

ЮРИИ

ВАГИН



«За свою практику я выслушал  
больше 30 000 историй»

# Доктор,?

все идет  
из детства ■

Психология воспитания и терпения

Доктор Вагин

Юрий Вагин

**Доктор, все идет из  
детства? Психология  
воспитания и терпения**

«Издательство АСТ»

2020

УДК 159.9  
ББК 88.8

**Вагин Ю. Р.**

Доктор, все идет из детства? Психология воспитания и терпения /  
Ю. Р. Вагин — «Издательство АСТ», 2020 — (Доктор Вагин)

ISBN 978-5-17-121865-2

Наверняка вы не раз слышали фразу «Все идет из детства»? Мы вспоминаем об этом, когда у нас не все ладится в жизни, когда мы понимаем, что какие-то страхи, тревоги, неуверенность в себе, неумение выстраивать отношения, вредные привычки могут быть связаны с теми тяжелыми событиями детства, когда родителям было не до нас, когда они ругали и наказывали нас за случайно порванную куртку, плохие оценки в школе, наше любопытство.

— И что? — думаете вы. — Неужели эти события далекого детства всегда будут влиять на мою судьбу? Возможно, у вас уже есть дети. И как тогда правильно воспитывать детей, чтобы не перегнуть палку излишней опекой, как контролировать и регулировать их поведение, как помочь им стать счастливыми, если сами вы не всегда счастливы? В этой книге: — мы поговорим о том, обязательно ли нужно понюхать каждую детскую пеленку, чтобы разобраться в проблемах нашей взрослой жизни; — узнаем о различных формах воспитания и их последствиях; — порассуждаем о настоящей и об убийственной родительской любви; о любви, которая стимулирует, и о любви, которая порождает мутантов; — обсудим ожидания родителей и потенциал детей; — затронем вопросы нормального и отклоняющегося детского и подросткового поведения: агрессивность, лень, зависимость от гаджетов; — поговорим о материальном стимулировании обучения, авторитете родителей; — и о многом другом. Не будьте слишком строги и требовательны к себе и своим детям. Если вам кажется, что ваши дети мало уделяют вам внимания, слишком много времени проводят в изучении мира, который их окружает, слишком счастливы без вас — не огорчайтесь, не обижайтесь и не ругайте себя и их. Это значит, что вы — хорошие родители. Вы всегда у них за спиной. Вы всегда в их сердце. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 159.9

ББК 88.8

ISBN 978-5-17-121865-2

© Вагин Ю. Р., 2020

© Издательство АСТ, 2020

## Содержание

Что такое хорошо и что такое плохо?	7
Что общего между помойкой и комнатой детского психолога	7
Патологическая привязанность	8
Кто кому должен?	9
Правильное воспитание	10
Про сказки	11
На природе или на экскурсии	12
Как правильно орать на ребенка	13
Безусловная любовь к ребенку	14
Иной путь	15
Метод нулевой толерантности	16
Ужасы психологии	18
Клички	19
Детское вранье	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# **Юрий Вагин**

## **Доктор, все идет из детства?**

### **Психология воспитания и терпения**

© Вагин Ю., текст

© ООО «Издательство АСТ»

\* \* \*

Юрий Вагин – врач-психотерапевт со стажем работы более 30 лет, кандидат медицинских наук, директор «Психологического центра доктора Вагина», автор 8 монографий и более 50 научных статей, создатель тифоаналитической терапии. Человек, который может научить, что нужно делать в любой жизненной ситуации.

## **Что такое хорошо и что такое плохо?**

### **Что общего между помойкой и комнатой детского психолога**

Много лет тому назад я прочитал книгу замечательного детского психолога Марии Владимировны Осориной «Секретный мир детей в пространстве мира взрослых», и книга помогла мне понять, как мало я понимаю в мире детей.

Прошло много лет, но мне почему-то больше всего запомнилась глава: «Чем привлекательна для детей свалка». Мария Владимировна так точно описала чувства и мысли ребенка на помойке, словно заглянула мне (маленькому мальчику) в голову.

Помойка и свалка для большинства детей – место очень притягательное. Но почему? Во-первых, потому что это место запретное и является изнанкой взрослого мира. Взрослый мир старается повернуться к ребенку своей лицевой стороной. Но чем старше становится ребенок, тем чаще он начинает подозревать за этим фасадом теневую часть жизни. И помойка здорово помогает увидеть то, что прячется взрослыми в обычной жизни.

Во-вторых, помойка позволяет легко выплеснуть наружу агрессивность и деструктивность. Все те предметы, вещи, игрушки, которые в обычной жизни нужно беречь и хранить, здесь можно безнаказанно бить, ломать и уничтожать.

Этим очень часто пользуются дети с эмоциональными проблемами. Заметив у ребенка избыточную страсть к разрушению «ничейных» предметов, родителям важно обратить на это внимание и обратиться за советом к психологу.

Комната хорошего психолога – эта та же помойка и свалка сотен разнообразных предметов, которые можно свободно трогать, брать, играть и иногда даже ломать. Для проработки внутренних проблем, обид, злости, агрессивности имеются так называемые «неструктурированные материалы» – глина, песок, вода. Их можно мять, давить, бросать, плескать – они легко принимают на себя даже самые грубые воздействия ребенка.

Мария Владимировна правильно замечает, что даже взрослые люди в семейной жизни, чтобы случайно кого-нибудь не убить, часто начинают стирать, строгать или пилить что-нибудь, чтобы не пилить кого-нибудь.

Мне так удивительно было читать ее волшебное точное сравнение помойки и детского кабинета психолога, что я на всю жизнь полюбил Марию Владимировну Осорину, чего и вам желаю.

– ДОКТОР, А У ПСИХОЛОГОВ БЫВАЮТ ПРОБЛЕМЫ?

– ДА.

– И НЕКОТОРЫЕ ИЗ НИХ КОРНЯМИ УХОДЯТ В ДЕТСТВО?

– ДА.

– Я ТАК И ЗНАЛ, ЧТО ВСЕ ПСИХОЛОГИ – СУМАСШЕДШИЕ! ЗАЧЕМ ТОГДА К ВАМ ХОДИТЬ? САМИ ЛЕЧИТЕСЬ!

## Патологическая привязанность

Однажды психологи провели один очень интересный полевой эксперимент. В центре цветочной лужайки они посадили мать с годовалым ребенком. Мать сидела на специальном люке, который мог быстро уходить под землю и полностью скрывать ее от глаз ребенка.

Что происходило дальше? Ребенок осторожно осматривается. Затем так же осторожно отпускает мать и начинает с интересом исследовать окружающий мир. В это время психологи быстро прячут мать под землю, и ребенок, обернувшись в очередной раз, не обнаруживает ее на месте. В ту же секунду он полностью теряет интерес к окружающему миру и стремительно мчится туда, где только что была мать. Ее быстро поднимают, ребенок прижимается к матери и полчаса не отпускает ее.

Спустя какое-то время он снова осторожно отпускает ее и, постоянно оглядываясь, начинает исследовать окружающий мир: листочки, цветочки, бабочек. Мать снова прячут. Ребенок с воем и воплями несется к месту, где она только что была, мать поднимают и (!) после второго раза психологам не удалось дожидаться момента, когда ребенок снова бы решился отпустить свою мать и начать исследовать окружающий мир.

И к чему это я вспомнил? А к тому, что этот эксперимент позволил психологам заподозрить, что если человек патологически привязан к матери, близким, работе, месту, – это не означает, что его мать или работа, или местожительство такие уж прекрасные. Это может означать как раз обратное. Патологическая привязанность у людей чаще всего наблюдается к нестабильным, ненадежным объектам. Именно этим объясняется загадка патологической влюбленности многих женщин в вечно исчезающих мужей и многих детей в вечно исчезающих родителей. Знаете, кто больше всего любит своих матерей? Детишки в детских домах.

Поэтому мой совет сегодня не прост: если вам кажется, что ваши дети мало уделяют вам внимания, слишком много времени проводят в изучении мира, который их окружает, слишком счастливы без вас – не огорчайтесь. Это значит, что вы – хорошие родители. Вы просто всегда за спиной своего ребенка, вы всегда в его сердце, он настолько уверен в вас, что ему не нужно постоянно оглядываться на вас, ему не нужно быть рядом с вами. Вы выполнили свой родительский долг. Это не плохо. Это хорошо. Но немного, конечно, грустно.



## Кто кому должен?

Родители должны заботиться о своих детях, а дети должны заботиться о родителях. Конституция. Семейный кодекс. Этика. Мораль. Долг.

Но почему должны? Кто кому должен? Что есть забота о детях и о родителях: долг, обязанность, обуза, тяжкий труд, повинность или радость и удовольствие, тепло и свет, смысл жизни и счастье?

Представьте, что вы пытаетесь засунуть охапку соломы под капот своего автомобиля только потому, что так поступали многие поколения предков по отношению к своему единственному транспортному средству: лошади. Нелепо? Нелепо.

Мир изменился. Изменилась форма отношений людей с миром. Изменилась форма отношений людей друг с другом. Огромное количество людей всю жизнь обходится без лошади (и даже никогда не видело ее), пользуется газовой или электрической плитой и (!) может позволить себе иметь детей не для того, чтобы выгодно продать их замуж или использовать как бесплатную рабочую силу, или как страховой вклад в обеспечение своей старости, а... просто так, себе на радость (а не на старость), потому что дети – это самая большая радость, и растить их – это радость, и заботиться о них – радость. И поэтому, если это так, то наши дети нам ничего не должны. Мои дети и внуки мне ничего не должны. Ибо они: а) уже подарили нам (мне) такое количество радости, что кто кому должен – это большой вопрос; и б) во многих цивилизованных странах старики социально и материально защищены лучше, чем молодежь.

Это – объективная реальность. Правда, законодательная база не успевает за изменениями в современном мире. По закону дети все еще должны своим родителям. Согласно 38 статье Конституции: «Трудоспособные дети, достигшие 18 лет, должны заботиться о нетрудоспособных родителях», а согласно Семейному кодексу при невыполнении со стороны детей своих обязательств по моральной и материальной поддержке недееспособных родителей суд может принудить их к этому. Это – факт, но мы разбираем не юридические вопросы, а психологические.

Имеют ли не юридическое, а психологическое основание современные родители предъявлять претензии своим детям: «Я тебе жизнь подарила, я тебя вырастила, я тебя выкормила, я ночей не спала, я тебе... я тебя...»? И должны ли дети в ответ на это, испытывая чувство вины, жертвовать своей личной жизнью, своей работой, своим будущим ради выполнения так называемого «сыновнего долга»?

Мне кажется, что мы не имеем права требовать это, мы не имеем права жертвовать будущим детей ради материального и психологического обеспечения собственной старости. И дети не должны испытывать при этом чувство вины. В современном мире есть все инструменты, чтобы самому позаботиться о своей старости.

Сегодня можно позволить себе любить своих детей просто так. Бескорыстно. Не вымогая из них обратную заботу и любовь.

## Правильное воспитание

У меня когда-то был клиент. Профессиональный вор. Поскольку он был вором-профессионалом, а не любителем, его ни разу в жизни не поймали. За исключением одного случая.

Однажды, когда он был маленьким, в детском саду ему приглянулась машинка, которую принес из дома другой мальчик. Мой клиент эту машинку незаметно спрятал в свои вещи, а вечером унес домой и играл ею весь вечер. Удобно? Удобно.

Вечером с работы пришел папа и спросил: откуда взялась эта незнакомая машинка? И это еще не худший случай. Многие папы настолько оторваны от жизни семьи, что могут легко спросить: откуда взялся этот незнакомый мальчик? Этот папа хотя бы игрушки сына знал.

Так вот. Сын попытался что-то соврать, но был выведен на чистую воду. И здесь папа совершил грубейшую ошибку, которую я вам советую не совершать. Он очень устал после работы, поэтому просто поругал сына, рассказал ему, как плохо воровать и взял с него слово, что утром он отнесет машинку назад. Довольный папа стал смотреть телевизор, а довольный сын продолжил играть машинкой.

Папа верил, что сын получил урок, что воровать нельзя, а сын на самом деле получил первый в своей жизни урок, что воровать можно, но только так, чтобы папа об этом не знал. И всю дальнейшую жизнь он совершенствовал это искусство.

А что же делать, чтобы ребенок на самом деле получил урок, что воровать нельзя?

В подобных ситуациях родители просто обязаны засунуть всю свою усталость себе куда подальше и в десять вечера, в одиннадцать вечера ехать с сыном (дочерью) назад в детский сад и отдавать ворованную игрушку сторожу ли, оставлять ее на крылечке ли. Не обязательно сдавать сына на следующий день перед всей группой, но и нельзя позволять ему спокойно весь вечер наслаждаться ворованной добычей. Его мозг запомнит, что это – выгодно. Ехать со злобным папой ночью в детский сад – невыгодно. И воровать при таком раскладе – тоже.

## Про сказки

«Юрик, ты уже большой мальчик, хватит читать сказки», – говорила мне мама в детстве. Не помогло...

Есть замечательный английский писатель Нил Гейман, автор романов «Американские боги» (по которому снят неплохой сериал) и «Звездная пыль», а также про девочку Коралину и ее маму с глазами-пуговками (по этой книге тоже снят чудесный мультфильм).

Нил Гейман – заметная фигура в мире так называемой высокой фантастики – фантастики, которую можно отнести к большой литературе. Правда, моя любимая Урсула Ле Гуин (другой всемирно известный фантаст) незадолго до своей смерти критиковала Нила Геймана за поверхностность, но это она любя.

Так вот, недавно Нил Гейман прочитал лекцию о природе и пользе чтения. Она большая, но меня больше всего зацепил один момент. Нила Геймана пригласили в 2007 году в Китай на первый одобренный коммунистической партией Китая симпозиум по научной фантастике и фэнтези. И Гейман спросил у одного из официальных представителей власти: что это вдруг? Ведь научная фантастика не одобрялась долгое время в Китае. Что изменилось?

«А все просто, – ответил чиновник, – всем известно, что китайцы создают великолепные вещи, если им принести готовые схемы. Но они ничего не улучшали и не придумывали сами уже много лет. Они ничего не изобретают. Как изобрели бумагу с порохом – так и успокоились».

И поэтому – рассказал в лекции Нил Гейман – китайцы послали специальную делегацию в Apple, Microsoft, Google и расспросили людей, которые придумывают будущее, о них самих. И обнаружили, что все эти люди читали научную фантастику и фэнтези, когда были мальчиками и девочками. «Ага!» – сказали китайцы, и теперь побуждают детей читать научную фантастику и фэнтези, чтобы, когда те подрастут, тоже могли строить новое будущее.

Поэтому мой совет: когда увидите, что дети вместо полезной (с вашей точки зрения) русской и зарубежной классики читают сказки и фэнтези, не ругайтесь, не говорите им, что они бегут от реальности, это не совсем так. Да, они бегут от реальности, но они бегут от вашей унылой, серой сегодняшней реальности, и бегут они в свою завтрашнюю лучшую реальность. Ваши дети готовятся строить будущее ваших внуков. Отстаньте!

Не забывайте, что (как говорил великий сказочник XX века Джон Толкин) единственные люди, которые протестуют против побега, – это тюремщики. Не будьте ими для своих детей.

**В СКАЗКАХ ТЯГА К БЕССМЕРТИЮ ХАРАКТЕРНА ДЛЯ УДИВИТЕЛЬНЫХ ГАДОВ. ИНТЕРЕСНО, А В ЖИЗНИ КАК?**

## На природе или на экскурсии

Когда я был маленький, мы с братом часто отдыхали вместе с родителями – ездили в лес, рыбачили, путешествовали по Каме, ходили за грибами, ягодами... У меня было счастливое детство, но несколько раз родители брали нас с собой в путешествие по городам России. Мы плавали по Каме и Волге на теплоходе «Вильгельм Пик», ходили на экскурсии, посещали Мамаев курган в Волгограде, и знаете, что я хочу вам сказать: не нужно брать с собой детей в путешествия по городам и весям. (Веси – в старославянском языке означали маленькие поселки и селения.) Путешествуйте с детьми по лесам и полям, по рекам и озерам, по морям и горам.

Я помню каждую излучину Камы, где мы плавали, каждое озеро, на котором мы отдыхали, Уральские горы, субтропические сады Сочи, дно Черного моря, каждое дерево, на которое я залезал, и каждый костер, который учил меня разжигать отец.

Я не помню ни одного музея ни в одном городе, который мы посещали, помню только вечную жуткую усталость от экскурсий, жажду и свой стресс от слез матери на Мамаевом кургане. Я, будучи, маленьким мальчиком, не понимал, почему она плачет, меня это шокировало, и я долго думал, что сделал что-то не так.

Когда дети вырастут, у них самих появится интерес и к истории, и к культуре, и к архитектуре. Ожидать этот интерес в 10–15 лет наивно. Том Сойер и Гекльберри Финн органично смотрятся на реке и в лесу, на дереве или заборе, но не в большом историческом музее или среди достопримечательностей Праги.

Поэтому мой совет: пожалейте детей. Вспомните себя в детстве. Собираясь в отпуск, организуйте его так, чтобы провести с детьми время на природе, а со взрослыми – среди культурных достопримечательностей.

## **Как правильно орать на ребенка**

Я уверен, что вы согласитесь с тем, что орать на людей в целом и на детей в частности нехорошо. Хотя, может быть, и не все, потому что в последние годы стала очень популярна теория недержания эмоций, мол, сдерживание эмоций приводит к психосоматическим заболеваниям, и поэтому не следует себя сдерживать, а нужно уметь позволять себе орать.

Если вы в лесу увидите человека, который обнимает дерево и при этом истошно орет – это не местный сумасшедший на прогулке, это тот, кто тренинг эмоционального раскрепощения прошел: заземляется с деревом и разряжается в космос. Загляните в Интернет, и вы обнаружите ряд статей психологов, которые пишут, что орать на детей можно и нужно. Мол, если мать не орет на ребенка – это какая-то неправильная совершенная мать, а совершенство, оно – вредно.

Я, как та Баба-яга, конечно, против таких теорий и хочу сказать почему. Если мать или отец орет на ребенка, с моей точки зрения, это означает не только дефект их эмоциональной сферы (неспособность контролировать свои эмоции), но и дефект их интеллектуальной сферы (банальную неспособность просчитать поведение своих детей).

Чем вреден ор? Каждый раз, когда мы орем на ребенка, даже если он виноват, сам факт нашего ора сильно обесценивает воспитательный эффект. Ребенок обижается на ор, и его чувство вины обнуляется чувством обиды на нас. Хуже того. Прооравшись, мы сами начинаем испытывать чувство вины перед ребенком и стараемся как можно быстрее его загладить. Ребенок сделал что-то не так, вы проорались, потом обнялись, мирись-миришь, больше не дерись, сходили за мороженкой, и ребенок на всю жизнь запомнил: можно делать что попало, потом нужно ненадолго заткнуть ухо пальчиком, пока мама орет, потом маме будет стыдно и потом будет счастье. Жизнь удалась. У ребенка, но ненадолго. А у вас – не удалась и надолго. Чего я вам не советую.

**ЛЮБОВЬ К ДЕТЯМ НУЖНА ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ УРАВНОВЕСИТЬ ЖЕЛАНИЕ ИХ УБИТЬ.**

## Безусловная любовь к ребенку

Дорогие родители, скажите, пожалуйста, как долго дети должны получать нашу безусловную любовь и поддержку?

Я часто задаю этот вопрос. И знаете, что мне обычно отвечают? «Всю жизнь. Всю жизнь дети должны получать безусловную любовь и поддержку родителей».

Вы знаете, это – катастрофа. Потому, что это категорически не так. Потому, что если вы будете безусловно (то есть без всяких условий) любить своего ребенка, вы у него даже навыков опрятности не сформируете. А зачем ребенку их формировать? Пописал в штаны – тебя любят, пописал папе на подушку – тоже любят. Безусловно, то есть без условий. Зачем ему учиться писать в горшок, в эту холодную белую кружку? Что он там забыл? И если вы думаете, что все это – чисто теоретические рассуждения, то это не так. Я недавно консультировал женщину, у сына которой навыки опрятности не сформировались в 12 лет. Она его им не учила, она думала, что они сами должны сформироваться, она в книжке прочитала, что навыки опрятности формируются к двум годам, и ждала, ничего для этого не делая.

А отец другого подростка открытым текстом заявил мне, что будет любить своего сына даже в том случае, если тот изнасилует и убьет соседскую девочку. «Это же мой сын, и я должен любить его».

Мой совет: безусловная любовь способна породить монстров, достойных ваших худших кошмаров, и лишь условная любовь, когда мы любим и ценим наших детей за их достижения, помогает им становиться лучше, а нам – радоваться и гордиться ими.

## Иной путь

Пять лет каждое утро я вел на телевидении рубрику «Людам о людях». На запись передачи ездил на такси. Мне так было легче. Хуже того, я заранее заказывал такси по телефону, а не бегал по улице с поднятой рукой, пытаюсь поймать свободную машину. Мне так было легче. Не наказуемо?

А теперь скажите мне, товарищи взрослые, нормально ли для человека поступать так, как легче, и так, как удобнее? Вы ночью спите на полу или на кровати? Из квартиры выходите через дверь или через окно? Платье надеваете через голову или через ноги? Вы стараетесь поступать так, как легче, или так, как труднее? Как легче? То есть спите на кровати, выходите через дверь, суп едите ложкой, а макароны вилкой. Это хорошо. Вы молодцы.

Тогда на каком основании вы вечно обвиняете своих детей в том, что они «ищут легких путей»? «Вечно ты ищешь самый легкий путь!» – говорим мы, когда дети что-то не сделали, сделали плохо или по-своему. И звучит это именно как обвинение. Мы обвиняем детей в том, что они ищут легкий путь в жизни.

Если вы зайдете в Интернет и наберете в поисковой системе словосочетание «легкий путь», то первое, что выпадет: «Легкий путь – в чем его опасность». То есть легкий путь опасен? Почему? Давайте еще раз. Я приехал на запись на такси. Мог прийти пешком за два часа, мог идти на четвереньках день, мог ползти два дня, мог ползти вперед ногами четыре дня. Что еще? Мог ползти с закрытыми глазами всю жизнь. Это – трудные пути. Мне нужно было выбрать их? Я выбрал легкий путь – такси. И все нормальные люди в жизни выбирают легкие пути. И ваши дети выбирают легкий путь и вы – тоже. Доказать?

Когда мы обвиняем наших детей в том, что они выбирают легкий путь? Тогда и только тогда, когда мы сами выбираем легкий путь. Мы не проверяем домашнее задание, потому что верим, что дети и сами должны понимать, и все такое. Нам так легче. Нам легче поверить, что у ребенка должна быть какая-то врожденная тяга к знаниям и школа ее пробудит, чем регулярно контролировать его учебу. Это трудно. Но и ребенок при таком подходе тоже начинает вести себя так, как легче. Мы не наказываем детей за проступки или прощаем через пять минут – потому что так легче. «Знаете, доктор, как тяжело сердиться на своего ребенка долго». Знаю. Очень тяжело. Руки тянутся погладить по голове и скорее помириться и простить. Но нельзя.

При таком подходе не обижайтесь, что и дети будут вести себя как легче. Не будут учиться, убирать в комнате, кормить кошку. Это нормально. Чтобы дети вели себя как тяжелее – хорошо учились, выполняли домашние задания, помогали по дому, мы, взрослые, должны вести себя как тяжелее: контролировать учебу, не забывать кто и что должен делать по дому, не позволять себе и своей маме убирать в комнате ребенка. Я понимаю, что легче убрать самому, но не обвиняйте детей после этого в том, что они учатся у вас жить легче.

**ПСИХИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ВОДА – ТЕЧЕТ ВВЕРХ ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА ИНОГО ПУТИ НЕТ.**

## Метод нулевой толерантности

По моим наблюдениям, метод нулевой толерантности является одним из самых эффективных способов профилактики и блокады зависимого поведения у подростков.

Метод нулевой толерантности должен предусматривать крайне жесткое психологическое отношение к подростку в том случае, если он начинает использовать наркотические препараты. Только в тех случаях, когда у родителей хватает мужества на самые жесткие меры, связанные с началом и продолжением употребления наркотиков, мне удавалось видеть реальные результаты. В тех случаях, когда родители идут на поводу у детей, пытаясь использовать методы уговоров, призывы к «здравому смыслу», бесконечное количество раз оплачивают дорогостоящее лечение и все возрастающие долги – эффект близок к нулю.

Подросток, использующий наркотическую модель поведения и получающий финансовую поддержку со стороны родителей, не только ничего не теряет в конечном счете, а, как это ни парадоксально, только приобретает. Он получает удовольствие и от употребления наркотических препаратов, и от возможности постоянно быть в центре внимания, вызывая у окружающих чувство озабоченности и какую-то патологическую гипертрофированную любовь. Многие родители никогда в жизни не обращали на своих детей столько внимания, сколько после начала употребления ими наркотиков.

Примером верного отношения к злоупотреблению наркотиками может служить женщина, два старших сына которой несколько лет «сидели у нее на шее», а она безуспешно пыталась наставить их на путь истинный, поднимая при этом еще и младшую дочь. В конце концов, когда она почувствовала, что физические и психологические силы оставляют ее, она заявила сыновьям, что вырастила их, выкормила, и возможности заботиться о них дальше у нее нет. «У меня еще есть дочь, и ее нужно поднимать, а вы идите на все четыре стороны и делайте, что хотите, – твердо сказала она им. – Если голодные приползете к моим дверям, то я вынесу вам в подъезд тарелку супа, а на большее не рассчитывайте». В течение полугода оба сына прекратили употребление наркотиков, один устроился на работу, а другой возобновил учебу в институте, которую давно забросил.

Помогая многим наркоманам и видя, как родители нежно заботятся о них, я всегда с горькой усмешкой говорю им, что мне самому, глядя на все это безобразие, хочется стать наркоманом, чтобы обо мне кто-нибудь так заботился.

Родители боятся, что, оттолкнув своего ребенка, они тем самым погубят его. Шанс теоретически есть – это нужно честно признать (хотя реально с такими примерами я не встречался). Подросток, предоставленный самому себе, без средств к существованию, может опуститься на социальное дно, и есть шанс, что он оттуда не «вынырнет». Только нужно помнить, что наркотики погубят ребенка в сто крат вернее. Предоставив подростку право самому отвечать за все последствия, родители дают ему шанс самому встать на ноги, а продолжая нести его по жизни на руках, полностью лишают такого шанса, потому что чем дольше продолжается такая псевдогоманная поддержка, тем меньше шансов у подростка когда-нибудь самостоятельно выжить без поддержки родителей и наркотиков.

Если родители заметили, что подросток начал употреблять наркотики, метод нулевой толерантности предусматривает полную блокаду какой-либо психологической, материальной и социальной поддержки. Для младших подростков: возможность переночевать, необходимая одежда и еда – и полное невмешательство в возможные негативные последствия, связанные с употреблением наркотиков. Необходимо много мужества, чтобы выдержать все это, но аппендицит нельзя вылечить терапевтически, поглаживая больное место и приговаривая: «Потерпи, может быть, все обойдется». Наркотики – это психологический рак, и требуют экстренных жестких мер терапии.



Как только подросток в достаточной степени столкнется с проблемами, связанными с его аддиктивным поведением, он сам обратится за помощью. Многие подростки месяцами и годами на родительские деньги злоупотребляют психоактивными веществами, даже не подозревая о своей зависимости от них, так как у них всегда есть средства для покупки новой дозы. Только лишение родительской поддержки зачастую впервые дает им возможность осознать, насколько серьезны их проблемы, и самим обратиться за помощью. Ни один врач не может вылечить наркомана или алкоголика, если этого хотят его мать, отец, жена, муж или друзья, но не желает он сам. Если подросток сам попросит о помощи, необходимо ему эту помощь оказать, чего бы это ни стоило, но смысл такая помощь будет иметь только в одном случае, если подросток и, что самое главное, родители будут твердо знать: эта помощь – последняя. Если подросток интуитивно, «нюхом» почувствует, что родителей можно будет «раскручивать» и дальше, единственное, чего можно добиться, это согласия пройти курс лечения за их счет, чтобы «омолодиться», понизить дозу вещества, необходимую для достижения желаемого эффекта, и начать все сначала, в твердой уверенности, что, когда снова станет плохо, родители опять помогут.

**РОДИТЕЛЬСКАЯ ЛЮБОВЬ КАК РАДИАЦИЯ: В МАЛЫХ ДОЗАХ СТИМУЛИРУЕТ, В БОЛЬШИХ – ПОРОЖДАЕТ МУТАНТОВ.**

## Ужасы психологии

Бедных психологов часто подозревают в любви к различным бесчеловечным экспериментам на людях, и часто напрасно. Но вот вопрос: так ли мы безгрешны? Если честно, то нет. И лучше, чем придумывать всякие ужасы, давайте я расскажу вам сам.

Были. Были эксперименты. Например, в 1939 году Уэнделл Джонсон, ученый из университета Айовы, и его аспирантка провели небольшой эксперимент по исследованию речевого развития у детей. Ученых заинтересовал вопрос: можно ли искусственным образом сформировать заикание? 22 приютских ребенка они разделили случайным образом на две группы. Сирот в одной группе постоянно хвалили и подбадривали, а в другой группе постоянно высмеивали и унижали. В результате эксперимента большинство сирот из второй группы перестали идти на контакт и на всю жизнь остались заиками.

До начала XXI века эксперимент удавалось хранить в тайне. Когда факты выплыли наружу, журналисты назвали его «кошмарным исследованием» (the monster study). Университету были поданы многомиллионные иски. Вероятность проведения подобных экспериментов в настоящее время практически сведена к нулю, но они были. Давно, но были.

Поэтому давайте оставим эти ужасы в прошлом психологии, но не забудем вывод: если на детей орать и унижать их – ничего хорошего никогда не выйдет, а если хвалить и поддерживать, то ребенок сможет справиться даже с уже имеющимися проблемами.

Надеюсь, что вы об этом знаете и без меня.

**КОГДА ТЫ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ, ТО ВСЕ ВЗРОСЛЫЕ ПОЧЕМУ-ТО КАЖУТСЯ ВРЕДНЫМИ, НО ПОТОМ, К СТАРОСТИ, С ПОЯВЛЕНИЕМ ВНУКОВ, У НИХ ЭТО ПРОХОДИТ.**

## Клички

Одна из серьезных проблем в жизни наших детей – это клички. У кого-то веселые, а у кого-то и обидные. У меня, например, в школе была кличка «Вагон», по аналогии с фамилией. Обидная кличка может не только серьезно осложнить жизнь ребенка в школьном коллективе, но и наложить отпечаток на всю его дальнейшую жизнь. Поэтому наша задача – помочь ребенку.

Но как? Ведь психологи часто советуют прямо противоположное. Например, сказать ребенку, что обижаться и показывать сверстникам, что тебя это зацепило, не стоит (легко сказать!). Наоборот, нужно воспринимать это, как будто это тебя вовсе и не задевает. Такой своеобразный буддизм в десять лет.

Другие советуют действовать. Я отношусь к последней категории. Феномен кличек специально изучался детскими психологами. Доказано, что негативные, обидные, оскорбительные клички приклеиваются только к тем детям, которые внутренне согласны их терпеть.

Мой совет: предлагайте ребенку использовать принцип «нулевой толерантности»: то есть не терпеть никогда. Каждый раз, когда ребенка кто-то обзывает, он должен подойти к человеку и спросить: «Почему ты меня так называешь? Ты хочешь меня оскорбить, у тебя есть какие-то проблемы? Давай договоримся, что ты так больше не будешь поступать». В 9 случаях из 10 это помогает. Если это сразу же не помогает, нужно исключить человека из круга своего общения и не вступать с ним в контакт до того момента, пока он не изменит свое поведение.

А после всего этого стоит вместе с ребенком задуматься: не лежат ли в основе клички какие-то реальные проблемы. Например, не стоит ли «жиртресту» немного похудеть?

## Детское вранье

Товарищи родители, вы не узнаете от меня ничего нового, если я скажу, что наши дети иногда нам врут.

Я не знаю, хорошо это или плохо, но вот английские психологи выяснили, что чем раньше ребенок начинает врать, тем выше у него в дальнейшем интеллект. Но я не об этом. Я о том, что количество вранья у наших детей обратно пропорционально количеству ума у нас. Для тех умных родителей, которые не помнят словосочетания «обратно пропорционально», я поясню: обратно пропорционально – это когда чем больше, тем меньше, и чем меньше, тем больше. А если ближе к нашей теме, то чем больше наши дети врут, тем меньше ума у нас. И наоборот. Вот каким умом нужно обладать, чтобы месяцами, целыми четвертями верить: «Мамочка, нам ничего не задали», «Мамочка, нам сегодня ко второму уроку». Ага, к пятому. «Мамочка, у нас сегодня собрали дневники», «Я забыл тебе сказать, что вчера было собрание» и высокая классика: «Я выучил все уроки».

Потом эти горе-родители сидят на приеме у детских психологов и рассказывают: «Вы знаете, у нашего мальчика такая низкая учебная мотивация, мы только сегодня узнали, что он последние два месяца не ходил в школу, вы представляете?» Я не представляю. Это как нужно было два месяца прожить вместе со своим сыном, чтобы не заметить, что он не ходит в школу. Это либо святая наивность, либо святая простота, либо еще что похуже.

Своей наивностью мы просто поощряем детей к вранью. Неужели трудно периодически проводить выборочные проверки выполнения домашних заданий, звонить друзьям детей, интересоваться у учителей, что и как они задают, где и как это можно проверить, приплачивать, в конце концов, учителям за то, чтобы они дублировали вам лично домашние задания.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.