

ТАНЯ
ТАНК

ВАШИ РОДИТЕЛИ ИДЕАЛЬНЫ, А ВОТ ВАС
БУДТО В РОДДОМЕ ПОДМЕНИЛИ?

ВЫ РОСЛИ КАК ТРАВА И ВСЮ ЖИЗНЬ
«ВЫЖИВАЛИ»?

С ВАС ПЫЛИНКИ СДУВАЛИ, НО ВАША
ЖИЗНЬ ПОЧЕМУ-ТО НЕ ЗАДАЛАСЬ?

В 30 ЛЕТ БОИТЕСЬ КУПИТЬ ДЖИНСЫ
БЕЗ МАМИНОГО СПРОСА?

БРОСИЛИ РАБОТУ, ЧТОБЫ СЛУЖИТЬ ПАПЕ?

СЧИТАЕТЕ СЕБЯ КРУГОМ ВИНОВАТЫМ?
И ЧАСОВНЮ ТОЖЕ ВЫ РАЗВАЛИЛИ?

МОЯ ТОКСИЧНАЯ СЕМЬЯ

как пережить
нелюбовь родителей
и стать счастливым



#ТОКСИЧНЫЕ_РОДИТЕЛИ

#РОДИТЕЛИ_МУЧИТЕЛИ

#БОЙСЯ_Я_С_ТОБОЙ

#НАРЦИСС

#ПСИХОПАТ

#АБЬЮЗ

18+



Таня Танк

**Моя токсичная семья:
как пережить нелюбовь
родителей и стать счастливым**

Серия «Психология для жизни»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66636470

*Моя токсичная семья: как пережить нелюбовь родителей и стать счастливым / Таня Танк: АСТ; Москва; 2021
ISBN 978-5-17-135710-8*

Аннотация

...Как вы себе представляете плохих родителей? Это те, которые бьют и пьют?

Читая ваши письма, я увидела, что насилие над детьми многолико и скрывается за фасадом как агрессии и равнодушия, так и жертвенной любви. Растете ли вы как трава или вам подают завтрак в постель, делают ли из вас второго Моцарта или «выковывают характер» пинками и оскорблениями – результат примерно один, плюс-минус.

Так вот почему многие из нас, взрослых, несчастливы! Вот почему мы не знаем, в чем наше призвание, нездоровы душевно

и физически, живем и общаемся с людьми, которые нас не любят, используют, унижают!

Вот откуда низкая самооценка и ощущение никчемности.

Вот откуда самоедство, зависть, разъедающая душу вина.

Вот откуда стыд «не соответствовать».

Кризисы и жизненные тупики...

Психосоматические болезни, депрессии, неврозы...

Панический страх одиночества...

И вот откуда социальные проблемы!

Не видите связи? Читайте и увидите.

Считаете, что вас это не касается? Опять же прочитайте и убедитесь. Пока скажу одно: насилие над детьми – в той или иной мере – творится почти за каждой дверью...

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

Содержание

Предисловие	8
Вспомнить все, или Каким было ваше детство?	27
ГЛАВА 1	35
Потворствующая гиперопека	37
Доминирующая гиперопека	51
Гипоопека	62
Конец ознакомительного фрагмента.	70

Таня Танк

Моя токсичная семья: как пережить нелюбовь родителей и стать счастливым

© Танк Таня, текст

© ООО «Издательство АСТ»

Я ищу не утешительных выводов, а правды. И во имя этой правды утверждаю, что из всех жребиев, выпавших на долю живых существ, нет жребия более злосчастного, нежели тот, который достался на долю детей.

Михаил Салтыков-Щедрин. Пошехонская старина

У всех давно ворота, сударь, заперты и собаки спущены. Вы думаете, они дело делают либо Богу молятся? Нет, сударь! И не от воров они запираются, а чтоб люди не видали, как они своих домашних едят поедом да семью тиранят. И что слез льется за этими запорами, невидимых и неслышимых!

Александр Островский. Гроза

Детство – это не рай, это драма. Если бы человек мог подсчитать все унижения, несправедливости и

обиды, которые ему пришлось испытать за свою жизнь, оказалось бы, что львиная их доля приходится именно на «счастливое» детство. Без ясного, пережитого во всей полноте детства искалечена жизнь человека.

Януш Корчак, педагог

Многие думают, что детство было самым лучшим и приятным временем их жизни. Но это не так. Это самые тяжелые годы, поскольку тогда человек находится под гнетом дисциплины и редко может иметь настоящего друга, а еще реже – свободу.

Иммануил Кант, философ

Он говорил мне: «Если б я стал президентом, мама бы сказала: “Маловато, Коля, вот если бы ты властелином мира стал...”». Этот парень в 27 лет выбросился из окна.

Из рассказа читательницы

Из всех вообще безнравственных отношений – отношение к детям как к рабам есть самое безнравственное.

Георг Вильгельм Фридрих Гегель, философ

Главная опасность для неокрепшей детской психики – неокрепшая взрослая.

Из Сети

Я осуждаю всякое насилие при воспитании юной души. В суровости и принуждении есть нечто рабское, и я нахожу, что то, чего нельзя сделать с помощью разума,

осмотрительности и умения, никак нельзя добиться силой.

Мишель де Монтень, философ

Мать может дать жизнь и может забрать жизнь. Она та, кто порождает жизнь, и та, кто уничтожает; она может творить чудеса любви – и никто не может причинить больше боли, чем она.

Эрих Фромм, философ

Дети – это завтрашние судьи наши.

Максим Горький

Предисловие

Золотой запас счастья

...Как вы себе представляете плохих родителей? Кто они – наркоманы, алкоголики, уголовники? Что они делают – моят голодом, бьют, отправляют к бабушке лесом, где водятся волки, или в декабре гонят за подснежниками?

Вот уж не думала, что буду писать о плохих родителях. Эта сторона мира начала для меня открываться каких-то пять-шесть лет назад, когда читатели моей книги «Бойся, я с тобой» начали присылать истории о своем детстве.

Читая исповедь за исповедью, я все больше смотрела вокруг себя другими глазами. Я увидела, насколько распространено насилие над детьми и что оно – в той или иной мере – творится почти за каждой дверью. И что вопиющие случаи, о которых мы регулярно слышим в новостях, – лишь вершина айсберга. И что в моей детсадовской группе и классе далеко не один-два ребенка страдали от жестоких, равнодушных, безответственных родителей, как я считала раньше. Что скорее наоборот, единицы росли в относительно здоровых семьях!

Картина мира в очередной раз шокирующе расширилась.

Я начала понимать, почему многие из нас несчастливы, нереализованны, нездоровы душевно и физически, живут и общаются с людьми, которые их не любят, используют, унижают.

Откуда низкая самооценка.

Откуда ощущение никчемности.

Откуда самоедство, зависть, разъедающая душу вина.

Откуда панический страх, «что скажет княгиня Марья Алексевна».

Откуда стыд «не соответствовать».

Откуда кризисы и жизненные тупики.

Откуда психосоматические болезни, депрессии, неврозы.

Откуда парализующий страх одиночества.

Откуда социальные проблемы.

Эти вершки – то есть очевидные признаки душевного неблагополучия – не выросли из ниоткуда. Нет, не «такими уж уродились». Эти вершки взошли из корешков, посеянных нашими родителями. И «безобидный» невротик, и убийца-психопат, от зверств которого мы содрогаемся, – плоды родительской нелюбви.

...После того как вышла моя книга «Бойся, я с тобой», вы стали часто задавать мне вопрос: откуда берутся деструктивные и тяжело травмированные люди? Как и все мы, они родом из детства. Поясню на примерах из литературы. Почти

тайте про бесконечную череду унижений и побоев, которым подвергся юный Хитклиф. Мысленно вдохните удушливую атмосферу дома Кабанихи и оцените результат такого «воспитания» – абсолютно безвольного Тихона. Вспомните подковырные игры в «Господах Головлевых».

Наверно, невозможно выйти в жизнь, не пережив в детстве и юности каких-то неприятных событий, но между разумным количеством стрессов, которые формируют устойчивую, конструктивную личность, и валом травмирующих воздействий, под которой погребается хрупкая душа ребенка, – пропасть. Словом, **то, каким станет человек, во многом зависит от того, как к нему, маленькому и юному, относились родители или другие значимые взрослые.**

«Объяснения почти всех *расстройств личности*¹ очень сходны: их суть в систематическом плохом отношении в период детства и отсутствии любви», – пишет американский психотерапевт Рональд Комер.

«В глубине души взрослых, которые пережили в детстве абьюз, даже если впоследствии эти люди добились успехов в жизни, продолжает жить испуганный и бессильный ребен-

¹ Значение терминов, выделенных курсивом, читайте в Азбуке *абьюза* в конце книги. Тем, кто читал мою трилогию «Бойся, я с тобой» и книгу «В постели с абьюзером», эти понятия хорошо знакомы.

нок», – утверждает Сьюзен Форвард, американский психотерапевт, автор книги «Токсичные родители»².

Вот почему слова Салтыкова-Щедрина, вынесенные в эпиграф, я считаю несколько не преувеличенными. Да, так и есть: дети – самые бесправные, зависимые и беззащитные существа. Родительская нелюбовь и злоба отравила детство многих из нас и продолжает отравлять наши жизни и теперь. Да, терапия творит чудеса, но пока что наука не придумала, как отмотать время к точке поломки, провести в ней ремонтные работы, «перепрошить» личность и дать человеку возможность прожить украденные годы заново.

При этом детям запрещено показывать, что они страдают! От них ждут сверкающих счастьем глаз, бесконечной благодарности за детские годы чудесные и любви к родителям. Но и выросшим детям приходится столкнуться с большим сопротивлением общества, если они пытаются подвергнуть сомнению родительскую любовь, решаются рассказать о пережитом плохом обращении и признать своих родителей плохими, нелюбящими, деструктивными, токсичными, эмоционально незрелыми, абьюзивными³. Едва мы начинаем мыслить самостоятельно, делать первые болезненные открытия, как нам говорят:

² Пер. Accion Positiva.

³ В книге все эти слова я использую как синонимы.

«Детство – лучшая пора жизни».

«Лучше нет дружка, чем родная матушка».

«Какими бы ни были родители – это святое».

«Родители все это делали для твоего же блага, чтобы человеком вырос».

«Родители любили, только не показывали этого».

«Ты никому по-настоящему не нужен, только родителям. Они всегда поймут, помогут и утешат».

«Мы перед родителями в вечном долгу».

Предельно откровенно размышляет об этом Салтыков-Щедрин в автобиографичной «Пошехонской старине»:

«Если дать веру общепризнанному мнению, то нет возраста более счастливого, нежели детский. Детство беспечно и не смущается мыслью о будущем. Ежели у него есть горе, то это горе детское; слезы – тоже детские; тревоги – мимолетные. Посмотрите, как дети беззаботно и весело резвятся, всецело погруженные в свои насущные радости. Жизнь их течет, свободная и спокойная, в одних и тех же рамках, сегодня как вчера, но самое однообразие этих рамок не утомляет, потому что содержанием для них служит непрерывное душевное ликование. Все действия детей свидетельствуют о невозмутимом душевном равновесии, благодаря которому они мгновенно забывают о чуть заметных горестях, встречающихся на их пути.

Так гласит общепризнанное мнение. Так долгое время думал и я, забывая о своем личном прошлом. Беспечно резвиться, пребывать в неведении зла, ничего не провидеть даже в собственном будущем, всем существом отдаваться наслаждению насущной минутой – разве возможно представить себе более завидный удел? Но чем больше я углублялся в детский вопрос, чем чаще припоминалось мне мое личное прошлое и прошлое моей семьи, тем больше раскрывалась передо мною фальшь моих воззрений.

Я знаю, что в глазах многих выводы, полученные мною из наблюдений над детьми, покажутся жестокими. На это я отвечаю, что ищу не утешительных выводов, а правды. И, во имя этой правды, иду даже далее и утверждаю, что из всех жребиев, выпавших на долю живых существ, нет жребия более злосчастного, нежели тот, который достался на долю детей.

Дети ничего не знают о качествах экспериментов, которые над ними совершаются. Они не выработали ничего своего, что могло бы дать отпор попыткам извратить их природу».

Армия, охраняющая священную корову «детства золотого», бьется за нерушимость этого мифа. Бьется бессознательно, потому что кто в армии? Те же самые «униженные и оскорбленные» – выросшие дети нелюбящих родителей, которые сейчас унижают уже своих детей, а те передадут эстафету насилия дальше...

Многие выросшие дети буквально давятся обидой, но такой... бессознательной, что ли. Сдерживают глухо рокоющую злость, ища и находя причины плохого отношения родителей, доказывая себе и другим, что это плохое на самом деле было хорошим – и уж в любом случае «заслуженным». Ведь признаться себе, что тебя не любили родные мать и отец, – это страшно, стыдно. Отказаться от этой иллюзии – потерять точку опоры... зыбкой и неверной опоры, но другой-то нет.

А чтобы поделиться с другими, что к тебе плохо относились мама с папой, – об этом и речи не идет. Никто же не поймет! Укоризненно покачают головой, напустятся с нотацией, вздохнут о черной неблагодарности выросших детей, ткнут носом в недостатки – «а что ты сделал, чтобы тебя не били?»

А ведь такую тяжелую работу, как пересмотр отношений с родителями, человек начинает вовсе не из стремления «все обгадить» или «переложить на маму и папу ответственность за свои неудачи»! Вот что пишет моя читательница:

«С чего все началось у меня? Появилось ощущение, что жизнь не клеится, нет счастья, не понимаю, куда двигаться дальше. Конечно, я решила: причина в том, что я какая-то не такая. Мне это с детства было вдолблено. Надо себя пере-

делать, и будет мне счастье.

Я стала искать, что именно во мне не так и как это исправить. Психологи, тренинги, книги. И во время этого поиска то тут, то там всплывала тема «все проблемы из детства». Так очень постепенно представление «родители все для меня делали» трансформировалось сначала в «вот тут они были не правы, но это для моего блага», потом в «они поступали плохо, но не ведали, что творили», а дальше шаг за шагом я пришла к пониманию их деструктивности и ее последствий для меня».

И это осознание – не прихоть любителя порефлексировать, а неременное условие для того, чтобы распрямиться в полный рост, вернуть себе себя, прожить радостную и созидательную жизнь! Человек идет к этому осознанию, со скрежетом и болью преодолевая не только сопротивление общества, но и свое собственное. Не очень-то легко отказаться от самоуспокоительных иллюзий и с широко открытыми глазами принять факт, что твои родители не любили тебя и относились к тебе плохо... И тут со своими медвежьими услугами нам на помощь спешат *психологические защиты*:

– *Рационализация*. «Любили, но не показывали этого. Это только в «Санта-Барбаре» все постоянно про любовь друг к другу говорят», «Я был несносным ребенком, вот и доводил родителей до белого каления».

«Мы находим «веские причины» происходящего, пытаюсь

сделать его менее болезненным или менее неудобным. Вот типичные примеры рационализации:

– Если отец кричал на меня, то это потому, что мать постоянно ворчала и выводила его из себя.

– Мать пила, потому что чувствовала себя очень одиноко. Мне надо было проводить больше времени с ней.

– Отец бил меня, но не для того, чтобы причинить мне вред, а чтобы преподать урок.

– Мать не обращала на меня ни малейшего внимания, настолько она была несчастна.

– Я не могу винить отца в том, что он злоупотреблял мной. Моя мать отказывала ему в сексе, а вы же понимаете, мужчинам это необходимо.

Все эти *рационализации* производятся нами, чтобы сделать неприемлемое приемлемым», – пишет Сьюзен Форвард.

Вот пример, как строится *рационализация*:

«Мама все детство била меня, унижала. Объятий и слов любви не было. Но в младенчестве она любила меня, я уверена. Просто потом, видимо, разочаровалась.

Нам говорили, что бить детей – это не унижение, а мера воспитания. И я всегда оправдывала поступки мамы. Вот честно, вообще никогда не обижалась и воспринимала как должное.

А в общем, она отличная мама. Думаю, что абсолютно каждый, кто с ней знаком, видит перед собой святого человека. Потому как она – воплощение человечности, доброты,

отзывчивости... Причем это так и есть. Она всегда первая несется к соседям и знакомым с помощью. Очень милая, воспитанная, наивная. Тонкая душа. И если я скажу кому-либо из общих знакомых, что у нас недопонимание, – я получу шквал неодобрения и осуждения».

«Била, унижала» и «тонкая душа» – как так? Поясняет психолог Наталья Рачковская:

«*Рационализация* всегда строится на логических ошибках, и только увидев их, можно увидеть в истинном свете и всю картину. В данном примере женщина делает вывод, что ее мать – отличная на основании ее поведения с другими людьми. Но «мама» и «соседка» – это разные социальные роли, можно быть хорошей соседкой, но плохой мамой, как и наоборот. Если вы понимаете, что тоже попали в такую ловушку, выбраться из нее помогут вопросы: «Почему я считаю, что она была хорошей мамой? Что именно хорошего она делала как мама? А что плохого? А хорошие мамы поступают вот так (плохо)? Проявляла ли она по отношению ко мне человечность, доброту, отзывчивость? Как именно?»

– *Забвение (отрицание)*. От многих слышала, что они отрывочно помнят события аж до 10–14 лет, а некоторые – вообще ничего! Оказывается, «забывая» плохое⁴, мы отрицаем

⁴ Не отсюда ли растут ноги у распространенного мнения, что дети ничего не помнят, поэтому с ними что ни делай – им как с гуся вода? На самом деле для детей из нормальных семей даже самые ранние годы не становятся черной дырой «беспамятства».

то, что не осознали⁵. Меж тем большинство взрослых, выходящих из токсичных семей, «не помнят» лишь в качестве самозащиты, но могут вспомнить и нередко вспоминают...

– *Идеализация*. Практикующие психологи подметили: тот, у кого нормальные отношения с родителями, как-то спокойно, негромко любит и уважает их. Когда же у человека «идеальная мама» и «лучший в мире папка», когда восхищение чрезмерно – это для специалистов сигнал, что все не так радужно, как пытается показать пациент и как нередко он сам себе это представляет.

– *Перенос*. «Все вокруг плохие, только мама хорошая», – часто думают дети таких родителей и всю накопленную злость и обиды, в которых не могут признаться даже сами себе, вымещают на тех, кто подвернется под руку: собственных детях, друзьях, подчиненных.

– *Регрессия*. Если мы недополучили любви и заботы от наших родителей, мы можем пытаться дополучить их от другого человека. Кто не встречал женщин, которые ищут «папочку» – мужчину намного старше, с которым они хотят быть «малышкой» и ощущать себя «за каменной стеной»?

⁵ Это реакция незрелой психики. В отличие от более зрелой психзащиты – вытеснения – когда мы задвигаем в дальний угол памяти переживания о тяжелых событиях, которые тем не менее помним.

– *Компенсация*. Это психологическая защита людей-«до-стигаторов». Они пытаются восполнить недостаток родительской любви и признания, добиваясь любви и признания всего мира. Причем представление о любви всего мира может быть ну очень специфическим – например, как у Гитлера.

...Признать себя пострадавшим от родительской нелюбви и насилия – шаг, требующий большого мужества. По пути к этому осознанию – а оно нередко идет годами! – приходится «распаковать» подавленную злость, научиться жить сначала с ней, а потом с ощущением опустошенности, безнадеги, необратимой поломки. Это временный этап, но чтобы его пережить и выйти к свету, нужны немалые силы.

Словом, цена прозрения высока, но, видимо, это тот случай, когда она оправдана. Ведь варианта лишь два. Или пройти этой тяжелой дорогой перемен и начать улучшать свою жизнь. Или по-прежнему прятаться в защитной идеализации, отрицании, *рационализации* – правда, ценой своей жизни...

Наблюдаю, как некоторым очень не по душе, что о родительской нелюбви и насилии наконец заговорили. «Объективная картина, возможно, не всегда такая, как рисуют авторы историй, обвиняющих родителей», – пишет комментатор

моего блога. Другие надменно cedят: «Сколько можно припоминать матери, что не купила прокладки?»

Но ведь если у человека не «болит», когда у него все хорошо или хотя бы нормально во взрослой жизни, ему и в голову не придет жаловаться, обвинять, писать исповеди и зависать в тематических блогах. Нет в этом ничего интересного и приятного.

«Нельзя возлагать вину исключительно на родителей, есть и другие лица в семье – бабушки, тетушки», – пишет комментатор.

Как же хочется переложить все на бабушек и тетушек, а еще лучше – доказать, что этот Дэмьен с числом 666 на лбу родился в чудесной семье из ниоткуда! Но ведь не зря значимыми людьми для ребенка считаются родители или «лица, их заменяющие». И условные бабушка или тетушка, если они их не заменяли, при всем желании не могут «перебить» основного родительского посыла.

«Не всегда нарциссы вырастают от травм и недолюбленности. Очень часто – от излишней любви», – пытается защитить токсичных родителей другой комментатор.

Нет, никогда от любви не вырастет ничего плохого. От суррогатов любви, от «впоупуцелования» – да, и в своем месте я расскажу, как это происходит.

«Никакие родители не идеальны, – пишет комментатор

моего блага. — Их любовь не гарантия счастья, хотя молодые психологи с апломбом заявляют, что достаточно любить ребенка и во всем поддерживать — и все будет хорошо. Это не так.

И объективности нет, если слушать только одну сторону. Вот героиня истории обвиняет родителей в издевательствах, физическом насилии и сексуальных домогательствах. А сама в 29 лет живет и толстеет за счет родителей и бабушки, которая, может, как раз все и испортила, а не родители. Родителям, которые любили и заботились, читать такое тяжело. В конце жизни многие окажутся на их месте, ибо идеальности нет ни у кого».

Далее женщина приводит мнение психолога Сергея Степанова:

«Полагаю, что в действительности, за исключением вопиющих клинических случаев, ситуация не столь драматична. Любые родители (включая и признанных теоретиков воспитания) не безупречны и уязвимы для претензий. Однако чаще всего претензии такого рода — лишь способ перекладывания ответственности за свою личностную несостоятельность и незадавшуюся жизнь».

А вот на мой взгляд, следствие неотделимо от причины! Ну не с чего ребенку, к которому относились с вниманием, вырасти «лично несостоятельным» с «незадавшейся жизнью»!

Да никто и не требует от родителей безупречности-идеальности! Но между небезупречностью и *абьюзом*, преступлением против личности лежит пропасть и «полагать, что ситуация не столь драматична» – наверно, не видеть очевидно. Или не хотеть видеть?

С какой целью некоторые психологи пытаются убедить нас в том, что мы преувеличиваем и клеветаем на наших вполне нормальных родителей? А может, они... убеждают в этом самих себя? Сами живут в отрицании, *рационализации* – а может, и в страхе того, что выросшие дети вскоре и им зададут неудобные вопросы? Не исключено, что уже и задали...

Другая тема, которую продавливают некоторые психологи: неважно, каким было твое детство, ты давно взрослый, так что хватит винить родителей, встань и иди. Совет звучит столь же цинично, как слова Иудушки Головлева умирающему брату: «А ты возьми да и прибодрись! Встань да и побегись! Труском-труском!» Далеко ли убежишь на психологических обрубках ног? Ведь детство – это и есть наши психологические ноги или, точнее, корни.

Возможно ли «расчленить» свою личность, волевым усилием отбросив и обнулив основополагающий психологический опыт детства?

Возможно ли убедить себя в том, что ноги – крепки и сильны, когда ты на них еле держишься?

Да, все это возможно, особенно если с детства сформировалась привычка горючить психзащиты и хоронить эмоции глубоко внутри, как это обычно и бывает у детей плохих родителей. Но если эти эмоции не извлечь на свет божий, то такой самообман выйдет боком. Накроют и в итоге добьют проблемы с физическим и душевным здоровьем.

...Многие считают, что плохие родители – это люди с «низкой социальной ответственностью», пьющие, неработающие, у которых дети растут как трава. Однако деструктивное воспитание – это далеко не всегда заброшенность. Оглянитесь. Вокруг полно благополучных с виду семей, где детей не бьют и не держат впроголодь и тем не менее калечат их души, порой необратимо. Поэтому, когда я слышу «ребенка обожали, а он вырос моральным уродом», я предлагаю не путать любовь с «расшибанием в лепешку» и не считать благополучными «дрессированных», «идеальных» детей. Печально, что подобными ребятами восхищаются, этот стиль воспитания берут на заметку другие родители. А ведь...

«Цель родительского воспитания – обеспечить ребенку не успех и карьеру, а любовь, безопасность и надежность, создать ему неприкосновенный, золотой запас счастья, крепкий тыл», – пишет учитель и публицист Ирина Лукьянова.

И значение этого золотого запаса счастья нельзя переоценить. Известный литературовед Игорь Золотусский до семи

лет рос в хорошей семье, но в 1937 году его отца и мать арестовали, а его самого поместили в детдом – по его словам, «лагерь без колючей проволоки», где «единственным методом воспитания было насилие». Впоследствии Золотусский говорил, что именно то, что его раннее детство прошло подле любящих родителей, позволило ему выжить и состояться.

«Наши родители сеют в нас ментальные и эмоциональные семена. В некоторых семьях это семена любви, уважения и независимости. Но во многих других семьях сеют зерна страха, задолженности и вины. Когда вы выросли, те невидимые семена проросли, и наверняка эти сорняки нанесли ущерб вашим отношениям, карьере или семье; несомненно, они подточили вашу уверенность в себе и самоуважение», – пишет Сьюзен Форвард.

Если у ребенка было хорошее детство, он на своем золотом запасе счастья выберется из большинства жизненных передряг. Но если тебя не любили, унижали, не замечали, ты вырастаешь кривым деревцем. И сколько надо сил и времени, чтобы как-то выровняться, сделать свою боль совместимой с жизнью... «а годы проходят – все лучшие годы»... В то время как выходец из нормальной семьи живет радостно и созидательно – ребенок токсичных родителей собирает себя по кусочкам, не вылезает из депрессии, становится пациентом специализированных учреждений, рабом зависимостей...

А у кого-то душа убита необратимо. Вот почему плохие родители – это не просто «неидеальные» родители, не купившие заколку или шлепнувшие стгоряча по попе. Это убийцы. Души, личности и, по сути, жизни ребенка.

...Я написала эту книгу не затем, чтобы назначить виновных в лице родителей. Смысл – в том, чтобы снять бремя вины с невиновных и помочь им запустить в себе «перезагрузку». Поэтому в первую очередь я адресую свой труд выросшим детям нелюбящих родителей, кого мучает неуверенность в себе, чувство вины, бессилие, страх перед жизнью и нередко отвращение к ней.

Но думаю, книгу стоит прочитать и тем, кто вырос в хорошей семье, не испытывает значительных личностных проблем, поэтому искренне не понимает: а с чего это некоторые так убиваются, копаются в прошлом и сливают на психологов огромные бюджеты? Откуда у симпатичной и талантливой женщины заниженная самооценка? С какой стати депрессия и почему ее нельзя вылечить, ведь есть же препараты?

Не буду скрывать: до недавних пор я сама этого не понимала и не особо углублялась в эту тему. Но наверно, когда узнаешь о том, что в жизни бывает не только так, как у тебя, и выходишь за грани своего мирка в мир, то этот опыт раскрывает новые грани твоей человечности. А она отнюдь не твой личный «аксессуар», а качество, накладывающее отпечаток на жизнь людей вокруг и косвенно – всего общества.

Эту книгу я рекомендую прочитать и родителям – состоявшимся и будущим, которые не хотят идти по стопам своих пап и мам, опасаются навредить детям.

Благодарю мою давнюю подругу и единомышленницу, психолога Наталью Рачковскую⁶, которая нашла время вдумчиво прочитать черновик и подсказать мне много дельного.

И как всегда, я признательна моим читателям, которые открыли для меня тему родительского насилия и невольно вдохновили на четырехлетнюю работу над этой тяжелой, трудной книгой.

⁶ rachkovskaya.ru

Вспомнить все, или Каким было ваше детство?

Мало кто связывал проблемы в своей жизни со своими родителями. Людям очень трудно признать, что их отношения с родителями имеют столь мощное влияние на их жизни.

Сьюзен Форвард

Не помните, какое у вас было детство? А что, если зайти с другой стороны – оценить, как вы живете сейчас, став взрослым? Попробуйте ответить на вопросы:

- У вас нестабильная или стабильно низкая самооценка?
- Ваше настроение меняется по несколько раз за день, без всяких объективных причин или по несущественным поводам?
- Вы часто взрываетесь раздражением, из-за чего вам потом бывает стыдно перед людьми, или, наоборот, подавляете гнев и обиду там, где стоило бы высказаться?
- Вы то и дело влипаете в неприятности, дня не живете без «приключений» или настолько боитесь «рисковать», что даже новый йогурт не купите без рекомендации?
- До сих пор не нашли дела по душе и даже не представляете, в каком направлении копать? Или нашли, но у вас не клеится, и все начинания словно заранее обречены на провал?

– Вы не понимаете, что чувствуете и чего хотите? А если и понимаете, то стесняетесь проявить свои желания?

– У вас масса интересных идей, но вы сами бьете себя по рукам? Или вы считаете, что менее одарены талантами, привлекательностью, удачливостью, чем другие?

– Добиваясь успеха, вы тревожитесь из-за того, что этот успех не «ваш», «просто повезло»? Или вы не замечаете своих достижений, потому что стремитесь к идеальности во всем?

– Ваша жизнь – череда несчастливых браков, романов, дружб, сотрудничеств? Или вы вообще не вступаете в отношения в уверенности, что вас нельзя полюбить?

– Вы идете на все, лишь бы удержать человека, даже если вам не нравится, как он к вам относится?

– Или в отношениях с людьми вы занимаете оборонительную позицию, заранее ждете подвоха, обмана, злоупотребления доверием?

– Страшитесь, что вас бросят? Или боитесь сближаться с людьми и, как Людмила Прокофьевна, «ликвидируете всех подруг» после предательства одной из них?

– Бросаетесь предлагать помощь, когда вас не просят? Или, напротив, считаете, что каждый сам за себя?

– Молчите, когда помощь нужна вам, ожидая, что люди сами догадаются? Или, наоборот, считаете, что вам все должны?

– Трепещете перед «давлением социума», стыдитесь жить

«не по-людски», чувствуете себя неудачником на фоне достижений других? Или плевать хотели на мнение общества, но боитесь не оправдать ожиданий важных для вас людей?

– Вам страшно раскрыться, быть естественным и искренним? Или, раскрываясь, вы уверены, что хуже других?

– Во всем сравниваете себя с другими и часто не в свою пользу? Или чувствуете себя хорошо только на фоне чужих неудач?

– Снимаете стресс неумеренными дозами алкоголя и не только алкоголя? У вас сложные отношения с едой?

– Вы не умеете зарабатывать и обращаться с деньгами? Погрязли в долгах? Или деньги идут в руки, но утекают сквозь пальцы на чужие нужды и капризы?

– У вас много болезней, в том числе и «непонятных», с преодолением которых врачи не в силах вам помочь? Или вы вовсе не обращаете внимания на здоровье?

– Вам некомфортно, скучно наедине с собой и нужно общаться хоть с кем-то? Или вы закоренелый домосед, но в душе тоскуете от одиночества?

– Вы хотите быть добрым и любящим родителем, но с ужасом замечаете в своем поведении токсичные замашки?

– Считаете, что счастье надо выстрадать или же оно не для таких, как вы, да и радоваться не стоит, иначе не за горами слезы?

– Боитесь возраста, потери «кондиций», «невострребованности», одиночества? Или боитесь признать этот страх и счи-

таете, что в свои сорок пять выглядите на тридцать?

– Задумываетесь о самоубийстве? Считаете, что смерть – лучшее решение всех жизненных проблем? Или медленно убиваете себя вредными привычками и рискованным поведением?

Как вы, наверно, догадываетесь, ноги у этих трудностей растут из детства. В США еще в 1990-е провели исследование, которое показало прямую связь неблагоприятного детского опыта (НДО) с нашими взрослыми проблемами. Вот тест для определения НДО.

Случалось ли, что в течение первых 18 лет вашей жизни родитель или любой взрослый человек:

- часто ругал, оскорблял или унижал вас?
- вел себя таким образом, что вы боялись физически пострадать?
- часто толкал, хватал, шлепал вас или бросал что-либо в вас?
- хоть один раз ударил вас так сильно, что у вас остались следы или травма?
- хоть один раз трогал или ласкал вас или просил потрогать его с сексуальным намеком?
- занимался или пытался заняться с вами любым видом секса?

Вы часто чувствовали, что:

– никто в вашей семье не любил или не ценил вас?

– члены вашей семьи не заботились друг о друге, не чувствовали себя близкими людьми или не поддерживали друг друга?

– о вас никто не заботился, и вам не хватало еды, вы вынуждены носить грязную одежду?

Ваши родители:

– находились под слишком сильным влиянием алкоголя или наркотиков, чтобы заботиться о вас или отвести вас к доктору, когда вам нужна была помощь?

– развелись или стали жить отдельно?

Кто-либо совершал следующие действия по отношению к вашей матери или мачехе:

– часто толкал, хватал, давал пощечину или бросал что-либо в нее?

– пинал, кусал, ударял кулаком или твердым предметом?

– хоть один раз бил в течение нескольких минут или угрожал ножом или огнестрельным оружием?

Вы жили с кем-либо, кто:

– был алкоголиком или употреблял наркотики?

– страдал депрессией или психическим расстройством?

– пытался покончить жизнь самоубийством?

– попал в тюрьму?

Чем больше раз вы ответили «да» на вопросы теста, тем выше ваш НДО, а значит, по мнению исследователей, выше риск проблем во взрослой жизни. В пять (!) раз повышается вероятность наркомании и алкоголизма, ожирения, диабета, рака, ишемической болезни сердца и хронической обструктивной болезни легких, психических расстройств, депрессии, промискуитета (количество партнеров больше пятидесяти), проституции. Причем вы можете искренне не понимать, почему в вашей жизни все идет наперекосяк...

Но ваш случай далеко не уникален! Исследование НДО показало, что 64 % представителей среднего и высшего среднего класса пережили подобное. Две трети опрошенных! Вот вам и «редкие вопиющие клинические случаи», о которых говорит психолог, упомянутый в предисловии...

А вот опросник от Сьюзен Форвард.

«Оцените, какими были ваши отношения с родителями (родителем), когда вы были ребенком.

– Они говорили вам, что вы плохой/никчемный? Обращались к вам в оскорбительной форме? Постоянно критиковали?

– Прибегали к физическим наказаниям во имя дисциплины? Били вас ремнем или другими предметами?

– Пили/принимали наркотики? Вы чувствовали из-за это-

го растерянность, испуг, боль, стыд?

– Были ли они в тяжелой депрессии или эмоционально недоступными из-за своих собственных эмоциональных проблем, психического или физического заболевания?

– Вам приходилось заботиться в детстве о ваших родителях, поскольку у них было много проблем?

– Вам сделали что-то, что должно было храниться в тайне? Ваши родители злоупотребили вами сексуально в какой-либо форме?

– Вы боялись родителей большую часть времени?

– Когда вы злились на родителей, вам было страшно, что они это заметят?

А теперь оцените свои отношения с родителями во взрослой жизни.

– Родители продолжают обращаться с вами как с ребенком?

– Вы принимаете важные решения, базируясь на возможном согласии/ несогласии родителей?

– Когда вы проводите или планируете провести время с родителями, возникают ли у вас эмоциональные и/или физические реакции?

– Вам страшно поссориться с родителями?

– Родители манипулируют вами с помощью угроз, обвинений или денег?

– Вы считаете, что несете ответственность за то, как чувствуют себя ваши родители? Если они несчастны, чувствуете

ли вы, что это ваша вина? Считаете ли вы, что должны сделать так, чтобы они почувствовали себя лучше?

— Кажется ли вам, что как бы вы ни старались, того, что вы делаете ради родителей, всегда недостаточно?

— Думаете ли вы, что когда-нибудь, неизвестно как, но ваши родители станут лучше?

Если вы ответили утвердительно на треть этих вопросов, то ваши родители были токсичными и это наложило отпечаток на вашу личность и нынешнюю жизнь.

Возможно, вы затруднитесь с ответом на некоторые вопросы. Например, задумаетесь, считать ли чувством вины какие-то свои реакции на поведение родителей и точно ли их действия можно назвать манипуляцией. Возможно, вы бессознательно будете «выгораживать» родителей, приуменьшая тяжесть их насилия и его влияния на вашу жизнь», — пишет Форвард.

Действительно, трудно вот так сразу во всем разобраться, отследить все причинно-следственные связи. И особенно это тяжело для тех, кто плохо понимает себя и свои чувства, несвободен в мышлении, а это у детей токсичных родителей бывает сплошь и рядом. Чтобы облегчить вам эту работу, в следующей главе я рассмотрю виды родительского насилия и проиллюстрирую их фрагментами из историй читателей, биографий известных людей и литературных произведений.

ГЛАВА 1

Тысяча и одно лицо родительского насилия

Есть десятки, а может, и сотни способов, как могут достать детей плохие родители, но, наверно, вот три кита, на которых базируется любой *абьюз*.

Во-первых, отрицание ребенка как человека – а это значит, отрицание его индивидуальности, уникальности... да по большому счету права быть.

Во-вторых, запрет на эмоции и самостоятельное мышление.

В-третьих, обесценивание в самом широком смысле. Обесценивать можно критикой. Но обесценивать можно бойкотом, плохой одеждой или подзатыльниками.

Вот почему поведение разных родителей может выглядеть настолько по-разному, что даже в голову не придет, что они делают примерно одно и то же. Например, ребенка могут «не видеть» и вообще не интересоваться им – и это будет то же самое отрицание индивидуальности и обесценивание. А могут носиться с ним как курица с яйцом, настраивая на успешный успех или подавая пирожные в постель, – и это тоже бу-

дет отрицание индивидуальности и обесценивание.

В результате это приведет примерно к одному и тому же: личность маленького человека будет поломана или серьезно травмирована. Сьюзен Форвард пишет: «Токсичные родители, независимо от типа абьюза, оставляют идентичные шрамы».

В этой главе мы поговорим о том, в каком поведении находит выражение родительская нелюбовь, а для начала рассмотрим основные стили токсичного воспитания.

Потворствующая гиперопека

Детство не должно быть постоянным праздником – если нет сильного трудового напряжения, для ребенка останется недоступным и счастье труда.

Василий Сухомлинский, педагог

Детей надо баловать – тогда из них вырастают настоящие разбойники.

Евгений Шварц, драматург

Знаете ли, какой самый верный способ сделать вашего ребенка несчастным? Приучить его не встречать ни в чем отказа.

Жан-Жак Руссо, философ

Для таких родителей ребенок – кумир. Ему могут твердить, что он великолепен, талантлив, умен и вообще лучше всех! Стоит ему побывать на уроке английского – восхищенные мама и папа всем рассказывают, что у чада обнаружился редкий лингвистический дар. Невпопад побрякал на пианино – будущий Ван Клиберн, не иначе. Принес пятерку – «маленький Ленин» (случай из жизни!). Или над девочкой ахают, как над какой-нибудь невероятной красавицей.

Маленького идола не «напрягают» никакими обязанностями, ничем не «утруждают» под лозунгом: «Не воруйте

у ребенка детство». Его прихоти немедленно выполняются. Точнее, он даже не успевает толком что-либо захотеть и пережить необходимую толику неудовлетворенности на пути к «сбыче мечт», приложить для этого какие-то усилия.

Так и растет маленький человек, не зная радости посильного труда, удовлетворения от преодолений, привыкнув к тому, что за него все решат мама с папой. Что же удивительно-го в том, что психологически он не взрослеет? Зачем? Ведь и так не дует.

В коллектив такой ребенок приходит с настроем «а ну скорей любите нас, вам крупно повезло», логично рассчитывая на то же обхождение, что и в семье. Но его таланты, многократно преувеличенные домашними, восторгов ни у кого не вызывают, и «маленький Ленин» ощущает чувствительный щелчок по самолюбию. Он недоумевает, начинает стыдиться себя, замыкается или, наоборот, стремится привлечь к себе внимание любыми – в том числе и скандальными – способами. В нем нарастают гнев и зависть к окружающим. Пытаясь получить то, что ему якобы причитается – обожание, он часто становится объектом манипуляций («ему немного подпоешь – и делай с ним, что хошь») и/или изгоем.

Семейный божок растет совершенно инфантильным, так и не обретая самостоятельности ни в мыслях, ни в поступках. Повзрослев, он и не думает слезать с шеи родителей и может всю жизнь существовать за их счет. Выросшие «идо-

лы» куролесят, влипают в истории, предоставляя родителям платить по их счетам. Пятеро детей от трех браков? Пусть содержат мама с папой! Нависла угроза уголовного преследования за очередную выходку? «Делов-то», пусть родители продадут гараж и «замажут рты» недовольным.

Обычно такое развращающее балование исходит от матерей, и нередко – от тех, кто воспитывает ребенка в одиночку. На невроз такой мамы накладывается не менее невротичная установка общества – «развелась и живет ради сына». «Вот это мать!» – восхищаются очевидцы. На самом деле она присваивает себе ребенка, сливается с ним, заполняет им свою душевную дыру. Существо, рожденное, чтобы стать самостоятельной личностью, становится придатком, игрушкой, «грелкой»...

«Когда Андрею было лет пять, их бросил отец. Мать делала для сына все, и невозможное тоже. Он с детства получал лучшее, даже если матери приходилось недоедать или работать на трех работах. И вот итог: сам себя обслуживать он не может. В комнате дикий бардак: остатки еды, грязная посуда, одежда комом. В туалете за собой не смывает».

В романе «Жизнь» Мопассана мы видим, как Жанна сдувает пылинки с сына Поля, на котором сфокусировала всю себя, настрадавшись от мужа-абыюзера и не имея своих занятий.

«Она всецело отдалась сыну. Он сделался кумиром, единственной мыслью троих людей, окружавших его; он царил, как деспот. (...) Всегда вместе с малюткой, то в детской, то в зале, то в саду, взрослые восторгались его болтовней, его смешными выражениями и жестами.

Ребенку исполнилось десять лет, то был сильный, шаловливый мальчик, смело лазивший по деревьям, но ничему как следует не учившийся. Уроки ему надоедали, и он старался поскорее прекратить их. И каждый раз, когда барон (отец Жанны и дед Поля. – *Примеч. автора*) дольше обыкновенного удерживал его за книгой, появлялась Жанна и говорила:

– Теперь пусти его поиграть. Не нужно утомлять его, он еще такой маленький.

Для нее он был по-прежнему шестимесечным или годовалым ребенком. Она с трудом отдавала себе отчет, что он уже ходит, бегает и разговаривает как подросток, и она жила в вечном страхе, как бы он не упал, как бы не простудился, как бы не вспотел, как бы не повредил желудок, поев слишком много, или не повредил росту, поев слишком мало»⁷.

Меж тем мальчику исполнилось двенадцать...

«Барон взялся руководить занятиями Поля и засадил его за латынь. Мать просила только об одном: «Главное, не утомляй его!» – и беспокойно бродила вокруг классной комнаты, куда папочка запретил ей входить, потому что она постоянно прерывала занятия, спрашивая: «Пуле, не озябли ли у тебя

⁷ Пер. А. Чеботаревской.

ноги?» – или: «Не болит ли у тебя головка, Пуле?» – или же останавливала учителя: «Не заставляй его много говорить, ты утомишь ему горло».

Пуле уже минуло пятнадцать лет, но по умственному развитию он оставался невежественным и пустым ребенком. Однажды вечером барон завел речь о коллеже. Жанна тотчас же разрыдалась.

– На что ему знания? – говорила мать. – Мы сделаем из него сельского хозяина, дворянина-землевладельца. Он будет возделывать свои земли подобно многим другим дворянам. Он будет счастливо жить и стариться в этом доме, где мы жили до него и где мы умрем. Чего же больше желать?

Но барон качал головой:

– А что ответишь ты ему, когда он в 25 лет скажет тебе: «Я ничто, ничего не знаю – и все из-за тебя, из-за твоего материнского эгоизма. Я не способен работать, сделаться чем-либо, а между тем я не был создан для этой безвестной, жалкой и до смерти скучной жизни, на которую обрекла меня твоя безрассудная любовь»? (...) Жанна, ты не имеешь права распоряжаться этой жизнью. То, что ты делаешь с ним, низко и почти преступно: ты жертвуешь своим ребенком во имя личного счастья.

Закрыв лицо руками и неудержимо рыдая, она лепетала сквозь слезы:

– Я была так несчастна... так несчастна! Теперь же, когда я нашла успокоение вблизи сына, его у меня отнимают. Что

будет со мною... совсем одинокой... теперь?»

(Вот здесь Жанна «проговаривается», сообщая нам истинные мотивы своего гиперопекающего поведения – хотя навряд ли осознает их сама. Сын для нее – «грелка», призванная спасти ее от одиночества и вознаградить за пережитые несчастья. Но ведь Жанна – взрослая женщина, и обустройство своей жизни, в том числе и эмоциональной, – именно ее зона ответственности.)

Далее Жанна чуть ли не каждый день ездит к сыну в колледж, просиживает там часами. Поль же предсказуемо балбесничает, регулярно остается на второй год.

«Ему уже исполнилось двадцать лет. Хотя Поль был на целую голову выше матери, она продолжала обращаться с ним как с ребенком, допрашивая его: «Пуле, не озябли ли у тебя ноги?» А когда он после завтрака прогуливался у подъезда с папироской в зубах, она открывала окно, чтобы крикнуть ему:

– Умоляю тебя, не ходи с непокрытой головой, ты схватишь насморк».

А вот как Викентий Вересаев в рассказе «Миллионерша и дочь» описывает воспитание в том же духе девочки:

«Валиной дочке Кире было пять лет. Все ее прихоти мать исполняла беспрекословно, строго следила, чтобы девочка не получала темных впечатлений. Раз Кира, объевшись шоколадом до отвала, бросила большую плитку в ночной гор-

шок (няню, однако, не угостила). Потом для забавы начала спускать в щель пола серебряные рубли. Няня стала ей говорить о бедных детях, которым было бы можно отдать шоколад и помочь рублями. Услышала это, Валя и пришла в бешенство. Распушила няню и предупредила, что рассчитает ее, если еще раз услышит, что она рассказывает Кирочке о бедных, о несчастьях, о болезнях.

(...)

Другой раз Валя зашла к Юлии Сергеевне и, заливаясь смехом, рассказала:

– Представьте себе, стирала у нас вчера Настасья. С нею была ее девчонка Аксютка. Кирочка вцепилась ей в волосы и стала таскать. Мы так смеялись!

Юлия Сергеевна изумленно глядела.

– Чему же вы смеялись?

– Аксютка старше и много сильнее Кирочки, но я была тут, и она не смела защищаться. Только морщилась и пищала. Ужасно была смешная.

(...)

В комнату вбежала Кира – худощаво-угловатый подросток лет четырнадцати. Глаза блестели, она была в упоении. Не обращая на меня внимания, она стала рассказывать матери:

– Мама, мама, что сейчас было!.. Ехала я на трамвае. И вдруг встречный трамвай переехал на остановке собачонку. Отрезал ей задние ноги. Кровь фонтаном, собачонка крутит-

ся, визжит, все кругом ахают!.. Только я одна весело смеялась! Наверно, Кетон сказал бы, что у меня стальное сердце!»

И закономерный финал: грянула революция, денег у Вали не стало, а 20-летняя «принцесса» требовала повышенного сервиса.

«Валя отодвинула рукомойник в угол и стала подтирать тряпкою пол. Кира сидела неподвижною статуей и молчала. Потом пренебрежительно взглянула на меня и заговорила:

– Вас, может быть, удивляет, что мама вытирает за мною пол, а я сижу и ничего не делаю? Всю жизнь, когда я что-нибудь хотела сделать для себя, мама меня останавливала и говорила: «Для этого есть горничная». Ну а теперь у меня горничной нет, пусть же сама делает то, что должна бы делать горничная.

В голосе Киры звучала ненависть и непрощающая обида».

...Может, о таком родительском «обожании» мне и пишут порой те, кому довелось наблюдать «неудачных» детей «любящих» родителей? А ведь обожание вкупе с попустительством и родительская любовь – диаметрально противоположные вещи!

«Впопущением», а не любовью было и отношение Елизаветы Арсеньевой к внуку Михаилу Лермонтову. Его друг Святослав Раевский рассказывал, что «жизнь в Тархах была организована просто – все ходило кругом да около

Миши».

С подачи бабушки прислуга пела мальчику дифирамбы: «сладенький, миленький, ни у кого такого умненького барчонка нет, только у нас!» При этом мальчик мог замахнуться на горничную, дразнил ключницу, дергал девок за ленты.

«Миша кричит ключнице вслед:

– Дашка – букашка!

И показывает ей язык. А она, подхватывая Елизавету Алексеевну под руку, продолжает его нахваливать:

– Внучок-то у вас какой смышлененький! Не чета другим детям!

– Весь в деда своего Михайлу Васильича! – соглашается довольная бабушка»⁸.

Атмосфера вседозволенности развращала Мишеньку не по дням, а по часам. О своей рано проявившейся страсти к разрушению Лермонтов пишет в автобиографическом (а у него все автобиографическое, поскольку он всегда был сфокусирован исключительно на себе) наброске «Я хочу рассказать вам...»:

«Саша был преизбалованный, пресвоевольный ребенок. Природная всем склонность к разрушению развивалась в нем необыкновенно. В саду он то и дело ломал кусты и срывал лучшие цветы, усыпая ими дорожки. Он с истинным удо-

⁸ Здесь и далее цитирую по книге Елены Егоровой «Детство и отрочество Михаила Лермонтова», которую я купила в музее поэта в Тарханах.

вольствием давил несчастную муху и радовался, когда брошенный им камень сбивал с ног бедную курицу».

В атмосфере попустительства вырос и известный французский поэт Поль Верлен. Об его отношениях с не менее известным поэтом Артюром Рембо литературовед Елена Мурашкинцева написала отличную книгу «Верлен. Рембо». Но с представлениями автора о родительской любви не соглашусь. Так, Мурашкинцева пишет:

«У Верлена было счастливое детство: он был единственным и долгожданным ребенком – никогда не доводилось ему испытывать такие страдания, какие выпали в детстве на долю Бодлера и Рембо. Сверх того, родители имели возможность баловать желанного сына.

Ни семейная среда, ни полученное образование не предвещали той безмерной распущенности, которая проявится у Верлена в юности и зрелости – недаром его называли ангелом и зверем в одном лице.

Каким же образом унаследовал он подобные склонности от столь респектабельных и добродетельных родителей? Многие биографы пытались найти объяснение в том, что Поля в детстве слишком баловали: отец проявлял непростибельную слабость, а мать – преступную снисходительность. Ребенку давали слишком много сладостей и почти никогда не журили – очевидно, это и привело к алкоголизму, а также неразборчивым половым связям. Объяснение, прямо ска-

жем, не вполне убедительное».

Еще бы! Разве ж в сладостях дело? Вернее, сладости — это лишь один из фактов безграничного потакания ребенку. Что касается «респектабельных и добродетельных» родителей, то дальнейшее поведение мадам Верлен характеризует ее «добродетель» в лучшем виде. Так, она покровительствовала роману женатого сына с Рембо, благодушно отнеслась к побегу «малыша» и «зайчика» (так его называли в семье) от больной жены с грудным ребенком, а затем навсегда порвала с невесткой и отказалась от внука, поскольку ей показались слишком большими запрошенные алименты.

Далее Елена Мурашкинцева пишет: «Поль любил обоих родителей и сохранил это чувство до конца жизни». Из чего сделан вывод о любви? Может, из импульсивных пьяных излияний Верлена? Или, может, из того, что он всю жизнь не отлипал от матери, паразитируя на ней? Так наоборот, это говорит не о любви, а о глубокой созависимости матери и сына.

О том, как он «любил» родителей, можно судить хотя бы по тому, что как-то он чуть не убил мать, требуя денег, а впоследствии разорил ее.

...Поль Верлен, как и мопассановский Поль-Пуле, рано пошел по кривой дорожке. Уже в 18 лет он неумеренно пил и не вылезал из борделей:

«Ему достаточно было ступить за порог, чтобы ощутить острую потребность «нализаться» – так он именовал со смехом свое осознанное стремление к свободе во хмелю».

Задумаемся. Юный Поль ищет какой-то «свободы». От чего же? Разве его держат в ежовых рукавицах? В чем-то ущемляют? Ругают за пьянство? Нет. Но, вполне вероятно, удушающая атмосфера гиперопеки – и есть та несвобода, которая на него постоянно давит, подталкивая к «актам протеста» в виде загулов и бесшабашного поведения.

...Иногда гиперопекающими родителями становятся люди, травмированные своими матерью и отцом – но иным обращением. Например, они росли в атмосфере холода и невнимания, «как трава». И вот, родив своих детей, они стремятся окружить их любовью и «дать самое лучшее». Однако у них искаженное представление о любви – как о заласкивании, сдувании пылинок, служении, растворении...

И конечно, в корне такого отношения к детям лежит родительский эгоцентризм, на что старый барон – дед Поля – справедливо указывает дочери Жанне. Родитель словно стремится, чтобы ребенок всегда оставался маленьким, беспомощным, то есть испытывал в нем нужду и гарантированно оставался в его распоряжении. Этот тип родителей похож на детей, которые так обожают своего кота, что не оставляют его в покое ни на минуту. А Ваське нужен глоток свободы, он хочет и в коробке полежать, и за солнечным зайчиком по-

прыгать. Поэтому иной раз он царапнет, очерчивая границы, а порой сбежит и вернется через неделю грязный и в репьях. Чем не Верлен с его потребностью «нализаться», выскочив из угара родительской гиперопеки?

Примечательно, что в результате такого воспитания вырастает человек с существенно сниженной эмпатией, если не сказать – бессердечный. Привыкший быть центром вселенной, по умолчанию получать повышенный сервис. Иное отношение к себе он воспринимает как угрозу, «неповиновение». При этом он считает, что ему можно абсолютно все, ведь он в принципе не знает о существовании слова «нет»... Вот и представьте, насколько опасным может быть такой человек. Знаю убийцу, вышедшего из подобной семьи. Там было кофе в постель, безотказность в деньгах, задаривание и подтирание попы ваточкой, смоченной в теплой воде, – на секундочку, уже первокласснику.

Такой человек вырастает беспомощным, неприспособленным к жизни, поэтому, если и вырывается из-под родительского крылышка, то быстро возвращается. А кушать, а обслуга? Так, а что же со своей жизнью? «Как мама решит», – передала мне читательница слова 32-летней сестры, которую мать заточила наедине с собой, оградила от учебы, контактов, «не отпустила» работать...

Можно предположить, что такой «обожаящий» родитель бессознательно, очень потаенно ненавидит ребенка. Ведь он... отнимает у него жизнь! И даже хуже – он отрывает у

него крылышки, как у мухи, и наблюдает за беспомощной возней насекомого. Впрочем, сам гиперопекающий родитель навряд ли осознает подоплеку своего поведения, рационализируя его как нежнейшую, пылкую, «святую» любовь, собирая при этом массу восторгов в свой адрес, что подпитывает его чувство значительности, родительской состоятельности.

Справедливости ради скажу, что отцов, развращающих чадо вседозволенностью, VIP-сервисом и неумеренным восхищением, тоже предостаточно.

Доминирующая гиперопека

– Мам, можно я пойду погуляю во дворе с ребятами?

– А ты уже почистил картошку, убрался во всех комнатах, сделал уроки, прочел «Войну и мир», сходил за продуктами, вынес мусор, постирал свои вещи, поиграл с младшей сестрой, написал дедушке письмо, помыл окна и вытер пыль, закатал банки с компотом, починил кран в ванной и сшил костюм зайчика братику на Новый год? Нет?! А еще говоришь, что я придираюсь!

Невеселый анекдот

Такие родители тоже душат ребенка контролем, но в отличие от «попустителей» предъявляют завышенные и даже непомерные требования. Деятельность – только та, которую они считают нужным. Шаг вправо-шаг влево карается психологическим «расстрелом».

– После школы бегом домой! (Мыть полы! Играть на скрипке!)

– Выверни карманы! (А ну дыхни!)

– Изостудия? Размечталась! Пойдешь на художественную гимнастику – и точка!

Ребенка могут растить как «дитя индиго», «второго Моцарта», так и просто как «вещь, полезную в хозяйстве», «до-

бытчика» – а часто одно не противоречит другому, ведь «Моцарта» не из любви к искусству воспитывают! Таким детям дается (а скорее насильно втюхивается) «самое лучшее» – с тем, чтобы в дальнейшем они стали источниками благ для родителей, а порой и других членов семьи.

«Иногда я давала три-четыре концерта в день, переезжая из одной школы в другую. Настоящий чес! Итого набегало в иной день от пятисот до двух тысяч рублей, что в середине восьмидесятых были огромные деньги (средняя месячная зарплата составляла 150 рублей). Естественно, я этих денег не видела», – пишет в книге «Прощай, грусть!» пианистка Полина Осетинская, пострадавшая от чрезмерно амбициозного отца.

К сожалению, многие считают такое воспитание правильным. Разве не должен ребенок «вернуть долг» и «прославить фамилию»? Разве не обязан «помогать» родителям и посвящать им жизнь, если они потребуют?

И вот «звездных мальчиков» с пеленок таскают по репетиторам и курсам раннего развития, растя «успешных чело-веков». Малыш не просто ничего не решает, но не смеет даже пикнуть. Его мнение и желания родителям неинтересны, они лучше всех знают, что и как ему делать, каким ему быть, что чувствовать и как себя выражать. Поэтому сейчас он должен ходить на каратэ, а не в лыжную секцию. И учиться не в гуманитарной гимназии, а в колледже, чтобы потом стать юри-стом, а не филологом.

«На детской площадке я познакомилась с Альбиной, которая одна воспитывает пятилетнего Арсения. С ранних лет к этому несчастному ребенку ходят толпы репетиторов, его возят в пять секций и десять кружков. Ребенок очень нервный, заносчивый, к другим детям недоброжелателен. Альбина со смехом рассказывала, как он с кулаками нападает на репетиторов, выгоняя их из квартиры. А недавно Сеня истерил и визжал: «Мама, я тебя ненавижу».

Одно время Альбина пыталась задавать тон среди мамочек. Она твердила нам, что мы безответственные клуши, и раз наши дети в два года не умеют читать и играть на скрипке, то мы их упустили, и они вырастут быдлом и нищebroдами, а вот ее Сеня поступит в Сорбонну и вознесется к вершинам жизни. Желаниями и личностью Сени, понятно, никто не интересуется. Альбина видит его таким – и точка».

Так с детства забивается собственный голос ребенка – еще только зарождающийся. А если он смеет заикаться о своих желаниях, его или едко высмеивают («Где ты видела балерин с такими ляжками?»), или «по-доброму» внушают, что к выбранному делу у него мало способностей. Спросите таких родителей, зачем они это делают? И они вам ответят, что исключительно ради блага ребенка: чтобы не «зазнался», не «разболтался», не стал наркоманом, вырос успешным. Но это *рационализация*. На самом деле родители хотят, чтобы ребенок был полностью управляемым – и сейчас, и впоследствии. В виде ли «успешного человека», покупающего роди-

телям «майбахи» и обслуживающего все их потребности, в виде ли персонального джинна, всегда готового к услугам.

«То, что делает таким вредоносным контролирующего родителя, – это переодевание доминирования в заботу. Такие фразы, как «я говорю это для твоей же пользы», «это я делаю исключительно ради тебя», означают только одно: «Я делаю это, потому что страх потерять тебя настолько велик, что я готов/а сделать тебя несчастным», – пишет Сьюзен Форвард.

В итоге ребенок растет, боясь сделать не то и не так, как ожидают родители, и «схлопотать» за это, быть застыженным ими. Он быстро перестает проявлять инициативу – все равно ее пресекут. Ведь он еще «сопля зеленая», «слишком мелко плавает», «матери с отцом виднее, они жизнь прожили», «вот когда будешь сам себя содержать, тогда и делай что хочешь». В такой атмосфере ребенок вырабатывает логичную стратегию выживания: молчать и выполнять чужую волю, скрывать свои желания, а лучше вообще не распалять себя мечтами о несбыточном. И все настолько «отлично» удастся, что скоро не остается и тени себя самого!

Вот, скажем, Урри из «Приключений Электроника», исполнитель преступных идей Стампа. «Эффективный», «не рассуждающий», а сразу же исполняющий, что приказано, – как он вырос таким? В своей песенке Урри проливает на это свет:

*Я с детства был послушным
Ребенком золотушным.
Я не любил проказы,
Но обожал приказы.*

*С тех пор для меня слово шефа – закон.
Вперед – никаких рассуждений.
Я только в одном глубоко убежден:
Не надо иметь убеждений.*

*В бою о личной шкуре
Не будет думать Урри.
Хозяину в угоду
Пойду в огонь и в воду⁹.*

Кто такой Урри? Это ребенок в обличье здорового дяди, с детства запуганный карами за непослушание. Немудрено, что и во взрослой жизни он попадает под крылышко Стампа, которым как бы заменяет своего отца (и/или мать). Остаться без человека, руководящего его жизнью, для Урри было бы катастрофой. Ведь несмотря на удаль и «эффективность», собственная воля Урри давно парализована.

«Дети, не получающие стимулы к активности, исследованию, преодолению, к тому, чтобы идти на риск поражения, чувствуют себя бессильными и неуместными. Это затрудняет их взросление. На подростковом этапе и во взрос-

⁹ Стихи Юрия Энтина.

лой жизни многие из них так и не преодолевают потребность быть направляемыми и контролируемыми родителями. Как результат, родители часто полностью подчиняют себе всю жизнь повзрослевшего ребенка», – пишет Сьюзен Форвард.

...Существовать лишь как придаток к «властной руке» – только так для Урри и возможно. Если бы ему потребовалось самому что-то решить, что-то принять, а от чего-то отказаться – он бы ощутил ужас, как если бы в три года отбился от родителей в московском метро. И все же обломочек его убитой личности нет-нет да и напомнит о себе...

*Бывает, я бунтую
И шефа критикую.
Я спорить с ним пытаюсь,
Но... тут же просыпаюсь.*

...Наверно, на уроках литературы вас возмущал бесхребетный Тихон, сын Кабанихи из «Грозы» Островского? Это безвольный мужчина, марионетка в руках матери, который трепещет перед ней, но тяготится ее контролем и ищет тайные отдушины.

«Кабанова. Если ты хочешь мать послушать, так ты сделай так, как я тебе приказывала.

Кабанов. Да как же я могу, маменька, вас послушаться!

Кабанова. Не очень-то нынче старших уважают.

Кабанов. Я, кажется, маменька, из вашей воли ни на шаг.

Кабанова. Поверила бы я тебе, мой друг, кабы своими гла-

зами не видала да своими ушами не слыхала, каково теперь стало почтение родителям от детей-то!

Кабанов. Я, маменька...

Кабанова. Если родительница что когда и обидное, по вашей гордости, скажет, так, я думаю, можно бы перенести!

Кабанов. Да когда же я, маменька, не переносил от вас?

Кабанова. Мать стара, глупа; ну, а вы, молодые люди, умные, не должны с нас, дураков, и взыскивать.

Кабанов (вздыхая в сторону). Ах ты, господи! (Матери.) Да смеем ли мы, маменька, подумать!

Кабанова. Ведь от любви родители и строги-то к вам бывают, от любви вас и бранят-то, все думают добру научить. Ну, а это нынче не нравится. И пойдут детки-то по людям славить, что мать ворчунья, что мать проходу не дает, со свету сживает. А, сохрани господи, каким-нибудь словом снохе не угодить, ну и пошел разговор, что свекровь заела совсем.

Кабанов. Нешто, маменька, кто говорит про вас?

Кабанова. Не слыхала, мой друг, не слыхала, лгать не хочу. Уж кабы я слышала, я бы с тобой, мой милый, тогда не так заговорила!»

В холоде и строгости воспитывался и поэт Артюр Рембо, автор ненавистнических стихов, которые немало ценителей считают гениальными.

«Мать была главной персоной в доме. Она никогда не улыбалась, в ней не было и намека на сентиментальность, откоро-

венность была ей совершенно чужда – она искренне презирала все сердечные излияния. Она не допускала, чтобы ей противоречили даже по пустякам. За малейшее нарушение порядка детям грозили домашнее заточение и «строгая диета» из хлеба и воды. Все биографы сходятся в том, что именно мать пробудила в сыне дух мятежа. Впрочем, биографы единодушны и в том, что в конечном счете она одержала верх над сыном, вынудив его стать таким, как она сама», – пишет Елена Мурашкинцева.

До поры до времени Артюр «оправдывал надежды» матери. Учитель описывает 15-летнего Рембо как «немного чопорного, послушного и кроткого школьника с чистыми ногтями, безукоризненными тетрадками, на удивление безупречными домашними заданиями, идеальными классными работами». И это притом, что «до кризиса оставалось всего несколько месяцев»! Можно только догадываться, сколько подавленного гнева носил в себе подросток.

Первый побег Рембо из дома очень шокировал его мать, привыкшую к беспрекословному послушанию. За ним последовали вторая и третья «самоволки». И вот тут нередко мы наблюдаем такой феномен: родитель довольно легко отрекается от ребенка, когда тот «не оправдывает надежд», «позорит». Так и мадам Рембо лишает сына материальной поддержки и предоставляет жить, как заблагорассудится, хоть с голоду помереть.

Сын-«отщепенец» становится ей не нужен, пока он скандализирует Париж, Лондон и Брюссель, но она вцепляется в него мертвой хваткой, когда он завязывает с поэзией и уезжает в Африку заниматься бизнесом. Артюр шлет матери крупные суммы, которые просит положить в банк. Но мадам Рембо вкладывает их в землю. Даже по этому поступку можно судить, что желания сына она не ставит ни во что.

...В целом о гиперопекающих родителях обоего типа можно сказать, что они заинтересованы в том, чтобы ребенок оставался в их власти, и препятствуют его формированию как самостоятельной личности и его дальнейшему отделению (так называемой сепарации).

«Страх стать ненужными часто мотивирует таких родителей на попытки делать так, чтобы ребенок постоянно чувствовал себя беспомощным. Когда он становится независимым, такой родитель чувствует себя преданным и покинутым», – поясняет Сьюзен Форвард.

Есть родители, которые прикрывают свою жажду контроля трепетной заботой и вниманием, но есть и те, кто, не умея совладать со своей тревожностью, спасаются от нее контролем.

«У нашей бабушки “культ созвонов”. Ей все должны отзвониться, когда ушли или пришли. С мамой идет созвон три и более раз в день. Если мама, папа, брат едут на дачу, они должны звонить по дороге раз в 30 минут. Объясняет это ба-

бушка так: “Я очень волнуюсь за всех вас. А когда вы мне звоните и говорите, где вы, мне гораздо спокойней”. Мама периодически говорит мне: “Как хорошо, что изобрели мобильные. А то мы раньше с дачи на телефонную станцию ездили звонить бабуле”».

Представляете, как такой «заботливый» человек может задергать? Но как я уже сказала, родитель может лишь подавать это как тревогу за вас или же и правда так считать – в то время, как это именно контроль.

«Я стала жить отдельно в 17 лет, и мать заставляла меня звонить ей ежедневно в девять вечера. Ах какие непередаваемые ощущения я ловила, когда шла зимой к телефону-автомату по неосвещенному частному сектору рядом с колонией! Она говорила, что волнуется за меня, а по-моему, такие требования говорили о скрытой ненависти ко мне. Ведь она отказывалась, чтобы я звонила ей днем, когда это было для меня безопасно».

...Сьюзен Форвард предупреждает, что контроль – не всегда «ругательное» слово.

«Если мать присматривает за учащимся ходить ребенком и не позволяет ему выходить на улицу одному, мы называем ее осмотрительной. Она контролирует, мотивированная потребностью ребенка в защите и присмотре. Адекватный контроль превращается в излишний десять лет спустя, когда мать так же контролирует ребенка, который вполне способен перейти улицу самостоятельно».

Поэтому важно находить грань между заботой, соразмерным участием в жизни детей и оккупацией их личности, «срастанием» с ними в созависимых отношениях.

Гипоопека

Существует на свете целая масса детей, забытых, приниженных, брошенных с самых пеленок.

Михаил Салтыков-Щедрин

Когда до моих родителей наконец дошло, что меня похитили, они не медлили ни минуты и сразу же сдали мою комнату.

Невеселая шутка, приписываемая Вуди Аллену

...О таком ребенке говорят – «растет как трава». Родители живут своей жизнью, он – своей. Повзрослев, ребята рассказывают, что в 12–15 лет могли пропадать ночами или приходить домой «на бровях» – никого это не волновало.

Если вы думаете, что речь идет о родителях, поглощенных увлекательным досугом вроде алкоголизма, то ошибаетесь! В фильме Вадима Абдрашитова «Плюмбум, или Опасная игра» показана «идеальная» пара. Их 15-летний сын Руслан то и дело отлучается по непонятным «делам», не ночует дома, а у родителей к нему – никаких вопросов! Они выделывают па на катке, поют под гитару, умильно улыбаясь друг другу. А когда юноша пытается рассказать им о своей жизни – над ним посмеиваются как над фантазером. С виду – беззлобно...

С детства отвергнут холодной самовлюбленной матерью

и Мартин фон Эссенбек – главный герой культовой картины Лукино Висконти «Гибель богов». Сами по себе растут дети и героини Горького – купчихи Вассы Железновой. Ей нет дела до того, что за границей умирает старший сын, что средняя дочь Наталья крепко выпивает и водит дружбу с подозрительными типами, а младшая, «блаженная» Людочка, в попытке обратить на себя внимание матери уходит в мир болезни и фантазий. Для Вассы имеет значение лишь пятилетний внук – и то не мальчик сам по себе, а «продолжатель дела Железновых», то есть ребенок-«функция». Сына и дочерей она сбросила со счетов как «неудачных», поэтому ей безразлична их судьба. Очень похоже на мадам Рембо.

Кстати, и в романе «Жизнь» Мопассан описывает разное отношение родителей к двум сестрам. На одну, «удачную», делают ставку, другую же еще в детстве признают «неудачной» и предоставляют ей жить как знает. Вот незавидная судьба Лизон, мастерски описанная в нескольких абзацах:

«После смерти отца баронесса хотела оставить сестру у себя, но старая дева, преследуемая мыслью, что она всех стесняет, что она никому не нужна и может только надоедать, удалилась в один из монастырских приютов, сдающих помещения людям, жизнь которых печальна и одинока. Время от времени она проводила месяц или два в семье.

То была маленькая женщина, которая почти не разговаривала, всегда стушевывалась, появлялась, только когда са-

дились за стол, а затем тотчас же уходила в свою комнату, где и оставалась все время взаперти.

Она казалась добродушной старушкой, хотя ей было всего только сорок два года; глаза у нее были добрые и печальные; в семье с ней совершенно не считались. Ребенком ее почти не ласкали, так как она не отличалась ни резвостью, ни хорошеньким личиком и смиренно, кротко сидела в углу. С тех пор она была навсегда обречена. Никто не заинтересовался ею, когда она стала девушкой».

Посмотрите, как верно наблюдение Мопассана! Девочка, «умерщвленная» нелюбовью, вырастает, как бы обнуляя себя, стремясь быть максимально удобной для людей «высшего ранга». Любой абьюзер может веревки вить из подобных людей – без всякого опасения быть брошенным. Настолько сверхценен для них любой человек, который их хотя бы не гонит! Об этом я подробнее расскажу в третьей части.

«Она была чем-то вроде тени или хорошо знакомого предмета, живой мебелью, которую привыкли видеть ежедневно, но о которой никто никогда не беспокоился. Сестра, по привычке, усвоенной еще в родительском доме, смотрела на нее как на неудачное и совершенно незначительное существо. С ней обращались фамильярно и бесцеремонно, скрывая под этим презрительное добродушие.

(...)

Однажды вечером Лиза, которой было тогда двадцать

лет, неизвестно почему бросилась в воду. Ничто в ее жизни и в поведении не давало повода предвидеть эту безумную выходку. Ее вытащили в полумертвом состоянии, а родные, негодуя воздымавшие руки, вместо того чтобы доискаться таинственной причины этого обстоятельства, удовольствовались разговорами о «безрассудном поступке» так же точно, как говорили о несчастном случае с лошадью Кокко, незадолго перед тем сломавшей себе ногу в колее, вследствие чего пришлось ее прикончить».

...А иногда бывает и так: родители боготворят чужого ребенка, испытывая гадливость к «неудачному» собственному. О судьбе такого мальчика нам рассказывает Ганс Христиан Андерсен в рассказе «Анне Лисбет»:

«Анне Лисбет была красавица, просто кровь с молоком, молодая, веселая. Зубы сверкали ослепительною белизной, глаза так и горели; легка была она в танцах, еще легче в жизни! Что же вышло из этого? Дрянной мальчишка! Да, некрасив-то он был, некрасив! Его и отдали на воспитание жене землекопа, а сама Анне Лисбет попала в графский замок, поселилась в роскошной комнате; одели ее в шелк да в бархат. Ветерок не смел на нее пахнуть, никто – грубого слова сказать: это могло расстроить ее, она могла заболеть, а она ведь кормила грудью графчика! Графчик был такой нежный, что твой принц, и хорош собою, как ангелочек. Как Анне Лисбет любила его!

Ее же собственный сын ютился в избушке землекопа, где не каша варилась, а больше языки трещали, чаще же всего мальчишка орал в пустой избушке один-одинешенек. Никто не слышал его криков, так некому было и пожалеть! Кричал он, пока не засыпал.

Годы шли, мальчишка Анне Лисбет рос как сорная трава. Он так и остался в семье землекопа, Анне Лисбет заплатила за это и развязалась с ним окончательно. Сама она стала горожанкой, жилось ей отлично, но к землекопу с женой не заглядывала никогда – далеко было, да и нечего ей было у них делать!

Сынишка Анне Лисбет сидел в солнечные дни у канавы, стругая кол, и мечтал: весною он приметил три цветка земляники, – “наверно, из них выйдут ягоды!” Мысль эта была его лучшею радостью, но ягоды не поспели. Если случалось ему забраться на барский двор, его угощали толчками и пинками; он такой дрянной, некрасивый, говорили девушки и парни, и он уже привык не знать ни любви, ни ласки!

Наконец его совсем сжили с земли – отправили в море на утлом судне. Он сидел на руле, а шкипер пил. Грязен, прожорлив был мальчишка; можно было подумать, что он отроду досыта не наедался! Да так оно и было. Некрасив он был: волоса жесткие, унылый, забитый вид... Да, вот каково приходилось мальчишке землекопа, по церковным книгам – сыну Анне Лисбет»¹⁰.

¹⁰ Пер. А. Ганзен.

А вот что рассказывают мои читатели:

«Я как-то уплыла на озере за лодкой, показалось, там мама. Мамы не было, были какие-то знакомые, которые забрали меня на пикник на остров и вернули через несколько часов. Папа потом сказал, что пришел на пляж, увидел мои вещи, спросил знакомых пацанов, не видели ли они меня, те сказали, что я уплыла часа два назад, папа развернулся и пошел дочитывать книгу».

«Мать совершенно не интересовалась моей жизнью, а отец, как я понимаю, хотел только одного – сбежать, но не знал куда и как, и поэтому сбегал в алкоголь. Я могла сутками где-то пропадать, но никого не волновало, где я, с кем и что со мной. Мы жили как соседи, стараясь поменьше попадаться друг другу на глаза.

Был период особенно тяжелый, когда я, неосознанно следуя примеру отца и желая сбежать или отключить мозг, увлеклась наркотиками. Мы проводили время с подругой, и она описывала наши приключения в дневнике. Ее мать прочитала и позвонила моей предупредить. Так вот, мать мне ни сказала ни слова! Сделала вид, что звонка не было. Ей было абсолютно на меня наплевать».

Дети гипоопекающих родителей рано постигают «науку выживания». Шок-книга на эту тему – «Замок из стекла», автобиография американской журналистки Джаннет Уоллс.

В три года автор оказалась в ожоговом центре – на ней загорелось платье, когда она готовила себе поесть.

«Через несколько дней после возвращения домой я снова варила сосиски. Я была голодна, а мама в соседней комнате рисовала свою картину. Она увидела, что я готовлю, и сказала: “Молодец! Снова в седло и вскачь! Нельзя жить и бояться огня!”

Мама не расстраивалась, когда мы приходили домой с порезом или перепачканные грязью. Однажды я сильно поцарапала бедро о гвоздь, когда перелезала через забор. Мама моей подружки Карлы, увидев рану, сказала, что мне нужно срочно ехать в больницу, накладывать швы и делать прививку от столбняка. “Это всего лишь мелкая царапина, – констатировала мама. – Современные люди бегут в больницу, когда коленку обдерут. Мы превращаемся в нацию неженков и белоручек”. И она снова отправила меня гулять.

Мама всегда говорила, что люди слишком сильно переживают по поводу своих детей. Некоторая доля страданий в детском возрасте полезна, утверждала она. Страдание активизирует иммунную систему тела и души, и именно поэтому мама игнорировала нас, когда мы плакали»¹¹.

Жизнь Джаннет, ее сестер и брата – череда ЧП: то извращенец вломится в дом и приляжет в детскую кровать, то юный сосед-хулиган чуть не пристрелит, то дети выпадут из родительской машины на полном ходу, а те и не заметят...

¹¹ Пер. А. Андреева.

но инфантильная мать витает в облаках, а отец пьет и рассказывает детям сказки о прекрасном будущем. Меж тем семья неуклонно беднеет, кочует из штата в штат, голодает, у детей нет одежды, постелей...

От такой гипоопеки – пожалуй, всего шаг до шок-случая, описанного американским детским психиатром Брюсом Перри в книге «Мальчик, которого растили, как собаку»:

«Матерью Джастина была 15-летняя девочка, которая оставила его со своей матерью, когда ребенку исполнилось два месяца. Когда Джастину было одиннадцать месяцев, бабушка умерла. Во время ее болезни за Джестином ухаживал ее приятель Артур, который жил с ними. Но он не знал, что делать с кричащим беспокойным малышом. Он зарабатывал на жизнь разведением собак и стал применять свои навыки к заботе о ребенке. Он стал держать Джастина в собачьей клетке, и он жил в ней пять лет. Артур растил Джастина, как других своих животных: давал еду, кров, уход, “дрессировал” и иногда жалел»¹²

¹² В соавторстве с Майей Салавиц, пер. Е. Будаговой.

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.