имеют даже свои собственные названия, например клаустрофобия — боязнь замкнутого пространства, или агорафобия — боязнь открытых пространств, толпы.

В целом, фобия — это такое расстройство функционирования личности, когда тревога вызывается внешними ситуациями или объектами, которые в настоящее время не являются опасными. В результате эти ситуации обычно характерным образом избегаются или переносятся с чувством страха. Тревога или страх совершенно не проходят и даже не уменьшаются от того, что другие люди не считают данную ситуацию опасной или угрожающей. По интенсивности возникшие страхи могут колебаться от легкого дискомфорта до панического ужаса.

Тревожно-фобические расстройства у взрослых, как правило, наблюдаются при заболевании неврозом или при неврозоподобных состояниях. У детей ситуация иная.

Фобическое расстройство у детей, как и многие другие эмоциональные расстройства в детском возрасте, часто представляет собой скорее преувеличение нормальных тенденций в процессе

развития, чем феномены, которые сами по себе качественно аномальны.

Так, например, для младенцев от семи месяцев до двух лет совершенно нормально проявлять некоторую степень недоверчивости и страха по отношению к незнакомым людям. Реальное или угрожающее отделение от матери вызывает стойкую тревогу почти у всех нормально развивающихся детей в дошкольном возрасте. Для дошкольников же характерен страх перед крупными реальными или сказочными животными.

Однако стойкие, многочисленные, ярко выраженные страхи, причиняющие страдания самому ребенку и его близким, вызывающие расстройства социального и бытового функционирования, несомненно, должны насторожить родителей и привести их к специалисту — психологу или психоневрологу.

Как часто встречаются детские страхи?

По данным различных авторов, от 3 до 5 детей из каждых 10 в том или ином возрасте испытывают те или иные страхи. Наиболее часто боятся дети от двух до семи-девяти лет. Это вполне понятно. В этом возрасте ребенок уже многое видит, многое знает, но еще не все понимает. Именно в этом возрасте необузданная детская фантазия еще не сдерживается реальными представлениями и знаниями о мире. Иногда страхи встречаются и ранее двух лет. Если они ярко выражены и относительно постоянны, то это серьезный повод для родительской тревоги. Необходимо тщательно, вместе со специалистом проанализировать стиль воспитания ребенка в семье, чтобы вовремя устранить нарушения, а также обследовать ребенка у невропатолога, чтобы исключить наличие очагов судорожной готовности в головном мозге.

По мере взросления ребенка о страхах сообщают реже, на первый план выходят другие проблемы возрастного развития. Отчасти это естественный процесс, ибо мир вокруг ребенка становится более реальным, но отчасти — лишь маскировка. Школьник может никому не говорить о своих страхах, стесняться их, особенно если родители высмеивают или когда-то высмеивали его боязливость.

У подростков также бывают страхи. Как правило, они связаны с процессом социального функционирования, с оценкой их внешности, ума, личности в целом. Встречаются подростковые страхи, к сожалению, чаще, чем мы, взрослые, обычно полагаем.

Чего дети боятся?

О, чего угодно! Практически любой реальный или вымышленный предмет или ситуация может стать объектом для страха.

Автору приходилось встречаться с шестилетним мальчиком, у которого в комнате, в старом шкафу, жило 32 гнома. Самый большой гном был ростом с диванную подушечку, самый маленький — с ноготь большого пальца. Вечером, когда мальчика укладывали спать, гномы вереницей выходили из шкафа и отправлялись на поиски сокровищ. Гномы были злые и очень сердились, если мальчик не ставил им на ночь блюдо с молоком и хлебными крошками.

Девочка Лена одиннадцати лет боялась белого снежного человека, который по ночам играл на несуществующем рояле в соседней с ней комнате на втором этаже старого деревянного дома. Снежный человек хотел схватить Лену и куда-то ее унести.

У десятилетней Ани весь дом был населен разнообразными привидениями. Они жили в вентиляционной трубе, за занавесками, под кроватью, даже за унитазом. Все они вынашивали

неясные, но, несомненно, злобные замыслы. Когда мамы не было дома, передвижение Ани по квартире превращалось в увлекательное, леденящее душу приключение.

Очень часто дети боятся *темноты*. Этот страх пришел к нам от предков. В темноте, ночью выходили на охоту известные и неведомые враги, и только узкий кружок, освещенный пламенем костра, отделял древних людей от гибельных ночных страхов, от ужасной и непонятной смерти.

Потом темнота скрывала демонов и духов, вампиров и оборотней, русалок и фамильных привидений. Все это по сей день живет в сказках, в книгах и в кинофильмах, живет в фантазиях наших детей, в их страхах.

Как уже говорилось, довольно часто дети дошкольного возраста боятся *животных*. *Насекомых, пауков и червей* дети боятся только тогда, когда их боится кто-то из значимых взрослых.

Многие дети панически боятся *грозы*.

Реже, чем у взрослых, но все же встречается у детей страх *заразиться, заболеть* каким-нибудь инфекционным заболеванием. Так, мне пришлось консультировать девятилетнего ребенка, который отказывался даже приближаться к самым мирным и Доброжелательно настроенным животным. После внимательной и продолжительной беседы выяснилось, что боится мальчик вовсе не кошек и собак самих по себе, а смертельного заболевания, которое они переносят, — бешенства.

Страх *смерти* у маленьких детей (5–6 лет) может принимать самые причудливые формы.

Так, одна моя маленькая пациентка очень боялась, что потерявшаяся иголка незаметно воткнется в ее тело и как-то доползет до сердца. По двадцать раз на дню она пересчитывала иголки в игольнице и впадала в отчаяние, если обнаруживалась недостача.

Относительно новый детский страх, напрямую спровоцированный средствами массовой информации, — страх *маньяка*. Дети-дошкольники не очень хорошо представляют себе, что такое маньяк, и иногда все это принимает форму игры. Кто-то из детей указывает на чем-то выделяющемся (с точки зрения этого ребенка) человека и шепотом сообщает остальным, что это маньяк. Большинство детей реагируют на сообщение возбужденным визгом и быстро забывают об этом эпизоде, но кто-то один может всерьез и надолго испугаться.

Специфические страхи имеются у школьников и подростков. Как уже говорилось, они часто связаны с социальной жизнью детей.

Например, очень распространен страх *ответа у доски* или просто *устного ответа перед классом*. Как правило, такой ребенок вполне нормально справляется с письменными заданиями и в личной беседе с родителями или учительницей может удовлетворительно ответить на все вопросы. Но сама ситуация у доски как будто затыкает ему рот.

В целом же детские страхи никакой типизации не поддаются и индивидуальны так же, как индивидуальна и фантазия ребенка. Для оценки состояния ребенка и определения методов коррекции важно не столько содержание, сколько причина, количество и тяжесть проявления страхов. К тому же страхи имеют тенденцию переходить один в другой: в прошлом году дошкольник Вася боялся собак, а в этом подружился с соседским псом, но теперь боится автомобилей, и маме приходится вести его из школы кружным путем, чтобы попасть на оснащенные светофорами перекрестки.

Как проявляются детские страхи?

Страх или фобия может развиваться у ребенка внезапно, и тогда его, как правило, легко связать с каким-нибудь реальным эпизодом.

Например, ребенок застрял в лифте, долго кричал и звал на помощь. Его спасли, достали, утешили, но с тех пор он категорически отказывается входить в лифт, не закрывает дверь в ванную, когда моется, и перестал прятаться в кладовке, хотя раньше кладовка была его любимым местом для игр. Такие страхи легко поддаются коррекции, а кроме того, если дальше ситуация вокруг ребенка складывается благоприятно, имеют тенденцию проходить самостоятельно, без всякого вмешательства извне.

Иногда фобия у ребенка развивается постепенно. Сначала ребенок отказывается спать без света и просит, чтобы ему включили ночник, потом просит оставить открытой дверь, потом — чтобы с ним посидели перед сном, а потом и вовсе может заснуть лишь в маминой кровати, рядом с мамой.

Иногда к первому, оставшемуся без изменения, страху присоединяются другие.

Например, ребенок всегда боялся грозы и, когда гремел гром и сверкала молния, прятался под кровать. Но вот он увидел по телевизору фильм про войну и заплакал, когда на экране начали рваться снаряды. Спокойно играл в комнате и вдруг с плачем прибежал в кухню к бабушке — сосед наверху что-то ремонтирует и сильно стучит молотком.

Когда ребенок сильно чего-то боится, у него может проявляться целый комплекс вегетососудистых и неврологических симптомов. В тех или иных сочетаниях может незначительно повышаться температура, учащаться ритм сердцебиения, холодеть или, наоборот, потеть ладони, ступни, краснеть лицо, дрожать руки. Может возникать тошнота или неотложная необходимость сходить в туалет.

У некоторых детей вышеописанные симптомы могут проявляться при одном лишь представлении о попадании в фобическую ситуацию (например, школьник предполагает, что именно на этом уроке его вызовут отвечать к доске).

Как правило, маленький ребенок стремится всеми правдами и неправдами избежать попадания в неприятную, страшную для него ситуацию. Иногда с этой целью он ведет длинные, полные хитростей и недомолвок, беседы с родителями, иногда прибегает к прямой лжи или проявляет совершенно непонятное для окружающих взрослым упрямство.

Каковы причины возникновения детских страхов?

Причины возникновения детских страхов разнообразны и иногда с трудом отличимы от поводов. Мы рассмотрим их, двигаясь от поверхности к глубине, и помня о том, что, несмотря на все попытки типизации, каждый отдельный случай детских страхов все же по-своему уникален.

Причина первая — самая понятная.

Как уже упоминалось, причиной внезапно возникшего детского страха или фобии может быть некое экстремальное событие, реально произошедшее с ребенком. Напугала собака, попал в автокатастрофу, сам себя запер на балконе и т. д. и т. п., ибо нет предела детской изобретательности и тем более нет предела изобретательности самой жизни.

Однако здесь необходимо отметить, что вовсе не у каждого ребенка, покусанного собакой или запертого в комнате, возникают стойкие, значимые и заметные для окружающих страхи. Поэтому переходим к

Причине второй — особенностям характера, провоцирующим развитие страхов.

Давно известно, что возникновению страхов и их закреплению способствуют такие черты характера (и это верно как для взрослого, так и для ребенка), как тревожность, мнительность, пессимизм. К этому перечню можно смело добавить неуверенность в себе, чрезмерную зависимость от других людей (родителей, воспитателей, учителей), несамостоятельность (по сравнению с другими детьми того же возраста), физическую и психическую незрелость, общую соматическую ослабленность или болезненность ребенка.

Все это вместе или по отдельности совершенно не обязательно приводит к возникновению страхов, но является как бы фоном, почвой, на которой возникшие в экстремальных случаях (см. причину первую) страхи легко укореняются и цветут пышным цветом, причиняя страдания самому ребенку и его близким.

Но ведь многое из вышеописанного, особенно мнительность, пессимизм, вовсе не характерно для маленького ребенка и, уж конечно же, не возникает на пустом месте. Откуда же оно берется?

Причина третья — запугивающее воспитание.

— Не будешь спать — тебя бабка-ёжка заберет!

— Если ты сейчас же не прекратишь орать — отдам тебя дяде милиционеру!

— А за детьми, которые кашку не кушают, приходит медведь с ба-альшим мешком и их в лес уносит!

Кто из нас не слышал чего-нибудь подобного в детстве, в знакомых семьях! Кто удержался и хотя бы иногда, изредка сам не произносил чего-то похожего в адрес несносного упрянца или упрямыцы!

Но наказание страхом — не столько действительно «страшное», сколько вредное наказание. И вред его — двоякий.

Во-первых, смысленный ребенок с сильной нервной системой, с устойчивым, не подавленным воспитанием темпераментом довольно быстро разберется в том, что стучащая за стенкой баба-яга — это всего лишь ремонтирующий квартиру сосед, а милиционерам нет никакого дела до капризничающих мальчиков и девочек. И тогда он не только перестанет реагировать на ваши запугивания, но и сделает для себя потрясающее открытие: мама или папа лгут ему для того, чтобы он стал более «удобным», послушным. Он не станет сообщать вам об этом открытии. Более того, маленький хитрец может по-прежнему делать вид, что верит в бабу-ягу за стенкой. Знание — сила, и маленький ребенок, никогда не державший в руках известного журнала, тем не менее отлично это понимает. В его руках — оружие против вас. Он знает, что вы врете, а вы не знаете, что он знает. И еще: отныне он понял, что своей цели можно добиваться ложью. Ведь если даже родители так поступают... И сколько бы вы ни говорили такому ребенку, что врать нехорошо и всегда нужно говорить только правду, он вам уже не поверит. Кто знает, какие ядовитые цветы произрастут из этого в дальнейшем!

Во-вторых, ребенок может действительно поверить и испугаться. Тем более если особенности

его личности в чем-то совпадают со списком, приведенным в предыдущем пункте. Ребенок испуганно замолчал, давась, доел ненавистную кашку, послушно закрыл глаза и накрылся с головой одеялом. То есть ваш сын или дочь **действительно поверили** в то, что при случае вы отдадите их милиционеру, чтобы он посадил их в тюрьму. В то, что вы не станете отбивать их от медведя с мешком, если их аппетит чем-то отличается от того, какой, по вашему мнению, должен быть. В то, что баба-яга может войти в ваш дом и беспрепятственно забрать ребенка, несмотря на то что в доме находятся его близкие. Это то, чего вы хотели? Чувство безопасности ребенка нарушено, отныне он знает, что какие-то нелепые, не всегда управляемые моменты в его жизни могут привести к поистине апокалиптическим последствиям. Ведь иногда ребенок просто **не может** немедленно уснуть, поесть или перестать плакать. Особенно если это ребенок возбудимый, с невропатией или с минимальной мозговой дисфункцией — а именно такие дети как раз и реагируют на родительское запугивание. Именно у таких детей возникают страхи, которые в этом случае еще и скрываются ото всех, отчего принимают особенно злокачественное и упорное течение. Здесь ребенок один на один со своим страхом и, в отличие от ситуации первого пункта, у него нет защитников. Еще раз: это именно то, чего вы хотели?

Так не лучше ли в воспитательных целях сообщить ребенку, что вы, именно вы, а не неведомая баба-яга, недовольны его поведением? В этом нет лжи. Ребенком недоволен самый значимый в его мире человек — мать или отец. Это достаточно сильно. Недостаточно? Тогда поразмышляйте над своим стилем воспитания, постарайтесь что-то изменить. Ведь вечно запугивать не удастся, а поведение ребенка должно быть в той или иной степени управляемым до достижения им личностной и социальной зрелости. Что же вы будете делать дальше, когда ребенку исполнится семь, десять, тринадцать лет?

В моей практике был трагикомический случай.

На прием пришли удивительно похожие друг на друга мать и девочка-подросток. Даже звали их обеих одинаково: Ляля-маленькая и Ляля-большая. Обе стройные, подвижные, субтильные, с большими, чуть навывкате глазами, пышными волосами. Говорят тихо, но много, чуть придыхая, в речи часто используют уменьшительно-ласкательные суффиксы.

Первой говорила мама (дочь ждала в другой комнате). С недавних пор девочка на любую неудачу или даже просто на возникающую на ее пути трудность реагирует однозначно и пугающе: равнодушно заявляет о своей близкой смерти. Ляля-маленькая никогда не отличалась особенно сильным здоровьем, но и ничем серьезным тоже не болела, ограничиваясь простудами, гриппами, ангинами и обычными детскими инфекциями.

Мистически настроенная Ляля-большая решила, что все это «не просто так», и тут же после возникновения ужасного симптома обследовала девочку у всех специалистов, включая детского психиатра и экстрасенса. Приговор врачей был однозначен: здорова. Экстрасенс нашел «сглаз от зависти» и всего за 15 тысяч рублей поставил мощную «магическую защиту». Поведение девочки, естественно, ни на йоту не изменилось. В полной растерянности по рекомендации участкового терапевта мама обратилась ко мне.

Отправив Лялю-большую в другую комнату, я пригласила для беседы Лялю-маленькую. Девочка охотно шла на контакт, свободно рассказывала о своих школьных и домашних делах, внимательно и с интересом выслушивала мои комментарии. Беседовать с ней (так же, как и с мамой) было легко и интересно.

В процессе разговора я осведомилась у Ляли, как у нее дела со здоровьем.

— О, я, конечно, больная, но вы не обращайтесь на это внимания! — негромко, но очень искренне воскликнула девочка. Тон голоса показался мне каким-то чужим, не ее собственным.

— Почему ты так считаешь? — удивилась я. — Ведь ты никогда ничем серьезным не болела, и вот — десять специалистов пишут в карточке, что ты совершенно здорова.

— Да? — в свою очередь удивилась Ляля. — Ну, я не знаю. Врачи ведь тоже могут ошибаться. — Тон последней фразы опять отличался от предыдущих, и на этот раз я решила ухватиться за это.

— Кто так говорит? Кто говорит: врачи могут ошибаться? Это не ты! Кто?

— Не я? — огромные глаза Ляли-маленькой стали еще больше. — А кто же? Ах, ну да, конечно! — девочка облегченно рассмеялась. — Это мама так говорит. А вы заметили? Вот здорово! Вы прямо так спросили — я даже испугалась. Вы — экстрасенс, да? Это ужасно интересно. Вот мы с мамой недавно ходили...

Во время дальнейшей работы с мамой и дочкой выяснилось следующее.

Когда родилась Ляля-маленькая, отец девочки вынужден был много работать, чтобы прокормить семью, и редко бывал дома. Ляля-большая очень уставала от ребенка и от непривычных для нее хозяйственных хлопот (она была единственным, любимым и избалованным ребенком в семье, но мама и папа остались в другом городе). Единственным способом добиться внимания и сочувствия от задержанного работой мужа было... заболеть. Тогда он пораньше приходил с работы, оставался дома на выходные, сидел у ее постели, ухаживал за ребенком, покупал лекарства и вообще вел себя так, как хотелось жене. Беременность, роды и уход за ребенком действительно не слишком легко дались узкобедрой и хрупкой Ляле-большой, так что ее возникшая болезненность только отчасти была надуманной. Муж принимал все за чистую монету (глядя в огромные страдающие глаза жены, было просто невозможно ей не поверить). Подраставшая дочь очень рано начала слышать о том, что маму нельзя волновать, нельзя слишком громко плакать, потому что мама может серьезно заболеть от огорчения. Также нельзя быть плохой девочкой, потому что в этом случае может случиться самое страшное — мама может умереть. Девочка плакала от страха и иногда, когда ей случалось чем-нибудь все же огорчить маму, тайком ночью пробиралась в комнату родителей и слушала дыхание матери — жива она еще или уже нет.

Муж и отец продолжал работать, не без основания видел в дочери продолжение жены, по-своему любил и баловал ее, но в воспитание не вмешивался. Отношения обеих Ляль можно было назвать очень близкими.

Когда Ляля-маленькая вступила в подростковый возраст, от ее желания «подыгрывать» матери не осталось и следа. Теперь она хотела, чтобы подыгрывали ей, учитывали ее желания. Она стала искать способ, которым могла бы этого добиться. Ложь, хитрость или прямая агрессия были однозначно неприемлемы для хрупкой и доброжелательной по характеру девочки. Вполне естественным оказалось неосознанное использование того способа, который она видела «в действии» с самого раннего детства.

Кончилось все хорошо. После раскрытия причин и механизма дочкиного «стремления к смерти», Ляля-большая проявила незаурядное мужество и во время совместных сессий проанализировала свое собственное поведение, признала ошибки, из которых главная была в том самом запугивании маминой смертью, которое нестерпимо для любого ребенка. Ляля-маленькая приняла самоанализ и извинения матери, и теперь учится добиваться своих целей,

не запугивая окружающих.

— Я знаю, что мы с мамой очень похожи, — сказала мне Ляля маленькая во время нашей последней встречи. — Но теперь, после наших с вами разговоров, я уверена: я ничего не забуду и своих собственных детей ничем пугать не буду. Лучше просто скажу, что я устала и не хочу с ними играть. Пусть они лучше злятся или обижаются...

Давайте прислушаемся к словам девочки, которая знает, о чем говорит, потому что пережила это сама.

Причина четвертая — тревожное воспитание.

Иногда ребенок боится не сам по себе, а потому, что боятся родители. Особенно часто такая ситуация встречается в семьях, где растет единственный, поздний, долгожданный или не слишком здоровый ребенок. Кроме того, большую роль играет базовый уровень личностной тревожности у матери, бабушки или другого члена семьи, имеющего непосредственное отношение к воспитанию ребенка.

В таких случаях родители сами постоянно боятся того, что с ребенком что-нибудь случится, и передают ребенку свой страх. Весь мир кажется таким родителям исполненным опасностей для их единственного и ненаглядного чада.

— Не гладь кошку — заразишься!

— Не ходи во двор — там хулиганы!

— Не играй в луже — простудишься!

— Не ешь этого! Ну и что, что другие едят! А ты заболеешь, в больницу увезут!

Если ребенок здоров и психически устойчив, он может не обращать на все это внимания и жить обычными детскими заботами и радостями, воспринимая постоянные угрозы матери или бабушки как привычный фон своей жизни. Но беда в том, что наследственность и многократные повторения тоже играют свою роль, и у тревожных матерей часто растут тревожные дети. Такой ребенок постоянно оглядывается в поисках какой-то неучтенной и потому особенно страшной опасности, все силы детской фантазии уходят на придумывание различных «страшилок», которые могут произойти с ним или с его близкими. Он жадно смотрит криминальную хронику и самые ужасные вещи с каким-то сумрачным удовольствием примеряет на себя. От мира он постоянно ждет чего-то плохого, а глуповатый оптимизм сверстников кажется ему дурной шуткой. Как правило, такие дети интеллектуально развиты, логичны не по летам и своим «законченным пессимизмом» нередко ставят в тупик даже взрослых.

Как-то автору этих строк пришлось услышать следующую фразу от своего десятилетнего пациента, который запирает на четыре замка дверь за матерью, вышедшей вынести мусор:

— Екатерина Вадимовна, не будьте наивной! Сейчас в стране такая криминогенная обстановка, что никто и нигде не может чувствовать себя в безопасности!

Мне было искренне жаль этого ребенка, живущего в плену не столько своих, сколько родительских кошмаров. К сожалению, установки матери на «опасность» окружающего мира в этом случае были настолько сильны, что как-то серьезно помочь мальчику не удалось.

Причина пятая — удивление перед миром или гипертрофированная фантазия.

Довольно давно ученые заметили, что зародыш человека в своем внутриутробном развитии вкратце проходит все те стадии, которые привели к возникновению человека в процессе эволюции. Человеческий эмбрион несет на себе сначала черты рыбки (жаберные щели), потом амфибии, потом пресмыкающегося, потом млекопитающего (хвостик, сплошной шерстяной покров), и лишь затем окончательно превращается в маленького человечка. Ученые говорят об этом так: онтогенез есть краткое повторение филогенеза (Биогенетический закон Э. Геккеля, 1886 г.). Онтогенез — это индивидуальное развитие особи от момента зачатия до смерти, а филогенез — история развития вида.

Почти так же давно среди ученых, а также врачей и воспитателей возникли и другие соображения. Если человеческий зародыш повторяет биологическую историю вида, то почему бы не предположить, что новорожденный ребенок повторяет историю социальную, то есть сначала похож в своем развитии на первобытного человека, потом на современного дикаря, и лишь потом понемножечку «очеловечивается»? Гипотеза казалась необыкновенно заманчивой и красивой, но, как и сам биогенетический закон, нуждалась в многочисленных поправках и уточнениях, которыми и занялись ученые (окончательная точка в этих разработках не поставлена до сих пор).

На сегодняшний день ясно одно: никакого прямого повторения общей истории в развитии отдельного человека не происходит. Но какие-то склонности, тенденции, намеки, а главное, сам способ познания действительности и оперирования ею...

Итак: утро человеческой истории, утро человеческой жизни...

Ребенок только-только начал отделять себя от матери, от окружающих его людей. Он понял, что он — это он.

Я, я сам — отдельная личность со своими огромными желаниями и маленькими возможностями. Вокруг меня расстилается огромный непознанный мир. В нем все непонятно, загадочно, в нем происходят удивительные, а порой и очень страшные вещи. Этот мир срочно надо как-то обустроить, упорядочить, понять. Только тогда я смогу как-то справиться с ним. Но я еще слишком мало знаю, и поэтому я спрашиваю, спрашиваю, спрашиваю... Спрашиваю у тех, кто рядом со мной, — у родителей, у бабушки, у воспитательницы, у брата... Но иногда я не могу сформулировать вопрос, потому что у меня еще слишком мало слов, иногда они отвечают так, что я ничего не понимаю, а иногда и просто отмахиваются от меня...

— Почему гремит гром?

— Это электрический разряд.

— Что будет, если не будет людей, если они все умрут?

— Ничего не будет.

— Зачем ворона строит гнездо на дереве?

— Птицы всегда строят гнезда на деревьях.

— Почему после зимы всегда приходит весна?

— Потому что Земля вращается вокруг Солнца и никогда не останавливается.

Я не понимаю. И тогда я придумываю все сам. Я вспоминаю сказки, которые читала мне бабушка, и мультфильмы, которые показывают по телевизору, я использую рисунки на обоях и колышущиеся вечерние тени от занавесок, гул ветра в вентиляционных трубах и мигающие в небе огоньки самолетов. Я объясняю мир. Когда-то так же поступал мой далекий предок, населяя землю бесчисленным количеством богов и духов, но я ничего не знаю о нем. Я объясняю все сам.

Я знаю, почему щиплет палец, когда мажут йодом царапину. Йод нужен, чтобы убивать микробов, — так сказала мама. Когда йод попадает на микробов, они умирают, но перед этим вцепляются своими зубами мне в руку, и от этого больно. Здорово я объяснил, правда?

Фантазия ребенка не имеет границ, и это не красивые слова, а истинная правда. Все границы появятся потом, когда ребенку объяснят, чего «не может быть, потому что не может быть никогда». Потребность объяснить мир — настоятельнейшая потребность в возрасте 3–6 лет. Если нет мировоззрения, миропонимания, своеобразной кристаллической решетки, то куда и как складывать то огромное количество информации, которое обрушивается на маленького ребенка каждый день, без выходных и перерывов! Очень редко эта потребность полностью удовлетворяется взрослыми. И тогда ребенок, как и первобытный человек, населяет мир созданиями своей фантазии, которые по своему структурируют этот мир, делают его понятным и отчасти управляемым. В этом случае ребенок, как и дикарь, сам творит свой мир и... свои страхи.

Пятилетний Костя ежедневно, отправляясь спать, клал под ванну кусочек хлеба с сыром или колбасой. Мышей в доме не было, никаких объяснений своим поступкам Костя не давал, и встревоженная мама привела ребенка ко мне.

Со мной молчаливый круглоголовый Костя тоже отказался разговаривать на столь интересующую всех тему. Тогда я предложила Косте нарисовать того, кто придет за оставленным хлебом. На рисунке немедленно появилось нечто, вылезающее из водопроводной трубы. Я отнеслась к вновь появившемуся персонажу с полным доверием и стала интересоваться его нравами и привычками. Оказалось, что в водопроводных трубах живет не то чтобы злобное, но чрезвычайно опасное существо, которое иногда жутко грохочет по ночам (воздух в трубах — всем нам знакомо это явление). Единственная возможность задобрить его — то самое ритуальное подношение, которое и оставлял ему Костя. До тех пор, пока хлеб лежит под ванной, существо довольно и не пугает Костю своим грохотом. После некоторых раздумий мама вспомнила, что на исходе лета водопроводчики действительно меняли какие-то коммуникации, и с тех пор грохот в трубах беспокоит их семью значительно меньше. Сами понимаете, что пятилетний Костя считал это исключительно своей собственной заслугой...

Причина шестая — страхи как часть другого, более серьезного расстройства.

Если наряду со страхами у ребенка появляются и другие расстройства поведения, например агрессивность, нарушения сна, заторможенность, ничем не объяснимая тревожность, тики или заикание, — возможно, у ребенка невроз, который должен диагностировать и лечить специалист. Никакая самодеятельность здесь недопустима, так как в этом случае любые попытки родителей самостоятельно справиться со страхами у ребенка могут привести к усугублению тяжести состояния.

Если страхи ребенка очень необычны по своему содержанию и способу проявления, если ребенок слышит угрожающие ему голоса или видит что-то там, где абсолютно ничего не видят другие члены семьи, то такая ситуация очень тревожна и требует немедленного обращения к детскому психиатру. Подобные страхи могут быть первым симптомом тяжелого психического

заболевания — шизофрении.

Что могут сделать родители, чтобы помочь ребенку справиться со своим страхом?

1. Перестаньте пугать, даже если раньше, до возникновения страхов, это было основным методом воспитания. Здоровье ребенка — дороже. Особенно недопустимо пугать ребенка тем, что его кому-то отдадут, а также смертью или отъездом навсегда кого-то из членов семьи.

Я видела шестилетнего ребенка, у которого развился тяжелейший невроз после ухода из семьи отца. До этого мать (давно находившаяся в конфликтных отношениях с отцом) не раз говорила ребенку: вот будешь себя плохо вести, папа от нас уйдет! Теперь, после действительного ухода отца, ребенок считал себя единственным виновником случившегося.

1. Серьезно относитесь ко всем чувствам, которые испытывает ребенок. Недопустимо высмеивание страхов ребенка. То, что вам кажется чепухой, может быть очень и очень важным для вашего ребенка.
1. Не говорите о страхах ребенка с посторонними людьми в присутствии самого ребенка. Он может почувствовать себя при этом очень неловко и еще больше замкнется в себе. В дальнейшем вам будет очень трудно добиться его откровенности. («Да, я тебе скажу, а вы потом с тетей Валей будете смеяться!»)
1. Не говорите о страхах ребенка между делом. Проблема слишком серьезна, чтобы ее можно было решить, стирая белье или готовя обед. Выберите время, которое вы можете полностью уделить ребенку, и с полным доверием ко всему, что он сообщит вам, расспросите его. Постарайтесь выяснить следующее: чего или кого именно боится ребенок? Есть у него облик (можно ли его нарисовать)? Что этот кто-то или что-то может сделать? Какие у него привычки? Как он «дошел до жизни такой»? Чего он (или они) на самом деле хочет (хотят)? Что можно сделать, чтобы уменьшить исходящую от него (от них) опасность?

Уже само ваше серьезное и конструктивное отношение к проблеме конкретного страха дочки или сына — мощное психотерапевтическое средство. Мама не смеется. Мама не боится. Мама вместе со мной, и она уверена, что со страхом можно справиться. Вывод: скорее всего, мама права.

1. По возможности рисуйте вместе с ребенком все его страхи. Старайтесь найти в получившихся рисунках нестрашное или даже смешное (но помните, что смеяться должен ребенок, а не вы сами).
1. Ограничьте просмотр «ужастиков» по телевизору и чтение страшных книжек. Если это невозможно, смотрите их вместе с ребенком, оказывая ему в нужный момент психологическую поддержку.
1. Проанализируйте собственный стиль воспитания. Может быть, вы сами слишком тревожны? Может быть, вам следует самостоятельно или совместно со специалистом поработать с собственной тревогой, которая, как в зеркале, отражается в страхах и тревоге ребенка? Нет смысла бороться с отражением — подумайте об этом.
1. Если ребенок перенес какой-то психотравмирующий эпизод или тяжелую болезнь, связанную с болью или длительным пребыванием в больнице, и именно после этого у него появились страхи, то обеспечьте ему на некоторое время щадящий режим.

Побольше ласкайте ребенка, оказывайте ему знаки внимания, говорите с ним, рассказывайте ему о своей жизни, читайте веселые книжки. Покормите ребенка витаминами, попейте настой успокаивающих трав. Говорить о страхах или перенесенной травме нужно только в том случае, если об этом заговорит сам ребенок. Настойчивые возвращения к этой теме нужно мягко пресекать. Если вы чувствуете действительную потребность ребенка говорить о пережитом — предоставьте ему возможность поговорить со специалистом.

Что может сделать специалист?

Существует несколько основных методов для работы с детскими страхами. Один из них — игровая терапия. При использовании этого метода ребенок в игровой обстановке, под защитой психотерапевта проживает ситуации, которые являются для него опасными, психотравмирующими. Например, ребенок боится волков. В игре он борется с волком-психотерапевтом и побеждает его. Потом сам становится волком и нападает на маму, на психотерапевта. Они пугаются, а ребенок снисходительно объясняет им, что на самом деле он — волк — вовсе не страшный, а просто хотел их испугать. Несколько таких сеансов, как правило, позволяют избавиться от одиночного, изолированного страха вне зависимости от его содержания.

Другой метод работы со страхами — рисуночный. Дети рисуют свои страхи и тем самым визуализируют их. Самое страшное — это то, что неизвестно. На бумаге неведомое чудовище выглядит не очень-то страшным, доступным исследованию. Именно так мы работали с многочисленными привидениями девочки Ани. Целая картинная галерея привидений поселилась в моем кабинете. У каждого привидения был свой характер, свои привычки. Одних Аня перестала бояться сразу и категорически: они на самом деле добрые, я теперь знаю, они сами меня боятся. Дольше других продержался тот, который жил за унитазом.

— Я сяду, повернусь к нему спиной, тут он и... — говорила Аня и смущенно хихикала. Я уже начинала подумывать о консультации с коллегой-психоаналитиком, но тут Аня сама подсказала верный ход. В ходе очередного «художественного сеанса» ей пришла в голову мысль, что «унитазнику» (так звали зловредное существо) было бы, несомненно, интересно взглянуть на свой портрет. Я поддержала ее предложение, и в тот же день портрет был повешен изнутри на дверь туалета. Унитазник был растроган таким вниманием, в результате чего его зловредность сильно уменьшилась. Окончательный договор состоял в том, что время от времени Аня будет менять портреты, стараясь в каждом из них отразить какую-то новую грань характера упорного привидения. После этого жизнь Ани в квартире снова вошла в нормальное русло, хотя мама еще долго удивлялась туалетной художественной галерее и, кажется, начитавшись чего-то психоаналитического, втайне подозревала, что на самом деле все портреты изображают ее саму. Я ее не разубеждала, потому что, как всем известно, в каждой шутке есть доля истины.

Еще один способ работы с детскими страхами, который чаще применяется с подростками, — собственно психотерапия, то есть лечение разговором.

Именно так мы работали с Леной и ее белым снежным человеком, играющим на рояле. Удивительно ранимая, тонко чувствующая девочка выглядела абсолютной белой вороной в крепкой патриархальной семье, где все вместе садились за стол и никто не смел приступить к еде, пока не начал есть дедушка. Мама, отец и старшая сестра девочки считали все ее страхи абсолютной блажью. Даже ночевать в комнате старшей сестры Лене не разрешали не по каким-то объективным причинам, а потому что «нечего баловать».

В самом начале работы мы проследили Ленин страх до его логического конца. Что может сделать Лене белый йети, играющий по ночам на рояле печальные, берущие за душу мелодии? Вот он закрывает рояль, сутулясь, идет по коридору, входит в комнату, хватается Лёну, сбегает по скрипучим ступенькам и уносит ее... Куда? Что он собирается сделать с ней? Изжарить, сожрать живьем, изнасиловать?

Нет! Где-то далеко-далеко у него есть пещера, в которой он живет. Туда он и принесет Лёну, опустит ее на мягкую подстилку у костра, накормит и запретит уходить. Почему? Потому что ему бесконечно одиноко в этом мире. Нет никого, похожего на него, и ему надо хоть с кем-то разделить это одиночество.

Страх ушел почти сразу, но было еще много встреч, и мы с Лёной долго беседовали о ее родных, о жизни, прежде чем девочка сумела понять, что белый йети — это она сама, ее часть, никем не принятая и не понятая, и что она не должна бояться ее и отторгать от себя. Много времени прошло, прежде чем Лёна поняла и поверила, что быть **другим** можно, и сумела принять себя такой.

А как же Галя?

Для меня с самого начала было ясно, что и до возникновения страхов, послуживших поводом для обращения, Галино психологическое состояние было далеко от идеала. Мама отмечала капризность девочки, ее возникающее на пустом месте упрямство, папа говорил об избалованности, о противоречивости желаний, о неспособности завершать начатое дело.

Сама Галя, даже успокоившись, о своих страхах говорить не желала, рисовать отказывалась, потому что «нечего там рисовать — боюсь, потому что боюсь».

Когда ребенок искренне заявляет, что он сам не знает, чего боится, закономерно возникает предположение, что боится на самом деле кто-то другой, а ребенок лишь отражает чужой страх. Поэтому следующая моя встреча была с мамой.

От нее я узнала, что беременность была случайной, незапланированной, когда отношения между будущими супругами еще не устоялись и их будущее было абсолютно неясно обоим. Сначала, чтобы не усложнять и без того непростую ситуацию, будущая мама решила на аборт. Уже собрала все справки, прошла обследование, несколько недель находилась во взвинченном, нервическом состоянии.

— Ревела все время, — вспоминает молодая женщина. — Как увижу белый халат или инструмент какой-нибудь блестящий, так прямо трясти начинает... Ой! — Галина мама зажимает себе рот рукой.

Слишком похоже, чтобы быть случайностью! — я тоже думаю об этом. Как? Каким образом? — любая теория будет в той или иной степени спекуляцией. Но как многого мы еще не знаем!

А Галина мама продолжает свой рассказ:

— Перед самым абортом я решила все же посоветоваться с потенциальным отцом. Его реакция была однозначна и удивительна для меня. Обычно мужчины стремятся уйти от ответственности, но он... Никаких абортов! Только рожать! Немедленно идем регистрироваться! Мне было так приятно, что больше не надо ничего решать...

Мы поженились, я целиком ушла в заботы о будущем ребенке и, наверное, как-то забыла об Олеге, расслабилась, решила, что он у меня есть и это — навсегда...

Тем страшнее, буквально громом среди ясного неба была весть, принесенная подружкой-«доброжелательницей»: у Олега другая женщина.

Молодая жена попробовала устроить скандал. Олег не стал отпираться, оправдываться — да, все правда, я живой человек, ты меня совершенно не замечаешь, я понял, что совсем тебя не знаю, иногда мне кажется, что наш брак — ошибка.

— Я буквально потеряла голову от злости, наговорила ему кучу ужасных вещей. Он ушел, сказав на прощание: постарайся успокоиться, тебе нельзя волноваться, это вредно для нашего ребенка. Тогда я восприняла его слова как самое изощренное издевательство...

Он встречал меня из роддома с цветами, купил и принес коляску, кроватку, нянчил дочку, играл с ней и... уходил. Галя была спокойной, но я сама не могла спать, не могла есть, не могла спокойно разговаривать с ним. Мама говорила, что я должна терпеть ради ребенка, раз он так хорошо относится к ней, но я не могла. Потом у меня пропало молоко. Галя целый день кричала от голода, но смесь в бутылочке не брала. Мама втайне от меня позвонила Олегу на работу. Вечером он пришел. Сказал: больше так продолжаться не может, ребенок не должен страдать из-за нас. Возьми себя в руки и успокойся. Я остаюсь.

Мне хотелось что-то крикнуть, выгнать его раз и навсегда, но у меня совсем не было сил. Я промолчала.

Постепенно все наладилось. Молодые супруги притерлись друг к другу. Ребенок, которого оба любили, объединил их. Женя, Галина мама, с помощью бабушки и мужа сумела закончить институт, найти хорошую работу.

И все эти годы ее не оставлял страх: в любой момент Олег может снова уйти. Она пыталась предотвратить это, контролировала его расписание, звонила на работу, подробно выспрашивала о мельчайших деталях проведенного дня. Олег мрачнел, раздражался, просил: отстань! Она плакала, он утешал ее, и все шло по заведенному кругу.

А потом Женя вышла на работу, а у Гали появились ее страхи... В начале нашей беседы мама Гали много говорила о том, что Галя всегда требовала, чтобы мама была с ней, и сейчас просто из упрямства не может примириться...

В конце второй нашей встречи я спросила у молодой женщины:

— Что вы сейчас думаете о причинах Галиных страхов?

— Теперь я думаю, что Олег был прав, — отвечала Женя. — Я просто передала дочке эстафету своих собственных страхов. Сейчас она пытается манипулировать мной так же, как я пыталась манипулировать Олегом. Лечиться, по всей видимости, надо мне.

На этом и порешили. Женя получила несколько сеансов позитивной психотерапии, за время которой поняла, что она уже не та испуганная беременная девочка, которой была когда-то. Она получила интересную престижную специальность, имеет хорошие перспективы для карьерного роста, прелестную дочь, внимательного и предельно честного мужа. Она — интересная женщина, а для Олега еще и мать их ребенка. Ему есть за что ценить ее.

Олег во время двух проведенных сеансов семейной терапии признал правоту всех этих позиций и признался, что сейчас, наблюдая за похорошевшей и уверенной в себе женой, он сам иногда побаивается того, что Женя припомнит ему старые грехи и захочет отомстить. Женя, покраснев, призналась, что ей очень приятно это слышать, хотя ни о чем подобном она пока не

помышляла.

Галю отдали в детский сад, из которого всех детей забирают приблизительно в одно и то же время. Там у нее появились новые друзья, новые интересы. Особенно охотно Галя играет теперь в доктора и говорит, что, когда вырастет, непременно станет врачом.

— Ты же боишься врачей! — поддразниваю я ее.

— Это я раньше боялась, когда маленькая была! — авторитетно разъясняет мне Галя. — А теперь выросла — и не боюсь.

Глава 5

Зоя, которая не хочет учить буквы

— Понимаете, ведь надо что-то делать! — с тревогой говорила мне полная хорошо одетая дама, едва уместившаяся на стуле. Ее ноги в аккуратных лодочках были плотно сжаты (юбка до середины колена казалась слегка коротковатой для такой монументальной фигуры), руки сложены на коленях. — Ей же на тот год в школу, все ее сверстники уже читают, а она даже буквы учить не хочет. Представляете? Сейчас же такое время — чтобы поступить в приличную школу, надо интегралы брать... Мы обследовались — все врачи сказали, что все нормально, развитие по возрасту. Вот и в карточке запись. Теперь вот к вам пришли, посмотрите, посоветуйте, что нам с ней делать...

Крупная слегка сонная на вид Зоя сидела в кресле и лениво расправляла оборки на очень красивом бархатном платье. На ее ногах были точно такие же лодочки, как и у мамы, только, естественно, меньше размером. Ноги совершенно неподвижно висели в воздухе, не доставая до ковра. Взглянув исподлобья на меня и на маму, Зоя подавила зевок.

— Зоя, а что ты любишь делать? — спросила я у девочки.

— В куклы играть и мультфильмы смотреть, — басом откликнулась Зоя.

— Вот видите! — мама трагически заломила бровь.

— А что в этом ответе кажется вам неестественным? — удивилась я. — Для девочки шести лет совершенно нормальные пристрастия...

— Но надо же и о будущем думать! — вскричала мама.

«Вот вы и думайте! — захотелось огрызнуться мне. — И не морочьте ребенку голову!»

Естественно, я этого не сказала. Люди обратились с проблемой. Проблему надо решить. По крайней мере попробовать.

— А чего именно Зоя не хочет делать? — уточнила я.

— Да ничего! — с сердцем воскликнула мама, и тут же оборвала себя, попробовала быть объективной. — То есть она все делает, что надо, по дому там, помогает мне, подмести может, пропылесосить, на стол накрыть. Подать, принести — это она никогда не отказывается, даже когда играет или телевизор смотрит. Но вот заниматься не хочет совсем! Мы уж и книжки покупали всякие, и соседку-учительницу репетитором брали. Так она отказалась. Я, говорит, у вас деньги беру, а никакого прогресса нет. Зоя просто спит на занятиях и меня не слышит. Мне

так неудобно. Представляете, с трех лет буквы и цифры учим, а она их до сих пор путает. Рисует хорошо, раскрашивает и того лучше, а попросишь цвета назвать — такого наговорит! Задачки пробовали с ней решать на логическое мышление, внимание и всякое там другое — знаете, сейчас много пособий всяких, — так она иногда решает, а иногда как бы вообще не понимает, чего от нее хотят. Я книжки эти приятельнице отдала, у нее сын на полгода младше, а уже все эти задачки перерешал. Мне так обидно!

— Обидно, — согласилась я. — У вас один ребенок?

— Нет, в том-то и дело! — снова заколыхалась утихшая было и пригорюнившаяся дама. — У нас сестра старшая есть, Варюша. Ей уже шестнадцать в этом году будет. Так никаких проблем! Звезд с неба не хватает, до школы год и первые три класса я с ней как приклеенная сидела, но ведь и результаты видны. Никогда ни одной тройки, в школу пошла — читать и писать печатными буквами умела, считала свободно в пределах десяти. Чтобы когда отказалась заниматься — не помню такого. Наоборот, просила: давай, мамочка, я еще раз перепишу, а то у меня вот тут грязно...

— Это надо же! — искренне поразились я. — А Зоя, она совсем другая, да?

— Да, да, именно другая, — обрадовалась пониманию Зоина мама. — И я хочу, чтобы вы что-нибудь сделали, то есть помогли мне сделать, чтобы она... — Тут мама запуталась и замолчала, выжидательно глядя на меня.

И я поняла, что теперь она считает, что рассказала достаточно, и ждет конкретных советов, как сделать так, чтобы Зоя захотела и выучила, наконец, эти несчастные буквы.

Как развивается мозг и психические функции ребенка-дошкольника

Дошкольное детство (3–7 лет) — важный период в жизни ребенка. В это время он открывает для себя мир человеческих отношений, разных видов человеческой деятельности. Формируется его собственный характер. Ребенок в этом возрасте стремится к самостоятельности, но она ему еще недоступна. Из этого противоречия рождается сюжетно-ролевая игра, занимающая огромное место в жизни ребенка-дошкольника. В ней ребенок понарошку может побыть летчиком, полицейским, доктором, то есть пережить то, что еще не может быть пережито в реальности. Несколько позже появляются игры с правилами, но довольно долго они сосуществуют с сюжетно-ролевыми играми. Если ребенок совсем не играет в ролевые игры, родителям следует обратить на это внимание и, может быть, как-то стимулировать развитие любознательности ребенка, его интереса к предметному миру. Автору кажется, что сейчас наблюдается тенденция вытеснения ролевых игр, хотя может быть, они просто заменяются виртуальной компьютерной реальностью, в которой ребенок, опять же, может побыть шофером, летчиком или боевиком-убийцей (правда, автору до сих пор не встретилась компьютерная игра, в которой можно было бы побыть поваром, доктором или просто мамой и папой — традиционными персонажами дошкольных девчоночьих «ролевушек». Интересно, как это отразится на подрастающих девушках?).

В период от рождения до школы особенно интенсивно развивается мозг и психические функции ребенка. Ребенок рождается со структурно готовым мозгом, но функции мозга не фиксированы наследственно, а развиваются в процессе индивидуальной жизни ребенка, в результате постоянного взаимодействия организма ребенка с окружающей средой. По сравнению с детенышами большинства животных ребенок обладает небольшим запасом врожденных безусловных рефлексов. Условные же рефлексы могут вырабатываться у новорожденного с самых первых дней жизни на основе внешних раздражителей. Из этого

следует, что начинать «воспитывать» ребенка можно со дня его рождения. При этом необходимо помнить, что у детей раннего возраста процессы возбуждения преобладают над процессами торможения, и поэтому тормозные рефлексy требуют гораздо большего числа повторений («Нельзя вылезать из коляски!» надо повторить большее число раз, чем «А ну-ка, беги к сестре!»).

В дошкольном детстве начинается и в основном завершается долгий и сложный процесс овладения речью. Растет словарный запас, развивается грамматический строй речи. Именно в дошкольном периоде ребенок активно использует свои способности к словотворчеству («Водитель ехал в кабине, а остальные — в грузове»).

Восприятие в дошкольном возрасте утрачивает свой первоначально аффективный характер, оно становится осмысленным и целенаправленным, анализирующим. В нем выделяются произвольные действия — наблюдение, рассматривание, поиск. Восприятие в этом возрасте тесно связано с мышлением, поэтому говорят о наглядно-образном мышлении дошкольников.

Мышление в дошкольном возрасте предметно и конкретно. Основная его форма — мышление по аналогии («Я мал и палка у меня маленькая. Я вырасту, и палка моя тоже вырастет»). Однако при благоприятно сложившихся условиях дошкольник может уже логически правильно рассуждать. В связи с интенсивным развитием речи усваиваются понятия, появляется тенденция к обобщению, установлению связей. Последнее очень важно для дальнейшего развития интеллекта ребенка.

Дошкольное детство — возраст, наиболее благоприятный для развития памяти. Однако память в этом возрасте имеет ряд специфических особенностей. У младших дошкольников память произвольная. Они не ставят перед собой цель что-то запомнить, не могут запомнить что-то по своему или чужому выбору. Лишь между четырьмя и пятью годами начинает формироваться произвольная память.

Чуть раньше происходит и еще одно важное событие, связанное с памятью. Память включается в процесс формирования личности, т. е. у ребенка появляются воспоминания.

С какого возраста следует «развивать» ребенка? Как и зачем это обычно делают?

В последние 7-10 лет распространилась мода на «раннее развитие» детей. Что это такое и для чего это нужно?

Не особенно углубляясь в детали, здесь можно проследить две тенденции.

Первая — когда родители (в основном мать, гораздо реже — отец) развивают ребенка сами, пользуясь различного рода справочными изданиями и сборниками заданий и упражнений. Тут может быть взята на вооружение какая-либо система целиком (например, семьи Никитиных или Н. А. Зайцева) или, гораздо чаще, имеет место некий «компот» с опорой на более менее случайным образом приобретенный набор пособий. В совершенно исключительных случаях озабоченная ранним развитием ребенка мать не пользуется никакими пособиями, а эмпирически составляет как бы собственную, индивидуальную программу, опираясь исключительно на свои мировоззренческие характеристики и интуитивные прозрения и учитывая (крайне редко) индивидуальные особенности ребенка.

Родители, придерживающиеся такой позиции, как правило, начинают «развивать» ребенка сразу после рождения, буквально с первых дней жизни. Такие родители часто ведут подробные

дневнички достижений ребенка, скрупулезно сверяют его данные с приведенными в литературе среднестатистическими показателями и упорно работают в направлениях, которые кажутся им проблемными. Именно эти дети становятся объектами всевозможных экспериментов. Они с рождения плавают в ваннах с холодной или чуть теплой водой, ходят босиком по снегу, часами лежат на полу на животе, обозревая окружающий мир, или, наоборот, до двух лет, по примеру маленьких африканцев, не слезают с материнских рук, подвешенные для удобства в современной модели «кенгурушника». Именно для них, трехмесячных, подписывают всю мебель в доме, именно с ними говорят одновременно на двух языках, именно они с обезьяньей ловкостью еще до года висят на всевозможных хитроумных гимнастических снарядах. К советам врачей и традиционных педагогов родители этих детей, как правило, относятся скептически и большинство массовых образовательных систем считают косными и безнадежно устаревшими. Зато всякие наши и зарубежные новинки вызывают у них жгучий и не всегда оправданный интерес.

Вторая тенденция «развивания» детей выглядит, на первый взгляд, куда менее радикальной. Здесь родители первые два года жизни ребенка ограничиваются «рассуждениями на тему», более-менее внимательно почитывают литературу, а также объявления на столбах и парадных, и, кроме того, собирают всевозможные слухи об окрестных «обучалках-развивалках». В дальнейшем (как правило, это происходит на третьем-четвертом году жизни ребенка) на основе собранного и тщательно проанализированного материала они делают некое активное движение и доверяют развитие своего ребенка специалистам. Такие родители обычно более осторожны и осмотрительны по характеру, чем родители первой группы, более склонны прислушиваться к советам и тщательно выполняют все рекомендации врачей и педагогов, даже не пытаясь их «творчески переработать». Они не считают все старое плохим, даже наоборот, все суперсовременные программы вызывают у них некоторую, иногда излишнюю, настороженность, а в дальнейшем они предпочитают отдавать детей не в экспериментальные школы, а в школы с «хорошими, добрыми традициями», в класс, который ведет немолодая опытная учительница.

Мода, как известно, понятие иррациональное, но все же попробуем разобраться, зачем нужно родителям (понятно, что 3-5-летние дети в этом вопросе голоса практически не имеют) это самое «раннее развитие». Вот самые типичные ответы, которые мне удалось собрать, опрашивая родителей, уделяющих большое внимание развитию своих детей-дошкольников.

Ответ № 1 (*Елена Александровна, 27 лет, медсестра, дочка Аня, 4,5 года*):

— Сейчас такое время, без этого нельзя. Чтобы в школу хорошую поступить, надо уже читать-писать уметь. Мыто без этого росли, конечно, но сейчас ведь в обычных-то школах что делается! Что? Ну, вы сами знаете... Так что чем раньше начнешь, тем больше шансов... Шансов на что? Ну, в хорошую школу поступить и дальше...

Ответ № 2 (*Алена, 23 года, продавец, сын Игорь, 2,5 года*):

— Они там песенки поют по-английски и ритмика. Буквы еще учат. Пускай. Ему это нравится, он бежит, радуется. И мне тоже отдых. Я ведь сама-то не знаю, как с ним играть. Кубики там построю, в мяч — и все. А там разбираются, небось. И на потом полезно.

Ответ № 3 (*Ирина Семеновна, 38 лет, инженер, дочь Лиза, 4 года*):

— Лизочка слабенькая родилась, поздний ребенок, кесарево сечение, да еще я долго болела. Так что мне просто пришлось и закалывать ее, и всякими упражнениями заниматься, и массажи, и плавание. Да и в психическом развитии она была не так чтобы очень. Я с ней

упорно занималась, использовала все методики, какие могла достать, и результат налицо. Вот пошла в садик, воспитатели говорят: надо же, какая развитая девочка! А ведь ей невропатолог ставил «задержку психического развития»!

Ответ № 4 (*Вера, 28 лет, педагог, сыновья Володя и Кирилл, 3 года и 1,5 года*):

— Да вы знаете, мне так просто веселее. Ну, не просто пеленки стираю, а какая-то цель, смысл. Я их сначала по Никитиным развивала, а теперь сама игры придумываю. Я же педагог все таки. А то вот подружки мои, что с детьми сидят, куксятся, скучают, злятся... А мне с ними весело, потому что я все время что то придумываю. И голова всегда загружена. Мы с ними иногда такое устроим! Муж приходит, сперва ничего понять не может, а потом тоже вместе с нами возиться начинает... Это же и есть счастье, правильно?

Итак, развивают ребенка, родившегося больным, слабым или отстающим в развитии. Это разумно и целесообразно. Адаптационные возможности маленького ребенка очень велики, и чем раньше вступила в действие коррекционная программа, тем больше будут успехи.

Сидящая дома с детьми мать не хочет киснуть и кукситься, как ее подружки. Она загружает не только свои руки, но и свой мозг, активизирует свои творческие способности и профессиональные навыки и направляет все это на пользу своих сыновей. Имея на руках двух совсем маленьких детей, она вовсе не нуждается в сочувствии. Наоборот, благодаря ее творчеству вся семья живет полнокровной, наполненной весельем и разнообразием жизнью. Что тут можно сказать? Только позавидовать белой завистью.

Молодая женщина, не читающая книг и не имеющая специального образования, отдает своего сына в «обучалку-развивалку» потому, что сама она не знает, что с ним делать, но хочет, чтобы ему было интересно и весело. Она смутно догадывается, что все это может быть еще и как-то полезно для него, но главное — это положительные эмоции для сына и для нее самой, получающей долгожданный отдых от забот о шустром и проказливом малыше. Можно сказать, что, не будь «обучалки-развивалки», Алена, осознав свою ответственность, сама смогла бы научиться играть с сыном. Может быть, да, а может быть, и нет. Во всяком случае, никакого вреда от пения песенок и прыгания под музыку вроде бы не наблюдается.

И наконец, последний, он же первый, пункт — «без этого сегодня нельзя». Здесь нет ни следа творческого веселья Веры или легкомысленных размышлений Алены. Только суровый долг, вызванный к жизни не менее суровыми требованиями окружающей среды. Мы рассматриваем этот тип ответов последним, но количественно преобладает именно он. С громадным отрывом от всех прочих типов.

Бессмысленно рассуждать о том, хорош или плох конкурсный отбор детей в первые классы некоторых школ. Если в школу хотят попасть больше детей, чем она может принять, то у школы просто нет иного выхода. Трудно судить о том, что более безнравственно или продуктивно — конкурс умственных способностей детей или конкурс кошельков родителей. Тем более что на практике мы, как правило, имеем дело с какими-то смешанными вариантами. Так есть. Поэтому не будем сотрясать воздух бесполезными декларациями и сузим тему, поставив вопросы следующим образом.

Действительно ли для того, чтобы поступить в хорошую школу и успешно пройти тестирование, необходимо как можно раньше отдавать ребенка в группу подготовки к школе? И всем ли детям следует стремиться в эти самые «хорошие» школы? Ответ на оба вопроса отрицательный. На первый потому, что для каждого типа навыков существует свой, оптимальный возраст начала обучения, как правило, тесно связанный с созреванием каких-то

психических функций и началом использования этого навыка. Кроме того, всем известный закон Ломоносова, закон сохранения вещества и энергии, гласит: «Если где-то что-то прибавится, то где-то что-то непременно убавится». Если вы в два года начнете учить ребенка читать и в пять лет завершите этот процесс, то понятно, что вы сделали это за счет энергии для формирования каких-то других функций и навыков. Хорошо, если ваш ребенок сверходарен и ему энергию девать некуда, а если все не так? К тому же те, кто начинает обучение ребенка чтению в пять с половиной — шесть лет, затрачивают на это гораздо меньше сил и времени. Двухлетнего ребенка можно обучить читать за три года, шестилетнего — за три месяца. Двухлетнему навык самостоятельного чтения ни к чему, шестилетний на следующий год пойдет в школу. Что вы предпочитаете? К ответу на второй вопрос мы вернемся ниже...

Как развивать ребенка, чтобы не навредить ему?

Твердо решив, что вашему ребенку положительно необходимо «раннее развитие», следует помнить, что существует ряд достаточно несложных правил и закономерностей, которые целесообразно иметь в виду.

Правило первое

Если ваш ребенок родился абсолютно здоровым, не состоит на учете ни у одного из специалистов и никогда не болел ничем, кроме ОРЗ и других простудных заболеваний, то вы смело можете это правило пропустить и читать дальше. Если же вышесказанное к вам не относится, то прежде чем начать обливать ребенка холодной водой, кормить его проростками пшеницы или отдать в группу разговорного китайского языка, целесообразно проконсультироваться с участковым терапевтом, психологом или наблюдающим вас специалистом, а в последнем случае еще и с логопедом. Для большинства соматических заболеваний и неврологических состояний существуют весьма четкие показания и противопоказания, о которых вам и сообщит соответствующий специалист. Здоровый ребенок вполне может нырять в ванну с холодной водой, но для ребенка с хроническим пиелонефритом или двумя перенесенными отитами это очень опасно. Ребенок, перенесший дисбактериоз, имеющий функциональные расстройства пищеварительной системы или пищевую аллергию, вряд ли положительно среагирует на смелые эксперименты с диетой. А ребенка с нарушением развития речи вряд ли стоит обучать английскому языку прежде, чем он научится правильно говорить на русском.

Правило второе

Не верьте никакой рекламе. Экспериментировать на маленьком человечке, который не может дать вам адекватной обратной связи и рассказать о своих чувствах и переживаниях, просто безнравственно. Если вы решили отдать ребенка в дошкольное учебное заведение, обязательно поговорите с педагогами и родителями детей, уже посещающих это учебное заведение, попросите разрешения присутствовать на всех видах занятий. Если вам отказывают, не стоит вступать в споры. Просто поищите другую «обучалку».

Никакие разрекламированные средства (в том числе и для улучшения психомоторного развития) не следует давать маленьким детям, если только вам не порекомендовал это средство специалист, которого вы давно знаете и которому доверяете. Если именно это средство помогло кому-то из детей ваших знакомых, это еще не показание для его применения, так как реакция детей на все фармакологические препараты сугубо индивидуальна и зависит от многих факторов, разобраться в которых может только врач, ознакомившись с подробным анамнезом.

Если вы решили взять на вооружение какую-то систему раннего развития, которая, судя по книге автора, дает потрясающие результаты, постарайтесь отыскать последователей этой системы и для начала понаблюдать за их работой. Вполне вероятно, что вы что-то не совсем правильно поняли в книге. Вполне вероятно, что система, в целом очень ценная и прогрессивная, не подходит именно для вас или вашего ребенка. И наконец, возможно, что вы имеете дело с не очень профессиональным, тщеславным, чересчур увлекающимся автором, а то и просто с шарлатаном.

Правило третье

Каждый ребенок имеет свои индивидуальные особенности в темпе и качественных характеристиках психического и моторного развития. Если речь идет о здоровых детях, то никакие «средние показатели» не могут рассматриваться как абсолют. Категория «все дети в этом возрасте...» в девяти случаях из десяти не имеет под собой совершенно никаких оснований. Раннее развитие детей довольно часто предполагает коллективность этого развития и категорию сравнения как основу для оценки достижений. Когда речь идет о возрасте двух-пяти лет, это в корне неправильно. Критерий — не сравнение успехов ребенка с возможностями других детей, а **собственный прогресс ребенка**.

Пример: Петя и Вася — ровесники, обоим по 2 года 8 месяцев. Вася пришел в «обучалку» с хорошо развитой речью, уже зная буквы и умея складывать их в простые слоги. Петя же с трудом говорил двухсловными предложениями. После года занятий Вася уверенно читает двухсложные слова типа «мама», «рыба», «кошка». Петя хорошо рассказывает по картинкам, знает буквы, свободно рассуждает на любые темы. Согласно общепринятым взглядам, Вася по-прежнему опережает Петю в развитии, но Петины успехи за этот год неизмеримо больше Василиных. И основания беспокоиться, по большому счету, есть не у Петиних, а у Василиных родителей. Почему мальчик, так хорошо подготовленный на момент поступления в «обучалку», так немногому научился? Ведь вот как бурно пошел в рост ровесник Петя... Может быть, для Васи эта программа не подходит и надо поискать другое дошкольное учреждение?

Правило четвертое

Когда ребенок мал, лучше избегать всего радикального. Развивать ребенка — это хорошо, но не стоит чрезмерно этим увлекаться. Мир маленького ребенка и так ежедневно преподносит ему чудеса и открытия, которые надо усвоить, переварить и разложить по полочкам. В мозгу ребенка постоянно идет напряженнейшая работа по анализу и синтезу. Для ее успешного совершения ребенку нужна ваша помощь. И неверно думать, что категории «обычный» — «необычный» ребенок воспринимает так же, как мы, взрослые. Посещение Лувра для ребенка так же привлекательно, как и посещение железнодорожного вокзала, а Ниагарский водопад не более интересен, чем бобровая запруда в речке на даче. Это верно, что ребенку для развития нужны впечатления. Но эти впечатления и переживания вряд ли должны быть экстраординарными с взрослой точки зрения. Вы можете быть сколь угодно радикальными в экспериментах над собой, в попытках придать свежесть и остроту собственной жизни. Но не стоит вмешивать в это ребенка.

Автор знаком с уже взрослым сейчас человеком, который рассказывал о своих детских впечатлениях. Отец этого человека, заядлый турист, решил как можно раньше приобщить сынишку к своему увлечению и брал четырех-пятилетнего малыша в длительные пешие маршруты. Ребенок очень любил и уважал отца, не решался возражать ему и много лет покорно, на пределе своих физических возможностей таскался по дорогам Советского Союза, глядя себе под ноги и ничего не замечая кругом. Отец-инженер получал от этого физического напряжения необходимую ему разрядку после сидячей работы. А сын? Когда в студенческие

годы мы звали его в поход, он вздрагивал и зябко поводил плечами...

Пришлось мне наблюдать и трехлетнюю малышку, дочь супружеской четы «медитативных художников», которая при повышении температуры бодро ныряла в ванну с ледяной водой и сознательно отказывалась от мяса и колбасы. У девочки был запущенный хронический отит, значительно снижен слух, и, чтобы говорить с ней, приходилось почти кричать...

Итак, избегайте всего радикального, ибо истина, может быть, и не лежит точно посередине, но очень редко бывает расположена с краю...

Проблема подготовки ребенка к школе. Школьная зрелость

Школьная зрелость — это такой уровень развития способностей и здоровья ребенка, при котором требования систематического обучения, нагрузки, школьный режим жизни не будут чрезмерно обременительными для ребенка и не окажут отрицательного воздействия на его соматическое и психическое здоровье. Определение школьной зрелости необходимо для установления оптимального возраста начала школьного обучения, разработки индивидуального подхода в обучении, своевременного выявления возможных отклонений в развитии ребенка.

Обычно определение школьной зрелости проводится за полгода-год до поступления ребенка в школу. На основании полученных результатов родители ребенка получают консультации по улучшению здоровья ребенка и коррекции возможных недостатков и упущений в развитии ребенка и его подготовке к школьному обучению. Проводит определение школьной зрелости психолог.

Считается, что у большинства детей школьная зрелость наступает между шестью и семью годами. Именно в этом возрасте у ребенка наряду с произвольным вниманием развивается и внимание произвольное. К старшему дошкольному возрасту в 2–2,5 раза возрастает продолжительность занятий одной и той же деятельностью. К концу дошкольного периода наряду с наглядно-образным мышлением начинает формироваться мышление словесно-логическое или понятийное (начинает, потому что полностью словесно-логическое мышление формируется только к подростковому возрасту).

Из факторов, которые могут задержать наступление школьной зрелости, необходимо упомянуть следующие:

- а) ребенок родился недоношенным или ослабленным и, несмотря на усилия врачей и родителей, все еще не догнал сверстников в психомоторном развитии;
- б) ребенок родился доношенным, но имеет какой-либо неврологический диагноз (невропатия, невроз, ММД);
- в) ребенок страдает хроническим соматическим или психосоматическим заболеванием, из-за обострений которого часто находился в больницах, лежал дома в постели (астма, тяжелый диатез, диабет, нефрологические нарушения и т. д.);
- г) ребенок здоров психически и соматически, но с ним никогда не занимались, он педагогически запущен, и уровень его актуальных знаний не соответствует его календарному возрасту.

Для определения школьной зрелости психолог, как правило, пользуется стандартным набором методик, позволяющих оценить:

- общую информированность;
- уровень восприятия;
- развитие слуховой и зрительной памяти;
- развитие мышления;
- психосоциальную зрелость;
- уровень умственной работоспособности.

Ответы ребенка и результаты выполнения заданий оцениваются в баллах или других условных единицах. Потом баллы суммируются и сравниваются со средними данными, полученными экспериментальными психологами путем исследования большой и стандартизированной выборки детей старшего дошкольного возраста.

Обычно выделяют три уровня школьной зрелости:

Высокий уровень школьной зрелости означает, что ребенок готов к обучению в любой школе (в том числе и повышенного уровня) и есть достаточные основания полагать, что при внимании и адекватной помощи со стороны родителей он успешно справится с любой предложенной ему программой обучения.

Средний уровень школьной зрелости означает, что ребенок готов к обучению по программе массовой начальной школы. Обучение в школе повышенного уровня может оказаться для него тяжеловатым, и если родители все же отдадут его в такую школу, то (по крайней мере, в начале обучения) они должны оказывать своему сыну или дочери очень существенную помощь, тщательно соблюдать режим дня, создавать для ребенка щадящую атмосферу, по возможности лишенную сильных стрессов. Иначе может наступить перенапряжение и истощение адаптационных механизмов организма ребенка. Сама по себе такая жизнь — перенапряжение в школе и щадящая обстановка в семье — не полезна для развития и психического здоровья ребенка, и если амбиции родителей не чрезмерно велики, то лучше не создавать такой ситуации. Лучше комфортно и хорошо закончить начальную школу, в конце ее еще раз пройти тестирование и, если способности ребенка действительно окажутся существенно выше среднего (ребенок не сумел проявить себя на первом тестировании или за три года начальной школы имел место значительный прогресс в развитии способностей ребенка), держать экзамен в какую-нибудь гимназию.

Низкий уровень школьной зрелости означает, что освоение даже обычной программы начальной школы будет представлять для ребенка значительную трудность. Если, несмотря на это, принято решение в школу идти, то для такого ребенка необходимы специальные коррекционные занятия по подготовке к школе. Их может осуществлять как психолог, наблюдающий ребенка, так и сами родители при помощи соответствующих пособий и в тесном контакте с психологом. Как правило, при низком уровне школьной зрелости различные функции восприятия и мышления развиты неравномерно. Например, при неплохом уровне общей информированности и психосоциальной зрелости очень плохая зрительная память и почти полностью отсутствует произвольное внимание. Или — хорошая слуховая память (ребенок легко заучивает длинные стихи) и очень низкая умственная работоспособность. Психолог подскажет родителям, какие именно функции наиболее страдают у их сына или дочери, и порекомендует соответствующие упражнения.

При **очень низком уровне школьной зрелости** психолог обычно дает рекомендацию

отложить поступление в школу на год и посвятить этот год психофизиологическому закаливанию и устранению недостатков в развитии ребенка.

Готовить ребенка к школе можно самостоятельно (силами родителей, дедушек или бабушек), можно положиться на детское дошкольное учреждение (если ребенок посещает детский сад), а можно — отдать в специальные группы для подготовки к школе. Наилучшие результаты обнаруживает, как обычно, сочетание всех трех методов.

Рискну предложить следующий алгоритм действий родителей в предшкольный год их чада.

1. Если ваш ребенок не посещал до этого никакое детское дошкольное учреждение, обязательно отдайте его в детский сад. Иначе при поступлении в школу на вашего ребенка навалятся сразу три типа стрессов: иммунологический (25 детей в классе — это минимум, и полторы тысячи в средней школе), социальный (домашнему ребенку придется пробовать себя во всех социальных ролях, не имея никакой предварительной подготовки. «Обучалки-развивалки» не в счет, потому что там все происходит под контролем взрослых) и, наконец, собственно учебный. Очень разумно первые два вида стрессов пережить раньше, чем ребенок пойдет в первый класс.
2. Сходите к психологу и определите уровень школьной зрелости вашего ребенка.
3. Если уровень оказался средним и вы собираетесь в «дворовую» школу по микрорайону, то все в порядке. Вам будет достаточно выполнить дома те рекомендации, которые даст психолог, и правильно сориентировать ребенка на занятия по подготовке к школе в детском саду. Если же вы замываетесь на какую-нибудь школу с «уклоном», то предшкольный год для вас — это год интенсивных занятий. Именно вам и именно в этот год нужно отдавать ребенка в группу подготовки к школе. Лучше всего, если это будет та самая школа, в которой вы хотите учиться. Ваш ребенок не слишком пластичен, ему будет комфортней, если к школе (а если повезет, то и к учительнице) он привыкнет заранее. Тщательно выполняйте все домашние задания, заранее приспособливайте режим дня ребенка к школьному обучению. Именно в этом случае разнесение разных типов стрессов во времени и пространстве просто жизненно необходимо. Всего сразу, да еще и спецшколу в придачу ваш ребенок попросту не выдержит.
4. Если уровень школьной зрелости вашего ребенка оказался высоким или очень высоким, то это еще не повод почивать на лаврах. Спецшкола для вас вполне доступна, но следует хорошенько подумать и взвесить — куда именно отдавать? Исходить надо исключительно из индивидуальных особенностей ребенка и вашей семьи в целом. Как это учесть — будет сказано в следующем разделе. Ребенка с высоким уровнем школьной зрелости лучше готовить к школе на соответствующих курсах. Но здесь уже можно выбирать те курсы, про которые известно, что на них интересно и они дают хорошие и крепкие знания. Такие курсы не обязательно расположены в школе, в которую собирается поступать ребенок. Они могут быть в клубе, в Доме детского творчества или в специальном частном дошкольном образовательном учреждении.

Как правильно выбрать школу?

Общее стратегическое правило очень простое и вроде бы очевидное. Но именно оно почему-то часто не учитывается родителями.

Именно в начальной школе определяется интерес и позитивное отношение ребенка к обучению (или отсутствие этого интереса и, соответственно, негативное отношение к школе и обучению к ней). Дети, которые хорошо и с интересом учились в начальной школе, а потом «съехали», встречаются, к сожалению, довольно часто. А вот дети, которые бы в начальной школе учились плохо и совершенно без интереса, а потом вдруг вспыхнули к школе горячей

любовью, автору вообще никогда не встречались (и даже рассказов о таких детях я никогда не слышала). Следовательно, главное правило: школа должна быть такой, чтобы ребенок в начальной школе мог учиться **хорошо**, получать **хорошие отметки** и похвалы учителя и родителей.

Вот из этого и надо исходить в первую очередь. А все остальное — потом.

Трижды подумайте, прежде чем «запихивать» ребенка со средними способностями в сильную школу. Он будет там уставать, нервничать, отставать от своих более способных сверстников, комплексовать и часто болеть. Стоит ли этого усиленная программа по математике и изучение испанского языка с первого класса?

Наиболее разнообразные проблемы встают перед родителями детей с высоким уровнем школьной зрелости. Ребенок способный, надо что-то делать, но что?

Главное — это не гнаться за модой. В районе «гремит» математическая школа, ее ученики побеждают на международных олимпиадах, поступают без экзаменов в университет. Решено — идем туда! А ваш ребенок вовсе не любит решать задачи. В «обучалке» ему больше всего нравились занятия по музыке и английскому языку. В свободное время он любит рассматривать картинки и читать энциклопедию про животных...

А вот очень сильная школа с художественным уклоном. Там потрясающие кружки народных промыслов, дети сами лепят горшки и ткут ковры, расписывают посуду и шкатулки, вместе с аттестатом получают специальность. Скорее туда! Но ваш ребенок с трудом рисует корявые домики и машины, похожие на грибы, и вовсе не любит ничего делать руками. Он логик, сочиняет потрясающие истории с лихо закрученным сюжетом и мечтает стать следователем по особо важным делам.

Начните выбор школы с индивидуальных особенностей ребенка. Ребенок явный технарь, все собирает и разбирает, часами сидит за конструктором лего? Его не оторвать от компьютера? Он предпочитает логические игры и очень любит задачки на сообразительность? Имеет смысл подумать о математической школе.

Ребенок любит музыку и стихи, легко запоминает и пересказывает полюбившиеся книги, сочиняет к ним продолжения? Обладает хорошей, литературной речью, его любознательность лежит не в плоскости решения задач? Он задает вопросы из области истории, географии, биологии, даже философии? Можно думать о гуманитарной гимназии.

Далее обратите свой взор на свою семью. Если решено отдавать ребенка в языковую школу, сразу задумайтесь над вопросом: а кто будет заниматься с ним? Мама учила немецкий в школе и в институте, папа — вроде бы английский, но в обычной школе и всегда имел по нему твердую «тройку». Так кто же поможет ребенку? Ведь в языковой школе сама программа рассчитана на постоянную и квалифицированную помощь родителей. Наймете репетитора? Следующий вопрос.

Трезво оцените благосостояние своей семьи. Вот предлагают очень престижный платный класс с углубленным изучением ряда предметов. Очень интересно. Но сможете ли вы платить? Вы готовы, пусть даже продав последнюю рубашку? Для ребенка ничего не жаль! А вы подумали о том, каково будет вашему ребенку в этом классе, где половина детей «новых русских», где с самого раннего детства культивируются ценности, может быть, и неплохие сами по себе, но абсолютно чуждые менталитету вашей семьи?! Вы хотите чужого человека в доме? Вы хотите, чтобы ребенок переживал, жалел и презирал вас за то, что у вас нет шикарной машины, за то,

что вы не можете слетать отдохнуть на Гавайи?.. Может быть, поискать что-нибудь другое, менее «современное»?

И наконец, последнее. Начальная школа (именно начальная, для средней школы ситуация меняется, потому что ребенок становится взрослее и крепче) не должна быть очень далеко от дома, особенно недопустима долгая езда на общественном транспорте. В этом случае ребенок уже приходит в школу утомленным, с гипоксией и повышенным или пониженным давлением, надышавшись парами бензина и вирусами пополам с микробами. И это повторяется день за днем, неделя за неделей, месяц за месяцем... Никакие достоинства выбранной школы не искупают этой ситуации.

А как же Зоя?

С Зоей мы работали долго, почти полгода. Медлительная, флегматичная девчушка и вправду моментально отключалась, стоило предложить ей хоть какое-нибудь интеллектуальное задание или даже просто показать «развивающую» книжку. По результатам тестирования получалось, что у Зои плохо развиты абсолютно все функции восприятия и мышления. Печальная картина, но я не слишком унывала и не давала унывать Зоиной маме. У меня были все основания полагать, что Зоя так плохо справилась с тестовыми заданиями потому, что просто не хотела с ними справляться.

Поначалу мы просто играли с ней в куклы. Это дело Зоя любила, здесь у нее проявлялись и изобретательность, и творческое мышление, и любознательность. Все плохо работающие на тестировании функции в игре работали абсолютно нормально. Зоя все помнила, смеялась, готовила замысловатые обеды, сочиняла какие-то семейные истории по образцу мексиканских мыльных опер. Я в основном выполняла роль наблюдателя.

Потом пришло время куклам идти в школу. Зоя тяжело вздыхала, но под напором неопровержимых аргументов с моей стороны вынуждена была согласиться. Но я предупредила ее, что это будет не обычная школа, а школа со смеховым уклоном. Для начала куклы спрятали настоящий букварь, потому что вовсе не хотели ничему учиться. Тогда мы с Зоей слепили букварь из пластилина. Буквы изготавливались из пластилина и прилеплялись на листы картона. Букварь получился огромный, и спрятать его больше не было никакой возможности. Домашнее задание в нашей смеховой школе было испечь буквы из теста (образцом служил отысканный настоящий букварь). Румяные подсохшие буквы Зоя принесла на следующее занятие и честно призналась, что не хватает букв «Ю» и «Ы» (они развалились) и буквы «В», которую по недоразумению съел папа. После этого куклы ели буквы, а Зоя, сверяясь с пластилиновым букварем, почти безошибочно угадывала, какой буквы не хватает. Вскоре алфавит был съеден в прямом и переносном смысле. Мама возликовала, но это было только начало работы. Предстояло убедить Зою, что учиться может быть так же интересно, как играть. Развивающие книжки, на которые у Зои была парадоксальная реакция, пришлось спрятать в шкаф, а основное действие разворачивалось прямо в кукольной спальне. Куклы путешествовали, пекли треугольные, круглые и квадратные пироги, искали пропавшие вещи и вспоминали, сколько их было и где они стояли, писали друг другу любовные записки и посылали телеграммы, отыскивали закономерности в зашифрованных посланиях из таинственной страны и декламировали друг другу заученные Зоей стихотворения на кукольных праздниках...

Однажды я прямым текстом заявила Зое, что успехи руководимых ею кукол уже вполне тянут на средний уровень школьной зрелости, и всю эту тягомотину вполне можно кончать. Зоя задумалась, а потом на ее малоподвижном лице появилась гримаса явного огорчения:

— Я привыкла так, — заявила она. — Так даже интереснее. Я теперь и дома так играю. Как же теперь?

Я заверила девочку, что все самое интересное только начинается и, когда она пойдет в школу, ее ждет множество находок, которые она всегда сможет использовать в своем кукольном мире.

— А сейчас? — упрямо набычилась Зоя.

— Сейчас можно воспользоваться книжками, — предложила я. — Мама в свое время тебе их много накупила, только ты тогда не знала, что с ними делать. А теперь знаешь.

— Теперь знаю, — подтвердила Зоя. — Но мама говорит, что средний уровень — это недостаточно. Она хочет меня в английскую школу. Это значит, куклы должны по-английски говорить, да?

— Наверное, — вздохнула я. — Но это уж пускай мама сама...

Глава 6

Боря, который молчит

Боря — крупный черноглазый и черноволосый карапуз. Когда мама с папой уже прошли ко мне в кабинет, остановился на пороге и внимательно оглядывает обстановку.

— Шприц ищет, — поясняет мама. — Мы всех специалистов перед садом обходим, ему недавно прививку делали, вот он и...

— Боится уколов? — спрашиваю я.

— Да нет, не боится, — смеется папа. — Он же мужчина. Кололи — даже не пикнул. Просто ориентируется. На что рассчитывать.

Не заметив ничего опасного, Боря входит в кабинет, пару минут стоит около мамы, прислушиваясь к разговору, а потом направляется в уголок с игрушками и начинает спокойно и совершенно бесшумно играть.

Ни на один из заданных мною вопросов (Как тебя зовут? А кто это там сидит? И т. д.) Боря не ответил.

— А он вообще не говорит, — поделилась своей тревогой мама.

Из дальнейшего разговора с родителями выяснилось, что на сегодняшний день Боре исполнилось 2 года и 7 месяцев. Появился он на свет в результате кесарева сечения, произведенного на восьмом месяце беременности. Это было связано как со здоровьем матери, так и с тем, что плод был признан специалистами слишком крупным для телосложения роженицы. Вес Бори при рождении был 4 килограмма 300 граммов. Ничем особенным Боря не болел, хотя из-за обстоятельств рождения и наблюдался первый год у невропатолога. Сел и пошел в соответствии с возрастными нормативами, где-то после года начал говорить первые, обычные для большинства младенцев слова: «мама», «папа», «дядя», «биби» (машина). Потом заболел тяжелым гриппом, в течение недели температура держалась около сорока. Когда мальчик поправился, выяснилось, что все известные ему слова, которыми он уже активно пользовался, Боря как бы позабыл. Невропатолог, к которому обратились встревоженные родители, сказал, что такое бывает, посоветовал есть витамины, обеспечить малышу на период

реабилитации щадящий режим и не волноваться. Сначала казалось, что невропатолог был прав. Не прошло и трех месяцев, как прежний запас, состоящий из 10–20 настоящих и сокращенных слов, восстановился в полном объеме. А дальше... месяц проходил за месяцем, а словарный запас Бори все не увеличивался. Более того, практически исчезло звукоподражание, бормотание и лепет, так характерные для младенца Бори. Большую часть времени мальчик просто молчал.

Сверстники на детской площадке уже вовсю что-то говорили, пытаюсь вызвать на разговор заметного черноглазого пацана. Боря от общения и совместной деятельности не отказывался, но ограничивался жестами и двумя-тремя односложными словами-командами: «Дай!», «Сядь!», «Вот!»

По совету участкового терапевта посетили логопеда. Логопед сказал, что звуковоспроизводящий аппарат развит у мальчика совершенно нормально, и назначил явку через полгода. На семейном совете было решено отдать Бору в ясли. Может быть, там, среди детей, он заговорит...

— Расскажите поподробнее, как выглядят отношения Бори с чужой и своей речью на сегодняшний день, — попросила я.

— Ему и не надо ничего говорить, я им твержу тысячу раз, — вступил в разговор папа. — Меня целый день дома нет, а то бы я... («Каждый человек в душе уверен, что из него получился бы хороший актер, врач и тренер футбольной команды» — кто это сказал? Сегодня я бы добавила к этому списку еще и психолога.) Он же все понимает, значит, и говорить мог бы. Но они с бабушкой идут у него на поводу. Он берет за руку, ведет, показывает, говорит: «Гы, гы!» и получает то, что хочет. Зачем ему, спрашивается, говорить?

— Значит, понимание речи развито у Бори вполне по возрасту?

— Да, да, — подтвердила мама. — Он все понимает. Может помочь, принести то, что надо, когда говоришь, идет есть, мыться, игрушки убирать. Если скажешь: «пойдем в магазин», идет в коридор надевать ботинки.

— А как ведет себя Боря, когда вы стараетесь стимулировать его к разговору? Призываете не показать, а сказать, что ему надо?

— Раньше никак не реагировал, просто уходил. А теперь злится, что его не понимают. Может заплакать, если чего-то очень хочется.

— Я тысячу раз твердил, перестали бы ему потакать, живенько бы заговорил! — снова влез радикально настроенный папа. Боря оторвался от игрушек и взглянул на него со сдержанной тревогой, видимо, догадываясь, что недовольство отца каким-то образом связано с ним.

— А как Боря ведет себя с вами? — поинтересовалась я у отца. — Вы, как я поняла, не склонны ему потакать. С вами он разговаривает? Или, по крайней мере, пытается?

— Да он его как огня боится! — воскликнула мама. — Когда надо отправить их вдвоем гулять, так это просто коррида! Борька цепляется за меня, кричит: «С мамой! С мамой!», муж пытается его на ходу воспитывать, мама кричит: «Не мучай ребенка! Иди с ним сама гулять!», а мне же тоже отдохнуть хочется...

Мда... ситуация. И каким-то образом надо ее решать, потому что в карточке Бори уже прочно поселился диагноз — задержка развития речи (ЗРР). И, к сожалению, неправ радикально

настроенный папа: в какой бы форме от Бори ни требовали, чтобы он заговорил, от одних только требований его речь не станет нормальной, соответствующей возрасту. Нужен ресурс, на который можно было бы опереться. Где же его отыскать?

Развитие речи ребенка в дошкольном возрасте. Средние нормы и индивидуальные вариации

Почти каждый ребенок практически с первых дней и даже часов своей жизни способен к эмоциональному и голосовому общению с матерью или другим лицом, осуществляющим повседневный уход за ним.

Более того, научными исследованиями показано, что с рождения ребенку присуща и способность к имитации, т. е. он умеет воспроизводить, копировать звуки и мимику человека, находящегося в контакте с ним. Именно способность к имитации, подражанию является на первых порах важнейшим механизмом развития практически всех функций ребенка.

По мере того как ребенок взрослеет, его поведение меняется, расширяются его моторные и психические возможности. Развитие речи — одна из важнейших, специфически человеческих форм коммуникации. В процессе овладения речью общее развитие ребенка получает колоссальный толчок. С помощью речи ребенок может сказать о своих желаниях, запросить и получить поддержку и одобрение, рассказать о том, что его пугает или тревожит. Родителям необходимо знать, как оценить развитие речи ребенка, потому что чем раньше замечено отставание в развитии, тем легче с ним справиться.

Развитие речи ребенка состоит из двух равно важных компонентов: развитие понимания речи окружающих ребенка людей и производство собственной вокальной, позже речевой продукции. Надо помнить, что задержки и нарушения развития речи могут касаться одного из этих компонентов или их обоих.

В возрасте **одного месяца** ребенок внимательно смотрит в лицо наклонившегося над ним человека. Кричит, когда голоден, когда хочет спать, когда у него болит живот или промокли пеленки. Внимательная мать уже по характеристикам плача догадывается, что именно вызвало дискомфорт ребенка, и правильно реагирует на его призыв.

В возрасте **двух месяцев** ребенок улыбается в ответ на ласковое обращение к нему. Когда он спокоен, то издает несколько гнусавые гортанные звуки.

Когда ребенку исполняется **три месяца**, хорошо заметен так называемый «комплекс оживления». Когда к ребенку обращаются, он улыбается, оживляется и начинает беспорядочно двигать руками и ногами. При этом он может издавать протяжные гортанные звуки.

В **четыре месяца** ребенок громко хохочет, если с ним играют, и плачет со слезами, когда чем-то обижен или недоволен. В этом же возрасте появляется гуление. Ребенок издает звуки, напоминающие сочетания гласных («а», «э», «ы») и согласных («г», «х»). Например: «гы», «эга».

В возрасте **пяти месяцев** ребенок начинает петь — длительно тянет звуки, похожие на гласные, причем их высота и громкость меняются на протяжении звучания. Услышав человеческий голос или другой звук, поворачивает голову и смотрит в сторону источника звука.

В возрасте **шести-восьми месяцев** появляется лепет — ребенок несколько раз повторяет один и тот же слог, например: «ба-ба-ба», «ля-ля-ля». В этом же возрасте ребенок охотно по просьбе взрослых играет с ними в ладушки.

В **десять месяцев** ребенок начинает проявлять стеснительность при общении с незнакомыми людьми. Он подражает звукам речи, которые произносят взрослые, и отзывается на свое имя.

В возрасте **двенадцати месяцев** ребенок, прощаясь, машет ручкой — «пока-пока». Правильно реагирует на вопрос «Где мама?», «Где папа?». На требования «Дай!», «Покажи!» либо выполняет, либо качает головой в знак отрицания. Произносит множество бессмысленных последовательностей из разных слогов: «тябяти», «матитя» и т. д. По интонации эти последовательности похожи на речь взрослых. Сознательно употребляет первые короткие слова («мама», «папа», «дядя», «дай» и т. д.)

Если ваш ребенок не ведет себя соответственно возрасту и в течение ближайшего месяца-двух не начинает делать того, что ему полагается, то, возможно, ребенок отстает в развитии. Учтите, что все сказанное относительно первого года жизни ребенка относится только к доношенным детям. Если ребенок родился раньше срока, то из его возраста необходимо вычесть один (если ребенок родился восьмимесячным) или два месяца.

Второй год жизни ребенка более всего характеризуется развитием речи. До полутора лет ребенок использует 30–40 слов, к двум годам уже 300–400. В полтора года ребенок обычно задает вопросы «Кто?», «Что?», а к двум годам «Кто это?», «Что это?». К полутора годам у девочек и к двум годам у мальчиков начинает формироваться фразовая речь. Фразовая речь возникает и в первую очередь используется для вопросов и выражения простых потребностей: «Дай пить», «Хочу сесть» и т. д. Первые повествовательные фразы чаще всего состоят из существительного и глагола: «Папа идет», «Кукла упала». Позднее к ним прибавляются прилагательные — «большой», «маленький», «хороший» и т. д. Развитие речи в этом возрасте имеет больше индивидуальных вариаций, чем в течение первого года жизни, и часто протекает скачкообразно. Ребенок медленно и почти незаметно для окружающих накапливает слова и вдруг в течение нескольких дней переходит к фразовой речи. Известно, что чем лучше умственное развитие ребенка, тем больше преобладает в его речи познавательная сторона, тем больше вопросов он задает и тем внимательнее выслушивает ответы на них. Вопросы двухлетнего ребенка еще очень примитивны и однообразны, но родители не должны «уставать» от них. Если от ребенка часто отмахиваются и отделиваются формальными, односложными ответами, то он может перестать задавать вопросы и его когнитивное (познавательное) развитие будет существенно заторможено из-за вашей невнимательности и отсутствия терпения. На втором году жизни ребенок просит «еще» (еще печенья), говорит «все» (больше нет, кончилось), называет по просьбе взрослых свое имя, комбинирует слова с жестами, чтобы показать, чего он хочет. Называет по имени членов семьи, включая домашних животных, показывает в книжке знакомые картинки, когда их называют взрослые, выполняет как минимум три различных команды, не сопровождающиеся жестами и требующие простых действий («Принеси кружку»; «Подними стульчик» и т. д.).

На **третьем году** жизни происходит качественный скачок в умственном развитии ребенка и в развитии его речи. Ребенок в этом возрасте набирает по 100 слов в месяц, и к трем годам его словарный запас составляет уже полторы тысячи слов. Известный советский психолог Л. С. Выготский считал, что если ребенок не знает названия вещи, то он как бы не видит ее. Следовательно, чем обширнее словарный запас ребенка, тем лучше он понимает окружающее. Основная роль на этом этапе психоречевого развития принадлежит семье. Чем богаче словарный запас и эмоциональность речи родителей, тем богаче будет словарный запас ребенка и тем глубже и полнее он будет познавать окружающий его мир.

В возрасте **двух-двух с половиной лет** ребенок уже задает ориентировочные вопросы: «Где?» «Куда?» «Откуда?». Во второй половине третьего года в норме появляется вопрос вопросов «Почему?». Возникновение этого вопроса знаменует собой новый этап умственного развития ребенка. До этого он просто знакомился с миром, а теперь он стремится этот мир понять. Чем раньше ребенок задал вопрос «Почему?», тем полноценнее его умственное развитие, чем позже — тем явственнее задержка. Если трехлетний ребенок еще не задает этого вопроса, то родители должны задавать его сами и сами же отвечать на него, стимулируя тем самым познавательный интерес ребенка.

В возрасте около **трех лет** большинство детей уже употребляют практически все части речи, кроме деепричастий, используют личные и притяжательные местоимения, контролируют силу голоса, употребляют множественное число существительных и прошедшее время некоторых (иногда немногих) глаголов.

К **трем годам** вариабельность темпов развития речи, особенно ярко выраженная в течение второго года жизни ребенка, опять входит в относительно узкие рамки нормы и патологии. Ребенок к концу третьего года жизни должен иметь достаточно многообразную фразовую речь, уметь понятно для окружающих сказать о своих желаниях и намерениях. Он вступает в контакт со взрослыми преимущественно с помощью речи, лишь помогая себе жестами. Ребенок так или иначе описывает знакомые предметы, задает ориентировочные вопросы, иногда говорит «могу», «буду» и употребляет обобщенные названия («игрушка», «зверь», «еда»).

В возрасте **четырёх лет** некоторые ошибки в произнесении звуков являются общими, но ребенок может быть легко понят незнакомыми людьми. Если многие звуки произносятся неправильно («каша во рту» — дизартрия), то между тремя и четырьмя годами необходима консультация логопеда и занятия по выработке правильного произношения.

К **шести годам** приобретается и правильно используется большинство речевых звуков. Ребенок использует в своей речи распространенные, сложносочиненные и сложноподчиненные предложения. Интонационно и лексически правильно строит и задает вопросы (в том числе и с опусканием глагола-связки) — «Это маленький ежик?»

Ребенок шести лет легко строит рассказ о своем повседневном опыте, употребляет и понимает простые шутки, придумывает более или менее сложную историю по серии картинок. Часто и правильно употребляет уменьшительно-ласкательную форму существительных и прилагательных («котеночек рыженький»).

Какие бывают нарушения развития речи?

Выделяют задержку развития речи и нарушения развития речи. Понятно, что это разные вещи. Хотя у одного и того же ребенка может встречаться и то, и другое. С задержкой развития речи в условиях детской поликлиники работает, как правило, целая команда специалистов — психолог, участковый терапевт, невропатолог. Иногда привлекают и логопеда, но многие логопеды, к сожалению, с детьми до трех-четырёх лет не работают, ограничиваясь разовыми консультациями. Прогрессивные логопеды работают с детьми начиная с рождения (если есть основания полагать, что у ребенка могут быть проблемы с речью).

С нарушениями же развития речи работают в основном логопеды и, когда это необходимо, невропатологи. Тем не менее, автору кажется, что родителям полезно знать, какими эти самые нарушения бывают. Итак:

Нарушения звукопроизношения при нормальном слухе и нормальном речевом аппарате называются *дислалией*. Эти нарушения проявляются в дефектном воспроизведении звуков речи: искаженном их произнесении, заменах одних звуков другими, смешении звуков и, реже, — их пропусках.

Ринолалия — нарушение тембра голоса и звукопроизношения, обусловленное анатомо-физиологическими дефектами речевого аппарата (например, расщелина губы или твердого неба).

Дизартрия — нарушения произносительной стороны речи, обусловленное недостаточностью иннервации речевого аппарата («каша во рту»). Связана с органическим поражением центральной и периферической нервной систем.

Нарушения голоса — это отсутствие или расстройство фонации вследствие патологических изменений голосового аппарата.

Нарушения голоса, связанные с различными заболеваниями гортани, весьма распространены у детей. В последние десятилетия их число значительно возросло, что связано с успехами детской реаниматологии. В ее арсенале имеются приемы и операции, позволяющие сохранить жизнь ребенку, но вызывающие осложнения, которые, в свою очередь, влияют на голосообразование. Основные симптомы, которыми проявляет себя дефект голоса, — утрата силы, звучности, искажение тембра, голосовое утомление, целый ряд субъективных ощущений: помехи, комки в горле, налипание пленок, першение с потребностью откашляться, давление и боли. Существует специальный комплекс педагогического воздействия, называемый фонопедией, который направлен на постепенную активацию и координацию нервно-мышечного аппарата гортани с помощью специальных упражнений, коррекции дыхания и личностных свойств обучающегося.

Нарушения темпа речи — *брадилалия* (чрезмерно замедленная речь) и *тахилалия* (ускоренная речь). Обе эти формы могут встречаться как самостоятельно, так и в составе клиники некоторых форм психических, неврологических и соматических заболеваний. Центральным звеном в патогенезе тахилалии служит преобладание процессов возбуждения, а брадилалии — процессов торможения в коре головного мозга.

Заикание — нарушение темпо-ритмической организации речи, обусловленное судорожным состоянием мышц речевого аппарата. Наиболее часто заикание первично возникает в возрасте от двух до четырех лет. Это очень распространенное заболевание — заиканием страдает около одного процента населения. Довольно часто возникновению заикания у детей непосредственно предшествует испуг, переживание боли или угрожающей ситуации. Но далеко не все испуганные дети начинают заикаться. Считается, что факторами, способствующими развитию заикания, являются:

- невропатическая отягощенность родителей;
- «нервность» самого ребенка;
- поражение головного мозга (родовые травмы, ММД и т. д.);
- физическая ослабленность;
- ускоренное развитие речи (в возрасте 3–4 лет);
- недостаточность развития моторики;

— недостаточность положительных эмоциональных контактов между взрослыми и ребенком.

Алалия — отсутствие или недоразвитие речи вследствие органического поражения речевых зон коры головного мозга во внутриутробном или раннем периоде развития ребенка.

Афазия — полная или частичная утрата речи, обусловленная локальными поражениями головного мозга. Причины афазии — нарушение мозгового кровообращения, травмы, опухоли, инфекционные заболевания головного мозга.

Причины задержки развития речи

Причина первая. Задержка или нарушение развития речи может выступать как часть другого, более общего расстройства развития, например, легкой степени умственной отсталости. Дифференциальный диагноз в этом случае может поставить только специалист.

Причина вторая. Задержка развития речи может быть вызвана более или менее тяжелым поражением слуха ребенка. Ребенок, который плохо слышит и, следовательно, плохо понимает речь окружающих его людей, практически всегда имеет те или иные нарушения в звуко- и словопроизношении, с трудом учится пользоваться собственной речью. Поэтому при любой форме нарушения развития речи у ребенка родителям необходимо обратиться к ЛОР-врачу, чтобы исключить нарушения слуха или своевременно заняться их излечением.

Причина третья. Задержка развития речи может являться частью общей задержки развития, тесно связанной с особенностями биологического созревания нервной системы. Недоношенный или ослабленный тяжелым соматическим заболеванием ребенок может выглядеть младше своего возраста, отставать в росте и весе. Иногда речь такого ребенка развита в соответствии с возрастом (а то и опережает его), но иногда он говорит меньше и хуже, чем его сверстники. Впоследствии он «дозреет», окрепнет, и вместе с биологическим созреванием уйдет и задержка в развитии речи.

Причина четвертая. Незначительная задержка развития речи может наблюдаться как вариант нормы у абсолютно здорового ребенка. Известно, что девочки в среднем начинают ходить и говорить на 1–3 месяца раньше, чем мальчики. Известно, что «поздноговорящие» дети часто долго молчат, а потом вдруг начинают говорить за 1–2 недели и сразу целыми предложениями. Такой феномен чаще наблюдается у детей с высоким коэффициентом интеллектуального развития. Кроме того, известно, что значительную роль в освоении речи играет и наследственный фактор. То есть, если поздно заговорил один или, тем более, оба родителя, то шансы на то, что относительно поздно заговорят и их дети, существенно повышаются. Но если ребенок к трем годам не говорит простых предложений, то о варианте нормы следует забыть.

Причина пятая. Синдром Маугли или педагогическая запущенность. Ребенок растет в таких условиях, что ему просто не удастся научиться говорить. Автору приходилось наблюдать пятилетних детей, выросших в социально неблагополучных семьях, которые в своей повседневной жизни использовали всего около тридцати слов. При этом дети оставались психически здоровыми и после правильно проведенных коррекционных мероприятий овладевали речью в полном объеме в соответствии со своим календарным возрастом.

Причина шестая. Ребенок относительно здоров и социально благополучен, но живет в таких условиях, когда речь ему вроде бы и не нужна. Такая ситуация довольно часто создается в детоцентрических семьях, где все помыслы членов семьи направлены на удовлетворение интересов ребенка, или при чрезмерно тесных контактах ребенка с матерью, когда отец всегда

на работе, а мать с ребенком всегда вдвоем в четырех стенах и понимают друг друга не то что с полуслова, а с полувзгляда. Такой ребенок всегда понят окружающими, его потребности удовлетворены, и говорит он мало, вяло и с неохотой. Достаточно часто в анамнезе таких детей обнаруживается родовая травма, пренатальная энцефалопатия, гипертензионный синдром или еще что-нибудь в этом роде. Сами по себе эти неврологические нарушения выражены у ребенка не очень ярко и вряд ли обусловили бы задержку развития речи, но в сочетании с факторами среды...

Что могут сделать родители?

Известно, что любое нарушение легче предотвратить, чем исправить. Для того чтобы предотвратить задержку развития речи у обычного (относительно здорового) ребенка, необходимо соблюдать ряд несложных правил. Мать должна с самых первых дней жизни ребенка много разговаривать с ним, вызывать его на «разговор» и немедленно отвечать на любые попытки спокойного общения со стороны ребенка. Помните о том, что маленькие дети, как и детеныши обезьянок, обучаются путем подражания матери, наблюдения за ней и общения с нею.

Кроме того, все усилия ухаживающих за ребенком взрослых должны быть направлены на то, чтобы укрепить эмоциональный контакт ребенка с матерью, сделать их общение более интенсивным и глубоким, а мир, окружающий ребенка, более интересным и привлекательным. Необходимо создать условия для облегчения восприятия ребенком внешней информации. Так, мать, обращаясь к ребенку, должна говорить громко и раздельно, в комнате должно быть светло и свежо, игрушки нужны яркие и разноцветные.

Внимательные родители должны знать, как в норме развивается речь ребенка от рождения до поступления в школу. Если вы читаете эту книжку подряд, не пропуская разделов, то вы это уже знаете.

Далее. Необходимо внимательно следить за развитием речи ребенка. Если задержка все же имеется, то в первую очередь необходимо посетить ЛОР-врача. Если слух у ребенка развит нормально, то следующий на очереди специалист — невропатолог или психолог. Он поможет разобраться, действительно ли имеется задержка в развитии речи или перед нами индивидуальный вариант нормы.

Если задержка установлена, то следующим этапом нужно установить ее возможные причины. Ребенок ослаблен? Соматически здоров? Имеет тот или иной неврологический диагноз? Родился недоношенным? Имеет общее отставание в психомоторном развитии? Может быть, с ним мало занимаются и он подолгу сидит в своем углу или в манеже с кубиками или смотрит телевизор, в то время как мама занимается своими делами? А может быть, мама или другой ухаживающий за ребенком человек от природы молчаливы и предпочитают все делать молча, только в крайнем случае подавая отрывистые команды и давая объяснения? А может быть, ребенок прекрасно освоил язык жестов и успешно объясняется на нем с членами семьи, не испытывая никаких затруднений в понимании?

После того, как вы внимательно (может быть, даже письменно) ответили на предложенные вопросы, для вас, несомненно, выделились две или три наиболее вероятные причины задержки развития речи у вашего ребенка.

Далее с ребенком начинают заниматься. Если причина лежит скорее в области здоровья, то занимаются осторожно, не форсируя события (особенно если ребенку еще не исполнилось 2,5 лет) и стараясь не вызвать у ребенка негативной реакции. Если речь идет скорее о факторах

среды, то можно действовать смелее и решительнее. Если ребенку уже около трех лет, а он все еще толком не говорит, то все силы семьи должны быть брошены на решение этой проблемы.

Все занятия с ребенком такого возраста проходят в форме игры. Игры родителям может порекомендовать психолог или логопед, но многие родители изобретают их самостоятельно, исходя из индивидуальных особенностей ребенка.

Например, один из моих маленьких пациентов больше всего на свете любил играть в игру «спряталось — нашлось». Леше было тогда около 2,5 лет, он имел серьезные неврологические проблемы, общую задержку психомоторного развития и упорно отказывался говорить. Изобретательная мама придумала такой вариант любимой игры сына. Она записала на магнитофон названия разных предметов и игрушек и изобразила перед Лешей действие, когда спрятанный предмет появляется, только если громко названо его имя. Получилось что-то типа «сезам, откройся!». Леша с восторгом принял новую игру и, узнавая знакомые названия, радостно хлопал в ладоши еще до нахождения предметов, предвкушая их появление. А потом магнитофон «сломался». Мама и Леша тяжело переживали это событие, потому что игрушки, увы, появляться перестали. Два дня Леша сумрачно страдал, а на третий, с ненавистью глядя на замолчавший магнитофон, коряво выкрикнул: «Мяч!» — и мяч, как вы сами понимаете, тут же появился. Мама шумно ликовала. Леша поднапрягся и к вечеру сказал: «Кука!» — и облезлая, еще времен Лешиной мамы, кукла сразу же возникла из небытия. Процесс пошел. Спустя два месяца Леша имел уже вполне приличный запас слов и пытался строить простые двухсловные предложения. Овладение речью, в свою очередь, существенно стимулировало общее психомоторное развитие мальчика.

В борьбе с задержкой развития речи у детей до двух лет необходимо стимулировать у них звукоподражание: «Как говорит киска?», «Как ревет медведь?», «Как гудит самолет?», «Как жужжит пчела?». Активная и многообразная звукоподражательная деятельность готовит детей к овладению членораздельной речью.

Полезно изготовить набор картинок, наклеенных на плотный картон. Среди этих картинок должны быть животные, птицы, насекомые, люди, транспорт и другие предметы и даже явления (например, гроза, ветер), которые производят какие-либо звуки. Продающиеся в магазинах и на лотках книжки с аналогичными картинками хуже, чем самодельный набор. Перебирать карточки ребенку намного удобнее, чем листать книжку, к тому же книжки от частого употребления (особенно маленьким ребенком) быстро портятся и рвутся. А если ребенок сжевал кошку или машину из самодельного набора, вам ничего не стоит заменить утраченное.

Этот набор вы будете использовать долго и многофункционально. Сначала, как уже упоминалось, для стимулирования звукоподражаний. Потом вы показываете картинку и задаете основополагающий вопрос: «Что это?», «Кто это?». Следующий вопрос на основании той же картинки — «Что он делает?». Еще один вопрос: «Какой он?».

То есть, пользуясь все тем же набором, вы сможете простимулировать у ребенка построение трехсловного предложения: «Черная кошка сидит», «Большая машина едет».

Если ребенку уже больше двух лет, то одновременно со звукоподражаниями вы предлагаете и первые два вопроса — «Что это?» и «Что делает?».

Ребенок не отвечает — отвечаете сами. Громко, четко, вразумительно. Столько раз, сколько понадобится.

Каждый день в одно и то же время читайте ребенку короткие сказки или простые истории. Если ребенок не склонен вас слушать и норовит убежать или отвернуться, воспользуйтесь будильником. Поставьте его на две-три минуты. Если ребенок внимательно слушает сказку до того, как будильник зазвенит, похвалите и поощрите его лаской или угощением. Постепенно увеличивайте время, в течение которого ребенку в ожидании поощрения придется сохранять внимание. Впоследствии его заинтересуют и сами сказки.

Вместе с другим взрослым продемонстрируйте ребенку, как отвечать на вопросы, требующие ответа «да» и «нет». Задавайте вопросы о знакомых вещах и ситуациях. Когда ребенок сможет отвечать на вопрос, подражая вам, перестаньте подсказывать ему ответ. Во время игры спросите: «Хочешь мяч?» и не давайте ему его до тех пор, пока он не кивнет головой.

Гуляя с неговорящим или плохо говорящим ребенком старше двух лет, громко и просто рассказывайте ему о том, что вы видите вокруг. К концу прогулки подведите итоги, составьте своеобразный «план-конспект» того, что произошло. (Он может состоять из 3–5 предложений и выглядеть, например, так: «Мама и Костя были на вокзале. Там были поезда. Поезда большие. Они говорили: Ту-туу!»). Далее попросите всех членов семьи (включая доступных соседей и друзей дома) запросить у Кости имеющуюся информацию: «Где были мама и Костя?», «Что было на вокзале?», «Какие поезда?», «А как они делают?». Мама в этой ситуации тихонько (на ушко) подсказывает ребенку правильный ответ и успокаивает его, если он терпит неудачу и начинает злиться. Здесь надо помнить два правила:

- 1) Не считайте ребенка глупее себя и не запрашивайте выработанный «план-конспект» сами. Ребенок может обидеться или просто взглянуть на вас с недоумением: «А ты что, сама, что ли, не видела?!» Запрашивать информацию должен **другой** человек, который сам там не присутствовал.
- 2) То, что происходило, требует **обязательного** употребления слов. Жестами тут никак не обойтись. Это упражнение крайне полезно для детей, которых легко понимают в семье и которые «ленятся» говорить.

Развивайте тонкую моторику ребенка. Пусть он больше лепит (или просто катает шарики и колбаски) из пластилина, глины или теста, рисует (желательно гуашью и пальцем), нанизывает на леску пуговицы или крупные бусы, навинчивает гайки на винтики, складывает пазлы. Центр речи и центр тонкой моторики находятся в мозгу ребенка рядом друг с другом, поэтому, развивая одно, вы одновременно развиваете и другое.

Чем может помочь специалист?

В данном случае выделение этого раздела практически формально, так как все основные вещи уже были перечислены в предыдущих разделах. Однако суммируем еще раз.

Первый специалист, которого необходимо посетить, если имеется задержка развития речи, — это ЛОР-врач, чтобы обследовать состояние слуха ребенка.

Следующий специалист — невропатолог. К нему необходимо обратиться в том случае, если имеется какое-то более общее нарушение развития и задержка развития речи сочетается с нарушениями в межперсональных взаимоотношениях (мать — ребенок, ребенок — другие люди), эмоциональными и поведенческими расстройствами, поражением зрительно-пространственных навыков или двигательной координации. В таком случае, естественно, необходимо лечить все в комплексе, ориентируясь на основной диагноз.

Если же имеется только задержка развития речи, то необходимо посетить двух специалистов: психолога (после года) и логопеда (после двух лет). Особо предусмотрительные родители могут посетить этих специалистов и раньше (даже до рождения ребенка) и получить консультацию, как правильно развивать речь ребенка, чтобы не допустить задержки и нарушения ее развития.

Если задержка будет установлена, то психолог поможет выявить ее причины и вместе с родителями разработает комплекс игр и других мероприятий, способствующих ее преодолению и стимуляции общего умственного развития ребенка.

Логопед, в свою очередь, пригласит ребенка на занятия по коррекции и правильной постановке звукопроизношения, если это будет необходимо.

В заключение хотелось бы предостеречь родителей от чересчур легкомысленного отношения к задержке развития речи. Несмотря на большие индивидуальные вариации, существуют вышеописанные нормативы, и если развитие ребенка существенно отклоняется от них, то это повод для начала серьезной и кропотливой работы. И чем раньше она начата, тем лучше результаты. Установлено, что если к пяти годам речь ребенка развита хуже, чем у его сверстников, то в 80 % случаев это отставание «переползает» в школу и превращается в то или иное нарушение школьных навыков, в первую очередь отражаясь, как правило, на успеваемости по письму и чтению, а в дальнейшем — по русскому языку и всем устным гуманитарным предметам. Вам это надо?

И опять этот Боря...

Одна из самых примечательных особенностей Бориной семьи нарисовалась уже в конце нашей первой встречи. Раздумывая над датой следующего визита, я прикидывала свое расписание и играла вслух ничего не значащими фразами:

— Так, значит, нам с вами еще встретиться... да... выработаем стратегию, да... потом подберем тактику... будем работать... да... обоим приходить не надо уже, конечно... пусть мама с Борей...

— Я приду! — неожиданно заявил папа, сделав отчетливое ударение на слове «я».

— А вот и нет! — моментально и непонятно почему среагировала я, опираясь вовсе не на дедукцию, присущую таким титанам мысли, как Шерлок Холмс и Эркюль Пуаро, а на самую обыкновенную женскую интуицию. — Придет мама с Борей. А вы... вы потом.

Папа что-то недовольно пробурчал, но я этого демонстративно не услышала.

Во время последующих встреч с мамой выяснились интересные подробности. Оказывается, до полутора лет папа Боря как бы не замечал, предпочитая в виде помощи жене сделать что-то по хозяйству, постирать пеленки или сходить в магазин. К кровати сына он почти не подходил, рассказы жены выслушивал рассеянно и вроде бы с трудом скрывал свою не то скуку, не то неудовольствие. Виктория, мама Бори, очень расстраивалась от такого откровенного равнодушия мужа к ребенку, делилась своими тревогами с мамой, бабушкой Бори.

— Не бери в голову! Все мужики поначалу так. На что там смотреть, на их-то взгляд? Орет, сосет да какает — никакого интереса. Да и тебя к сыну ревнует, — успокаивала дочь стихийная фрейдистка бабушка. — Погоди, подрастет — не оторвать будет. Сын все же, наследник, а мужик-то у тебя серьезный, не шалей-валяй...

Дочь качала головой, не знала, что и думать. Но бабушка как в воду смотрела. В дни тяжелой болезни Бори, когда казалось, что самой жизни мальчика угрожает серьезная опасность, отец проникся страхом жены и впервые, как это часто бывает, перед угрозой потери, внимательно пригляделся к собственному сыну. Сидел с ним ночами, носил на руках, чтобы измученная жена могла хотя бы пару часов поспать.

Когда Боря поправился, отец решил серьезно взяться за его воспитание. Первое, что он обнаружил, это то, что женское воспитание чрезвычайно избаловало ребенка.

— «Нет» должно быть «нет»! А «нельзя» должно быть «нельзя»! — заявил он обескураженным жене и теще. — С этого и начнем.

И началось «мужское» воспитание Бори. Привыкший к ласковому и терпеливому отношению мальчик сначала пытался протестовать, закатывать истерики, но папа истерики игнорировал, жене и теще утешать и жалеть сына запрещал и довольно быстро добился своего — истерики прекратились. Боря послушно исполнял простые папины команды, но как будто потупел — не понимал того, что раньше не составляло для него никакого труда.

— Прикидывается! — решил папа, достал какую-то книгу по воспитанию не то трудных, не то нервных детей и начал, в соответствии с изложенными там рекомендациями, по десять двадцать раз в простых и доступных выражениях объяснять Боре, что от него требуется. Боря отворачивался, тупел на глазах и... молчал.

— Другой бы человек уже сто раз плюнул и занялся чем-нибудь другим, — горько улыбается Виктория. — Но мой — не таков. Поставил себе задачу — будет добиваться. До полного изнеможения всех окружающих.

Я вспоминала десятки мам, которые жаловались мне на то, что от их мужей никакими силами не добиться, чтобы они хоть чуть-чуть позанимались с ребенком, и вслед за Викторией тоже улыбалась горькой улыбкой.

Нет в мире совершенства!

Ситуация вроде бы была ясной до предела. Боря перенес тяжелый грипп, по-видимому, осложненный нейроинфекцией. Болезнь первой сбива нормальный темп развития его речи. Восстановительный период, как и предсказывал невропатолог, прошел нормально, но тут на Боря навалилось мужское воспитание в лице свехупорного папы. Этого адаптационные механизмы мальчика уже не выдержали. Произошел откат. Вместо того чтобы прогрессивно, по возрасту развиваться, Боря ушел в себя. Этот механизм тоже был, по сути, приспособительным, так как оставаясь «тупым» и «неговорящим», он получал некоторое послабление, а любой прогресс вызвал бы не похвалу, а ужесточение требований.

Все ясно, но что же делать? Заявить папе прямым текстом, что он негодный воспитатель, и послать его подальше? Внести раскол в семью? Восстановить отца против жены и ребенка?

— Так папа человек упорный? — переспросила я. — Аккуратный?

— О, да! — подтвердила Виктория.

— А с рисованием у него как?

— С рисованием так себе, а вот чертежи у него были лучше всех на курсе. Самые красивые и аккуратные.

— Отлично! — обрадовалась я. — Чтобы преодолеть Борино отставание в развитии, нам понадобится много пособий. Очень сложных и очень красивых.

— Пособий? — удивилась Виктория. — Каких пособий? Книг? — она взяла карандаш и приготовилась записывать.

— Нет, нет! Самодельных пособий. В продаже нет ничего подобного. И сделать их может только ваш папа. Лично. Много-много красивых пособий! — с ударением повторила я.

— А-а, поняла! — рассмеялась Виктория. — Он будет делать пособия, а я — все остальное!

— Правильно! — согласилась я. — Сейчас я вам объясню, что вы будете делать. — Виктория, как прилежная ученица, опять схватилась за карандаш. — Да ничего записывать не надо! Вы будете просто его любить, ласкать и за все хвалить. Читать ему книжки, ходить с ним гулять и иногда показывать ему папины пособия. Кроме того, покупайте ему побольше конфет, мороженого и шоколада... У Бори нет диатеза?

— Нет, — несколько растерянно сказала Виктория. — А вы думаете, это поможет?

— Должно помочь, — уверенно заявила я. — Кроме того, пусть он с вами моет посуду, стирает в ванной, моет полы и ходит в магазин...

— Я раньше так и делала, но муж сказал, что пользы от него никакой, а безобразий масса, и каждый должен заниматься своим делом...

— Забудьте! — посоветовала я. — И на той неделе пришлите ко мне мужа. Я подготовлю ему список пособий.

К трем годам Боря говорил мало, но очень уверенно и к месту. Употребление притяжательных местоимений и глаголов в прошедшем времени давалось ему с трудом. Но операции обобщения, исключения, классификации и именованья признаков он выполнял блестяще, на уровне четырех-пяти лет. Помогли папины пособия. Часть из них тайком была принесена мне в дар благодарной Викторией, и теперь они лежат у меня на полке. Я ими пользуюсь. Потрясающие пособия, слов нет!

Часть вторая. Психологические проблемы школьного возраста

Глава 1

Ромка — "тупой" ребенок

— Вы знаете, — энергично сказала мне Ромкина мама, едва коснувшись задом сиденья кресла и не успев отдышаться, — он с полутора лет ходил в ясли, а потом в детский сад. Так вот, там на него никто никогда не жаловался. Никто и никогда — понимаете?!

— Понимаю, — кивнула я. — Но ведь вы пришли сообщить мне о чем-то другом, не правда ли?

— Да, конечно, — мама несколько сбавила обороты и растерянно закрутила головой. — Его хотят оставить на второй год. Или вообще выгнать. Идите, говорят, на домашнее обучение. Представляете? Они, значит, специалисты, не справляются, а я что делать буду?! В наше время такого безобразия не было! Учителя должны были всех учить! И учили, между прочим...

Мама продолжала свой возмущенный и достаточно стандартный монолог о «добрых старых временах», а я тем временем осторожно рассматривала Ромку. Прерывать маму казалось мне бесполезным — ей надо было выговориться. Вполне возможно, что потом, выплеснув свое возмущение, она станет достаточно адекватной и способной к диалогу. Стоило подождать.

Ромка спокойно сидел на стуле, сложив руки на коленях, и достаточно безучастно слушал мамины стенания. На его лице не отражалось ни стыда, ни огорчения, ни беспокойства. Взгляд его бледно-голубых глаз лениво блуждал по комнате, иногда задерживаясь на том или ином предмете. Установка биологической обратной связи вроде бы вызвала его интерес, но о том, чтобы подняться и подойти к ней поближе, рассмотреть ее или тем более что-то спросить, Ромка явно даже не подумал.

Тем временем мама более-менее «иссякла» и, предположительно, стала способна к конструктивной коммуникации.

— Расскажите, пожалуйста, — попросила я, — как складывались Ромины отношения со школой с самого начала? В каком ты классе сейчас, Рома?

— Во втором, — подумав, ответил Ромка, и на лице его появилось выражение явного удовольствия, которое я не знала, чему приписать.

Мама сообщила, что пошел Ромка в школу совершенно нормально, в срок и с большим желанием учиться. На занятиях в детском саду его скорее хвалили, чем ругали, точнее, воспитательница говорила, что мальчик хотя звезд с неба и не хватает, но всегда готов поработать над заданием и, если оно ему по силам, никогда не бросит его на полдороге, как другие дети. Идя в школу, Ромка знал буквы и мог прочитать по слогам простые слова. Считал плохо, на пальцах, в пределах первого десятка. Писать не мог совсем, даже печатными буквами. Не отделял слова друг от друга, не соблюдал строчку. Но воспитательница сказала маме, чтобы та не волновалась, и всему этому, мол, научат в школе. Мама и сама так полагала, ориентируясь на собственное детство, когда больше половины детей приходило в первый класс, даже не зная букв. Школу выбрали обычную, дворовую, класс назывался каким-то экспериментальным, но в чем суть этого эксперимента, Ромкина мать так и не сумела для себя уяснить. Букварь был все тот же, с пограничниками и космонавтами (правда, прошли его всего за два месяца вместо года). Бублики и куклы, которые делили между собой Петя и Маша в учебнике по математике, тоже выглядели смутно знакомыми. Из учебника по чтению исчезли рассказы про дедушку Ленина, но толстовская Жучка все так же делила кость со своим отражением, а несчастный мальчик все так же выбрасывал в окно косточки от съеденных тайком слив, не подозревая еще, чем ему это угрожает. Правда, была еще какая-то информатика и история Санкт-Петербурга, но оба этих предмета находились где-то на периферии сознания как учеников, так и учителей и родителей. Учительница попалась молодая и веселая, часто смеялась и шутила с детьми. И вроде бы все было хорошо, только вот Ромка почему-то учился все хуже и хуже. Сначала он старался, по три четыре раза переписывал домашние задания. Но в классе все равно ничего не успевал, все диктанты и контрольные писал на двойки и единицы. По совету учительницы мать во время выполнения домашних заданий сидела с Ромкой рядом, и первый класс он с грехом пополам закончил. А во втором стало совсем плохо, потому что Ромка перестал огорчаться плохим отметкам, перестал стараться что-либо понять и, по словам учительницы, попросту отсутствовал душой на уроке. «Тело Романа» — так называла учительница то, что оставалось. Дома тоже дела шли не блестяще.

— Пока я двадцать раз не скажу, он за уроки даже не подумает взяться, — делилась мама своими огорчениями. — Я сижу, смотрю на него — вроде бы что-то пишет. Уйду в кухню —

может два часа просидеть над двумя строчками. И не то чтобы какие-нибудь уж сложные задания — я же вижу, просто всё... Десять раз объясню, а потом не выдерживаю, срываюсь, начинаю кричать... Только вот что я думаю — как же я раньше не замечала, что он у меня такой тупой?! Как-нибудь ведь должно же было это проявляться... Или он теперь только потупел? Но тогда это что же значит?. Тогда его, получается, лечить надо... С чего бы это? Папаша наш, конечно, негодяй порядочный, но ведь не дурак же, совсем не дурак! Вон сейчас какие дела у себя на фирме проворачивает! И от алиментов как ловко отделяется! А нас у матери трое было, отец с матерью на фабрике работали, в смены, сроду никогда ни с кем из нас не сидели. Если непонятно что, спрошу у сестры или у подружек, а так — сама. И все трое школу нормально кончили... Откуда же он такой — объясните мне, доктор?! И что мне теперь с ним делать? Это же второй класс только, и уже от него отказываются... Что же дальше-то будет?! Куда же ему идти-то? На улицу? Воровать?!

И в самом деле — что же делать Ромкиной маме? Переводить его на домашнее обучение нельзя ни в коем случае — он просто не способен к самостоятельной работе, а мама эмоционально не готова взять на себя основную тяжесть занятий с ним. Его социальные контакты не нарушены, он здоров и, следовательно, должен оставаться в школе — это ясно. Но как это сделать? Оставить на второй год? Перевести в школу для детей с отклонениями в развитии? А есть ли у Ромки эти отклонения? И почему раньше, до школы, никто их не замечал?

Почему дети не успевают в начальной школе?

Школьные навыки, в отличие, например, от способности младенца сидеть, удерживать предмет или переворачиваться с живота на спину, не являются только функцией биологического созревания. Они должны быть преподаны и усвоены. Поэтому понятно, что уровень приобретения детьми школьных навыков неизбежно будет зависеть от семейных обстоятельств и обучения в школе, а также от их индивидуальных особенностей характера. К сожалению, далеко не всегда возможно уверенно отделить школьные трудности, обусловленные внешними обстоятельствами, от школьных трудностей, причинами которых являются некоторые индивидуальные нарушения.

Поэтому причины, по которым дети не успевают в начальной школе, чрезвычайно многообразны, плавно перетекают одна в другую, да еще и встречаются, как правило, не изолированно, а в совокупности. Очень условно их можно разделить на биологические, социальные и эмоциональные.

1. Одной из самых распространенных причин ранней неуспеваемости, которая, скорее всего, может быть отнесена к первой группе (хотя и отчетливо тяготеет ко второй), является тот факт, что *часть детей приходит в первый класс, не достигнув уровня школьной зрелости*. Это могут быть шестилетние дети, которых родители не захотели больше «держат» в детском саду, или дети, достигшие календарных семи лет, но умственный возраст которых на момент поступления в первый класс слегка меньше. Ослабленные дети, которые в дошкольном периоде много и часто болели. Кроме того, существует культурный стереотип, согласно которому мальчиков надо отдавать в школу как можно раньше, потому что спустя одиннадцать лет это будет как-то (автору так и не удалось уяснить, как именно) способствовать улучшению ситуации с армией. А ведь именно у мальчиков в три-пять раз чаще наблюдается задержка в развитии речи и общая задержка развития. Если, вопреки рекомендациям специалистов, такие дети все-таки попадают в первый класс раньше, чем достигнут уровня школьной зрелости, они просто обречены на отставание. Как правило, подержав таких детей еще год дома, внимательно занимаясь с ними, удастся существенно снизить риск, а то и вовсе предотвратить их неуспеваемость в начальной школе.

1. Второй причиной школьной неуспеваемости в младших классах, тяготеющей к «биологической» группе, является то, что в школу приходят *соматически ослабленные дети*. Их школьная зрелость несомненна, уровень интеллекта достаточно высок, календарный возраст соответствует обучению в первом классе, но... они часто болеют и пропускают занятия, быстро устают и к третьему-четвертому уроку уже не способны ни на чем сосредоточиться, а следовательно, вторая половина школьного дня проходит для них впустую. Такие дети, разумеется, должны посещать школу, но нуждаются в специальном режиме и системе реабилитационно-закаливающих мероприятий. Сюда же можно отнести детей с врожденными или приобретенными нарушениями зрения и слуха.

1. Следующая, безусловно биологическая, причина неуспеваемости в начальной школе — это *леворукость ребенка*. У таких детей доминантное полушарие мозга не левое, как у большинства людей, а правое, и с этим связаны вполне определенные характеристики их личности. Не вдаваясь в сложные нейрофизиологические и психологические особенности этого состояния, отметим лишь, что «правополушарные» люди обладают особым «синтетическим» взглядом на мир, им зачастую присуще тонкое, художественное и интуитивное восприятие действительности. Для обсуждаемого нами вопроса важно, что все программы средней школы (исключение, быть может, составляют программы вальдорфских школ, но это сильно на любителя) ориентированы на «левополушарных» детей с преобладанием аналитического, а не синтетического мышления. Кроме того, существует еще и тот малоприятный (для левшей) факт, что мы, в отличие от арабов и японцев, пишем слева направо и, следовательно, ребенок левша при письме левой рукой закрывает то, что уже написал. Эта особенность процесса, сами понимаете, тоже не добавляет ему успешности. Здесь единственный совет — терпение, терпение, терпение. Среди американских профессоров левшей в 20 (!) раз больше, чем в популяции в среднем. Так что у вашего ребенка все впереди. Терпите и помогайте терпеть ему. Главное — не отбить охоту учиться. Поощряйте, вселяйте надежду. При благоприятно сложившихся обстоятельствах ребенок-левша после окончания начальной школы быстро и уверенно догоняет своих сверстников. А там недалеко и до американского профессора!

1. Следующая «околобиологическая» причина — тот или иной *неврологический диагноз*. Задержка психического развития, легкая степень умственной отсталости, гипер- или гиподинамический синдром, последствия ММД или еще что-нибудь, отдифференцированное изобретательным умом врачей-невропатологов. Здесь все коррекционные и лечебные мероприятия проводятся в тесном контакте со специалистом, а ребенку по мере возможности внушают уверенность в том, что его проблемы решаемы, а отставание — преодолимо. Как правило, так оно и есть.

Следующие две причины могут быть условно отнесены к социальной группе.

1. Одна из них — это *педагогическая запущенность ребенка*. Причем хотелось бы отметить, что вовсе не обязательно речь здесь идет об опустившихся родителях-алкоголиках или детях, выросших в наркоманских притонах (случается, к сожалению, и такое, но эти дети, как правило, вообще не посещают школу. Их судьба — наша общая боль и тревога, но сейчас мы говорим не о них). Педагогически запущенные дети встречаются в совершенно нормальных, очень приличных и даже в очень обеспеченных семьях.

Родители Володи решили стать фермерами. Пять лет они вели хозяйство где-то в Псковской области, боролись с трудностями, но потом что-то окончательно не заладилось, да и сына пришло время отдавать в школу. Вернулись. Отец мальчика убеждал меня, что Володя может без вреда для здоровья спать на снегу, пробежать 40 км на лыжах, управлять трактором, заколоть поросенка и подоить корову. Охотно верю. Но мальчик не знает своей фамилии, дней

недели, букв и с трудом считает до десяти, загибая пальцы.

Мама Вероники работает парикмахером в престижной гостинице. Отец — бизнесмен. Девочке покупают все, во что она ткнет пальцем. Собираются отдать в частную школу. Вероника категорически отказывается учиться и все свое время проводит перед видеком или в уголке с куклами Барби. Не знает абсолютно ничего, не может выполнить ни одного тестового задания. Родители не хотят «насиловать» ребенка. «Нас всю жизнь мордовали, пусть хоть дочка оттянется», — говорит мама. «Нам было трудно, зато дети будут жить при коммунизме!» — похоже, правда? А говорят, молодежь теперь другая...

Нравится нам это или нет, но детей к школе сегодня нужно готовить. Об этом мы уже говорили, поэтому не будем повторяться. Помните, что педагогическая запущенность — это вовсе не обязательно гуляющая мать и опухший от водки отец. Как и всегда в жизни, все несколько сложнее...

1. Вторая, безусловно социальная, причина — это *плохое обучение в школе*. Непрофессионализм педагога, его личные проблемы, проецирующиеся на детей. Конфликт между педагогом и родителями, опять же отражающийся на ребенке. Нездоровая атмосфера в классе, также замыкающаяся на педагоге (например, насаждаемое учителем фискальство).
1. Причиной плохой успеваемости может быть и *неправильно выбранная программа для обучения*. Например, ребенка с очень средними способностями пытаются обучать по программе для одаренных детей или откровенного «правополушарника» запикивают в престижную математическую школу.
1. Следующая социальная (и отчасти эмоциональная) причина плохой успеваемости — это *конфликты ребенка с одноклассниками*, неумение или нежелание строить с ними дружеские отношения. В начальной школе она встречается относительно редко, далее ее удельный вес резко возрастает. Ребенок нелюдим или чрезмерно застенчив. Имеет какой-то недостаток внешности или слишком вспыльчив и агрессивен. Его дразнят или избегают, ему не дают проходу, у него нет друзей, он не хочет идти в школу, постоянно испытывает напряжение, переживает — в результате страдает успеваемость.
1. И последняя, чисто эмоциональная, но довольно часто встречающаяся причина — *личный конфликт или просто непонимание между учителем и учеником*. Иногда это просто несовпадение темпераментов. В практике автора был случай, когда девочка-флегматик отказывалась идти в школу и вообще учиться, утверждая, что испытывает ненависть к учительнице. После разбора причин этой ненависти выяснилось, что учительница (между прочим, имеющая звание «заслуженный учитель») — холерик, мгновенно вспыхивает и гаснет, ведет уроки на сплошном порыве вдохновения и в течение урока может два раза громоподобно обругать и два раза не менее экспансивно и искренне похвалить одного и того же ученика. Девочке такие перепады настроения были непонятны и неприятны (она сама с трудом заводилась, но потом так же с трудом остывала), и в конце концов она решила, что учительница просто «все врет», не испытывая на самом деле никаких чувств. Находиться рядом с постоянно лгущим человеком ей было очень тяжело, и в качестве способа борьбы она избрала свойственный флегматикам уход из ситуации: решила в школу больше не ходить.

Различные типы нарушения школьных навыков

Нарушения успеваемости, вызываемые социальными и эмоциональными причинами, мы здесь рассматривать не будем. Они могут выглядеть как угодно, от (якобы) снижения памяти

ребенка до категорического отказа идти в школу. Каждый такой случай должен быть рассмотрен индивидуально с участием родителей, школьного психолога и педагога, который непосредственно учит ребенка.

В этом разделе мы рассмотрим *специфические расстройства развития школьных навыков* (СРРШН). Эти нарушения, как правило, не являются прямыми следствиями других состояний (умственная отсталость, детский церебральный паралич, грубые неврологические дефекты, неоткорректированные зрительные или слуховые повреждения или значительные эмоциональные расстройства), хотя они могут им сопутствовать. СРРШН часто наблюдаются в сочетании с другими клиническими синдромами, например, с расстройством внимания или поведения или с прочими расстройствами развития, такими как расстройство развития моторных функций или специфические расстройства развития речи.

Происхождение СРРШН неизвестно, но существует предположение о ведущей роли биологических факторов, которые, однако, находятся в тесном взаимодействии с факторами небιологическими (такими как обстановка в семье, наличие благоприятной возможности для обучения, качество обучения). Хотя данные нарушения связаны с биологическим созреванием, все же это не значит, что дети с подобным расстройством просто находятся на более низкой ступени нормального развития и с течением времени сами собой догонят сверстников. Во многих случаях признаки этих нарушений могут продолжаться в подростковом возрасте, сохраняясь и у взрослых.

Среди расстройств группы СРРШН выделяют:

1. *Дислексия* — специфическое нарушение навыков чтения.

Основной признак этого расстройства — специфическое и значительное нарушение в развитии навыков чтения, которое нельзя объяснить исключительно умственным возрастом, проблемами остроты зрения или неадекватного обучения в школе. Могут быть нарушены навыки понимания текста, техники чтения или выполнения заданий, требующих чтения. С трудностями в чтении часто сочетаются трудности в приобретении навыков правильного письма.

При чтении наблюдаются:

- медленный темп чтения;
- пропуски, замены, искажения или дополнения слов или частей слова;
- попытки начать чтение заново, длительные запинки или «потеря места» в тексте и неточности в выражениях;
- перестановка слов в предложении или букв в словах.

Может быть также недостаточность в понимании читаемого, выражающаяся в

- неспособности вспомнить факты из прочитанного;
- неспособности сделать заключение или выводы из прочитанного;
- использовании для ответов на вопросы о прочитанной истории скорее общих знаний, чем информации из конкретного рассказа.

1. *Дисграфия* — специфическое нарушение навыков письма.

При этом расстройстве нарушается способность как устно произносить слова по буквам, так и писать слова правильно. Наблюдается замена букв, пропуск букв и слогов.

Очень часто сочетается с нарушениями навыков чтения или следует за ними, т. е. навыки чтения постепенно становятся удовлетворительными или даже хорошими, а в тетрадках по прежнему «полный бардак».

1. *Акалькулия* — специфическое нарушение арифметических навыков.

Здесь дефект касается основных вычислительных навыков: сложения, вычитания, умножения и деления или решения задач. Трудности могут включать недостаточное понимание понятий, лежащих в основе арифметических операций, непонимание математических терминов или знаков, нераспознавание числовых знаков, трудность в усвоении порядкового выстраивания чисел, в усвоении десятичных дробей или знаков во время вычислений, плохую пространственную организацию арифметических вычислений, неспособность удовлетворительно выучить таблицу умножения.

1. *Трудности в обучении* — смешанное расстройство школьных навыков.

Здесь отмечается сочетание двух или трех вышеописанных расстройств, часто совмещающееся с нарушениями внимания, памяти и низкой умственной работоспособностью. При этом часто наблюдаются эмоциональные и поведенческие расстройства, выраженные в большей или меньшей степени.

Вечный вопрос: что делать?

Для начала, разумеется, необходимо установить причину (или причины) неуспеваемости. Для этого во всех случаях разумно посоветоваться со специалистом. Оптимальным вариантом здесь была бы «трехсторонняя» встреча — учитель, родители, школьный психолог, — предпринятая, разумеется, не для того, чтобы установить, «кто виноват», а исключительно в интересах ребенка.

В зависимости от установленных причин строится и дальнейшая стратегия и тактика мероприятий, направленных на коррекцию неуспеваемости.

Если выявленная причина (причины) тяготеет к «биологической» группе, то в первую очередь необходимо думать о правильном лечении основного заболевания, налаживании режима работы и отдыха ребенка. В последние годы автор с ужасом наблюдает совершенно противоестественную тенденцию в построении режима дня учеников младших классов. На вопрос: «Сколько приблизительно времени занимает у вашего ребенка приготовление уроков?» родители, не колеблясь, отвечают: «Все свободное время. Пришли из школы, поели — и за уроки. И до позднего вечера».

Подобное положение вещей недопустимо ни с какой точки зрения. Здесь, несомненно, речь идет о неправильной организации рабочего времени ребенка. Сколько бы ни задавали в школе (напомним, речь идет о младших классах) и каким бы неспособным ни был ребенок, приготовление уроков в течение шести-восьми часов — нонсенс. Как правило, подобное извращение нормального процесса наблюдается у детей с нарушениями концентрации внимания. Такой ребенок не столько делает уроки, сколько глядит в окно, потихоньку играет в игрушки, смотрит телевизор или просто мечтает. Все его собственные волевые процессы (и так

не особенно сильные и развитые) замещены, как правило, волевыми процессами матери или бабушки, которая и усаживает ребенка за уроки, и следит за тем, чтобы он не отвлекался. Но у мамы или бабушки свои дела, ребенок не чувствует собственной ответственности за происходящее — отсюда пять-шесть часов выматывающего и абсолютно непродуктивного времяпрепровождения. Особенно часто такое положение наблюдается у детей с той или иной степенью выраженности гипердинамического синдрома. Здесь можно посоветовать следующее. Отдайте ребенка в какую-нибудь очень подвижную спортивную секцию (не в шахматную!). Это одновременно будет работать и как коррекция основного расстройства (гипердинамии), и как собственный стимул ребенка к тому, чтобы побыстрее закончить приготовление уроков. У него будет четкая, понятная ему самому цель — вовремя пойти на футбол, и ради этой цели его слабенькие возможности воли и концентрации внимания будут работать в полную силу. Более того, известно, что дети, с удовольствием посещающие кружки по собственному (!) выбору, **всегда** успевают лучше, чем дети с таким же уровнем учебных способностей, никаких кружков не посещающие и все свое время посвящающие приготовлению уроков. За много лет работы автор не видел **ни одного** исключения. Все это — вопрос организации времени. И это закладывается именно в начальной, а не в средней, как думают некоторые родители, школе.

Детям с нарушениями каких-то определенных функций, например кратковременной или долговременной слуховой памяти, образного восприятия, процессов анализа или обобщения, умственной работоспособности и т. д., необходимы специальные коррекционные занятия для восстановления и тренировки пораженных или просто отстающих в развитии функций. Например, иногда неуспеваемость ребенка по письму или чтению связана не с дисграфией или дислексией, а с тем, что у него чрезвычайно мал объем кратковременной памяти. После соответствующих занятий объем кратковременной памяти возрастает, ребенок начинает понимать, что, собственно, он читает или пишет, и, естественно, резко улучшается успеваемость по этим предметам. Такие занятия могут проводить и сами родители, соответствующим образом проинструктированные, но лучше, конечно, если это будет делать школьный психолог. Со специфическими нарушениями школьных навыков (дисграфия и т. п.) работают по специальным программам педагоги или, опять же, школьные психологи.

Если ребенок — левша, то, как уже говорилось, главным способом терапии его школьных неудач является всемерная поддержка и вселение уверенности в том, что имеющиеся трудности временные и будут успешно преодолены. Левшей **никогда** не ругают за двойки по письму. Левшам как можно раньше, на доступном им уровне, разъясняют особенность их психомоторного устройства, раскрывают их сильные и слабые стороны.

Впрочем, вышесказанное относится практически ко всем детям, с любыми причинами школьной неуспеваемости. Родителям следует не столько понять (кто же этого не понимает!), сколько взять на действенное вооружение простую истину: **ребенок не становится сильнее и умнее от перечисления и многократного повторения списка его недостатков**. Это, разумеется, относится не только к детям, но и ко всем людям вообще, но младшие школьники в этом отношении особенно уязвимы. От дошкольников еще ничего особенного не требуют, а более старшие дети и взрослые уже могут противостоять и не соглашаться с ярлыками, которые на них пытаются наклеить. У младших же школьников самооценка еще только формируется, и если ребенку часто говорить, что он тупой бездельник и ни на что не годен, то он довольно быстро сам в это поверит и будет в дальнейшем вести себя соответственно.

Вторая, в общем-то банальная, истина гласит: **для формирования целостного образа себя дети младшего школьного возраста стремятся вести себя в соответствии с тем, что о них говорят значимые взрослые**. Значимые взрослые — это родители, бабушка с дедушкой, старшие братья или сестры, учителя в школе. Осознали ответственность? Оценка должна быть

взвешенной и аккуратной. Безоглядно хвалить ребенка так же бесполезно, как и постоянно ругать. Ресурс, на который будет опираться ребенок в своем росте, совершенствовании и преодолении имеющихся недостатков развития, должен быть подлинным, иначе ребенок потерпит неудачу и перестанет вам верить.

Помните, у Аркадия Гайдара: Чук был таким, таким и еще таким, зато Гек умел петь песни... Подлинный и значимый ресурс можно отыскать у **любого** ребенка. Расхожая оптимистическая фраза, что все дети, мол, непременно талантливы, как-то не полностью укладывается у автора в голове. Вроде бы я видела детей, которые талантливыми ни в коем случае не являлись. Но ресурс, повторяю, есть у **любого ребенка**. Известно, например, что практически все дети с синдромом Дауна (тяжелое и практически неизлечимое наследственное заболевание) исключительно доброжелательны и склонны к прочным эмоционально положительным привязанностям.

Ребенок должен сам знать о своих ресурсах. Сообщить ребенку о его недостатках — это за нами не задерживается. А вот так же вдумчиво и подробно рассказать ему о его реально существующих достоинствах — часто ли такое встречается? Особенно если речь идет о ребенке, не успевающем в школе. А ведь ему-то знание своих ресурсов необходимо куда больше, чем его и так преуспевающему сверстнику...

Теперь кратко коснемся причин социальных. Здесь основной совет: если ваш ребенок плохо успевает в начальной школе, никогда не ругайтесь с учительницей. Ничего хорошего из этого никогда не выйдет, а вот плохое запросто может воспоследовать. Что бы ни говорила вам учительница, даже если вы с ней категорически не согласны, никогда не спорьте. Можете задавать вопросы, можете уточнять, объяснять причины или спрашивать совета. Лучше всего просто кивать головой и говорить:

— Да, Марья Петровна! Будем работать, Марья Петровна! Уже работаем, Марья Петровна!

Каждая специальность вносит в психику человека свои особенности. Очень своеобразные люди математики, психологи, летчики-испытатели, артисты цирка. То же относится и к учителям начальных классов. Излишний плюрализм, видимо, как-то препятствует качественному исполнению ими профессиональных обязанностей, поэтому мышление большинства ортодоксальных учителей в той или иной степени догматично. А на вашем ребенке уже висит ярлык — «неуспевающий ученик». Поэтому не надо «дразнить гусей» — работайте над преодолением этого отставания, обеспечивайте дома, в семье всемерную поддержку ребенку и опору на ресурсы и с благодарностью выслушивайте все советы учительницы (вне зависимости от того, насколько адекватными и подходящими именно для вашего ребенка они вам кажутся). Если же атмосфера в классе откровенно нездоровая или конфликт вашего ребенка с учителем зашел слишком далеко, опять же не следует ломать копья, даже если вы борец по природе. «В жизни всегда есть место подвигу», но будет лучше, если вы переведете ребенка в другую школу или класс и подберете себе другое место для бойцовских свершений. Психическое здоровье ребенка безусловно дороже ваших сомнительных побед в борьбе с педагогом. В конце концов, плохих педагогов не меньше, чем плохих продавцов или инженеров, а сколько у вас детей?

Если же речь идет о конфликте ребенка со всем классом (включая или не включая учителя), то ваша тактика должна быть кардинально другой. Здесь не поможет перевод ребенка в другой класс или школу. Все свои проблемы он перенесет туда с собой. Необходимо разобраться, в чем причина нарушения коммуникации ребенка со сверстниками, и, если надо, определить ребенка в психотерапевтическую группу, где имеющиеся нарушения будут откорректированы.

Возможные последствия неуспеваемости в начальной школе

Самым главным и, несомненно, самым печальным последствием ранней неуспеваемости является то, что ребенок в самом начале своей школьной жизни теряет интерес и стимул к учению. Зачем стараться, если все равно я неспособный, самый тупой? Все равно у меня ничего не выйдет! Я и не хочу ничего знать и уметь!

Если родители упорно борются с этой установкой, то иногда ее удается преодолеть несмотря на плохие отметки. Ребенок пишет с чудовищными ошибками, но любит решать задачи и головоломки, охотно экспериментирует со словами, читает. И это прекрасно. Проблемы с русским языком, какими бы глубокими и тяжелыми они ни были, не исчерпывают школьного обучения в целом. Ведь впереди история, физика, химия. Кто знает, какой предмет в будущем может увлечь ребенка! Но до них еще надо дожить, сохранить интерес и позитивное отношение к школе и к учебе в целом.

Свято место, как известно, пусто не бывает: если ребенок не любит учиться и познавательные интересы у него не сформированы, то ему нужно найти что-то взамен. Некоторые отстающие в учебе дети с флегматичным, по преимуществу, темпераментом могут проводить целые дни дома перед телевизором, компьютером или складывая детали конструктора. Но большинство этим не ограничивается. И их основная эмоциональная и умственная жизнь начинает протекать где-то вне школы, среди таких же, как они, — «тупых», «неспособных», детей «из «плохой семьи». К сожалению, возможные пути развития такого пути слишком очевидны, чтобы была необходимость их перечислять. Чтобы это предотвратить, необходимо как можно раньше, пока он еще податлив и управляем, предложить неуспевающему ребенку другие, отличные от школьных (где положительных эмоций мало, а отрицательных — пруд пруди) интересы. Если ребенок музыкален, пусть занимается музыкой (не обязательно серьезно, в музыкальной школе, можно и попроще — кружок при каком-нибудь клубе, Доме детского творчества и т. д.). Если подвижен, гиперактивен — пусть танцует, занимается скаутингом, спортом. Если ребенок флегматичен и мешковат и мысль о подвижных играх вызывает у него скуку или головную боль, пусть занимается авиа или судомоделированием, строгают, пилит, паяет, шьет, вяжет или лепит горшки в соответствующей студии или секции. Вполне вероятно, что это не станет делом его жизни или даже сколько-нибудь долговременным и серьезным увлечением, но это отвлечет его от помоек, драк, подвалов и бесцельного шатания по улицам.

Кроме того, психологическим последствием неуспеваемости в начальной школе может стать чрезмерно низкая самооценка ребенка, его неуверенность в себе. Ребенок уже давно перерос свои ранние проблемы и вполне прилично учится, но по-прежнему до рвоты боится контрольных, стесняется отстаивать собственные интересы, идет на поводу у других, более активных сверстников, вопреки очевидному, твердо уверен в своей личностной непривлекательности и малоценности. Что нужно делать для предупреждения такого развития событий, было сказано выше. Но если это все же произошло, то родителям такого ребенка необходимо обратиться к специалисту-психологу. Чаще всего в таких случаях применяется индивидуальная или (по показаниям) семейная психотерапия. Как правило, при активном взаимодействии с семьей специалисту удастся довольно быстро повысить самооценку ребенка до вполне адекватных величин.

«Тупой» Ромка оказывается не таким уж тупым

Итак, история Ромки — так, как я увидела ее после подробного рассказа мамы и беседы с самим мальчиком.

Удобный, флегматичный «тюфяк» до школы никогда и никому не доставлял никаких

огорчений. С рождения Ромка был очень спокойным ребенком, плакал мало, много спал, а бодрствуя, не требовал особого внимания. Играл с игрушками, о чем-то бубнил сам с собой. Была легкая задержка развития речи (фразовая речь появилась только к двум с половиной годам), но из-за спокойного нрава и врожденной молчаливости мальчика этого никто даже не заметил. В возрасте пяти лет занимался с логопедом по поводу произношения шипящих звуков. Задания выполнял дольше других детей, но, раз что-то усвоив, усваивал прочно и навсегда.

В детском саду был на очень хорошем счету, так как никогда не доставлял воспитателям никаких неприятностей. Беспрекословно выполнял все режимные требования, не дрался, не шалил, не хулиганил. Дети его любили за спокойный нрав и за то, что Ромка, не выламываясь и не споря, всегда соглашался играть в любую игру, даже не пытаясь внести в нее что-то свое.

В школе «тюфяк» естественным образом превратился в «тормоза». Судя по всему, здесь мы имеем дело не только с врожденными особенностями характера и темперамента. Скорее всего, в случае Ромы мы наблюдаем не очень выраженные проявления расстройства, называемого гиподинамическим синдромом. У ребенка с гиподинамическим синдромом в результате микрородовой травмы повреждены подкорковые структуры головного мозга, поэтому у него слаба стимуляция активности головного мозга из этих структур. Такой ребенок большую часть времени как бы спит, заторможен. Его трудно чем-нибудь заинтересовать и приходится постоянно тормозить. Про Рому мы знаем, что он родился очень крупным ребенком (опасность родовой травмы в этом случае возрастает многократно) и очень много спал в первые месяцы жизни. Так что все совпадает. Мама не особенно ходила по врачам, так как поведение и здоровье сына ее вполне устраивало, и ни диагноза ММД, ни диагноза «гиподинамический синдром» Роме никто не ставил. Обычно особенности гиподинамичного ребенка (в отличие от гипердинамичного) поначалу не слишком беспокоят родителей, и все трудности начинаются только в школьном периоде.

Рома попал к молодой и веселой учительнице. Она очень понравилась ему, и ее постоянные, пусть и остроумные и беззлобные насмешки над его сонностью и отсутствием мальчик тяжело переживал. Сначала Ромка старался отличиться, проявить себя, беря достоинствами флегматичного темперамента — упорством и настойчивостью — как он это делал в детском саду и на занятиях логопеда. Но учительница предпочитала «легких» и смысленных детей, а Рома явно не тянул. И мальчику стало все равно. Он сдался и отказался от попыток борьбы. Естественно, что успеваемость резко упала на самое дно. Речь пошла об умственной отсталости и индивидуальном обучении.

— По-видимому, придется оставлять на второй год, — сообщила я маме при очередной встрече.

— Ой, как же так, доктор! Как же так! — запричитала мама.

— Три плюса как минимум, — категорически заявила я. — Второй раз ему будет гораздо легче справиться с программой. Кое-что он все-таки усвоил и где-то сможет отличиться. Это раз. Второе — не будет больше насмешливой учительницы. Вы знаете, есть ли среди следующих классов хоть одна учительница флегматик?

— Да, да! — кивнула мама. — Ираида Борисовна. Такая, знаете, полная, на рыбу похожая. Именно к ней директор Рому и предлагает отдать. И она согласна его взять. Говорит: «Мне таких детей жа-алко-о». А я подумала: «У нее-то Ромка уж совсем спать будет...»

— Не будет. Именно Ираида Борисовна, и никто иной. Директор школы абсолютно прав. Именно она поймет Ромины особенности и будет с ними считаться. И третий плюс — обучаясь

второй год по той же программе, Рома сможет заняться чем-нибудь еще. Что он вообще-то любит? Мне он так и не смог ничего сформулировать.

— Да ничего он не любит! — с сердцем воскликнула мама. — Сидеть перед телевизором да есть. Больше ничего. Даже во двор погулять его и то не выгонишь. Я предлагала ему, говорю, смотри, какой ты толстый, давай спортом займешься, а он только отмахивается.

— Ну, а что он делает, когда не смотрит телевизор, или во время просмотра?

— Ест!.. А вот еще... Бусы мои все распотрошил, сложил в коробочку и нанизывает из них какие-то узоры. Отец у нас рыбак, так еще от него леска осталась. Так вот, он соберет что-то, потом разберет и опять в коробочку сложит. На следующий день — снова. С самого раннего детства это любил. Я теперь смотрю и думаю — и впрямь какой-то умственно отсталый!

— Прекратите! — разозлилась я. — И не смейте говорить этого при ребенке. У вас один ребенок, следовательно, он же — самый умный. А бусы — это как раз тот ресурс, который нам нужен. На следующий год, а можно и прямо сейчас, Рома пойдет в кружок бисероплетения.

— Но там же одни девчонки!

— А вам-то какое до этого дело? Что, Рома — женоненавистник? Я что-то этого не заметила. Он мне рассказывал про свою подружку Лизу.

— Да нет, — вроде бы смутилась мама. — Наоборот, с ним девочки лучше играют, чем мальчики. Он же добрый, и не дерется никогда...

— Вот и прекрасно. А со спортом придется немного подождать. Пока поднаберется уверенности. А где у нас папа? Хоть иногда появляется? Чем может помочь? Как развлекается?

— Появляется — раз в месяц, — усмехнулась мама. — Подарки привозит. Тормошит его, говорит: «Что он у тебя такой бука!» Ромка его побаивается, по-моему, ждет, когда уйдет. Тогда и подарки начинает рассматривать. А развлечения у него простые — пьянки да гулянки. Да, вот еще на рыбалку с друзьями на машинах ездит. Очень это любит и понимает. Когда вместе жили, всегда рыба свежая в доме была.

— Отлично! Пусть берет Ромку с собой на рыбалку. Ромка спокойный, мешать никому не будет, хлопот от него никаких...

— Так я и пустила!!! С этим...

— Пустите! Еще как! Мальчишку надо вытягивать, стимулировать ретикулярную формацию его головного мозга, восстанавливать ее связь с корой, иначе... А вы!..

— Как-кую ф-формацию? — опешив от моего напора, переспросила мама.

— Ретикулярную! — безапелляционно отрезала я. — Значит — рыбалка, Ираида Борисовна и кружок бисероплетения. Следующая явка — в сентябре.

В конце сентября Ромкина мама послушно привела сына ко мне на прием. Я поговорила с мальчиком, выслушала его рассказ о том, как он летом два раза ездил с папой и его друзьями на рыбалку и какую огромную рыбу он поймал в озере. Здесь был полный восторг и обещание взять сына на подледный лов на озеро Отрадное. Кружок и Ираида Борисовна вызвали покуда сдержанную настороженность. Ромка ждал, когда над ним начнут смеяться.

К концу третьей четверти ситуация изменилась радикально. Ромкины «фенечки» пользовались в классе бешеной популярностью. Ромкиной благосклонности добивались. Еще один мальчик и две девочки, подружившись с Ромой, тоже стали ходить в этот кружок. Девочки скоро соскучились и перестали (предпочитая по дружбе выпрашивать «фенечки» у Ромки), а мальчик, такой же «тюфяк», прижился, и два друга, вместе делающие уроки, а потом согласно плетущие бисер перед телевизором, до сих пор вызывают у обеих мам легкую оторопь. Но сомнений в их умственной полноценности ни у кого уже нет, потому что у Ираиды Борисовны Ромка вполне успевает по всем предметам, а по истории Санкт-Петербурга и по труду даже считается лучшим учеником в классе. Учиться ему по-прежнему нелегко, но Ираида Борисовна разрешает ему дописывать контрольные на перемене, и эти дополнительные пятнадцать минут вполне позволяют ему укладываться. Раз в четверть учительница проводит для Ромы и еще трех классных «тормозов» дополнительные диктанты после уроков, во время которых она диктует медленнее, чем обычно. Это позволяет «тормозам» получить четверку или даже пятерку. В результате по письму в четверти получается твердая «три». На большее Ромка пока не претендует.

Глава 2

Валерий — способный, но ленивый...

— Представляете, он в три года сам по кубикам выучил все буквы. Знал все цвета. Стихи мог читать час подряд без остановки. Все знакомые удивлялись. Один раз ему прочтешь — он уже половину запомнит. И книжки любимые так «читал». Если я пыталась где-то сократить, он тут же говорил: «Нет, не так!» — и поправлял, как надо. Я иногда даже удивлялась, зачем ему вообще надо, чтобы я их читала, если он все наизусть знает.

Когда пошли в школу поступать, нас все предупреждали: чтобы в эту школу поступить, нужен блат или деньги. А мы пришли просто так, на тестирование. Я его готовила, конечно, и в группу по подготовке к школе он ходил. Но это, я вам честно скажу, так себе была группа. Все, что там проходили, он и так знал. Он там на занятиях скучал, а преподавательница говорила: да, Валера все знает, но я же не могу его одного все время спрашивать. Он туда ходил, только чтобы с ребятами поиграть... Так вот, пришли мы на тестирование. Письменный тур он прошел на ура, а на устном такие сложные вопросы были, но учительница, которая принимала, только головой качала: «Какой способный ребенок! Какой развитый!»

— Вы пришли ко мне, чтобы узнать, как лучше развивать одаренного ребенка? — я решила вмешаться в монолог, потому что ситуация была для меня не слишком ясной. К чему прислушиваться? На чем останавливать внимание? — Но в вашей сильной школе наверняка есть психолог. Он сможет дать вам более квалифицированную, педагогически ориентированную консультацию. Или есть что-то еще? У Валеры появились проблемы со здоровьем?

— Тьфу-тьфу-тьфу! — мама истово постучала костяшками пальцев по ручке кресла. — Со здоровьем у нас все в порядке.

— Тогда что же привело вас ко мне?

— Он не хочет учиться! Представляете?! С его-то способностями! Учительница сказала: «Либо ваш Валера берется за ум, либо ищите другую школу».

— Но, может быть, вы преувеличиваете способности сына и ему действительно трудно учиться по этой наверняка усложненной и усиленной программе. Вундеркинды-дошкольники далеко не

всегда превращаются в хороших учеников...

— Да нет, доктор, вы мне поверьте! Он же в первых двух классах вообще отличником был. И учиться ему совсем не трудно! Если бы он хоть как-то работал, то ему эта программа — тьфу! И он же во всем так! В прошлом году пошли в музыкальную школу. Поступили по конкурсу, опять же без всякого блат. Вроде бы сам захотел. Первые три месяца учительница нахвалиться не могла. А еще через полгода все бросил. Не пойду — и все. Понимаете, у меня такое ощущение, что он не развивается, а деградирует. Раньше много читал, теперь почти не читает совсем. Целыми днями может смотреть телевизор или на компьютере играть. А ведь были еще карате, волейбол, даже бальные танцы... Все бросил.

— Но почему? Чем сам Валера объясняет свой отказ?

— Да ничем не объясняет! Надоело, и все! Мы уж с отцом изошли на всякие там объяснения и поучения — ничего не помогает.

— Вероятно, мне нужно встретиться с самим Валерой. В каком он сейчас классе?

— Заканчивает шестой.

Валера оказался миловидным контактным мальчиком с тонкими чертами лица и изящными движениями. Он охотно рассказывал о школе и о семье, легко, почти незаметно подшучивая и над собой, и над окружающими его людьми. О каждом он говорил что-то хорошее, что-то смешное и обязательно упоминал что-то из недостатков. Например, о классной руководительнице он рассказал, что она заслуженный учитель, ведет очень интересный факультатив для старшеклассников, совершенно не выносит, когда ей возражают, и на уроках все время повторяет:

«Надо думать головой», — как будто люди могут думать еще каким-нибудь местом.

Когда я спросила Валеру, чем он объясняет ту ситуацию, которая сложилась у него в школе, мальчик кокетливо засмеялся и сказал:

— Такой уж я есть. «Способный, но ленивый» — так наша учительница говорит.

— А ты-то сам что думаешь по этому поводу?

— Не зна-аю.

— Но ведь тебе придется поменять школу, расстаться с друзьями...

— Не зна-аю, может быть, как-нибудь обойдется... Я подтянусь...

— А кружки, которые ты начинал и бросал? Что это?

— Ну, мне сначала было везде интересно, а потом на каждом занятии — одно и то же, одно и то же. Скучно!

— А что интересно?

— Ну, интересно гулять, — оживляется Валера. — Боевики по телику интересно смотреть. На компьютере играть. Еще интересно куда-нибудь ездить, путешествовать. Я экскурсии люблю. У нас в школе они часто бывают. В музеи ходить. Энциклопедии бывают очень интересные. И еще много всего!

Парадоксальная вроде бы ситуация. Мальчик явно одаренный от природы. Вполне приличные условия в семье и условия обучения (это подтверждает и мама, и сам Валера). Ему интересно «много всего». И у него не складывается учеба в школе и не формируются устойчивые познавательные интересы. Почему?

Почему дети могут, но не хотят учиться?

Как ни странно это прозвучит для людей старше тридцати, но сегодняшние дети часто не хотят учиться по очень простой причине: они совершенно не знают, для чего это нужно. Есть такой очень хороший детский анекдот. Приходит мальчик к маме и говорит:

— Мама, скажи: «фунь».

— Зачем это? — чувствуя какой-то подвох, подозрительно спрашивает мать.

— Ну ты просто скажи: «фунь».

— А что хоть это значит?

— Да ты не спрашивай ничего, ты просто скажи: «фунь!»

— Да не буду я всякие глупости говорить!

— Не будешь? Вот и не заставляй тогда меня английский язык учить!

Наши дети не такие, какими были мы. Это банальная истина, но в быту она часто забывается. Наши дети больше отличаются от нас, чем мы отличались от своих родителей. Ближайшая параллель — поколение первых пионеров и их родителей. Они живут в другой стране, в городе с другим названием и при другом общественном строе. Аргументы, которые как-то затрагивали нас, до них часто попросту не доходят. Пятнадцать-двадцать лет назад туманное понятие какого-то «долга» (не то перед страной, не то перед будущими поколениями, не то вообще непонятно перед кем) было, тем не менее, вполне действенной реальностью. Отец говорил сыну:

— Подумаешь, учиться он не хочет. Должен, и все! Вот я, думаешь, хочу каждый день в полшестого вставать и на завод идти?! Однако иду. Потому что должен. А ты должен — учиться.

И за этим парадоксальным в общем-то утверждением и для отца, и для сына стояла какая-то реальность. Сын, наблюдая жизнь отца и окружающих его людей, смутно понимал, о чем идет речь, и по крайней мере не отбрасывал объяснения отца, что называется, с порога.

Для сегодняшних детей объявление о том, что они должны учиться, — пустой звук. Довольно сомнительны и заявления о том, что, только учась, можно хорошо устроиться в жизни. Наши дети вовсе не глупы и каждый день видят людей, которые если и учились чему-нибудь хорошо, то явно делали это отнюдь не в школе. И тем не менее эти люди прекрасно (зачастую гораздо лучше, чем ратующие за образование родители) «устроены» в жизни. К тому же дети, особенно младше 14 лет, в большинстве своем не очень способны к прогностическому мышлению. Задумываться сегодня о том, что будет с ними через пять-шесть лет, да еще как-то подчинять этому сегодняшние поступки — непосильный труд для их разума.

Так что же делать? Единственный выход — каждый день, при каждом удобном случае показывать детям, что знания, образование делают жизнь человека интересней, наполненней,

расширяют границы доступного ему мира. Доступного не в плане «взять и съесть», а в плане «понять». И это понимание (и в конечном счете — управление) может доставлять не меньшее, а зачастую и большее удовлетворение, чем прямое обладание. Объяснять нужно на доступных ребенку примерах. Сейчас немногие дети хотят стать космонавтами, но многие мечтают о бизнесе. Большинство из них абсолютно не представляют себе, что это такое. Объясните им. Сумейте доказать, что бизнес — это в первую очередь правильное понимание ситуации и поступков людей, а во вторую — управление всем этим в интересах дела. Сообщите им о том, что существует специальная наука, занимающаяся всем этим, и к тому времени, когда они вырастут, никакой бизнес без применения этой науки будет попросту невозможен, как невозможно полететь в космос, не используя достижений математики и физики.

Другая причина, по которой часто не учатся вполне способные и даже одаренные дети, — это отсутствие интереса к учебе. Им попросту неинтересно, и никакие ваши убеждения и угрозы здесь не помогут. Единственный выход в этом случае (если ребенок действительно одарен) — подыскать школу или программу, вполне адекватную возможностям ребенка. Вернется интерес к учебе — вернется и успеваемость.

Иногда успеваемость детей страдает из-за конфликтов в школе. В средних классах (5–8) это встречается особенно часто. Ребенок претендует на роль лидера, но не имеет сил или способностей вести за собой других. Ребенок попал между двумя группировками, не может определить свою позицию, конфликтует с обеими сторонами и, естественно, все время оказывается в проигрыше. В класс, где отношения уже сложились, пришел новый, не слишком общительный ученик. Друзей у него нет, во время перемен он один стоит у стенки, не решаясь принять участие в шумных играх одноклассников, не отвечает на неуклюжие подначки, попытки вовлечь его в общение. Постепенно такой ребенок становится козлом отпущения и, как следствие этого, не может хорошо учиться, не хочет идти в школу.

Эти и многие другие ситуации объединяет одно — неумение ребенка наладить отношения со сверстниками, нарушение его социального функционирования. Нарушение успеваемости здесь вторично и происходит от того, что ребенок живет в постоянном напряжении и постепенно невротизируется. В этом случае необходимо проанализировать причины конфликтов ребенка с одноклассниками и обратиться к специалисту за индивидуальной или групповой психотерапией. Как и в других случаях, здесь необходимо отыскать ресурс, на который можно опереться при восстановлении нарушенных коммуникаций (например, ребенок прекрасно общается со сверстниками на даче), и оказать ребенку всемерную поддержку в семье. Нарушенные взаимоотношения в школе — это всегда преимущественно беда, а не вина ребенка. Поэтому родителям нужно главным образом думать о том, как ему помочь, а не о том, в чем можно обвинить его самого.

Иногда причиной учебы ниже возможностей или даже неуспеваемости является несформированность познавательных интересов ребенка. Такие дети, как правило, растут в неполных или социально неблагополучных семьях, с самых ранних лет предоставлены сами себе. Способности такого ребенка могут быть достаточно высоки, но область его интересов очень узка, лежит в пределах двора или квартала, где он общается с такими же, как он, детьми улицы, разумеется, ничем не обогащаясь от них и ничем не обогащая их, кроме навыков практического выживания. Иногда такие дети производят очень приятное впечатление своей самостоятельностью и смысленностью, но будущее их, как правило, рисуется отнюдь не в радужных красках. Несмотря на вполне удовлетворительные способности, в начальной школе они, как правило, числятся в отстающих. В средней школе им может повезти. Это произойдет, если на их пути встретится талантливый педагог, который сумеет передать такому ребенку свою любовь и свой интерес к какому-либо предмету, пробудив тем самым дремлющие возможности детского мозга. Совершенно необязательно, что жизнь ребенка впоследствии

будет связана с химией или ботаникой, но мозг уже начал работать и начался процесс формирования познавательных интересов, пищу для которых можно отыскать практически везде. Все мы слышали, а больше читали о таких случаях. К сожалению, в жизни они встречаются крайне редко. Автору посчастливилось наблюдать всего два таких эпизода.

Читающие и нечитающие дети

Ни для кого не секрет, что сегодня все больше детей вырастает, так и не взяв в руки книгу. Их литературный опыт ограничивается комиксами, более-менее случайными журналами, а впоследствии — вялыми попытками освоить произведения школьной программы в сокращенном изложении.

Как бороться с таким положением вещей и надо ли с ним бороться вообще? — вот тот вопрос, который часто задают родители. Попробуем разобраться.

В чем причина того, что сегодня дети в среднем читают меньше, чем их сверстники 15–20 лет назад? Можно предположить, что ответственны за это несколько причин, в том числе — изменение характеристик информационного потока, общее ускорение темпов жизни, изменение общественных ценностей и изменившееся отношение к книге вообще. Начнем с последнего. Наблюдая разноцветные развалы с полуголыми девицами и космическими монстрами (а именно так впервые видят книги наши дети), никакому нормальному человеку не придет в голову произнести какую-нибудь привычную для предыдущих поколений фразу, типа «Всем лучшим в себе я обязан книге», или «Любите книгу — источник знаний», или даже «Книга — это святое». До высоких библиотечных залов и пыльных фолиантов доходят далеко не все, а книжные развалы во множестве видел любой ребенок абсолютно любого возраста.

Далее. Все большее количество информации, особенно информации, актуальной для юношества и масскультуры в целом, идет сегодня через аудио и видеопродукцию, телевизор, а также через компьютер и компьютерные сети. Это объективная реальность, и с этим ничего не поделаешь.

Общее ускорение темпов жизни и, пожалуй, даже каких-то сторон мышления заключается в том, что ребенок с детства привыкает к определенному удельному количеству информации и событий на единицу экранного или книжного времени. Это количество, судя по современным мультфильмам и видеоклипам, очень велико. Большинство взрослых просто неспособны следить за этими бесконечными «шлепами», погонями, содроганиями и падениями, которым с неунывающим постоянством подвергаются современные мультяшные герои. Дети делают это легко. Привыкнув к такой плотности информации, наши дети, естественно, с трудом читают, к примеру, английские или русские романы девятнадцатого века, где скорость существования событий и образов принципиально отличается от современных клипов или продукции диснеевской киностудии. Для того, чтобы они все же это делали, нужны специальные приемы, о которых мы будем говорить ниже.

И наконец. Сегодня ребенок или подросток, проводящий большую часть своей жизни за чтением художественной или научно-популярной литературы, часто воспринимается другими детьми как почти комический персонаж. Даже если это и не так, то у сверстников во всяком случае возникают (зачастую обоснованные) сомнения в адаптивности такого ребенка. Т. е. молодежное общественное мнение постепенно отходит от «высоколобых» в сторону компанейских «своих парней и девчонок». Тем самым мы снова, уже в следующем поколении, «догоняем Америку».

Подведем итог. Дети мало читают, и это, вроде бы, нормально. Но предположим, что мы имеем

достаточно культурную, читающую семью, которая праведно и слегка снобистски дрожит от современного засилья масскультуры и которая хотела бы любыми средствами добиться того, чтобы их дети читали книги. Что делать таким родителям?

В первую очередь, определиться. Что вы хотели бы видеть в руках своих детей? Современное криминально-любовно-фэнтезийное чтиво? Тогда не стоит даже особенно напрягаться. С самого раннего детства покупайте ребенку комиксы про черепашек ниндзя и похождения куклы Барби. Позже купите пару литературных изложений любимых сериалов ребенка, сами читайте и обсуждайте в семье последний детектив Александры Марининой или последний фэнтезийный роман Ника Перумова. Рано или поздно ребенок тоже присоединится к вам. Если все же не присоединился — не расстраивайтесь, не так уж много он потерял.

Вы хотите, чтобы ваш ребенок «нес с базара Белинского и Гоголя», зачитывался Пушкиным, Мольером и Достоевским? Вот здесь придется потрудиться. Для начала придется забыть о комиксах и журналах с наклейками. Читайте маленькому ребенку вслух детскую классику, приучая его и к странноватым на взрослый слух народным сказкам (попробуйте африканские — сами получите неизгладимые впечатления), и к вяловатым описаниям Бианки, и к суховатой политизированности Родари, и к явной социалистической риторике Носова. Не забудьте о дидактике Льва Толстого и Константина Ушинского.

Начиная с пяти-шести лет плотно переходите к историческим повестям для детей («Приключения доисторического мальчика» Эрнеста Д'Эрвилли, «Листы каменной книги» Александра Линевского), рассказам о животных и сентиментальным повестям (Лидия Чарская, «Маленький лорд Фаунтлерой» Фрэнсис Бернетт, «Без семьи» Гектора Мало и т. д.). Даже когда ребенок научится читать самостоятельно, не бросайте читать ему вслух, потому что он, конечно, свободно читает букварь или хрестоматию для второго класса, но большие, интересные книжки ему самому еще не осилить. Можно читать по очереди, можно устраивать семейные чтения. Но где-то начиная с восьми лет проявляйте хитрость. Хитрость заключается в том, что чтение обрывается на самом интересном и драматическом месте, у вас появляется неотложное дело, а книжка остается лежать на углу стола. Вряд ли эксперимент пройдет с первой или даже пятой книжкой. Но когда-нибудь наступит такой момент, что ребенок устанет «ждать милостей от природы» и возьмет их сам. Дальше ваша задача — осторожно и настойчиво подсовывать ребенку книги. Упаси вас Бог идти по пути прямых рекомендаций. Книжки должны ненавязчиво появляться в вашем доме. Они могут приноситься из библиотеки и просто «выползать» из шкафов. Для начала это должен быть именно тот жанр, к которому принадлежала первая книга ребенка. Историческая повесть о первобытных людях? Пожалуйста! Вот тебе еще одна. «Волшебник Изумрудного города»? Вот тебе продолжение! И так далее. Постепенно расширяйте палитру жанров. Если ваш ребенок с детства привык на слух воспринимать неадаптированный, высокохудожественный текст, то его возможности уже в третьем четвертом классах весьма широки. Автору известны дети, которые в девятилетнем возрасте с удовольствием читали длиннейшего «Властелина Колец», Жюль Верна и «Чайку по имени Джонатан Ливингстон». И помните: ребенку, который научился читать в вышеописанном смысле, никакие мультики и компьютерные игры — не помеха. Он уже умеет воспринимать систему образов с печатного листа настоящей Книги, и другие системы образов не заслоняют, а лишь дополняют его мир. Иногда, подрастая, такие дети перестают читать нравящиеся родителям книги и переходят к современной литературе. В этом нет ничего страшного. Вы сделали все, что могли, и к Пушкину, Шекспиру и Достоевскому ваши дети еще вернутся на следующих этапах возрастного развития.

Телик, видик и компьютер. Польза или вред?

Многие дети очень любят смотреть телевизор или видеофильмы. Многие дети могут подолгу просиживать за игровыми приставками, выпрашивая у родителей или выменивая у приятелей все новые и новые картриджи. Счастливые обладатели «настоящих» компьютеров (которых, заметим, становится все больше и больше) имеют еще большие возможности времяпрепровождения, включая работу, обучение или развлечения в сети Интернет. Как относиться к этому? Держать и не пущать или, наоборот, предоставить событиям развиваться своим чередом, ссылаясь на то, что у каждого поколения свои песни?

Автору кажется, что истина, как это часто случается, тяготеет к среднему положению на воображаемом отрезке возможных родительских реакций.

Для начала нужно учитывать, с каким именно ребенком мы имеем дело. Сколько ему лет, пять или пятнадцать? Какой у него темперамент? Как у него обстоят дела со здоровьем (в первую очередь нас интересует состояние зрения и нервной системы)? Ответив для себя на все эти вопросы, родители вырабатывают индивидуально приемлемую стратегию обращения с «чудесами двадцатого века» и, по возможности, строго ее придерживаются.

Наверняка недопустима такая ситуация: сегодня у вас бойцовское настроение, и вы, поднимая на щит интересы ребенка, через полчаса после начала занятий отгоняете его от телевизора или компьютера, призывая поиграть, почитать книжку или помочь вам по хозяйству. А завтра к вам пришла подруга и, чтобы ребенок не мешал вашей высокоинтеллектуальной беседе, вы сами отсылаете его к тому же (очень вредному вчера!) экрану и в течение трех часов не вспоминаете о нем. Это ошибка, бьющая не столько по состоянию здоровья ребенка, сколько по процессу воспитания в целом. В следующий раз, когда вы будете произносить свой монолог о вреде компьютерных игр или непрерывного просмотра телевизора, ребенок вам попросту не поверит.

А теперь несколько советов, которые могут оказаться полезными родителям, приступившим к выработке этой самой стратегии.

Совет первый. Ограничивайте время, которое ребенок проводит перед экраном телевизора и компьютера. Обоснованно безопасными считаются следующие сроки:

Для ребенка 3-5 лет. Телевизор или видик — 3 раза в день по 20 минут. Компьютер — 1 раз до 30 минут.

Для ребенка 5-7 лет. Телевизор или видик — 3 раза в день по 30-40 минут. Компьютер — 2 раза в день по 20-30 минут.

Для ребенка 7-10 лет. Телевизор или видик — не больше двух часов в день с обязательными перерывами. Компьютер — не больше полутора часов в день с обязательными перерывами после каждых 20 минут обучения или игры.

Для ребенка старше 10 лет. Телевизор или видик — не больше трех часов в день с обязательными перерывами после каждого часа. Компьютер — не больше двух часов ежедневно, с обязательными перерывами каждые полчаса.

Совет второй. Не пренебрегайте общеизвестными правилами безопасности. Смотреть современный цветной телевизор можно с расстояния не меньше полутора метров. Для старых телевизоров («Радуга» и ему подобные) это расстояние не должно быть меньше двух метров.

Если на вашем компьютере не слишком современный монитор, обязательно приобретите дополнительный защитный экран. В просмотре телевизионных передач и работе на компьютере каждые 30–40 минут (для маленьких детей каждые 20 минут) обязательно надо делать перерывы.

Совет третий. Если ребенок страдает невропатией, неврозом, ММД, ночными страхами или имеет другие неврологические нарушения, необходимо существенно ограничить просмотр «ужасиков», кровавых боевиков и чрезмерно возбуждающих ребенка передач. Если у вас есть идея «потренировать» нервную систему здорового, но чрезмерно пугливого и осторожного ребенка, то начинайте с чего-нибудь полегче и во время просмотра **все время находитесь рядом с ребенком** (так, чтобы он в любой момент мог до вас дотронуться или прижаться к вам). Если у ребенка серьезное, особенно прогрессирующее, нарушение зрения, то время, указанное в совете первом, следует сократить в 1,5–2 раза. Если ребенок носит очки, то смотреть телевизор и работать за компьютером он должен непременно в очках.

Совет четвертый. Не забывайте, что «чудеса двадцатого века» — это не только развлечение, но и мощное средство для обучения и образования ребенка. Именно поэтому целесообразно (если, конечно, позволяют средства) иметь дома не игровую приставку к телевизору, а настоящий компьютер (чуть-чуть устаревшие, но вполне пригодные для образовательных целей модели стоят сегодня достаточно дешево), не просто телевизор, а видеоманитофон. Современные видео и компьютерные программы могут помочь ребенку обучиться иностранному языку, машинописи и дизайну, научиться работать со справочной литературой, в огромном объеме познакомиться с миром животных и мировой историей, удовлетворить свой познавательный интерес практически в любой области знания и найти себе новых друзей. Все это особенно важно для детей малообщительных, малоподвижных, часто болеющих, и, разумеется, может стать настоящим спасением для детей инвалидов.

Что нужно делать, чтобы воспитать в ребенке ненависть к школе и отвращение к знаниям?

Большинству читателей этой книги уже, должно быть, до оскомины надоели полезные советы, раздаваемые по любому поводу «всезнающим» автором. Поэтому попробуем для разнообразия давать советы вредные. Итак, что же нужно делать, чтобы уверенно и наверняка воспитать у ребенка стойкую ненависть к школе и не менее стойкое отвращение к процессу получения знаний?

Совет первый. Чаще говорите ребенку о том, что он должен учиться в любом случае, несмотря на все чувства, которые он по этому поводу испытывает. Постоянно приводите примеры людей, которые всю свою школьную жизнь ненавидели школу, а потом добились больших успехов благодаря полученным там знаниям.

Совет второй. Выберите какого-нибудь ребенка, сверстника вашего сына или дочери, который учится лучше и к которому ваш ребенок уже испытывает стойкую антипатию (это может быть сосед, одноклассник, сын или дочь вашей подруги). Регулярно и подробно рассказывайте вашему ребенку об успехах этого персонажа, о том, как он (она) прекрасно учится, занимается в художественной (музыкальной, математической, астрономической или кулинарной) школе, помогает матери по дому, уважает старших, играет с маленьким братишкой и т. д. и т. п. В ответ на попытки вашего ребенка заставить вас замолчать уверенно произносите какую-нибудь емкую, ехидную фразу, типа: «Вот! Правда-то глаза колет!»

Совет третий. Чаще говорите ребенку о его недостатках, по возможности реже упоминая о достоинствах. Не ограничивайтесь общими определениями, типа «лентяй», «негодяй»,

«безмозглый», «безрукий». Если у ребенка плохая память, недостаточно развито внимание или плохо с абстрактным мышлением, не забудьте об этом упомянуть. Необходимо также почаще говорить ребенку о том, что все эти качества останутся с ним навсегда, так как он «абсолютно не работает над собой», «ленится оторвать зад от дивана» и т. д.

Совет четвертый. Обязательно скажите ребенку о том, что с таким, как он (глупым, малообразованным, нечитающим, физически слабым, трусливым и т. д. — см. Совет третий), никто никогда не будет дружить. Если ребенок возразит вам в том духе, что с ним уже дружат Катя и Вася, презрительно поднимите брови и патетически воскликните: «Разве это дружба?! Вот в наше время...» Договаривать фразу не надо — пусть идеальную картину дружбы в «ваше время» ребенок достроит сам. Хотя обязательно надо упомянуть о том, что в ваше время заболевшим одноклассникам всегда приносили на дом уроки (у теперешних детей это почему-то не принято). Пусть ребенок, которому приходится узнавать уроки по телефону, осознает неполноценность собственных отношений с одноклассниками.

Совет пятый. Очень хорошо в присутствии ребенка поругать его учителей и школу в целом. Можно организовать это как рассказ подруге по телефону, или как беседу с соседкой, или просто громко поделиться наболевшим с мужем, пока последний ужинает, читает газету или смотрит телевизор. Только для вас самые удачные аргументы из моей коллекции: «Думает только о себе, а на детей ей наплевать», «Все только за деньги — как бы ребенок ни старался, но если родители не спонсоры...», «В наше время детей учили, а теперь просто время отбывают», «Если уж она кого невзлюбила, то он хоть головой об стенку бейся, все равно ничего не докажешь», «Самая плохая школа в районе — все так говорят. Кроме как в ПТУ, из нее пути никуда нет. Кроме тех, конечно, кто в криминал уходит и в школы для умственно отсталых...», «Говорили, говорили про экспериментальную программу, а на деле очередной пшик получился. Ни тебе основного образования, ни тебе дополнительного...», «Престижная гимназия, престижная гимназия... Перегружают детей да щеки дуют, вот и вся престижность. А дети все сплошь бледные, больные да нервные. Да еще и выясняют с первого класса, у кого папа на “жигулях”, а у кого — на “мерседесе”». Я думаю, что на основе этих заготовок вы вполне сможете сформулировать достаточное количество оригинальных суждений, наиболее соответствующих учебному заведению вашего ребенка и педагогам, которые его обучают.

Совет шестой. Часто и со вкусом рассказывайте ребенку, какая ужасная судьба его ждет, если он не будет хорошо учиться. Обязательно упоминайте о криминальных «шестерках», проститутках, алкоголиках, продавцах с лотков и «дубоголовых» охранниках. Чаще приводите в пример родителей, т. е. себя. Если вы преуспели в жизни, то это только потому, что десять лет смотрели в рот учительнице. Если же вы или ваш супруг (супруга) считаете себя неудачниками, то поясните ребенку, что, учись вы в школе чуть получше, — давно бы уже стали космонавтами или банкирами (в зависимости от ваших пристрастий и идеалов). А можно (для гармонии) так: папа — космонавтом, а мама — банкиром. Честное слово, ваш ребенок получит искреннее удовольствие.

Чем могут «помочь» в этом деле учителя и специалисты?

Основная роль в деле выработки отвращения к школе и знаниям принадлежит, несомненно, семье, но вместе с тем нельзя отрицать, что учителя и специалисты могут оказать родителям существенную «помощь».

К примеру, учителя могут часто и аргументировано сообщать ребенку, что он никудышный и, главное, абсолютно бесперспективный ученик, из которого никогда не выйдет ничего путного. Кроме того, очень помогают в «нашем деле» бесцветные личности учителей и совершенно неинтересные и скучные уроки. Хотя это, конечно, не абсолютно, потому что в любой школе

найдется два-три хороших учителя, уроки которых по настоящему развивают и образуют детей. Гораздо «полезнее» может оказаться плохая репутация, которая сложилась у ребенка в школе, предположим, из-за его чрезмерной подвижности. Тогда ребенок оказывается крайним в любой коллективной шалости и, даже обладая от природы легким и добродушным характером, постепенно озлобляется против школы и педагогического коллектива в целом. Очень помогает и репутация «тюфяка» и «тормоза». Две-три вовремя сказанных учительницей фразы (подлинный пример: «А теперь мы будем всем классом ждать, пока дойдет до Васи») — и нежелание ребенка идти в школу достигает поистине астрономических размеров.

«Помощь» специалистов здесь может проявиться двояко. Во первых, специалист (по преимуществу — невропатолог) может помочь родителям убедить ребенка, что он (ребенок) тяжело болен и школа во всей своей красоте и жестокости ему (ребенку) попросту противопоказана. Сориентированный таким образом ребенок будет иметь жесточайшие головные боли или приступы гастрита по утрам, перед отправкой в школу, неукротимые рвоты перед контрольными, в школе у него будет кружиться голова, болеть сердце и скакать давление. Автор уже три года знаком с девочкой Машенькой, которая имеет официальный диагноз «вегетососудистая дистония», регулярно падает в обмороки на пороге школы и четыре-пять месяцев в году не посещает школу по справкам, которые регулярно «снимает» с невропатолога, убедив его, что дома она чувствует себя гораздо лучше. Дома и в школе «больную» Машеньку щадят, но три летних месяца она внаклонку трудится на огороде у тети в Краснодаре при тридцатиградусной жаре, не испытывая со стороны своего диагноза никаких затруднений. Машенька чрезмерно полная, ненавидит физкультуру и панически боится лифтов, хулиганов и контрольных. Никакая психотерапия на Машеньку не действует, так как оставаться больной ей гораздо удобнее, чем стать здоровой. В этом году она собирается поступать в медицинское училище. Интересно, как она там будет учиться?

Свою лепту могут внести в процесс и психологи, например, в присутствии ребенка огласив свое неблагоприятное заключение о его умственном или эмоциональном развитии. Школьные психологи иногда проводят в классе процедуру, называемую социометрия (в процессе которой выявляются лидеры, принятые и отвергнутые классом ученики), а потом обсуждают результаты этого исследования с подколлективом или, того хуже, с исследованным классом. Это абсолютно этически недопустимо. Результаты школьной социометрии — рабочий инструмент психолога, на основании которого он планирует свою дальнейшую работу. Не более того. Иногда психолог может в присутствии ребенка сказать что-нибудь вполне этически нейтральное, например: «Может быть, вам поискать более адекватную программу для обучения вашего сына?» Большинство детей пропустят это мимо ушей, но некоторые, с особенностями самооценки, решат:

- 1) Я безнадежно глуп, и меня хотят отправить в школу для умственно отсталых.
- 2) Я очень талантлив, эта школа для меня слишком плоха. Я достоин лучшего.

Поэтому любые, даже самые нейтральные заключения психолога родителям лучше выслушивать в отсутствие ребенка. Если психолог «забыл» об этом, напомните ему. Если же психолог найдет нужным сообщить что-нибудь самому ребенку, то он сделает это отдельно, в специально подобранных выражениях.

Возвращаясь к Валерию...

Валера никогда не мог пожаловаться на то, что ему не говорили о том, какой он хороший. Окружающие его взрослые восхищались способностями мальчика много и часто. Но вот об одной простой истине Валере так никто и не сказал: сами по себе способности к чему бы то ни

было являются достоинствами человека не больше, чем высокий рост, голубые глаза или кудрявые волосы. Абсурдная с точки зрения формальной логики, но, к сожалению, истинная с точки зрения практической психологии вещь: способности человека не являются его ресурсом. Более того, иногда очень сильно выраженные способности ему даже мешают. И речь здесь идет вовсе не об отрешенных от всего суетного гениях. В практике автора был случай, когда мальчик десяти лет имел феноменально развитую зрительную и слуховую память. Он буквально с одного раза запоминал прочитанное и услышанное. Естественно, что и в учебе он привык полагаться именно на память. Это очень хорошо выручало его в начальной школе, но, когда началось предметное обучение, начались и трудности. Отлично все запоминая, в прямом смысле без труда выучивая наизусть, наш маленький феномен так и не научился думать, анализировать, вычленять главное из прочитанного. Многое пришлось нагонять, многое (из просто запомненного) изучать заново, пока успеваемость мальчика стабилизировалась на устраивающем его и его родителей уровне (сами понимаете, что и сам «феномен», и его родители с ранних лет привыкли к успехам).

Итак, ресурсом человека являются не способности сами по себе, а лишь нечто достигнутое или сформированное на основе этих способностей. Например, умение слушать других, развитое человеком на основе врожденного флегматического темперамента. Или умение красиво петь, достигнутое на основе врожденно сильного голоса. Или умение физически крепкого ребенка хорошо играть в футбол, разработанное в спортшколе или в дворовых футбольных баталиях.

Валерий, несомненно, имел способности, которые на педагогически-психологическом языке называются общей одаренностью. Почему же они не превратились в ресурс? Да потому, что окружающие одаренного ребенка взрослые сформировали у него превратное представление о том, что способности являются ценностью сами по себе, что ему самому делать ничего не надо и все хорошее в его жизни произойдет само собой. Наибольшая ценность в жизни маленького ребенка — любовь, похвала и поощрение со стороны значимых взрослых. Валерий с самого раннего возраста имел все это в избытке, не затрачивая на это абсолютно никаких сил. Естественно, что он привык к такому положению вещей и не захотел менять свою позицию, когда ситуация вокруг него начала меняться. Ведь он оставался все тем же — способным, милым ребенком. Раньше им все восхищались, почему же теперь от него что-то требуют?

В течение довольно длительного периода мы беседовали обо всем этом с матерью Валерия. Она часто спорила со мной:

— А что же, было бы лучше, если бы мы его не хвалили?! Но ведь детей надо хвалить — вы сами говорите, и во всех книгах написано... Но он же на самом деле милый ребенок — контактный, развитый, смысленный? Разве вы со мной не согласны?

— Разумеется, хвалить детей надо. Но ведь не за то же, что они брюнеты или рыжие! А Валеру слишком часто хвалили за то, что он быстро соображает, хорошо запоминает, легко улавливает закономерность. Хвалили за его врожденную общую одаренность, в которой, если не придерживаться индуистских воззрений о перевоплощениях, нет абсолютно никакой его личной заслуги. В конце концов, это даже обидно. Ведь в структуре его личности, несомненно, есть и подлинные ресурсы, например, та же его контактность, любознательность, любовь к посещению музеев... Скажите, кто-нибудь хвалил Валеру за любознательность?

— За любознательность? — задумалась мама. — Не знаю. Не помню.

— А Валерий действительно ленив?

— Да нет, что вы! Он подвижный, заводной, совсем не ленивый...

— А откуда же взялось это определение, которое он сам столь охотно повторяет?

— Ну, понимаете, надо же было как-то объяснить, что вот он такой способный, а учится все хуже и хуже... Ну, у учителей есть такой... такое... они так про многих детей говорят...

— А Валера привык верить тому, что про него говорят... — подхватила я. — Хотя и вы, да и он сам знает, что лень — это совершенно не про него...

— Да, да, он вообще очень доверчивый!

— Вот исходя из этого и будем работать...

Дальше я работала с самим Валерой. Некоторое (недолгое) время он походил в группу, где сразу сошелся со всеми ребятами. Никакие Валерины проблемы в групповой работе не проявлялись. Его пребывание там нужно было лишь для того, чтобы он мог получить от ребят обратную связь. Все произошло так, как я и планировала. Подвижный, развитый Валера всем понравился и, провоя его, группа сообщила мальчику, что с ним интересно поговорить, что он не вредный и легко соглашается, чтобы не спорить и не ругаться, что он не только легко выполняет некоторые упражнения, но и старается, чтобы это красиво выглядело, что некоторые вещи, о которых он говорит (например, рассказывая о посещении музеев), заставляют других детей задуматься над такими явлениями и проблемами, о которых они раньше не думали. Все это, как вы уже поняли, являлось подлинным ресурсом Валеры.

Именно с обсуждения мнения группы мы и начали индивидуальную работу с Валерой. Составили предположительный список его достоинств и недостатков. Выделили среди достоинств те, которые являются ресурсом (когда Валера понял, в чем дело, ему очень понравилось это слово, и далее он охотно оперировал им). Среди недостатков определили те, с которыми можно работать, и те, которые волевому контролю не очень поддаются (например, у Валеры наблюдалась слабая степень близорукости). Доподлинно выяснили, что недостатка под названием «лень» у Валеры не имеется, и следовательно, учительское определение его школьных неудач придется пересмотреть. Высокий уровень интеллекта Валеры (достоинство, но не ресурс!) и его любознательность, направленная в нашем случае на собственную личность (ресурс, да еще какой!) в совокупности определили очень высокую эффективность психотерапии. За довольно короткий срок (около четырех месяцев) Валера сумел полностью перестроить свои представления о себе и о том, каким именно образом следует добиваться успеха и признания. А успех и признание были необходимы Валере как воздух. Мальчик не скрывал этого ни от себя, ни от других, и именно эта честность позволила ему на пике его проблем уберечься от истерического невроза. По истечении трех месяцев мама стала замечать, что школьные дела Валеры пошли на лад. Учителя говорили о том, что мальчик приносит на уроки дополнительную литературу, много и интересно рассказывает по теме урока или близко к ней. Старается привлечь к себе внимание нестандартным подходом к теме, раскрытием ее неожиданной стороны, каким-то ассоциативным материалом (обо всех этих стратегиях мы много и подробно говорили с Валерой во время сеансов, отрабатывали примеры). К счастью, Валера действительно учится в хорошей школе, в которой учителя сумели понять «творческую» Валериного подхода и, заметив возвращение интереса к учебе, поначалу не требовали от него дотошного соблюдения «буквы закона». Постепенно, однако, требования ужесточались. Учебный процесс включал в себя не только то, что было интересно для Валеры, но и то, что было ему скучно и даже противно.

— Это не мой ресурс, — авторитетно рассуждает Валера, сидя в кресле в моем кабинете. — Все эти там аккуратности, подчеркивание разными чертами, или когда примеры надо одинаковые по двадцать штук считать. Это Пети Королькова ресурс и Маши Галкиной. У них тетрадки как

на компьютере напечатаны. Мне за ними все равно не угнаться. Но я зато сообразить могу, как задачу тремя способами решать, и им сказать. Один способ мне, один Пете и один Машке. И Ольга Васильевна нипочем не догадается. А потом я у Петьки примеры скатую (сам-то я всегда одну или две ошибки сделаю), а Машка мне своими карандашами все подчеркнет. Все равно я с ней сижу. И, между прочим, другие мальчишки с девочками парты делят, дерутся, по башке друг друга рюкзаками лупят, а у нас с Машкой взаимовыгодное сотрудничество. Это ресурс?

— Ресурс, ресурс! — смеюсь я и, не выдержав, добавляю: — Ну и жук же ты, Валерка! Способный, но лени-ивый!

Глава 3

Никитка и его «дурная компания»

Никитка родился по большой любви, в год, когда его маме исполнилось семнадцать лет. Сколько точно лет было отцу, определить теперь затруднительно, но был он ненамного старше, зато намного опытней своей влюбленной подруги. За плечами его уже была судимость, пребывание на зоне, и вообще — он «знал жизнь». Дарина, напротив, жизни практически не знала. Отец ее давно умер от пьянства, мама Фатима долгое время работала дворником на трех участках, а потом не то надорвалась, не то чем-то заболела, не то просто устала от жизни и тихо скончалась от непонятного кровотечения в больнице скорой помощи. Дарину и ее брата воспитывала бабушка, мать отца. Девочка была упряма, своенравна, очень любила рисовать и даже одно время посещала художественную школу. После восьмого класса пошла в кулинарное училище, может быть, потому, что никогда не ела досыта. Хотела быть кондитером и делать красивые и сладкие торты.

Но тут на ее пути повстречалась любовь и спутала все карты. Роман был ярким и полным огня, как бессмертные «таганские» ночи из тюремного шлагера, предохранением молодые, естественно, не озабочивались, и вскоре беременность была налицо. Сделать аборт уговаривали все, включая совсем уже старенькую бабушку и отца будущего ребенка. Дарина сказала: «Нет!»

Отец ребенка сел, не дождавшись рождения сына, бабушка вскоре померла, брат отправился куда-то дальше извилистой дорожкой, а Дарина осталась одна с маленьким ребенком. Жизнь ее была более чем нелегкой, но молодая женщина не унывала. Голодая сама, умудрялась-таки чем-то накормить сына и все время надеялась, что трудные времена минут и станет легче. Постепенно и вправду становилось легче. Никитка подрос и пошел в ясли, а потом в детский сад, Дарина устроилась на работу продавцом, в семье появились хоть какие-то деньги, а тут и в личной жизни наметился сдвиг. На Дарину положил глаз серьезный на вид мужик по имени Игорь. Он приходил в гости с бутылкой и какой-то закуской, приносил подарки Никитке и подолгу сидел за кухонным столом, почти ничего не говоря и глядя на Дарину странными, голодными и тоскливыми глазами. Работал мужик плотником в бригаде и никогда не был женат (это Дарина выяснила сразу). Однажды, словно по уговору, Игорь остался у Дарины ночевать, а на следующий день принес в дом телевизор. Никаких объяснений не было, но Дарина поняла это так, что теперь он будет здесь жить. Так и произошло. Игорь был молчаливым и работающим. Иногда уходил в запой и тогда мог пропить всю зарплату. Дарина сначала сдерживалась, а потом начала скандалить и даже колотить мужа. Игорю это явно нравилось. Он провоцировал жену, а будучи поколоченным, тут же просил прощения, выходил из запоя и две следующих недели работал до поздней ночи, чтобы возместить семье финансовый ущерб. Спустя два года у Дарины и Игоря родилась дочка Лариса. Никитка пошел в школу. Жизнь Дарины вроде бы окончательно наладилась, но тут...

Никитка был совершенно не похож на мать — белобрысый, светлоглазый, с выцветшими, едва видимыми бровями. Только чересчур широкие скулы и слегка приплюснутый нос выдавали татарскую кровь. Все остальное — откуда-то из другого места. Должно быть, от отца. Дарина говорила негромко, монотонно, так, как будто бы не надеялась на то, что ее услышат:

— Он из дома уходит. Уходит, и все. Может на ночь не прийти. Где был? — С ребятами костер жег. Ребята со двора, из многодетной семьи, еще Макс, он, кажется, психически больной, мне его мать справку показывала: ему уже четырнадцать лет, а он все еще в пятом классе. Потом еще есть Валера, на того просто всем наплевать. И вот они такие собираются и... Недавно уехали на дачу, он и еще двое. Что они там делали, не знаю. Мы с Игорем всю милицию на ноги подняли. Сами по дворам двое суток бегали, по подвалам, Игорь на работу не пошел. Через два дня он сам приехал. Те еще там остались. Что-то он с ними поссорился, что ли... Может деньги из дома взять, даже если знает, что последние. Врет постоянно. Я уже даже и не пытаюсь разобраться, где правда, где что... Если что поперек его, кидается как сумасшедший, бьется обо все, может нож схватить. Игоря еще боится, а со мной просто дерется. Потом говорит: «Да, я псих, лечите меня!» Школу прогуливает, не учится. Хотя учительница говорит, что мог бы. Я его караулю все время, но только отвернусь, как он в дверь — и утек. И до одиннадцати, двенадцати ночи. Я его иду искать или Игорь. Иногда там уже никого нет, он один. Сидит на скамейке или на подоконнике в парадной. Что делать — не знаю...

Я беседую с Никиткой. Он учится в третьем классе, о школе отзывается с пренебрежением, сквозь зубы. Обо всем остальном разговаривает охотно, много и интересно рассказывает о том, как они с пацанами путешествовали на автобусах и электричках, как воровали картошку и пекли ее на костре, как ловили рыбу в придорожной речушке. Интересуется геологией, с гордостью заявляет, что дома у него — коллекция камней. Дарина подтверждает, что, действительно, какие-то булыжники раскиданы по всей квартире. Сам себя считает психически больным, говорит, что в моменты ярости у него «перемыкает» и он себя не помнит. Кое-что в рассказах Дарины, да и в собственных словах Никитки заставляет меня подозревать, что «не помню себя» — это вранье. Никитка выглядит здоровым, бодрым и дееспособным, хотя и озлобленным непонятно чем пацаном. Дарина выглядит безнадежно уставшей. Чем же я могу им помочь?

Какие расстройства социального поведения у детей мы знаем?

Западная психиатрия красиво называет таких людей «социопатами», у нас же этот термин почти не применяется и говорят о «расстройствах поведения» или «диссоциальном личностном расстройстве».

Эти люди являются «проблемными» с самого раннего детства. В той или иной степени и в тех или иных сочетаниях для них характерно:

- равнодушие к чувствам других людей;
- пренебрежение социальными правилами и обязанностями;
- крайне низкий порог для выхода агрессии, в том числе для насилия;
- неспособность испытывать чувство вины и извлекать пользу из жизненного опыта, особенно из наказания;
- выраженная склонность обвинять окружающих или давать благовидные объяснения своему социально неприемлемому поведению.

Такие дети воруют деньги из своего дома или дома друзей, объясняя это тем, что им очень нужно было купить мороженое или новую кассету. Они равнодушны к слезам и увещаниям матери, легко переносят гнев отца, дают обещания исправиться, только для того чтобы тут же нарушить их. Очень характерна для таких детей бесконечная, накручивающаяся одна на другую ложь.

Примеры поведения, на которых основывается диагноз «расстройство поведения», включают в себя:

- чрезмерную драчливость или хулиганство;
- жестокость к другим людям или животным;
- разрушение собственности;
- поджоги, воровство;
- прогулы в школе и уходы из дома;
- необычно частые и тяжелые вспышки гнева;
- вызывающее, провокационное поведение;
- постоянное откровенное непослушание.

Среди расстройств поведения специалисты выделяют:

1. Расстройство поведения, ограничивающееся условиями семьи.

Эта группа содержит расстройства поведения, включающие агрессивное, оппозиционное, вызывающее или brutальное поведение, при которых ненормальное поведение целиком или почти целиком ограничивается домом и взаимоотношениями с самыми близкими родственниками или домочадцами. Может иметь место воровство из дома, часто специфически сфокусированное на деньгах и имуществе одного или двух лиц. Поведение ребенка может носить намеренно разрушительный характер, также сфокусированный на определенных членах семьи, например разламывание игрушек или украшений, порча одежды или обуви, резанье мебели или разрушение ценного имущества.

1. Несоциализированное расстройство поведения.

Этот тип расстройства характеризуется сочетанием упорного диссоциального или агрессивного поведения со значительным общим нарушением взаимоотношений ребенка с другими детьми. У такого ребенка нет группы сверстников, в которой он был бы своим, он изолирован, отвержен или непопулярен в детской среде. У него нет и близких друзей. Взаимоотношения со взрослыми могут складываться по-разному. Обычно есть тенденция к проявлению жестокости, упрямства и негативизма во взаимоотношениях, но иногда случаются и хорошие отношения с отдельными взрослыми. Типичное поведение таких детей включает в себя хулиганство, чрезмерную драчливость и (у более старших детей) вымогательство или нападение с насилием. Характерны также грубость, индивидуализм, сопротивление авторитетам, тяжелые вспышки неконтролируемой ярости, жестокость к людям и животным.

1. Социализированное расстройство поведения.

Эта категория применяется к расстройствам поведения, включающим стойкое антисоциальное или агрессивное поведение и возникающим у детей, обычно хорошо интегрированным в группу сверстников.

В этом случае ребенок имеет обычно группу сверстников, которой он предан и в которой социально неприемлемое поведение ребенка безусловно одобряется. В пределах этой группы у ребенка могут быть продолжительные и тесные дружеские отношения. Но если диссоциальное поведение группы включает в себя, к примеру, хулиганство, то этот же ребенок может проявлять крайнюю жестокость по отношению к жертвам.

Почему дети уходят «налево»?

Каковы причины поведенческих расстройств у детей?

Достаточно часто (некоторые специалисты считают, что всегда, но автор, кажется, не согласен с ними) корень проблемы лежит в семье ребенка. Это абсолютно верно для первого типа расстройств (расстройство поведения, ограничивающееся условиями семьи), а для двух других носит, по-видимому, опосредованный характер.

В семье могут быть необоснованно жестоки к ребенку, и это вызывает ответную жестокость. Ребенка могут бить или иным образом наказывать за малейшую провинность, лишать удовольствий. Такой ребенок никогда не получает похвалы или поощрения. Единственное поощрение для него — это отсутствие наказания. Как правило, эмоциональные отношения в такой семье холодны и безжизненны. Ребенок растет без тепла и ласки и сам не может никого согреть или приласкать. Он часто жесток к животным или более слабым детям, вымещая на них собственные унижения. Подрастая, такой ребенок, как правило, начинает мстить родителям.

Иногда жестокость отсутствует, и все члены семьи являются как бы равнодушными друг к другу сожителями. Никому в такой семье ни до кого нет дела, никто не интересуется делами и чувствами других. Каждый давно живет сам по себе. Дедушка смотрит футбол, бабушка копается в огороде, папа пропадает на работе, а мама читает любовные романы и часами болтает с подругами по телефону. Никто ни во что не вмешивается, никто не сопереживает, никто не задает вопросов. Все берегут собственные нервы. Неудивительно, что в такой семье растет черствый и равнодушный к чувствам других людей ребенок.

Иногда дети с асоциальным поведением вырастают и в детоцентрической семье. Такого ребенка все балуют, все ему прощают, все позволяют. Все блага, доступные семье, к его услугам. Он не привык делиться ни с кем ни шоколадкой, ни властью, ни вниманием. Подрастая, ребенок, естественно, ждет от мира такого же отношения, какое он встречал в семье. Но мир не торопится быть «к его услугам». В зависимости от темперамента и характера ребенка развивается протест. Как правило, это выливается в истерический невроз. Но иногда, если ребенок силен или умен и находчив, он находит возможность реализовать свое желание властвовать в группе сверстников с асоциальным поведением, становясь там лидером либо за счет личных качеств, либо за счет влияния и обеспеченности «предков». Если родители продолжают покрывать ребенка, спускают на тормозах все его (вначале мелкие) хулиганские проступки, то асоциальное поведение закрепляется, усугубляется патологией характера и часто становится необратимым.

Естественно, что наиболее часто дети с асоциальным поведением происходят из так называемых социально неблагополучных семей. Алкоголики и наркоманы, тунеядцы и бомжи, мелкая полукриминальная сошка и просто опустившиеся, потерявшие себя люди, к

сожалению, не теряют вместе со своим «социальным лицом» способности размножаться. А поскольку их половая жизнь совершенно беспорядочна, они никогда не предохраняются и почему-то почти никогда не делают аборт, то детей в таких, с позволения сказать, семьях, рождается очень много. С каждым годом их становится все больше, так как наступившее у нас (или на нас — как кому больше нравится) «общество конкуренции» выбрасывает за борт все больше слабых, неспособных, не успевших и не справившихся. Допустим, «мир чистогана» прав, и эти люди сами виноваты в своих несчастьях. А их дети? Они родились от проигравших, от слабых, они пришли в мир, где их никто не ждет и никто им не рад. Они вырастают, зачастую не умея ни читать, ни писать. Они озлоблены и нездоровы. Им нет места в нормальном мире, и они уходят в ненормальный мир, выстилая собой его дно. Их никто никогда не любил, и они никого не любят, зато ненавидят всех, кто на них не похож. Они имеют обыкновение сбиваться в стаи. Вы видели их? Вечером, между домами? На улицах, у ларьков? Они разговаривают на языке, почти непонятном нормальному человеку. Они живут рядом с нами. Почему мы не думаем об этом? Почему мы не думаем о них? Почему мы не думаем о себе? О своих детях, которым жить в атмосфере ненависти, изливающейся от этих «придонных» стай...

Врачи и психологи нашей поликлиники несколько лет работали по программе американской благотворительной организации «Врачи мира» с детьми из социально неблагополучных семей. Зачастую эти дети вполне психически и эмоционально сохранены и способны к нормальному возрастному развитию, способны к тому, чтобы стать полноценными членами общества. Но почему американцы должны спасать наших детей? Разве это не наша проблема? Нам кажется, что для предотвращения обвального развития этой ситуации нужны какие-то мощные государственные программы. Никакие спонсоры, благотворители, отдельные приюты или центры проблемы не решат. Каждый такой ребенок должен до совершеннолетия иметь индивидуальное и адресное (чтобы все это не доставалось опять же родителям-алкоголикам, ибо я лично много раз наблюдала коллективные пьянки, устраиваемые по поводу получения «детских» пособий) социально-психологическое сопровождение, которое хотя бы отчасти позволило компенсировать ущербность мира, от рождения доставшегося такому ребенку, и прервать порочную цепочку преемственности «убогих» поколений. Мы, конечно, не экономисты, но нам кажется, что при любых затратах, которых потребует такая программа, она все равно останется экономически выгодной, так как позволит в течение ближайших десяти лет предотвратить огромное количество тяжких правонарушений и вернуть в общество огромное количество вполне полноценных и полезных людей. Десять лет спустя эти люди будут работать и платить налоги, а не пьянствовать и воровать, т. е. жить за наш с вами счет. Или мы что-то не так понимаем в экономической выгоде? Или кто-то осмелится сказать, что эти (семилетние сегодня) дети тоже в чем-то виноваты?

Так. Автора слегка занесло в общественно-политическую сторону. Вернемся, однако, к нашей теме и постараемся нарисовать обобщенный портрет группы риска. Итак, что же характерно для ребенка с высоким риском по диагнозу «нарушения поведения»?

Во-первых, все виды асоциального поведения гораздо чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек.

Во-вторых, достаточно часто у детей с нарушениями поведения встречаются те или иные неврологические расстройства. Особенно замечен в этом уже известный нам гипердинамический синдром.

В-третьих, провоцирующим фактором может стать общий невысокий уровень развития интеллекта ребенка. Такой ребенок отстает в школе, его ругают за неуспеваемость дома. В поисках поддержки и понимания он уходит на улицу, а там вполне может быть «подобран»

членами асоциальной группировки.

В-четвертых, свою роль играет и наследственность. Что бы там ни говорили про устарелость «яблочных» поговорок, но личность — это все же совокупность наследственных задатков и влияния среды. Безусловно неблагоприятными наследственными факторами являются: психиатрические заболевания близких родственников, алкоголизм или наркомания одного или обоих родителей, самоубийство одного из родителей или члена семьи, стойкое асоциальное поведение кого-либо из родных.

В-пятых, увеличивают риск развития нарушений поведения такие черты характера ребенка, как жестокость, неумение сочувствовать, невнимание и равнодушие к интересам других людей, чрезмерный эгоизм, склонность обвинять во всем других и неумение признать свои ошибки, низкая или чрезмерно высокая самооценка, лживость, грубость, неумение сдерживать свои негативные чувства.

Что делать, чтобы этого не случилось? И как себя вести, если это уже произошло?

Есть ряд особенностей, присущих благополучным семьям. Самые разные (иногда весьма нездоровые и очень проблемные) дети в этих семьях нормально социализируются и никогда или почти никогда не проявляют значимых асоциальных расстройств.

Что же это за особенности? Попробуем выделить и проанализировать их.

Во-первых, в этих семьях уважают и безусловно принимают личность ребенка. Хочется подчеркнуть, принимают именно **личность** в целом. И речь здесь вовсе не идет о том, что этой самой личности все позволено. Поступки ребенка и его отдельные качества не приветствуются и при необходимости жестко осуждаются. Причем дифференциация иногда идет очень тонкая.

Например, в одной из моих знакомых семей двенадцатилетний мальчик, болезненный и физически слабый, но очень интеллектуально развитый, никогда не имел особо тесных отношений со сверстниками. При этом у него были хорошие и очень доверительные отношения с несколькими ребятами постарше его, с которыми он вместе занимался в компьютерном клубе и менялся дисками с играми и музыкой. Мальчик высоко ценил эти отношения, и его старшие друзья тоже, так как Дружок (такова была кличка мальчика) всегда готов был выслушать, умел хранить секреты и иногда мог дать неожиданный, но полезный совет. Отношения с родителями у Дружка были ровные и сдержанные. Мать очень переживала слабость его здоровья и боялась за его жизнь (в раннем детстве мальчика ситуация несколько раз становилась критической), но скрывала от сына свои чувства, не желая травмировать его, отец же считал теперешнее здоровье мальчика вполне нормальным, уважал его за сильный интеллект и держался с сыном практически на равных.

Однажды в этой семье пропала довольно значительная сумма денег. Деньги в этом доме никогда не прятали, и сначала родители полагали, что произошло какое-то недоразумение. Но потом, уточнив детали между собой, поняли, что деньги, отложенные на летнюю поездку в Прибалтику, взял сын.

Родители стали строить различные гипотезы. Никаких новых дорогих вещей у Дружка в последнее время не появлялось, тем более что раньше он всегда сообщал о своих нуждах (так было заведено в этой семье). В последние дни он никуда не ездил, да и вообще редко выходил из дома. Его собственные потребности были весьма невелики и ограничивались книгами и

компьютерными принадлежностями (которые всегда покупались вместе с папой). В конце концов подозрение пало на старших друзей Дружка. Потребности подростков почти всегда больше их возможностей, они и могли подбить младшего приятеля на кражу. Но как же они его уговорили? Может быть, чем-то запугали?

Поговорить с мальчиком вызвался отец. Дружок почти сразу признался в том, что деньги взял он, но причину, по которой он это сделал, назвать категорически отказался. На что он истратил деньги, тоже оставалось непонятным. Все это еще более укрепило родителей в их подозрениях. Давить на Дружка было явно бесполезно, так как он с детства был стоек и упрям. Посоветовавшись, родители сообщили сыну свой вердикт:

— Так как ты отказываешься объяснить, что именно стало с деньгами, надо полагать, что ты истратил их не на себя. Ты отказываешься также назвать имя человека, который, по-видимому, склонил тебя на этот бесчестный поступок. Поэтому мы вынуждены подозревать сразу всех твоих друзей. Это очень неприятно для нас, но сумма, которую ты украл, столь велика и значительна для бюджета нашей семьи, что мы решили принять самые серьезные меры для того, чтобы это не повторилось. Поэтому отныне мы «отказываем от дома» всем твоим друзьям и требуем, чтобы ваши отношения ограничивались только общением в клубе. Среди них, скорее всего, только один нечестный человек, но из-за того, что ты молчишь, мы не можем поступить более разумно и справедливо. Если ты изменишь свою позицию, мы готовы пересмотреть свою.

— Мои друзья из клуба тут ни при чем, — побледнев, сказал Дружок. — Я взял деньги не для них.

— А для кого?

— Для одного из одноклассников. Я все равно не скажу вам его фамилию, но скажу, что деньги были ему нужны вовсе не на то, чтобы развлекаться или что-то покупать. Он попал в дурацкую историю, ему угрожали, и если бы он не отдал их...

— Почему ты не сказал об этой ситуации мне или маме? Наверняка можно было бы что-то придумать. И почему деньги были украдены из нашего дома? Ты считаешь это разумным — помогать кому-то, воруя деньги из собственного дома?

— Нет, я так не считаю. Но у него в доме ничего нет, у него одна мать, она работает уборщицей в универсаме. А вам я не сказал ничего потому, что вы бы пошли в школу, в милицию... А его предупреждали...

— Ты уверен, что теперь, после кражи и отдачи денег, ситуация разрешилась?

— Да, он сказал, что теперь все. И что теперь он не будет больше дураком. И еще он сказал... — Дружок побледнел еще больше, хотя это и казалось уже невозможным. — Он сказал, что он теперь мой раб на весь год...

— Тебе нужны рабы? Это для нас новость...

— Мне не нужны рабы! Но он так сказал, и... я не знаю, что с этим делать...

— Давай разберемся. У тебя всегда с трудом складывались отношения с одноклассниками. Это тревожило тебя и тебе всегда хотелось изменить ситуацию. Тебе хотелось иметь друга сверстника, и это вполне нормальное желание для мальчика твоего возраста. Подружиться с кем-нибудь легче всего, оказав ему какую-то услугу, — так, вероятно, ты думал. И вот вроде бы

подвернулся случай. Мальчик, о котором ты рассказал, наверное, был в отчаянии. Ему не с кем было поделиться своей бедой. Ты не болтун и умеешь хранить чужие секреты — это твое достоинство и об этом всем известно. Поэтому он поделился своей проблемой с тобой. Я думаю даже, что он вовсе не просил у тебя денег. Ты предложил ему их сам. Так? — Дружок коротко кивнул. — Тебе хотелось помочь человеку, и к тому же тебя грела надежда, что, может быть, ты, наконец, приобретешь друга в классе. Ты забыл о том, что эти деньги вовсе не лишние в нашей семье, что они отложены на нашу совместную поездку в Прибалтику, что, лишая нас их, ты лишаешь отдыха не только себя, но и меня и маму. Согласись, мы ведь этого совершенно не заслужили. В результате ты выручил своего одноклассника, огорчил и даже, не скрою, напугал нас, лишил всех нас долгожданного отдыха и приобрел... раба. Как ты оцениваешь подобный результат?

— Я был не прав, — подумав, сказал Дружок. — Если бы у меня были свои деньги, я, конечно, должен был бы отдать их.

И мне совершенно не нужны рабы. И друга я не приобрел. Но, наверное, если бы все повторилось сначала, я все равно поступил бы так же. Потому что... там другое...

— Потому что тебе кажется, что в этой ситуации речь шла не об отдыхе, а о жизни и здоровье. Так?

— Да. Так.

— Ну что ж. Я склонен полагать, что тебя, дружок, слегка надули. И нас заодно с тобой. Ты верный и честный, хотя и очень наивный еще человек, и я рад, что мне не пришлось в тебе разочароваться. Но ты необыкновенно погано поступил со мной и с мамой. Два дня мы жили в одном доме с вором, и наш отпуск, скорее всего, безвозвратно испорчен. Можно ли считать это уроком?

— Да, папа. Да, мама. Я должен был сказать вам и попросить вас никуда не ходить.

— Другие люди доверяют тебе, почему же ты сам не умеешь доверять? Это странно.

— Я буду учиться.

В этой ситуации родители поступили абсолютно верно, отделяя поступок («необыкновенно поганный», по словам папы) Дружка от него самого, и были вознаграждены за это полным и окончательным разбором ситуации. Несмотря на чрезвычайно жестокое испытание, которому подверглись их отношения, в результате правильных действий родителей отношения только укрепились, стали полнее и глубже. Дружок лучше узнал и понял своих родителей, а они, в свою очередь, с неожиданной стороны увидели своего сына.

Второй особенностью благополучных в рассматриваемом отношении семей является то, что в них *никто и никогда не пытается напрямую отговорить ребенка от каких бы то ни было коммуникаций или дискредитировать какие бы то ни было взаимоотношения*. Ребенку в такой семье никогда не говорят: «Не дружи с Васей! Он дурак!» (или «из плохой семьи», или «тебе не пара», или «плохо на тебя влияет»). Ребенок, а особенно подросток, склонен в таких случаях поступать наперекор и уделять особое внимание именно дружбе с Васей.

Если отношения с Васей вас действительно не устраивают, то в первую очередь присмотритесь к ним повнимательней. Доброжелательно и заинтересованно поговорите с ребенком о Васе, о его достоинствах, пристрастиях и увлечениях, о его чертах характера. Постарайтесь понять, что именно привлекает в Васе вашего ребенка. Если это возможно, постарайтесь

познакомиться с Васей поближе. Пусть он бывает у вас в доме. Поговорите с ним о семье, о школе, о чем-то, что ему интересно. Сами расскажите пару историй и понаблюдайте Васину реакцию. Понаблюдайте за взаимоотношениями Васи и вашего ребенка. Кто здесь лидер, кто ведомый? Что каждый вносит в эту дружбу? Кто чего ждет от другого? Вполне возможно, что в процессе этого исследования вы полюбите Васю или, по крайней мере, вполне примиритесь с ним и его дружбой с вашим сыном или дочерью.

Но если предпринятое исследование только углубило вашу тревогу или подтвердило худшие ваши опасения... Что же делать тогда?

Тогда ищите ту щель в характере вашего ребенка, в которой укрепились корни столь неконструктивных отношений. Неудовлетворенное тщеславие? Трусость? Отсутствие интересов? Низкая самооценка? Что-то другое? Найдя ответ, немедленно начинайте работать именно с этим недостатком. Работать с Васей бесполезно. Даже если вам удастся его отпугнуть, то через месяц-другой появится Петя или Сережа, которые вам будут нравиться ничуть не больше.

Среди моих клиентов был мальчик Витя, который начиная с детского сада выбирал себе в друзья самых «отпетых» детей сначала группы, а потом класса и школы. Родители, милые и тихие интеллигентные люди, просто не знали, что с этим делать, и видели причину такого положения в неврологическом нездоровье мальчика (врачи ставили Вите диагноз «гиперкинетическое расстройство»). Из-за своих друзей Витя (сам по себе мальчик легкий, незлобивый и простодушный) постоянно попадал в какие-то опасные, а позже — социально недопустимые ситуации. Последний случай — кража химреактивов из кабинета химии (через окно, с хождением по карнизу на высоте третьего этажа и спуском по веревке, привязанной к водосточной трубе) — переполнил чашу терпения учителей и родителей. Витю привели ко мне.

На приеме родители рассказали, что за много лет перепробовали абсолютно все способы, чтобы отвести Витю от нежелательных знакомств. Ругали, запрещали, пытались приручить диких отпрысков дворовых алкоголиков и одно время устроили в доме что-то вроде клуба (в результате не досчитались многих мелочей, а в завершение из дома исчез плеер). Пытались доказать Вите бесперспективность таких отношений, демонстрировали круг своих друзей. Витя заявил, что через полчаса сдох бы с ними от скуки, чем очень обидел родителей, весьма привязанных к своей референтной группе. По совету невропатолога пытались занять Витю спортом, он с воодушевлением начинал, но быстро начинал скучать и бросал.

После рассказа родителей мы долго беседовали, пытаюсь определить, что же именно привлекает Витю в его неблагополучных друзьях-товарищах. Родители понимали, что дальше тянуть нельзя, и старались вовсю. Проблема требовала неотложного решения, так как уже балансировала на грани криминала.

В конце концов получился коротенький список из четырех пунктов:

- 1) непрерывное движение;
- 2) риск, опасность и все с ними связанное;
- 3) романтика дружбы и все того же совместно переживаемого риска;
- 4) постоянное разнообразие внешних, неглубоких впечатлений.

— Где бы нам все это вместе найти? — глубоко задумались мы.

— В банде! — мрачно сострил папа.

— Жалко, что пионеров отменили, — мечтательно сказала мама. — Я в детстве в Артек ездила, по путевке от районного пионерского штаба, так вот там как раз все это самое и было!

— Пионеров нет, зато есть скауты! — вспомнил папа. — Я недавно статью в какой-то газете читал. Вроде бы все то же самое — походы, линейки, речевки...

— Найти газету и отыскать ближайший скаутский клуб! — мигом сориентировалась я. — И отвести туда Витю. Если мы все рассчитали правильно, то это должно сработать. Не сработает, будем считать еще.

Расчет оказался верным. Витя не на шутку увлекся скаутингом, в котором счастливо сочеталось все, что он искал в дурных дворовых компаниях. Скаутинг перевесил, так как давал организацию, руководство и осмысленность происходящему (и здесь нам с родителями Вити очень повезло, так как полукриминальная деятельность дворовых компаний, в которых ошивался Витя, еще не давала значимой для мальчика материальной выгоды. Если бы это было не так, наша задача здорово усложнилась бы). Недавно я видела Витю в поликлинике. Он вырос, сделал карьеру, уже командир скаутской бригады. Собирается расти дальше.

Третьей особенностью рассматриваемых нами благополучных семей является то, что они — *тот самый «крепкий тыл», который так необходим в жизни любому человеку, а ребенку в особенности.* В таких семьях ребенок всегда может рассчитывать на поддержку и защиту. Это не баловство и не всепрощение — это именно поддержка в трудную минуту, одобрение в минуту слабости и раздумий, толчок в момент сомнений, солидарность со здоровой частью личности, когда теневая часть (а она есть у каждого из нас) готова взбунтоваться и выйти из повиновения.

В одной из семей, с которыми я работала, старший ребенок имел очень низкие учебные способности, плохо учился в школе, был замкнут и физически субтилен, а потому тяжело сходилась с детьми. При этом, к моему удивлению, у мальчика была вполне адекватная самооценка, развитое чувство собственного достоинства и никаких патологий характера. По-настоящему хорошие отношения складывались у него лишь с младшим братом и его друзьями. Он мог часами возиться с ними, изобретал различные игры и занятия, разнимал дерущихся, улаживал ссоры, выступал арбитром в конфликтах. Когда я была у них дома, меня поразил список, висевший на стене над кроватью родителей:

«Честен,

порядочен,

всегда готов помочь,

добр,

справедлив,

ответственный,

любит детей и животных».

— Что это такое? — с удивлением спросила я.

— Список Мишиных достоинств, — ответила мама.

— Гм... да... это прекрасно, но почему он здесь висит? — на самом деле мне хотелось спросить, где висит список достоинств младшего сына, но я как-то не сумела сформулировать вопрос.

— Понимаете, мне и мужу в школе все время говорили про Мишу всякие гадости. Ну, что он глупый, неспособный, невнимательный, угрюмый, ни на что не реагирует и все такое... Мы, конечно, знаем, какой наш ребенок на самом деле. Но вот мы стали бояться, что мы как-нибудь нечаянно это забудем и станем как бы заодно с учителями. И тогда Мише будет совсем негде отдыхать. И он совсем ничего не сможет и станет действительно хуже. И виноваты в этом будем мы. Понимаете?

Я понимала. И как бы мне хотелось, чтобы все родители это понимали! И не только понимали, но и делали. «Дом для поросенка должен быть крепостью!» А в крепости всегда должен быть горящий камин, горячий чай и ласковое слово...

Чем может помочь специалист?

Очень редко проблему нарушений поведения, а тем более диссоциального расстройства личности можно решить наскоком — так, как это получилось в случае с Витей. Как правило, для того чтобы добиться хоть сколько-нибудь значимых и стойких результатов, необходима кропотливая и долгая психотерапевтическая работа.

На первом этапе такой работы выявляются черты личности, характера и темперамента, которые привели к создавшейся ситуации.

Потом анализируются причины. Потом ребенку предлагают изменить образ себя на более социально приемлемый и, если он согласен работать над этим, начинается конструирование этого нового образа. Нельзя упускать из виду и детали мира, в котором будет жить этот видоизменившийся человек. Измениться придется и семье, и близким ребенка. Меняется и режим жизни, и набор любимых занятий, и круг общения, иногда приходится поменять даже школу.

Если корни нарушений поведения ребенка находятся в семье, то специалист работает с семьей в целом или индивидуально с каждым членом семьи. Семейная терапия включает в себя актуализацию истории семьи, изучение и оздоровление межличностных отношений в семье, выявление и разрешение явных и скрытых конфликтов.

Иногда, когда фокус проблем ребенка находится в области его взаимоотношений со сверстниками, показана групповая терапия. В группе под руководством и под защитой ведущего такие дети учатся социально приемлемо разрешать возникающие конфликты, запрашивать и получать обратную связь от окружающих, давать и получать помощь и поддержку, замечать и анализировать свои и чужие чувства, адекватно реагировать на них.

В одну из хорошо и плодотворно работающих групп была введена тринадцатилетняя Ира. И в школе, и в семье жаловались на наглость и грубость Иры, ее высокомерие, лживость и эгоизм. Ира буквально терроризировала младшую сестру, дерзила учителям, а в ответ на попытки матери вразумить ее просто выставляла мать из комнаты и хлопала дверью. Со сверстниками Ира также вела себя грубо и дерзко. Девочки боялись ее, а мальчишки уважали за то, что она такая «крутая».

В группе Ира с самого начала использовала свойственную ей грубую и эгоистичную манеру

поведения. И с самого первого раза получила не страх или восхищение собственной дерзостью, к которым привыкла, а спокойное заявление о том, что обращаться к такому человеку или отвечать ему неприятно и поэтому пусть пока она (Ира) посидит и послушает, а потом, когда научится говорить, не оскорбляя других, может быть, послушают и ее. Ира пыталась было надавить на группу, но эти попытки были жестко пресечены руководителем. Один из мальчиков сказал, что когда крутым хочет казаться парень, то это, по крайней мере, понятно, а когда девочка — то это либо смешно, либо противно. Другой мальчик добавил, что сила девчонок совсем в другом и тех, которые этого не понимают, просто жалко. Жалеть Иру, по-видимому, еще никто не пробовал, и она впала в совершеннейшую ярость. Руководителю и группе с трудом удалось погасить Ирин аффект.

На следующих занятиях Ира сменила тактику. Она вела себя вполне прилично, использовала русский литературный язык, но старалась ехидно и исподтишка доказать остальным, какие они по сравнению с ней салаги. Довольно быстро группа раскусила и эту Ирину тактику и на этот раз откровенно высмеяла ее. Одна из девочек сказала, что если кто-то стремится опустить других, то значит, он уже совсем плох и у него нет никаких возможностей подняться самому. На этот раз Ира не разозлилась, а задумалась. В течение последующих занятий она была тиха и молчалива. Руководитель группы полагал, что Ира приняла решение отсидеться, и уже подумывал о том, чтобы отказаться от групповой терапии и перейти к индивидуальной, как вдруг однажды девочка обратилась к группе с просьбой помочь ей сформировать более правильное поведение, которое привело бы к тому, чтобы ее любили, а не боялись. Группа похвалила Иру за смелость и откликнулась на ее просьбу.

Возвращаясь к Никитке...

Понятно, что в случае Никитки мы имели не только расстройство поведения, но и расстройство личности, в котором необыкновенно тесно сплелись мотивы наследственности, ранних впечатлений детства, появление отчима, рождение сестры, неуспеваемость в школе и множество других, более мелких, «мелодий». Не последнюю роль играла в происходящем и своеобразная личность и судьба Дарины.

Для начала я решила отместить психиатрическую версию происходящего. Для этого я направила Дарину с Никиткой на освидетельствование к детскому психиатру в институт им. Бехтерева. Как я и ожидала, никакого психиатрического заболевания у Никитки не обнаружили.

— Ты понял? — спросила я у Никитки. — Ты не псих. Так что хорош этим прикрываться. И никогда ты до конца не «отключаешься», потому что, как только мама уходит к соседке, ты сразу бесноваться перестаешь и идешь как ни в чем ни бывало гулять. Так что не надо вешать мне лапшу на уши. Понятно?

— Понятно, — слегка смутился Никитка и лукаво переспросил: — Значит, я совсем-совсем нормальный?

Теперь настала моя очередь смущаться.

— Нет, Никитка. У тебя есть всякие... особенности, которые мешают жить и тебе, и твоим родным. Но с ними можно справиться.

— А зачем?

— Чтобы вам всем лучше жилось.

— А лучше — это как?

Это был тот редкий случай, когда я не сумела ответить на вопрос, заданный мне ребенком. Возможно, именно это и предопределило последующие события.

А в самом деле, лучше — это как? Если вам десять лет и вы сын Дарины, судьба которой вам известна, и затерявшегося где-то зека, судьба которого неизвестна никому. Если у вас есть отчим, который почти всегда молчит, и младшая сестра, которая непрерывно щебечет на своем птичьем языке. Если в школе вас считают «дефективным», а на улице всегда ждут друзья, которые всегда поймут и поддержат и у которых судьба сложилась похожим образом... Лучше — это как?!

Единственной вещью, за которую мне казалось возможным ухватиться, были те самые «булыжники», то есть увлечение Никитки геологией. Дарина получила соответствующие инструкции и отвела сына во Дворец детского творчества, в геологический кружок.

К этому моменту я уже хорошо узнала Дарину. Она ходила ко мне регулярно и с явным удовольствием. Говорила не столько о Никитке, сколько о себе, рассказывая о своих взаимоотношениях с мужем, со свекровью, с подругами, анализируя свое прошлое и гадая о будущем. Никитка в это будущее явно не вписывался, но с привычным упорством Дарина продолжала бороться за него. За руку отводила Никитку в школу, встречала после уроков и за руку же вела домой. Дома сидела за уроками, буквально грудью вставала на пути рвущихся с улицы приятелей. Запирала дверь, Никитка выскакивал в окно. Когда Игорь, не выдержав очередной проделки, хватался за ремень, бросалась на защиту сына. Когда Игорь уходил в запой, вытаскивала Игоря. Игорь уходил на работу — вновь бралась за Никитку. Где-то по дороге что-то доставалось и маленькой Ларисе. Все это напоминало мне какую-то жестокую и трагическую пьесу, разыгрываемую умелым, но абсолютно беспринципным режиссером.

Ничего не могу поделать с собой, но мне до сих пор кажется, что этим режиссером оставалась сама Дарина — главная актриса и главная жертва жестокого спектакля. Отчасти подтверждает мою точку зрения и тот забавный сам по себе факт, что именно в это время Дарина обратилась за помощью к другому психологу, мужчине, который оказался моим приятелем (Дарина, разумеется, об этом не знала). Просматривая его журнал самозаписи, я обнаружила знакомую фамилию.

— А, этого пацана и к тебе приводили? — воскликнула я.

— Какого пацана? — приятель заглянул в журнал. — Простите, никакого пацана не было. Была весьма экзальтированная дамочка.

— А какую же проблему она предъявляла?

— Не помню. Дай погляжу записи... Вот... Да знаешь, что то туманное. Вроде бы отношения с мужчинами. Знаешь, мне кажется, она сама не поняла, зачем приходила... А что, тебя она тоже посетила? А при чем тут пацан?

Действительно, при чем тут пацан?

Полгода Никитка с удовольствием ходил в геологический кружок и даже, по словам Дарины, стал немного лучше учиться в школе. На выходные они с кружком выезжали куда-то за город, собирать образцы. Количество «булыжников» в доме несравнимо увеличилось. Они попадались везде, валились со шкафов, и один из них даже нешуточно ушиб трехлетнюю Ларису. Следуя моим советам, Дарина перезнакомилась со всеми друзьями Никитки и (по собственной

инициативе) с их мамами. Теперь они могли всласть поговорить о своих «неправильных» детях, поругать мужиков и дурную наследственность и, в случае чего, могли координировать свои усилия по поиску пропавших чад.

Лето Никитка провел за городом, помогая отчиму строить садовый домик. На даче, по словам Дарины, он страшно скучал и рвался в город, где осталась «настоящая жизнь». После лета Никитка в кружок не вернулся. По его словам, Дарина во время летней приборки выбросила самую ценную часть его коллекции, без которой он просто не мог показаться на глаза руководителю кружка. По словам Дарины, она выбросила лишь какие-то совсем замухрышные «булыжники», и еще штук сто таких осталось, и все это только предлог, чтобы никуда не ходить и опять целыми днями шлаться. И если все это для Никиты такая ценность, так можно было не бросать их как попало, а сложить в коробку, которую она специально выделила ему для этих целей.

Я не знаю, кто из них был ближе к истине, но общий ход событий представлялся мне до боли ясным. В школу Никитка тоже практически перестал ходить, а общаться стал с пацанами постарше, которых давно уже выперли из школы за прогулы и хроническую неуспеваемость.

Как-то Дарина пришла в поликлинику с Ларисой и, увидев меня, с удовольствием рассказала, что она вышла на работу, «сбросила с себя этот камень» и перестала Никитку «пасти», поставив перед ним ряд вполне ясных и четких требований:

— Пока мы тебя кормим, ты живешь в семье и ночуешь дома.

— Ты выполняешь мои распоряжения и распоряжения Игоря, а в остальном живешь, как знаешь.

— Воровать из дома нельзя.

— Если ты со всем этим не согласен, то можешь убраться прямо сейчас и не возвращаться.

— И вы знаете, — с нескрываемой радостью рассказывала мне Дарина, — он дома ночует, два раза с Ларисой поиграл и даже вроде бы в школу ходил. Правда, говорит, там учителя удивляются: чего это ты, Никита, пришел? Пошел бы еще погулял! Представляете? Учителя называются...

Я понимала, что это временное улучшение — последний всплеск страха всеми покинутого существа, лишенного отныне и поддержки матери, единственного человека, который привел его в эту жизнь и, пусть странно и непоследовательно, но как-то боролся, как-то верил в него... Ничего этого я не сказала Дарине. Было ясно, что она устала или просто соскучилась быть режиссером этой линии спектакля и сейчас с удовольствием отдыхает.

Это было поражение. И ответственность за него я делила с Никиткой, его отцом, Дариной, учителями и другими людьми. Такие моменты тоже бывают в нашей работе. К сожалению, они случаются гораздо чаще, чем нам бы этого хотелось.

Иногда по дороге из поликлиники я встречаю Никитку и его друзей. Они сидят на спинке скамейки, курят, ругаются, задирают девчонок, о чем-то беседуют. Никитка ведет себя по разному. Иногда он как бы не замечает меня, опуская глаза или отводя взгляд. Иногда широко улыбается или даже соскакивает со скамейки и шутовски раскланивается передо мной. Но в каждой его улыбке есть с трудом скрываемая горечь и злость на этот мир... Мне страшно за Никитку. И за тех, кто встанет на его пути...

Глава 4

Ксюша — стеснительная девочка

— Вы извините, что мы стучим, но вот у вас тут написано: «Стучите — и вам откроют» — мы и постучали. Мы у вас в журнале записаны, Семеновы наша фамилия, но мы на 11 часов записаны, а сейчас еще без десяти, вы уж извините, что мы раньше...

— Все правильно, — я слегка утомилась от этого потока извинений, который буквально тек из уст молодой и миловидной химической блондинки, крепко державшей за руку похожую на нее девочку. Блондинка с девочкой стояли в коридоре, не переступая порога, хотя на протяжении извинений я сделала уже два шага назад и приглашающе махнула рукой. — Раз у меня написано: стучите! — значит, надо стучать. А извиняться имело бы смысл, если бы вы опоздали. Проходите!

— Как тебя зовут? — спросила я у девочки, когда мама с дочкой одинаково аккуратно присели на краешки стульев.

Девочка испуганно взглянула на мать, мать сделала рукой какой-то явно ободряющий жест, и дочь ответила едва слышным шепотом: «Ксюша...»

— Та-ак. Здравствуй, Ксюша, — я осторожно, чтобы окончательно не смутить ребенка, рассматривала Ксюшу.

Не новое, но тщательно отглаженное платье с оборочками, которые Ксюша тщетно пытается натянуть на худые, острые коленки. Аккуратно заштопанные белые колготки. Лакированные туфли, явно от кого-то унаследованные, потому что из одного бантика утеряна серединка. Ксюша, судя по всему, бантик бы не потеряла. На вид Ксюше лет десять, но может быть и больше, и меньше. Она старается стать как можно незаметнее и неопределеннее, и в некотором смысле ей это удается.

— Я слушаю вас...

— Вы извините нас, что мы вас отрываем («От чего, интересно? — подумала я. — Я здесь на работе, а Ксюша записана в журнале...»), может, нам и приходиться-то не стоило, потому что к вам, наверное, действительно с серьезным чем ходят, а мыто, получается, с пустяком...

— И все же уточните, пожалуйста.

— Нам в школе сказали, мы вот и пришли. Потому что если учителя говорят, им же виднее, конечно. Только сами-то мы и не знаем, отчего это все и что тут делать. И я так думаю, что ж тут поделаешь? Уж как есть, так есть... Все ведь люди по-разному устроены, у одного это не получается, у другого — другое...

В кабинете явственно потянуло ранним Шукшиным.

— В чем дело-то?! — я решила взять быка за рога.

— Да стесняется она, — застенчиво улыбнулась мама и с любовью, так, как будто говорила об откровенном достоинстве, взглянула на дочь. Что-то в этой связке показалось мне неправильным, но что именно, додумать я не успела.

— Чего стесняется? Когда? В какой обстановке? В какой форме проявляется? Как давно это

началось?

— Да всегда это было, — начала с конца мама. — Сколько я ее помню, она всегда такой была. Маленькая все мне в подол пряталась, потом за меня. Другие дети освоятся где-нибудь и бегут играть, а моя может хоть час, хоть другой, хоть третий на коленях просидеть. У меня, бывало, уж и колени ломит, и затекло все. Иди, говорю, Ксюшенька, побегай, поиграй с другими-то детками. Спускаю ее на пол, так она возле стоит, а никуда не идет.

— А дома, в семье?

— Дома-то все нормально. И болтушка она, и хохотушка, и такого напридумает, что мы с бабушкой только диву даемся.

— Детский сад Ксюша посещала?

— Посещала, а как же! С двух лет. Сначала-то тоже дичилась, конечно, а потом постепенно привыкла к детишкам, к воспитательницам, все нормально было. Только вот стихи всегда читать на праздниках не любила. Петь там хором или танцевать — пожалуйста. А вот стишки — нет. Да ее не очень то и уговаривали, потому что она так тихо говорит, что ее и не слышно никому. А дома-то — вот диво! — весь праздник нам с бабушкой наизусть перескажет. Да громко так, звонко, будто колокольчик звенит!

— Ксюша, в каком классе ты сейчас учишься?

Ксюша слегка шевельнула губами.

— В третьем, — догадалась я.

— Так какие же претензии предъявляют учителя к Ксюше сегодня?

— Да так, по правде, никаких и нет претензий-то. Учится она неплохо, по письму так и вообще лучше всех в классе. Ошибок мало делает. С детишками ладит. Учительница-то у нас беспокойная, заботливая, она вот и говорит... Намедни тут Ксюша ручку дома забыла. А у них, как на грех, самостоятельная была. У соседа-то лишней не случилось, а учительнице сказать Ксюша постеснялась, вот и не написала ничего. А учительница потом, как узнала, Ксюше-то ничего не сказала, а меня письмом вызвала и раскричалась, раскричалась... «Это, говорит, невозможно, она же способная девочка, а рот лишний раз раскрыть боится, из нее же каждое слово клещами надо тянуть, я-то ее знаю, а что она в средней школе делать будет! Ее же затрут! Нельзя же такой быть! Вы же мать! Надо же что-то делать! Стеснительность стеснительностью, но это же переходит всякие границы! У меня же на столе специально три ручки лежит для тех, кто забыл. И она это знает! Вашу дочь лечить надо!» — Ну вот мы и пришли...

Я погасила улыбку (Ксюшина мама так смешно копировала учительницу, что во время ее монолога улыбка невольно появилась у меня на лице) и спросила:

— Но выто сами считаете, что все нормально? Так?

— Да кто мы такие, чтоб судить-то?! — Тут уж повеяло не Шукшиным, а и вовсе девятнадцатым веком. Я внимательно взглянула на Ксюшину мать — она была абсолютно серьезна. Ни о какой шутке или издевке не могло быть и речи. — Учителя судят — им на то и образование дадено. Каждому в этом мире свое. А только я вот так вам скажу: и я сама такая была, и мама моя, Ксюшина бабушка, такие же были (я не сразу поняла грамматическую суть этого оборота и

лишь чуть позже догадалась, что свою мать она называет на «вы»). Меня-то в школе к доске старались не вызывать, а по-письменному спросить. По-письменному я очень даже хорошо все делала. После восьмого класса-то я в училище пошла, потому что работать надо было — трудно маме было нас двоих одной растить. А по оценкам-то я вполне могла и в девятый пойти — так все учителя говорили. А то и в институт поступить — меня все по литературе учительница уговаривала: иди, Надя, в девятый класс, а потом в библиотечный институт — ты у нас и сейчас прямо как сельская библиотекарша из фильма. Это у меня такая мечта была. Я в школе-то всегда нашей библиотекарше помогала — книги рассортировать, формуляры заполнить, малышам выдать что — она мне все доверяла. И так мне это нравилось, прямо до слез. Не поверите — библиотекарша-то, молоденькая, по своим делам убежит, на свиданку там или еще куда, меня за себя оставит. А я, если нет никого, пройду мимо полок, на книги гляжу, по корешкам их глажу, запах их книжный вдыхаю, а сама плачу, плачу... Так хорошо! Никогда мне больше в жизни так хорошо не было!

— Так отчего же, Надя, вы не пошли в этот самый библиотечный институт?! — невольно захваченная трогательным рассказом, воскликнула я. Теперь я, наконец, догадалась, кого она мне напоминала, с чем ассоциировалась ее своеобразная певучая речь: земская учительница — такая, какой я представляла ее себе по рассказам Чехова, Kupрина и Вересаева. И действительно, сельская, заводская или клубная библиотека вполне могла бы стать местом ее личностной реализации.

— Так денег же им мало платили, — вздохнула Надя. — Даже тогда, а про сейчас я уж и не знаю. А мне надо было маме помогать брата растить. Я, как училище окончила, официанткой в столовой работала, потом за стойкой. Деньги-то тоже небольшие, зато на своих харчах. И домой в кастрюльке приносила, маме, почитай, только соль да спички и оставалось купить. Зато и одевалась хорошо, и брат у меня как картинка ходил. Мама-то у нас шьют, вяжут, кружева даже плетут — мастерица. Когда не было ничего, такие мне юбочки шила, кофточки, джемперочки — девчонки от зависти мерли.

— А мама знала про вашу мечту? Про библиотечный институт?

— Да нет, не знала. Чего же я буду по-пустому родному человеку сердце тревожить? Да и не говорили мы с ней никогда про мечты-то...

— Никогда-никогда?

— Один раз, — погрустнела Надя. — Только не про мою. Мама как-то к слову рассказала — была у нее мечта учительницей стать. Чтоб детей математике учить. Почему математике — не знаю, но только она мне всегда задачи помогала решать, я даже удивлялась. Дедушка-то мой, мамин отец, ордена имели, после войны из деревни в город с семьей приехали, на работу на завод устроились, там потом мастером или еще каким-то начальником стали, в партию вступили. Мама-то говорили, что как в первый раз в городскую школу пришла, так и вовсе рот открыть не могла. У них-то в деревне в школу кто в чем бегал, а здесь все в фартучках, чистенькие, отглаженные. Девочки ее обступили, галдят, спрашивают чего-то, рассказывают, а она стоит, сказать ничего не может, только плачет от обиды. Учительница ее успокоила, за парту посадила. Потом привыкла, конечно. Училась хорошо, грамоты имела. Они у нас в шкатулке лежат, я их в детстве смотреть любила, думала, вот пойду я в школу, тоже такие буду получать. Теперь Ксюша смотрит... А потом дедушку арестовали. Знаете, как это тогда было. Он где-то как-то не так выступил или что-то сказал... И для мамы, конечно, всякие институты сразу кончились... Его освободили вскоре, но в Ленинград приезжать запретили. Бабушка к нему поехала, а мама здесь одна жить осталась. Жила, училась в ФЗУ, потом работала на фабрике, потом замуж вышла... К математике-то, видно, у нее способности и вправду были,

потому что на фабрике она, хоть и прядильщица, а была знатным рационализатором, все чего-то там в этих станках усовершенствовала. Эти свидетельства у нас тоже лежат... Так что я думаю, что стеснительность — это ничего, — совершенно неожиданно для меня закончила свой рассказ Надя.

— Надя, а вы знаете, какая у Ксюши мечта? — вообще-то меня крайне интересовало, куда делась мужская половина этого стеснительного семейства. С прадедушкой — «врагом народа» все более-менее ясно, но остальные... Но это вроде бы спрашивать еще рано.

— Да, знаю, — улыбнулась Надя. — Она хочет модельером быть. Платья шьет для своих кукол. Да не просто так, а по выкройкам. Бабушка ее научила. Рисует хорошо. Ходит в школе в кружок рисования. Подрастет — пойдет на кройку и шитье. Правда, Ксюша?

Девочка улыбнулась в ответ и едва заметно кивнула.

— И что же нам теперь делать с этой вашей стеснительностью? — спросила я у матери с дочерью, переводя взгляд с одной на другую. Обе одинаково застенчиво потупили глаза.

Почему дети стесняются?

Предупреждаю сразу — списка причин не будет. Может быть, я ошибаюсь, но на сегодняшний день мне кажется, что у стеснительности есть всего одна причина — *чрезмерно низкая самооценка*.

На ум приходит только одно исключение — некоторая доля стеснительности и опасливой осторожности в норме характерна для детей в возрасте от семи месяцев до двух с половиной — трех лет. В этом возрасте в той или иной степени стесняются и опасаются незнакомых взрослых (и иногда детей) почти все здоровые дети. Здесь, наоборот, может вызвать тревогу ребенок, этой нормальной осторожности не проявляющий. Во всех же других возрастных категориях — только низкая самооценка. Автор будет признателен любому, кто расширит его (автора) кругозор и назовет еще какие-нибудь причины. Автор допускает, что они (причины) вполне могут существовать, но все дети, которых мне довелось наблюдать на практике, стеснялись именно по причине вышеуказанной, а не по какой-нибудь иной.

Что же может вызвать формирование у ребенка заниженной самооценки? Главная роль в этом малопочетном деле принадлежит, безусловно, семье. И будет совершенно неправильно думать, что низкая самооценка формируется только у ребенка, которого в семье бесконечно третируют и унижают. Одна весьма почтенная дама рассказала мне, что, когда ей было около двенадцати лет, она, проходя подростковый метаморфоз, очень любила вертеться перед зеркалом. Ее мать, женщина незлая, но простая и работающая, смотрела на дочкины выкрутасы перед зеркалом с явным неодобрением.

— Ну чего ты там вертишься? — ворчала она. — Чего выглядываешь-то? На что там смотреть? Смотреть-то там не на что! Пошла бы лучше книжку почитала. Или белье, вон, погладь.

Девочка росла, хорошела, но упорно считала себя дурнушкой. Многие, в том числе и сама мать, говорили ей, что ее внешность вполне конкурентоспособна. Но она никому не верила и избегала зеркал, потому что в глубине души знала: «смотреть-то там не на что»! Достаточно упорно читая книжки, она закончила университет, стала кандидатом биологических наук, но вот личная жизнь ее так и не сложилась. Сразу после окончания университета она вышла замуж за очень хорошего, умного человека. Многие подруги завидовали ей. Но она постоянно боялась за свой брак, подсознательно ждала, что муж «одумается» и заметит, что женился на

женщине, в которой «ничего нет». Она ревновала мужа, но тщательно скрывала свою ревность, полагая, что не имеет на нее права. Неудивительно, что мужу нравятся другие, ведь в ней-то, как мы уже знаем, «не на что смотреть»! Естественно, что рано или поздно столь тщательно ожидаемое событие должно было произойти. Муж ушел к другой женщине. Наша дама вздохнула чуть ли не с облегчением и углубилась в свою науку. Больше ей нечего было бояться, не надо было притворяться, что в ней «что-то есть». Только вот то, что, борясь с собой и своими чувствами, не успела завести ребенка — это тревожило и печалило, омрачало жизнь уже не слишком молодой женщины...

Иногда низкая самооценка ребенка формируется и в стенах школы. Ребенок тугодум или, наоборот, слишком подвижен и отвлекаем. Плохо справляется с письменными заданиями или, наоборот, не слишком-то красноречив у доски. И вот уже из уст раздраженного учителя сыплются определения: «неспособный», «тупой», «лентяй», «хулиган»; или даже прогнозы: «никогда ничего не добьется», «дальше будет еще хуже», «пойдет по плохой дорожке», «попадет в школу для умственно отсталых» и т. д., и т. п.

Достаточно часто причиной низкой самооценки является какой-нибудь реальный или полу придуманный физический недостаток ребенка. У ребенка нарушен обмен веществ и он болезненно толст, ребенок перенес какую-то травму или операцию и хромает, носит сильные очки, имеет какую-то гипертрофию или уродство черт лица. Его дразнят сверстники, жалеют родные, оборачиваются вслед и качают головами прохожие...

Из-за вышеописанных причин ребенок привыкает считать себя не столько плохим (против этого возможен и протест, о котором мы поговорим ниже), сколько ни к чему не пригодным и никому не интересным. Он боится высказать свое мнение, так как заранее уверен, что оно окажется неверным. Не решается предложить игру группе сверстников, потому что она наверняка будет им неинтересна. Стесняется отстаивать свои интересы, так как сам подсознательно уверен в том, что заслужил столь пренебрежительное отношение.

Стеснительность — это, несомненно, защитное поведение, аналогичное защитному поведению у некоторых животных. Ребенок старается ничего не говорить, ничего не делать, стать максимально незаметным. Особенно хорошо это заметно у маленьких детей, которые, стесняясь, прячутся в подол маминой юбки или за шкаф. В условиях общества остаться совершенно незаметным, разумеется, невозможно. И проблемы стеснительного ребенка начинаются, как правило, именно в школе, сам способ жизни в которой является максимально публичным.

В семье и с хорошо знакомыми людьми, которым они доверяют, стеснительные дети ведут себя обычно совершенно нормально, ничем не отличаясь от других детей. Иногда ребенок нормально общается с мамой и бабушкой и стесняется папу, который часто ездит в командировки и подолгу не бывает дома. Если же нарушены взаимоотношения ребенка со всеми членами семьи, то здесь, скорее всего, мы имеем дело не со стеснительностью, а с каким-то другим, более серьезным эмоциональным расстройством.

К чему это может привести?

Иногда стеснительность проходит как бы сама собой. На самом деле даже в этом, благополучном случае все не так просто.

Ребенок, которого учительница начальных классов считала глупым и малоспособным, вдруг в средней школе обнаружил математические способности, победил сначала на школьной олимпиаде, а потом стал призером районной. Одноклассники, которые еще недавно

подсмеивались над его замкнутостью и стеснительностью, просят решить задачу, учительница смотрит с уважением, приносит учебник повышенной сложности и говорит, что на будущий год надо думать о городской олимпиаде. И отец однажды вечером вдруг заводит разговор о политехническом институте... На основании всего этого изменяется самооценка ребенка, он начинает понимать, а затем и чувствовать (именно в такой последовательности), что он не хуже других. Вместе с повышением самооценки уменьшается, а затем и уходит совсем стеснительность.

Девочка приехала в Санкт-Петербург вместе с отцом военным, закончив пять с половиной классов где-то в далеком гарнизоне, в поселковой школе. Отец напряг все свои способности и возможности и устроил дочку в «приличную» школу. Город ошеломил девочку своим тяжелым очарованием, шумом и многолюдностью. Одноклассники — раскованностью поведения, стилем одежды и уровнем учебной подготовки. Девочка замкнулась в себе, даже если что-то знала, стеснялась на уроках поднять руку. В общении с одноклассниками больше молчала, опасаясь сказать нечто глупое и неуместное. Учителя жаловались родителям, что из-за замкнутости девочки не могут оценить истинный уровень ее подготовки.

Постепенно, однако, девочка привыкала к новому месту обитания. У нее был покладистый и незлобивый характер, в старой школе она всегда выступала в роли миротворца. Проявилось это и в новой школе. Не очень понимая сути разногласий враждующих девчоночьих группировок, она внимательно выслушивала членов обеих групп и искренне недоумевала, как могут ссориться между собой такие умные и хорошие люди. Взгляд со стороны сделал свое дело: постепенно ее недоумение передалось рассказчицам, и обстановка в классе стала значительно менее напряженной. Девочки из «приличной» школы действительно обладали достаточным интеллектом и легко разобрались, кому они этим обязаны. У девочки из гарнизона сразу появилось много подруг, которые очень полюбили ее за спокойный, добрый нрав, верность данным обещаниям и умение слушать. Приблизительно в это же время самый умный мальчик класса во всеуслышание заявил, что Люба не похожа на других девчонок, так как никогда не вредничает, не врет и не стремится «опустить» других. «С Любой можно дружить!» — сказал он и этим поднял авторитет девочки практически на недостижимую высоту. Понятно, что к концу шестого класса от Любиной стеснительности не осталось и следа.

Таков благополучный исход детской стеснительности. К сожалению, встречаются и гораздо менее благополучные случаи.

Весьма энергичная мама привела ко мне на прием свою тринадцатилетнюю дочь, чем-то похожую на циркового тюленя. Шура, так звали дочку, добродушно ухмыляясь, сообщила мне, что у нее никаких проблем нет, а проблемы есть у мамы. Мать, в свою очередь, кипящая и пофыркивая, рассказала, что в последнее время дочь связалась с совершенно ужасной подружкой Алисой и совсем отбилась от рук: стала хуже учиться, болтаться с парнями, дерзить дома и учителям. Алиса представлялась со слов мамы абсолютным исчадием ада. Если верить ей, то в свои тринадцать лет Алиса ни в грош не ставит учителей и собственную мать, ведет абсолютно безнравственный образ жизни, вот-вот будет выгнана из школы. Свободное время Алисы посвящено совращению безобидной глупой Шуры и других таких же дурочек. Шура, слушая мамины тирады, только качала головой, не пытаясь вмешаться и понимая, видимо, что никакие возражения не будут приняты во внимание.

Я предложила Шуре прийти ко мне на прием без мамы, но вместе с Алисой. Шура неожиданно легко согласилась. Через несколько дней обе девочки сидели у меня в кабинете. Если Шура была похожа на дрессированного тюленя, то Алиса напоминала испуганную лань — огромные глаза, порывистые движения, дрожащие крылья тонкого носа. И эта хрупкая, нервная девочка, заинтересованно улыбающаяся мне чуть кривоватой улыбкой — известная хулиганка и

совратительница малолетних тюленей? Что-то не сходится. Вероятно, мама Шуры все «слегка» преувеличила, целиком переложив на узкие плечи Алисы вину за подростковые проблемы собственной дочери.

Совершенно неожиданно для меня Алиса подтвердила почти все, о чем говорила Шурина мама: да, она дерзит учителям, да, учится гораздо ниже своих возможностей, да, не ладит с собственной матерью, да, курит, да, регулярно ходит на дискотеки.

Дальше состоялся большой разговор. Обе девочки оказались контактными и достаточно искренними. Видно было, что никто и никогда не говорил с ними о них самих, не стремясь что-то в них немедленно исправить или откорректировать.

— А что бы вы сами хотели в себе изменить? — спросила я.

— Вот я бы хотела похудеть и стать немного красивей... — немедленно затянула Шура. — И еще бы я хотела стать менее ленивой...

Алиса молчала и нервно крутила в пальцах кубик из строительного набора.

— А ты, Алиса?

— Я боюсь людей. Я всего стесняюсь. Я хочу, чтобы этого не было, — выпалила девочка. Подруга взглянула на нее с комическим удивлением:

— Ты стесняешься, Алиска? Ты?!

— Расскажи об этом, если можешь, Алиса, — попросила я.

Полуприкрыв огромные глаза, торопясь, словно опасаясь, что ее прервут, Алиса рассказала, что она всегда боялась людей, боялась какой-то опасности, которая, как ей казалось, от них исходила. Ничего такого страшного с ней никогда не случалось, если не считать того, что, когда Алисе исполнилось пять лет, горячо любимый отец бросил ее и мать и ушел к другой женщине. Алиса долго не могла с этим смириться, плакала по ночам, чтобы не видела мама. Теперь она понимает, что это глупо, но тогда ей казалось, что если бы она вела себя как-нибудь по-другому, то отец не ушел бы из семьи и навсегда остался с ними. С тех пор она все время боялась сделать что-нибудь не так и вызвать какое-нибудь непредсказуемое, но ужасное последствие. В школе она боялась отвечать, даже если наверняка знала ответ. В письменных работах делала много ошибок, потому что подолгу думала над правописанием каждого слова и в конце концов запутывалась в правилах и писала наугад. Большинство девочек в классе были крупнее и сильнее ее, и Алиса очень боялась, что они за что-нибудь на нее разозлятся и побьют ее. Так она боялась годами, пока однажды ей все это не надоело. Алиса всегда была самолюбивой и даже тщеславной девочкой. Ее внешние данные были почти безукоризненными. И она решила, что всего бояться — это не лучшая защита, а лучшая защита — это нападение. Алиса начала нападать. И с удивлением обнаружила, что нападающих боятся и даже уважают. Никакого удовольствия от своего вновь приобретенного имиджа девочка не испытывала. Она научилась хамить и отвечать оскорблением на оскорбление, но по-прежнему стеснялась первой обратиться к незнакомому человеку, стеснялась попросить о чем-то, по-прежнему испытывала неудобство, отвечая у доски. И она по-прежнему мечтала от всего этого избавиться.

Новый способ защиты, который избрала для себя Алиса, естественно, не принес ей ощущения безопасности. Низкая самооценка Алисы, вероятно, коренилась в ее раннем детстве, в уходе отца (за который она винила себя), в ощущении своей физической хрупкости и слабости в

сравнении с большинством сверстников. И эта низкая самооценка никуда не делась, хотя сейчас Алиса прекрасно понимала, что в уходе отца виноваты его конфликты с матерью, а ее внешность и физические данные теперь, в пору почти наступившей юности, — не проигрышная, а выигрышная карта. В ощущении же ничего не менялось. И, хотя Алиса старалась компенсировать свою проблему показным хамством, «крутизной», наплевательским отношением ко всему, проблема, естественно, оставалась с ней.

Иногда человек тянет проблему стеснительности из детства во взрослую жизнь практически без изменения, смиряясь с ней и даже не пытаясь (пусть неудачно — как Алиса) с ней справиться. И тогда появляются взрослые мужчины и женщины — «тюхти», «мямли» и «рохли», которых «каждый может обидеть», которым «каждый может в рожу плюнуть», которые «совершенно не умеют настоять на своем», «постоять за себя» и т. д., и т. п.

Главная проблема таких людей состоит не в том, что у них не хватает сил или способностей. Способностей у них зачастую с избытком, и хватает не только на собственное существование, но еще и на кандидатскую, а то и докторскую диссертацию начальника. Силы и даже решительность тут тоже ни при чем, так как иногда в критических, угрожающих обстоятельствах именно «рохля» ведет себя хладнокровно и решительно, направляя и организуя действия других. Дело в том, что в обычной жизни человек с низкой самооценкой (чаще подсознательно, но иногда и сознательно) уверен в том, что он и не заслуживает больше того, что реально имеет. Его обошли по службе? «Кинули» ловкие мошенники? Обманул лучший друг? Ну конечно, все так и должно было случиться — ведь со мной всегда происходят такие вещи, так уж я устроен. Снаружи, для других, «рохля» и «тюхтя» может огорчаться и даже негодовать, но про себя уверен, что в мире все устроено справедливо и он получил именно то, что ему положено по статусу, в соответствии с его самооценкой.

Что нужно делать, чтобы этого не произошло?

Возьмем для примера самый тяжелый случай. Ребенок имеет действительный, несомненный и не поддающийся коррекции физический недостаток.

Когда я училась в школе, в нашем классе был мальчик по имени Юрик. Теперь я догадываюсь, что Юрик страдал последствиями детского церебрального паралича — тяжелого, практически неизлечимого заболевания, развивающегося в раннем детстве на основе различных внутриутробных нарушений и родовых травм. Но в детстве мы, разумеется, не знали диагнозов и видели только, что Юрик с трудом ходит и с трудом говорит. Интеллект Юрика был абсолютно сохранен. В то время подобные дети лечились и обучались в специальных местах (только сейчас в нашей стране — вслед за всеми цивилизованными странами — приходят к мысли, что таких детей нужно по возможности растить и обучать вместе с остальными. Это полезно не только для больных, но и для здоровых детей, так как развивает гуманизм и терпимость к инаковости). Можно только догадываться, каких трудов стоило родителям Юрика добиться того, чтобы их ребенка, имеющего такую грубую патологию, определили в нормальную школу. Но Юрик учился вместе с нами и удивительным образом вписывался в наш классный коллектив. Говорят, что дети, особенно маленькие, жестоки и бестактны. Мы и были такими. Но Юрик, соответствующим образом подготовленный родителями, нас такими и принимал.

— Ты дразнись, дразнись, — говорил он мальчишке-сверстнику. — Только портфель мне собери, ладно? А то ты будешь дразниться, я тебе отвечать, потом мы еще подеремся, потом Валентина Михайловна тебя ругать будет, когда ж мы домой-то придем?

И обескураженный рассудительностью Юрика пацан собирал ему разбросанный портфель и

помогал пристроить его на спине (ходил Юрик сначала с костылем, а потом с палочкой и самостоятельно надеть ранец не мог).

Собственный способ передвижения Юрик (и все вслед за ним) называл «шкандыбать». В раздевалке весело заявлял пацанам:

— А теперь все будут ждать, пока Юрик наденет сапоги и застегнет куртку. Или, может быть, кто-нибудь поможет несчастному инвалиду? — Всегда кто-нибудь находился.

У Юрика был живой, веселый и общительный характер, что при его дефекте казалось просто-таки невероятным. Заслуга эта целиком и полностью принадлежала семье Юрика. Однажды (это было уже классе в седьмом) я была у Юрика на дне рождения. Меня поразили стиль общения родителей и сына. Он был разительно не похож ни на что, виденное мною раньше. Родители явно не жалели сына, но и не делали вид, что все в порядке. Гости собирались. Юрик вертелся на кухне, предлагал матери свою помощь в приготовлении или оформлении какой-то еды.

— Ой, да отстань ты! — в сердцах кипятилась мать. — Как я могу тебе дать это нести, если у тебя из рук все валится! Вон, пусть Катя отнесет. А ты покажи, куда поставить. Да не лезь вперед, дай ей пройти, ты же еле ползешь!

Мне тогда показалось, что это очень жестоко. В собственный день рождения можно было бы и не напоминать Юрику, как он обделен судьбой, — так я думала тогда. Теперь я думаю иначе. Юрик сам помнил об этом каждую минуту, во время каждого шага. Подчеркнутое «все о'кей» окружающих лишь создавало бы вокруг мальчика атмосферу фальши и взаимной лжи. В его присутствии не говорят о его дефекте — следовательно, и он сам не должен говорить о нем. А сам-то дефект напоминает о себе ежеминутно!

Юрик говорил о своем дефекте так же легко, как и его родители. Когда мы на истории проходили косноязычного оратора Демосфена, Юрик уловил ассоциацию раньше, чем язвительные одноклассники, и завопил:

— Вот, вот! Это про меня! Я тоже так буду! У кого есть морские камешки? Завтра чтобы мне принесли!

То ли он действительно тренировался по методу Демосфена, то ли еще что, но с годами речь Юрика действительно улучшалась, чего, к сожалению, нельзя было сказать о его моторике. Писал и ходил он по-прежнему с трудом. Забавно, что лучшим другом Юрика был самый подвижный пацан в классе. Когда они вместе шли домой, никто не мог смотреть на это без смеха. Юрик медленно «шкандыбал», опираясь на свой костыль, а Вовка (так звали друга) кругами бегал вокруг, слушая протяжные косноязычные разглагольствования друга и время от времени что-то отрывисто отвечая.

В старших классах Юрик неизменно ходил на школьные вечера и участвовал в школьной самодеятельности. Судя по всему, у него был хороший слух. Играть на модной тогда гитаре он, разумеется, не мог, но довольно приятно пел и выступал с номером под названием «художественный свист», имевшим неизменный успех. Доморощенным сценаристам и режиссерам из школьного театра Юрик ставил ультиматум:

— Будьте любезны, впишите в свои спектакли роль для уроды. Это же очень пикантно. Уроды были при дворах всех королей и пользовались, между прочим, большой популярностью. В крайнем случае я согласен на роль Сатаны или памятника.

Интересно, что роль для Юрика находилась почти в каждом спектакле.

Во время школьных танцев Юрик почти всегда скромно сидел в уголочке, утешая какую-нибудь очередную девчонку — жертву несчастной любви. Иногда, порывав у него на груди, девчонки спохватывались и «тактично» спрашивали:

— Ой, Юрик, вот ты меня утешаешь, а сам-то... Тебе не обидно, нет?

— Да вы для меня все как родные! — смеялся Юрик, тайком смахивал с угла глаза набежавшую слезу и заявлял: — Танцевать хочу!

Две девчонки тут же подхватывали Юрика под руки и выходили с ним в круг. Под очень смешанные эмоции зала Юрик лихо отплясывал со своими партнершами и уходил обратно в угол — отдышаться. Среди эмоций зала преобладало уважение.

Во второй половине выпускного вечера кому-то из девчонок пришла в голову мысль:

— Мы же после гулять пойдем. Далеко. Быстро. А как же Юрик?!

Обратились к Вовке.

— Он сказал: домой пойду, не берите в голову. Я думаю, — лаконично разъяснил ситуацию Вовка.

Слегка приняв на грудь, наши мальчики увеличили свою креативность и позаимствовали во дворе ближайшего овощного магазина тележку для перевозки ящиков. На этой тележке, восседая, как паша, на расстеленной газетке и укутанный в три куртки, и гулял выпускную ночь наш Юрик. Парни и даже девчонки по очереди катили тележку. Иногда все начинали резвиться, и тогда Юрик вцеплялся в края тележки и кричал, подражая нашей классной руководительнице:

— Сволочи вы, а не комсомольцы! Прекратить немедленно! Войдите в рамки! Имейте совесть! Уроните инвалида — будете отвечать согласно моральному кодексу строителя коммунизма!

К утру все устали, и Юрик в виде особой милости приглашал то одну, то другую девчонку прокатиться вместе с ним. Замерзшие девчонки тесно прижимались к Юрику и его курткам, он покровительственно и важно обнимал их за плечи. Парни ржали гнусавыми, сорванными за ночь голосами. Став очередной «фавориткой», я заметила на грязных щеках Юрика (всю ночь он хватался руками и за лицо, и за овощную тележку) подозрительные дорожки.

— Тебе плохо, Юрик? — тихо спросила я. — Чего же ты молчишь?!

— Не бери в голову, — так же тихо ответил Юрик. — Мне очень хорошо. Честно.

Когда все расходились по домам и процессия подъехала к дому Юрика, выяснилось, что у него свело судорогой ноги и встать он не может. В то время были совершенно не в ходу социальные поцелуи, но почти все девчонки поцеловались с Юриком на прощание. Юрик плакал, не скрывая своих слез, что тоже было совершенно нетипично для тех лет. Парни тащили его в квартиру на руках, а девчонки махали ему вслед.

После школы Юрик поступил в библиотечный институт (тот самый, о котором мечтала мама Ксюши). Доходили слухи, что в этом институте он пользуется большим успехом (как известно, там учатся одни девчонки), и даже вроде бы женился. Обсуждая между собой эту новость, мы

единодушно пришли к выводу, что такой прекрасный человек, как Юрик, не меньше, а то и больше других заслуживает права на личное счастье, а его жена, несомненно, мужественная женщина, но в каком-то смысле ей с мужем очень повезло.

Много лет спустя я встретила Юрика в университетской библиотеке. Он рассказал мне, что работает в фондах, действительно женился, растит дочь.

— Ой, Юрик, я так за тебя рада! — искренне воскликнула я. — Ты всегда был таким сильным, я всегда верила, что ты себя найдешь.

— Ты знаешь, — задумчиво сказал Юрик. — Я как-то не очень доволен. Фонды — это, конечно, прекрасно, но ты ведь знаешь, я общительный человек, мне бы хотелось работать с людьми. А в библиотеке меня на абонемент не сажают. Предрассудки, понимаешь ли. Боятся, что у студентов и научных сотрудников при виде меня испортится настроение и снизится успеваемость и научный выход... Ну ничего, я что-нибудь придумаю!

И он действительно придумал. Несколько лет Юрик работал в одном из университетских киосков Академкниги. Его знали все и он знал всех. У него можно было заказать любую книгу, получить совет, попросить откладывать подборку на любую тему. С ним было просто интересно поговорить, и у его киоска всегда стояли люди. Юрик нашел себя.

Он погиб во время нашумевшей катастрофы и пожара в поезде Москва-Ленинград. Будучи инвалидом, Юрик не сумел или не успел выбраться из горящего вагона. Я узнала об этом из некролога, который висел рядом с опустевшим киоском. Я купила две белые гвоздики и поставила их в банку, где уже стояли другие цветы. Мне было грустно тогда, но сегодня я уверена в том, что, несмотря ни на что, короткая жизнь Юрика была счастливой.

Мораль этой веселой и грустной истории так проста, что я даже не знаю, стоит ли о ней говорить. Но все же скажу: честность в признании достоинств и недостатков ребенка, искренность и уважение в отношениях в семье — достаточная гарантия от чрезмерной стеснительности. Независимо от всех сопутствующих обстоятельств.

Терапия стеснительности

Если чрезмерно стеснительному ребенку требуется помощь специалиста, то почти всегда это происходит в форме групповой работы. Здесь есть один нюанс, о котором, как мне кажется, непременно надо упомянуть. Есть такая форма психотерапевтической работы, которая называется «поведенческая» или «бихевиоральная» психотерапия (от английского *behaviour* — поведение). Форма эта старая и почтенная, применяется на Западе уже больше пятидесяти лет. Исходит она в целом из того, что, чтобы решить многие проблемы человека, вовсе не обязательно копаться глубоко у него в мозгах и структуре личности. Иногда вполне достаточно изменить его неправильное поведение на правильное. Вот, к примеру, боится человек ездить в лифте. Так мы возьмем и научим его в лифте ездить без страха (для этого у поведенческой терапии существуют свои, специфические методики). И все в порядке.

В нашем случае это означает что? А вот что. Стесняется человек, и это неправильно. А мы его возьмем и научим не стесняться. И все сразу станет хорошо. А вот и не станет! Для этого я вам и рассказала про Алису, которая ведет себя так, что никто и заподозрить не сможет, что она чего-то там стесняется. Так вот, при всех достоинствах поведенческой психотерапии, она нам здесь абсолютно не подходит. Потому что нам надо не просто изменить поведение, а повысить самооценку ребенка. Так что если кто-нибудь будет предлагать вам поведенческую психотерапию как метод борьбы со стеснительностью вашего ребенка — смело отказывайтесь.

Другое дело — страхи, особенно травматические. Вот здесь-то поведенческая психотерапия и бывает особенно эффективна.

Итак, групповая психотерапия. Стеснительные дети в группе находятся под защитой и неусыпным вниманием ведущего группы. Он следит за тем, чтобы им дали возможность высказать свое мнение, за тем, чтобы другие дети это мнение услышали (иногда для этого его приходится просто громко пересказывать), и за тем, чтобы ребенок получил на свое мнение обратную связь. Постепенно стеснительные дети становятся полноправными участниками группового процесса, видят свою возможность влиять на него, отчетливо осознают (также с помощью руководителя), как и с помощью чего влияют на них окружающие их люди (члены группы, ведущий). Учатся, когда надо, сопротивляться этому влиянию, отстаивать свое мнение, свою позицию. Учатся просить о помощи и принимать ее. В дальнейшем учатся публично выступать на те или иные темы. Все это протекает в атмосфере полного доверия и принятия всех чувств и позиций ребенка. В любой момент он может прервать любое действие, если оно стало для него невыносимым, и в любой момент может спросить у группы, как он сейчас выглядит, как они его воспринимают, а также сказать о том, какие чувства у него вызывает их (членов группы и ведущего) поведение.

После занятий в такой группе стеснительные дети возвращаются «в жизнь» более подготовленными, более уверенными в себе, с новыми навыками общения, с новым знанием о себе, о взаимоотношениях людей, а главное, с более высокой самооценкой.

Иногда все же показана и индивидуальная психотерапия. Именно так я работала с Алисой. После трех месяцев занятий девочка смогла слегка изменить свое отношение к себе и к людям, стала более адекватной и открытой. Сумела подружиться с мальчиком из параллельного класса (до этого все попытки отношений с мальчиками кончались крахом — Алиса очень хотела «иметь своего парня», но боялась и избегала душевного сближения и попросту рвала все более-менее полноценные контакты). Сразу же резко улучшились отношения в школе, так как практически пропала необходимость постоянно огрызаться и хамить. Как следствие большей открытости, улучшилась успеваемость. Алисе больше не нужно было поддерживать репутацию «крутой девчонки», и как следует выученные уроки больше не казались ей таким уж несостоящим делом. Друг помогал ей готовиться к зачетным контрольным, и последнюю четверть Алиса закончила всего с одной тройкой...

Возвращаясь к Ксюше...

С трудом убедив Надю, что они обратились ко мне вовсе не зря, и назначив дату следующей встречи, я глубоко задумалась. Задача передо мной стояла явно не из легких: переломить стереотип поведения трех поколений семьи. Понятно, что в данном случае никто Ксюшину самооценку специально и даже случайно не занижал. Мать обожает дочку, бабушка, по-видимому, тоже любит внучку. Мужская половина семьи где-то за горизонтом (при следующей встрече обязательно выяснить!). Учительница сама явно обескуражена происходящим и искренне озабочена дальнейшей судьбой способной и милой девочки.

На первом этапе работы групповые занятия явно не принесут особой пользы, так как, по словам матери, девочка вполне социализирована в кругу сверстников, имеет подруг, и в классе, и в кружке поддерживает множество приятельских отношений. Корень Ксюшиных проблем, несомненно, в семье, в матери и бабушке. Но как же за него потянуть?

Во время следующей встречи я обсудила с Надей давно интересующую меня проблему.

— Муж ушел, — сказала Надя и покраснела. А я с удивлением увидела, что эмоция, которую

она испытывает, это не горе и не обида, а стыд. Ей стыдно, что от нее ушел муж. Она этого стесняется. — У него теперь другая семья. Я понимаю, почему вы спрашиваете. Но вы не думайте, тут ничего такого не было, что бы на Ксюшу так повлияло. Муж мой не пил, не скандалил, не дрался. Вообще он очень хороший человек. Ксюшу он очень любит, она к нему в гости ездит, общается с его теперешней женой и ее сыном. Алименты он платит аккуратно, правда, зарплата у него небольшая, ну, так он же не вор и не спекулянт...

— А почему вы расстались?

— Вы знаете, я и сама толком не понимаю, — снова застеснялась Надя. — Он вообще-то много говорить не любит. Сказал: «Ухожу», — и все.

— А вы что же — даже не спросили?!

— Ну как я спрошу, раз человек уходит? Ему же вещи собрать надо, попрощаться, с ребенком как-то решать — все такое... И что уж тут — спрашивай, не спрашивай...

— Да-а, — мне захотелось присвистнуть, как в детстве.

— Я потом-то уж спросила как-то: «Лешенька, может, я обидела тебя чем?» Он говорит: «Ничем ты меня, Надя, не обижала, это я сам такой подлец, что тебя с Ксюшей бросил, к другой женщине подался». А какой же он подлец?! Я ему так и сказала: ты, Лешенька, не наговаривай на себя, по-всякому в жизни бывает, кто рассудить-то возьмется...

— Послушайте, Надя, вы верующий человек, да? — не выдержала я. — Ходите в церковь, живете церковной жизнью? — Надя ни разу не упоминала Бога (а современные верующие делают это чуть ли не через слово), но все это требовало хоть какого-то объяснения.

— По настоящему-то считать, нет, не верующая. В церковь захожу редко, молюсь тоже. Хотя крещеная, и Евангелие, бывает, читаю. Есть там в сердце чего-то, а как его назвать — кто скажет? Не в словах ведь все — в делах. Иногда думаю, пойти бы, покаяться, душу облегчить, а потом — что в том? Искупать грехи-то свои надо, так ведь? Вот, может, когда сготовлюсь, тогда и схожу... Меня и мама так учили, и я Ксюшу так же учу — в словах-то мишура одна, пыль, в делах все. Другой говорит, говорит все, а ветер пролетел — и все унесло. Что делаешь в этой жизни, то тебе и в зачет идет. Неправильно, может?..

— Ой-ей-ей! — я уже сама почувствовала себя героем чего-то такого чеховского. — А что случилось с вашим отцом?

— Ничего не случилось, — вроде бы даже удивилась Надя. — Жив папа (мне показалось, что она должна была бы сказать «папенька»), здоров теперь, вот намерен приезжать из Псковской области (дом у него там), огурцов привозил соленых, грибов рыжиков.

— А с мамой...

— А с мамой они развелись, когда мне годков семь было, а Кириллу, брату, и двух не исполнилось. Пил тогда папа, пил по-черному. Зарплату пропивал, вещи из дома. Мама все сносила, жалела его, так он сам ушел. «Не хочу, сказал, твою жизнь и жизнь детей окончательно губить через мое пьянство. Попробую к корням вернуться, может, родная земля меня от злой пагубы излечит». Уехал папа к себе на родину, на Псковщину, устроился там в колхоз механизатором (там тогда другие то еще круче него пили) и зажил там... Дом бабушкин (матери отца своего) поднял, огород завел, курей, порося... И ведь правду сказал — излечила недуг его родная земля. — У меня даже голова закружилась и в носу защипало от

откровенной былинности Надиного повествования. — Родная земля да баба местная, Матрена. На деревне-то мужики нормальные да без жены — редкость, вот она и взяла его в оборот. Он-то, вроде, думал, как в норму придет, так маму с нами к себе призовет. Да Матрена по-иному решила. Окрутила его да и родила подряд двух огольцов, Ваньку да Ваську. А после уж — куда? Зарплата-то тогда в колхозе была не ахти какая, он нам все продуктами, помню, привозил. Как папа приедет, так холодильник и кладовка под завязку набиты. Как только не надрывался, такое-то изобилие на себе волоча... Курей там, сала, сметаны деревенской, творога, колбасы — он сам делал, про грибы, ягоды, огурцы, помидоры я уж и не говорю... — В этом месте мне жутко захотелось есть. — А Матрена-то, конечно, не пускала его, как могла, все боялась, что он здесь, с нами, останется. А куда ж ему — там дом, работа, хозяйство, сыновья малые опять же... Так и живут. Васька с Ванькой, как в армии отслужили, в деревню больше не возвращались. Сначала на север поехали, потом на юг, а теперь я уж и не знаю, где их судьба носит. Остался у тети Матрены на руках внук — Венечка, Вениамин. Пять годков ему сейчас. То ли Васькин, то ли Ванькин — не помню точно. Жена бывшая привезла погостить, а сама и сгнула куда-то. Так и остался Венечка там жить. Ну, у папы и тети Матрены хозяйство справное, силы покуда есть — поднимут Венечку, я так думаю. Папа приезжал, фотографии показывал. Красивый мальчик, глаза в синь, волосы кудреватые. Ксюша всем хвасталась: это, говорит, мой братик, правда, хорошенький?

В какой-то момент Надиного рассказа мне вдруг совершенно расхотелось что бы то ни было менять в этой семье. Пусть живут вот так, диковинно и в то же время просто, неправдоподобные и в то же время до судороги в скулах похожие на былинных героев, то есть на собирательные образы наших предков. На сем стоит и стоять будет...

На этом месте я оборвала себя. Хватит! Былины стоят на полках в библиотеках, а здесь, передо мной, реальная Ксюша и ее реальная судьба. И если все оставить как есть, то и от нее уйдет муж, не выдержав этого изнуряющего лирического благородства и всепрощения, и она будет, надрываясь и не ропща, одна воспитывать их общих детей, а муж будет жить где-то неподалеку с другой семьей и всю жизнь чувствовать себя неизбывным подлецом... И вот ведь интересно, во времена сталинских репрессий «ангельский» наследственный характер Ксюшиной прабабушки пришелся весьма кстати. Не колеблясь, она бросила четырнадцатилетнюю дочь и отправилась куда-то за полярный круг, к мужу. Да, эти женщины явно были одной крови с женами декабристов... Пожалуй, эта замечательная золоченая цепочка все же стоила того, чтобы хотя бы попытаться ее разорвать... Но с чего же начать? Ксюша — мала, бабушка — стара. Остается Надя.

— Надя, вы будете ходить ко мне на психотерапию?

— Я? А почему я? — изумленные глаза, чистый, ничем не замутненный взгляд.

— Ради Ксюши...

— Конечно!

Должна признаться сразу — никакой психотерапии у меня с Надей не получилось. Архетипическая цельность ее души, совершенно невероятный говор (она же — третье поколение ленинградцев! Откуда?!) попросту сбивали меня с толку. К тому же Надя со всем соглашалась. Если я ничего не говорила, то молчала и она, молчала спокойно и доброжелательно, или произносила фразу, которая окончательно доканывала меня:

— Слыхала я от людей (я потратила два сеанса, чтобы объяснить Наде, что такое психотерапия), что психотерапия эта — дело глубокое и болезненное. Но для дочки-то ничего не

жаль. Вы доктор, не стесняйтесь, пожалуйста мне скажите, что я говорить или делать должна. А я прямо это говорить или делать и буду.

В конце концов я совершенно отчаялась и решила это дело прекратить, но однажды Надя с глубокой печалью сообщила мне, что кафе, в котором она работала, продают за долги, а новые хозяева собираются открывать там модный магазин. Таким образом, Надя остается без работы.

— Надя, вот шанс! — блестяще, но рискованно симпровизировала я. — Оживите вашу мечту! Идите в библиотеку!

— Кто ж меня туда возьмет-то! С улицы... — грустно улыбнулась Надя. — Я пока на биржу пойду. Меня подружка научила. Поскольку по сокращению...

— Идите пока на биржу, — согласилась я.

Этим же вечером я позвонила приятельнице, которая работала в библиотеке Академии наук и, презрев врачебную тайну, рассказала ей всю историю, начиная с жен декабристов.

— Так не бывает, — решительно отреагировала приятельница. — Это у тебя приступ романтизма.

— Устрой ее на любую работу, сама увидишь, — предложила я. — Она гиперответственна, кристально честна и у нее совершенно потрясающий язык. Может, она потом где-нибудь подучится?

— Вообще-то есть библиотечный техникум, а в нем — заочное отделение, — задумчиво промолвила заинтригованная приятельница. — У нас там некоторые девочки учатся.

— Именно то, что надо, — возрадовалась я. — Сельская библиотека была бы лучше, но — нет подходов... Когда мне ее к вам прислать?

На работу Надю взяли с испытательным сроком. В конце его мне позвонила приятельница и спросила, все ли у Нади в порядке с головой. Я испугалась.

— А что, неужели не справляется?

— Справляется, справляется, только, понимаешь, она иногда плачет... И мы не знаем...

— Когда плачет? Почему?

— Ну вот на книги посмотрит, которые на тележке везет, ну, восемнадцатый там век или даже раньше, бывает, заказывают в читальный зал, и вдруг смотрим, у нее слезы на глазах. Это, по твоему, что значит?

— Не волнуйся, — успокоила я приятельницу. — Это потом пройдет. А плачет она — от благоговения.

— От чего?! От чего?! — опешила приятельница.

— Нам с тобой не понять... А как тебе язык?

— Потрясающе! У нас все просто балдеют. Сначала думали — придуривается, а как поняли... Тут один мужик с филологическим уклоном к ней зачастил, немолодой уже, с сединой — я думаю, что-то серьезное наклеивается. Ты говорила, у нее дочка есть. А с мужем как?

— С мужем — в разводе.

— Ну тогда все нормально.

Надя пришла ко мне спустя два месяца. Благодарить. Умеренно стесняясь, протянула цветы и коробку конфет. Я отметила это как огромный прогресс, спросила о делах. Совсем не стесняясь, Надя рассказала о работе, о том, что она до сих пор не может поверить, и о том, что уже готовится к экзаменам в техникум, которые будут еще через пять месяцев, но ведь она уже совершенно все забыла и надо будет походить на подготовительные курсы... Сказала и о том, что учительница совсем перестала жаловаться на Ксюшу, и недавно дочка даже решила у доски задачу и получила «пять». Потом Надя вдруг снова застеснялась.

— Говорите, Надя, говорите...

— Тут человек один... — совсем по-девчоночьи сконфузилась женщина. — Хороший человек, добрый, положительный. Правда, в годах уже... Я и думаю...

— Думайте, Надя, думайте. И решайтесь. У нас с вами сейчас не психотерапия, и даже не консультация, поэтому я дам вам совет, хотя вообще-то я советов, как вы знаете, не даю. Если решитесь, обязательно раз в месяц устраивайте мужу скандалы. И обязательно ревнуйте. Наплевать, что в годах, ему лестно будет. Иногда плачьте и обижайтесь по пустякам, пусть он вас утешает. И непременно хоть иногда повышайте голос, орите, шипите, ругайтесь. Не говорите все время, как народная сказительница. От этого рехнуться можно! И сбежать!

— Вы думаете, так правильно будет? — улыбнулась Надя. — Хорошо, я попробую.

Когда она вышла, я чувствовала себя так, словно собственными руками уничтожила уникальный список «Слова о полку Игореве».

Глава 5

Отличница Василиса и ее невроз

— Это совершенно ужасно! То есть я хочу сказать, что это совершенно ужасно выглядит! — печально, но энергично сказала молодая хорошо одетая женщина. Она сидела на стуле, прижимая к себе дорогую сумку из хорошей кожи и теребила-перебирала ее длинный ремень.

Ее дочь со сказочным именем Василиса сидела в кресле напротив меня. У девочки было приятное, несколько простоватое лицо, крупные правильные черты, плотно сбитая фигура и крепкие ноги, туго обтянутые белыми колготками. На Василисе было также тяжелое широкое платье из темно-зеленого бархата с белым кружевным воротником и кружевными же манжетами. И воротник, и манжеты выглядели туго накрахмаленными. Больше всего на свете Василиса напоминала только что прошедшую превращение Царевну-лягушку, в которой еще сохранилось что-то отчетливо лягушачье.

Мама Василисы рассказывала просто, без излишней экзальтации, но с идущими к делу эмоциями, именно так, как, в общем-то, и должен строить свой рассказ умственно и эмоционально полноценный человек. Слушать ее было приятно, хотя тема рассказа к тому вроде бы не располагала. Дочь слушала очень внимательно, никаких реплик и даже жестов себе не позволяла. Хотя речь шла именно о ней.

— Перед школой я много занималась с Василисой. Я как раз тогда потеряла работу, и времени у меня было достаточно. Вообще она очень способная девочка, читать и считать научилась

очень рано и идти в школу хотела еще в предыдущий год. Но я была против, так как ей тогда только-только шесть лет исполнилось. Зачем перегружать ребенка — так я тогда подумала. Василиса пошла в школу в семь лет. Школу мы выбрали хорошую, тестирование она прошла легко. Правда, меня тогда очень удивила ее реакция. Она так нервничала, как будто решалось невесть что. Я успокаивала ее, говорила, что все эти задания для нее просто тьфу (так оно на самом деле и оказалось), что, в конце концов, на этой школе свет клином не сошелся и в городе еще полтысячи школ, многие из которых еще лучше этой, но она как бы меня не слышала. Я говорю об этом потому, что, может быть, это важно для понимания того, что происходит сегодня. — Я энергично кивнула, потому что это действительно было важно. — Так вот, она меня как будто не слышала и слышала только то, что происходит где-то там, внутри нее. Но потом все как-то обошлось, то есть не обошлось даже, а кончилось очень хорошо: Василису все очень хвалили и зачислили в самый лучший «А» класс.

Она с самого начала училась очень хорошо, но мы так и ожидали. В самом деле — девочка способная, подготовленная, аккуратная — почему нет? Учительница часто ставила Василису в пример другим детям, но вы не подумайте, что моя дочь от этого зазналась или еще что-нибудь такое. Василиса очень ответственная девочка, она понимала, что если ее ставят в пример, то нужно учиться еще лучше. И она всегда готова помочь другим, если нужно. Кроме учебы, в ее классе протекает весьма активная, как это раньше называли, общественная жизнь. Они ставят спектакли, готовятся к разным праздникам, выпускают стенгазету. Василиса принимала во всем этом активное участие, иногда дома что-то рисовала, учила, иногда задерживалась в школе. Я была не против, потому что мне казалось, что это полезно для общего развития. Может быть, это была перегрузка? Но ведь многие дети учатся в школе и одновременно посещают несколько кружков, и ничего с ними не происходит. А Василиса никаких кружков не посещала. Не знаю.

Первый класс Василиса закончила на одни пятерки, лучшей ученицей в классе. На лето с бабушкой ездила на дачу. Там купалась, загорала, ходила в лес, ела ягоды и фрукты, словом — отдыхала. А когда приехала в город и снова пошла в школу, в конце первой четверти — началось...

— Как именно это началось? С чего?

— Да в том-то и дело, что ни с чего. Накануне вечером все было хорошо. Василиса пришла из школы довольная, получила три пятерки, рассказала, что они будут ставить новый спектакль и Вероника Ивановна обещала ей главную роль, нормально сделала уроки (иногда она сидит допоздна, но именно в этот день все было довольно быстро), поужинала, легла спать. Утром тоже все было нормально. Встала, сделала зарядку, умылась, села завтракать. Не успела съесть кашу, как вдруг — рвота. Мы ужасно испугались, о школе, разумеется, не могло быть и речи. Вызвали врача. Врач пришел, осмотрел, помял живот, сказал: «Все нормально, никакой хирургии нет, может быть, переутомление от школы. Сдайте на всякий случай анализы и попейте витамины». А она все лето эти витамины центнерами ела. И я не врач, конечно, но какое же может быть переутомление от школы в первой четверти? Анализы мы, конечно, тут же сдали. Все нормально. Через день — опять рвота. Да какая! И опять утром. Потом — вечером. И пошло. Василиса бледная как полотно. Пытается меня успокаивать, но видно, что сама перепугана донельзя. Еще бы!

Вот так и живем уже второй месяц. Обследовались уже у всех возможных специалистов. Нашли шумы в сердце и плоскостопие. Сами понимаете, что к нашим симптомам ни то, ни другое не имеет никакого отношения. А оно то затихнет, то опять. Не знаем, что делать. Вот, посоветовали обратиться к вам.

- Правильно ли я поняла, что Василиса по характеру всегда была аккуратной и ответственной девочкой?
- Да, да. Она спать не ляжет, пока все уроки не выучит. И подгонять ее, как других детей, совершенно не надо. Все сама.
- А за двойки вы Василису ругаете?
- А у меня никогда не было двоек, — впервые подала голос сама Василиса.
- А если бы были, как ты думаешь, мама стала бы ругаться?
- Я думаю, что нет, — честно подумав, сказала Василиса.
- Назови, пожалуйста, самый хулиганский поступок, который ты совершила в своей жизни. Ну, там, стекло разбила или учительнице кнопку на стул подложила...
- У меня никогда не было таких поступков, как вы говорите. Поэтому я не могу сказать... Однажды я случайно разбила бабушкин бокал, когда протирала его полотенцем.
- Бабушка очень ругалась?
- Нет, она совсем не ругалась. Наоборот, она меня утешала, потому что я очень плакала. Бокал был очень красивый, мне было его жалко.
- Скажи, Василиса, а тебе снятся сны?
- Да, конечно.
- А кошмары среди них бывают? Ну, что за тобой кто-нибудь гонится, ты куда-нибудь падаешь или на тебя что-то падает и все такое...
- Нет, такого я не помню. Бывает только, что я что-нибудь не успела к школе сделать или тетрадку дома забыла. Вероника Ивановна говорит: дети, откройте тетради. Я лезу в портфель, а у меня там вместо тетрадок яблоки лежат. С дачи. — В этом месте Василиса позволила себе осторожно улыбнуться. — Но это, наверное, не кошмар, потому что Вероника Ивановна добрая.
- То есть она не стала бы ругать тебя за забытую тетрадь?
- Вообще-то она иногда ругается, но на меня — никогда. А про тетрадки я не знаю, потому что никогда их не забывала. Только во сне. — Василиса улыбнулась еще раз.
- После окончания разговора я отправила Василису в другую комнату рисовать проективные рисунки.
- Как вы думаете, что с ней такое?! — не скрывая больше своей тревоги, воскликнула мать. — Все врачи разводят руками, а мне иногда кажется, что это что-то совсем страшное. Я второй месяц по ночам не сплю, таблетки глотаю... Как вы думаете, это пройдет?
- Я думаю, что это невроз, — сказала я. — И я думаю, что ждать, пока он сам пройдет (хотя это и возможно), не стоит. Я думаю, что его надо лечить.

Что такое невроз?

В последней, самой современной международной классификации болезней (МКБ10) невроз как отдельное заболевание или группа заболеваний не выделяется вообще. Сохранилось лишь малопонятное для непосвященных наименование широкой группы расстройств — «невротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства».

Однако, несмотря на все нововведения медиков, обширная группа страдальцев по-прежнему существует, и практические врачи (в основном, разумеется, невропатологи) по-прежнему диагноз «невроз» широко используют. Так что же это такое?

Во-первых, хотелось бы уточнить сразу: невроз — это болезнь. Не симуляция, не придурь, не «расстроенные нервы» — болезнь, требующая длительного и адекватного лечения. Западный мир, насквозь пронизанный флюидами фрейдизма, давно уже признал невроз полноценным заболеванием, а у нас сегодня наблюдается довольно пестрая картина. Автору приходилось слышать, например, такие высказывания от мужей:

— Я сначала испугался, думал, с ней и вправду что-то такое. Но я же не врач, во всем этом не понимаю, вижу — жене плохо, и все. А потом она сходила к врачу, он ее сразу и раскусил. Так и написал в карточке: невроз. Вот и все дела. Все от нервов — я ей так и говорил. Прекрати психовать, и все пройдет. Но разве она меня послушает?!

От отцов:

— Правильно, нам так и доктор сказал, как вы говорите, — невроз у него, и все. Больше надо на улице гулять и телевизор с этими дурацкими фильмами меньше смотреть. А лечить? Ну, как лечить невроз — это-то я знаю: берешь ремень и...

То есть в данных случаях представления о неврозе как о заболевании отсутствуют начисто. И это неправильно. Поэтому повторяю еще раз: невроз — болезнь. Ее надо лечить так же, как лечат туберкулез, насморк или перелом руки.

Все невротические расстройства объединяет одно: все они в той или иной степени имеют психологические причины. Проблема происхождения, развития и даже определения неврозов до сих пор спорна (надо думать, отчасти поэтому составители МКБ10 от этой категории и отказались). Чуть ли не каждый серьезный исследователь в области психологии на протяжении вот уже почти ста лет выдвигает свою концепцию или свою классификацию неврозов. Наиболее известными такими западными исследователями были, безусловно, З. Фрейд и его последователи, впоследствии разработавшие собственные направления психологии и психотерапии: А. Адлер, К. Г. Юнг, К. Хорни. У нас проблемами происхождения и классификации неврозов много и плодотворно занимался Мясищев. И сегодня в области типологии и лечения неврозов (в том числе у детей) работают многие замечательные исследователи и практические врачи (например, в Санкт-Петербурге — А. И. Захаров, Э. Г. Эйдемиллер, В. И. Гарбузов).

Сам термин «невроз» был введен великим врачом Галеном еще в 1776 году. Означает он в переводе с греческого «болезнь нервов». Поскольку какое-нибудь из многочисленных определений неврозов нам все равно понадобится, то можно взять что-нибудь посовременней, например определение, приведенное в «Толковом словаре психиатрических терминов» и принадлежащее видному современному психиатру Б. Д. Карвасарскому. Звучит оно так:

«Неврозы — это психогенные (как правило, конфликтогенные) нервно-психические

расстройства, заболевания личности, возникающие в результате нарушения особо значимых жизненных отношений человека и проявляющиеся в специфических клинических феноменах при отсутствии психотических явлений».

Для неврозов характерны:

- 1) обратимость патологических нарушений, независимо от их длительности;
- 2) психогенная природа заболевания, которая определяется наличием связи между клинической картиной невроза, с одной стороны, и особенностями системы отношений, присущей личности больного, и конфликтной ситуацией — с другой стороны;
- 3) специфичность клинических проявлений, состоящая в доминировании эмоционально-аффективных и соматовегетативных расстройств (то есть расстройства функции и состояния, а не органические поражения).

Критерии диагностики неврозов были сформулированы А. М. Вейном в 1982 году. Они включают в себя:

- 1) наличие психотравмирующей ситуации (она должна быть индивидуально значимой и тесно связанной с дебютом и течением заболевания);
- 2) наличие невротических особенностей личности и недостаточности психологической защиты;
- 3) выявление характерного типа невротического конфликта;
- 4) выявление невротических симптомов, характеризующихся большой динамичностью и взаимосвязанных с уровнем напряжения психологического конфликта.

Какие бывают неврозы?

При всем многообразии классификаций и выделения различных форм невротических синдромов, о котором мы уже говорили, все же общепризнанным остается существование трех классических форм невроза в качестве основных: неврастении (астенический невроз), невроза навязчивых состояний и истерического невроза.

Их-то мы, во избежание дальнейшей путаницы, и рассмотрим.

Неврастения. При этом расстройстве основными симптомами болезни являются жалобы на повышенную утомляемость, снижение успеваемости и продуктивности в других делах, невозможность сосредоточиться, физическая слабость и истощаемость даже после минимальных усилий, невозможность расслабиться. Часто к этому присоединяются и другие неприятные физические ощущения, такие как головокружения, головные боли, желудочно-кишечные расстройства. Обычно также раздражительность, потеря чувства радости жизни, удовольствия, различные нарушения сна.

Иногда неврастеническому синдрому непосредственно предшествует заболевание гриппом, вирусным гепатитом или инфекционным мононуклеозом.

Но чаще всего астенический невроз возникает в связи с продолжительным стрессом, длительным недосыпанием, умственным или физическим переутомлением, опасной для жизни ситуацией.

Ребенок при неврастении обычно робок и не уверен в себе. Его стиль приспособления к жизни — капитуляция перед ней. Всем своим видом он как бы говорит: «Оставьте меня в покое — я болен!» Это одна из форм психологической защиты. Как правило, такого ребенка действительно шадят и жалеют. Он приспособился.

Но существует и такое понятие, как внутренний конфликт. Внутренний конфликт — это, как правило, противостояние осознаваемых притязаний, желаний и неосознаваемой самооценки или установки. Иногда одна из позиций сознания противоречит другой — это тоже внутренний конфликт.

Бывает и так, что противостоят друг другу две установки (например, установка, внушенная отцом: «Надо бороться!», и установка бабушки: «Безопасность — любой ценой!»).

Внутренний конфликт — основа, стержень любого невроза. Он раздваивает человека, делает его эмоционально и поведенчески нестабильным. Психическая травма или длительное психологическое напряжение привели к доминированию одной стороны, участвующей в конфликте (например: «Я ничего не могу, всего боюсь»), но вторая («Хочу, желаю») тоже никуда не исчезла.

И поведение ребенка, страдающего неврастением, тоже может быть контрастным. То он труслив, то вдруг отчаянно решителен. То отказывается от выполнения очень простого задания, то вдруг берется за трудное и явно непосильное для себя. Такой ребенок болезненно самолюбив, раним и обидчив. Его очень легко оскорбить. Его тяжелые переживания приводят к ухудшению работы внутренних органов. У него часто болит и кружится голова, плохой аппетит или очень прихотливый вкус в еде. Часто прибавляются другие, иногда очень причудливые соматические симптомы. Таким образом, неврастения — это своеобразное бегство в болезнь.

Невроз навязчивых состояний. Основной чертой этого расстройства являются повторяющиеся навязчивые мысли или действия. Навязчивые мысли представляют собой идеи, образы или влечения, которые в стереотипной форме вновь и вновь приходят на ум больному. Они почти всегда тягостны, и больной часто пытается сопротивляться им. Тем не менее они воспринимаются как собственные мысли или идеи, даже если они невыносимы и возникают непроизвольно.

Навязчивые действия или ритуалы представляют собой повторяющиеся вновь и вновь стереотипные поступки. Они не доставляют внутреннего удовольствия и не приводят к выполнению внутренне полезных задач. Их смысл, как правило, заключается в предотвращении каких-либо маловероятных событий, причиняющих вред больному или членам его семьи (смерть, заражение, арест и т. д.).

Обычно, хотя и не обязательно, такое поведение воспринимается больным как глупое или бессмысленное, и он время от времени повторяет попытки сопротивления ему.

У детей невроз навязчивых состояний чаще проявляется в совершении навязчивых действий, например мытье рук, хождение только определенным маршрутом, пересчитывание каких либо предметов и т. п.

Часто развитию невроза навязчивых состояний предшествуют страхи в более раннем возрасте. У людей с этим расстройством обострен инстинкт самосохранения. Вся их жизнь полна опасностей, от которых нужно непрерывно защищаться. Иногда дети «защищают» таким образом не только себя, но и других значимых людей (как правило, родителей, но я знала

девочку, которая ежедневно завязывала семнадцать узелков на перекладине кровати своего новорожденного брата, чтобы спасти его от смерти. На ночь узелки нужно было развязывать, а с утра завязывать вновь). Иногда дети осознают причину своих ритуальных действий (так, моя знакомая девочка говорила: «Я делаю это, чтобы Володенька остался жив»). Но иногда ритуалы существуют как бы сами по себе. Ребенок ходит кругами, часами высчитывает какие-то числа, прикасается или, наоборот, не прикасается к каким-то определенным предметам, но объяснить всего этого не может, говорит лишь, что «так нужно делать». Эти дети, как правило, тревожны, педантичны, гиперсоциальны (т. е. склонны подстраиваться под требования общества, выполнять все правила). Их внутренний конфликт — это конфликт между обостренным инстинктом самосохранения (и проистекающим из этого страхом перед многочисленными опасностями) и установкой «надо!», «все должно быть сделано как следует, на совесть!». Их психологическая защита выражается в своеобразном чувстве собственного превосходства над другими детьми: «Я очень ответственный и внимательный человек. У меня все «схвачено» и проверено. Я не упущу даже мелочи. А боюсь я потому, что понимаю больше других».

Тщательное выполнение ритуалов на время успокаивает ребенка, но не может принести облегчения навсегда. Такой ребенок постоянно что-то проверяет и перепроверяет, но все равно все время боится, что что-то забыто или упущено. Он боится чего-то неопределенного, того, что может случиться, и этот страх не на шутку изматывает его, истощает его адаптационные механизмы.

Истерический невроз. Истерия как отдельное заболевание известна с глубокой древности. Описание случаев истерии есть в Ветхом и Новом заветах. Великий русский физиолог И. П. Павлов считал, что в основе истерии лежит слабость нервной системы, главным образом коры головного мозга, преобладание подкорковой деятельности над корковой и первой сигнальной системы над второй.

Для истерии характерны большое разнообразие клинических проявлений, роль внушения и самовнушения в их возникновении, повышенная эмотивность.

В. И. Гарбузов так пишет об истерическом неврозе в своей книге «Нервные дети»: «Поведение, которое принято характеризовать как истеричное — древняя форма приспособления слабых. Из этологии (наука о поведении животных) известно, что животные, неспособные себя защитить, при опасности нередко демонстрируют мнимую смерть, и хищник не замечает их, поскольку они неподвижны, или отказывается от “мертвого”. Иногда животное, почувствовав опасность, начинает неистово метаться — проявляется так называемая двигательная буря, и в итоге животное спасается, случайно найдя выход или отпугивая хищника неожиданно бурной реакцией. При неврозах часто отмечается выход детей на древние для человека, напоминающие таковые у животных, механизмы поведения... Именно потому, что истеричность — приспособление слабых, мы наблюдаем истерический невроз ранее других, у самых маленьких. Он характерен также скорее для инфантильных, несамостоятельных и чаще всего, по нашим данным, встречается у детей с низким уровнем умственного развития... Внутренний конфликт у такого ребенка — это конфликт эгоистических желаний “хочу” или “не хочу” с социальными требованиями и оценками “надо”, “нельзя”, “стыдно”».

Ребенок с истерическим неврозом, как правило, непроходимо эгоистичен. Приспособление при истерическом неврозе происходит благодаря удивительной способности неосознаваемой части нашей психики — создавать «по требованию» функциональную модель практически любого заболевания. «Заболев» таким образом, ребенок легко добивается своего (мать остается с ним, он не идет в детский сад, школу и т. д.). Симптомы проявившегося «заболевания» могут быть самыми разными — от недержания мочи и кала до тяжелых параличей.

Ребенок, страдающий истерическим неврозом, искренне уверен, что он тяжело и хронически болен, но, в отличие от ребенка с неврозом навязчивых состояний, даже не пытается бороться со своим заболеванием. К врачу, который скажет ему, что его ежедневные повышения температуры совершенно не связаны с его желудком, сердцем и т. д., такой ребенок больше никогда не придет.

Из всех форм неврозов истерический невроз труднее всего поддается лечению, практически не излечивается «сам собой». Ребенок с истерической формой невроза больше других изматывает родителей. Нужно помнить, что сам ребенок при этом отнюдь не симулянт. Он не может по своей воле прекратить паралич, понизить температуру, остановить рвоту. Он болен. И его нужно лечить, хотя его болезнь упорно и изоэпренно сопротивляется этому лечению.

Основные предпосылки возникновения неврозов у детей

Невроз — сложное, многокомпонентное заболевание, развивающееся на основе множества причин и предпосылок. Основные из них мы уже называли. Это иницирующая психологическая травма или длительно действующие стрессорные факторы, истощающие адаптационные возможности организма; особенности психологической защиты ребенка, его темперамент, его характер, а также наличие индивидуально значимого внутреннего конфликта.

Часто среди дилетантов, а иногда и от не слишком квалифицированных психологов можно услышать упрощенное толкование механизмов развития невроза, практически ограничивающееся первым пунктом вышеприведенного списка, т. е. психотравмирующей ситуацией. У ребенка невроз, потому что его отдали в ясли, или потому что он долго лежал в больнице и перенес тяжелую операцию и разлуку с родными. Или (и это встречается еще чаще) невроз ребенка объясняется тем, что в семье сложные отношения между родными, часто бывают скандалы, папа приходит домой пьяным и т. д.

Отдают в ясли множество детей, многие дети тяжело болеют и лежат в больницах, и, к сожалению, в огромном числе семей эмоциональная обстановка далека от стабильности и благополучия. Да и вообще, если взглянуть на обстоятельства трезво, то любой из пунктов приведенного выше списка встречается в жизни чуть ли не на каждом шагу. В чьей жизни не было психотравмирующих ситуаций (особенно подобных вышеописанным)? Кто может поручиться за исключительную силу своих психологических защит и утверждать, что они нигде и никогда не дают сбоев? У какого человека нет никаких внутренних конфликтов между осознаваемой и неосознаваемой частью психики? Но невроз развивается далеко не у всех. Почему? И кто же подвержен наибольшему риску? Возможно ли это определить заранее — так, как практические врачи определяют группы риска по развитию заболеваний сердца, желудка, развитию сахарного диабета? Ведь, предвидя и зная, куда «подстелить соломки», гораздо легче предотвратить нежелательное развитие любых событий (в нашем случае — развитие невроза). Отчасти подобное предвидение возможно.

Невроз, как и любое другое тяжелое заболевание, редко развивается на пустом месте. Так же, как и всем другим серьезным расстройствам функционирования организма (инфаркт, онкологические заболевания, язва желудка), ему предшествуют расстройства менее серьезные, как бы предвестники. Такие предвестники известны врачам практически для всех распространенных заболеваний. Изменение кислотности и гастрит (предвестник язвы желудка), ишемическая болезнь сердца и другие нарушения его функции (предвестник инфаркта), состояние «предрака» (предвестник онкологических заболеваний) — все это серьезные поводы для тревоги и немедленного начала лечения. Если лечение правильно, своевременно и эффективно, то страшный исход, как правило, удается предотвратить.

Все это верно и для невроза. Выделяют так называемое пред неврозное состояние и даже предневрозный характер. Что же это такое?

Предневрозный характер формируется из более или менее полного сочетания следующих черт:

- ребенок мнителен, робок, не уверен в себе;
- как следствие этого, не доверяет другим;
- ребенок чрезмерно зависим от значимых лиц, перекладывает на них всю ответственность за свою жизнь и поступки;
- он тревожен, предрасположен к перестраховкам;
- чрезмерно внушаем;
- ребенок малоактивен, опаслив, избегает игр со сверстниками или, наоборот, повышенно активен, но это активность тревожная, с элементами демонстративности;
- обидчив, постоянно ждет насмешки, нападения;
- склонен долго и тяжело переживать собственные неудачи и вообще все события своей жизни и жизни семьи. И радость, и горе легко выбивают его из равновесия.

С формирования такого характера и начинается путь ребенка к неврозу. Если среди вышеописанных черт преобладает педантичность, обостренный инстинкт самосохранения, боязливость, тревожность и мнительность, и при этом ребенок внимателен к мелочам, дотошен и рассудителен, то, скорее всего, у данного ребенка разовьется невроз навязчивых состояний.

Если ребенок легко сдается перед трудностями, мнителен, робок, с удовольствием играет роль «больного и слабого» — то здесь наблюдается явная предрасположенность к заболеванию неврастениями.

Если же мы имеем дело с ребенком эгоистичным, с демонстративным, часто инфантильным поведением, если ребенок легко внушаем, капризен, вечно недоволен окружающими, постоянно требует повышенного внимания к своей особе, то такого ребенка, скорее всего, ожидает заболевание истерическим неврозом.

Понятно, что при наличии у ребенка предневрозного характера родителям целесообразно обратиться к специалисту (психологу или психоневрологу), с тем чтобы вовремя откорректировать имеющиеся нарушения.

Как вы уже, несомненно, поняли, заболевают неврозом и дети, и взрослые. Но хотелось бы отметить, что неврозы, возникающие в детском возрасте, отличаются некоторым своеобразием. Это своеобразие заключается в том, что у детей достаточно часто наблюдаются так называемые *моносимптомные неврозы*, из самого названия которых явствует, что их клиническая картина проявляется всего одним, как правило, достаточно ярким симптомом. Иногда этот симптом выглядит изолированным и непонятным и только глубокий анализ анамнеза ребенка и семейной ситуации позволяет выявить все компоненты заболевания неврозом. К таким неврозам относятся невротическое заикание, тики, расстройства сна и аппетита, невротические энурез и энкопрез (недержание мочи и кала), патологические привычки, такие как сосание пальца, кусание ногтей и ногтевых валиков, онанизм, выдергивание бровей, ресниц и т. д.

Что делать, если у ребенка невроз?

Невроз, как и многие другие заболевания, гораздо легче предотвратить, чем лечить. Но лечить его можно и нужно. Лечение невроза, как правило, длительное. Проводит его только специалист в тесном контакте с семьей ребенка. Никакой общей схемы лечения всех неврозов, которую можно было бы опубликовать в журнале или научно-популярной книжке, не существует. Борьба с неврозом всегда, абсолютно во всех случаях требует выработки сугубо индивидуальной стратегии и тактики лечения.

Может ли невроз пройти сам собой? Да, в некоторых случаях может (особенно если речь идет о травматических неврозах). Но лечение все равно предпочтительнее, так как один невроз (и в этом он похож на известное соматическое заболевание — воспаление легких) как бы торит дорожку другому. После одного перенесенного воспаления легких риск следующего воспаления (после провокации — ангины, гриппа, бронхита) повышается во много раз. Так же обстоит дело и с неврозом. Только роль провоцирующего фактора здесь будет выполнять психическая травма.

На первом этапе преодоления заболевания неврозом врачи невропатологи часто выписывают больному ребенку транквилизаторы, антидепрессанты, реже — снотворные препараты. Но сами по себе эти препараты не излечивают невроз.

Основной метод лечения невроза — это психотерапия. Если речь идет о подростке, то психотерапией занимаются именно с ним, если ребенок совсем мал — со всей семьей. Для детей «среднего» возраста (5–11 лет) оптимальной часто является игровая психотерапия. Цель психотерапии — устранение психической травматизации ребенка, а также выявление внутреннего конфликта и (по возможности) его разрешение.

Больной неврозом ребенок чувствует себя немощным и несостоятельным, проигрывающим или уже проигравшим в жизненной борьбе. Задача психотерапии и тех коррекционных мероприятий, которые психотерапевт рекомендует родителям и самому ребенку, — сделать адекватной его самооценку (сказать «повысить» — нельзя, так как при истерическом неврозе она зачастую чрезмерно завышена), вернуть ребенку чувство состоятельности и уверенности в себе.

Еще об отличнице Василисе

Итак, если я предполагаю, что у Василисы невроз, то должны быть налицо все его компоненты. Давайте смотреть.

Предневрозный характер — имеет место. Василиса гиперответственна, педантична, тревожна, несмотря на все свои способности и достижения не уверена в себе (см. поведение на тестировании и слова мамы: «Сто раз все перепроверит»). Очень зависима от мнения окружающих, боится совершить ошибку и повести себя «не так». Характер Василисы, судя по всему, результат взаимодействия воспитания и темперамента. По темпераменту Василиса, скорее всего, флегматик, склонна все делать неторопливо и как следует. А гиперответственность, высокую требовательность к себе в ней воспитали мама и бабушка. Делать много, на совесть, да еще и все делать правильно, все успевать — это тяжело. Поэтому Василиса допоздна сидит за уроками, почти не гуляет, не посещает никаких кружков.

Далее. Клиническая картина — более чем налицо. На первый взгляд, симптом всего один — рвота, но это только на первый взгляд. Мать в разговоре упоминала о том, что Василиса уже больше года с трудом засыпает, под глазами у нее к концу дня — синие круги, иногда плачет

по пустякам, в прошлом году под бровью почти месяц дергалась какая-то «жилка» (скорее всего — тик).

Как обстоит дело со внутренним конфликтом? По идее, на его характер должен опосредованно указывать основной симптом.

Иногда это «указание» выглядит весьма своеобразно. Так, например, один из коллег рассказывал следующий случай.

Женщина узнает о том, что ей изменяет муж. Ее принципы требуют немедленного развода. Но муж кормит ее и двоих несовершеннолетних детей. Уходить ей некуда. Специальности у нее практически нет. Но и поступиться принципами она тоже не может. Тогда из этой тупиковой ситуации находится выход — в болезнь. Женщина заболевает истерическим неврозом, у нее парализует обе ноги. Теперь она просто физически «не может уйти» от мужа, а симптом ясно и недвусмысленно указывает на локализацию внутреннего конфликта.

Итак, имеющийся у нас симптом — рвота. О чем же он нам говорит? Рвота — это не тошнота, не отрыжка, не другие желудочно-кишечные расстройства. Это симптом демонстративный, сильный, внешний. Что такое рвота в представлениях отличницы и аккуратистки Василисы? Нечто грязное, непристойное, отвратительное. То, что шокирует окружающих, то, что невозможно скрыть, перетерпеть. То, чего не должно быть. Отсюда уже рукой подать до внутреннего конфликта. У Василисы воспитанием и рано присоединившимся к нему самовоспитанием подавлена и вытеснена в неосознаваемое ровно половина ее личности — та, которая отвечает за шалости, дерзости, ребячливость и прочие подобные вещи. Но Василисе всего восемь лет, и даром подобные «штучки» ей не проходят. Следовательно, имеем внутренний конфликт — между сознательной установкой «все должно быть правильно, вовремя, положительно» и воплем из неосознаваемой части психики: «быть всегда положительным и всегда выглядеть пристойно нельзя!» Отсюда же — «непристойный» характер симптома.

Сложнее обстоит дело с психотравмирующей ситуацией. Ее вроде бы на горизонте нет. Считать таковой длительное напряжение и попытки делать все и всегда правильно — довольно большая натяжка. Ведь у Василисы пока все получалось. Почему же срыв произошел именно тогда, в начале первой четверти второго класса? Но и здесь есть некоторая зацепка. Когда я расспросила Василису о предполагаемом спектакле, Василиса с нескрываемой радостью сообщила мне о том, что из-за ее болезни главную роль отдали другой девочке, а ей досталась роль положительная, но малозначащая.

— А разве не обидно, что главная роль досталась не тебе? — поинтересовалась я.

— Нет, что вы! — очень искренне ответила Василиса (мне показалось, что лживость отнюдь не входит в число ее недостатков). — Там же столько слов надо было учить. А сейчас у меня совсем мало — всего одна страничка. Я ее уже выучила, так что мне даже на репетиции можно не ходить. Но я все равно иногда хожу, сижу в зале, слушаю.

С некоторой натяжкой, но все же можно предположить, что Василиса (разумеется, не осознавая этого) была роковым образом «травмирована», получив еще одну почетную нагрузку — большую главную роль в новом спектакле, и именно это послужило «спусковым крючком» для развития невроза. Отвратительный симптом, тем не менее, позволил Василисе «отвертеться» от главной роли и существенно уменьшить ее участие в общественной работе в целом. Кроме того, возможно, что из-за болезни и сама Василиса смогла разрешить себе какие-то мелкие послабления, о которых я просто не осведомлена.

Итак, все компоненты невроза вроде бы налицо. Пора начинать лечение. Ясно, что оно должно быть комплексным. Посоветовавшись с невропатологом, мы решили никакого медикаментозного лечения пока не проводить и ограничиться психотерапией.

Маме были выданы рекомендации поговорить с учительницей и в разговоре настаивать на следующем:

- 1) на время снять с Василисы все общественные нагрузки;
- 2) никогда и ни при каких обстоятельствах не ставить Василису в пример другим детям. При надобности хвалить лично ее, других детей совершенно не упоминая.

Далее, я посоветовала маме создать атмосферу «хулиганства» в семье, действуя по мере сил и фантазии.

— Кидайтесь подушками, опрокиньте чернила на что-нибудь очень нужное, — серьезно советовала я, не обращая внимания на восковую бледность мамы. — Бейте посуду, получайте двойки, пишите на стенах в парадной, позвоните кому-нибудь по телефону и посоветуйте запастись водой, так как ее скоро отключат. Через полчаса позвоните по тому же номеру и посоветуйте пускать в набранной воде кораблики.

— Я вас поняла, — шепотом сказала мама. — Я попробую.

С самой Василисой я работала по методу, который условно называется сказкотерапией. Ребенок при минимальном участии психотерапевта сочиняет сказку. В проблемах героев сказки, естественно, отражаются собственные проблемы ребенка. Решая их вместе с психотерапевтом, развивая и завершая сюжет, ребенок вплотную подбирается к разрешению собственного внутреннего конфликта, а значит, и к преодолению невроза. Естественно, что все так просто только на словах. На практике добраться до подлинного конфликта таким способом бывает очень нелегко. Но Василиса для «настоящей» психотерапии была еще слишком мала, а для игровой терапии слишком серьезна. Поэтому особого выбора у меня не было.

За сочинение сказки Василиса принялась охотно. И конфликт в сказке был как на ладони — до тошноты положительная девочка Ася и ее антипод — отрицательная героиня Танька. Я уже почти торжествовала — достаточно было подружить Таньку и Асю, слить их в один персонаж, и вот уже преодоление внутреннего конфликта достигнуто и долгожданная победа над неврозом — у нас в руках. Но не тут-то было. Василиса категорически отказывалась признавать Таньку и ее достоинства. И никакие мои приемы и хитрости не помогали. Бились мы почти месяц, пока намечились какие-то сдвиги.

Тут и со стороны мамы подросла помощь — она каким-то образом уговорила Василису положить бабушке в компот пластмассовую рыболовную муху. Да еще два раза Василиса ложилась спать, так и не подготовившись к уроку природоведения.

И учительница, встревоженная состоянием девочки, честно выполняла мамины просьбы — никаких общественных нагрузок, никаких публичных похвал.

Приблизительно через пять недель Василиса немного расслабилась, и отвратительный симптом тут же исчез, сгинул, как будто его и не было. В это же время подошла к концу и наша «долгоиграющая сказка». На последнем сеансе Василиса призналась мне, что если бы было можно и не задавали так много уроков, то она хотела бы ходить в школьный кружок керамики. Дети там сами лепят из глины, а потом расписывают... Так красиво. Я уверила Василису, что ее мечта вполне осуществима.

Завершая главу, хочу познакомить вас с Василисиной сказкой (разумеется, я привожу ее в значительном сокращении, опуская многочисленные повторы и подробности).

Жила одна девочка, и звали ее Ася. У нее было девять братьев и сестер, и еще мама и папа. Она была очень послушная и всегда маме помогала, а гулять ходила только туда, куда ей разрешали. И больше ей никуда и не хотелось. И все ее братья и сестры тоже были очень послушные и хорошие, и они никогда не ссорились и не дрались из-за игрушек, а во все игрушки играли по очереди.

Однажды к ним в поселок приехала еще одна семья и поселилась по соседству. В этой семье была девочка Танька (ровесница Аси) и еще два ее старших брата. А Танька всегда плохо себя вела и ничего не хотела по дому делать, и убегала одна гулять в лес. Ася с Танькой не дружила, потому что зачем ей с такой плохой девочкой дружить? Ася дружила со своим братом, который ее был на один год старше. И звали его Коля.

Но вот Танька стала Колю к себе переманивать. И Коля стал с Танькой играть, потому что с ней интересно и всегда какое-нибудь баловство она сделает. Дома Таньку ругали, но сделать с ней ничего не могли.

А Ася не хотела, чтобы Коля с Танькой дружил, и она стала за ними следить.

А Коля с Танькой взяли лодку и поплыли на ней по реке. И плыли весь день и всю ночь. А Ася увидела, как они уплывают, и позвала с собой своего старшего брата и старшую сестру, и еще Танькиных братьев, и они все взяли еще одну лодку и поплыли в погоню.

А Танька с Колей остановились на ночлег в горах, развели костер, сварили кашу и сидели у огня и разговаривали. Но тут они увидели, что за ними гонятся, и побежали. Они не хотели, чтобы их поймали, потому что боялись, что их накажут, и еще потому... потому что Танька любила свободу.

И они гнались за ними, но не могли догнать. А Ася и все остальные повстречались с горным троллем (он такой серый, большой, страшный и каменный). Тролль вообще-то спал, но Танька своими криками и баловством разбудила его (она камни кидала и песни пела), и он был очень на нее злой и согласился помочь Асе и другим Таньку и Колю поймать.

Ночью Танька и Коля пробрались к лодке и поплыли дальше, но тролль устроил так, чтобы вода в реке поднялась и образовались всякие водовороты. Лодку разбило об камни, а Коля с Танькой спаслись и полезли вверх по горам. И вот они увидели вход в пещеру и спрятались там.

А в пещере спала троллиха, жена тролля (вообще-то они давно были в разводе и не видели друг друга сто лет). Троллиха проснулась и спросила: «Кто тут?» Танька с Колей ей все рассказали, и она их из пещеры выгнала, а сама пошла своего мужа искать.

И когда нашла, то с ним помирилась, и они все дальше пошли. И тролль наслал такой каменный обвал, и с горы покатались большие камни, и они должны были Таньку задавить.

(Мой вопрос: «А что делал в это время Коля?»)

А Коля... Коля оттолкнул ее в сторону и сам попал под этот камень. Танька затащила его обратно в пещеру и там сидела.

(Мой вопрос: «Ну, а как поступили преследователи?»)

Они все... нет, одна только Ася... Ася прибежала в пещеру и стала с Танькой драться. И победила. И они все уплыли домой.

(Мой вопрос: «Забрав Таньку и Колю с собой?»)

Нет, Танька и Коля остались в пещере. Танька развела костер на пороге, принесла воды, промыла Колины раны. Коля пришел в себя, но ходить еще не мог, и они сидели и смотрели на горы, на речку, на костер, на закат солнца.

В понимании Василисы тут — явный конец сказки. Но поскольку проблема девочки так и осталась непроработанной (сопротивление бешеное), я настаиваю на продолжении: «А как дальше сложилась жизнь твоих героев?»

Ася вышла замуж за одного из Танькиных братьев. У них родилось много детей. Все они жили счастливо и были такие же послушные, как сама Ася.

Танька с Колей тоже поженились. Они все время переезжали с места на место, потому что были путешественниками, ну, может быть, этими, которые камни ищут, — геологами. Дети у них тоже были. Они им все разрешали, и дети часто убегали из дому и где-то одни болтались.

Танька с Асей помирились и писали друг другу письма. Иногда даже встречались... Очень редко.

Но однажды... однажды Ася нашла сумку с сухарями, которая была ее младшего сына, и спросила его, и он сказал (потому что никогда не врал, а Танька и ее дети всегда врали), что когда-нибудь он убежит вместе с Танькиными детьми и они будут плыть далеко-далеко... Туда, где восходит солнце.

Глава 6

Вася Конопляников и его семья

Васе Конопляникову девять лет. На носу у него веснушки, а на голове — темно-русый тускловатый ежик торчащих в разные стороны волос. Учится Вася плохо, часто болеет простудными заболеваниями. Когда Вася был дошкольником, то не выговаривал сразу пять звуков, занимался с логопедом, а потом еще год ходил в логопедический садик. Сейчас Вася говорит чисто, но тихо и неохотно, покачивая при разговоре головой, словно сомневаясь в том, что сумеет сказать что-либо интересное для собеседника. Мама говорит, что раньше Вася грыз ногти до мяса и до крови обдирал заусенцы. Сейчас вроде бы этого не делает, но очень любит накручивать на палец волосы. Чтобы избавить Васю от этой привычки, и пришлось его так коротко подстричь. Есть у Васи и еще одна неприятность — он до сих пор страдает энурезом, т. е. писается по ночам. Иногда это случается и днем, когда заиграется или понервничает. Энурез у Васи не постоянный. Иногда несколько дней, недель, а то и месяцев все в порядке. А потом вдруг — каждую ночь, да еще и не по одному разу. И вроде бы нигде не простужался, режим дня не менял, на ночь ничего не пил...

Семья у Васи большая, все живут вместе, в одной квартире. Есть бабушка с дедушкой, папины родители. Есть мама с папой. Есть еще тетя — папина младшая сестра. Мужа у нее нет, зато есть дочка, Васина двоюродная сестричка. Зовут ее Ирочка, и лет ей недавно исполнилось пять. А еще у Васи есть старший брат Гена, которому уже исполнилось шестнадцать лет. Гена играет в футбол за юношескую сборную города, учится в каком то техническом колледже и

дома почти не бывает. Есть еще кот кастрат и собака болонка — старые, наглые и ленивые, тоже члены семьи, любимцы бабушки и дедушки.

В квартире, конечно, очень тесно, но Вася, в отличие от Гены, никуда ходить не любит и почти всегда сидит дома. Даже гулять на улицу Васю приходится выгонять силой. Мама предлагала ему разные кружки на выбор, а старший брат пытался свести Васю в ту же футбольную школу, в которой когда-то начинал сам. Вася от всего отказывался, а когда мама все же записала его в кружок технического творчества и на танцы («Чтобы стал поувереннее в себе, чтобы двигаться научился» — так, вполне разумно, объясняла она свой выбор), начал так отчаянно болеть и писаться, что пришлось это дело прекратить.

В школе о Васе ничего не говорят. Мама даже обижается на это. Учительница на собраниях сначала хвалит одних, потом ругает других, потом дает советы всем упомянутым. На Васину же долю не достается ничего. Он не хулиганит и не нарушает дисциплину на переменах, не болтает и не отвлекается на уроках, не дерется и не проявляет никаких талантов и способностей. Когда мама напрямую спрашивает о нем учительницу, та пожимает плечами и говорит:

— Какой-то он у вас, знаете, незаметный. Даже и сказать нечего. Учится слабо, но ведь нельзя даже и сказать, чтобы ниже своих способностей. Мальчик старается, я вижу, программу, в общем, выполняет. Болеет часто, пропускает — от этого, может быть, трудности. А так... друзей у него в классе нет, но и врагов, вроде бы, тоже. Тут вот психологи социометрию проводили... Ну, знаете — нравится, не нравится, стал бы играть, не стал бы играть, пошел бы в разведку, пригласил бы на день рождения, точно не пригласил бы... Так вот, Васю никто из детей ни в какой графе ни разу не упомянул. Ни плохим, ни хорошим, понимаете? Психологи мне сказали: обратите внимание. А что я могу? Вот вам говорю...

В семье Вася так же незаметен, как и в школе, и внимание на него обращают только тогда, когда он очередной раз заболевает. Тогда Васю обследуют, лечат, дают лекарства, запрещают сидеть у окна, ходить без тапок и смотреть допоздна телевизор.

Васю такое внимание совершенно не радует. Народу в семье много, у всех, включая кота и собаку, какие-то сложные, долгоиграющие отношения между собой. На вопрос «Какие взаимоотношения у вашего мужа с его сестрой?» мама Васи отвечает долго и подробно. На вопрос же «Какие взаимоотношения у Васи и его двоюродной сестры?» сначала уверенно отвечает: «Никаких!» — потом смущается, долго подбирает слова и в конце концов так и не говорит ничего определенного. Вообще, совершенно непонятно, какую роль играет Вася в семье. Гена — гордость и надежда старшего поколения. Он не особенно умен, но явно обладает волей и настойчивостью в достижении поставленной цели. Ирочка — всеобщая любимица. Ее ласкают и балуют, но у нее хороший характер, поэтому пока еще она не села всем на шею. Если ей дают что-нибудь вкусненькое, то она обязательно оставит кусочек маме и братику Васе. Она оставила бы и Гене, но его Ирочка почти не видит и иногда даже забывает о его существовании. Доброта и щедрость Ирочки еще больше умиляют окружающих.

— А Вася делится с Ирочкой? — спрашиваю я.

— Не зна-аю, — обескураженно задумывается мама.

После небольшого разбора выясняется, что Васе с Ирочкой просто нечем делиться, так как если Васе что-то дают, то у Ирочки это, как правило, уже есть. С Геней Вася, когда был поменьше, делиться пытался, но старший брат сам это пресек, со свойственной ему решительностью:

— Тебе, братан, спасибо, конечно, но ты себя не неволь. Не надо мне кусков этих. Ешь все сам. Так честно будет. Я же в школе ем и по дороге на тренировку что-то покупаю. Не оставлять же мне тебе огрызок пирожка в бумажке, или там колы в банке на донышке — так?

Вася мнение старшего брата уважал и его наказу немедленно подчинился.

— А как у вас вообще в семье обстановка? — как можно нейтральнее поинтересовалась я. — Конфликтов много?

— Да как вам сказать? — мама Васи опять пожала плечами. — По-моему, как у всех. Ни больше, ни меньше. Дедушка наш раньше не дурак выпить был, сейчас поутих. Папа тоже иногда... Ну, а у кого этого нетто?

— Да, да, конечно, — поспешно закивала я, чувствуя, что мама Васи еще не готова к откровенному разговору.

Поводом для обращения Васиной семьи к психологу послужило следующее. В последнее время Вася стал очень плохо спать. Встает совершенно не отдохнувший, весь день вялый, сонный. С раннего детства у Васи были страхи, вроде бы отступившие после шести лет. И вдруг — четыре человека в комнате смотрят телевизор, Вася со страхом глядит куда-то в угол, явно там что-то видит и просит брата (против обыкновения Гена был в этот вечер дома) проводить его на кухню выпить воды. Потом Вася уходит в другую комнату и ложится спать вместе с Ирочкой.

О чем говорили братья между собой, неизвестно, но Гена вернулся к телевизору злой и решительный.

— Совсем братана психом сделали?! — бросил он опешившим родственникам. — Давно надо было разъехаться, отдельно жить. Но ничего — землю грызть буду, но на квартиру денег заработаю. Братана от вас заберу. Если успею...

И прежде чем ошеломленные родители успели что-либо спросить или сказать, сумрачный подросток схватил куртку, впрыгнул в кроссовки и выскочил из дома, оглушительно хлопнув дверью. Вернулся Гена за полночь, давать какие-либо объяснения отказался. Твердил только, что брата у родственников при первой же возможности заберет. На следующий день перенервничавший папа ушел в запой, и у семьи возникли другие проблемы. Гена, как всегда, пропадал где-то на учебе и тренировках, Вася, по обыкновению, вел себя тихо и незаметно. Мать, разумеется, не могла забыть о пугающем эпизоде и, не зная, к кому обратиться, посоветовалась с учительницей.

— Срочно идите к психиатру! — встревоженно воскликнула учительница. — Наверное, это шизофрения! Я читала, она часто так начинается. Да и Вася у вас, знаете... всегда был со странностями...

Теперь сон нарушился и у мамы. Она не знала, где встречаются психиатры, и почему-то думала, что они принимают только в психиатрических больницах. Идти в больницу было страшно. Рассказать об ужасном предположении родственникам — еще страшнее. Потом она подслушала вечерний разговор братьев между собой. Гена прямо со сковородки уплетал макароны по-флотски, обильно политые кетчупом. Вася сидел за столом напротив брата и слушал его.

— Ну, а у тебя-то в школе как дела? — спрашивал старший. — Ты не тушуйся, что плохо учишься. Я, помнишь, тоже не отличником был. Главное — это себя в жизни найти... Вот как я... Ты ищи, братан, ищи свое, не слушай никого...

— Знаешь, — тихо улыбнулся Вася. — Мне кажется, что училка меня почему-то боится...

— Боится?! — изумился Гена и на секунду оторвался от макарон. — С чего это?

— Да я и сам не знаю, — пожал плечами Вася. — Я ничего такого не делал. Но она так на меня смотрит, как будто я... ну, как будто я укусить могу или... ну, не знаю что...

— Боится, и хорошо, пусть боится, — равнодушно утвердил Гена. — Дура, наверное. Ты в голову не бери. Сам никого не бойся — в этом вопрос...

— Да я и не боюсь... — снова улыбнулся младший.

— Это — правильно! — Гена прихлопнул по столу ладонью и отставил пустую сковородку. — Ну, ты не сердись, братан, у меня глаза слипаются, я спать пошел.

На следующий день мама Васи пришла в поликлинику и решительно поинтересовалась приемом психиатра. Ей сказали, что в поликлинике психиатр не принимает, посоветовали обратиться для начала к психологу, если что серьезное, он даст направление. Еще через два дня мама с Васей пришли ко мне.

Признаюсь, эпизод с галлюцинациями (?) встревожил меня почти так же, как учительницу, но все же показался мне далеко не основным в имеющейся клинической картине расстройства. С самого начала возникла мысль, что нет никакого смысла рассматривать Васины проблемы изолированно, в отрыве от семьи. И я решила познакомиться с Васиной семьей поближе.

Основные типы нарушений семейных взаимодействий

О многих из них мы уже говорили раньше. Сейчас попробуем привести все это в некое подобие системы. Хотя каждый читатель должен отчетливо понимать, что любые границы в таком сложном вопросе всегда будут оставаться весьма условными и вряд ли кто-нибудь решится сказать, что вот эта семья безусловно относится к пятому пункту представленной ниже классификации.

1. **Соперничество.** Каждый из нас встречал такие семьи. Основной вопрос в них: кто главный? Напрямую этот вопрос может никогда не задаваться. Он реализуется в различных и чрезвычайно изменчивых формах, от фельетонного «Кто будет мыть посуду?» до трагичного «Кто виноват в его (или ее) смерти?»

Жизнь такой семьи — это постоянная конкуренция. Муж стремится заработать деньги не столько для того, чтобы поднять благосостояние семьи, сколько для того, чтобы доказать, что он — главный кормилец и поэтому имеет право на ряд материальных и моральных привилегий. Жена может самоутверждаться в ущерб семейным интересам, болезненно ревновать или заводить романы на стороне (опять же не для собственного удовольствия, а чтобы показать, что и она тоже не лыком шита). Довольно быстро в конкурентную борьбу включаются и дети. Они отвоевывают свое место под солнцем всеми доступными им путями. Именно в таких семьях очень часто растут «болезненные» и «нервные» дети, которые вследствие своей болезненности выигрывают в борьбе за внимание матери. Если детей несколько, то именно в таких семьях нормальный уровень конкуренции между братьями и сестрами возрастает до небес и само соперничество приобретает гипертрофированные, патологические черты. Именно здесь старший ребенок начинает снова какать в штанишки при рождении младшего, а в более старшем возрасте говорит, таинственно понизив голос: «Хочу, чтоб его не было!»

1. **Псевдосотрудничество.** В таких семьях все хорошо, пока все хорошо. Если все члены

семьи имеют хорошую работу, уровень благосостояния достаточно высок и все более-менее здоровы, то жизнь такой семьи протекает вполне стабильно и благополучно. Все довольны друг другом, демонстрируют достаточно высокий уровень взаимопонимания и сотрудничества в решении различных текущих проблем и ситуаций. В этой семье практически нет внутренних конфликтов и напряжений, и она годами может существовать без единой серьезной ссоры или скандала.

Но если из-за каких-то событий извне семейная лодка вдруг зашаталась и накренилась, члены такой семьи, вместо того чтобы сплотиться между собой и вместе отразить наступающую опасность, вдруг начинают ссориться, обвинять друг друга и этим, естественно, усугубляют возникшую ситуацию. Именно в таких семьях тяжелая болезнь ребенка или кого-либо из членов семьи часто приводит к разводу. Именно здесь стресс от потери работы или иного снижения социального статуса усугубляется насмешками и отвержением со стороны близких людей. Именно здесь главным защитным сооружением является крепостная стена, отгораживающая стабильность такой семьи от внешнего мира. Внутренних укреплений и бастионов у такой семьи нет. Если внешняя стена рухнула, надеяться не на что. Дети в таких семьях подвергаются огромному риску нервно-психических расстройств. Пока все хорошо, семья кажется им образцом любви, спокойствия и стабильности. Когда вдруг все в одночасье рушится, они ничего не могут понять, механизмы психологической защиты у них сформированы плохо, и в результате они либо заболевают, либо проникаются уверенностью в том, что мир бессмысленно жесток и верить в нем нельзя никому.

1. **Изоляция.** В такой семье границы — это вопрос жизни. Каждый член семьи соорудил свой индивидуальный психологический кокон и теперь ревниво оберегает его целостность. Мифы такой семьи — это рассказы о ценности индивидуальности, о недопустимости вмешательства в частную жизнь человека, об уважении к правам личности. Во время конфликтов в таких семьях часто звучат фразы:

— Не лезь в мою жизнь! Какое тебе до меня дело! Я имею право на...!

Конфликты, естественно, и происходят при случайном или сознательном нарушении этих самых границ.

Очень трудным испытанием для таких семей бывает подростковый возраст детей. С ранних лет приученные к замкнутости, неискренности отношений, а то и попросту лживые дети, став подростками, как бы мстят своим родителям, демонстрируя им утрированный вариант их собственного поведения, еще не смягченный интеллектуальной и социальной зрелостью.

1. **Эмоциональное отчуждение.** Такая семья для посторонних часто выглядит совершенно благополучной. Члены семьи вполне удовлетворительно сотрудничают между собой, спланиваются и объединяют усилия перед лицом общей опасности, конструктивны и последовательны в воспитании детей. У них почти не бывает супружеских скандалов или острых конфликтов со старшим поколением. Но все это происходит на фоне как бы постоянно сниженного эмоционального фона. Жена в такой семье на вопрос «Любите ли вы своего мужа?» обычно отвечает: «Я его уважаю» или «Он хороший человек». Муж обычно имеет постоянную любовницу, причем, как правило, это не столько партнер для сексуальных игр или объект для повышения престижа, сколько подруга, человек, с которым можно поговорить о том, что творится в душе. Жена для этих же целей обычно использует подружек одноклассниц или соседок.

Дети в таких семьях, как правило, вырастают без серьезных социальных отклонений, уважая закон и внешнюю благопристойность и не имея при этом никаких четких моральных

принципов. В дальнейшем они создают свои семьи по той же схеме, которую наблюдали в родительской семье. Убедить их в том, что бывает что-то еще, чрезвычайно трудно. Обычно такие дети не верят в «верную дружбу» и «вечную любовь», считают все это сказками, придуманными для развлечения.

1. **Симбиотические семьи.** В этих семьях на первый план выступают отношения тесного психологического слияния, симбиоза. Кто-то без кого-то совершенно не может жить, жертвуя ради создания этого единства частью своей личности (обычно совершенно добровольно). Очень часто такая картина наблюдается в неполных семьях, где мать, отказавшись от личной жизни, совершенно растворяется в своих детях (ребенке). Маленький ребенок при этом буквально купается в любви и принятии, но, подрастая, начинает тяготиться зависимостью от матери. Далее события могут развиваться по-разному. Ребенок может «рвануться», освободившись сам, но при этом оставив кровоточащую рану в душе матери, которая в буквальном смысле отдала ему всю свою жизнь, и сосущее чувство вины в собственной душе. А может отказаться от мысли быть «таким жестоким», одновременно с этим отказавшись и от собственной дальнейшей индивидуации. Такой сын, уже имея собственную семью, будет доводить жену, откладывая решение важнейших вопросов до выяснения, «что скажет мама». Такая дочь будет с удивлением наблюдать напряженнейшие взаимоотношения мужа и его тещи, не отдавая себе отчета в том, что на большинство окружающих ее вещей и людей (в том числе и на собственного мужа!) она смотрит глазами матери.

Иногда (гораздо реже) симбиотические отношения наблюдаются и в супружеских парах. Если они удовлетворяют только одного из супругов, то, как правило, заканчиваются разводом. Если же симбиоз двухсторонний, то сторонние наблюдатели с изумлением видят ту самую «идеальную любовь», о которой любят писать в романах. Общаться с такой парой обычно невыносимо скучно, так как они эмоционально однообразны и замкнуты друг на друга. Дети в таких семьях часто чувствуют себя эмоционально обделенными и бодро иллюстрируют собой все самые сомнительные догмы фрейдизма. Повзрослев, эти самые дети долго (и часто безуспешно) ждут или ищут своих принцев и принцесс, упрямо веря во всевозможные «алые паруса» и искренне наслаждаясь любовными коллизиями мыльных опер.

1. **Гиперпротективные семьи.** Здесь кто-то из членов семьи (как правило, ребенок, но встречаются и иные варианты) пользуется совершенно неограниченными правами и получает львиную долю благ и внимания. Этому могут существовать рациональные объяснения: «Он еще маленький», «Он тяжело болен», «Он много работает», а может и не быть вообще никаких объяснений. Кроме того, ситуация может сохраняться, а объяснения меняться.

В течение многих лет я наблюдаю трагикомическую ситуацию в семье, которую хорошо знаю. Когда в этой семье родился ребенок, все силы и возможности семьи были брошены на удовлетворение его потребностей. Четверо взрослых людей буквально выходили из себя, чтобы не упустить какое-нибудь желание малыша. В ответ на упреки окружающих: «Вы же так его избалуете!» — родители мудро улыбались и отвечали: «Маленьких детей нужно любить!» В возрасте пяти лет до того здоровый ребенок перенес тяжелый мононуклеоз. После этого все силы семьи были брошены на программу реабилитации. Объяснение теперь звучало так: «У нас же больной ребенок!» Потом ребенок учился в школе, где ему было трудно (еще бы!), потом в училище (там такая напряженная программа!), потом его отмазали от армии, но он так перенервничал, что должен был год отдохнуть... Теперь здоровый двадцатипятилетний жлоб время от времени где-то работает, но нигде не задерживается, потому что ему «не подходят условия». Основную часть времени он сидит на шее у родителей, смотрит видик и болтается с приятелями по барам. Постаревшие родители называют это «поисками себя».

Семейные проблемы и их влияние на ребенка

Все мы живые люди, со своими достоинствами и недостатками, а потому нет и никогда не существовало семей, в которых проблем не было бы вовсе. В сущности, все зависит от того, каким именно способом имеющиеся проблемы разрешаются. И, как ни странно, именно способы разрешения проблем, а вовсе не их содержание, в первую очередь влияют на формирование характера и личностных особенностей подрастающих в данной семье детей.

Для пояснения этого тезиса приведу два коротеньких примера. Проблема одна — тяжелая болезнь одного из членов семьи.

В одной семье, которую я очень хорошо знала с детства, отец (для меня — дядя Женя) попал в тяжелую автомобильную аварию, в результате которой был полупарализован и с трудом передвигался по квартире. Прежнюю профессию (он был геологом) ему, разумеется, пришлось оставить. С помощью жены и друзей он переучился на бухгалтера и весьма успешно работал на дому. Много времени уделял воспитанию двоих детей. В доме часто собирались друзья и бывшие сослуживцы отца, с которыми он выпивал, играл в шахматы и преферанс. Выпив, дядя Женя неизменно брал гитару и проникновенным голосом пел старые туристские и бардовские песни. Друзья-геологи нестройно подпевали. На глазах у многих наворачивались слезы. Жена дяди Жени садилась рядом с мужем и легонько поглаживала его по плечу. Дети приносили из кухни очередную миску огурцов домашней засолки, аккуратно сберегая рассол и сливая его в отдельную баночку. Все свое детство я была уверена, что на свете мало таких счастливых и гармоничных семей, как у дяди Жени, и искренне и светло завидовала их счастью.

В другой знакомой мне семье отец, крупный ответственный работник, перенервничав на работе, перенес тяжелый приступ ишемической болезни сердца и предынфарктное состояние. Выписывая его из больницы, врачи посоветовали соблюдать режим, не перенапрягаться, побольше отдыхать и бывать на свежем воздухе. С этого момента жизнь семьи (до этого вполне спокойная и благополучная) превратилась в кошмар. Соблюдению режима отца была подчинена вся жизнь всех членов семьи. Когда отец отдыхал, жена, теща и дети ходили по квартире на цыпочках. Отцу готовились отдельные диетические блюда, в которых он, согласно диагнозу, вроде бы и не нуждался. Шумные застолья, которые так любил глава семьи, были решительно отменены как безусловно вредные для здоровья. Когда подрастающий сын пробовал обращаться к отцу со своими проблемами, мать шипела на него:

— Ты что, не понимаешь, что отцу нельзя волноваться!

Отец сперва вяло возражал жене, а потом привык к такому «щадящему» режиму и, если не хотел о чем-то думать или говорить, томно отмахивался:

— Что-то я сегодня нехорошо себя чувствую...

Дочка ошибок брата не повторяла и все свои проблемы старалась решать, не привлекая родителей и не ставя их в известность. В результате всего этого у мальчика развился тяжелый невроз навязчивых состояний, а девочка в поисках эмоционального принятия и тепла ушла в уличную компанию, в пятнадцать лет забеременела, сделала криминальный аборт, после которого ее с трудом спасли, и, едва дождавшись восемнадцати лет, выскочила замуж за первого подвернувшегося кавалера. А вскоре после дочкиного замужества ушел из семьи и отец, неожиданно для всех женившись на женщине намного моложе его. Большинство знакомых безоговорочно осудило его бессердечность, предательство по отношению к жене, которая буквально «подняла его на ноги», «отдала ему всю молодость» и вообще «столько для него сделала».

— Я же еще молодой мужик, — объяснял он всем желающим его выслушать. — Я же не инвалид какой-нибудь. Не могу я всю жизнь жить как в вату завернутый. И объяснить ей ничего не могу. Пусть я подлец последний, но лучше уж жить подлецом, чем в коробке лежать елочной игрушкой — так я думаю. И жена моя теперешняя так же считает. Может, мы еще ребенка родим. И воспитаем его как надо. Тех-то я, по слабости своей, упустил. Вот за это-то мне прощения точно нет и не будет...

Из этих коротеньких подлинных историй становится совершенно ясным, что именно отношение к проблеме, а вовсе не сама проблема влияет на воспитание и психоэмоциональное состояние детей. В первой из описанных семей болезнь отца была гораздо тяжелее и фатальнее, и жизнь семьи вроде бы должна была нарушиться гораздо сильнее. Но этого не произошло, потому что члены семьи сумели не просто поддержать друг друга, но и выработать применительно к изменившимся обстоятельствам новое единство. Второй семье сделать этого не удалось, что привело к фактическому распаду семьи, растянувшемуся на много лет и искалечившему судьбы обоих детей.

Довольно часто матери моих пациентов (а иногда и они сами) красочно рассказывают мне о том, как семейная обстановка вызвала те или иные нарушения психологического развития их детей. Иногда это действительно связано напрямую и не вызывает никаких сомнений. Например, если отец из воспитательных соображений запугивает нервного, ослабленного ребенка, а у него потом появляются страхи и ночной энурез, то все здесь более менее ясно.

Но вот уже с такой, увы, широко распространенной бедой, как пьянство одного из родителей, далеко не все так просто. Иногда матери прямо заявляют:

— Ну да, отец у нас пьет, вот от этого и все проблемы. И учится сын плохо, и грубит, и с мальчишками дерется, и из дома убегает, и курит, и вот, пятьсот рублей из тумбочки украл...

Вот здесь уже возникают сомнения. Никакой прямой связи между пьянством отца и агрессивностью, неуспеваемостью и вороватостью ребенка нет. Есть множество семей, в которых пьют отцы, но дети при этом нормально учатся, сидят дома и совершенно неагрессивны, наоборот, зачастую они отличаются именно повышенной стеснительностью и робостью при контактах с другими людьми.

А есть и вовсе удивительные на первый взгляд случаи (и их достаточно много). Ребенок растет в атмосфере постоянных скандалов, мать неустанно, всеми доступными ей способами борется с пьянством отца, над головой ребенка регулярно летают тарелки, разговаривают в доме только криком, небольшие победы сменяются оглушительными поражениями, вся парадная в курсе происходящего, сердобольные соседи подкармливают ребенка в период кризисов, иногда он ночует у друзей. Так продолжается годами. И вот наш ребенок вырастает. Отец к старости либо стихает, либо попросту умирает от осложнений хронического алкоголизма. Мать с наслаждением нянчит внуков, отдыхая от войны, которую она вела в течение двадцати с лишним лет. И вот что удивительно: вспоминая свое детство, наш бывший ребенок уверен, что оно у него было вполне обычным, рядовым. Никаких особых проблем он в своем детстве не видит, и, если его случайно занесет к психотерапевту, который начнет «раскрывать глаза» своему клиенту, тот страшно удивится. И вправду: человек считает нормальным то, что окружает его с самого раннего детства. Ребенок, выросший на поле боя, в пороховом чаду, будет весьма настороженно относиться к оглушительной тишине и утреннему аромату цветущего сада.

Поэтому, когда мне говорят, что причиной нервного расстройства у ребенка являются напряженные отношения его матери со свекровью (которые сложились за шесть лет до

рождения ребенка), я не тороплюсь принять это на веру.

«Так как же, в конце концов, семейные проблемы влияют на детей?» — спросит нетерпеливый читатель. Или автор берется доказать, что они вообще никак на них не влияют?

Разумеется, влияют. И для оценки этого влияния нам придется вернуться к одной из первых глав этой книжки и вспомнить, что с самых первых дней своей жизни все дети — великолепные имитаторы. То есть они не только способны подражать всему, что видят вокруг себя, но и охотно это делают. В любом возрасте. Но подражают они на первом и на тринадцатом году жизни, разумеется, разному. Кроме того, по мере взросления дети учатся не только слепо имитировать, но и оценивать происходящее, и отсюда рождается так называемое подражание «от противного», т. е. когда дочь говорит:

— Когда я вырасту и у меня будут собственные дети, я буду им все разрешать, что мне сейчас мама запрещает!

Или мальчик-подросток, сын алкоголика, заявляет:

— Эту гадость, водку, никогда в рот не возьму! Уж я-то знаю, сколько от нее бед.

А вот теперь и представим себе, что же и как именно может повлиять на ребенка. Попробуйте составить список ваших семейных проблем. Рядом с каждым пунктом попробуйте коротко описать тот способ, которым эта проблема в вашей семье решается. А потом, учитывая способность и склонность детей к имитации, прикиньте возможную зону влияния.

Для примера приведу (с любезного разрешения автора) список, составленный мамой одного из моих клиентов. А потом попробуем вместе сделать из него выводы.

Итак, исследуемая нами семья состоит из шести человек. Бабушка, мать отца. Отец и мать. Двое их детей — Люба, 13 лет, и Римма, 4 года. Неженатый брат отца, Валентин — студент, 22 года. Проблемы семьи, в описании матери, таковы:

1. У отца есть постоянная любовница, с которой он вместе работает. Она разведена, имеет сына-подростка. Иногда отец ездит к ней на дачу помочь по хозяйству. Пару раз даже брал с собой Любу. Любе нравится тетя Тоня, но с ее сыном она дерется. Отец утверждает, что между ним и Тоней нет ничего, кроме дружбы, но вся семья, кроме Риммы, знает истинное положение вещей. Уходить из семьи отец вроде бы не собирается.

Способ, которым решается проблема:

Все, включая жену, делают вид, что все нормально. Пару раз жена пыталась устроить скандал, муж не оправдывался и не обвинял, просто уходил из дома. Люба первая вслух сформулировала опасение, что отец оставит семью, и в категорических выражениях потребовала, чтобы мать «вела себя нормально».

1. В ранней юности Валентин, брат отца, употреблял наркотики. Родители (тогда еще был жив дедушка) упорно лечили его, а потом, чтобы вырвать из наркоманской среды, отправили Валентина на север, к старшему брату отца. Там Валентин нормально закончил школу, поступил в институт. Потом перевелся в Санкт-Петербург. Сейчас Валентин живет нормальной студенческой жизнью, правда, отличается крайней необщительностью. Вся семья отчаянно боится, что он снова сядет на иглу.

Способ, которым решается проблема:

О прошлом Валентина в семье не упоминают, хотя именно его выходки привели к смерти отца (три инфаркта почти подряд). Мать, брат и невестка стараются познакомить Валентина с хорошей девушкой, чтобы он создал свою семью и окончательно остепенился. Но пока все их попытки терпят неудачу.

1. В семье был еще один ребенок — Ира, старшая сестра Риммы и младшая Любы. Девочка была тяжело и неизлечимо больна с самого рождения и умерла в возрасте пяти лет. Почти всю свою жизнь она провела в больницах, но Люба очень хорошо помнит сестру и до сих пор хранит ее пинетки и облезлую плюшевую собаку. Когда было принято решение о рождении Риммы, все носильные вещи Иры, по совету суеверных соседей, сожгли в печке на даче. Для Риммы покупали все новое. Люба сумела сохранить свои реликвии, несмотря на слезные просьбы матери, и хранит их до сих пор.

Способ, которым решается проблема:

В семье каждый год отмечается годовщина смерти Иры (так же, как и годовщина смерти бабушки). В другое время об Ире не говорят, чтобы не травмировать мать. Римма не знает о том, что у нее была еще одна сестра, и думает, что Ира жила когда-то давно.

А теперь закройте нижележащие строчки и попробуйте догадаться, с какими проблемами обратилась ко мне мама Любы.

Попробовали? И что у вас получилось?

А вот что было на самом деле.

Всю семью невероятно достало Любино вранье. Люба врет на каждом шагу, иногда даже непонятно, зачем. На все попытки борьбы или уговоров она замыкается в себе, и тогда вообще невозможно никак судить о том, что происходит в ее жизни. В школе она также рассказывает какие-то фантастические истории о событиях в семье, и встревоженные учителя звонят домой, чтобы узнать, правда ли то, что папу Любы унесло на льдине вместе с рыбаками и носило шесть дней, пока их спасли, и им от голода пришлось есть мелко порезанные сапоги, а теперь он лежит в больнице, потому что ему пришлось сделать операцию, чтобы эти самые застрявшие в желудке сапоги удалить, а Люба целыми днями сидит у его постели, потому что мама занята с Риммой и на работе... Отец, мать и бабушка бледнеют, краснеют и обливаются потом, выслушивая такие истории. Всем стыдно за Любу, только Валентин однажды сказал, загадочно усмехаясь: «Так вам и надо!», но пояснить свои слова отказался. Учителя сначала советовали отдать девочку в театральный кружок (Люба наотрез отказалась), а потом начали поговаривать о психиатре.

Понятно, что в Любином случае мы имеем дело с прямой имитацией. Единственные способы разрешения проблем, которые смогла почерпнуть Люба в своей родной семье, — это ложь (пионерская дружба папы и тети Тони) или умолчание (наркомания Валентина и смерть Иры). Именно их, творчески развив, она и использует в своей повседневной жизни. Естественно, что для борьбы с хроническим Любиным враньем необходимо было дать в руки девочке еще какие-нибудь способы для разрешения имеющихся в ее жизни конфликтов. Посоветовавшись с мамой, мы остановились на жизни и смерти Иры. Это было очень нелегким решением, но матери Любы не хотелось затрагивать интересы других членов семьи. На следующем приеме в моем кабинете состоялся очень нелегкий разговор. Впервые мать откровенно говорила о том, кем была и остается для нее так рано ушедшая дочь, как она снится ей по ночам, как просит поговорить с ней...

— Мне тоже! Мне тоже! — закричала словно замороженная до этого момента Люба. — Я же помню, как она просила: «Расскажи мне что-нибудь, не уходи!» А я во двор убегала, к девчонкам! — Люба разразилась рыданиями, но испугавшись, что не успеет высказаться, снова взяла себя в руки. — Я же не знала, что она умрет! Почему вы мне тогда не сказали?! Я бы сидела с ней, и игрушки бы все отдала, если бы я знала!

— Я не хотела расстраивать тебя. Ты же была еще маленькая...

— Как это — расстраивать?! Но она же все равно умерла! И теперь она мне снится, а я ничего не могу сделать! Не могу ей ничего рассказать!

— Мы лечили ее... Мы делали все, что могли, — сдавленным от рыданий голосом сказала мама. — Мы в Москву ездили к специалистам. Они подтвердили, что все правильно, что больше ничего сделать нельзя. А я теперь думаю, может быть, за границей...

— Вы делали, а я... а я... — Люба больше не могла сдержать слез. — Я же могла с ней играть, сидеть... но я же... я же... не зна-ала!!!

Мать и дочь рыдали в объятиях друг друга, я сама с трудом удерживалась от слез, рассматривая небольшую фотографию худенькой девочки с недетски серьезным взглядом — фотографию Иры.

— Пусть она будет! — вдруг твердо сказала Люба, отстранившись от матери. — Я ее помню, и ты, и Римке расскажем. Фотографию увеличим, повесим. Пусть она всегда будет, и говорить о ней...

Я, понимая всю почти кошунственную неуместность жеста, но не придумав ничего лучшего, подмигнула заплаканной матери. Мать Любы печально кивнула...

Недавно она снова была у меня на приеме. На этот раз поводом для консультации стала Римма — ее неуживчивость и необщительность в детском саду. Римма — это отдельная история, но я, разумеется, спросила и о Любе.

Мать рассказала мне, что общаться с Любой теперь стало гораздо легче, что она меньше врет, сочиняет какие-то истории и записывает их в толстые тетрадки. Об Ире теперь в семье говорят свободно, и это принесло матери огромное облегчение. По собственной инициативе Люба разрушила и другое семейное табу — привела к Валентину своего парня, который баловался наркотиками.

— Ты знаешь, что это такое, — сказала она дяде. — Мне никто не рассказывал, но я сама знаю. Ты смог как-то перестать. Теперь помоги ему. И мне, потому что я его люблю и жить без него не могу, — с нормальным четырнадцатилетним радикализмом закончила она.

Ошеломленный Валентин, поставленный перед фактом, вынужден был о чем-то говорить с лохматым сумрачным подростком. Люба сидела напротив, аккуратно сложив руки на коленях, и то ласково смотрела на своего затрапезного кавалера, то с надеждой — на дядю. Единственное, что мог рассказать подростку Валентин, — это свою собственную историю. Так он и поступил. В процессе рассказа увлекся, разволновался. Люба подошла к нему, повзрослому погладила по голове:

— Валечка, я так горжусь тобой, — прошептала она. — Ты обязательно нам поможешь.

После этого случая Валентин как-то оттаял, перестал дичиться людей, у него появилась

девушка. После окончания института они собираются пожениться.

Ребенок как носитель симптома семейной дисгармонии

Иногда случается так, что результатом семейных склок, напряжений и противоречий становится хроническое психосоматическое (или даже вполне соматическое на первый взгляд) заболевание ребенка. Хрестоматийный пример: только болезненность ребенка удерживает вместе родителей, брак которых уже давно фактически распался. Именно над кроватью ребенка, в уходе за ним, в многочисленных обследованиях и курсах лечения супруги выступают как единое целое, как семья. Выздоровей ребенок — и не останется ничего.

Встречаются и более замысловатые случаи. Автору как-то пришлось наблюдать ситуацию, в которой непосредственной точкой приложения симптома оказалась старая толстая полуслепая фокстерьериха. Бабушка, которая привела ко мне внука астматика, говорила заговорщицким, интригующим шепотом (несмотря на то, что мальчик находился в соседней комнате).

— Понимаете, доктор, — шипела бабушка, — я бы подумала, что его сглазили, но я ведь передовой человек, бывший член партии (той еще, настоящей, которую уважали), и все это теперешнее мракобесие мне — тьфу! — но я не знаю, что и думать. Да, у Венечки аллергия, у него и раньше диатез был, на клубнику, на апельсины, на шоколад, мы до сих пор ограничиваем... Но ведь вот наша собака...

— Аллергия на собачью шерсть встречается довольно часто, — решила вставить я.

— Понимаете, доктор, в том-то и дело, что у него аллергия только на **нашу** собаку! — таинственно прошептала передовая старушка. — Я узнавала, он к приятелю ходит, часами у него в компьютер этот играет, уроки вместе делают, так там в квартире — южнорусская овчарка! Представляете?! И на улице он со всеми собаками играет, и в гостях, а как к нам придет, как Дусеньку увидит, так сразу задышаться начинает...

— Может быть, притворяется? — предположила я. — Допустим, не любит Дусеньку или не хочет к вам приходить? У мальчика — бронхиальная астма, ему нетрудно симулировать приступ...

— Да ну что вы! — обиделась бабушка. — Не такой Венечка мальчик! Да он и сам расстраивается, что не может у нас с дедушкой побыть... А нам что делать? Ведь Дусенька-то у нас одиннадцатый год живет! А у дедушки инсульт был, он сам к ним поехать не может. Да и я все время при нем — мало ли что человеку понадобится может...

При дальнейшей работе с этой семьей нарисовалась удивительная картина. Невестка передовой бабушки — деловая женщина, жесткий, уверенный в себе человек, — с самого начала решила оградить сына от родителей мужа.

— Я лично против них ничего не имею, — скупно объясняла она мне, сидя в кресле и поигрывая брелком с ключами от машины. — Они старые, больные люди со своими взглядами и предрассудками. Не мне их судить. Но дать мальчику они ничего не могут. Уход за ним мне не нужен. Свекор после инсульта, им дай Бог самим за собой присмотреть. Вене я могу нанять няньку, гувернера со знанием иностранных языков — это гораздо полезнее. Мальчик должен расти среди здоровых, умных, деловых людей. Тогда он и сам будет стремиться стать таким же.

А что свекровь — она всю жизнь проработала в сберкассе, свекор — мастером на заводе. Посудите сами — что они могут дать сегодняшнему ребенку? Как могут помочь

сориентироваться в сегодняшней жизни?

— Они могут любить его... — осторожно предположила я.

— А, бросьте! — мать Вени махнула рукой с великолепным маникюром. — Все это разговорчики в пользу бедных. Любовь, духовность, милосердие! Почему-то больше всех кричат о них те, кто ни на что не способен или кому лень шевелиться, чтобы заработать на презренные материальные блага... Скажите честно, вы что, всерьез считаете, что красивый дом, машина, хорошая одежда, качественная и разнообразная еда, возможность развлекаться по собственному, а не по профсоюзному вкусу — действительно разлагающе действует на человека, и после этого ему уже не хочется пойти в Эрмитаж, почитать хорошую книгу?! Впрочем, простите. Как это называется по Фрейду — перенос, да? Я говорю не о том, и веду дискуссию не с вами, а с той же свекровью. Это она достала меня рассказами о том, как советская власть двадцать лет предоставляла ей профсоюзные путевки в здравницы Крыма, а однажды даже расщедрилась на Болгарию... А вот в Турцию ее не пустили, потому что она никогда не посещала первомайские демонстрации (у нее вегетососудистая дистония, и она просто не может находиться в толпе), а партячейке это показалось подозрительным... Простите еще раз... Возвращаясь к Вене... Чем я, по-вашему, могу ему помочь?

Мать Вени, несомненно, была умна и, судя по всему, уважала прямые ходы. Поэтому я не стала ходить вокруг да около.

— Я говорила с Веней и с его бабушкой. У меня есть предположение, которое так предположением и останется, если вы не попробуете его проверить. Суть предположения в том, что часть Вениных симптомов (в том числе и астматические приступы) носит психосоматический характер, то есть связана с психологическими причинами. Мальчик любит и уважает вас, но он любит и дедушку с бабушкой. Больше всего на свете он боится конфликтов между близкими ему людьми. Он до сих пор тяжело переживает ваш фактический разрыв с его отцом и мечтает о вашем воссоединении. Веня вообще органически не выносит ссор. — Мать Вени задумчиво кивнула. — В атмосфере здоровых, сильных и деловых людей, о которой вы говорили, мальчику зябко и не хватает тепла. Он мог бы получить его у дедушки с бабушкой, но он отлично знает, как вы к ним относитесь. И как вы относитесь к возможности Вениных контактов с ними. Но допустить открытый конфликт, открытую ссору, более того, спровоцировать ее, быть ее причиной — этого Веня тоже не может себе позволить. И поэтому появилась «нейтральная» реакция на «нейтральную» Дусеньку — астматический приступ. Разумеется, вы понимаете, что все это не плод сознательных Вениных размышлений, а реакция подсознания, извращенная форма психологической защиты. Лучше астма, чем открытая ссора, — так решили Венины организм плюс личность.

— И что же я должна сделать, чтобы это ваше предположение проверить? — невозмутимо отозвалась мама Вени. По видимому, удивить ее чем-нибудь было сложно. А может быть, будучи знакомой с работами Фрейда, она и сама думала о чем-то подобном. — Рассчитать гувернера и отдать Веню на воспитание свекру со свекровью?

— Ну нет, зачем же так радикально! — улыбнулась я. — Для начала сообщите Вене, что вы не имеете ничего против любых форм его контакта с бабушкой и дедушкой...

— Да я ему никогда ничего и не запрещала, — пожала плечами женщина.

— А теперь — разрешите! — настойчиво посоветовала я. — И еще добавьте, что вы будете этому рады, потому что это — другая сторона жизни, а вам, при вашей занятости, невозможно охватить все. И еще не забудьте сказать о том, как вы любите своего сына.

— Вот прямо так, ни с того ни с сего? Шел бы ты, Веня, к бабушке, и я тебя люблю? Доктор, Веня же уже большой мальчик...

— Не ломайте комедию, — усмехнулась я. — Вы умная женщина и сами найдете и подходящее время, и подходящую форму.

Спустя месяц я позвонила Вениной бабушке.

— Ой, доктор, хорошо, что вы позвонили, — обрадовалась она. — У нас как раз вчера Венечка весь вечер был. И Дусеньку на коленях держал, и ничего — представляете?

В каких случаях следует обратиться к специалисту?

1. Во всех случаях, когда есть хоть малейшее подозрение на то, что соматическое заболевание ребенка имеют психологические причины. Самим распутать этот (как правило, чрезвычайно запутанный) клубок родителям обычно не удастся. Применяется в таких случаях семейная, групповая или индивидуальная психотерапия (в зависимости от комплекса имеющихся проблем). Косвенными указаниями на подобную ситуацию могут служить: обширный, часто меняющийся список функциональных диагнозов у ребенка; обострение имеющихся заболеваний в период особой напряженности семейных отношений; возникновение заболевания, по времени совпадающее с каким-то общесемейным стрессорным событием (угроза развода, потеря работы, статуса, смерть кого-то из членов семьи и т. д.).
1. Когда симптомы психологического неблагополучия ребенка не объяснимы ничем, происходящим непосредственно с ним самим, а также не находятся в компетенции невропатолога. В этих случаях часто имеет смысл исследовать семейную систему.
1. Когда клубок семейных проблем и противоречий невероятно велик и перепутан и простой здравый смысл подсказывает взрослым членам семьи, что все это попросту не может не отразиться на детях. В таких семьях все чувствуют себя чуть ли не героями мыльных телесериалов, а для прояснения сложнейших многолетних взаимодействий требуется не одна и даже не две психотерапевтических сессии. Работа с такими семьями может носить профилактический и коррекционный характер. Как правило, глубинная психотерапия здесь не применяется, так как за много лет в них сформировалась своя защитная система сдержек и противовесов, трогать которую без достаточных на то оснований не следует.

Васина семья

Гена, 16 лет:

— Разъехаться бы надо. Только куда, как? Сами знаете, как сейчас с квартирами. Васька всегда тихий был, вот его и затуркали. Если бы народу поменьше да посвободней, может, он бы и развернулся. Больной? Да нет, какой он больной! Примерешилось? Ну, со всяким бывает. Я, когда с пацанами... ну, баловался, понимаете? — так тоже всякого навидался. В семье? А что в семье? Как у всех. Папаша наш — тихий алкаш. Но из дома ничего не пропивает и деньги приносит. В основном... Мать по хозяйству да работает — ей и вовсе некогда всякие там тонкости разводить. Я даже удивился — чего это она к вам побежала? Может, оттого, что я психанул тогда? Чего мне для Васьки сделать — не знаю. В силу войду — к себе его заберу. Пусть отдохнет. Вы не думайте, это я не для красного словца, так будет. А сейчас — не знаю. Меня же нет, а он там, с ними... А так — вы не думайте, он хороший пацан. Еще совсем маленький был, от родителей меня защищал, договариваться за меня к ним ходил. Простите,

говорит, Генку, я вам за обедом свой кисель отдам. Ну, они смеялись, конечно, и вся злость проходила...

Лена, сестра отца Васи, 28 лет, Ирочка, ее дочь, 5 лет:

— Вы знаете, Вася — он какой-то тихий всегда был, незаметный, как мышка. Я даже Свете, матери его, говорила: надо бы его куда-то свести, чтобы он как-то пораскованней стал, что ли. Но он ведь не хочет ничего. Генка его пытался в футбол пристроить... Болен? Да нет, на больного он не похож. Нормальный ребенок, как все, ну, не очень способный... Так он же старается, вы не думайте, уроки всегда делает. Генка-то куда как шалопаистее был, и двойки, и единицы мешками таскал. Сейчас уж, в техникуме, образумился, вроде...

— Гена дерется, и если к нему в стол залезть, то пенделя даст, — вступила в разговор Ирочка. — А я только и хотела значки посмотреть и ничего не трогала. А Васенька добрый. Он когда болеет, я к нему всегда на кроватку прихожу, он мне сказки рассказывает.

— Да, да, — подхватила Лена. — Вася добрый мальчик. И если что попросить — всегда сделает. Генку-то или мою даже — замаешься, пока допросишься. И с братом я только через него разговариваю. Особенно когда тот выпьет, ну, вы понимаете... Он тогда на всех злой, ну, а на Ваську-то злиться невозможно — такой он... замухрышный. Даже Света иногда его к мужу подсылает...

Роман, 38 лет, отец Васи:

— Да я уж и не знаю, доктор, что вам сказать. Два сына, считай, выросли, а я как бы и ни при чем. Генка вот такой, Васька — этакий, а что, почему — кто ж его разберет? Квартиру, конечно, отдельную надо бы. Да вот рабочий я, вроде бы всю жизнь не лодырничая, тружусь, а как-то с квартирой не получается... Какие у меня с Васькой отношения? Да никаких, доктор! Вот Генку я как-то воспитывать пытался, драл его как Сидорову козу, да и поверьте — было за что драть-то! А Васька — что с него? Учится плохо, так жена говорит, не может он лучше, да я и сам вижу — во дворе не гоняет, сидит за учебниками этими, школу тоже не прогуливает, учительница говорит, в хулиганстве не замечен. За что же ругать-то? Хвалить? А хвалить за что? Ну, вы правы, конечно, воспитание — это, знамо дело, не только ругань. Но только меня-то самого именно так и воспитывали, а книжек умных по этому делу я как-то не сподобился прочесть. Зря, может... Нет, ну, я с ним разговариваю иногда, конечно, про школу спрошу, или вот приставку игровую ему купили. Раз уж все равно дома сидит. Спрашиваю, какие ему картриджи купить... Да, вот, вы, наверное, осуждать будете, но когда я под этим делом... ну, вы понимаете, то лучше Васьки у меня друга нет. Он-то молчит, конечно, но и принести, и подать, и послушать — так это у него куда лучше матери получается. И с ней переговорить... Болен? Ну что вы, доктор, чем же он болен? Так, дурь одна. Перерастет, верно вам говорю. Это жена тут панику наводит...

Василий Петрович и Анастасия Ивановна, дедушка и бабушка Васи:

— Ну что вы, доктор, Васенька очень хороший мальчик. Все бы такими были — послушный, тихий, скромный. Теперь таких мало. Учится плохо — так что ж, не всем учеными быть. Мы вот тоже в школах не блистали — правда, дед? — а вот жизнь, почитай, прожили, и людям в глаза посмотреть не стыдно. А Васенька — он и животных любит, не обидит никогда, и старшим поможет. И разнимает всех — и кота с собакой, и батьку с мамкой, и брата с сестрой. Вроде бы и слова не скажет, а всех по углам разведет. А вот наемни мы с дедом бранились, так он подошел ко мне сбоку так и говорит: «Что-то, бабушка, оладушков хочется. И Ирочка тоже просит...» Ну, я и пошла ко своим сковородкам...

— И правильно сделала. Вы, доктор, невестку не слушайте. Это ей учителька из школы напела, мол, глупый он у вас, отсталый. А у мужика, если хотите, есть много видов ума. Есть ум головы, это не всем дано. Есть ум в руках, это вот как у Ромки, сына нашего, да и у меня самого, как помоложе был. Есть еще ум, простите, во всяких мужских причиндалах — так это бабам на беду, и про то у нас сейчас разговора нет. И есть ум сердца, он у мужиков реже всего встречается, больше живет у вашего, простите, полу. Так вот, у Васьки как раз этого, последнего ума и есть больше всех нас, грешных, вместе взятых...

И снова Света, мать Васи, сидит передо мной в кресле, и снова ее серые усталые глаза смотрят на меня со страхом и надеждой. Ну почему я не колдун и не знахарь и не могу все вылечить за один сеанс, так, как обещают в бульварных газетах!

— Позвольте огласить весь список, — намеренно ерничая, говорю я, и подробно излагаю матери весь список Васиных достоинств — так, как он предстал передо мной на основании рассказов членов его семьи.

— Да я и сама знала, что он хороший мальчик, — задумчиво покачивая головой, говорит Света.

— Он не просто хороший мальчик, — завожусь я. — Он выполняет роль стабилизатора в вашей огромной семье, где никто и никогда не утруждал себя даже намеком на рефлексия. Вы знаете, что такое рефлексия? — Света отрицательно мотает головой. — Рефлексия — это самоосознание, размышление о себе, о своих мыслях и поступках. Вася, разумеется, тоже этого не знает. Он руководствуется тем самым умом сердца, о котором так здорово сказал ваш свекор. Он служит медиатором, посредником во всех ваших конфликтах, он смягчает все острые углы и предотвращает все ссоры, которые получается предотвратить. И это именно его заслуга в том, что Ирочка еще не превратилась в избалованную эгоистку, а воспитанный ремнем Гена не ушел «налево». Вы удивляетесь тому, что он все время сидит дома. Но он же не может оставить этот ваш муравейник ни на минуту. Вы же там без него все перецапаетесь, а ему потом — расхлебывай! Вы удивляетесь, что он старается, но плохо учится. Что он часто болеет. Но ему же просто не хватает на все сил!

Ему же всего девять лет! Эта ноша не для него, а для взрослого сильного человека с хорошим психологическим образованием... Я не скрою от вас, эпизод с видениями действительно крайне тревожен. Если все сохранится так, как есть, нельзя исключить риск психического заболевания...

— Но что же нам делать?!

— Поделите Васину ношу на всех, — с ходу предложила я.

Дальше было то, что называется семейной психотерапией.

Мы не копали глубоко, а работали только с актуальностью сегодняшнего, ну, в крайнем случае, вчерашнего дня. Все взрослые члены семьи (кроме Светы, которая поверила мне сразу с экзальтированностью восторженной гимназистки — в дальнейшем это больше мешало, чем помогало делу) поначалу относились к происходящему весьма недоверчиво. Но, когда Гена признался, что от некоторых весьма сомнительных шагов его удержало лишь опасение дать не лучший пример младшему брату и оставить его вообще без прикрытия, отношение семьи к психотерапии существенно изменилось. Беседы с философически настроенным дедушкой доставляли мне истинное наслаждение. Вася, узнав о полном и еще расширенном совместными усилиями списке своих достоинств, внезапно расплакался. Успокоившись, он сказал:

— Я вот часто так думал: зачем я? А теперь получается, я тоже нужен, да?

— Ты очень нужен, — уверила я мальчика. — Но ты взял на себя слишком много, и теперь тебя нужно немножко разгрузить.

— Но иногда только я знаю, как, а они все не знают, — возразил мальчик.

— Вот мы их и научим, — пообещала я. — А ты сможешь гулять во дворе, ходить в кружки и лучше учиться. Впрочем, кошка с собакой все равно останутся на тебе. Потому что их даже я не смогу ничему научить...

Часть третья. Этот непонятный и непонятый подросток

Глава 1

«Озверевшая» Марина

Пятнадцатилетняя Марина сидела на самом краешке стула, бросала на меня короткие взгляды и как бы ненароком прикрывала ладонью прыщ на левой щеке. Всем своим видом девушка демонстрировала свое непонимание и с трудом скрываемое раздражение. «Зачем я здесь? — отчетливо читалось на ее простоватом, неумело накрашенном лице. — Мне здесь делать нечего!»

Вера Александровна, Маринина мама, чувствовала себя явно неловко, старалась заглянуть мне в лицо, настойчиво ловила мой взгляд и уважительно повторяла:

— Вы, конечно, понимаете, доктор!.. Вы ведь знаете, доктор, как это бывает... Вы, наверное, много таких видели, доктор...

Я сдержанно сообщила Вере Александровне, что Марину вижу в первый раз, нахожу ее совершенно уникальной и что психолог доктором ни в коей мере не является. После чего попросила обрисовать проблему.

— Совсем девка от рук отбилась! — по-деревенски всплеснула руками вконец смутившаяся Вера Александровна, напомнив мне сцену из какого-то старого кинофильма. Марина взглянула на мать с нескрываемым удивлением и явно с трудом удержалась от какого-то презрительного замечания.

Далее Вера Александровна сообщила следующее.

Марине едва исполнилось шесть лет, когда скончался от рака ее отец, муж Веры Александровны. Жили супруги хорошо, хотя иногда папа злоупотреблял алкоголем и уходил в непродолжительные, но мощные запои. Во хмелю был тихим, добрым и подолгу серьезно беседовал с маленькой Мариной. Марина пьяного папу любила, а трезвого побаивалась, так как вообще-то человеком он был неразговорчивым и строгим.

После смерти папы Марина с мамой жили одни. Никаких серьезных попыток снова устроить личную жизнь Вера Александровна не предпринимала. Был один немолодой серьезный вдовец, бухгалтер-сослуживец, который вроде бы проявлял внимание и намерения, но Марина с первого взгляда невзлюбила его, встречала ежом и говорила, что от него пахнет плесенью и мышами. Вера Александровна по-настоящему любила покойного мужа, забыть его не могла и потому ради дочки легко отказалась от представившегося шанса. Дочка бурно радовалась

изгнанию бухгалтера, висла у матери на шее и говорила, что им и вдвоем хорошо и никто-никто им не нужен. Вера Александровна, окончательно поставившая крест на своей женской судьбе, печально кивала.

Отношения в их маленькой семье складывались прекрасно. Марина делилась с мамой всеми своими радостями и бедами, внимательно выслушивала советы, охотно помогала по хозяйству. Училась Марина легко и, хотя никогда не ходила в отличницах, по большинству предметов приносила стабильные четверки. С самого раннего детства мечтала стать учительницей младших классов, подолгу возилась с малышками во дворе. Очень любила старого увальня-кота, разговаривала с ним, как с человеком. Дружила с девочками из класса и во дворе, ходила к ним в гости, приглашала к себе. Вера Александровна знала всех ее подруг, называла их уменьшительными именами, поила чаем с вареньем. Казалось, так будет всегда.

Но вот после окончания девятого класса Марина поступила в десятый. В такой, как она и хотела, с педагогическим уклоном. Говорили о педагогическом училище, но на семейном совете решили, что нельзя отказываться от возможного шанса поступить в Герценовский педагогический институт.

— Блата у нас нет, денег на репетиторов тоже, но ведь Марина то всегда была такая серьезная, самостоятельная, — словно оправдываясь, объясняет Вера Александровна. — Надо было в училище идти, конечно. Но кто ж знал, что так-то получится...

В новом классе у Марины появились новые друзья. Чаще всего они звонили по телефону, а приходя, не заходили в квартиру, предпочитая беседовать с Мариной на лестничной площадке. Вера Александровна по привычке пыталась позвать их домой, предложить чаю, но они в ответ на ее предложения молча испарялись, а Марина, глотая злые слезы, говорила, что мать своими приставаниями распугала всех ее друзей. Поздние возвращения с прогулок стали чуть ли не нормой у вчерашней домоседки, которая еще недавно больше всего на свете любила сидеть дома перед телевизором, вязать и играть с котом. Однажды в кармане дочкиной куртки мать обнаружила сигареты. Попытки прояснить ситуацию вызвали истерику у дочери и сердечный приступ у Веры Александровны. В процессе перепалки в ход шли обычные выражения, принятые в таких случаях: «катишься по наклонной плоскости», «ты меня никогда не понимала», «я тебе всю жизнь отдала», «я уже взрослая и имею право...», «мать родная плохого не посоветует» и т. д., и т. п. Когда Марина поняла, что матери действительно плохо, испугалась, просила прощения, бегала по соседям, собирая лекарства, до часу ночи сидела возле материнской кровати, отказываясь ложиться спать: «А вдруг тебе что-нибудь понадобится?»

А через день опять возвратилась домой в полпервого и даже не подумала позвонить, предупредить. Вере Александровне показалось, что от возвратившейся дочери пахло спиртным, но снова что-то выяснять просто не было сил.

А в школе успеваемость медленно, но неотвратно ползла вниз. И классная руководительница на последнем родительском собрании, строго глядя в глаза, предупредила Веру Александровну:

— Обратите внимание! С девочкой что-то происходит!

Конечно, происходит! Но что? И что теперь делать?

Что такое подростковый кризис?

В общем ряду возрастных кризисов подростковый занимает особое место. Хотя бы потому, что о нем все знают. И весьма часто от совершенно несведущих в психологии людей можно услышать:

— Ну что вы хотите! Подросток! Подростковый кризис — все они такие в этом возрасте!

Действительно ли все такие? Что можно и что нельзя оправдать наступлением подросткового возраста? И что, в конце концов, такое этот самый подростковый кризис?

Один из очень распространенных в общественном мнении стереотипов, поддерживаемый, впрочем, частью специалистов (как правило, врачами), говорит о том, что именно в этом возрасте в организме человека происходит мощная перестройка всей гормональной системы, сопровождающая превращение девочки в девушку, а мальчика в юношу. Отсюда, де, и растут все психологические проблемы.

Но вот что удивительно — гормональная юношеская перестройка происходит у всех людей без исключения, однако в традиционных обществах и культурах (первобытные и земледельческие культуры древности, а также аналогичные современные общества) никакого подросткового кризиса попросту не существует. Да и самого подросткового возраста, как такового, в сущности, нет. Человек взрослеет, очень рано приобщается к традиционному производственному циклу (Помните — «с семи годков я гусей пасла и за малыми ходила...»), потом проходит ту или иную форму обряда инициации, и все — новый член влился в общество. Без всяких там подростковых кризисов.

Внимательно отнесясь к этим фактам, нельзя не признать, что подростковый кризис — явление в первую очередь социальное, а уже потом — биологическое и индивидуально-психологическое.

В современном индустриальном и постиндустриальном обществе разрыв между биологическим, социальным и интеллектуальным созреванием индивида составляет иногда 8–10 лет (первая менструация в 12 лет, а окончание института и первый самостоятельный заработок — в 22 года). Именно в этот зазор и вклинивается подростковый возраст. Именно это балансирующее ощущение зрелости-незрелости и полноценности-неполноценности взращивает и питает ее. Подросток активен и вынослив, но «твоя главная работа — это учеба». Вышеупомянутые гормоны играют в крови и будоражат в жарких снах, но «мы в твоём возрасте не о мальчиках думали, а о том, как бы профессию получить». И так далее, и тому подобное. Во всех возможных сочетаниях. Сами понимаете — покорно мириться с подобным положением вещей может только законченный флегматик. Каковых немного. Остальные начинают бунтовать. В той или иной форме.

Приметы подросткового кризиса

О, об этом все знают! Даже и писать ничего не надо. Подростковый кризис — это когда подросток не слушается старших, грубит, плохо учится, курит и слушает какую-то дурацкую музыку. Да, а еще у него появляются подозрительные друзья... Я все перечислила?

А теперь — случай из практики.

Эвелина попала ко мне как бы случайно. Просто они с мамой шли по коридору поликлиники после посещения гастролога (у Эвелины с детства — плохой аппетит и хронический

гастродуоденит), увидели табличку на двери моего кабинета, «Стучите — и вам откроют», переглянулись, дружно хихикнули и... почему-то постучались. А у меня как раз не явился ребенок, записанный именно на это время...

— У меня все в порядке, — с тонкой улыбкой заявила четырнадцатилетняя Эвелина, изящно уюбившись в кресле. — Это мама у нас все лечится. Только, вот беда, не помогает ничего...

Отправив Эвелину в другую комнату, я попросила ее нарисовать рисунок «Семья», а сама пока решила побеседовать с мамой. Мама по имени Анжелика подтвердила слова дочери: действительно, всего месяц назад она выписалась из клиники неврозов. Пока была в клинике — все было хорошо, а дома все вернулось опять — скачет давление, обмороки, тошнота, депрессия, не хочется жить...

— Давно ли это у вас началось? — спрашиваю я.

— Около двух лет, — вспоминает Анжелика. — Вот как раз Лина у нас девушкой стала, а я — в тираж... — миловидное, хотя и несколько оплывшее лицо ее кривится в горькой усмешке.

— Расскажите о Лине, — прошу я.

Со слов Анжелики передо мной развернулась редкой благостности картина. Эвелина учится на отлично в хорошей английской школе, среди подруг пользуется авторитетом благодаря острому уму. Тонко понимает и чувствует человеческие достоинства и недостатки. Характеристики, данные ею, часто как-то не по детски точны и исчерпывающи. Всегда готова помочь друзьям, попавшим в затруднительное положение. За урок пишет свое сочинение и два-три кратких конспекта для менее сообразительных одноклассников. Недавно три дня буквально просидела у постели подруги, тяжело заболевшей корью. Когда ей указывали на опасность заразиться, отмахивалась (мать подруги, воспитывающая ее одна, работает в частной фирме и не имеет возможности взять бюллетень по уходу за ребенком. «Работайте или уходите» — такова позиция руководства фирмы). Лина любит и жалеет животных — в квартире третий год живет выброшенный кем-то кот и недавно подобранный котенок с переломанной лапой — когда он сорвал повязку, наложенную ему в частной ветлечебнице, Лина сама соорудила ему лубки и три раза в день проверяет их состояние, подправляет, чтобы не сместились кости и все срослось правильно. Хочет быть юристом и уже второй год посещает какой-то соответствующий клуб во Дворце детского творчества на Невском.

— Вот повезло-то вам! — искренне воскликнула я, когда рассказ был закончен. — Такая замечательная девочка, и к тому же красавица!

И тут, совершенно неожиданно для меня, Анжелика зарыдала. С ручьями слез, размазыванием туши и шмыганьем носом. С трудом успокоив ее и попутно перебрав все свои возможные ошибки в беседе (совершенно растерявшись, я додумалась даже до того, что, может быть, Эвелина чем-нибудь безнадежно больна, и именно близкий конец замечательной дочери приводит мать в такое отчаяние), я аккуратно попросила Анжелику объяснить причину столь бурной реакции.

— Я знаю, что она очень хорошая девочка. Я горжусь ею, — тоном адепта аутогенной тренировки гнусаво произнесла Анжелика. — Но я не могу этому радоваться! Я ее вообще в последнее время видеть не могу!

— Почему? Что изменилось в последнее время в ваших отношениях?

— Понимаете, это даже словами трудно описать. Она же очень умная, правда. Никогда не

грубит, никогда голоса не повысит. Так, ерунда, три-четыре фразы в день... Не знаю даже, как вам объяснить...

— Приведите, пожалуйста, пример.

— Пример? Пожалуйста. Вот я сижу перед трюмо, делаю макияж, вечером собираюсь в гости к своим друзьям. Лина появляется в дверях, стоит, молчит, потом совершенно невинно: «Мамочка, тебя можно? А, ты еще занята, да? Извини. Что ты делаешь? Все еще красишься, да? А... Ну конечно, тебе теперь это необходимо. Раз ты в гости идешь. Что ж тут поделаешь — годы... И красься, не красься... Но чтобы хорошо выглядеть, это, конечно, работа. Извини еще раз, что помешала. Когда освободишься, загляни ко мне, пожалуйста». Представляете, как я себя после такого чувствую? И сказать ей нечего...

— Да, тонкая у вас девочка... — не скрывая своей обескураженности, протянула я. — И давно у вас... такой оборот отношений?

— Да тоже уж второй год, — печально вздохнула Анжелика, так же, как и я, припомнив, по-видимому, стаж своего невроза.

По моей просьбе мама и дочка поменялись местами. Но в эту встречу разговор между мной и Эвелиной так и не состоялся. Девочка, победно заломив тонкую бровь, лихо изложила мне свою версию сверхблагополучной судьбы умницы отличницы, а на вопрос о маминой болезни лишь изящно пожала плечами:

— Я в этом не понимаю. Это пусть специалисты разбираются. Лечиться, конечно, надо. Может быть, частным образом. Не знаю.

Только в рассказе о котенке и его переломанной лапе промелькнуло что-то человеческое, собственно Лино.

— Может ведь неправильно срастись, вы понимаете. Я слежу все время, чтоб было как положено, но вы ведь знаете, он же двигается все время. Я боюсь — вдруг останется хромым!

Я заверила Эвелину, что, по всей видимости, она делает все возможное для благополучного разрешения ситуации. Девочка взглянула на меня с явной благодарностью и легко согласилась на следующую встречу.

Потом были еще встречи, и раз от разу рассказы Эвелины становились все откровенней, а она сама все меньше напоминала мне безмозгло сияющую куклу Барби.

— Мама всегда интересовалась только собой, — рассказывала Эвелина. — Пока жива была бабушка, она со мной и занималась, а мама — то в гостях, то в театре, то что-то где-то отмечает. Пахло от нее всегда, как от магазина «Галантерея-парфюмерия». Никакого определенного запаха — все сразу, вы понимаете? Приходила поздно, проносила по квартире как ветер, стучала каблучками. Я не спала, ждала — зайдет или не зайдет. Она никогда не заходила, только спрашивала у бабушки из коридора: «Линочка спит?» — как будто бы ее это интересовало. Но пока бабушка спросонья сообразит да ответит, ее уже в коридоре и не было.

Папа ее любил... то есть и сейчас любит, наверное, и все ей прощал... Было что прощать — вы уж поверьте, я вам все рассказывать не буду... Но я все видела и все знала, хоть и маленькая была.

Потом бабушка умерла, и я осталась одна (она именно так и сказала: «осталась одна», словно

забыв о существовании матери и отца, самых близких, в сущности, ребенку людей). Вы только не подумайте, что мне чего-то не хватало, или мама меня как то притесняла. Мы хорошо живем, если с другими сравнивать, и у меня все есть, что мне надо. Если я чего-нибудь разумное попрошу, мне всегда покупают. И мама мне всегда все разрешала — пойти куда-нибудь, дружить, с кем я хочу, или одеваться, как мне нравится. У многих моих друзей — не так. Но я им все равно иногда завидовала, потому что их — **видят**. Понимаете? Ну злятся там на них, осуждают, заботятся, с глупостями всякими пристают, боятся за них. Но видят. А меня — нет. Как бабушка умерла, так только кошки и остались. Я их кормлю, лечу, они мне благодарны. Подруги еще. Там то же самое. У Евы всегда списать можно, Ева задачу решит, Ева денег займы даст — значит, Ева хорошая. Я не жалуюсь, так мир устроен, я понимаю, но иногда, знаете, так тошно... Хочется, чтобы просто так...

Раньше-то мне как-то все равно было, даже удобно — не пристаёт никто. Да и бабушка была. А потом как-то вдруг стало невмоготу. Я, знаете, даже хулиганить пыталась. Двоек несколько получила, курила чуть ли не у директорского кабинета, домой как-то с дискотеки в полвторого пришла...

Утром мама так пальцами в воздухе помахала (Эвелина изобразила полубрезгливый-полупрезрительный жест, каким обычно отряхивают запачканные лапы чистоплотные домашние кошки) и сказала:

— Начинается! Господи, как это скучно! Вадим (это папу так зовут), скажи ей что-нибудь, мне надо к юбилею готовиться...

Папа что-то такое невразумительное пробормотал, я даже не дослушала. И убежал на работу. Больше я не хулиганила. Наверное, они в самом деле гениальные воспитатели, правда? Что ваша наука об этом говорит?

Я собираюсь юристом быть, мама вам говорила? Это потому, что сейчас это очень престижная профессия, и денег много. А для души? Для души я бы хотела зверей лечить. Как доктор Айболит. Всех, кто придет. Смешно? Мне самой смешно. Никто сейчас уличных собак не лечит, только тетки эти смешные, на бандиток похожие. Как вы думаете, на что они в самом деле деньги собирают? Нет, лечат, конечно, этих всяких, породистых, с родословной, кошек, собак — лица у них у всех такие тупые, словно им половину мозгов специально удалили. И им, и хозяевам. А вообще-то — у меня ведь не просто так, у меня ведь учебников по ветеринарии — целая полка. Там, правда, все больше про крупный рогатый скот, но и про другое есть. И собаку Маринкину я от чумки вылечила, когда от нее уже все врачи отказались. Мы с Маринкой по очереди сидели, уколы делали и говорили ей, какая она хорошая и красивая. Я так велела. Я знаю, что так надо. Это еще лучше лекарств. Папа Маринкин потом сказал, что лучше б он все эти доллары мне заплатил, чем этим шарлатанам. И Ваське я вчера лубки сняла, так больную лапу от остальных трех и не отличишь. Он на нее сначала боялся опираться, а потом я бантик на ниточке потащила, он забыл, что лапа больная и... такой забавный...

Поговорим о маме? Не хочу я о ней говорить... Вы что хотите, чтоб я сказала? Вы думаете, я не знаю, что ее болезнь — это от меня? Знаю. Но ничего с собой поделать не могу. Что ж мне теперь — повеситься, что ли?! Я уже думала...

Такой вот подростковый кризис. С полным внешним благополучием у девочки и клиникой неврозов у матери. Не все ясно, правда? К Эвелине и ее проблемам мы еще вернемся, а сейчас — собственно приметы наступления подросткового кризиса.

Примета первая. Заметно изменяется поведение ребенка. Тихоня может вдруг стать отчаянным шалуном, а бойдевка — затихнуть и проводить часы в непонятной задумчивости.

Примета вторая. Настроение становится неустойчивым и легко изменяется. После надрывного плача может последовать телефонный звонок и радостное щебетание в трубку. На фоне совершеннейшего благополучия вдруг — ярость из-за какого-то пустяка, и дверь едва не слетает с петель от заключительного аккорда пустейшего, на ровном месте возникшего конфликта.

Примета третья. Изменяется физический облик ребенка. Девочки «округляются» или, наоборот, вытягиваются, меняются пропорции туловища и конечностей, у мальчиков ломается голос, волосы становятся более жирными, начинается оволосение лица и тела по мужскому типу. Главное — сам ребенок и окружающие его люди замечают эти изменения.

Примета четвертая. В заявлениях ребенка, обращенных к родителям, появляются новые темы и лозунги. Самые распространенные из них: «Я могу сам решать, что (как, когда)...», «Вы меня никогда не понимали», «Ваше поколение безнадежно отстало, и вам не понять, что...», «Я сам буду решать свои проблемы» и т. д.

Если две, а тем более три или четыре из вышеперечисленных примет налицо, готовьтесь — процесс пошел.

Когда он начинается и когда заканчивается?

Очень в среднем (для климатической зоны Северной Европы и Северо-Запада России) возраст подросткового кризиса — с 11 до 16 лет у девочек и с 12 до 18 у мальчиков.

Но на практике все происходит сугубо индивидуально. Между прочим, подростку Достоевского из одноименного романа — двадцать один год. Не слабо, как говорят сами подростки, не правда ли?

Общие закономерности следующие.

Чем южнее, тем раньше подростковый возраст начинается и заканчивается. В среднем, подростки в Италии слегка моложе, чем подростки-скандинавы. Но если испанец или армянка родились и живут в Санкт-Петербурге, то весьма высока вероятность того, что «голос крови» предпочтет помолчать и подростковый возраст южанина наступит тогда же, когда и у его северных сверстников.

Далее. У перенесших травму, операцию или тяжелую болезнь, больных или просто ослабленных детей наступление подросткового возраста часто запаздывает на один-три года. Организму нужно окрепнуть, подкопить сил, чтобы во всеоружии встретить многоплановую перестройку. Таким детям в предподростковом возрасте (9–11 лет) особенно необходимо полноценное питание, посильные занятия спортом, спокойная атмосфера в семье.

Довольно часто наступление подросткового возраста запаздывает и у детей, избалованных вниманием взрослых, прочно усвоивших выгодную роль «милого ребенка». Таким детям совершенно не нужна свобода, за которую воюет сверстник подросток. Все необходимое «милое дитя» получает и так, умело спекулируя на своей воображаемой слабости и детскости.

У детей, с самого раннего возраста предоставленных самим себе, у «детей улицы», подростковый возраст часто наступает раньше сверстников или вообще не определяется. В этом проявляется сходство их жизненных условий и позиций с детьми из традиционных

обществ. Такие дети рано научаются сами заботиться о себе, добиваться своих целей, полагаясь только на себя и свои силы. Но, в отличие от детей из традиционных обществ, адаптация детей улицы никогда не бывает полноценной, так как наше сегодняшнее общество, в котором им в конце концов приходится жить, существенным образом отличается и от первобытного племени, и от крестьянской общины.

В целом, у девочек подростковый кризис протекает в более мягкой форме, наступает раньше и кончается быстрее, чем у мальчиков. Может быть, это связано с тем, что требования к самоопределению юношей и мужчин в нашем обществе традиционно жестче, чем аналогичные позиции для девушек и женщин.

Но, повторяю еще раз, и начало, и конец — дело сугубо индивидуальное, и любые точные предсказания здесь неизбежно будут носить характер спекуляции.

Цели и задачи подросткового кризиса

Принято считать, что основной целью подросткового кризиса является самоутверждение подростка, отстаивание себя как полноценной личности. Отчасти так и есть.

Как уже упоминалось, социальная, интеллектуальная и биологическая зрелость человека в нашем сегодняшнем обществе разнесены во времени, то есть наступают не одновременно. И, стало быть, какую-то из этих «зрелостей» и отстаивает наш подросток. Но какую?

Понятно, что о биологической зрелости 11-летней девочки или 13-летнего мальчика не может быть и речи.

Несмотря на грустный факт появления в нашей стране прослойки детей, образование которых заканчивается после пятого шестого класса, основная масса юношества в этом возрасте все еще продолжает плодотворно (или не очень) учиться в школе. Следовательно, насильственное или добровольное, но интеллектуальное развитие тоже еще на полпути.

Социальная зрелость наступает в нашей стране чуть ли не позже, чем в большинстве развитых стран. Тридцатилетний мужчина, имеющий собственную семью, которому регулярно помогают старички родители, — отнюдь не нонсенс как в Советском Союзе, так и в сегодняшней России. В последние годы, в связи с общей «американизацией» сознания и самой жизни, вроде бы наметилась тенденция к более раннему обособлению молодых людей от родительской семьи. Но пока это только тенденция.

Так какую же зрелость наш подросток отстаивает? Воображаемую, как считает большинство пострадавших от подросткового кризиса родителей? Или мы что-то упустили из виду? Разумеется, упустили. За звучными терминами мы не заметили главного — самого человека. Однозначно незрелого по всем вышеописанным (и многим другим) позициям, но также однозначно существующего в нашем пространственно-временном континууме.

Когда ребенок рождается, первые минуты своей жизни он связан с матерью пуповиной, по которой к нему на протяжении всей внутриутробной жизни поступали необходимые для этой самой жизни вещества. Потом пуповину обрезают, но связь ребенка с матерью все еще во многом физична — кормление грудью, тесный физический контакт. Известно, что младенцы, лишенные в первые месяцы жизни тесного физического контакта со взрослым человеком, часто погибают, даже если кормление и гигиенический уход за ними близки к идеальным показателям.

Когда ребенок начинает ходить, первое время он предпочитает передвигаться, держась за материнский подол или палец. В дальнейшем (2–3 года) ребенок очень нервничает и пугается, когда мама или папа куда-то уходят, оставляя его одного или с малознакомыми людьми.

Постепенно, однако, сфера самостоятельных действий ребенка расширяется. Он сам играет в песочнице, посещает детский сад, бегает с другими ребятами во дворе. Но обиженный сверстниками, разбив коленку, он все равно идет к маме или папе за защитой, жалостью и лаской. Иногда (с годами все реже) он приходит просто так, залезает на колени («Не стыдно тебе, такой большой!») или просто прижимается к маминому боку, испытывая потребность в «подзарядке» все той же, биологической по сути, общностью, без которой не могут выжить младенцы.

С поступлением в школу сфера социальных контактов ребенка стремительно расширяется. Появляются первые настоящие друзья «до гроба», первые недруги. Альтруизм и предательство, верность и честь — все это теперь существует вне дома, в сфере социальной жизни ребенка. Делится ли он дома своими победами и поражениями, находками и потерями — это зависит исключительно от поведения родителей, от их собственной нравственной позиции и от их заинтересованности в том, чтобы ребенок не просто «не дрался», «не хулиганил», «дружил только с приличными детьми», а учился общаться, вести за собой и подчиняться другим, побеждать и терпеть поражение, находить выход в трудных, запутанных и не всегда понятных взрослым ситуациях детского социума. В это время (5–6 класс) наша воображаемая связь-резинка между ребенком и родителями растягивается до максимума. Дальнейшее ее растяжение становится болезненным для одной или для обеих сторон.

Тут-то как раз и наступает подростковый возраст.

И его целью и задачей становится обрыв этой когда-то жизненно необходимой, а теперь сковывающей дальнейшее развитие связи.

— Я больше не ваш придаток! — заявляет подросток. — Я самостоятельный человек.

Он передергивает, блефует и на любой вопрос «в лоб» («В чем это ты такой самостоятельный?!») у него нет вразумительного ответа. Есть только чувство дискомфорта от перерастанутой «резинки». Если у родителей в момент самых первых заявлений хватит ума и смелости самим перерезать эту связь («Хорошо, ты самостоятельный человек, живущий рядом с нами. Ты можешь сам принимать те решения, которые тебе по силам. Если ты с чем-то не справишься, мы поможем тебе, но уже не как суверен вассалу, а как твои самые близкие друзья»), то ребенок подросток, как правило, пугается внезапно открывшейся перспективы самому отвечать за все и одновременно благодарен родителям за доверие, проявленное к его личностным силам.

В этом случае условное расстояние между ним и родителями может стать даже меньше, чем было до «отрезания».

Если же (что бывает гораздо чаще) родители боятся перерезать эту морально и физически устаревшую связь, с тем чтобы заменить ее на новую («Это же все только слова, он же на самом деле еще глупый! Ничего не понимает! Жизни не знает!»), то ножницы берет сам подросток (иногда в ход идут когти и зубы), и вот именно тогда мы и имеем дело не просто с подростковым возрастом, но с подростковым кризисом во всей его красе. Если подростку после долгих попыток все же удастся перегрызть охраняемую родителями «резинку», то его по инерции относит так далеко, что на восстановление доверительных и полноценных отношений могут потребоваться годы.

Если же родители оказываются сильнее и подросток смиряется с положением «суверен — вассал», то его личностное развитие неизбежно искажается и надолго сохраняет инфантильные черты. Иногда в этом случае развивается невроз.

Итак, целью и задачей подросткового кризиса является приобретение не самостоятельности (она подростку еще и не нужна, и не по зубам), но личностной автономии, необходимой для дальнейшего развития личности по взрослому типу. То есть, иными словами, для развития умения брать на себя ответственность за все последствия своих взглядов, слов и действий.

Как вести себя родителям?

Во-первых, необходимо внимательно относиться к возрастному развитию своего чада, чтобы не пропустить первые, еще смазанные и неотчетливые признаки наступления подросткового возраста.

Как уже было сказано выше, подростковый возраст наступает у каждого ребенка в свое время и никакие общие правила здесь не могут быть догмой. Я видела десятилетнего мальчика грузина, который имел отчетливые усики и отчетливый подростковый конфликт с папой, который, в свою очередь, никак не мог в это поверить и темпераментно объяснял мне, что у него самого никакого подросткового кризиса не было и вообще в грузинских семьях такие безобразия не встречаются.

Видела я и двадцатичетырехлетнюю молодую женщину, которая пришла ко мне на прием вместе с встревоженной мамой. Мама говорила, что дочка окончила институт, вышла замуж, но жить самостоятельно отказывается наотрез, по-прежнему во всем советуется с мамой и живет как бы ее умом. Когда девочке было 14 лет, маму это необычайно радовало и хотелось сохранить такое состояние отношений подольше. Мама как личность гораздо сильнее дочери, и у нее все получилось. Но с трудом завоеванный результат теперь почему-то радовать перестал.

Отнеситесь серьезно к индивидуальным темпам развития вашего ребенка. Не считайте его маленьким, когда он уже начинает ощущать себя подростком. Но и не толкайте в подростковый возраст насильно. Возможно, вашему сыну или дочке нужно на год или два больше времени, чем его сверстникам. Ничего страшного в этом нет.

Во-вторых, отнеситесь серьезно ко всем декларациям вашего подростка, какими бы глупыми и незрелыми они вам ни казались.

Обсудите и проанализируйте вместе с сыном или дочкой каждый пункт. Добейтесь того, чтобы вы одинаково понимали, что именно значит, например, такая фраза, как «Я все могу решать сам!» Что именно за ней стоит? «Я могу сам решать, какую куртку мне надеть на прогулку» — или «Я могу сам решать, ночевать ли мне дома»? Дистанция, согласитесь, огромного размера. Кроме того, серьезное, без насмешек и пренебрежения, обсуждение важно еще и потому, что подросток довольно часто делает свой запрос с запасом — так же, как называет цену рыночный торговец. Именно для того, чтобы можно было поторговаться и уступить. А родители иногда, вместо того чтобы увидеть эту рыночность запроса, пугаются непомерности требований и начинают паниковать и запрещать все подряд.

В-третьих, как уже было сказано выше, прекрасно, если вы сами (и вовремя) перережете «связь-резинку».

Как можно раньше дайте вашему подростку столько самостоятельности, сколько он может съесть. Утомительно и занудно советуйтесь с ним по каждому пустяку («Как ты думаешь, какие лучше обои купить? Подешевле и похуже или получше, но подороже?», «А огурцы какие будем в этом году сажать? Как в прошлом году или попробуем новый сорт?»). Беззастенчиво впутывайте его в свои проблемы и проблемы семьи. («Сегодня мой начальник опять ругался, что клиенты жалуются... А что я могу сделать, если половина из них явно нуждается в помощи психиатра! Как бы ты на моем месте поступила?», «Опять у бабушки почка болит. Что будем делать? Вызвать врача или опять те таблетки купить, что в прошлый раз помогли?»). Пусть подросток поймет, что вы действительно, не на словах, а на деле, видите в нем равного вам члена семьи.

В-четвертых, обязательно сами делайте то, чего вы хотите добиться от своего сына или дочери. Звоните домой, если где-то задерживаетесь. Рассказывайте не только о том, куда и с кем вы ходите, но и о содержании вашего времяпрепровождения. Давайте развернутые и по возможности многоплановые характеристики своим друзьям и знакомым. Это позволит вам побольше узнать о друзьях вашего сына или дочери. Чаше приглашайте к себе гостей. Если у вас, родителей, «открытый дом», вы, скорее всего, будете видеть тех, с кем проводит время ваше чадо. И вовремя сможете принять меры, если что-то пойдет наперекосяк. Рассказывайте о своих чувствах и переживаниях. Возможно, иногда что-то расскажет и ваш ребенок. Делитесь с подростком своими проблемами. Не стесняйтесь попросить у него совета. Вопреки распространенному мнению, иногда подростки очень чувствительны и тактичны в оценке и коррекции именно чужих ситуаций. Кроме того, в этом случае существенно повышается вероятность того, что и со своей проблемой чадо пойдет к вам, а не в ближайший подвал.

В-пятых, постарайтесь обнаружить и исправить те ошибки в воспитании, которые вы допускали на предыдущих этапах. Если вы, конечно, не сделали этого раньше.

Относительно «обнаружить» проблем обычно не бывает. Потому что именно в подростковом возрасте все допущенные ранее ошибки лезут наружу и зацветают пышным цветом.

Помните Эвелину?

Тонкая и богато одаренная девочка пришла к подростковому возрасту с совершенно неразвитой эмоциональной стороной личности. Бабушка заботилась о ней и наверняка по своему любила внучку. Звучит парадоксально, но если бы у девочки действительно не было родителей, то ситуация могла бы быть более эмоционально благополучной. Эвелина воспринимала бы бабушку как единственного данного судьбой учителя жизни и училась бы у нее не только мыслить, но и чувствовать и отвечать на чувства. Но родители были здесь, рядом, жили в одной квартире, и девочка невольно обращала свой взор на них. Однако в ответ на свои вполне закономерные ожидания раз за разом получала не нелюбовь даже (которая при всей своей разрушительности является все же четким эмоциональным откликом), а пустоту. Ее «не видели», по словам самой девочки. И тогда талантливая, наблюдательная Эвелина построила собственную схему эмоциональной жизни мира. И образцом для этого ей послужили... кошки и прочие зверюшки, у которых все было ясно и понятно. «Ты — мне, я — тебе». Эвелина, как творческое, активное начало, предпочитала выступать в качестве первого звена. Она активно творила добро (сначала среди кошек, а потом полученные закономерности небезуспешно перенесла и в среду одноклассников) и неизменно получала положительную обратную связь. Ее любили, ей были благодарны. Чуткая девочка ощущала некоторую ущербность завоеванных позиций («Иногда так хочется, чтобы просто так...»), но самостоятельно изменить ситуацию не могла.

В отношениях с матерью действовал тот же закон. Поумнев и окончательно уверовав в то, что

мир так устроен, Эвелина попросту возвращала матери то изощренное, лишенное положительной эмоциональности внимание-невнимание, которое она так болезненно ощущала на себе в детстве. Полная внешняя благопристойность, безукоризненная вежливость, видимость заботы и вместе с тем — пустота, отсутствие «видения» и сопереживания.

С самого начала мне было ясно, что с Анжеликой и Эвелиной надо работать отдельно. И мать, и дочь легко согласились попробовать. Надо отметить, что психотерапевтическая работа с дочерью продвигалась гораздо быстрее и успешнее. Анжелика настаивала на том, что она больна и надо лечить именно ее болезнь, а не анализировать ее отношения с дочерью и сам стиль ее жизни, особенно в тот период, когда она, Анжелика, была абсолютно здорова.

Эвелина же, как только поняла, что ее отношения с матерью мешают ей увидеть какие-то иные грани окружающего мира, тут же начала демонстрировать чрезвычайно конструктивное и творческое отношение к работе и достаточно быстрый прогресс. Довольно скоро девочка осознала, что именно ее расчетливость и постоянное подведение баланса в области чувств привели к тому, что у нее нет настоящих друзей. Признала, что мир чувств и эмоций может быть непосредственным и непоследовательным. Увидела достоинства непосредственного переживания эмоций у своих сверстников (раньше она считала это непростительным недостатком).

Однажды на сессии (это случилось месяца через два после начала лечения) Эвелина задумчиво сказала мне:

— А ведь я зря на мать нападаю. Теперь-то я понимаю, что она такая же, как и я. Все всегда рассчитывала. Да еще и ошиблась в расчетах. То есть насчет папы она все правильно рассчитала. Ошиблась насчет меня. Если бы правильно, то надо было меня заранее приручить, чтобы я потом не царапалась...

— Тебя бы устроило, если бы мама насчет тебя все с самого начала рассчитала правильно? — спросила я.

— Нет... Теперь — нет. Теперь я понимаю, что есть еще другое. Так, как бабушка. Так, как девчонки в школе. А знаете... — Эвелина смущенно потупилась и покраснела. Я удивилась — в начале наших отношений такая реакция у нее показалась бы мне невозможной. — Меня Дима Скворцов на лодках кататься позвал... В Парк Победы...

— Ты пойдешь?

— Я уже ходила. В это воскресенье. Он мне знает что сказал... Что я ему давно нравлюсь, потому что я умная и красивая. Только он раньше ко мне подойти боялся... потому что я какая то холодная была... а теперь — потеплела. Смешно, правда? Он сказал: как будто Снежная Королева растаяла, а там — обычная хорошая девчонка... Смешно, правда?

— Тебе действительно смешно?

— Нет. Мне приятно. Это у меня присказка такая осталась. От раньше. Вроде защиты. Я теперь понимаю. Я когда начинала что-нибудь чувствовать, сразу говорила: смешно.

— А мама? Ваши отношения как-то изменились?

— Что — мама? Пускай себе. Я раньше думала, что это я ей мщу, а теперь понимаю — получалось-то, что мщу себе. Сама у себя краду. Глупо ведь. Зачем мне это надо? Так что больше этого не будет. А она... Пускай она сама свои проблемы решает. Может, и ей кто-

нибудь поможет... А может, я когда и там растаять сумею...

В каких случаях следует проконсультироваться со специалистом?

1. Если вы озабочены тем, чтобы с наименьшими потерями пережить это нелегкое для большинства семей время, то имеет смысл посетить специалиста заранее, для профилактики. Рассказать о вашей семье, об истории взаимоотношений в ней, об особенностях развития и характера вашего ребенка. После отдельных бесед с вами и с ребенком специалист сможет дать вам ряд советов, частью из которых вы сумеете воспользоваться, когда придет время. Можно, разумеется, почитать соответствующие книги. Но даже в самой хорошей книге речь пойдет о некоем среднем подростке, а не о вашем сыне или дочери. К тому же большинство хороших книг — переводные, и вы будете иметь дело с английским подростком 1970-х или с американским подростком 1980-х годов.
1. Категорически обязательно обращение к специалисту, если в подростковых «лозунгах» хотя бы раз, хотя бы случайно прозвучали мотивы «не хочу жить», «лучше бы я умер», «покончу с собой». Да, скорее всего, вас просто пугают. Но в том-то и дело, что у подростка даже показательный, насквозь фальшивый суицид по трагическому стечению обстоятельств вполне может стать настоящим. Предотвратить трагедию, квалифицированно работать с суицидными настроениями, давать рекомендации родителям в этом случае может только специалист. Помните об этом. Здесь никакая самодеятельность просто недопустима!
1. Имеет смысл обращение к специалисту и в том случае, если подростковый кризис ведет подростка к асоциальному поведению, опасному для него самого и для окружающих его людей. Сигареты в кармане — это вовсе не асоциально. А вот неизвестно откуда появившиеся деньги или вещи, участвовавшие драки, разговоры о «крутых ребятах», которые держат его за своего, дорогие подарки у девушек, настойчивые рассуждения о том, что родители не знают жизни и что нормальные люди теперь не живут по законам общепринятой морали... В таких случаях опасно ждать, что «перебесится и все пройдет». Может и не пройти — вот в чем дело.
1. Впервые возникшие в это время странности подростка, такие как идеи преследования, другие необычные страхи, вычурные, путанные псевдофилософские рассуждения, внезапное увлечение каким-нибудь сектантским учением, утверждения, что подросток общается с Космосом, инопланетянами, Божьей Матерью и т. д., должны срочно привести вашу семью на прием к психиатру. Именно в подростковом возрасте часто впервые манифестирует шизофрения — тяжелое психическое заболевание. Сами понимаете, что здесь лучше перестраховаться.
1. Проконсультироваться со специалистом имеет смысл и в том случае, когда кризис у подростка серьезно нарушает гармонию внутрисемейных отношений, делает жизнь в семье попросту невыносимой. Сразу решить все проблемы обычно не удастся, но улучшить ситуацию, смягчить особо острые углы можно почти всегда.

А что же с Мариной?

Первая беседа наедине с Мариной была очень тяжела для нас обеих. Девушка хмурилась, на все вопросы отвечала односложно, на контакт упорно не шла, настаивала на том, что у нее все нормально и только маме «что-то мерещится».

Я предложила Марине сыграть в игру «Встреча через десять лет», в которой подростку

предлагается описать, как выглядит через десять лет максимально благополучный вариант его (или ее) судьбы. Почувствовав, что прямо сейчас ругать за плохое поведение и наставлять на путь истинный не будут, девушка оживилась и со вкусом описала свою будущую идеальную жизнь. В идеальную жизнь входила работа учительницей младших классов, муж-бизнесмен, который занимается неизвестно чем, но при этом много зарабатывает, трехлетняя дочка, с которой сидит бабушка в огромной четырехкомнатной («Нет, пяти, — поправились Марина, — одна комната общая») квартире.

От будущего мы вернулись к настоящему. Признали, что для реализации «светлого будущего» необходимо хорошее образование (желательно — педагогический институт) и здоровая, полная сил мама, которая могла бы помочь Марине воспитать ее детей. (Роль домохозяйки Марина с презрением отвергла. «Если не работать, то скучно!» — безапелляционно заявила она.)

— А как ты будешь воспитывать свою дочь, чтобы не попасть со временем в такую ситуацию, в какую попала сейчас твоя мама? — поинтересовалась я.

Марина ненадолго задумалась, а потом неожиданно сообщила:

— Ну, у нее же отец будет. Я буду любить, а он — в строгости воспитывать, чтоб не шлялась.

— Но ведь твоя мама была лишена такой возможности. После смерти отца ты сама помогла ей поставить крест на ее личной жизни...

— Я тогда не права была, — с неожиданной доверительностью сообщила Марина (это была уже третья наша встреча). — Я тогда только о себе думала, эгоистка. Надо было, чтобы мама замуж вышла. Тогда бы у нее была своя жизнь, и она бы теперь ко мне не приставала.

— То есть сейчас мама во всем неправа?

— Нет, наоборот, она во всем права, только... Только, ну, пословица такая есть — «у страха глаза велики». Я всегда была такая послушная, такая домоседка... Вот ей теперь и страшно. Я ж говорю, была бы своя жизнь... Я перед ней виновата, конечно...

— Ты могла бы сказать об этом маме?

— Конечно, могла бы. Да я и говорила...

— А здесь? Сейчас?

— Это нужно? Для мамы? Конечно. Вы мне напомните, да, про что говорить?

Пригласили Веру Александровну. Марина весьма вразумительно сообщила нам, что считает себя виноватой в том, что препятствовала личной жизни матери. Сказала и о том, что теперь мать вполне закономерно стремится удержать ее, Марину, возле себя. И она, Марина, понимает мать и жалеет. Но «удержаться» не может. И вовсе ей не нужны эти ночные гулянки, просто потому что все запрещают, вот ее и заносит, а вообще-то она совсем не «крутая», и мать ей жалко, и перед приятелями неудобно бегать каждые двадцать минут звонить, и уходить, когда еще никто не уходит, и... здесь Марина заплакала, размазывая тушь вокруг глаз.

Вера Александровна отчаянно взглянула на меня, взглядом прося совета.

— Сделайте то, что вам хочется, — посоветовала я.

Вера Александровна смахнула набежавшую слезу и кинулась к дочери. Марина тут же уступила ей свое место, а сама сползла к ее ногам, по-детски уткнувшись головой в подол. Вся сцена опять таки напомнила мне кадры из какого-то старого кинофильма.

— Ты не плачь, доченька, не плачь! — уговаривала Вера Александровна. — Все у нас хорошо будет. И не вини себя — никто мне, кроме Вани-то, никогда и не нужен был... И прости меня, коли я твою-то жизнь в обмен застила...

— Мамочка, ты прости меня! — рыдала Марина. — Я ведь понимаю все, ты же для меня... И нет там никакой жизни такой, чтобы стоило...

Так, обнявшись и едва осушив слезы, они и ушли из моего кабинета.

Недавно я встретила Веру Александровну на улице. Она рассказала мне, что Марина поступала на дневное отделение Герценовского университета, но не прошла по конкурсу, теперь учится в хорошем педагогическом училище, дружит там с девочками, работает помощником воспитателя в круглосуточном детском садике, а недавно к ним приходил пить чай ее ухажер Алеша — вполне приличный мальчик, который в этом году заканчивает строительный колледж.

Глава 2

Вероника и первая любовь

— Скажите, доктор, а у вас есть что-нибудь такое, где ее можно было бы... ну, передержать?

— Передержать? — изумленно переспросила я. — О ком вы говорите? О собаке? Но у нас не ветеринарная клиника.

— Я говорю о дочери, — не скрывая своего раздражения, выпалила дородная хорошо одетая дама лет сорока пяти. — Должно же быть что-нибудь такое... вроде... вроде...

— Тюрьмы? Колонии? Психиатрической лечебницы? — попробовала подсказать я.

Дама налилась малиновым цветом, и я решила, что сейчас она выскочит вон, оглушительно хлопнув дверью и, возможно, как-то оценив мою профпригодность. Это, несомненно, будет моим поражением, но дочери с ней явно нет, а проблемы самой дамы, по всей видимости, не в моей компетенции.

Но дама разрушила мои предположения и с видимым усилием взяла себя в руки.

— Возможно, я как-то не так выразилась, — сдавленным голосом произнесла она. — Дело в том, что моя дочь вот уже вторую неделю не живет дома.

— Вы поссорились?

— Напрямую — нет.

— Тогда расскажите подробнее.

Из рассказа матери, которая представилась Адой Тимофеевной, я узнала, что ее дочери Веронике недавно исполнилось пятнадцать лет.

День рождения справляли шумно. Пришли мальчики и девочки из класса, подружка со двора, с

которой Вероника вместе росла, а также две девочки из театральной студии при Доме культуры, в которой Вероника занимается уже два года. Одна из них была со своим кавалером — Вадимом. Вадим даже на первый взгляд выглядел более взрослым и зрелым, чем все остальные присутствовавшие на дне рождения. Он подарил Веронике прекрасную розу, сел в угол, в кресло возле торшера, загадочно улыбался и почти все время молчал. Танцевал только медленные танцы с девушкой, с которой пришел. Раз два, попросив разрешения у своей дамы, вежливо приглашал на танец виновницу торжества. Провожая ее на место, галантно целовал руку. Всем казалось, что день рождения удался. Раскрасневшаяся Вероника, в общем не бог весть какая красавица, выглядела румяной и прелестной. Когда все разошлись, мать с дочерью дружно перемыли посуду. Дочь была непривычно молчаливой, но Ада Тимофеевна отнесла это на счет усталости. Намного позже услышала глухие рыдания, доносящиеся из комнаты дочери. Испуганно вбежала, присела на кровать. Спросила, что случилось, не обидел ли кто. Из сдавленных рыданий дочери поняла только то, что у нее, Вероники, никогда не будет такого замечательного парня, как Вадим. Облегченно вздохнула, уверила, что будут, и еще гораздо лучше, и тихонько вышла из комнаты. Заглянула через пятнадцать минут и застала дочь сладко спящей.

Две последующие недели дочка задумчиво молчала. А потом как-то приятный, смутно знакомый голос позвал Веронику к телефону. Разговор был коротким, но когда Вероника положила трубку, глаза ее сияли, как два аквамарина.

— Кто это? — подозрительно спросила мать.

— Вадим. Помнишь? — И не в силах удержаться, Вероника счастливо засмеялась и закружилась по коридору.

— А чего ему от тебя надо?

— Он предлагал встретиться! Сегодня! Сейчас!

— Но погоди... Он ведь встречается с твоей подругой. Этой, как ее... Ларисой... Как же ты? Или у вас теперь это не имеет значения?

— Имеет, мама, — серьезно ответила Вероника. — Но что я могу поделать, если он выбрал меня?

— То есть как это — выбрал? — не на шутку взволновалась Ада Тимофеевна. — Для чего это выбрал? Ты что — сумка или зонтик, чтобы тебя выбирать?!

— Ты ничего не понимаешь, мама! — произнесла Вероника сакраментальную фразу и отправилась в свою комнату — краситься.

А Ада Тимофеевна и вправду ничего не понимала. Видя все нарастающую увлеченность дочери этим самым Вадимом, она пыталась поддерживать доверительный тон (до сих пор ей это всегда удавалось), говорить с ней о нем (обо всех своих предыдущих увлечениях дочь охотно рассказывала).

— Из какой он семьи? — спрашивала Ада Тимофеевна. — Чем он занимается? Чем собирается заниматься в будущем? Какие у него любимые книги, фильмы? Кто его друзья? Какие у него увлечения?

— Ах, мама, все это неважно! — отмахивалась дочь, и Ада Тимофеевна опять не понимала: если это неважно, то что же тогда важно?

Вадим приглашал Веронику в бары и на дискотеки. Не позволял ей выпить больше двух коктейлей, запрещал даже баловаться сигаретами. «Целоваться с курящей девушкой — все равно что облизывать пепельницу», — говорил он. Вечером неизменно провожал до парадной и ждал, когда наверху хлопнет дверь. Но вечера растягивались едва ли не за полночь.

— Пригласи его домой, — решительно сказала Ада Тимофеевна. — Я договорюсь с отцом, он придет пораньше, мы выпьем с ним чаю, поговорим, посмотрим, что он за человек.

Дочь расхохоталась матери в лицо.

— Ты с ума сошла, — сказала она, отсмеявшись. — Мы живем не в девятнадцатом веке. Он ни за что не придет. Да и я могу позвать его только тогда, когда вас не будет дома.

— Почему? — тупо спросила Ада Тимофеевна.

— Потому что вы нам мешаете, — усмехнулась Вероника.

— Что ты имеешь в виду?! — закипая, спросила мать.

— То, что ты подумала! — послышался дерзкий ответ.

Не удержавшись, Ада Тимофеевна влепила дочери пощечину. Вероника, разрыдавшись, в чем была, выбежала из дома. До вечера мать обзванивала подруг, а ближе к полуночи все тот же Вадим доставил блудную дочь к парадной.

После этой разборки дочь плавала по дому царевной несмеяной, с родителями почти не разговаривала и оживлялась, лишь выходя из дому или говоря по телефону. Однажды, делая еженедельные закупки в универсаме, Ада Тимофеевна увидела Вадима в кафе с хорошенькой черноволосой девушкой. Они весело о чем-то смеялись, иногда Вадим брал руку девушки в свои и целовал тонкие пальчики. Подобная грозному вихрю, принеслась Ада Тимофеевна домой и тут же, в присутствии мужа, выложила все дочери. Муж пожал плечами и засмеялся, а Вероника побледнела и прошептала: «Ты все врешь, чтобы разлучить нас!» — «Сама скоро увидишь!» — торжествующе сказала Ада Тимофеевна. «Насмотрелись, дуры, мексиканских телесериалов», — сказал муж и отец и пошел смотреть футбол.

Почти неделю Вероника просидела дома, о чем-то напряженно размышляя. Потом снова куда-то наладилась, но пришла не поздно, еще не было десяти, без кровинки в лице.

— Он снова мой! — заявила она матери, и в этом заявлении было что-то такое, отчего Ада Тимофеевна тут же побежала за валерьянкой, а ко всему равнодушный муж тревожно блеснул очками поверх газеты.

Дальше сцены следовали с унылой непрерывностью, одна за другой. Ада Тимофеевна, а вслед за ней и муж требовали от Вероники, чтобы она порвала с Вадимом, которому «только это от нее и было нужно», угрожали привлечь его к суду за соращение несовершеннолетней. Муж, подстрекаемый Адой Тимофеевной, даже отловил Вадима и попытался с ним «по мужски» поговорить. Вадим недоуменно и презрительно скривил красивую бровь, однако конфликтовать не стал, сказал вполне мирно:

— Я Веронику никогда ни к чему не принуждал и ничего плохого ей не делал. Если наши отношения ее в чем-то не устраивают, пусть она сама скажет мне об этом. Впрочем, скандалов и выяснения отношений я не люблю. Предпочитаю в таком случае обойтись вообще без отношений. Если вас послала Вероника, так ей и передайте. А если вы по собственной

инициативе, что ж — флаг вам в руки. Только учтите, что ваши отношения с дочерью это вряд ли улучшит.

Спустя еще два дня Вероника позвонила домой из автомата. Дома был только отец.

— Вы разбили мою жизнь! — трагическим голосом сказала дочь. — Я вас ненавижу!

Прежде, чем отец пришел в себя, дочь бросила трубку. Больше она дома не появлялась. Два дня жила у подруги, а потом вообще исчезла неизвестно куда. Вадима отыскиали почти сразу.

— Я виделся с Вероникой, — признался он. — Она обвиняла меня в чем-то несусветном, выдвигала какие-то требования. Я сказал ей, что я не герой телесериала и в эти игры не играю. Она убежала, и больше я ее не видел. — Далее Вадим выразил обеспокоенность судьбой неуравновешенной девочки и заверил ошеломленных родителей, что если она снова явится к нему, то он собственноручно доставит ее в родной дом.

Обращение в милицию тоже ничего не дало. Пожилой майор сказал, что у них слишком много серьезных дел, чтобы искать влюбленную дурочку, которая сама сбежала из дома. «Побегаёт и вернется — куда ей деваться-то? — утешил он родных. — Вот если до конца той недели не придет, тогда объявим в розыск».

Не зная, куда еще податься, Ада Тимофеевна пришла ко мне.

Теперь, когда я знала все обстоятельства дела, мне хотелось помочь ей. Но как это сделать? Ведь Вероники нет даже на горизонте. Ждать, когда ее отыщет милиция? А если действительно что-нибудь случится? Или уже случилось... Ситуация складывалась явно не из легких...

Как в норме протекает психосексуальное развитие детей и подростков?

Разумеется, о детской сексуальности знали и до начала XX века. В первобытном обществе (например, у австралийских аборигенов) и традиционных языческих культурах к ней относились и относятся вполне лояльно. Но вот в христианской Европе о ней как бы забыли, и все заново началось с того момента, когда Зигмунд Фрейд разрушил миф об асексуальности детства. Одним из основных открытий, сделанных основоположниками психоанализа, и было раскрытие природы и динамики детской сексуальности. Сам З. Фрейд не занимался специально разработкой методики и техники детского психоанализа. Основная заслуга в этом вопросе принадлежит его дочери, Анне Фрейд.

Классический психоанализ выделяет несколько **стадий психосексуального развития**. Названия стадий связаны с обозначением тех зон тела ребенка, которые ответственны в каждый момент его развития за получение наибольшего удовольствия. Каждая стадия имеет свою задачу.

1. **Оральная стадия** (*от рождения до года*). В этом возрасте ребенок психологически не отделяет себя от матери. За получение удовольствия в основном ответственна зона рта. Основная задача и результат оральной фазы — открытие ребенком другого человека (матери), способность получать удовлетворение от эмоционального и телесного контакта с ней.

Возможные нарушения: раннее отнятие от груди, длительное лишение тесного физического контакта с матерью или заменяющим ее лицом.

1. **Анальная стадия** (*1-3 года*) Внимание ребенка смещается на зоны сфинктеров.

Контроль за дефекацией и мочеиспусканием — первая социальная норма, усваиваемая ребенком. По мнению психоаналитиков, течение этого процесса определяет отношение ребенка к социальным нормам вообще. Психологическая задача этой стадии — овладение своими агрессивными импульсами, решение проблемы собственной амбивалентности (на материале «захочу — покакаю, а захочу — нет»).

Основное нарушение — запугивание.

1. **Эдипова (фаллическая) стадия (3–5 лет).** Название происходит от широко известной трагической истории древнегреческого царя Эдипа. На этой стадии амбивалентны чувства ребенка к обоим родителям — он и любит их, и боится, а порой и ненавидит. Задача и результат — освоение ребенком своей собственной психосексуальной роли, культурно одобряемых образцов полоролевого поведения. То есть девочки начинают вести себя как положено девочкам, а мальчики — как положено мальчикам. В этом же возрасте дети интересуются строением половых органов сверстников противоположного пола, нередко совместные эротически окрашенные игры — в доктора, в больницу и т. д. Где-то после пяти лет интерес к анатомическим различиям полов постепенно уменьшается, на смену ему приходит психологический интерес. Дети в этом возрасте часто задают вопросы типа: «А я буду папой, когда вырасту?», «А когда вы мне сестренку родите?», «А как ребенок узнает, что ему уже можно рождаться?» и т. д.
1. **Латентная стадия (с 5–6 лет до начала полового созревания).** У ребенка появляются предметные интересы, лежащие за пределами семьи, желание узнать побольше о мире, он идет в школу. Основная задача — познавательная, расширение границ.
1. **Генитальная (пубертатная) стадия (с начала периода полового созревания).** Задача — полюбить кого-то вне родительской семьи. Попросту научиться любить. Если подросток легко отказывается от первой любви в пользу детско-родительских отношений или отношений со сверстниками своего пола, то это может свидетельствовать о задержке психосексуального развития.

Таким образом, под психосексуальным развитием в психоанализе понимается движение ребенка от инфантильных способов удовлетворения влечений к более зрелым, позволяющим в конечном итоге вступить в сексуальный контакт с партнером противоположного пола.

«У советских — собственная гордость», и поэтому много лет учение З. Фрейда было в нашей стране фактически под запретом. В отечественной психологии процесс психосексуального развития рассматривался как непрерывный, длящийся всю человеческую жизнь. Задача у этого процесса всего одна, но очень возвышенная — «овладение энергией собственных влечений и движение к эмоциональной зрелости и обретению как психологической автономии, так и способности к эмоционально близким контактам с другими людьми...» Красиво, правда? Хотя лично мне в процессе чтения про этот процесс овладения захотелось спросить, как американский народ про своего президента: «Так спали они в процессе овладения влечениями или не спали, в конце-то концов?!» Но, в общем, можно списать мое недоумение на мою же личную испорченность и отдать должное отечественной психологии — она старалась как могла, ведь «пансексуализм» Фрейда был официально заклеямен, а сравнить не было никакой возможности — труды основоположника психоанализа до недавних пор не переводились и не издавались.

Из всего этого следует весьма практический вывод: как бы мы ни относились сегодня к Фрейду и отдельным постулатам его теории и практики, но он убедительно доказал (и родителям и воспитателям необходимо помнить об этом), что именно в детстве закладываются предпосылки

многих сексуальных, эмоциональных и коммуникативных проблем взрослого человека. Следы неизжитых детских психотравм могут серьезно исказить его жизнь.

Поэтому знание основных механизмов и этапов психосексуального развития необходимо, чтобы по возможности заметить и компенсировать отклонения в развитии и последствия негативных семейных влияний.

Подростковая сексуальность — это вообще отдельная песня. Известно, что в норме у юношей собственно сексуальное влечение появляется раньше и проявляет себя сильнее, чем у девушек. Девушки еще довольно долго мечтают о любви в окружении такого розоватого тумана, в котором ничего конкретного не разглядишь (чем, кстати, часто пользуются «практически ориентированные» мужчины и попросту откровенные мерзавцы). Слишком раннее (раньше 15 лет) пробуждение девичьей сексуальности, как правило, свидетельствует о физиологических или (чаще) психологических проблемах девушки — неразвитой эмоциональности, недостатке тепла и принятия в семье. Вместе с тем, и у юношей сексуальное влечение и романтическая влюбленность вполне могут сосуществовать. Но при этом они часто относятся к разным объектам. По меткому выражению известного отечественного социолога И. Кона, «мальчик не любит ту женщину, к которой его влечет, и не испытывает влечения к девушке, которую любит». Почему так происходит, неизвестно. Автор предполагает, что такие особенности психологии подростковой сексуальности, возможно, имеют приспособительное значение. Подростки современного общества ни социально, ни интеллектуально не готовы к браку и деторождению. Описанная выше разнесенность эмоций позволяет выиграть еще несколько лет, по истечении которых подросток созревает до полноценного члена общества. Размытый девичий образ прекрасного принца наконец приобретает некоторые реальные черты, а юноша оказывается способен совместить во времени и пространстве объект желания и романтически обожаемую возлюбленную.

Что такое половое воспитание сегодня и кто должен им заниматься?

Времена, когда «про это» узнавали во дворах и на улице, а также из медицинских учебников и разглядывая статуи в Эрмитаже, давно и, надо думать, безвозвратно прошли. За истекшие годы демократии и гласности успело вырасти целое поколение, которому в качестве справочного пособия исправно служили телевизор, видик и журналы в глянцевых обложках. Что выросло, как говорится, то выросло...

Так что о половом просвещении, о котором так яростно спорили еще каких-то лет пятнадцать назад, речь вроде бы не идет. Просветили все и всех. Где надо и где можно было бы и обожать. Но вот половое воспитание... Это вроде бы совершенно другое дело. Ведь, в самом деле, не отменяют же прекрасно изданные педагогические учебники и книги по этикету необходимости учить детей вести себя в гостях, не ковырять в носу, различать добро и зло и уметь постоять за себя... Вроде бы не отменяют. Значит, и откровенные сексуальные сцены в современных фильмах, и все эти журнальные фотографии и псевдоисповеди тоже полового воспитания, как ни крути, не заменят. А откуда же это воспитание взять?

Первое, что приходит в голову, это, естественно, семья. Вы, вот вы лично, в своей собственной семье половое воспитание получили? А много знаете семей, где оно, скажем так, разумно и целенаправленно проводилось? Нет? Вот и я тоже. Так что давайте исходить из фактов. Большинство семей на сегодняшний день никакого полового воспитания дать детям не может. Это положение усугубляется еще и вечной проблемой отцов и детей, ибо большинство отцов и матерей современных подростков выросли в Советском Союзе, в котором, как известно, «секса не было». Дети же хорошо знают, что секс в современной России есть. Со всем остальным у них гораздо сложнее. Как-то автор провел мини-исследование среди подростков и выяснил

интересную вещь. 100 процентов девочек и 75 процентов мальчиков (от 13 до 18 лет) верит в существование так называемой настоящей любви (думаю, что каждый респондент понимал под этим словосочетанием что-то свое). Но вот на вопрос: «Обязательна ли настоящая любовь при вступлении в брак?» — только 40 (!) процентов девочек и целых 85 (!) процентов мальчиков ответили «да». Оставив без внимания меркантилизм девочек (он выработан явно не в семье, а под воздействием средств массовой информации), умилился тем десяти процентам сильного пола, которые не верят в настоящую любовь, но все-таки считают, что брак надо строить именно на основе этой (отсутствующей в природе) субстанции.

Если, несмотря на все это, родителям непременно хочется внести какой-то личный вклад в этот аспект воспитания, то лучшим выходом будет следующий. Сообразуясь с возрастом, полом и уровнем интеллектуального развития ребенка, расскажите ему о ваших собственных находках и потерях, победах и поражениях, пережитых на любовном фронте в годы вашего детства и юности. Не врите и ничего не приукрашивайте. Если о чем-то говорить категорически не хочется, просто не говорите. Фальшь, ложь и украшательство подростки чувствуют не хуже, чем дрессированные свиньи укрытые под землей трюфели.

Второй гипотетический источник полового воспитания — это, несомненно, литература. Здесь тоже есть свои победы и поражения. Воспитываться на примере тургеневских девушек сегодняшняя молодежь явно не собирается, а героев подростков-современников в сегодняшней литературе что-то незаметно. Где вы, современные Тимуры, ау! Приходится девушкам использовать для самовоспитания «просто Марию», «дикую Розу», а то и «рабыню Изауру». Но только вот юноши не очень-то хотят себя вести в соответствии с этими «мыльными» стандартами, и вовсе не походят на крузов, викторов и андреасов... «Из чего же, из чего же, из чего только сделаны мальчики?» — так спрашивал когда-то Маршак. По всей видимости, сегодняшние мальчики сделаны из персонажей боевиков и детективов. И это, как вы сами догадываетесь, плохо согласуется с «просто мэриями». Впрочем, есть еще реклама, которая наряду с зубными пастами, шампунями и всякими там эликсирами настойчиво пропагандирует и полоролевые стереотипы мужчины-добытчика, который, вернувшись с работы, слабоумно доволен хорошо приготовленным супом, и женщины-домохозяйки повышенной скромности и домовитости, которая истинным чудом считает не себя, а кондиционер для белья. И со всем этим современным подросткам как-то приходится справляться. И они, заметим, справляются. Тем более что есть и позитивные факторы. Сегодня на книжном рынке имеется вполне достойная научно-популярная и просто познавательная литература для детей любого возраста, которая позволяет качественно и достаточно корректно познакомить их с биологическими и психологическими основами разделения полов. Есть и хорошие научно-популярные книги для подростков на эту тему. Вовремя приобрести и предложить эти книги подростку — также задача родителей.

Кроме семьи и искусства, есть еще школа и собственно подростковая среда. После попытки внедрения в практику курса с замечательным названием «Этика и психология семейной жизни» школа некоторое время отдыхала. Вышеупомянутый курс провалился не по своей вине. Просто совершенно непонятно было, кто его должен был преподавать. Психологов в школах тогда еще не было, литераторы воротили нос, биологи категорически отказывались, вполне мотивированно ссылаясь на некомпетентность, и автору известен вполне курьезный случай, когда данный курс на пару вели физкультурник и учительница труда. Первый — у мальчиков, вторая у девочек. Весь смысл курса при этом терялся (какая же семейная жизнь при тотальном разделении полов!), но у администрации не было другого выхода, так как согласившаяся вести курс учительница домоводства мальчиков-подростков панически боялась и дело с ними иметь категорически отказывалась. Холостой жизнерадостный физкультурник рассматривал происходящее как дополнительный урок физкультуры, а как дань специфике

выдавал пацанам боксерские перчатки и отрабатывал на этих уроках парные бои.

Отдохнув, школа завела школьных психологов и кое-где ввела курсы валеологии. И то, и другое, несомненно, позитивно. У большинства родителей, педагогов и даже детей все еще сохраняется слегка пренебрежительное отношение к данным дисциплинам, оставшееся от тех времен, когда главными в нашем государстве провозглашались физики с легкой примесью лириков. От пренебрежения этого следует отказаться, задумавшись вот над чем: что полезнее знать вашему подрастающему чаду — десяток-другой физических формул и теорем по геометрии (которые, будучи выученными наизусть, в самом лучшем случае пригодятся ему два раза в жизни — на выпускных и вступительных экзаменах) или что-то о себе, о собственном организме и психике, об их устройстве и потребностях?

И наконец, сама подростковая среда. Не знаю, как к этому относиться, но мой опыт практического психолога говорит, что именно она сегодня несет на себе львиную долю ответственности за половое воспитание наших детей. Встречаются, конечно, дети-изолянты, которые все свои знания черпают из книг или из бесед с родителями, но в массе... Именно в подростковой среде осмысляются и творчески перерабатываются фильмы и журнальные статьи, именно здесь идет обмен реальным и воображаемым опытом. Из недр этого подросткового котла большинство взрослых (и в первую очередь собственные родители) кажутся какими-то бронтозаврами, случайно уцелевшими островками устаревшего миропорядка и миропонимания. Собственные же установки подростков, как правило, весьма прагматичны. Вот как звучат некоторые из них (стилистика несколько исправлена, смысл — сохранен):

«Для совместного времяпрепровождения вовсе не нужна какая-то душевная близость. Можно вообще ничего не знать о тех, с кем ты проводишь время. Если вам вместе весело — этого вполне достаточно».

«Эротика и секс — это игры для взрослых людей. Вовсе не обязательно нагружать эту сторону жизни еще какими-то дополнительными смыслами и переживаниями. Как правило, это только все усложняет и даже убивает всю радость отношений». (Эту точку зрения значительно чаще высказывают юноши.)

«В физической близости нет ничего плохого или запретного, если оба этого хотят. Если девушке еще мало лет, то, может быть, не стоит слишком торопиться, но если она уверена в своих чувствах, то почему бы и нет? До того, как ты попробовал это, ты же все равно не знаешь, понравится тебе или нет. Мало ли что там говорят другие... Тем более что об этом все, как правило, врут. Почему врут? Потому что боятся. Ну, ведь никто не знает, как оно должно быть на самом деле. Вот все и думают: а вдруг у меня не так, неправильно? И врут, чтобы себе цену набить. Так что, пока сам не попробуешь, ничего не узнаешь».

«О возможной беременности девушки должны думать оба партнера, и принимать меры. Говорить об этом можно и нужно. Кто об этом не думает, тот дурак. Ответственность за это лежит на парне, но лучше, если девушка сама заговорит о том, как она ко всему этому относится и что предпочитает. Потому что расплачиваться-то, в случае чего, придется именно ей».

«Брак — это довольно серьезное дело. И парню, и девушке лучше хорошо подумать, прежде чем бежать в загс. Девушке нужно думать в первую очередь о том, сможет ли будущий муж обеспечить ее и их детей. Потому что любовь любовью, но сейчас такое время... Девственность, красота, ум и все такое — это не только духовные ценности, но и товар. (Относитесь к этому как угодно, но современные подростки понимают это лучше и четче нас, взрослых людей.)

Главное здесь — не продешевить. Можно бросить все это в омут безумной любви, но сначала все-таки надо решить: та ли это любовь, стоит ли она этого?» (Юношей на уровне чувств меркантилизм девушек бесит, но на рациональном уровне они с ним согласны, оправдывают его: а как же иначе? Надо же думать и о том, как жить, как детей кормить... «Насчет шалашей-то — это старики загнули, пожалуй. Год можно «в шалаше» прожить, ну два. А всю жизнь, или хоть всю молодость — кому это надо?»)

Зная такое вот «психологическое обеспечение» полового воспитания и будучи в чем-то с ним не согласными, родители могут попробовать осторожно влиять на установки собственного чада. Главных правила здесь два: не врать и не давить. Если разговор будет честным и уважительным по отношению к точке зрения подростка, он вас по крайней мере выслушает. Примет во внимание или нет — это уж зависит от содержания и убедительности того, что именно вы исповедуете.

Но в одном автор уверен твердо: миф о сексуальной легкомысленности современных подростков — это всего лишь миф. Да, есть маргиналы, наркоманы, сектанты. Там может быть все что угодно. Основная же масса подростков жестко прагматична, неразвита в области чувств, но при этом достаточно четко представляет себе, чего именно она хочет. Да, большая часть современной молодежи отделила секс от любви и других высоких чувств, и в этом им, несомненно, помогло старшее поколение и средства массовой информации. Чернышевское «умри, но не давай поцелуя без любви» даже в переносном смысле звучит сегодня не то как что-то глубоко идеалистическое, не то как откровенное издевательство.

Иногда сегодняшние подростки кажутся нам распушенными и эмоционально сниженными, иногда — неумными и недалекими (а где это вы видели дальновидного подростка?), но легкомысленными их не назовешь — это точно.

Как вести себя при встрече с подростковым чувством? Самые распространенные ошибки и находки

Несмотря на многочисленные попытки, любовь (к счастью!) не поддается никакой типизации. Поэтому каждый ее случай глубоко индивидуален. Особенно если речь идет о первой любви. А вот **ошибки родителей** при встрече с ней, увы, стандартные, и типизации легко поддаются. Поэтому с них и начнем.

1. Самая распространенная ошибка — это *попытка открыть чаду глаза на подлинный облик его избранника или избранницы*. Даже если вам совершенно ясно, что объект любви — мерзавец, дурак и проходимец одновременно, все равно прямой констатацией факта вы добьетесь прямо противоположных результатов. А именно — ваше чадо с еще большей полнотой осознает себя Ромео или, соответственно, Джульеттой, а вам будет отведена незавидная роль старшего поколения Монтекки или Капулетти.

1. *Попытка строго регламентировать возникшие отношения.*

— Ладно уж, ты можешь с ним встречаться, но только... И ни в коем случае не делай... И не говори... И чтобы не позже...

Будьте уверены, сделает именно то, против чего вы предостерегали. Ведь прячут-то всегда самое интересное — вспомните собственное детство. Одной моей пациентке, пятнадцатилетней девушке Оле, мать категорически не разрешала приходить домой с дискотеки позже 10 часов. Вообще-то на дискотеках Оле было скучно (девушка предпочитала домашние вечеринки и душевные беседы с глазу на глаз), но уходить всегда приходилось в 9:30, и бедная послушная

«Золушка» была уверена, что именно с этой минуты на дискотечном «балу» и начинается самое интересное. Дома после каждой дискотеки следовали истерики, однако мать, заботясь о безопасности дочери, упорно стояла на своем. Поговорив с матерью, я убедила ее на один вечер снять запрет. Оля была весьма удивлена и разочарована тем, что и после 9:30 на дискотеке происходит все то же самое, и больше не рвалась провести там побольше времени.

1. *Всевозможные попытки все узнать о возникших отношениях.* «Я должна знать!» — заявляет мать и первая хватает трубку телефона, из-за угла подслушивает разговоры, копается в карманах, столе или вещах сына или дочери, расспрашивает друзей или подруг. Полученной таким образом информации грош цена (подростки, если действительно хотят что-то скрыть, изобретательны, как преступники в хороших детективах), а к взаимному отчуждению подобная практика приводит непременно. И тогда, если у подростка действительно возникнут какие-то проблемы, к родителям он обратится с ними в последнюю очередь.
1. *Все виды запугивания и дискредитации возникшего чувства.* «Он тебе не пара!», «Она тебя непременно бросит!», «Ему только одно от тебя и нужно!», «Зачем ты ему на шею вешаешься, неужели не видишь, что ему на тебя наплевать!», «Если бы она тебя любила, то так бы с тобой не обращалась!» и так далее, и тому подобное. Может быть даже вы и правы и все обстоит именно так, как вы предполагаете, но право судить об этом подросток (да и любой влюбленный) признает только за собой.

Любую попытку узурпировать его права он (или она) встречают в штыки, что опять же негативно сказывается на отношениях в семье.

Теперь о **находках**. Никаких общих правил тут, разумеется, нет, но существуют определенные психологические приемы, которые во многих случаях позволяют уменьшить напряжение и сохранить доверительные отношения между влюбленным подростком и его родителями.

1. Совершенно естественно, что родителям хочется побольше знать об избраннике своего чада. *Не бойтесь спрашивать, но помните, что спрашивать нужно только о достоинствах.* «Что тебя привлекло в нем (в ней) во время первой встречи?», «Что в нем тебе особенно нравится сейчас?», «За что ее ценят друзья, подруги?» На такие вопросы чадо непременно ответит. А все остальное (свои сомнения, предположения и размышления о недостатках «объекта») подросток расскажет вам сам. В качестве бесплатного приложения.
1. Понятно также, что родителям (особенно родителям девушек) всегда весьма интересно знать, *как далеко их дочь готова зайти (и уже зашла) в развитии отношений.* Об этом тоже можно спрашивать. Но ни в коем случае не напрямую. Если девушка достаточно интеллектуально развита и любит порассуждать, можно завести «теоретический» разговор. «А как у вас сейчас принято...», «А что считается правильным в молодежной среде по такому вот вопросу...», «А как современная девушка должна поступить, если...» Естественно, что никакой «теории» в ответах подростка не будет. Он (она) будет излагать вам свою собственную точку зрения по всем упомянутым вопросам, которой он и руководствуется в решении вопросов практических. Здесь же, в этом разговоре, есть место и для коррекции. Поскольку личных интересов теоретический разговор как бы не затрагивает, то вы вполне можете безболезненно для самолюбия подростка возражать и обосновывать любую точку зрения по данным вопросам.

Если же девушка (юноша) интеллектом не блещет и к теоретическим разговорам, пожалуй, неспособна (неспособен), то имеет смысл поговорить о делах подруг и приятелей. «А помнишь,

ты говорила, что твоя Марина познакомилась с интересным парнем? Как у них сейчас дела?», «А Катя все еще одна? А как ты думаешь — в чем тут дело?» Рано или поздно и эти разговоры выйдут на личные проблемы вашего сына или дочери. Важно не пропустить этот момент и правильно на него отреагировать. Узнать о том, что подросток говорит уже не о Марине, а вовсе даже о себе, можно почти всегда по степени эмоциональной вовлеченности. В это же время наступает и подходящий момент для коррекции. Под видом обсуждения Марининых проблем почти всегда можно что-то прояснить, сгладить, расставить акценты.

1. *Не бойтесь делиться собственным подлинным опытом.* Даже если чадо пренебрежительно фыркает, оно все равно жадно внимает, потому что у вас это уже было (иначе откуда чадо-то взялось!), а у него еще нет. Только не надо моралей и нравоучений. Просто рассказывайте о том, что было, что вы чувствовали в начале, что в середине, что после... Расскажите о ваших мечтах и действительных поступках, пусть чадо осознает разницу между ними. Можете даже говорить так: «Если бы тогда, двадцать лет назад, я знал и понимал то, что знаю теперь, я бы сказал Маше, которую я тогда любил...» Но ни в коем случае не говорите: «На твоём месте я бы сказал...» Этого чадо не поймет и не оценит.
1. *Покажите подростку, что вы понимаете и принимаете его чувства.* Потому что страдания и взлеты первой любви — это подлинные страдания и взлеты, ни в чем не уступающие по силе более поздним, «зрелым» чувствам. Пусть многое в этих отношениях кажется нам с высоты нашего возраста и опыта по-детски наивным, примитивным и глупым, но не будем забывать, что именно эта, наивная и романтическая любовь в течении сотен лет вдохновляла поэтов, скульпторов и художников, именно о ней написаны стихи и песни, картины и поэмы, именно в ее честь созданы фильмы, баллады и скульптуры. Вам трудно признать величие нелепой любви вашего сутулого, нескладного, туповатого Вани и неумело накрашенной прыщавой Маши из соседнего подъезда? Признайте величие самого явления и в соответствующей форме сообщите об этом сыну. Он будет вам благодарен, честное слово. А может быть, даже немножко распрямится и поумнеет...

Чем может помочь специалист?

Как правило, первое романтическое пробуждение подростковых и юношеских чувств к противоположному полу никакого специального вмешательства не требует. Подростки в этот период особенно ранимы. Девочки то словно летают на крыльях, то превращаются в нервических плакс и начинают бурно рыдать в ответ на любое, самое невинное замечание. Мальчики чаще становятся замкнутыми и угрюмыми. Если родители и вся семья в целом признают объективные трудности, которые переживает их сын или дочь, и придерживаются уважительной и сочувствующей тактики по отношению к его (ее) переживаниям, то никакой дополнительной помощи такому подростку, как правило, не требуется. Наиболее конструктивная позиция по этому поводу приблизительно такова:

— Тебе сейчас нелегко, и мы понимаем это. Твои первые шаги в области чувств могут быть неуклюжими, как первые шаги учащегося ходить младенца, но они так же важны для тебя сейчас, и для твоей дальнейшей жизни тоже. Как ты сейчас научишься «ходить» и чувствовать, так и будешь жить дальше. Когда учишься, неизбежны ошибки и разочарования. Мы поможем тебе их перенести. Ведь разделенная боль — половина боли. Но если учишься на совесть, также неизбежны и победы, и успехи. А что может быть прекраснее и слаще успехов в любви! Если ты позволишь, мы также порадуемся твоим находкам и победам вместе с тобой. Ведь разделенная радость — радость вдвойне!

Однако, как и во всем, в протекании этого ответственного периода возможны всяческие отклонения. Поводом для обращения к специалисту могут служить всяческие крайние формы подростковых «страданий» и девиантного поведения, связанного с переживанием чувств к противоположному полу. Приведем некоторые **примеры таких крайностей**.

1. *Все мысли девочки-подростка заняты «мальчиками» во всех их формах и проявлениях.* В результате страдает учеба, отношения с родными и друзьями. Никаких конкретных, долгоиграющих романов на горизонте незаметно. Долгие часы девочка проводит за макияжем, а потом бесцельно шатается по улицам с такими же «искательницами приключений». Никаких психических отклонений за таким поведением, как правило, нет, но есть определенные внешние и внутренние опасности. С внешними опасностями все более-менее ясно (именно они обычно и тревожат родителей). Внутренняя опасность — уплощение и упрощение эмоциональных и интеллектуальных потребностей, формирование неразборчивости, «легкости чувств» и их однообразия.
1. Некоторая доля придуманных, фантастических чувств и событий вполне естественна для первых чувств юноши или девочки-подростка. Но случается так, что *подросток целиком погружается в выдуманный им мир, живет выдуманными чувствами, общается с выдуманными им людьми.* И этот фантастический мир понемногу заслоняет мир реальный, который не выдерживает сравнения со сказкой и кажется подростку пресным и (или) грубым и жестоким. В таком случае необходимо тщательное обследование и иногда — коррекция установок подростка.
1. Обращение к специалисту должно быть признано целесообразным и тогда, когда *увлеченность «предметом», желание завоевать его доверие и уважение толкает подростка к употреблению алкоголя или наркотиков, к противоправным деяниям, к вступлению в ту или иную секту.* Здесь — чем раньше спохватятся родители, тем больше шансов на успех. Подростки — имитаторы, как и все дети. Очень часто их ведет в бездну не тяга к наркотикам и не интерес к тому или иному вероучению, а желание стать таким же, как обожаемый «предмет», и этим заслужить его любовь и признание.
1. Несомненную тревогу родителей должна вызвать и *неразборчивость несовершеннолетнего сына или дочери в сексуальных связях.* Как правило, за этим кроются какие-то серьезные внутренние проблемы подростка или семьи в целом. Очень часто к беспорядочным связям толкает подростка отсутствие тепла, принятия и понимания в семье, иногда к такому же результату приводят напряженные взаимоотношения со сверстниками и неумение строить прочные дружеские связи. Иногда подобный симптом бывает спутником легкой степени умственной отсталости.
1. Безусловно необходимо немедленное обращение к специалисту, если в *подростковых «страданиях» появляется тема суицида,* не говоря уж о тех случаях, когда какие-то, пусть самые вялые и демонстративные попытки покончить с собой уже предпринимались. Любая, самая дурацкая попытка может закончиться «удачей» — всем родителям и врачам необходимо помнить об этом.
1. Целесообразно проконсультироваться со специалистом и родителям тех детей, которые *в течение многих лет наблюдались у невропатолога или психоневролога по поводу тех или иных неврологических диагнозов.* Нервная система у таких детей — орган-мишень, и совершенно неизвестно, как она поведет себя в условиях повышенной нагрузки. Консультации в этом случае носят профилактический характер. Родители вместе со специалистом вырабатывают наиболее оптимальный алгоритм поведения, для самого подростка проводится своеобразный «ликбез» применительно к его состоянию и проблемам. Любой подросток (а не только больной неврологическими заболеваниями)

стоит на пороге взрослости, и желательно, чтобы он знал свои сильные стороны и свои уязвимые места. С этой целью для подростков упомянутой группы можно порекомендовать различные психологические тренинги, такие как групповой тренинг уверенности, тренинг общения, тренинг личностного роста.

Вероника и ее любовь. Окончание

История Вероники была тем редким случаем, когда моя помощь явно требовалась, а я даже отдаленно не представляла себе, с какого конца взяться за дело. Работать с родителями бесполезно, так как дочь явно находится в состоянии аффекта и ни на какой психологический контакт с ними не пойдет. Сама Вероника неизвестно где. Заманить в поликлинику Вадима? Под каким соусом и кто сможет это сделать? Ведь отношения между ним и родителями Вероники, мягко скажем, натянутые...

— Пришлите ко мне пару подружек Вероники, — наконец решила я. — Из тех, кому она, на ваш взгляд, доверяет и кто может хоть что-то знать о ее теперешнем местонахождении.

— А пойдут они? — с сомнением спросила Ада Тимофеевна.

— Скажите им, что подруга в беде, что ей нужна помощь, что психолог хочет поговорить с ними о ней. Девчонки — существа любопытные, к чужой беде липнут, как осы к меду, прибегут как миленькие... И расскажите мне немного о них. О ком знаете, разумеется...

Первой пришла та, кого я меньше всего ожидала увидеть, — Лариса, прежняя подружка Вадима.

— Вы не подумайте, я не ревную, — решительно сказала она. — Я Веронике сочувствую. Потому и к вам пришла. Вадим — он ведь даже не сволочь. Так проще бы было. Ошиблась, мол, не разглядела. А там все совсем не так. Он ведь честный, Вадим, вы понимаете? Все сразу говорит. Вот это я могу, вот этого хочу. Вот это тебе обещаю, а этого, извини, нет. Только мы ведь, девчонки, — дуры, в хорошее верим, а в плохое не хотим. Я, представляете, думала, что он такой Печорин, усталый, во всем разочаровавшийся... Ну, мне так хотелось видеть. А что уж там Вероника видела, не знаю. Я ее предупреждала, но она мне, конечно, не поверила. И я ее не виню, потому что я сама Оксане, девушке, которая у него до меня была, тоже не верила. Я ведь тоже знаете как ревела. Хотела ему в морду плюнуть или таблеток наглотаться. Потом прошло понемногу. И теперь мне Веронике очень хочется помочь, потому что я ее лучше всех понимаю, только я не знаю, как. И еще я боюсь, что с ней что-нибудь случится. Утопиться там или повеситься она не могла, не думайте, я ее хорошо знаю. Но вот в какую-нибудь историю влипнуть... Вам, конечно, интересно больше всего, не знаю ли я, где она... Но я не знаю. Знала бы, сама туда побежала... Вы, наверное, думаете, зачем же тогда пришла...

Я уверила Ларису, что она мне очень помогла, и записала ее телефон.

Следующей пришла Ира. Она долго рассказывала мне о своих собственных запутанных отношениях с тремя или четырьмя мальчиками, и от нее я не узнала вообще ничего, кроме подтверждения Ларисино тезиса о том, что Вероника вообще-то сильный человек и из-за такого дерьма, как Вадим, в петлю не полезет.

Последней, спустя еще два дня, появилась сильно накрашенная Маргарита, которая мне откомендовалась как Марго.

Марго явно нервничала и очень хотела мне что-то доказать. С Вероникой она познакомилась относительно недавно, потому что только в этом году пришла в этот класс и в эту школу. Всеми

силами Марго стремилась дать мне понять, что она девушка опытная, видящая всех мужиков и телок насквозь. Я, естественно, не возражала.

— Чего вы все переполошились-то? — озабоченно крутя в пальцах воображаемую сигарету, хрипловато спросила Марго. — Ну, потеряла девушка невинность, себя не соблюла, Вадим этот козлом оказался, ну а предки наезжают. Так надо же ей в себя-то прийти, раны зализать... При чем тут поликлиника-то?

Минут пять я в самых доступных выражениях объясняла Марго, кто я такая и что я тут делаю. Постепенно девушка оттаяла, напряженность во всех ее членах слегка уменьшилась.

— Ну ладно, вы по-хорошему хотите, я поняла. Только от бабской глупости никакая психология не поможет, это я вам точно говорю. Вон матка моя три раза замужем была, и каждый раз (Марго произносила «каждый рас», но именно оговорки придавали ее неправильной речи какую-то совершенно необъяснимую щемящую прелесть) думала — навсегда. А вот тебе и выкуси, все три муженька-то и сбежали. Один, папаша мой, спился, другой туда, где небо в клетку, а третий и вовсе не пойми куда. Так и тащит нас с Валеркой одна. А мыто тоже те еще подарочки... Вот и Нику мне жаль. Нарвалась она по глупости на одного козла, и на другого еще нарвется. Я ей говорю: жестче надо быть, сильнее, тогда ты будешь ими крутить, а не они тобой. Бабам-то, им тоже своя сила дадена. Правильно я говорю, доктор («дох тур» — старушечье произношение в устах молодой девушки. Так странно. Бедная ты моя Маргарита, видать, и правда тебе досталось. То ли от трех маткиных мужей, то ли еще от кого...)?

Я отмечаю тот факт, что, говоря о Веронике, Маргарита употребляет настоящее время, и напрямую спрашиваю, может ли она устроить мне с Вероникой встречу. Гарантирую полную конфиденциальность. Маргарита сомневается.

— А о чем ей с вами толковать-то? Снова старые раны расчесывать? Ей сейчас забыть все надо...

— Такие вещи не забываются, Марго, — осторожно говорю я. — Ни одна девушка не сможет забыть свою первую любовь, своего первого мужчину...

— Щас! — злобно скалится Марго. — Всю жизнь помнить буду! А жить-то потом как, а, доктор?

— Первая любовь, а у сегодняшней молодежи и первая близость очень часто заканчивается расставанием, а то и обидой и разочарованием, — подчеркнуто спокойно, даже задумчиво говорю я. — Как ни печально это для полюбивших впервые, но это скорее правило...

— Вашими бы устами да мед пить, — усмехается Марго. — Ладно уж, пришлю я к вам эту дурочку. Только договор — родителям Никиным чтоб ни полсловечка.

Я, естественно, соглашаюсь на любые условия.

И вот передо мной сидит Вероника. Никакой косметики, черный свитер с воротником-стойкой, строгое, пожалуй что даже красивое лицо. Вокруг глаз — темные круги.

— Марго сказала, что вы хотели со мной поговорить. — Голос тихий, но твердый, без дрожи и сдерживаемых слез. — Вот, я пришла. Еще она сказала, что папа с мамой не узнают...

— Не узнают, пока ты сама не захочешь, — подтвердила я. — Но прежде чем мы с тобой поговорим, ответь мне на один вопрос: как ты сама — именно ты, не Марго, не я, не родители, а именно ты сама — видишь свое будущее? Что собираешься делать завтра, на будущей неделе,

через месяц?

— На будущей неделе? — в темных глазах Вероники появилась растерянность. — Я... я не знаю...

— Ты не посещаешь школу, студию, ушла из дома, твои друзья не знают, где ты. Ты считаешь, что все это больше тебе не понадобится? Ты считаешь, что твоя жизнь кончена, сейчас, в пятнадцать лет? Или ты просто взяла таймаут?

— Тайм... что?

— Это спортивный термин. Перерыв в игре, который предоставляется игрокам по инициативе одного из участников.

— Да, наверное... я... именно это...

— И для чего же ты используешь свой таймаут?

— Чтобы забыть все! — твердо и уверенно, с интонациями Маргариты.

— Получается?

— Не получается. — Опущенный взгляд, закушенная губа. — Пока...

— А может, и не надо забывать?

— Не надо?! Вы думаете, что-то еще может быть?! Вы же ничего не знаете!..

— Может или не может — это тебе виднее. Ты говоришь: не может, значит, так и есть. Я говорю только о том, что не надо забывать.

— А как же тогда?..

— Если мы будем забывать все, что кончается не так, как нам бы хотелось... Много ли у нас останется? Представь себе: юноша и девушка встретились, полюбили друг друга, поженились, родили двоих детей, вырастили их. А потом он встретил другую женщину, а она чуть позже — другого мужчину. Они были вместе двадцать два года, а потом расстались. Это действительная, а не придуманная история. И что же им теперь делать — забыть все эти двадцать два года?! Все радости, все праздники, все счастье, которое они делили на двоих? Все тревоги и испытания, которые они перенесли вместе, поддерживая друг друга? Забыть всю свою молодость?

— Нет, конечно, им нельзя...

— А тебе можно? Тебе было хорошо с Вадимом? Ты чувствовала его поддержку, внимание? Он ухаживал за тобой? Тебе это было приятно?

— Да. Очень. У меня никогда не было такого парня. И у моих подруг тоже. Поэтому я и... Я думала, что этим удержу его.

— Ты и удержала, но ненадолго. И твои родители тут совершенно ни при чем. Вадим, по-видимому, из тех людей, которые не переносят сложных отношений. Любые сложности тяготят их, и они от них попросту бегут. Скорее всего, Вадим никогда и ни с кем не сможет стать хорошим семьянином...

— Да, да... Я и сама про это думала. А откуда вы знаете?

— Да так, предполагаю, — я пожала плечами. — Так что посмотри на все это дело с другой стороны. Тебе всего пятнадцать лет. Создавать семью явно рано. Вадим долго и красиво ухаживал за тобой. Ничего удивительного, что в конце концов ты потеряла бдительность и поддалась на его уговоры. Пусть все это послужит тебе уроком. В конце концов, как говорила твоя подруга Лариса, Вадим ведь по-своему честный человек...

— А вы и с Лариской говорили?! Ну, она вам, наверное, про меня такого наплела...

— Лариса жалеет тебя и говорит, что уж она-то понимает тебя лучше всех. И по-моему, она весьма достойный и умный человек. Который, кстати, действительно попался в ту же ловушку, что и ты. Можете организовать клуб жертв Вадима. Возьмите туда Оксану и ту черненькую девушку, с которой видела его в кафе твоя мама. В Америке очень модны такие штучки...

Я добила своего — Вероника сначала робко улыбнулась, а потом и засмеялась. И сразу стало видно, что маска усталой скорби — всего лишь маска, и появились ямочки на пухлых щеках...

— И обязательно пришли ко мне Марго, — серьезно сказала я в довершение нашего долгого разговора. — Мне кажется, что в ее жизни действительно были и весьма серьезные проблемы, и настоящие несчастья...

— Да, она очень несчастная, — не менее серьезно подтвердила Вероника. — Она мне рассказывала кое-что... я вам не могу сказать. Но мне кажется, она к вам не пойдет, потому что она думает, что каждый должен справляться сам, а остальное — это для хлюпиков...

— Справляться должен каждый сам, — подтвердила я. — Тут я с Марго согласна. Но можно ведь покрутить проблему, повернуть ее под другим углом, глядишь, что-то и увидится. А в этом деле, сама понимаешь, две головы лучше, чем одна.

— Да, я теперь понимаю. Я скажу Марго. Может быть, вы ей тоже что-нибудь вернете.

— Верну? Что?

— Ну, я не знаю, как точно сказать. Мне было ужасно обидно, что все это напрасно и нужно забыть. А вы сказали: не надо, и я сама поняла, что все это теперь навсегда со мной, и можно вспоминать только хорошее. А Вадим... знаете, мне его теперь даже жалко...

— Ну-ну-ну! — я предостерегающе постучала костяшками по ручке кресла. — В клуб, в клуб, в клуб! Знаю я тут одну, Печориным увлекается, все его в Вадиме разглядеть пыталась...

— Знаю, знаю, это Лариска! — рассмеялась Вероника. — Это ей Печорин нравится... — Девушка лукаво улыбнулась, демонстрируя свои очаровательные ямочки. — А как бы нам ту черненькую разыскать и уговорить ее в клуб вступить? И можно ли ее будет потом к вам прислать? А?

Глава 3

Антон, который ничего не хочет

Он сидел около двери кабинета, не выказывая никаких признаков нетерпения, уже за полчаса до начала приема. Я обратила на него внимание потому, что он был один, ничего не читал и из ушей его не торчали проводочки плеера. Совершенно непонятно было, чем он занят. Спит?

Нет, вроде бы глаза открыты. Но встретиться взглядом не удавалось.

Прошло уже десять минут, а в дверь, несмотря на табличку, никто не стучал. Я выглянула в коридор. Высокий юноша по прежнему сидел на банкетке, не изменив позы, и глядел в пол куда-то перед собой.

— Вы не ко мне? — на всякий случай поинтересовалась я.

— К вам, — слышался спокойный ответ.

— А почему не заходите?

— Жду, — лаконично пояснил юноша.

— Должна подойти мама? — ситуация более-менее прояснялась. Мать уговорила проблемное чадо показаться психологу, а сама запаздывает. Тормозное чадо вместо того, чтобы законно сбежать, послушно ждет.

— Никто не должен, — вдребезги разбивая мои построения, возразил юноша. — Я думал, вы позовете.

— Вот, я зову, — ровно, решив не интересоваться его грамотностью и способностью прочитать дверную табличку, сказала я.

В кабинете юноша плотно устроился в кресле, спокойно и молча смотрел на меня. Я, пользуясь случаем, разглядывала нового пациента. Приятное, может быть, немного угрюмое лицо, светлые глаза, коротко, но немодно подстриженные волосы. Для косьбы под «крутого» длинноваты, для любой современной прически слишком коротки. Так стриглись пионеры во времена моего детства. Одет юноша добротно и чисто, но опять же без признаков подросткового выпендрежа.

— Меня зовут Екатерина Вадимовна, — я решила нарушить затянувшееся молчание. — Я слушаю вас.

— Меня зовут Антон, — представился юноша и снова замолчал.

Чувствуя, что прием будет нелегким, я приготовилась задавать вопросы и получать на них односложные ответы.

— Что привело вас ко мне?

— Я не знаю. Мама велела мне сходить. Записала. Я пришел.

— Мама велела? — Я не удержалась от улыбки. — Сколько вам лет, Антон? Знаете ли вы, кто такие психологи и чем они занимаются?

— Мне шестнадцать лет. Кто такие психологи, я знаю. У нас в школе есть урок психологии.

Выглядел Антон абсолютным славянином, но меня почему то не покидало ощущение, что он говорит на иностранном для него языке.

— И как вам нравятся эти уроки?

— Они мне не нравятся. Теория очень скучная. А практика — как для детского сада.

— Думаете ли вы, что психология вообще — скучная наука?

— Нет, скучных наук не бывает. Бывают только скучные люди.

«Ого!» — подумала я, убедившись в том, что разговор мог сложиться интереснее, чем мне показалось с первого взгляда.

— А мама, когда велела вам сходить ко мне на прием, даже не намекнула на причину этого, с ее точки зрения необходимого, посещения? И почему она не пришла сама?

— Мама очень поздно кончает работу. Она сказала, чтобы я поговорил с вами о себе, о том, почему я ничего не хочу...

— А вы, Антон, в ваши шестнадцать лет, что, действительно ничего не хотите?

— Почему же не хочу? — юноша меланхолично пожал плечами. — Хочу, конечно. Но я ничего не делаю, и мама говорит, что именно в этом вся проблема.

— А что вы сами думаете по этому поводу?

— Я ничего не думаю, мне просто все равно.

Круг замкнулся, и во время нашей дальнейшей беседы мы прошли его еще не меньше пяти раз. Нам удалось затронуть массу вещей, которых Антон активно не хотел и не любил (математика, физика и все связанное с ними, современная музыка и американские боевики, всевозможные тусовки и молодежное разделение по интересам и т. д., и т. п.), а также вещи и явления, к которым Антон был равнодушен (дискотеки и бары, гуляние с девушками, учеба в целом, будущая профессия, компьютерные игры, мода и все с ней связанное, сериалы на телевидении и, опять же, и т. д., и т. п.). Никакой позитивной программы в разговоре совершенно не выделялось.

— Антон, давайте поиграем в ассоциации, — отчаялась я. — Я буду говорить вам разные слова, а вы мне сразу же — то, что приходит вам в голову. Только честно. Хорошо?

Результат в целом соответствовал известному анекдоту:

— Река?

— Волга!

— Поэт?

— Пушкин, Лермонтов, Некрасов!

— Газета?

— «Правда», «Московский комсомолец»!

— Люблю?

— Кошки, котлеты, соленые огурцы...

— Нравится?

— Собираешь марки...

— Вы собираете марки, Антон?

— Нет, никогда не собирал. Но вы же сказали, что придет в голову...

— Да, спасибо...

В конце приема мы согласовали время следующего визита так, чтобы на него смогла прийти мама Антона.

Немолодая мама Антона комкала в руках платок, нервно подкашливала и вообще выглядела на порядок более эмоциональной, чем ее сын. Антон сидел в другой комнате, на предложение дать ему книгу поблагодарил и ответил отказом. Тогда я дала ему брошюру с интеллектуальным тестом, велела прочитать инструкцию, выполнить задания в течение получаса, а потом принести мне результаты. В общем-то всего этого делать было нельзя, так как в конце книжонки были даны ответы к тесту, но почему-то мне показалось, что Антон не будет ими пользоваться.

Словоохотливая мама рассказала мне, что в детстве Антон был прекрасным и необременительным ребенком, без проблем посещал все дошкольные учреждения, в младших классах учился ровно, хотя и не блестяще, потом постепенно съехал на тройки, но вроде бы никогда этому по-настоящему не огорчился. Вообще совершенно непонятно, что его по-настоящему огорчает или радует. Когда бабушка, которая фактически растила маленького Антона (родители всегда много работали), заболела раком, Антон без смущения и протеста выполнял все необходимое по уходу за старушкой, но ничем и никогда (включая сам момент смерти и похороны бабушки) не показал, что происходящее хоть сколько-нибудь расстраивает его. У Антона никогда не было девушки. Парень он видный, и то одна, то другая одноклассница проявляют знаки внимания, звонят по телефону. На вопросы матери Антон отвечает: «Да ну их!» — и этим все ограничивается. Маленькому Антону было все равно, что надеть, потом он вроде бы начал интересоваться одеждой, но после шестого седьмого класса — снова как отрезало. «Какие тебе брюки купить, Тоша? Фасон, цвет, может быть, фирма?» — спрашивает мать, стараясь быть современной. «Все равно, — отвечает сын. — Чтобы не короткие были». Антон учится уже в десятом классе, но никаких увлечений или хотя бы планов на будущее у него нет. Когда родители напрямую спрашивают его, куда он пойдет после школы, он отвечает: «Не знаю. Все равно». «В институт?» — «В институт», — соглашается сын. «Может быть, в колледж?» — «Можно в колледж», — не протестует Антон.

— Занимался ли Антон в каких-нибудь кружках? — спрашиваю я.

Да, занимался. Сначала пытались учить его музыке, но бесперспективность этого направления стала ясна еще при жизни бабушки. Потом были карате, танцы, бассейн, теннис и, наконец, в прошлом году, бодибилдинг. Всюду Антон шел по указке мамы, занимался без всякой охоты, при малейшей возможности — бросал. Никаких объяснений не давал. Только в прошлом году, бросая бодибилдинг (который как раз к этому времени начал давать какие-то результаты), буркнул в сердцах: «Но это же такая тупость! Как ты не понимаешь!»

Дома Антон читает, помогает по хозяйству, гуляет с собакой или смотрит телевизор. Программы предпочитает информационные, читать больше всего любит исторические романы или научную фантастику. Никакого подросткового кризиса мама Антона не заметила, о чем почти сожалеет.

— Лучше бы он протестовал как-то, — нерешительно предполагает она. — Ходил бы куда-

нибудь, что-то доказывал. Тогда я, может быть, и поняла бы как-то, что ему на самом деле нужно. А так — просто тихий ужас какой-то. Я иногда думаю, может быть, он больной? Бывают же какие-то вялые формы, я читала... Как вы думаете?

— А друзья у Антона есть? — интересуюсь я, помня ответ на этот вопрос самого Антона.

— Настоящих — нет, — не обманывает моих ожиданий мама (сам Антон на этот же вопрос ответил равнодушно-утвердительно). — Какие-то приятели есть. Книгами обмениваются, в школе на переменах общаются, звонят иногда. А чтобы что-то более тесное, что у нас дружбой считалось, — такого нет и не было никогда... Впрочем, был мальчик классе в третьем, в пятом, он потом уехал куда-то. Вот с ним они во дворе на скамейке или в разрушенной беседке часами о чем-то шушукались, пока домой не загонишь. Но после — ничего.

— И вот это состояние равнодушия ко всему, сколько оно длится, как вы оцените?

— Ну, вообще-то он никогда особо шустрым не был, но вот так... как умерла мама... это три года... ну, вот года два-три — так будет точно.

— А что думает ваш муж по поводу состояния Антона?

— Он говорит: лентяй и тунеядец — вот и все проблемы. И знаете, Антон вроде бы с ним согласен. Но надо же что-то делать. Если все дальше пойдет так же, то мне придется выбрать для него профессию, запихнуть его в какой-то институт или там техникум. Но я же не могу взять на себя такую ответственность... Это же такое решение... Если бы я хотя бы приблизительно знала, что ему интересно...

— А если вы ничего этого не будете делать?

— Тогда нам с отцом придется устраивать его на работу, а потом провожать в армию, — грустно констатировала женщина.

— Вы говорили об этом с Антоном?

— Да, много раз. Он согласен на любой вариант.

— Чудеса! — воскликнула я.

Признаюсь честно, с таким равнодушием к собственной судьбе мне еще не приходилось встречаться. Что-то здесь действительно неладно. Либо я еще чего-то принципиального не знаю, либо... либо здесь и вправду необходима консультация психиатра. Действительно, бывают же всякие формы... Я тоже читала...

Мама Антона, как и большинство матерей, когда речь идет об их детях, баловалась чтением мыслей.

— Вы думаете... все плохо, да? — трагическим шепотом спросила она.

— Ничего я пока не думаю, — отрезала я. — И вообще не мое это дело — диагнозы раздавать. Ну, если уж вы очень хотите... Ничего большего, чем депрессивный эпизод, правда, затянувшийся, я здесь не вижу. Но проконсультироваться, конечно, надо. На всякий случай...

— А, депрессия, — понимающе кивнула мама Антона, ухватившись за невольно прозвучавший ярлык. — Это я понимаю. Это ничего.

Я невесело улыбнулась.

Что такое депрессия?

Согласно строгому определению, депрессией называется состояние, характеризующееся пониженным настроением, торможением интеллектуальной и моторной деятельности, снижением витальных (жизненных) побуждений, пессимистическими оценками себя и своего положения в окружающей действительности, соматоневрологическими расстройствами (при наличии депрессии наиболее характерными из них являются тахикардия, склонность к запорам, расширение зрачков).

По А. В. Снежневскому (1983) депрессии присущи такие когнитивные свойства, как отрицательная, уничтожающая оценка собственной личности, внешнего мира и будущего.

Депрессивные состояния отличаются большим многообразием и распространенностью. Все многочисленные виды депрессий достаточно условно объединяют в три группы.

1. **Соматогенные депрессии.** К этой группе относятся депрессии, возникающие в связи с каким-либо заболеванием внутренних органов. В большинстве случаев такая депрессия сочетается с более или менее выраженной астенией. В ее происхождении могут играть роль реактивные моменты (реакция личности на соматическую болезнь и вносимые ею изменения в социальный статус больного). Иногда депрессия этого вида в дальнейшем углубляется, витализируется, однако чаще всего она протекает на непсихотическом уровне, в рамках невротоподобных состояний.
1. **Эндогенные депрессии.** Этот термин применяется для обозначения состояний, наблюдающихся при эндогенных психических заболеваниях — маниакально-депрессивном психозе, шизофрении, в рамках функциональных психозов.
1. **Психогенные депрессии.** Сюда включаются в первую очередь реактивные депрессии, связанные с психогенно травмирующей ситуацией. Кроме того, сюда же относят большинство депрессий, протекающих на невротическом, а не на психотическом уровне. В отечественной литературе такое состояние рассматривается как этап невротического развития либо как неврастеническая депрессия. И наконец, сюда же включается депрессия истощения — своеобразная форма депрессивных состояний, связанная с длительным эмоциональным перенапряжением или многократными психическими травмами (повторяющиеся конфликты в семье, в школе или на работе).

Это деление в известной мере условно, так как существуют депрессии, промежуточные между эндогенными и психогенными или психогенными и соматогенными. Нередко депрессия, начинаясь соматогенно или психогенно, в дальнейшем витализируется, то есть приобретает свойства эндогенной депрессии.

Депрессия — это болезнь. В тяжелых случаях диагноз депрессии, как правило, нетрудно поставить (больной в этих случаях практически не способен к социальному функционированию), в то время как более легкие формы весьма затруднительны для дифференциальной диагностики. Самые типичные симптомы депрессии — следующие:

- 1) устойчиво сниженное настроение, утрата интересов и удовольствия;
- 2) повышенная утомляемость;
- 3) сниженная способность к сосредоточению и вниманию;

- 4) сниженная самооценка и чувство уверенности в себе;
- 5) идеи виновности и самоуничтожения;
- 6) мрачное и пессимистическое видение будущего;
- 7) идеи (или действия) самоповреждения и суицида;
- 8) нарушенный сон;
- 9) сниженный аппетит.

Для достоверного диагноза даже легкого депрессивного эпизода должны наблюдаться по крайней мере четыре из вышеуказанных симптомов. Наиболее распространенными из них, в случае депрессии легкой степени, являются сниженное настроение, утрата интересов и способности получать удовольствие, а также повышенная утомляемость.

Очевидно, что во время подросткового кризиса мы можем встретиться практически со всеми этими симптомами. Повышенная утомляемость? Пожалуйста! Родители, да и сами подростки довольно часто жалуются на головокружения и головную боль, на то, что быстро устают, истощаются, и это чаще всего связано не с депрессией, а с гормональной перестройкой организма, с его неравномерным ростом. Низкая самооценка? Да это не менее половины подростков! Одним кажется, что они слишком толстые, другие недовольны своей худобой, у кого-то нос или уши не той формы, кто-то слишком глуп, кто-то недостаточно красив, а кое-кто так и просто заявляет: «С таким, как я, никто никогда не будет иметь серьезного дела», и находит причины такого положения вещей настолько очевидными, что даже не желает о них говорить. Утрата интересов? Одна из самых распространенных жалоб родителей — вот, раньше и книги читал, и в кружки ходил, а сейчас — сидит дома, по телефону болтает о каких-то глупостях да в ящик смотрит. Как будто по тупел разом!

И все это — не болезнь, не депрессия, а всего лишь наш старый знакомый — подростковый кризис. Но вот беда — в этом возрасте встречаются и настоящие депрессии всех описанных типов, и в этом же возрасте часто манифестирует (впервые проявляет себя) шизофрения — тяжелое психическое заболевание. Как же поступить, если у вашего сына или дочери-подростка вы обнаружили некоторые из приведенных выше симптомов?

Сразу бежать к врачу-психиатру? Обследоваться? Глотать антидепрессанты?

Подождите. Давайте сначала попробуем разобраться, отчего же это у здоровых людей вдруг исчезают интересы, хронически понижается настроение и самооценка? Отчего это вдруг юному, полному сил и энергии существу не хочется жить и будущее видится ему исключительно в мрачных красках? Порассуждаем вместе. И если выявленные причины не имеют к вашему случаю никакого отношения — тогда ничтоже сумняшеся идите к психиатру. Возможно, именно он сумеет вам помочь.

Проблема цели и проблема смысла

Довольно часто на приеме автору приходится слышать однообразные жалобы родителей подростков:

Он (она) ничего не хочет, ничем серьезным не интересуется, о будущем как бы не думает, трудиться не хочет и не умеет, все делает спустя рукава, если что-то и умеет, так это только развлекаться и т. д., и т. п.

Почему так? Далее автор осмелится предложить на суд читателя свои размышления и соображения на эту тему. Ни в коей мере не претендуя на роль истины в последней инстанции, они, быть может, позволят кому-то из родителей лучше понять своего сына или дочь, по-новому оценить свои взаимоотношения с ними.

Я уже говорила о том, что современные подростки часто весьма прагматичны и рассуждают иногда куда практичнее и трезвее, чем их родители. Но вместе с тем юность — это единственный подлинно романтический период в жизни человека. Прекрасные иллюзии и возвышенный идеализм, жасминовый аромат романтической и сентиментальной любви, пороховой запах подвигов и настоящей, мужской дружбы, «один за всех и все за одного» — обо всем этом грезят именно на излете детства и в юности. Потом наступает «настоящая жизнь», которой всех нас пугали в школе, с ее бытом и буднями, праздниками и горем, с ее совершенно неромантическими проблемами. И вот — мне кажется, что практичность современных подростков часто вступает в противоречие с этим «конституциональным» юношеским идеализмом.

— Вы же знаете, Екатерина Вадимовна, какая сейчас жизнь, — говорит мне такой четырнадцатилетний «мудрец». — Если нет денег и «лапы», то никуда в приличное место не поступить, ничему стоящему не выучиться. А без настоящего образования куда пойдешь? Везде все схвачено, все поделено. Только в криминал — одна дорога.

А вот другой мудрец, пятнадцати лет отроду, и утверждает он прямо противоположное:

— Ну вот, родители мои учились, учились, институты заканчивали. И что? Мать вообще сократили, никуда по возрасту не берут, она сейчас уборщицей в универсаме работает. Отец держится пока, но ни продукция их никому не нужна, ни зарплату им уже который год в срок не платили. Так надо, да? А посмотрите, сколько молодежь без всякого образования получает? На какую зарплату сейчас можно БМВ купить? А сколько их на улице, вы видели? А домины огромные вокруг города как грибы растут? Откуда же это все? Неужели от образования?

Если осторожно намекнуть таким «мудрецам», что иномарка и загородный особняк — это еще не все, что нужно людям в жизни, они начинают совершенно по-детски кипятиться и доказывать мне, что я ничего не понимаю в текущем моменте.

— Да знаю я, что вы скажете! Дружба, любовь, творчество и все такое! Так вы объявления посмотрите в брачных газетах! Кому нищие-то нужны?! И творчество тоже. Какое сейчас без денег может быть творчество! Возьмите хоть телевидение, хоть кино, хоть эстраду! Даже литература, и то... Если тебе рекламу не сделали, то кто тебя читать-то будет, когда от одних обложек в глазах рябит...

— Так что же, всем в криминал идти? — задумчиво спрашиваю я. — На БМВ-то действительно честные люди вроде бы не ездят...

И вот тут-то и проявляется то самое противоречие, характеризующее личность современных подростков, о котором говорилось в начале этой главки. С одной стороны — практицизм, с другой стороны — потребность в идеалах, романтике. Вещи несовместные, и некоторые выбирают первое, упорно стараясь забыть о втором, некоторые (сверстники и родители обычно обвиняют их в прекраснодушии и несовременности, но в душе уважают и даже иногда завидуют им) по-прежнему проживают свою мятежную юность так, словно времена галантных кавалеров, «комиссаров в пыльных шлемах» и поющей о чем-то под крылом самолета тайги еще не минули. А очень большая часть менее решительных подростков, подобно всем известному ослу, на годы застывает в каком-то подобии ступора или, не в силах принять

самостоятельное решение, покорно плывет по течению. Именно о них чаще всего и говорят сакраментальное: «ничего не хочет, ничего не делает».

Если удастся завоевать доверие таких подростков, заставить их сбросить защитный панцирь и поговорить откровенно, то рано или поздно в беседе всплывает вопрос «Зачем?». Вопрос цели и вопрос смысла одновременно. В некоторых умных книгах можно прочесть, что вопрос смысла жизни особенно остро, влияя на душевное состояние и поступки, встает перед человеком после сорока лет, во второй половине жизни, когда вершины уже достигнуты, карьера состоялась (или не состоялась), дети подросли. Жизнь пока еще медленно, но неуклонно катится к закату. И вот здесь-то человек как бы и оказывается лицом к лицу с простым, но каверзным вопросом: «Ну, и зачем все это было? И что будет теперь?»

Все это, в общем, верно, но многое в нашей Вселенной, как известно, развивается по спирали и, судя по всему, так называемый «экзистенциальный кризис сорока лет» — вовсе не первый период человеческой жизни, в котором подробно рассматривается проблема смыслов. Мне кажется, что впервые эта проблема встает перед человеком именно в подростковом возрасте, в тот период, когда необходимо определить свой дальнейший путь, выбрать профессию, дело, которому будешь сначала учиться, а потом служить. Простая логика подсказывает, что в процессе этого выбора трудно обойтись без вопроса: «А почему я буду заниматься именно этим? Зачем мне это?»

Но, разумеется, есть и различия, и каждый виток спирали отличается от следующего и предыдущего. Человек после сорока ищет смысл именно для себя, так сказать, для личного пользования. Подростка, юношу вполне устраивает «коллективный смысл», смысл для всех. Именно поэтому все религиозные, революционные и прочие идеологические течения везде и всегда опирались в первую очередь на молодежь. В последние десять пятнадцать лет в нашей стране наблюдается острый дефицит «смысла», пригодного именно для молодежи. Лозунг «Обогащайтесь!» был бодро подхвачен широкими массами инженерно технического и прочего смышленного населения, и у кого получилось, обогатились. Но некриминальная молодежь опять-таки осталась не у дел. Теперь, чтобы обогатиться, снова нужно много, тяжело и часто неинтересно работать. А где же романтика? Неистовые гринписовцы, комичные неофашисты, унылые патриоты и прочие радикалы — это все же категорическое меньшинство. А остальные?

Несмотря на все проблемы отцов и детей, подростки привычно обращают свой взор к старшему поколению — и наблюдают довольно странную картину.

— Как у вас со смыслом, мама и папа? — в той или иной форме спрашивает подросток. Родители, как правило, вопроса в упор не слышат, но ответ, опять же как правило, дают.

— Мы верили во что-то такое непонятное, — говорят родители. — Теперь пишут, что всего этого вроде бы и не было вовсе.

Но мыто его как бы видели и были уверены, что оно — есть. Здесь какое-то противоречие, но лучше об этом не думать и заниматься повседневными делами.

— Для чего вы живете на свете, мама и папа? — спрашивает подросток.

— Мы живем, чтобы вас, оглоедов, на ноги поднять, одеть, накормить, вырастить. Думаете, это сейчас легко? Когда везде сокращения, без знакомств на работу не устроиться и все такое... А вам бы только баклуши бить да в потолок плевать... Помогли бы лучше или хотя бы посочувствовали...

Но подросток не может сочувствовать этим родительским трудностям, потому что у него еще

нет детей. Он обескуражен. Ведь если родители не врут, то получается, что до рождения детей никакого смысла, кроме создания пристойной «материальной базы» и развлечений, нет и не предвидится. Да и потом перспективы не больно-то радостные.

А душа-то просит чего-то еще...

Есть еще литература, книга — извечное прибежище мятущейся русской души. Может быть, там? Ну, об этом мы уже говорили. Подростки читают. Но читают они в основном детективы, любовные романы и фэнтези, а эти жанры, как известно, проблему смысла не проясняют, а даже, пожалуй, наоборот, запутывают. Потому что даже лучшие образцы этих жанров к реальным проблемам современного живущего в России подростка никакого отношения не имеют, ибо, при всей их занимательности, описывают реальность альтернативную, в которой никто и никогда не жил и жить не будет.

И вот в результате всех этих накладок многим подросткам попросту не хочется шевелиться, что-то искать. Они не знают даже направления, где это «что-то» должно находиться, не знают, где и у кого спросить, никому не доверяют, движутся вяло и наугад и зачастую находят себя в молодежных объединениях, которые, хотя и имеют какую-то свою структуру и цели, но стороннему наблюдателю кажутся опасно похожими на хорошо организованные стаи. Не приставшие к стаям довольно часто впадают в состояние, подозрительно напоминающее описанный выше депрессивный синдром.

Как родители могут помочь подростку отыскать свое место в жизни?

Но у каждой медали есть, как известно, обратная сторона. И не все так печально в деле обретения современным подростком цели и смысла. И роль родителей (пусть даже бывших комсомольцев, коммунистов, диссидентов и т. д.) здесь трудно переоценить. Потому что есть вещи, которые не отменяются никаким историческим периодом, общественно-экономической формацией, коррумпированностью властных структур и тому подобными мелочами. И одна из этих вещей, как ни банально это прозвучит, — любовь. Любовь родителей к своим детям, любовь детей к родителям, любовь женщины к мужчине и наоборот, любовь к другим людям, к Родине и — да, да, да! — все то, что было написано и нарисовано на 15 странице старого издания букваря, по которому все мы учились. И никто этого не отменял и никогда не отменит, а если вместо лукаво щурящегося вождя мы поместим туда портрет матери Терезы, а вместо ударника-сталевара — честного бизнесмена за компьютером, то суть урока от этого совершенно не изменится. Но все это общие слова, скажете вы, а что же делать конкретно?

Попробуем конкретно. Если в вашей семье подрастает сын или дочь, а до экзистенциального кризиса сорокалетия вы еще не дожили, придется немного поднапрячься. Проведите ревизию собственных ценностей. Подождите выбрасывать то, что рухнуло, не оправдало себя. Отряхните от мусора, очистите от обломков, приклейте ярлычок, поставьте на соответствующую полку. Еще пригодится для воспитательной работы. К тому же, что устояло, выдержало все удары жизни, отнеситесь с возможной бережностью. Это ваш самый главный капитал.

Далее обратите свой внимательный взор на подрастающее чадо. Соберите семейный совет, постарайтесь опереться на коллективный разум семьи. На кого чадо похоже внешне, по характеру, по темпераменту? На вас? На мужа? На покойного деда? Трезво и внимательно опишите (лучше письменно) основные черты его характера, основные пристрастия. Что чадо любит, чего не переносит? Чем интересовалось раньше? Что из этого получилось? (Если не получилось ничего, постарайтесь проанализировать причины). Чем интересуется теперь? С чем эти интересы связаны, что из них может проистечь в будущем? Как у чада обстоят дела с

межличностными контактами? Много ли у него друзей? Легко ли оно сходится с людьми? Есть ли глубокие отношения или все они весьма поверхностны? Что чадо любит делать? Что у него получается? Как обстоят дела с честолубием? С лидерскими наклонностями и возможностями? Каково развитие интеллекта? Какие стороны интеллекта особенно развиты (вербальный, невербальный интеллект и т. д.)? Как здоровье, физическое развитие чада в целом — на нем можно пахать? Или чадо субтильно, анемично и от любого повышения нагрузок валится с ног? Есть ли какие-то специфические ограничения по здоровью (аллергии и т. д.)?

При составлении «психологического портрета» постарайтесь не льстить ребенку и не занижать его действительных возможностей. Если все это делается не в одиночку, а обсуждается на семейном совете, то риск ошибки существенно снижается. После окончания работы внимательно вслух прочитайте то, что получилось. Как вы думаете, чем мог бы заняться такой человек? Что бы у него получилось? Что доставило бы удовольствие ему самому и принесло бы несомненную пользу окружающим его людям? Если в семейном совете участвует член семьи, на которого чадо чрезвычайно похоже, особенно внимательно выслушайте его мнение. Проведите под «портретом» жирную черту и в качестве резюме запишите возможные рекомендации.

После этого пригласите чадо для личной беседы (здесь присутствие всех членов семьи уже совершенно не обязательно) и ознакомьте его с результатами мозгового штурма — психологическим портретом. Если чадо с чем-то не согласно или хочет что-то добавить, без комментариев внесите его возражения или дополнения на отдельный листок. Хочу сразу развеять сомнения части родителей — даже очень замкнутый и негативистски настроенный подросток пойдет на такой разговор. Что бы он там ни говорил, но ему покажется занятым, что взрослые члены семьи серьезно обсудили и проанализировали особенности его личности и будущие возможности, и он непременно заинтересуется результатами. Если подростка не ругать и не призывать немедленно перестать или, наоборот, начать что-то делать, он обычно охотно и с большим интересом говорит о себе. Да и кто же о себе, любимом, поговорить откажется?

Обсудив и дополнив «портрет», переходим к следующей стадии разговора — обсуждению будущих возможностей. Теперь уже сам подросток отвечает на поставленные выше вопросы. Если его мнение в чем-то совпадает с мнениями остальных членов семьи, ему об этом надо сообщить, если расходится — лучше подождать до окончания его собственных соображений. После того как круг «потребного будущего» очерчен, можно вырабатывать стратегический план его достижения, выделяя временные этапы и обсуждая попутно, что может сделать сам подросток, а в чем понадобится помощь родителей. После этого наступает еще один этап — расскажите ребенку о вашем собственном опыте поисков целей и смысла. Ничего не приукрашивайте, доставайте попеременно ценности с обеих полок, попытайтесь коротко проанализировать, почему одни оказались негодными, а другие выдержали проверку временем. Говорят, что на чужих ошибках не учатся. Лукавят. В основном те, которые действительно не умеют или не хотят учиться. А остальные... Разве мы совершили в своей жизни все возможные ошибки? Значит, чему-то все-таки научились и на чужих...

Оптимальный возраст для подобной беседы (в зависимости от сформированности круга интересов и интеллекта подростка) — 13-15 лет.

Составление стратегического плана проще пояснить на примере.

Алина, миловидная хрупкая девушка 14 лет, твердо решила стать хирургом.

— Это благородная, нужная людям профессия, — тихо, но решительно говорит она. — И достаточно престижная. Я знаю, что хирурги — это обычно мужчины, но теперь времена меняются, а руки у женщин всегда были ловчее и тоньше. А крови я совершенно не боюсь... И не спорьте со мной...

Никто и не спорит с Алиной. Просто подсчитываем трудности и резервы. Никто в Алининой семье никак не связан с медициной. Следовательно, придется пробиваться самой. Естественно, медицинский институт. В училищах хирургов не готовят. Материальный уровень семьи весьма средний, но на подготовительные курсы деньги найдутся. Значит, подготовительные курсы. Это в одиннадцатом классе. А сейчас? Если не идти в училище, то, может быть, существуют спец классы или даже спецшколы? Покупаем справочник, опрашиваем знакомых, читаем газеты. Спецшкол не обнаружено, кроме одной православной медицинской гимназии. Алина — атеистка, следовательно, гимназия не подходит. Но вот есть два медицинских десятых класса. Один связан с санитарно гигиеническим факультетом, другой — с Педиатрическим институтом. Алина собирается в Первый медицинский, но на безрыбье и рак рыба. Алина выбирает класс, связанный с Педиатрическим институтом. Вместе с мамой едут туда, говорят с завучем, с ребятами. Алина укрепляется в своем выборе, начинает готовиться к экзаменам. Выбор достаточно серьезен, эльфийская внешность играет против Алины, придется до называть, что хирургия — это не просто так, а продуманное, взвешенное решение. Алина поступает в медицинский класс, параллельно заканчивает курсы массажа, занимается в СНО при медицинском факультете СПбГУ, а на каникулах устраивается работать нянечкой в хирургическое отделение. И здесь приходит отрезвление.

— Я не боюсь крови, но я не могу-у!.. — рыдает Алина.

Неужели все напрасно? Но вот практика в родильном доме, потом в детской поликлинике. И Алина снова оживает. «Я буду неонатологом! — решает она. — Буду работать с самыми маленькими детьми».

В 11 классе выявляются колоссальные проблемы с физикой. Алина totally не понимает ее. А физику надо сдавать в институт. Приходится нанимать репетитора. На курсы уже не хватает денег. Случайно в доме, где живет Алина, обнаруживается клиентка, которой нужен недорогой регулярный массаж. Алина снова берется за справочники и за жирные тела клиентки. Та рекомендует исполнительную, чистенькую и аккуратную девочку еще двоим своим подругам. Деньги на курсы есть.

Сейчас Алина учится на втором курсе Педиатрического института. Подрабатывает массажем. С каждым днем ее все больше интересует невропатология. Кажется, она решила посвятить свою жизнь именно этому.

— Может быть, я даже буду нейрохирургом, — шепотом, словно боясь сглазить, призналась она мне во время последней встречи.

Кто и что может помочь еще?

Одна из задач родителей — показать ребенку, подростку разнообразие окружающего мира, разнообразие населяющих этот мир людей. Если это не сделано, то сектор круга, из которого ребенку придется впоследствии выбирать, окажется очень узким.

Есть люди и целые структуры, которые могут помочь в этом родителям и самому ребенку. Во-первых, это разнообразные кружки, секции, клубы, семинары и факультативы. Совершенно неверно думать, что раз уж ребенок пошел в кружок, допустим, кройки и шитья, то там он и

обязан заниматься вплоть до совершеннолетия. То, что ребенок меняет кружки, секции, посещает в этом году клуб журналистов, а на следующий год — театральную студию, вполне нормально. Возможно (и даже скорее всего), он не станет театральным актером или журналистом, но его представления о мире и о самом себе за эти два года существенно расширятся.

Кроме того, практическая психология также может помочь семье в этом вопросе. Существуют тесты, позволяющие определить склонности и возможности вступающего в жизнь человека. Не стоит слепо доверять их результатам (как и результатам всех других тестов), но кое-какие сведения, почерпнутые из них, могут оказаться совсем нелишними при совершении выбора. Кроме того, психолог-консультант может оказать практическую помощь семье и в составлении «психологического портрета» и стратегического плана, описанных в предыдущей подглавке. Он же поможет выделить главные трудности, которые могут встретиться подростку на пути реализации его планов, наметить способы их преодоления.

Существуют и групповые методы для анализа и решения подобных проблем. Наиболее адекватными из них автору представляются различным образом ориентированные тренинги личностного роста, которые позволяют подростку лучше узнать себя, свои сильные и слабые стороны, оценить с помощью обратной связи, как его воспринимают окружающие, научиться самому лучше понимать других людей, правильнее реагировать на их вербальные и невербальные послания. Здесь же подросток может точнее сформулировать для себя свои цели, понять, чего же он действительно хочет от жизни и что готов и способен дать ей сам.

Возвращаясь к Антону..

Консультацию с психиатром мама провела оперативно. Психиатр ничего такого особенного не нашел, но на всякий случай прописал легкие антидепрессанты. От антидепрессантов послушному Антону стало так плохо, что их прием пришлось срочно прекратить. Довольный психиатр сказал, что случившееся может служить диагностическим признаком — депрессии у Антона нет.

— Разбирайтесь дальше со своим психологом, — добродушно сказал он на прощание. — А еще лучше — плюньте и пусть будет как будет. Не задерживайте парня, поверьте мне, старому, их сейчас ровно половина таких. Что же — всех лечить, что ли?

С этой рекомендацией мама и явилась ко мне. Антона оставили дома, на что он отреагировал с откровенным облегчением. Несмотря на сдержанность юноши, видно было, что психология с психиатрией уже порядочно достали его.

— Ну, давайте искать, — бодро предложила я, не имея ни малейшего понятия о том, как подойти к делу. Депрессии нет — это хорошо. Но что же дальше? Если верить честности Антона и результатам теста, то интеллект у юноши значительно выше среднего. А учится плохо. И любимых предметов нет. В чем же дело?

Традиционно интересуюсь:

— Как в семье?

— Все нормально, — не отводя взгляда, отвечает мама. — Как у всех. Люди мы уже немолодые, особых страстей нет, но и конфликтов тоже нет. Мама моя, пока была жива, с мужем моим потихоньку воевала, а теперь и этого нет. Муж-то ее недолюбливал, понятно, а тут как-то раз сказал: «Знаешь, вот бы уж не подумал, а мне Зинаиды Павловны не хватает. Ну, думаю,

поворчала бы, что ли, кран бы починить заставила. А то самому никак не собраться... Вроде перчика она у нас была, понимаешь? А без нее как-то пресно... Я не пью, ты не ругаешься, Антон тоже вроде не куролесит...»

Да уж, ворчливая бабушка вроде перчика... Конфликтами в семье ситуацию явно не объяснишь.

— Вспоминайте все подряд! — требую я. — Вот тогда, когда пошла на спад успеваемость, когда умерла бабушка, когда уехал единственный друг. Подробно, все, что приходит в голову, может, найдем, за что зацепиться...

Минут через пятнадцать вдруг среди мелочей всплывает вроде бы что-то существенное.

— ... Рисовал он немного. Не то чтобы картины там или с натуры. Рисовал шариковой ручкой, так, что я там почти ничего и не понимала. Это было что-то вроде историй. Рыцари какие-то или роботы — я толком не помню. Но много их было — целые тетради. А потом, когда писать научился, рисовать почти бросил и стал их записывать. Ну, примитивно там все, фантастика какая-то или детективы, вроде комиксов. Называлось это «прики» — от «приключения».

— А потом? — серьезно насторожилась я.

— Ну, потом я это вроде бы запрещала. Потому что он садился уроки делать, а вместо этого доставал эту самую тетрадь и... Он тогда как раз хуже учиться стал. Я и говорила: сначала уроки сделай, а потом всеми этими глупостями занимайся... Да он и сам это как-то оставил, повзрослел, наверное...

— И сколько же всего времени Антон эти самые «прики» придумывал? Считая и рисование, и письмо?

— Ну, лет с шести, наверное, до одиннадцати, может, до двенадцати...

— Черт побери! — я с трудом удержалась от того, чтобы не сказать еще более сильно. — Вы жалуетесь на то, что у парня вообще отсутствуют интересы. И вы сами, своими руками загубили дело, которым он занимался 6–7 лет! 7 лет из 16! Почти половину жизни!

— Но какое же это дело! — растерянно возразила мама Антона. — Какие-то каракули, дурацкие герои, никаких способностей к рисованию или там к литературе у него явно не было. В школе по литературе всегда твердая тройка, с примесью двоек...

— Умолкните! — патетически воскликнула я (мне нужно было любой ценой всколыхнуть ее, тогда достанется и Антону). — Как, по-вашему, могут выглядеть литературные склонности в семь или в десять лет?! В виде гениальных творений, выходящих из-под пера младшеклассника?! Мне смешно! А потом... потом он уже был сам уверен в том, что все это дурь и мальчишество. А это было вовсе не мальчишество, это была часть его жизни, его способ приспособления, обретения смысла. Вы отняли у него «блистающий мир», свернули в трубочку «алые паруса», а современная молодежная культура ему скучна. Он ее презирает. Поэтому он и читает фантастику и исторические романы, поэтому у него и нет друзей или тусовки. Вы знаете, о чем он шушукался в беседке со своим приятелем? Осмелюсь предположить — потом уточните у Антона, он наверняка помнит. Так вот, он рассказывал приятелю свои «прики», и тот слушал развесив уши. А потом приятель уехал, а к другим Антон уже не решался подойти со столь «никчемной» продукцией...

— Да, вы правы! — воскликнула мама. — Он говорил мне. То есть это Толик говорил. Он

говорил: «Тошка всегда такие классные истории придумывает, прямо как по телику...» Но кто же мог подумать, что это так серьезно для него...

Все серьезно! Все серьезно, господа родители! Ничего неважного в жизни маленького ребенка, в жизни подростка нет. Это вам все кажется примитивным, глупым и мимолетным. Вы озабочены другими (очень серьезными!) вещами, и бабочка на цветке, глупая записка, вымазанная чернилами, оборванный хлястик — все это для вас не больше чем мелочи жизни. Для ребенка — все не так. За первые пятнадцать лет жизни он проходит огромный путь, с которым в последующей жизни даже нечего сравнить. И на этом пути важен каждый самый маленький перекресток...

...Дальше я работала с самим Антоном. Он легко вспомнил детские «прики» и даже с легкой улыбкой принес и продемонстрировал мне пожелтевший образец.

— Глупость такая, — оценил он. — Но тогда мне очень нравилось.

Говорить с Антоном по душам — это все равно что жевать вату пополам с картоном. Психотерапия тоже не годилась. Чтобы он еще глубже ушел в себя? От групповой терапии Антон категорически отказался. «У нас было в школе на психологии, — объяснил он. — Такая глупость!» Поэтому мы сочиняли с ним роман в стиле фэнтези. Там были драконы, прекрасные принцессы, отважные рыцари и еще много всего. И был главный герой, дурацкий нескладный юноша из дикого леса, который в конце концов стал королем, потому что он, единственный из всех, не имел никаких предвзятых мнений, не знал наверняка, что правильно, а что нет, и потому сумел объединить народы, истощавшие друг друга в междоусобных войнах. Но и королем он не остался. Когда все было кончено и в выдуманном королевстве установился мир, король неожиданно и тайно бежал из дворца, и никто так и не понял, куда он делся. Может быть, его убили недоброжелатели, но многие говорили, что короля видели то пастухом в предгорьях, то служителем маяка, то караванщиком, сопровождающим караваны с тканями и благовониями через смертельно опасную пустыню...

После одиннадцатого класса Антон решил поступать в колледж и учиться на менеджера по туризму. «Это не навсегда, — признался он мне. — Только маме не говорите. Я просто очень мало знаю, мало видел. Мне нужно многому научиться. Потом я решу...» А еще Антон стал посещать один из литературных семинаров и начал писать повесть. О чем — это секрет.

На прощание во время нашей последней встречи Антон протянул мне листок, на котором было написано несколько строчек. Вот они:

Тропой несозданных созвездий
Слепую связь установить
С заросшим ряской прудом мести,
Из воска идола слепить,
И растопить в слезах сражений,
В который раз забыв, что я —
Лишь отражение в отраженьях
Ушедших мифов бытия...

Глава 4

Клава, которая не хотела жить

Девушка сидела на самом краешке кресла и смотрела на носки плюшевых «присутственных»

тапок. Свои ботинки-луноходы она оставила в прихожей. На правой пятке зияла довольно приличная дыра, но Клаву это, кажется, не волновало. По крайней мере, сейчас.

— Клава, я хочу с тобой поговорить...

— Да, конечно... Только...

— Что — только?

— Я хотела сказать, что со мной уже говорили... уже работала, то есть уже работал психолог. Он... то есть она мне уже все объяснила...

— Что объяснила? — нешуточно заинтересовалась я.

Три недели назад Клава пыталась отравиться, проглотив практически все таблетки, которые имелись в доме. В сопроводительной бумажке из больницы, которую мне передала мама, рукой тамошнего психолога написано, что попытка самоубийства была, по-видимому, истинной, а не демонстративной. Спасли Клаву случайно. Старший брат, живущий отдельно, проходил мимо и зашел проведать сестру, которая, как он знал, после отъезда родителей на выходные на дачу осталась одна. Открыл дверь своим ключом и обнаружил сестру в бессознательном состоянии. Сначала ничего не понял, решил — чем-то заболела, а потом увидел на столе записку. Сразу же вызвал скорую. Три дня Клава находилась в реанимации, потом в отделении реабилитации. Там ее обследовал психиатр. Никаких психиатрических заболеваний не обнаружил. Оставленная Клавой записка ничего ни для кого не проясняла. «В моей смерти прошу никого не винить, — четким, аккуратным подчерком написала Клава. — Простите меня, если сможете. Клава». А дальше — дата и подпись. Все вполне стандартно, но вот последнее — удивительно. Из разных литературных источников я как-то не припомню, чтобы самоубийцы проставляли в предсмертной записке дату и расписывались. Скорее это характерно для каких-нибудь заявлений или других исходящих документов... Так что же объяснила Клаве больничный психолог?

— Я поняла, что не должна была так поступать, — равнодушно поведала мне Клава. — Что мне еще мало лет, и я еще ничего не видела. Что надо не сдаваться, а учиться бороться с трудностями. Что надо думать о родных. Они в меня столько вложили, надеются на меня, хотят, чтобы я была счастлива... — Девушка на мгновение замолчала, припоминая. — Да, еще она говорила, что самые главные события моей жизни — впереди...

Я невольно улыбнулась, потому что последняя фраза напомнила мне стандартное цыганское гадание. Клава удивленно вскинула на меня глаза и снова опустила их. Я успела заметить, что глаза у нее необычные — зеленые с коричневыми крапинками.

— Так что я в общем все поняла, что не должна была так поступать, и... (наша беседа никому не нужна, — хотела было докончить девушка, но потом, видимо, сочла такую прямолинейность бестактной и закончила по-другому)... если вы все равно хотите поговорить, тогда — конечно...

— Но я вовсе ничего не утверждаю по поводу того, должна ты или не должна поступать так или иначе, — слегка наигранно удивилась я. — В конце концов, это твоя жизнь...

Клава, как и ожидалось, наигрыша не заметила.

— То есть вы считаете, что я поступила правильно?! — искренне изумилась она и впервые поглядела мне прямо в глаза. Я выдержала ее взгляд.

— Ничего я не считаю, — ворчливо возразила я. — Посуди сама — как я могу вообще что-то считать, пока не знаю всех обстоятельств!

— То есть вы хотите сказать, что бывают такие обстоятельства... — медленно, но упорно начала Клава.

— Да, да, да! — быстро остановила ее я. — Вот, например, в некоторых племенах человек, случайно нарушивший табу, считал, что этим он обрек на смерть все племя, и, чтобы искупить ошибку собственной кровью и умиловить богов, убивал себя. А древние греки выпивали чашу с ядом на пирах, специально для этого созданных, тогда, когда им казалось, что они уже совершили в этой жизни все, что могли. А индийские верующие — джайны — видят высшее проявление благодати в том, чтобы умереть от голода, так как при этом они не поедают никаких других живых существ. А в одном из штатов Австралии недавно приняли закон, что смертельно больной человек может не мучить себя и близких, а выбрать для себя легкую смерть — эвтаназию...

— Ну, это все... — несколько разочарованно протянула Клава.

— Не имеет к тебе отношения? — подсказала я. — Но ты расскажи, что имеет, и тогда у нас будет, о чем говорить.

— Вы будете смеяться...

— Ты что, с ума сошла, что ли! — возмутилась я. — Человек по какому-то поводу три дня в реанимации валяется, а я, видишь ли, смеяться буду! Ты за кого меня держишь?!

Здесь Клава, по-видимому, уловила скрытую иронию и сдержанно улыбнулась.

— Понимаете, я и сама толком не могу объяснить. Даже себе...

— Давай попробуем варианты, — предложила я. — Вариант номер раз — несчастная любовь. Имеется?

— Имеется, — смущенно кивнула Клава. Девушка на удивление легко приняла игру, и я приободрилась.

— Вариант номер два — ссоры с родителями. Есть в наличии?

— Ну, не то чтобы ссоры... В общем — есть! — Клава решительно тряхнула головой.

— Вариант номер три — социальные проблемы в среде сверстников. Ну, там бойкот в классе или какие-то разборки с местными авторитетами...

— Нет, нет, нет! — Клава замотала головой, испытывая явное удовольствие оттого, что хоть какие-то проблемы у нее отсутствуют.

— Вариант номер четыре — секты, наркотики, долги и все такое...

— Нет, нет.

— И наконец, вариант номер пять, предупреждаю, самый тяжелый, — общая неудовлетворенность жизнью, ее явная бессмысленность и бесперспективность. Имеется?

— Имеется, — закручинилась Клава. — Еще как имеется.

— Ну вот. Из пяти предложенных — три в наличии. Может быть, еще что-то есть? Неназванное?

Клава честно задумалась, потом отрицательно помотала головой.

— Нет, вроде ничего больше нет. Я дура, да?

— Ну, не знаю, на интеллект я тебя пока не тестировала, — огрызнулась я. — Если захочешь, потом, по специальному заказу. Выдам тебе официальную бумажку. Если дура, так дура, вот, у меня и справка есть. А если получится, что не дура, так уж извините...

— Вы меня все рассмешить хотите, — невесело улыбнулась Клава.

— Ничего я не хочу, делать мне больше нечего. Давай лучше дальше разбираться. Начнем, естественно, с любви...

Почему люди пытаются покончить жизнь самоубийством? Как часто это случается?

Ежедневно на всей Земле около тысячи человек кончают жизнь самоубийством. Петербург по этому печальному показателю занимает одно из первых мест в России — около 30 человек на каждые 100 тысяч населения. Научное и медицинское название самоубийства — суицид. Тысяча человек каждый день. Много это или мало? Среди них от 5 до 50 процентов (по данным разных источников) — это люди, страдавшие тем или иным психическим заболеванием. Следовательно, никак не меньше половины самоубийц — вполне здоровые психически люди. Что же толкает их на этот страшный шаг?

В рамках теории социально-психологической адаптации суицидная попытка рассматривается как результат нарушения взаимоотношений личности с социальной средой в условиях переживаемого личностью микросоциального конфликта. Немного запутанно, правда? Но вот замкнутый, угрюмый, непьющий человек 35 лет проработал слесарем на заводе, считался классным специалистом. Он ко всем привык, к нему привыкли. Завод закрыли, людей выбросили на биржу труда, устроиться немолодому человеку почти невозможно, подать себя он не умеет, знакомств или друзей из-за угрюмого характера почти нет, жена-скандалистка попрекает куском хлеба, дети, привыкшие уважать и бояться отца, позволяют себе... У классного слесаря всегда есть каналы, по которым можно достать пистолет. А всякие там записки — это блажь и ерунда... Теперь понятнее? Взаимоотношения со средой были нарушены с детства, а микросоциальный конфликт — потеря работы. Результат — заверченный суицид.

Согласно данным статистики, завершенных суицидов в 8-10 раз меньше, чем попыток уйти из жизни. Что-то здесь приходится на откровенную демонстрацию, что-то — на счастливое стечение обстоятельств. То есть суициду, замышляемому как подлинный, законченный, кто-то действительно может в последний момент помешать. Трагическая действительность показывает и обратное — насквозь демонстративная попытка может обернуться вполне реальной смертью. Но в целом попытки и завершенные суициды слегка различны по своей психологической проблематике.

Завершенный суицид — это акт аутоагрессии в чистом виде.

Попытка суицида, как правило, — отчаянный крик о помощи.

В жизни большинства будущих самоубийц выделяется так называемый пресуицидальный период. Для него характерны те или иные аффективные реакции и психалгии — ощущение непереносимой душевной боли, которая возникает на пике переживаемой отрицательной эмоции.

После «неудачного» суицида существует риск повтора попытки, наиболее выраженный в период от одного месяца до двух лет. Риск повторного суицида тем выше, чем моложе возраст, в котором была предпринята первая попытка.

Достаточно часто встречается несовпадение поводов и истинных причин суицидных попыток. Именно в этом случае окружающие самоубийцу люди сокрушенно качают головами и говорят: «Непонятно! Совершенно непонятно! Как он мог из-за такой ерунды...»

Следует заметить, что пик аффекта и суицид тоже не всегда совпадают во времени. Иногда человек вроде бы уже пережил какую-то психотравмирующую ситуацию, слегка успокоился, а потом...

Основными причинами суицидных попыток в настоящее время считаются:

- 1) трудности в сфере человеческих отношений. Отчужденность от той среды, к которой человек принадлежал;
- 2) внутренние личностные кризисы — безнадежность в отношении будущего, одиночество в мире других людей;
- 3) ситуация нависшей угрозы.

Во всех этих случаях суицид рассматривается как результат личностной переработки конфликтной ситуации.

Понятно, что с различными временными трудностями встречаются все люди без исключения. Многие проживают в целом весьма нелегкую и не очень счастливую жизнь. Но попытки уйти из жизни предпринимают все же немногие. Что же характерно для личности потенциального самоубийцы?

Из ряда работ на эту тему можно выделить следующие особенности личности, которые встречаются у большинства людей, совершавших в прошлом или настоящем попытки покончить с собой:

- 1) непомерно большой вес отношений с противоположным полом. Отношения строятся исключительно с целью получения эмоциональной привязанности. Все остальные отношения отодвигаются на второй план;
- 2) эмоциональная лабильность — неустойчивость настроения;
- 3) настойчивость в значимой ситуации, неспособность к компромиссам, склонность к импульсивным реакциям;
- 4) напряженность потребности (под этим термином понимается выраженная интенсивность желания достичь чего-нибудь во что бы то ни стало. Ощущение напряжения до удовлетворения данной потребности);
- 5) ригидность (отсутствие пластичности) целевых установок.

Все эти черты личности закладываются, как правило, еще в детстве. Довольно часто такая структура личности формируется у ребенка, если его родители сосредоточены на личных взаимоотношениях, а ребенок в результате этого испытывает недостаток тепла и внимания с их стороны. Такое поведение родителей провоцирует развитие синдрома отрицательного подражания, то есть такой ребенок в дальнейшем будет всеми средствами бороться за создание собственной полноценной семьи, стремиться к удержанию и сохранению любой ценой возникших эмоциональных связей.

Если такой человек не видит никакой возможности продвижения к эмоционально значимой цели, из-за ригидности установок не может отказаться от нее и одновременно не может смириться со сложившейся ситуацией, то рано или поздно наступает что-то вроде короткого замыкания — аффект, а потом — попытка самоубийства. Такая цепочка способствует хоть какому-то отреагированию. Иногда такое, с позволения сказать, отреагирование действительно приводит к переоценке психотравмирующей ситуации.

Вопреки распространенному мнению, суициденты — сильные личности. Они не сдаются, а проявляют активность в ситуации, которая представляется субъективно безвыходной. Одновременно нельзя забывать и о том, что у них, как правило, снижена способность к защите собственной личности путем формирования компенсаторных механизмов. Сюда же часто добавляется сниженная интенсивность проявления инстинкта самосохранения в целом.

Причины и последствия суицидальных настроений в подростковом возрасте

Отчего же чаще всего пытаются свести счеты с жизнью подростки?

Как правило, это либо разрыв первых значимых любовных отношений, либо какой-то изнуряющий, долгоиграющий конфликт в семье, с резким обострением как поводом для совершения собственно суицидной попытки.

Здесь же надо отметить следующее. К сожалению, у нас огромное количество социально неблагополучных семей, и иногда дети с самого рождения живут в совершенно невыносимых на первый взгляд условиях, подвергаются физическому и моральному насилию, их постоянно ругают и регулярно избивают. Эти дети, как правило, озлоблены и недоверчивы, неразвиты и агрессивны, но никаких попыток самоубийства не совершают и даже не думают о них. И, с другой стороны, — вполне приличная на первый взгляд семья. Мать не пустила дочь на дискотеку, а девочка пошла в ванную и повесилась на бельевой веревке. То есть собственно «сила воздействия» здесь, по всей видимости, ни при чем. Про особенности личности мы уже говорили. Они очень даже при чем. Повторим еще раз.

В условиях неблагоприятных внешних обстоятельств риск совершения суицидной попытки повышен у всех подростков, у которых имеются следующие личностные черты:

— *повышенная эмоциональная «привязчивость»* — такой подросток чрезмерно фиксирован на имеющихся дружеских, родственных или любовных отношениях, не допускает даже мысли о возможности их разрыва или замены. Если разрыв все же происходит или готовится, впадает в отчаяние или в аффект и готов на все, лишь бы помешать этому;

— *бескомпромиссность* — иногда подросток не умеет находить компромиссы между своими желаниями и окружающими обстоятельствами и желаниями других людей, а иногда просто не стремится их искать. «Должно быть по-моему, любой ценой» — согласно такому девизу они строят свою жизнь;

— *ригидность* — то есть неумение перестраиваться, изменять свое поведение в соответствии с обстоятельствами;

— *склонность к аффективному поведению* — такие подростки легко впадают в ярость, выкрикивают бессмысленные угрозы, иногда так же легко рыдают, активно обвиняют в чем-то других или себя, потом просят прощения, потом снова начинают злиться — и так далее, все по тому же кругу...

— *пессимизм* — очень часто такие подростки не видят для себя в будущем ничего хорошего, не верят в благие побуждения других людей, отовсюду ждут подвоха или проявления какого-то тайного злого умысла;

— *неустойчивость самооценки* — такие подростки то считают себя самыми умными, самыми красивыми, самыми «крутыми» и искренне удивляются, почему другие не ведут себя по отношению к ним соответственно. То вдруг по малейшему поводу впадают в совершеннейшее самоуничижение и начинают считать себя хуже всех во всех возможных смыслах.

Кроме того, необходимо отметить, что риск суицида существенно возрастает, если *подросток регулярно употребляет наркотики или просто «балует» каким-либо наркотическим веществом* (типа клея «Момент» или жаренных с картошкой мухоморов).

Стоит обратить внимание и на тех подростков, *в семье которых кто-то из близких родственников покончил жизнь самоубийством или предпринимал попытки сделать это.*

Достаточно часто у подростков встречаются так называемые суицидные настроения. Это когда подросток никаких попыток самоубийства не совершал, но очень любит поговорить о том, что жить вообще-то незачем, жизнь — очень гадская штука и молодцы те, кто это вовремя понял и нашел в себе мужество... Иногда суицидные настроения используются для запугивания родителей. «В окно выброшусь!», «Повешусь!», «Не буду жить!» — эти и им подобные лозунги, буквально до смерти пугая «предков», иногда позволяют добиться каких-нибудь уступок или послаблений с их стороны. Но не надо думать, что все так просто и безобидно. Подросток, который никогда не думал о возможности и даже желательности самоубийства, никогда не станет пугать родителей таким образом. Для обыкновенного подростка смерть — это тайна, табу, нечто жуткое и запретное. Играть этим на бытовом уровне он никогда не станет, сработают здоровые защитные механизмы психики. Так что если ребенок пугает самоубийством, как бы несерьезно это ни выглядело, — для родителей это всегда повод глубоко задуматься над методами воспитания и обстановкой в семье в целом.

Теперь поговорим о последствиях.

Если одна (самая несерьезная, самая демонстративная!) суицидная попытка уже была, то риск повторной попытки возрастает многократно. Человек уже один раз мысленно переступил черту, отделяющую жизнь от смерти, и вернулся оттуда. Страх, даже ужас преодолен один раз, и может быть преодолен еще. Особенно эта позиция опасна для тех подростков, которые с помощью суицидной попытки тем или иным образом «сняли напряжение» и разрешили свою психитравмирующую ситуацию. Например, девушка бросила парня, но после того как он пытался покончить с собой, вдруг осознала, как сильно он ее любит, и вернулась к нему. Или сама собой разрешилась ситуация нависшей угрозы в семье. Действительная вина подростка списывается на счет его критического состояния, и его больше не ругают и не осуждают. Член семьи, собравшийся уходить, остается в семье, чтобы не травмировать больше нежную душу дочери или сына. Такой исход, естественно, запоминается, и в следующий раз, попав в сложную жизненную ситуацию, подросток опять может повести себя подобным образом.

Иногда случается и наоборот. Побывав на краю, подросток переоценивает свои проблемы, как бы со стороны рассматривает их относительную значимость в сравнении с вопросами жизни и смерти и приходит к выводу, что «все это того не стоило», и он вел себя достаточно глупо. Особенно часто такая переоценка ценностей происходит в случае тяжелых отравлений, когда возвращение к жизни и выздоровление связано с физическими мучениями.

С последствиями суицидных настроений разобраться сложнее. Часто подростки, привыкшие беззаботно играть такими вопросами, вызывают интерес и даже уважение сверстников, что, естественно, провоцирует их на продолжение банкета. В какой то момент эти провокации могут усилиться до критической величины: «Ну вот, говорил, говорил, а самому-то — слабо!» Суицидент, как мы уже говорили, человек отнюдь не слабый. К уважению и наличию авторитета в среде сверстников он уже привык. Как отреагирует в этом случае провоцируемый подросток? Естественно, по-разному, но в том числе, к сожалению, возможно и самое трагическое развитие событий.

Неисполняемые страшные угрозы тоже имеют свое действие и на окружающих подростка людей, и на него самого. Постепенно порог испуга или интереса повышается, и на слова подростка просто перестают обращать внимание, другими словами, перестают верить в истинность его угроз. Девальвируя таким образом свой самый сильный аргумент, подросток теряет возможность доказывать истинность и напряженность своих потребностей. Ему просто нечем доказать, что что-то ему действительно нужно, без чего-то или без кого-то ему действительно плохо и т. д. В подобных случаях проблемы подростка очень часто соматизируются, т. е. переходят в какое-нибудь хроническое соматическое заболевание, или на базе постоянной фрустрации потребностей формируется невроз.

Как предотвратить самое страшное? Что делать, если одна суицидная попытка уже была?

Если у подростка нет и не было никаких признаков суицидных настроений, то лучше всего с ним на эту тему и не говорить.

Если же подросток живо интересуется подобными вопросами, рассказывает истории про каких-то своих реальных или мифических знакомых или пытается вас запугать собственным самоубийством — суицидные настроения налицо.

Запрещать подростку говорить на эту тему не стоит. Иначе получится, как раньше с сексом — чем запретней, тем интересней. Здесь лучше всего самим вообще ничего не предпринимать, а для начала проконсультироваться со специалистами. Категорически не подходит для этой цели школьный психолог. Не знаю уж, в чем тут дело, но из кабинетов школьных психологов информация просачивается в школьную среду почти со стопроцентной гарантией. Если вы пришли с проблемой неуспеваемости вашего сына по математике или по поводу конфликтов с учительницей — ничего страшного, об этом и так все знают. А в нашем случае все иначе. Так что, если не хотите оказать своему сыну или дочери медвежью услугу, идите в медико-психологический центр, в поликлинику, обращайтесь к частнопрактикующему специалисту и т. д.

Специалист встретится с вами, с вашим сыном или дочерью, порекомендует систему коррекционных мероприятий или, при необходимости, курс психотерапии. Иногда при суицидных настроениях у подростков бывает полезна групповая психотерапия. Встретившись с себе подобными, подростки осознают не уникальность своих проблем и со стороны видят свой метод работы с ними. Одна девушка после групповой работы очень эмоционально говорила мне об этом:

— Я даже и не знала, что это так по-дурацки выглядит! Все пытаются что-то придумать, чтобы ей помочь, а Ленка заладила: «Повешусь! Повешусь!» Как дура, ей-богу! И я тоже такая же была! Как вы только со мной могли тогда разговаривать!

Если суицидная попытка все же была и закончилась «неудачей», то никакая самодеятельность недопустима вдвойне. Если основная причина суицида — отношения в семье или несчастная любовь, то желательно, чтобы после пребывания в больнице подросток еще какое-то время мог побыть в кризисном стационаре или в санатории и только после этого снова вернуться на прежнее место жительства и учебы. Если сердцевина конфликта — в школе или училище, то следует побеседовать с психологом (который обязательно «ведет» любого подростка, совершившего суицидную попытку) о смене учебного заведения или об академическом отпуске. Иногда в результате психологической реабилитации удается достаточно удачно купировать психотравмирующую ситуацию, и тогда подросток возвращается достаточно сильным и окрепшим, чтобы справиться со всеми трудностями, но иногда возвращение в прежнюю среду с прежними конфликтами может спровоцировать рецидив суицида. Как правило, специалист проводит работу не только с самим подростком, но и с его семьей. После начального периода реабилитации подростку, совершившему попытку самоубийства, категорически показана групповая терапия, которая, как правило, проводится специалистами-психологами прямо в кризисном центре. Здесь «бывшие самоубийцы» учатся оказывать друг другу поддержку, анализируют свои проблемы, учатся искать другие, более адекватные способы их решения, совместно преодолевают свойственные суицидентам ригидность и неумение идти на компромисс.

Снова Клава...

После разговора с Клавой я встречалась с ее мамой. Потом с отчимом. Потом опять с самой Клавой. Постепенно история Клавиной жизни стала прорисовываться перед моими глазами.

В детстве девочка была очень привязана к бабе Дусе, своей прабабушке (бабушке отца). Родители Клавы поженились по любви, уже сложившимися людьми, каждый считал себя состоявшимся специалистом, оба были ориентированы на карьеру, и ни на какие компромиссы по поводу домашнего хозяйства никто идти не собирался. Рождение ребенка (вроде бы пора уже — почему бы и нет?) только все осложнило. Мать Клавы изнывала в четырех стенах, муж кормил семью и рассчитывал по этому поводу на какие-то привилегии. Родители часто ссорились, и тогда старенькая бабушка забирала Клаву к себе в комнату (это была бабушкина квартира, и молодые поселились у нее по обоюдной договоренности обеих семей) и рассказывала ей добрые или страшные сказки. Слушать и те и другие, прижавшись к бабушке, было сладко и интересно. Потом родители расстались, так и не сумев выяснить, кто же должен мыть посуду, стирать и ходить по магазинам. Клава вместе с матерью переехала к бабушке и дедушке с маминой стороны. Бабушка и дедушка в конфликте, естественно, занимали сторону дочери и при всяком удобном случае поминали недобрым словом «этого зазнайку» — Клавиного отца. Никаких контактов с отцом в ту пору у Клавы (ей только-только исполнилось пять лет) не было. Но девочку неудержимо тянуло на старенькую бабушкину тахту, накрытую вытертым клетчатым пледом («Он кашей пах гречневой и сеном», — вспоминает сегодня Клава), к бабушкиным сказкам. Иногда девочка просыпалась по ночам, забывая, где она находится, и просила жалобным голосом: «Буся, расскажи сказку». Вспомнив, что бабушки здесь нет, долго и неутешно плакала.

Однажды, когда Клава уже собиралась идти в школу, мать сухо сказала: «Собирайся, пойдем к отцу. Побудешь у него, потом я тебя заберу». Клава не сказала ни слова, так как поняла, что ее радость будет неприятна для матери, но к автобусной остановке летела как на крыльях. Спотыкаясь и путаясь в собственных ногах, взбежала на пятый этаж, в мансарду под железной

крышей, пулей промчалась мимо ошеломленного отца и... остановилась на пороге. Вся мебель в Бусиной комнате была новой и чужой. Не было ни ковра с оленем на стенке, ни старенькой тахты с плюшевым пледом...

— Где Буся?! Куда вы ее дели?! — отчаянно закричала Клава.

— Бабушка умерла, дочка. Еще в прошлом году, — виновато опустив голову, сказал отец. — А тебе разве не сказали?

Дальше сама Клава ничего не помнит. А мать вспомнила, как, словно подкошенная, рухнула девочка на порог Бусиной комнаты и зашлась не в рыданиях даже, а в каком-то утробном вое, а два взрослых человека бестолково суетились над ней, по привычке обвиняя в чем-то друг друга и понимая, что эту вот свалившуюся на маленького человечка беду ничем уже не поправишь и не отведешь.

Клава до сих пор уверена в том, что тогда же, когда она по ночам звала Бусю, старушка тоже думала о ней и звала свою любимую внучку. Но как малый, так и старый. Древняя бабушка, как и пяти летняя Клава, не смогла найти слов, не смогла убедить молодых агрессивных родителей позволить ей видиться с правнучкой, рассказывать ей сказки. И умерла, так и не увидев ее...

Спустя еще год мама Клавы познакомилась на новой работе с немолодым разведенным сослуживцем. Человек спокойный и положительный, он долго и слегка старомодно ухаживал, а потом сделал предложение. Мама, подумав, согласилась и вместе с дочерью переехала жить к новому мужу. Бабушка и дедушка предлагали оставить Клаву у себя, чтобы не менять школу, но мама Клавы и слышать об этом не хотела. Тем более что супруги решили не иметь больше детей. У Виктора Анатольевича, Клавиного отчима, был сын от первого брака, у Клавиной мамы — дочь. «Вполне достаточно, — решили супруги. — Тем более что у нас такая ответственная работа, а сейчас такое сложное время... Ведь дети — это и материальные затраты, и огромная ответственность. Дай Бог тех вырастить, которых уже родили...»

А третьеклассница Клава тем временем мечтала о братике или сестричке. Соседский мальчишка Вовка открыл ей перед отъездом страшную тайну о том, откуда берутся дети. Клава была потрясена, но быстро утешилась, потому что на прощание Вовка сказал:

— Ну вот, твоя мать теперь замуж вышла. Значит, они с этим, как его, Виктором Анатольевичем, теперь это самое делать будут. И смотри — скоро у твоей матери начнет живот расти, а потом кто-нибудь родится. Ты кого хочешь — брата или сестру? Сестру, наверное, потому что девчонка.

А Клаве было все равно. Она пошла в новую школу, где никого не знала и ни с кем не разговаривала. Новая учительница укоризненно качала головой в ответ на ее молчание на уроках и прозорливо замечала: «Мне кажется, что ты знаешь! Чего же стесняешься-то?» И, засыпая, Клава мечтала о том, как у нее родится братик или сестричка и она будет с ним играть и возиться.

— Мама ведь не любит детей, — с печальной надеждой рассуждала маленькая Клава. — Значит, она позволит мне все самой делать. Я буду приходить из школы и сразу — к сестричке... А когда она подрастет, я расскажу ей Бусины сказки...

Девочка внимательно присматривалась к матери, но никакого обещанного Вовкой роста живота не замечала. Однажды набралась смелости и спросила:

— Мама, а когда вы с Виктором Анатольевичем мне сестричку или братика родите?

— Кто это тебе сказал? — возмутилась мать. — Или это ты сама такую глупость придумала? Какие еще братики? Ты же знаешь, мы с Виктором Анатольевичем много работаем. Нам тебя вполне достаточно. И не обижайся, пожалуйста... — добавила мать, что-то разглядев на дочкином лице.

Клава не обиделась, но поняла, что братика или сестрички у нее никогда не будет. И больше не о чем мечтать по вечерам в кровати, и некому рассказывать сказки...

Отчим вел себя с девочкой спокойно и терпеливо, никогда не повышал голоса и не вмешивался в воспитание. Но проходили годы, а никакой близости между ними так и не возникло. Клава не то стеснялась, не то дичилась Виктора Анатольевича, называть его на «ты», или хотя бы на «вы», но «дядя Витя» категорически отказывалась, все свои просьбы к нему передавала через мать.

— Он хороший человек, — говорит сегодняшняя Клава. — Добрый, спокойный. И к маме хорошо относится, и ко мне. Но я его не понимаю и поэтому боюсь, что ли... Вот я так же лошадей боюсь. Они умные и красивые, но такие большие... И никогда ведь не знаешь, что у них на уме...

Однажды (Клаве тогда было лет десять-одиннадцать) отчим зашел в комнату, где падчерица сидела на диване и смотрела куда-то за окно.

— Клашенька, — несмело позвал он. — Скажи мне, девочка, что-то не так, да? Ты всегда такая грустная. Редко говоришь, смеешься. Никогда подружек в квартиру не приведешь. Я, может, тебя чем-то обидел?..

Почувствовав в голосе отчима непривычную теплоту, девочка горячо подалась навстречу, заговорила сразу о самом главном:

— Я думала, вы с мамой мне сестричку родите, раз вы поженились, я так ждала, а мама говорит — обойдешься...

— Вот оно как... — грустно и смущенно протянул Виктор Анатольевич, пряча глаза. — Понимаешь, Клашенька, все не так просто...

Девочка грустно кивнула, снова замкнулась в себе, да и Виктор Анатольевич больше не настаивал, видимо, опасаясь новых откровений. Но спустя несколько недель пришел домой радостный и смущенный, в испачканном какой-то грязью пальто.

— Вот, Клашенька, я тебе песика принес, — сказал он, опуская на чистый паркет клубок свалывшейся шерсти. — Он хороший песик, только его помыть надо. Кто-то его выбросил, наверное, а я подобрал. Может быть, он даже породистый, я в этом не понимаю... Это, конечно, не братик, но тоже... друг человека.

Радости Клавы не было предела. Шурка, так называли щенка, оказался добрым и веселым, ел все подряд, хвостом ходил за Клавой и смешно таявал, когда кто-то подходил к дверям, — охранял. Клава купала его, по совету Виктора Анатольевича вывела блох, причесывала щеткой жесткую шерсть, гуляла, подтирала неизбежно возникающие лужи. Спать Шурка ложился на коврик возле Клавиной кровати, а ночью неизменно забирался к ней в постель. Родители ругались, но укараулить шустрого песика не могли.

Спустя месяц выяснилось, что у мамы Клавы аллергия на собачью шерсть. Она непрерывно чихала, нос у нее распух, а глаза слезились. Врач в поликлинике велел немедленно ликвидировать собаку.

— Понимаешь, Клашенька, — страдающим голосом говорил отчим. — Маме очень плохо. Шурка тут, конечно, не виноват, но его придется отдать... Я найду, чтобы в хорошие руки... чтоб его там не обижали, любили...

— Хорошо, — мертвым голосом сказала Клава. — Но пусть я этого не вижу. Он ведь меня любил...

(«Лучше бы она кричала, плакала, — говорит Виктор Анатольевич сегодня. — А то вот так, как неживая... И это «любил» в прошедшем времени...»)

И снова Клава пришла в квартиру и не нашла никаких следов любимого существа. Мама постаралась, тщательно вымыла полы, выбросила на помойку коврик, изгрызенный мячик и деревянную палочку, куда-то спрятала запасной поводок и специальную щетку для шерсти. Клава молча прошла к себе и до самого вечера сидела на своем диванчике, не шевелясь и ничего не говоря. Пару раз заходил отчим, молча смотрел на девочку, качал головой и, так ничего и не сказав, снова выходил. Мама не зашла ни разу.

А спустя еще где-то год после Шурки отчим снова обратился к Клаве с теми же ищущими интонациями.

— Понимаешь, Клашенька, Таисия Петровна, моя первая жена, тяжело заболела. Ее положили в больницу, будут оперировать. Мой сын, Володя, остался в квартире один. Он, конечно, уже большой мальчик, но все же... ему одному трудно. Ты не будешь против, если он пока у нас поживет? Ему отсюда и к матери ближе ездить. Твоя мама уже согласилась...

— Конечно, пусть живет, — чуть слышно сказала Клава.

— Вот и хорошо, — облегченно вздохнул Виктор Анатольевич. — Вот и ладно. Значит, он тогда прямо завтра после школы к нам и придет. Сейчас я ему позвоню...

На следующий день Клава шла из школы самой длинной дорогой, проводила до дому всех своих подружек, и еще долго разговаривала с последней из них у ее парадной.

— Ты чего, Клав, поругалась, что ли, дома? — заметила что-то подружка.

— Нет, не поругалась, — вздохнула Клава и объяснила ситуацию.

— Да, сложное у тебя теперь будет положение, — по-взрослому посочувствовала подружка. — Родной сын — это, конечно, не то, что приемная. И ему-то тоже на вас с матерью смотреть...

«А его-то родная мать в больнице, — растревляла себя Клава по дороге домой. — И может быть, даже умрет. А тут мама, к которой его отец ушел, и я... Как же он должен меня ненавидеть...»

Клава еще снимала сапожки в коридоре, когда на пороге гостиной появился высокий серьезный мальчик, очень похожий на Виктора Анатольевича. С минуту мальчик и девочка молча смотрели друг на друга.

«Я ничего плохого о нем не думаю, — неизвестно кого мысленно заклинала Клава. — Я хочу, чтобы его мама не умерла и скорее поправилась. Мне вообще его жалко. Но разве он позволит

мне (!) его жалеть... Пусть он сам первый что-нибудь скажет. Я же не знаю, я же что-нибудь не так скажу...»

— Ну что ж, здравствуй, что ли, сестренка! — сказал мальчик и как равной протянул Клаве руку. Клава, опешив, сначала отступила назад, а потом поспешно, обеими руками схватила твердую ладонь Володи и решительно потрясла ее.

— Я очень рада тебя видеть... — потерянно пробормотала она, судорожно пытаясь найти в своей памяти какую-нибудь законченную вежливую фразу и чуть ли не переводя ее с английского. — Я очень рада, что ты будешь у нас жить...

Пятнадцатилетний Володя был так же спокоен и сдержан, как его отец. С матерью Клавы он держался подчеркнуто вежливо и предупредительно, с отцом — ровно, а с Клавой, которую с самого первого дня называл сестренкой, был терпелив и доброжелателен. Виктор Анатольевич предупредил сына, что падчерица диковата и стеснительна, и Володя изо всех сил старался завоевать расположение робкой симпатичной девочки. И это ему удалось. Когда Клава поняла, что Володя вовсе не ненавидит ее, что она ему даже нравится и, несмотря на разницу в возрасте, он вовсе не смотрит на нее свысока, она оттаяла и всей душой потянулась к серьезному положительному подростку. Володя тоже не отказывался проводить время с девочкой, которая буквально смотрела ему в рот, старалась во всем угодить и явно уважала его мнение абсолютно по всем мыслимым вопросам. Володя ходил с ней в парк, в цирк и в музеи, качал ее на качелях и кормил мороженым, решал задачки по математике, научил ее играть в шахматы и работать на компьютере. Компьютер Володя принес из дома и проводил за ним довольно много времени. Сначала Клава, испросив разрешения, просто сидела рядом и молча смотрела, а потом постепенно начала задавать вопросы. Вопросы были продуманными и оттого неглупыми. Володя охотно отвечал, Клава легко и быстро училась.

Тем временем Таисию Петровну, мать Володи, прооперировали и выписали из больницы. Виктор Анатольевич настоял на том, чтобы на первых порах уход за ней осуществляла сиделка, а чтобы Таисия Петровна попусту не нервничала, не вскакивала и не перенапрягалась, Володя пока поживет у него. Володя почти каждый день ездил проводить мать, делал по списку необходимые покупки. Клава помогала ему, а потом, сказав, что идет домой, ждала у парадной. Володя быстро разгадал немудреную хитрость и однажды, растирая замерзшие Клавины руки, решительно сказал:

— Завтра со мной пойдешь. Нечего...

Что именно — нечего, Клава так и не узнала, но сердце у нее зашло от тревоги.

Таисия Петровна выглядела очень слабой, но вовсе не злой.

— Так вот, значит, ты какая, — приветствовала она Клаву. — А мне Володя много о тебе рассказывал. И все хорошее...

— Это очень хорошо, что вас из больницы выписали, — пробормотала Клава, понимая, что говорит что-то совсем не то. — А скоро вы совсем поправитесь и будете в парк ходить гулять... — Володя смотрел на названную сестру с доброй улыбкой. — Я лучше пойду посуду помою, — окончательно смешалась Клава. — И салат сделаю. Мы вот тут принесли...

Еще через месяц Володя переехал обратно домой. Увез компьютер, зубную щетку и домашние тапочки. Мама Клавы прокрутила в стиральной машине его постельное белье и вывесила на балкон одеяло — проветрить. В самый последний момент Клава вынула из корзины Володину наволочку и тайком надела ее на свою подушку. Прикасаясь к ней вечером щекой, она

думала... да ни о чем она не думала, а чувства, тем более чувства двенадцатилетней девочки, — это такая вещь, которую очень трудно выразить словами. Но ощущение Клава помнит — ей казалось, что впервые ей удалось что-то удержать. От Буси не удалось, и от Шурки не удалось, а сейчас — удалось... И это ощущение наполняло ее тихой радостью и надеждой...

Перед отъездом Володи они с Клавой уговорились о том, что будут встречаться.

— У меня никогда не было сестры, — сказал Володя. — Теперь я ее нашел, и чтобы опять потерять — ну уж дудки...

И они встречались. Володя помогал Клаве с физикой и математикой, показывал новые компьютерные игры, программы, которые сам написал. В год окончания школы пригласил на день рождения. Клава пришла раньше, помогала Таисии Петровне готовить. Потом пришли гости — взрослые парни и девушки, при одном взгляде на которых Клаве почему-то стало нестерпимо грустно.

— Моя сестренка — прошу любить и жаловать, — представлял Клаву Володя. Парни безразлично скользили по ней взглядом, девушки смотрели с любопытством. Клава почти весь вечер просидела на кухне, с Таисией Петровной. Однажды Володя прибежал, увидел Клаву, притулившуюся в уголке, не то рассердился, не то расстроился, потянул танцевать...

— Да я не умею, — засмушалась Клава.

— Иди, иди, — строго сказала Таисия Петровна и оборотилась к сыну. — Ты на тех-то вертихвосток не гляди. Вот оно, истинное то сокровище, за шкафом прячется. Попомни мои слова, если, когда надо, меня уже рядом не будет. Мать дурного не посоветует...

— Да ладно тебе, мам... — сердито отмахнулся Володя, а Клава, которая прекрасно поняла смысл сказанных слов, полыхнула костром ото лба до груди.

Танцевала она, почти не чувствуя под собой ног, поднять глаза на Володю не смела.

— Да брось ты, сестренка, — не выдержал наконец Володя. — Мало ли чего мать скажет. Не бери в голову. Погуляем еще на свадьбах. Ты — на моей, а потом и я — на твоей.

Слезы выступили у Клавы на глазах, но каким-то немыслимым усилием воли она сумела загнать их обратно. И именно в этот миг поняла, что любит Володю, любит вовсе не как брата и ничего с этим поделать не может и не хочет.

После окончания школы Володя, как и собирался, поступил в Политехнический институт. Виктор Анатольевич откровенно гордился сыном, устроил по поводу его поступления праздник с тортами и шампанским. Слегка выпив, размягченно глядел на обоих своих детей — родного сына и приемную дочь, которые сидели на диване рядом друг с другом и о чем-то болтали.

— А тебе не кажется, Машенька, — обратился он к матери Клавы, — что наши дети — прекрасная пара?

Мама Клавы рассеянно кивнула и с удивлением взглянула на дочь, которая пулей вылетела из комнаты.

— Ну вот, опять что-то не так сказал, — расстроился Виктор Анатольевич. — Володенька, ты уж пойди, успокой ее, скажи, что я ничего плохого...

Володя отправился в кухню. Момент был самый подходящий, но... Клава так и не решилась сказать названному брату о своих чувствах. Вместо этого получился очередной «разговор по душам», во время которого Володя рассказывал о своих учебных планах и профессиональных надеждах, сетовал на то, что мать по-прежнему плохо себя чувствует, хотя и старается это от него скрывать... Клава, как всегда, утешала Володю, говорила, что все наладится, радовалась его радостями и надеялась его надеждами...

А спустя еще полгода у Володи появилась любимая, девушка однокурсница. Звали ее Вера. Клава иногда встречала Володю после института, однокурсники уже знали ее, подсмеивались: кого кто встречает, а Володьку — сестра. Володя насмешки пресекал, по давней привычке покупал Клаве мороженое, иногда шел с ней вместе домой, в гости к отцу. В тот вечер Клаве пришлось ждать очень долго. А когда Володя с Верой, смеясь, вышли из широких дверей, девушка сразу все поняла и даже не стала подходить — медленно побрела к дому...

Собрав всю свою решительность, при следующей же встрече Клава как бы мимоходом заговорила о девушке, которая как живая стояла у нее перед глазами — высокая, красивая, с пышными каштановыми волосами. Володя отвечал охотно, так, как будто бы ждал этих вопросов.

— Понимаешь, сестренка, я, кажется, наконец влюбился, — сверкая глазами, признался он. — Я уж думал, что-то во мне не так. А теперь вижу — все так. Просто ее ждал, Веру. Тебе она понравилась? Красивая, правда? Я вас обязательно познакомлю. А когда ты-то меня со своими парнями знакомить начнешь? Знакомь обязательно, чтоб знали, у тебя есть старший брат, если обидят, будут иметь дело со мной... И еще, знаешь, сестренка, у меня к тебе просьба... — Здесь Володя слегка смутился. — Я, ты знаешь, фотографироваться не люблю, и так получилось, что все мои карточки, которые за последние годы есть, у тебя да у отца. А у матери только совсем малышовые. А Вера меня просила... Хочу, говорит, посмотреть, каким ты раньше был, до того, как мы с тобой встретились... Принесешь в следующий раз, ладно? Или я сам к тебе зайду...

Дома Клава собрала все Володиные фотокарточки, которые у нее были, сложила их в большой конверт.

— Что это ты делаешь? — заметила странные приготовления мать.

— Володе отдам. Ему надо, — равнодушно ответила дочь.

— Ну и правильно, — одобрила мать. — А то ты ему так в рот заглядываешь, что даже неприлично. К мужчинам нельзя так относиться, иначе они тебя не будут ценить. Вот ты все — Володя, Володя, а отец говорит, что он себе такую красотку у себя в институте отхватил... Так что ты правильно решила — забудь его и живи своей жизнью...

— Да, я так и решила, — согласилась Клава. — Сейчас пойду отнесу... Вы ведь завтра на дачу поедете, так?

— Так. Вернемся в понедельник утром. Ты не забудь завтра цветы полить.

— Хорошо, полью.

Цветы она действительно полила. Потом еще раз все взвесила. Ничего не осталось, ничего. Ни плюшевого пледа, ни резинового мячика, ни фотографий. И ничего никогда не будет, потому что она, Клава, так устроена. У нее ничего не остается. Ничего. Тогда Клава написала записку, аккуратно проставила дату, расписалась (почему-то в голову пришла мысль, что предсмертная записка — это документ, который должен быть оформлен надлежащим образом), принесла из

кухни чайник с кипяченой водой, стакан и выгребла из аптечки все имеющиеся там таблетки.

Последняя Клавина мысль была о том, что где-то там она встретится с Бусей и, наверное, сумеет ей все объяснить...

Мне было понятно, что с самого раннего детства Клава испытывала дефицит тепла и принятия со стороны обоих родителей. Неудивительно, что образцом эмоциональных отношений для нее стала любовь прабабушки — последнее чувство старого человека, на которое были брошены все оставшиеся в распоряжении бабы Дуси эмоциональные и энергетические ресурсы. Точно так же впоследствии любила и сама Клава — отдавая своему чувству всю себя без остатка. Тем горше были разочарования, когда каждая попытка полюбить (начиная от целиком выдуманной любви к несуществующей сестричке и кончая сильным чувством к названному брату) неизменно оканчивалась неудачей. В конце концов потребность в стойкой эмоциональной привязанности стала настолько сильной и выраженной, что заслонила все остальные черты личности Клавы. После «измены» Володи (который, скорее всего, и не подозревал о чувствах названной сестры), испытывая невыносимое разочарование, одиночество и душевную боль, Клава заодно разочаровалась и в будущем, решила, что она обречена на вечное повторение неудачных попыток, и приняла трагическое решение — разорвать эту цепь одним ударом. Попытка не удалась, но все проблемы девушки остались на месте. И что же нам с Клавой теперь делать?

Однажды в мой кабинет постучались, и на пороге возник высокий, как-то старомодно красивый юноша. Его лицо показалось мне смутно знакомым, хотя я была уверена в том, что никогда не встречала его раньше.

— Здравствуйте. Я могу зайти? Меня зовут Владимир. Я брат Клавы.

«Вот так, — подумала я, усаживаясь в кресло напротив сосредоточенного Володи. — Ас этим что будем делать?»

— Я знаю, что Клава проходит у вас курс терапии, — сообщил Володя. — Отец дал мне ваши координаты, и я решил, что тоже должен с вами поговорить. Я хочу узнать, как я должен себя теперь вести. («А я-то откуда знаю?!» — возмущенно подумала я.) Поступок сестры меня безумно напугал. Я до сих пор не могу прийти в себя. И я думаю, что я косвенно виноват в том, что она дошла до такой крайности. Если с Клавой что-то случится, то я сам не смогу жить, не смогу простить себе... Скажите, что я должен сделать?

— Ну а что вы можете? — вопросом на вопрос ответила я.

— Вы знаете, об этом неудобно говорить, но последние два месяца перед... перед Клавиным поступком я был счастлив, как никогда в жизни. Я даже не думал, что так бывает... И я был совершеннейшим эгоистом, я делился этим с Клавой, как привык с ней делиться всем, и совсем не думал о ее чувствах. Поверьте, я и помыслить не мог, что она ко мне... что она меня...

— То есть вы хотите меня уверить, что все эти годы абсолютно не замечали Клавиной любви к вам?

— Поймите, я и сам любил ее. И сейчас люблю. Несмотря на разницу в возрасте, она была моим самым лучшим другом. Я был уверен, что она испытывает ко мне то же самое. Я всегда удивлялся, почему она не делится со мной своими сердечными тайнами, думал, что она стесняется или я недостаточно тактичен. Всегда подсмеивался над этим... Боже, я только сейчас понимаю, какую боль я ей причинял! И что же теперь? Я должен разорвать свои отношения с Верой?

— Вы с ума сошли! — искренне и поспешно воскликнула я, так как увидела в Володиных глазах фанатичный блеск и готовность принести себя в жертву. Именно этот тип людей — самые сложные пациенты. Именно от таких родителей труднее всего спасти их собственных детей.

— А как же тогда? — недоуменно спросил Володя.

— Поймите, Клавде не нужна ваша жертва. Наоборот, если сейчас она победит таким изуверским способом, то потом, когда снова что-нибудь случится, например, вы поссоритесь, слишком велик будет соблазн...

— Да, да, я понял, — поспешно прервал меня Володя, явно не желая, чтобы я заканчивала предложение.

— Клавде сейчас нужно вернуть ее саму, ее собственную личность, которую она так безжалостно растворяет в первом подвернувшемся предмете. Простите, Володя...

— Не беспокойтесь, — старомодно привстал Володя. — Я понимаю, что моя преступная слепота заслуживает большего... Так что же я?..

— Вы должны убедить Клаву, что ваша любовь и дружба неизменны и пребудут с ней несмотря на все превратности вашей личной жизни. Это в общем-то гораздо больше того, на что она рассчитывает. Дело в том, что ее чувства к вам получили ярлык любви девушки к парню просто по стечению обстоятельств. Предыдущий эпизод такого же чувства относился к щенку, а еще более ранний — к несуществующему младенцу. Сама Клава этого пока не понимает, но я думаю, нам удастся с этим разобраться. То, что ей на самом деле нужно сейчас, — это вовсе не любовь мужчины к женщине в строгом смысле этого слова, а стойкая и надежная эмоциональная привязанность, своего рода стена, на которую всегда можно опереться в случае чего. А это вы вполне можете ей предоставить. — Володя несколько раз энергично кивнул. — Ну и, конечно, пока не особенно терроризируйте ее рассказами о вашем личном счастье. Хотя, если она сама будет спрашивать, отвечайте. Если она захочет познакомиться с Верой — не отказывайте. И не обращайтесь с ней как с хрупким цветком, ведите себя так же, как раньше — на равных и с полным доверием. Сейчас вы, естественно, переволновались, но помните, Клава — сильная девушка, и дружба с ней еще принесет вам немало пользы и приятных минут.

— Спасибо, — Володя с видимым облегчением перевел дух. — Если все так, как вы говорите, то я все сделаю, что от меня зависит. И, наверное, вы действительно правы. Ведь если бы я интересовал ее как... как мужчина... то я же должен был заметить это? Правда? Ведь правда? — с комичным беспокойством переспросил Володя.

Я кивнула, пряча улыбку.

Дальше была долгая и нелегкая работа с самой Клавой. Сначала она и слышать не хотела о том, что ее чувства к Володе — это не совсем то, за что она их принимала. Потом (не без содействия с Володиной стороны) слегка пересмотрела свою позицию и как-то спросила:

— А ведь родственные чувства, дружба — это ведь даже более надежно, чем... ну, эротическая любовь, правда? Ведь люди часто дружат всю жизнь, со школы, или даже с детского садика, а любовь, которая в школе, она обычно ничем не кончается. Так?

Я мысленно похлопала сама себе в ладоши и поздравила нас всех с первой удачей.

Теперь стало возможным работать и с остальными проблемами Клавы. Анализ всех остальных ее «любвей» и пробуждение, а затем укрепление собственной личности Клавы заняли довольно

много времени. Для начала она отказалась от мысли поступать в Политехнический институт (как Володя!), так как никогда не интересовалась математикой и другими точными науками (хотя, благодаря помощи брата, они шли у нее совсем неплохо). Для себя Клава выбрала один из факультетов Института культуры, начала ходить туда на подготовительные курсы, неожиданно для себя самой записалась в студию пантомимы.

— Мне всегда нравился театр, — призналась мне Клава, — но я не могу говорить на сцене. Стесняюсь, путаюсь. А в пантомиме говорить не надо, только двигаться, и я чувствую себя свободной... Я недавно Володе показывала этюд... и Вера там была. Знаете, что она сказала? Она сказала: завидую тебе, Клаша, ты такая миниатюрная, узенькая, гибкая. Настоящая женщина. Я всегда хотела такой быть... И... и скоро я их познакомлю с Мишей. Мы с ним вместе на курсах занимаемся. Только он на режиссерский хочет. Вот наберусь решительности — и познакомлю. Мише они точно понравятся, потому что Вера и Володя — такая красивая пара. Ведь правда?

Глава 5

Лена и рок-н-ролл

— Понимаете, доктор, я совсем не против молодежи, — серьезно заявила сидящая напротив меня женщина.

— Ну, еще бы... — я неопределенно пожала плечами.

— Но ведь для всего существуют какие-то границы. Вы согласны?

— Да, пожалуй, — согласилась я, отчего-то подумав о безграничности Вселенной.

— Вот и я о том же говорю, но она меня не слушает.

— Кто не слушает?

— Моя дочь. Ей всего пятнадцать лет. Она совершенно забросила школу, учится кое-как, постоянно пропадает где-то, на каких-то дискотеках, домой приходит в одиннадцать, а то в двенадцать часов, от нее пахнет куревом, пивом, она вся обвешана этой... как ее... символикой...

— А что за символика? — заинтересовалась я.

— Какие-то значки, цепочки, браслеты — знаете, я не приглядывалась. Впрочем, в последнее время этого всего стало меньше, она, знаете, вроде бы сменила направление...

— Так. А что вас на сегодняшний день больше всего тревожит? Успеваемость? Поздние возвращения?

— Понимаете, когда нас нет, она приводила этих своих друзей домой. И вот — пропали деньги. Они лежали в книге, так что просто так их не взять, значит — искали. И это не в первый раз. Но тогда — маленькие суммы, мы как-то не раздували. А теперь... Она плачет, говорит, что не брала... Я уже не знаю, что и думать... Если она и вправду ни при чем, то что же это за друзья? И куда же это она ходит?!

— Хорошо. Сейчас мы с вами подробно поговорим о Лене, о ее личностных особенностях, а завтра вы придете ко мне вместе с дочерью.

— Уж и не знаю, пойдет она или нет. С ней в последнее время так трудно стало...

Лена пришла. И вот она сидит передо мной, заложив ногу за ногу и хлопая безобразно накрашенными ресницами. Я тщетно пытаюсь понять, как при такой длине ног и такой высоте платформы вообще можно как-то передвигаться без угрозы перелома конечностей. А Лена вроде бы еще и танцует...

— Это я раньше была рэпером, в прошлом году, — объясняет мне Лена. — Тащила от белого рэпа. А теперь я занимаюсь рок-н-роллом. Вам рок-н-ролл нравится?

— Гм-м, пожалуй, да. Я видела в старых кинофильмах, довольно забавно. А где же ты им занимаешься? Мама говорила, что ты ходишь в какой-то клуб... «Хали-Гали», кажется?

— «Хали-Гали» — это казино, — с выражением умственного превосходства разъяснила Лена. — А клуб — «Мани-Хани».

— Ну, извини, — я развела руками. — А что, у тебя много друзей, или коллег, или как вы там называетесь?...

— Да! — гордо и безапелляционно заявила Лена.

— Ну и что же вы делаете вместе, о чем разговариваете?

— Как — что? — удивилась Лена. — Танцуем, конечно. Иногда разговариваем. О музыке, о группах, иногда об актерах или певцах... Я вот, хоть и рок-н-ролльщица, фанатею от Ди Каприо. Он такая душка, правда?

— А о себе?

— Как — о себе? — не поняла Лена.

— Ну, дружба — это все-таки нечто большее, чем совместное отплясывание в клубе. Ты согласна?

— Да, согласна. У нас — большее.

— А как же тогда получилось, что твои друзья украли деньги из твоего дома?

Лена опустила глаза и долго молчала.

— Я не знаю, — наконец призналась она. — Я сама ничего не понимаю.

— Ладно, попробуем разобраться, — вздохнула я.

Что такое референтная группа и зачем подростку это нужно?

Прилагательное «референтная» происходит от латинского слова «referens» — «сообщающий», что, помимо прочего, означает «докладчик, консультант по определенным вопросам». Близкие слова: «реферат» — изложение сущности какого-то вопроса, «рефери» — судья в спортивном состязании, «референдум» — в буквальном переводе «то, что должно быть сообщено».

Таким образом, референтная группа — это группа значимых для человека людей, к мнению, советам которых он прислушивается, от чьих оценок зависит его самооощение. Это те люди, которым он сам отдал право «судить» себя, от которых он готов принимать искреннюю

обратную связь.

Референтная группа есть у многих людей. Ее количественный состав может быть разным, но в современном городском обществе она, как правило, не особенно многочисленна. Референтная группа может ограничиваться рамками семьи, а может и совсем не включать ее. Это может быть группа одноклассников или коллег по лаборатории, армейских сослуживцев или туристов, студенческая компания или скамеечное сообщество старичков и старушек. Часто, но не совсем точно референтную группу обозначают словосочетанием «своя компания».

В основе существования референтных групп лежит древнейшее разделение «свой — чужой». Своим я доверяю и они мне доверяют, своих я в случае чего буду защищать и сам могу рассчитывать на их помощь и поддержку. С чужими все наоборот. Понятно, что изначально своими был свой род, свое племя, а чужими — все остальные. Сегодня мы (по крайней мере, большая часть населения России) живем отнюдь не в условиях родоплеменных отношений, но разделение на «свой — чужой» вполне живо в нашем менталитете. В самом деле, ведь нельзя доверять абсолютно всем. Значит, надо как-то выбирать. Взрослые люди, как правило, выбирают или, точнее, создают свою референтную группу годами, на основе долгоиграющих дружеских, любовных, деловых и всяких прочих отношений. Ведь взрослый человек отчетливо понимает, что мнение любого члена этой группы впоследствии будет самым непосредственным образом влиять на его самооценку, настроение, поступки. Следовательно, чем более взвешенным будет выбор, тем благополучнее и безопаснее будет его дальнейшая жизнь.

А может быть, лучше совсем без референтной группы? Ну ее к бесу, раз это так сложно и опасно! Но здесь, как и во многих жизненных ситуациях, куда ни кинь, всюду клин. Без референтной группы человек лишен возможности взглянуть на себя со стороны, получить обратную связь от социума, а следовательно, и не может адекватно приспособиться к нему, не может развиваться, расти, так сказать, над собой. То есть обратная связь будет в любом случае. Только вот доверять ей человек не станет. В самом деле, неужели вы станете верить всему, что скажет про вас и вашего ребенка эта противная Анна Петровна, которая к тому же еще и глупа как курица!

Широкое развитие психологических служб в странах Западной Европы и США отчасти связано именно с этим феноменом. Вполне здоровый и даже благополучный человек, не имеющий референтной группы или потерявший ее по каким-то причинам, приходит к психологу, чтобы со стороны взглянуть на свои проблемы и достижения, построить план дальнейших действий и обсудить его с кем-то, кому он доверяет. Все это очень важно, и за это он готов платить очень немалые деньги. То же самое происходит и во всевозможных группах поддержки, группах самопомощи, обществах анонимных алкоголиков и т. д. (Все они безумно популярны и распространены на Западе, так как, во-первых, достаточно эффективны, а во-вторых, гораздо дешевле, чем индивидуальная работа с психологом или психотерапевтом.) Искусственно созданная психотерапевтическая группа на какой-то период становится для человека референтной, и благодаря групповым правилам и нормам человек может чувствовать себя в ней в безопасности, свободно говорить о своих проблемах и помогать другим в разрешении их проблем.

У подростков с вопросом о референтной группе все обстоит несколько иначе, чем у взрослых людей. Дело в том, что у них, как правило, нет времени, нет опыта и нет аналитических способностей для взвешенного, тщательного отбора. А потребность имеется — может быть, даже более выраженная, чем у взрослых людей. В самом деле, рефлексия для большинства подростков — недоступная роскошь, а как же узнать о себе, о том, каким тебя видят другие, как узнать, на что ты годен, к какому роду-племени ты принадлежишь, в конце концов? Может быть, у учителей спросить? Или у родителей? Ха-ха-ха! Вот тут-то и приходит на помощь

референтная группа, создаваемая, а точнее, созываемая, по самому внешнему, легко узнаваемому признаку. Иногда, когда речь идет о подростках, говорят не о референтной группе, а о «*реакции группирования*», чтобы подчеркнуть отличие подросткового объединения от «взрослых» образцов. Идеология группы подбирается и формируется потом, позднее. Первична — потребность. «Свои» — все, кто носит плетеные «фенечки», или танцует рок-н-ролл, или слушает рэп, или фанатеет от Виктора Цоя и его песен, или ходит в театральную студию, или чтит Кришну, или болеет за «Зенит», или ест мухоморы, или... Список можно продолжать до бесконечности. Понятно, что такой этап для развития подростка вроде бы нужен, в чем-то даже необходим. Люди-одиночки, вынужденно или по собственной инициативе не прошедшие этот этап подростковых объединений любого типа (от дворовой компании до «Общества любителей русской поэзии 19 века» в колледже при Оксфордском университете), как правило, недоверчивы или чрезмерно наивны, неуклюжи в социальных контактах, с трудом строят отношения с противоположным полом и не умеют адекватно воспринимать критику и похвалу.

Но вместе с тем всякому понятно и другое: на пути прохождения этого (вполне, как мы уже заметили, закономерного) этапа возрастного развития подростка подстерегает множество ловушек. О них мы поговорим ниже.

Что такое молодежные кумиры? Зачем они нужны и какие они бывают?

Когда вдруг тысячи, а то и миллионы подростков вдруг начинают бешено любить (фанатеть от) какого-нибудь одного актера или певца, собирать и аккуратно наклеивать в альбомы любое упоминание о нем, часами и сутками стоять под окнами его квартиры и ненавидеть всех, кто этого самого певца или актера недостаточно любит и ценит, — что это такое?

С одной стороны, все то же разделение на своих и чужих. Свои — это те, кто любит Леонардо Ди Каприо.

Но не только это. До определенного времени мне никогда не приходило в голову, что первое большое и сильное чувство может быть коллективным. Но вот однажды моя собственная дочь (12 лет от роду) сообщила мне, что влюблена в гимназического учителя латыни — действительно обаятельного и умного молодого человека. Подробно обсудив все его достоинства, я осторожно поинтересовалась:

— Наверное, такой прекрасный человек нравится не только тебе. Может быть, еще кто-нибудь из твоих одноклассниц...

— Да, конечно, — без колебаний ответила дочь. — У нас только пять девочек в него не влюблены. Им нравится учитель биологии. Мы их презираем, потому что они ничего не понимают в людях!

— Ого! — изумилась я. — А скажи-ка, твоей личной любви никак не мешает то обстоятельство, что еще человек десять.

— Нет, что ты! — воскликнула дочь. — Даже наоборот. Мы ходим на пятый этаж, сидим там на площадке и говорим о нем. Это так здорово!

— Угу! — вынуждена была согласиться я.

Постепенно я сумела уяснить для себя своеобразную дочкину правоту. Большое чувство к достойному взрослому человеку, к тому же совершенно платоническое и в этом смысле

совершенно бесперспективное, действительно может оказаться не по плечу неокрепшей девчоночьей душе. А вот если разделить его на десять частей, то оно вполне переносимо и может приносить радость, а вовсе не боль. Имея, так сказать, единомышленников по чувству, «единочувственников», всегда можно снять избыток напряжения, поделиться своими мыслями о предмете и чувствами к нему с людьми, которые по определению тебя понимают, так как испытывают к предмету то же самое чувство.

«Очень удобная форма любви!» — решила я в конце концов, и многое в проблеме подростковых кумиров стало мне яснее.

Мы уже говорили о том, что подростковая душа (не только подростковая, конечно, но подростковая — особенно) жаждет романтики, жаждет не только признания референтной группы, но и чего-то большего — Прекрасного Принца, которого можно тихо (или, напротив, очень громко) обожать, Образца, которому можно подражать и на который надо стремиться быть похожим (все образцы, начиная со Спайдермена и кончая Арнольдом Шварценеггером), Дела или Идеи, которым можно служить (всевозможные секты, фанклубы футбольных команд, литературных направлений и даже отдельных литературных произведений и т. д.). Естественно, что для еще не окончательно развитого интеллекта подростка все эти Идеи легче всего воспринимаются, а потребности реализуются через персонификацию, через конкретного человека, через Кумира. В зависимости от сферы интересов, семьи, интеллектуального развития подростка этим Кумиром может стать практически кто угодно. Пахан банды, писатель Толкин, герой кинофильма Бэтмен, индуистский святой Саи Баба, Дева Мария и т. д., и т. п. Понятно, что чаще всего в роли кумиров выступают актеры, эстрадные певцы и музыканты. Сама их деятельность насквозь публична и, в общем-то, рассчитана на публичное же восхищение поклонников. Большинство рок-певцов и рок-музыкантов ошутимо «подзаваются» от реакции зала. То есть налицо та самая обратная связь. Мы не просто восхищаемся нашим кумиром, мы еще и помогаем ему творить и радовать нас своими творениями. Ура? Ура-то ура, но вот кумиры бывают разные, и всем это известно.

Большинство из них, особенно родом с эстрады или из кинематографа, вопреки распространенному родительскому мнению, совершенно безобидны. Часть являются по-настоящему творческими и яркими людьми, и общение с их творчеством скорее обогащает, чем обедняет подростков. Часть — откровенно бездарны и неспособны произвести ничего, кроме шумового фона, возбуждающе действующего на уровне подкорки. Из трудов зоопсихологов известно, что молодежные группы павианов в заповедниках очень любят носиться вдоль различных ограждений и стучать по ним палками. Получающаяся какофония приводит их в бешеный восторг. Взрослые павианы никогда подобными «глупостями» не занимаются. А средневековые западноевропейские путешественники, посещавшие Россию в 11-13 веках, писали, что то, что славяне считают праздничной музыкой, на самом деле — безобразное бречание, вой, писк, скрип и скрежет. Ничто не ново под луной, не так ли?

Но бывают кумиры и пострашнее. Если в словах, песнях или книгах кумира вашего ребенка регулярно звучат призывы попробовать наркотики или иным способом исследовать «иную реальность» — это должно немедленно насторожить родителей.

Многие еще помнят «Белое братство», рядовыми членами которого были в основном подростки. На бескрайних российских просторах промышляют сегодня и многие другие «ловцы душ человеческих». Понятно, что чаще всего их жертвами становятся именно подростки — наиболее эмоционально лабильные, мало знающие, со своим чувством одиночества и непонимания, с жадой любви и потребностью в референтной группе. Любая мало-мальски грамотная секта может предоставить своим адептам все вышеперечисленное, да еще и с изрядным довеском в виде Кумира, Идеи, и возможности Служения (как правило, не меньше

чем спасению человечества от конца света).

Где границы нормы и как уберечь ребенка?

Родителям, которые хотят, чтобы их сын или дочь нормально и без потерь прошли этап «подросткового группирования», необходимо помнить следующее:

1. В нормальной гармоничной семье, где к увлечениям ребенка относятся с интересом, без излишней серьезности или, наоборот, сарказма, возможности для коррекции даже очень сильных «отклонений» весьма велики. Если подросток слишком много времени уделяет совершенно бессмысленному, на ваш взгляд, времяпрепровождению и это происходит в ущерб учебе, семейным отношениям и т. д., задумайтесь: что именно он там ищет? Может быть, он слишком мало развит интеллектуально и более умные развлечения ему просто не по зубам? Может быть, слишком не уверен в себе, и лишь затерявшись в толпе совершенно одинаковых орущих фанатов чувствует себя комфортно? А может быть, ему не хватает тепла и понимания в семье, и он ищет его среди «единочувственников»? Если вам трудно самим проанализировать этот вопрос, обратитесь за помощью к специалисту. Ответив на него, вы сможете совместно продумать и осуществить систему коррекционных мероприятий.
1. В норме подростковая реакция группирования исчерпывает себя приблизительно к окончанию неполной средней школы. Двадцатилетний рэпер — это уже нонсенс. Конечно, иногда в лесах ленинградской области встречаются двадцати пяти — тридцатилетние эльфы или гномы. Это толкинисты — поклонники многотомного «Властелина Колец» Дж. Р. Толкина. В тех же лесах и на реках встречаются и «старые туристы». Они ходят по азимуту, сидят у костров и душевно поют туристские песни двадцати-тридцатилетней давности. Мне кажется, что в этом случае мы имеем дело не столько с индивидуальными психологическими проблемами и задержанной реакцией группирования, сколько с общей тоской данного (весьма, кстати, интеллектуально и эмоционального богатого) слоя по ушедшей юности.
1. Не стесняйтесь задействовать свой собственный интеллектуальный потенциал. Будите мозги своих детей, побуждайте их рассуждать над причинами и следствиями на материале их реальной подростковой жизни. Не бойтесь говорить правду, не бойтесь оказаться невежественными в каких-то вопросах. Если вы чего-то не знаете, почитайте соответствующие книги. Почему существует реакция группирования? Что это дает членам группы? Как это происходит у животных? В первобытных племенах? В Древней Руси? Как сейчас? В чем сходство и в чем отличие? Чем референтная группа отличается от объединений павианьей молодежи? В чем ее интеллектуальный, эмоциональный, социальный смысл? Почему люди пробуют наркотики? Что происходит потом? Кто в этом заинтересован? Что такое «иная реальность» и как ее достичь? Что делали для этого эскимосские шаманы? Тибетские ламы? Православные святые? Что делают современные кришнаиты? Баптисты? В чем состоит психофизиологическая суть слушания тяжелого рока, приема ЛСД, пения мантр, повторения православной «Умной молитвы»? В чем сходство и в чем различие? Обсуждайте все эти вопросы серьезно и заинтересованно, запрашивайте примеры у сына или дочери и сами приводите их из своей жизни. Честное слово, вам самим понравится. А как это будет для подростка полезно... Конечно, после ваших бесед он не перестанет быть «кислотником» или «меломаном», но будет хоть как-то осознавать и анализировать происходящее, и увести его «как телка на веревочке» будет уже гораздо труднее.
1. Если у ребенка в детстве были какие-то психоневрологические проблемы, то

подростковый возраст для него — чрезвычайно ответственное время. В этот момент испытываются на прочность приобретенные механизмы адаптации нервной системы, и в этот же момент особенно велика опасность срыва. Родителям таких детей следует заранее позаботиться о том, чтобы у ребенка к этому моменту были устойчивые увлечения (кружки, секции, клубы — годится все), какой-то (пусть самый узкий, но относительно привычный и постоянный) круг общения, не особенно много свободного времени и родители в свободном доступе, то есть всегда готовые поговорить, обсудить возникшие проблемы, дать совет и т. д.

1. Если у ребенка отягощенная наследственность (алкоголизм, наркомания, асоциальное поведение, психические заболевания ближайших родственников), то на таких детей в подростковом возрасте тоже надо обратить особое внимание. Лучше, если этот период будет протекать под систематическим контролем специалиста, который будет регулярно встречаться с самим подростком и его родителями. Это позволит в самом начале заметить возможные отклонения. Справиться с ними «в зародыше» гораздо легче, чем иметь дело с запущенной формой. Кроме того, для этих детей справедливо все то, о чем сказано в предыдущем пункте.

Еще о Лене...

Самое главное, что я узнала из первой беседы с Леной, — что в течение пяти лет девочка занималась сначала в секции легкой атлетики, а потом баскетболом, имела первый юношеский разряд. В прошлом году во время тренировки в спортлагере повредила связку. О прыжках пришлось надолго забыть.

— И много по времени ты тренировалась, когда занималась в спортшколе? — спросила я.

— Еще бы, — усмехнулась Лена. — Шесть раз в неделю. Три четыре часа в день. Иначе никаких результатов не будет.

— А для тебя были важны именно результаты?

— Конечно! — широкие плечи взлетели к самым ушам в недоуменном пожатии. — А зачем еще спортом заниматься? Чтобы победить!

— И как же это ты все успевала?

— Да как-то так все получалось. Прибегала из школы, быстро делала что-то из уроков, потом сразу на тренировку, брала с собой спортивную форму и все рэперские приколы. После тренировки переодевалась и ехала на Елизаровскую. Там наши тусуются. Ну, потусовалась — и домой. Хорошо было...

— А теперь?

— Теперь не так все как-то...

Привыкшая в течение пяти лет к чрезвычайно жесткому режиму дня, к огромным физическим нагрузкам, не слишком развитая интеллектуально, но честолюбивая и целеустремленная девочка оказалась буквально выбита из колеи неожиданной травмой. Не заполненные никакой деятельностью временные промежутки вызвали иллюзию одиночества и покинутости. С родителями никогда особого контакта не было. За пять лет они привыкли к тому, что старшая дочка при деле, сама регулирует свой день, и фактически не обращали на Лену внимания. Одноклассники Лениных спортивных страстей тоже не понимали, хотя, может быть, девчонки

и радовались втихомолку тому, что гордая, самолюбивая Лена, несмотря на все свои спортивные успехи, которые были гордостью школы, упала-таки «мордой в салат».

Оставалась только музыкальная тусовка. Но и там Лена чувствовала смутное неудовлетворение. Отношения на Елизаровской были поверхностными и неверными, как весенний лед. «Лезть в душу» не рекомендовалось. Те, у кого были деньги, могли чем-то угостить остальных, но никогда не раскрывали источников своих «доходов». Спрашивать считалось неприличным. В спортивном сообществе все было устроено иначе. Там — все на виду, и проблемы одного становились проблемой команды. Решали их тоже сообща, в раздевалке, методом мозгового штурма. К тому же — и это, по мнению Лены, было все же самым важным — в спортшколе занимались делом. А теперь у Лены этого дела не было. Она потеряла его вместе со своей референтной группой.

Однако сдаваться и жаловаться на жизнь не в характере Лены. Она сменила увлечение и занялась рок-н-роллом. Там — большие физические нагрузки, важна техника. Танцевала с такой же искренностью и самоотдачей, как и занималась спортом. Быстро пришел успех. Появились новые друзья. Вроде бы все складывалось хорошо... Но вот все опять рухнуло.

Мы анализировали с Леной каждую мелочь, не торопились. С трудом, но весьма уверенно шевелились Ленины слегка под заржавевшие мозги. С трогательным детским удивлением она встречала каждую новую мысль, каждый поворот проблемы. «Да, это все, конечно, была не дружба. Так, реакция группирования... Как у павианов», — с мстительной радостью повторяла Лена. «И я — павиан, — с грустью признала она в другой раз. — Это мне урок. Я же старалась им понравиться. Раньше это ведь я брала, помалу. Получилось — воровала. Чтобы купить кока-колы, чипсов — чтобы принять их как положено. Понимаете? А они...»

Но что же теперь делать? В спорт уже не вернуться, не нагнать. Лена всегда была ориентирована только на победу, процесс ради процесса — это не для нее.

— А что там у тебя с учебой? Мама жаловалась...

— Да, подзапустила, конечно. Вот смешно — тренировалась и все успевала. Теперь не делаю ни черта и ничего не успеваю...

— А что ты планируешь делать после школы?

— Не знаю, как-то не думала. Поступать куда-нибудь...

— Слушай, но ведь с такими оценками и с такими знаниями, как у тебя сейчас, никуда в приличное место тебе не поступить. На спортивные достижения тебе теперь надеяться нечего... Придется идти, куда берут — тебе оно надо? — Я сознательно играла на Ленином самолюбии. Девушка не особо одарена, но очень упорна. Почему бы и нет?

— Вы так думаете, да? — встревожилась Лена. — А если я нагоню? Позанимаюсь?

— Ну, не знаю, — я с сомнением покачала головой. — Смотря сколько уже упущено. Репетиторы вашей семье, насколько я понимаю, не по карману?

— Это — да, — кивнула Лена. — Бате восьмой месяц зарплату на заводе не платят. Он где-то по утрам газеты грузит, подрабатывает... Но я ведь могу сама...

— Ну, вообще-то сила воли у тебя, конечно, есть, — я решила не перегибать палку. — Но институт тебе, наверное, не потянуть. Если только хороший техникум...

— А почему не институт?! — норовисто выпятила губу Лена. — Что я, хуже других?

— Да я не знаю, — мямлила я. — Заниматься много надо, а ты же привыкла допоздна гулять, то есть этот... рок-н-ролл...

— Да ну его к лешим! — решительно отрубил Лена. — Тут поважнее дела есть. Я думаю, если я прямо сегодня начну и, как тренировки, по три-четыре часа в день, то все смогу нагнать. Васька мне, если что, поможет...

— Васька? — заинтересовалась я.

— Да из класса, очкарик, кличка — Знайка, все ко мне подкатывался... — Лена скорчила презрительную гримаску, сквозь которую медленно, но явственно проступили результаты психотерапии. — То есть он, в общем-то, нормальный парень, и жутко много всего знает, но только ростом мне вот посюда... — Лена черкнула ладонью где-то в районе своего плеча. — Но я понимаю, что это неважно, то есть... то есть, если я попрошу, он со мной позанимается — я это хотела сказать...

— Ну вот и славненько, — порадовалась я. — Будешь ты у нас теперь, Леночка, при деле... А в какой ты институт-то собралась?

— А, неважно! — махнула рукой Лена. — А какие они вообще то бывают? Чего вы смеетесь-то? Ладно, ладно, я сама понимаю. Сначала нагоним, потом — разберемся...

— Слушай, Лена! — не выдержала я. — А ты в легкой атлетике чем занималась? Небось, с барьерами бегала?

— Точно! — изумилась Лена и даже открыла от удивления рот. — А выто откуда знаете?!

Сейчас Лена ходит на подготовительные курсы и готовится к поступлению в ЛИТМО. Зачем ей это надо — честное слово, не знаю. Но мама на Лену больше не жалуется. А рок-н-ролл Лена по-прежнему танцует. В свободное время.

Заключение. Работа как работа...

Психологом работать интересно. Только ответственность большая. И неудач много. Рассказала-то я больше про удачи, да еще, конечно, выбрала самые красивые. Все так делают. Я только старалась не врать. Вот, мол, поглядела я на эту семью (или на этого ребенка), и все мне сразу стало ясно — и что у них такое случилось, и отчего это произошло, и как им помочь. Я сама читала такие книги — и всегда удивлялась. То есть автора, конечно, понять можно — это он для престижа старается. И чтобы профессию свою не дискредитировать. Но только как он потом к себе в кабинет приходит? Там-то все не так легко получается, как у него в книжке. Так вот, раньше другим удивлялась, а теперь села сама за компьютер и вижу: тянет, ох, как тянет написать покрывшие да поглаже... «Взглянула это я, значит, на них, и все мне сразу...»

Бывает и так, конечно. Только очень редко, к сожалению.

В основном получается по-другому. Идешь ощупью, как в тумане, да еще по бокам то обрыв, то яма с водой какая-нибудь. А то и не с водой, а с чем-нибудь похуже. Но люди ведь тебе доверяют, идут следом, поэтому пробираешься осторожно, стараешься изо всех сил. Если удалось куда-нибудь дойти, тогда — праздник души, именины сердца. Заблудились по дороге — давайте еще раз попробуем, другим путем. Или уж давайте сами, без меня... Или другого

проводника ищите...

Дети психологически беззащитнее, чем взрослые, потому что у них панцирь тоньше, защитных оболочек меньше. Взрослый, если не захочет, то в упор тебя не слышит и не видит, и хоть кол ему на голове теши... А ребенок, хоть и пытается закрыться, но целиком, как наши европейские ежи, еще сворачиваться в клубок не умеет. Есть такие среднеазиатские ушастые ежики. С виду ежи как ежи, только поменьше и в клубок не сворачиваются. Натянут на мордочку колючий капюшончик, и вроде как спрятались. Шипят, подпрыгивают, а брюшко-то открыто — хватай, кто смелый. Вот и дети так.

Поэтому каждое слово важно, каждый жест. Оно ведь все не только в сознании откладывается, но и в подсознании. То есть человек-то о нем забыл или не знает, что оно вообще есть. А там сидит себе какая-нибудь пакость этаким серым кардиналом и потихонечку всей человеческой жизнью управляет (помните даму, у которой «смотреть не на что?»). Что бы там про Фрейда ни говорили, но в одном он прав — многие неосознаваемые гадости мы с собой тянем из детства. Родители постарались, или учителя, или еще кто.

Все мы своим детям добра желаем. Только не всегда знаем, как это добро до них донести. Да и жизнь по-разному оборачивается. Помните, Воланд у Булгакова говорил: «Люди то, они в целом хорошие, только квартирный вопрос их испортил...»

Квартирный вопрос, должна сказать, по-прежнему актуален. В самом деле, попробуйте сохранить психологическое здоровье, если в однокомнатной малогабаритной квартире пятнадцать лет живут муж, жена, их семнадцатилетняя дочь и пятнадцатилетний сын... Кроме того, часто встречаются «жертвы перестройки», живы еще «жертвы коммунистического режима» и всяких прочих обстоятельств. Теперь к ним добавилась еще и национальная вражда, о которой раньше в нашем городе никто и слыхом не слыхал...

Однако жить все равно надо.

И психолог становится в этой жизни, пожалуй, знаковой фигурой. Мелькают на голубых экранах телевизоров загадочные психоаналитики из «их» благополучной жизни, пестрят журналы не менее загадочными психологическими тестами.

Ответишь на десять вопросов, подсчитаешь двадцать плюсиков и минусов — и доподлинно узнаешь: «Можете ли вы преуспеть в бизнесе?», «Нравитесь ли вы женщинам?», «Хорошая ли вы жена?» и т. д. В газетах рекламируют себя какие-то чудовищные гибриды, готовые за один сеанс «изменить судьбу» и «откорректировать карму». Иррациональные психологи, магические психоаналитики, «творческий синтез учения К. Юнга и древней славянской магии»... Бог им судья и флаг им в руки. Всегда в смутное время находились те, кто обещает спасение прямо сейчас, без всякого труда и за умеренную цену.

Но ясно одно — слово «психология» у всех на слуху. Уходят в прошлое времена «кухонной психотерапии», которая заменяла советскому человеку и психоанализ, и исповедь. Все более модной становится американская «социальная улыбка»: «I am fine, everything is o'key». Но ведь на самом-то деле совсем не о'кей, и проблем выше головы, и нет больше сил таскать все это в себе, да и не во всем можно разобраться самому, без обратной связи. Мужчины чаще используют алкоголь или уход в работу, женщины ищут понимания, душевной беседы. Дети всегда — страдающая сторона. Я работаю с детьми.

Точнее, с семьями.

В мечтах мне видится идеальный вариант. Молодые люди решили создать семью. Они приходят

к психологу, говорят о своих ожиданиях, надеждах, опасениях. Если сложности велики, то будущие супруги посещают группу поддержки, где встречаются с теми, чьи проблемы схожи с их проблемами, вместе, при поддержке ведущего, ищут выход.

Затем начинается жизнь молодой семьи. Если все идет хорошо, то однажды они принимают решение зачать ребенка. И снова — посещение психолога. Он расскажет будущим родителям, как должны пройти грядущие девять месяцев их жизни, чтобы ребенок родился максимально здоровым физически и психически, подготовит отца и мать (обязательно обоих) к ожидающим их событиям и психологическим сложностям, которые чаще всего возникают в этот период.

Затем — рождение ребенка, счастливые хлопоты, но... молодая мать (и часто — молодой отец) безусловно нуждается в психологической поддержке. Так много всего нового, так много тревог, так много индивидуальных, зачастую интимных вопросов, ответы на которые не найдешь ни в одной книжке. Хорошо, если можно спросить у собственных родителей. А если нет?

Ребенок растет, и психолог наблюдает его так же, как участковый терапевт, отслеживает особенности сначала психомоторного, а потом интеллектуального и социального развития. Если все идет хорошо, дает родителям рекомендации по развитию различных психических функций, вместе с родителями определяет оптимальный возраст для начала посещения детского дошкольного учреждения, впоследствии определяет школьную зрелость ребенка и дает рекомендации по выбору школы. Если есть какие-то нарушения, то совместно с невропатологом вырабатывается система коррекционных мероприятий, проводятся занятия с ребенком и его родителями по программе раннего вмешательства. В дальнейшем — регулярные осмотры, беседы, ответы на вопросы и устранение неизбежно возникающих проблем. Особое внимание — подготовке к школе.

Главное, чтобы все это был один и тот же психолог. Он знает эту семью, этого ребенка, семья доверяет ему. Чтобы заговорить о главном, о действительно наболевшем, им не надо тратить время на «притирку» друг к другу, на установление контакта и наведение мостов. Психолог доступен, и семья знает, как и в каких случаях можно к нему обратиться. Подрастающий ребенок изначально формируется как психологически грамотный человек, умеющий в случае необходимости говорить о своих проблемах и, главное, работать с ними (как не хватает этого умения большинству взрослых людей!).

Достоинств у такой, с позволения сказать, политики — масса, недостатков — практически никаких. Семья всегда знает, куда и когда она может обратиться со своими проблемами, сама выбирает время для этого, знакома с формами работы «своего» психолога, они не вызывают удивления, испуга, обескураженности. Психолог же может отследить результаты своей работы. Меня всегда удивляли рекламные объявления всевозможных экстрасенсов, в которых «вылеченные» ими персонажи потом являются к «кудеснику» только для того, чтобы сообщить, что «Вася бросил пить», а дела в бизнесе идут чрезвычайно успешно.

Психологически это совершенно недостоверно. Если все стало хорошо, люди просто живут, а вовсе не бегут куда-то в этом отчитываться. О своих удачах я в основном узнаю в коридорах поликлиники или при случайных встречах на улице. Неудачи возвращаются ко мне в кабинет. Почему же так везет экстрасенсам? Может быть, они вместе с «коррекцией кармы» закладывают в мозг доверчивых посетителей установку «на возвращение»? В принципе, для человека, владеющего техникой гипноза (а тем более «исправляющего судьбу» за один сеанс), это не так уж трудно. Но хорошо ли это?

Если же психолог работает с семьей постоянно, то он доподлинно осведомлен о всех своих удачах и неудачах. Ответственность, конечно, больше, но ведь и результаты лучше.

Все это вместе называется «психологическим сопровождением семьи» и пока в нашей стране существует в основном лишь в мечтах. Правда, мечты эти вполне готовы к воплощению. Семьи, которые готовы работать со своими проблемами (а не доверять их эзотерическим магам), могут сегодня обратиться в одну из вполне официальных структур и выбрать своего психолога. Единственное, на что хочется обратить внимание уважаемых читателей, — выбирайте тщательно! Ведь психолог работает с самой тонкой структурой, какая у нас только есть в индивидуальном пользовании, — с психикой, по-русски — с душой. Не забывайте об этом, особенно если речь идет о психологическом здоровье вашего ребенка. Ведь дети, в сущности, так беззащитны перед лицом наших ошибок...

Автор благодарит всех читателей, которые оставались с ним до конца этой книги. Если в этой книжке вы не нашли ответов на какие-то вопросы, актуальные именно для вас, или у вас возникло желание поговорить с автором лично, что-то спросить, о чем-то рассказать, то вы вполне можете это сделать. Автор — существо совершенно не засекреченное. Работает в детской поликлинике № 47 Московского района города Санкт-Петербурга.