

Гордон Ньюфелд, Габор Матэ

# Не упускайте своих детей

Почему родители должны  
быть важнее, чем ровесники



Гордон Ньюфелд

**Не упускайте своих детей**

«Издательство Ресурс»

2004

УДК 159.922.7  
ББК 88.8

**Ньюфелд Г.**

Не упускайте своих детей / Г. Ньюфелд — «Издательство  
Ресурс», 2004

ISBN 978-5-9909578-4-8

Психотерапевт Гордон Ньюфелд и врач Габор Матэ пишут о таком плохо изученном феномене детско-родительских отношений, как замещение привязанности к родителям привязанностью к ровесникам. Авторы считают эту тенденцию одной из самых разрушительных и неправильно понимаемых в современном обществе. Они показывают, как и почему дети постепенно теряют с нами контакт и как потеря этого контакта негативно влияет на их психоэмоциональное развитие. Книга будет полезна родителям детей любого возраста – от малышей до подростков, психологам, а также всем, кто по роду деятельности призван заботиться о детях.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

ISBN 978-5-9909578-4-8

© Ньюфелд Г., 2004  
© Издательство Ресурс, 2004

## Содержание

К читателю	6
Благодарности	8
Предисловие к европейским изданиям	9
Часть первая	11
1	11
Не хватает контекста	13
Влияние культуры ровесников	14
Нормальна, но не естественна и не полезна	15
Тревожный звонок	17
Хорошая новость	19
Примечания	19
2	21
Почему нам необходимо сознательно относиться к привязанности	22
Привязанность и ориентация	23
Шесть способов чувствовать привязанность	25
Когда основные привязанности конкурируют	28
Когда привязанность играет против нас	29
Конец ознакомительного фрагмента.	32

# Габор Матэ, Гордон Ньюфелд

## Не упускайте своих детей

© ООО «Издательство Ресурс», 2012, 2015, 2017, 2018, перевод, оформление

Copyright © 2004 Gordon Neufeld and Gabor Mate Published by arrangement with Knopf Canada, an imprint of the Knopf Random Canada Publishing Group, which is a division of Random House of Canada Limited

\* \* \*

*Эту книгу мы посвящаем своим детям, а также настоящим и будущим детям наших детей.*

*Они вдохновили нас на эти открытия, и ради них мы эти открытия излагаем.*

*Тамаре, Наташе, Брие, Шею и Брейдену,  
а также  
Дэниэлу, Аарону и Ханне  
и  
Киаре, Джулиану и Шинейд.*

*Действие имеет значение только во взаимосвязи, и без понимания этой связи действие на любом уровне приведет лишь к конфликту. Понять взаимосвязь бесконечно важнее, чем составить план действий.  
**Джидду Кришнамурти***

## К читателю

Мы с Гордоном Ньюфелдом знакомы много лет. Наша первая встреча состоялась, когда мы с женой Рей обратились к нему за советом по поводу нашего старшего сына. Ему тогда было восемь лет, мы считали его проблемным ребенком. Гордон сразу же показал нам, что проблема была вовсе не в нем и не в нас самих, а в нашем подходе к отношениям с ним. Несколько лет спустя мы беспокоились относительно нашего второго сына. В подростковом возрасте он перестал слушаться нас и, казалось, даже начал избегать. И мы снова обратились к Гордону. Он сказал, что нам необходимо восстановить отношения с сыном и отвлечь его от сверстников. Тогда я впервые услышал о концепции ориентации на ровесников доктора Ньюфелда, о том, что сверстники заменили родителей в роли основного фактора воздействия на детей, и о многочисленных отрицательных последствиях этой замены, так широко распространенной в современном обществе. С тех пор у меня появилось много других причин быть благодарным ему за те знания и открытия, которые мы получили и сделали вместе с Рей.

Мы с Гордоном написали «Не упускайте своих детей» с радикальной целью: заново пробудить в читателях естественные родительские инстинкты. Если наша книга в этом преуспеет, она значительно изменит современное понимание того, как следует воспитывать и обучать детей. Мы не рассказываем о том, что нужно делать родителям. Мы говорим, кем они должны стать для своих детей. В этой книге мы предлагаем попробовать понять своего ребенка, разобраться в том, как происходит его развитие, а также выявить препятствия, которые сегодня встают на пути здорового развития наших детей. Из этого понимания и искренней заинтересованности родителей в воспитании детей рождается естественная и полная сочувствия мудрость – источник успешного воспитания.

Современная одержимость воспитанием как набором навыков, беспрекословным следованием рекомендациям специалистов на самом деле всего лишь результат потери интуитивного знания, потери отношений с детьми, которые для предыдущих поколений были чем-то само собой разумеющимся. А ведь воспитание – это и есть отношения. Мы можем стать родителями биологически, в результате брака или усыновления, но сохранить эти отношения может только взаимная связь с ребенком. Если связь между детьми и родителями прочна, она активирует природные инстинкты, которые гораздо точнее, чем любой специалист, подсказывают нам, как воспитывать и обучать молодое поколение, вверенное нашей опеке. Секрет в том, чтобы уважать и ценить отношения с детьми в любых ситуациях.

В современном мире по причинам, которые мы объясним позже, воспитание детей родителями поставлено под угрозу. Мы сталкиваемся со скрытыми конкурентами, которые отталкивают наших детей от нас, и одновременно мы сами отдаляемся от родительства.

Исчезла экономическая и социальная основа культуры, поддерживавшей родительство и охранявшей святость его миссии. Все предшествующие культуры предполагали, что привязанность детей к родителям прочна и долговременна, но нам такая роскошь уже не доступна. Нам, современным родителям, нужно осознать, чего не хватает, почему и каким образом воспитание и обучение наших детей и подростков перестало быть эффективным. Осознав это, мы подготовимся к выполнению стоящей перед нами задачи: как сформировать такие отношения с нашими детьми, в которых мы, воспитатели, снова будем играть ведущую роль, не прибегая к принуждению или угрозам для того, чтобы заставить детей сотрудничать с нами, слушаться и уважать нас. Именно во взаимоотношениях с нами дети обретут свой путь развития и станут независимыми, целеустремленными и зрелыми личностями, ценящими себя и уважающими чувства, права и человеческое достоинство других людей.

Книга разделена на пять частей. В первой части мы объясняем, что такое ориентация на ровесников и почему она получила такое широкое распространение в нашей культуре. Во вто-

рой и третьей частях описаны многие неприятные последствия ориентации на ровесников, в том числе ее влияние на наши возможности воспитывать и на развитие наших детей. В первых трех частях также определены основы здорового развития ребенка, в отличие от искаженной модели развития, поощряемой культурой сверстников. В четвертой части мы предлагаем программу выстраивания прочной связи с детьми: такие отношения послужат коконом, в котором они смогут взрослеть. Пятая и последняя часть объясняет, как защитить наших детей от соблазнов мира ровесников.

Источником основных идей и советов, представленных в этой книге, стали опыт доктора Ньюфелда в качестве психолога и его блестящие научные открытия. В этом смысле он – единственный автор книги. Тысячи родителей и учителей, посетившие семинары Гордона за прошедшие десятилетия, с нетерпением спрашивали его: «Когда же выйдет ваша книга?» То, что подготовку и публикацию «Не упускайте своих детей» больше не пришлось откладывать на неопределенное время, – моя заслуга. Планирование, написание и придание книге завершённой формы – наш совместный труд.

Я рад, что помог донести идеи Гордона Ньюфелда, меняющие наше представление о воспитании, до широкой публики. Это нужно было сделать уже давно, и мы благодарны судьбе за то, что возникшие между нами дружеские и деловые отношения помогли этой книге появиться. Мы надеемся и, более того, мы уверены, что читатель также найдет результат нашей совместной работы полезным.

Мы хотим поблагодарить наших издателей: Диану Мартин в Торонто и Сюзанну Портер в Нью-Йорке. Диана увидела потенциал этой книги уже в момент ее зарождения и оказывала нам дружескую поддержку на протяжении всей нашей работы. Сюзанна терпеливо и профессионально изучила наши пространственные и беспорядочные рукописи, и благодаря ее ценным советам нам удалось создать более легкую и последовательную версию книги, точнее донести ее смысл. В результате возникла книга, которая будет понятна читателям и которой довольны сами авторы.

*Д-р Габор Матэ*

## Благодарности

Неоценимую практическую помощь в создании и подготовке этой книги оказали семь человек: Гейл Карни, Кристин Диринг, Шелдон Кляйн, Джой Ньюфелд, Кейт Ташеро, Сьюзан Уокер и Элейн Вайн. Вместе они стали членами «Группы по вторникам». Каждую неделю, с первых дней работы над книгой и до окончательной редакции рукописи, мы встречались с ними. Они обсуждали, критиковали и анализировали сначала задумки, которые мы представляли им, а затем и главы «Не упускайте своих детей».

Все члены группы старались помочь изложить наши идеи в печатной форме так, чтобы результат соответствовал практическим потребностям родителей, но при этом не пострадали ни замысел книги, ни чувства читателей.

Мы, авторы, с нетерпением ожидали этих вдохновляющих и плодотворных встреч; мы с грустью вспоминали о них, когда завершение работы над книгой положило конец и нашим регулярным собраниям. Мы с благодарностью признаем неоценимый вклад «Группы по вторникам»: без их поддержки наша задача была бы гораздо труднее, а результат не был бы столь удачным.



## **Предисловие к европейским изданиям**

Эпидемия культурного хаоса, свирепствующая в Новом Свете, угрожает поразить и Европу, если европейцы не встанут на защиту самого дорогого: своих отношений с детьми. Тенденции, доминирующие в Северной Америке, под давлением глобальной экономики проникают в разные уголки планеты и проявляются там с пугающей силой, ослабляя чувство привязанности, призванное обеспечить прочную связь детей с заботящимися о них взрослыми. Таким образом они разрушают контекст воспитания, препятствуя развитию человеческой личности, и незаметно, но неумолимо разъедают фундамент передачи культуры.

При внимательном рассмотрении ситуации в Северной Америке становится очевидным, что дети учатся тому, как поступать, как выглядеть, каких ценностей придерживаться, какую культуру выбирать, каким нормам поведения следовать, не у родителей, учителей или других взрослых, а друг у друга. Этот феномен я называю «ориентация на ровесников».

Недавно, во время годичного творческого отпуска, который мы с семьей проводили в Провансе, я осознал, насколько сильно американские дети ориентированы на ровесников по сравнению с их сверстниками в Европе. Как правило, европейские дети по-прежнему учатся у взрослых. В противоположность им, у детей в Соединенных Штатах, Канаде, Англии и Австралии чувство привязанности настолько трансформировано, что ориентация на ровесников уже воспринимается как норма. Оказалось, что голос крови можно заглушить. Культура в этих странах теперь передается по горизонтали, а не по вертикали, в результате чего возникают различные поп-культуры, каждая из которых существует не больше десятилетия. Дети англоязычного мира, как правило, говорят, одеваются и выглядят одинаково, они подражают друг другу во всем, начиная с внешности и заканчивая поведением и самооценкой. Результатом этого становится незрелость, культурное отчуждение и снижение обучаемости подростков, ранняя сексуальность, наркотические зависимости, рост агрессии, преступности и насилия среди детей. Родители встревожены, они чувствуют себя беспомощными, потому что развитие детей, кажется, больше не зависит от влияния взрослых.

Дети больше не ориентируются на взрослых, а значит, контекст для их роста и развития разрушен. Для того чтобы успешно воспитывать детей, между ними и родителями должны установиться правильные отношения. Ориентация на ровесников значительно усложняет процесс воспитания по сравнению с тем, каким он был раньше и каким должен быть. Американские дети теряют своих родителей не потому, что тем не хватает знаний или желания участвовать в жизни детей, а из-за отсутствия в их отношениях привязанности. Если этот процесс не остановить, ориентация на ровесников станет нормой во всем мире.

Какой бы безвкусной, дешевой и агрессивной ни была американская поп-культура, вред великим культурам Европы и Японии она причиняет не сама по себе, а в результате утраты взрослыми своей роли в качестве главного объекта привязанности для детей. Как только культура лишается фундамента привязанности, ничто больше не может сохранить ее мудрость и ее традиции. Опасность реальна. После пребывания в Европе мне стало очевидно, что, хотя культура ее обладает высочайшей ценностью, в обществе нет понимания того, насколько велика роль отношений привязанности в ее сохранении. Без этого понимания контекст привязанности неизбежно подтачивается теми же экономическими силами, которые привели к хаосу города, районы, семьи и культуры Северной Америки и других частей мира. Как говорится, что имеем – не храним, потерявши – плачем. Когда родители перестают быть самыми главными людьми, с которыми ребенок хочет общаться и на кого он стремится быть похожим, общество лишается базовых механизмов передачи своих ценностей и культуры.

Итогом утраты привязанности к родителям и взрослым становится потеря контекста для здорового развития личности. Привязанность ребенка к родителям создает основу фор-

мирования его индивидуальности. Когда ровесники заменяют родителей, дети останавливаются в своем развитии. Результат ориентации на ровесников – появление поколений незрелых, неуравновешенных конформистов, не способных интегрироваться в общество. Обществу сегодня не хватает зрелых лидеров. Воспитать их поможет только сильная привязанность детей к взрослым. Мы должны осознать ее ценность, пока мы ее не потеряли, ведь только так мы сможем защитить нашу культуру, которая, в свою очередь, поможет сохранению привязанности.

В основе ориентации на ровесников в англоязычных странах лежат процветающий там материализм и страсть к технологиям, принесенная глобальной экономикой. Если европейцы хотят избежать этой напасти, они должны внимательно следить за тем, чтобы молодые люди продолжали ориентироваться на взрослых. Одной культуры уже недостаточно: сейчас нам необходимо понимание отношений привязанности. Старый Свет, где сильно уважение к многовековым культурам, в которых дети привязаны к своим родителям, стал сегодня нашей главной надеждой.

## Часть первая

### Ориентация на ровесников



#### 1

### Почему родители сегодня значат больше, чем когда-либо

Двенадцатилетний Джереми склонился над клавиатурой, уставившись в монитор компьютера. На часах восемь вечера, домашнее задание на завтра не сделано, но отцовские увещевания «не тянуть с этим» игнорируются. Джереми переписывается с друзьями в программе MSN Messenger: они сплетничают о том, кто кому нравится, решают, с кем дружить, а с кем враждовать, обсуждают, кто, что и кому сказал сегодня в школе, какие девчонки клевые, а какие – нет. «Оставь меня в покое!» – огрызается он на отца, когда тот в очередной раз подходит к нему, чтобы напомнить о домашней работе. «Если бы ты занялся делом, – парирует отец, и голос его дрожит от раздражения, – я бы оставил тебя в покое». Словесная перепалка нарастает, голоса становятся громче, и через несколько мгновений Джереми уже кричит: «Ты ничего не понимаешь!» – и хлопает дверью.

Отец расстроен и сердит на Джереми, но еще больше он сердится на себя: «Опять у меня ничего не вышло, – думает он. – Я не умею общаться с собственным сыном». Их с женой очень беспокоит поведение Джереми: раньше он был таким сговорчивым, а теперь его не только невозможно контролировать, он даже советов родительских слушать не хочет. Кажется, его внимание сосредоточено исключительно на общении с друзьями. Несколько раз в неделю в доме возникает конфликт по одному и тому же сценарию, но ни ребенок, ни родители не способны изменить свое поведение и найти выход из тупика. Родители чувствуют себя беспомощными. Они никогда не были сторонниками наказаний, но сейчас им все чаще и чаще приходится применять жесткие меры. После таких случаев их сын становится еще более озлобленным и ведет себя вызывающе.

Должно ли родительство быть таким трудным? Всегда ли оно было таким? Старшие поколения и раньше жаловались на то, что молодежь их не уважает, и утверждали, что дети прежде были гораздо более дисциплинированными. Но в последнее время многие родители интуитивно чувствуют: что-то идет не так. Современные дети действительно изменились. Они

далеко не всегда следуют примеру взрослых, меньше боятся неприятностей. Они кажутся менее невинными и наивными, они уже не смотрят на мир широко раскрытыми глазами, они больше не умеют изумляться, ни чудеса природы, ни творения человека больше не возбуждают в них жажду открытий. Многие дети кажутся не по возрасту искушенными, даже пресыщенными в некотором смысле, созревшими раньше времени. Им очень быстро становится скучно без общения с себе подобными и без высокотехнологичных устройств под рукой. Творческие игры в одиночестве уходят в прошлое. «Когда я была маленькой, я могла до бесконечности возиться с глиной, которую находила в канаве возле нашего дома, – вспоминает одна сорока-четырёхлетняя мама. – Мне очень нравились ощущения от прикосновения к ней, я обожала придавать ей различные формы или просто разминать ее в руках. А вот мой шестилетний сын совершенно не умеет играть самостоятельно, если только он не за компьютером, не играет в Nintendo или в видеоигры».

Воспитание детей, кажется, также изменилось. Наши родители были спокойнее, увереннее в себе, и, хорошо это или плохо, они больше влияли на нас. Сегодня у многих родителей больше не получается воспитывать детей интуитивно.

Современные родители любят своих детей сильнее, чем когда-либо, но эта любовь не всегда помогает справиться с трудностями. Мы точно так же, как и предыдущие поколения, можем многому научить своих детей, но, неизвестно почему, нам не хватает способностей для передачи знаний. Мы не чувствуем в себе сил вести своих детей к реализации их потенциала. Иногда они отдаляются от нас, будто увлекаемые песней сирен, которую сами мы не слышим. Мы боимся, порой неосознанно, что мир стал менее безопасным для них, что мы не в состоянии их защитить. Пропась, разделяющая поколения взрослых и детей, все чаще выглядит непреодолимой.

Мы боремся за то, чтобы соответствовать «правильному» образу родителя. Не достигая результатов, к которым стремимся, мы взываем к нашим детям, умасливаем их, подкупаем, награждаем или наказываем. Когда мы обращаемся к ним, наш тон кажется слишком резким даже нам самим, мы словно перестаем быть самими собой. Мы становимся равнодушными в моменты кризиса, в те самые моменты, когда нам хотелось бы проявить всю силу нашей безусловной любви. Мы чувствуем себя уязвленными и отвергнутыми как родители. Мы виним себя в том, что не справились со своей родительской задачей, виним наших детей за их непокорность, телевизор – за то, что он их отвлекает, школьную систему – за недостаточную строгость. Когда наше бессилие становится невыносимым, мы прибегаем к примитивным авторитарным приемам в стиле педагогики «для чайников», столь характерном для нашего времени.

Значимость родительского влияния на развитие и созревание молодого поколения сегодня поставлена под сомнение. «Имеют ли родители значение?» – так звучала тема номера одного из выпусков журнала Newsweek в 1998 году. «Роль родителей преувеличена, – утверждается в одной из книг, получившей мировую известность в этом году. – Вас заставили поверить в то, что вы гораздо больше влияете на личность своего ребенка, чем на самом деле»<sup>1</sup>.

Вопрос о влиянии родителей не был бы таким принципиальным, если бы дела у молодого поколения шли хорошо. Тот факт, что наши дети не прислушиваются к нам или не принимают наши ценности, еще можно было бы принять, будь они по-настоящему уверенными в себе, самостоятельными и независимыми, обладай они адекватной самооценкой, жизненными целями и пониманием своего пути. Но мы видим, что у многих детей и молодых людей эти качества отсутствуют. Дома, в школе, в общине – повсеместно взрослеющие молодые люди утрачивают естественные связи. Многие из них плохо контролируют себя, употребляют наркотики, проявляют склонность к социопатии или насилию либо ведут бесцельное существование. Они становятся менее обучаемыми и доставляют родителям больше хлопот по сравнению с их сверстниками несколько десятилетий назад. Многие из них утратили способность адаптироваться, извлекать уроки из неприятного опыта и взрослеть. Сегодня рекордному количеству

детей и подростков медики выписывают препараты для лечения депрессий, фобий и массы других отклонений. Зловещим свидетельством кризиса молодого поколения является умножение случаев издевательства в школах и – в крайних его проявлениях – убийства детей детьми. Подобные трагедии, случающиеся достаточно редко, являются лишь самыми яркими вспышками широко распространенной болезни, агрессивности, столь часто встречающейся в современной молодежной культуре.

Преданные и ответственные родители в замешательстве. Несмотря на нашу любовь и заботу, дети находятся в состоянии сильного стресса. Родители и другие взрослые больше не являются естественными воспитателями для молодежи, как это было всегда в человеческой культуре и как происходит до сих пор у других видов живых существ, пребывающих в рамках своих природных ареалов. Старшие поколения, родители, бабушки и дедушки послевоенного периода смотрят на нас с непониманием. «В наше время нам не нужны были руководства по воспитанию детей, мы просто воспитывали и все», – говорят они, искренне недоумевая.

Ирония ситуации еще и в том, что сегодня мы больше, чем когда-либо, знаем о развитии детей, и у нас больше возможностей для посещения различных курсов и чтения книг по воспитанию, чем было у всех предыдущих поколений родителей.

## Не хватает контекста

Так что же изменилось? Проблема заключается в одном слове – *контекст*. Неважно, насколько мы доброжелательны, опытни или участливы, нельзя просто начать воспитывать первого попавшегося ребенка. Для того чтобы успешно воспитать ребенка, необходим контекст. Чтобы получить возможность воспитывать, утешать и направлять ребенка, он должен быть ко всему этому восприимчив. Дети не дают нам полномочий воспитывать их автоматически, только потому что мы взрослые, или потому что мы любим их и считаем, что знаем, что для них хорошо, или потому что мы искренне печемся о них. С этим часто сталкиваются приемные родители, а также другие люди, заботящиеся о неродных детях: патронатные семьи, няни, гувернантки, воспитательницы в детском саду, учителя. Но даже и с родными детьми естественный родительский авторитет может быть утерян, если разрушается контекст воспитания.

Если родительского опыта и даже родительской любви недостаточно, что же тогда нужно? Существует абсолютно необходимый, особый тип отношений, без которого воспитание лишено твердого фундамента. Девелопменталисты – психологи и другие исследователи, занимающиеся вопросами развития человеческой личности, – называют их отношениями *привязанности*. Ребенок открыт для воспитательного воздействия со стороны взрослого, только если он очень сильно привязан к этому взрослому, стремится к контакту с ним, к близости. В начале жизни это стремление к привязанности совершенно осязаемо: ребенок буквально льнет к родителю, нуждается в том, чтобы его держали на руках. Если все идет по плану, привязанность влечет за собой появление эмоциональной близости и в конце концов приводит к формированию тесной психологической связи. Детей, у которых отсутствует такая связь с родителями/опекунами, очень сложно воспитывать, а зачастую – даже обучать. Только отношения привязанности могут создать подходящий контекст для воспитания.

Секрет родительского воспитания не в том, что *делает* родитель, а в том, кем он *является* для ребенка. Когда дети ищут близости с нами и стремятся к установлению контакта, мы становимся для них воспитателями, учителями, советчиками, утешителями, образцами для подражания. Если ребенок сильно привязан к нам, мы являемся для него убежищем, из которого он может совершать вылазки, чтобы исследовать этот мир, местом, где он найдет поддержку, источником вдохновения. Никакие методы воспитания не в силах компенсировать

недостаток привязанности в отношениях. Вся любовь мира не сможет нам помочь, если отсутствует эта психологическая пуповина, созданная привязанностью ребенка к нам.

Ребенок должен быть привязан к родителям по крайней мере до тех пор, пока он нуждается в родительской опеке. Но именно этого все сложнее достичь в современном мире. Родители не изменились: они не стали менее компетентными или менее преданными. Не изменились и фундаментальные основы детской природы: дети не стали менее зависимыми или менее восприимчивыми. Изменился культурный контекст, в котором мы воспитываем своих детей. Культура и общество больше не поддерживают привязанность детей к их родителям. Даже отношения «ребенок – родитель», в начале своего развития такие интенсивные и полностью обеспечивающие существование ребенка, могут разрушиться, как только наши дети выйдут в мир, который больше не ценит эту связь и не стремится к ее укреплению. У детей все чаще формируются привязанности, конкурирующие с привязанностью к родителям, в результате чего создать правильный контекст для воспитания становится все сложнее и сложнее. Неэффективными наши методы воспитания делает вовсе не недостаток любви или знаний, дело в разрушении контекста привязанности.

## Влияние культуры ровесников

Основная и наиболее разрушительная из конкурирующих привязанностей, подрывающая родительский авторитет и делающая бессильной родительскую любовь, – это все больше укрепляющаяся связь наших детей со своими ровесниками. Причины нарушений поведения целого поколения сегодняшних детей и подростков в том, что воспитывающие их взрослые перестали быть для детей ориентиром – вот основная идея этой книги. Я далек от того, чтобы ставить здесь очередной медико-психологический диагноз: в этом меньше всего нуждаются сейчас и без того сбившие с толку родители. Мы используем слово *нарушение* в самом базовом его значении: прерывание естественного хода вещей. Впервые в истории молодые люди обращаются за знаниями, примером и советом не к матерям, отцам, учителям и другим ответственным за них взрослым, а к людям, выступление которых в роли воспитателей противоречит самой природе: к своим ровесникам. Ими больше нельзя управлять, они не поддаются обучению, они не взрослеют, потому что они больше не следуют примеру взрослых. Воспитанием детей теперь занимаются незрелые личности, вряд ли способные помочь им повзрослеть. Дети сами воспитывают друг друга.

Наиболее подходящим термином для описания этого феномена является *ориентация на ровесников*. Именно ориентация на ровесников заставляет замолчать наши родительские инстинкты, подтачивает наш естественный авторитет и вынуждает начать воспитывать своих детей не сердцем, а головой – черпая знания о воспитании из книг и советов «экспертов», следуя противоречивым ожиданиям общества.

Что же такое ориентация на ровесников?

Ориентация, стремление определить свое положение на местности и изучить свое окружение, является врожденным инстинктом и потребностью человека. В противоположность ей, дезориентация – это одно из самых психологически тяжелых состояний. Привязанность и ориентация неразрывно связаны друг с другом. Человек, как и другие живые существа, способен к произвольному ориентированию путем следования примеру тех, к кому он привязан.

Дети, подобно детенышам любых теплокровных, обладают врожденным инстинктом ориентации: они нуждаются в том, чтобы кто-то задавал направление их движению. Так же как магнитная стрелка компаса автоматически разворачивается в сторону Северного полюса, дети имеют врожденную потребность определить свое положение, поворачиваясь в сторону источника авторитета, контакта и тепла. Дети не могут жить без такого человека: их это дезориен-

тирует. Они не могут справиться с тем, что я называю *ориентационной пустотой*<sup>1</sup>. Родитель или другой взрослый, исполняющий обязанности родителя, является задуманным природой полюсом ориентации для ребенка подобно тому, как у всех других живых существ, воспитывающих свое потомство, взрослые особи направляют развитие молодых.

Ориентационный инстинкт человека сродни инстинкту импринтинга у утенка. Вылупившись из яйца, утенок мгновенно запечатлевает образ матери-утки: он будет следовать за ней везде, учиться на ее примере и слушаться ее указаний до тех пор, пока не созреет и не станет самостоятельным. Именно так все задумано природой. Однако в отсутствие матери-утки утенок будет следовать за ближайшим к нему движущимся объектом – человеком, собакой или даже механической игрушкой. Само собой разумеется, ни человек, ни собака, ни игрушка не смогут так же хорошо помочь утенку успешно достичь зрелости, как это могла бы сделать мама-утка. Точно так же, если рядом нет заботящегося взрослого, человеческое дитя будет ориентироваться на кого угодно из ближайшего окружения. За последние пятьдесят-шестьдесят лет социальные, экономические и культурные тенденции были направлены на то, чтобы вытеснить родителей с их изначальных позиций, ослабить их ориентирующее влияние на собственных детей. Их место заняла группа ровесников, и это привело к печальным последствиям.

Как будет показано ниже, дети не могут ориентироваться одновременно на взрослых и на других детей. Невозможно в одно и то же время следовать противоположным указаниям. Мозг ребенка вынужден автоматически выбирать между родительскими ценностями и ценностями ровесников, родительским руководством и руководством ровесников, родительской культурой и культурой ровесников во всех случаях, когда два этих мира конфликтуют между собой.

Утверждаем ли мы, что у детей не должно быть друзей их возраста или они не должны общаться с другими детьми? Вовсе нет. Напротив, такие связи естественны и могут идти на пользу. В культурах, ориентированных на взрослых, где ведущими принципами и ценностями являются те, носителями которых выступают более зрелые поколения, дети общаются друг с другом, не теряя своей ориентации и не отрицая ведущей роли своих родителей. В нашем обществе все стало иначе. Связи с ровесниками заменили отношения со взрослыми в качестве основных источников ориентации для ребенка. Противоестественным является не общение между ровесниками, а то, что дети стали оказывать решающее влияние на развитие друг друга.

## **Нормальна, но не естественна и не полезна**

В наши дни ориентация на ровесников настолько широко распространилась, что стала нормой. Многие психологи и воспитатели да и обычные люди начали рассматривать ее как естественное состояние и часто даже не считают ее особым феноменом, достойным изучения. Ее принимают как должное. Но «нормальное» в смысле соответствия общепринятым нормам – не то же, что «естественное» или «полезное». В ориентации на ровесников нет ничего полезного или естественного. Такая «контрреволюция», изменившая естественный ход вещей, возторжествовала лишь недавно в наиболее развитых промышленных странах. Причины этого мы рассмотрим ниже (в главе 3). Феномен ориентации на ровесников пока еще не стал частью традиционных культур, он не проник и во многие области западного мира, отдаленные от глобализированных городских центров. На протяжении всей эволюции человечества и почти до самой Второй мировой войны ориентация на взрослых была нормой для развития человека. Мы, взрослые, заботящиеся о молодом поколении, родители и учителя, только недавно потеряли наше влияние, даже не осознав этого факта.

Ориентация на ровесников кажется нам естественной или остается незамеченной, потому что мы утратили нашу интуицию и потому что мы невольно сами начали ориентиро-

---

<sup>1</sup> Если не указано иное, местоимение «я» относится к Гордону Ньюфелду.

ваться на ровесников. Представители послевоенных поколений Англии, Северной Америки да и многих других уголков индустриального мира сами настолько заиклены на ровесниках, что не могут здраво оценить всю серьезность этой проблемы.

До недавнего времени культура передавалась по вертикали, от поколения к поколению. На протяжении тысячелетий, писал Джозеф Кэмпбелл, «молодое поколение получало образование, а взрослое набиралось мудрости», изучая, переживая и постигая традиционные формы культуры. Взрослые играли ключевую роль в деле передачи культуры, беря то, что они получали от своих родителей, и передавая это дальше, своим детям. Но культура, с которой знакомятся *наши* дети, – это чаще всего культура их ровесников, а не родителей. Дети создают свою собственную культуру, весьма отличную от родительской и в некотором смысле даже чуждую ей. Теперь культура передается не по вертикали, а по горизонтали, представители молодого поколения передают ее друг другу.

Ключевыми элементами любой культуры являются ее обычаи, музыка, стиль одежды, праздники, истории. Музыка, которую слушают дети, очень мало напоминает ту, что слушали их деды. Внешность наших детей гораздо больше соответствует внешности их сверстников, чем культурному наследию их родителей. Вечеринки в честь их дней рождения и их ритуалы больше похожи на те, что устраивают другие дети из их окружения, чем на вечеринки их родителей. Все это кажется нам нормой лишь потому, что мы сами ориентированы на ровесников. Феномен существования молодежной культуры, отдельной и отличной от культуры взрослых, появился примерно пятьдесят лет назад. Хотя полвека – это относительно небольшой период для истории человечества, в жизни отдельного человека это целая эпоха. Большинство читателей этой книги выросли в обществе, где культура уже передавалась по горизонтали, а не по вертикали. С каждым новым поколением этот процесс, грозящий разрушить цивилизованное общество, приобретает все большую силу и идет все быстрее. Даже за двадцать лет, прошедшие между рождением моего первого и моего пятого ребенка, позиции родителей серьезно ослабели.

В обширном международном исследовании, проведенном британским детским психиатром сэром Майклом Руттером и криминологом Дэвидом Смитом, говорится о том, что феномен детской культуры, впервые появившийся после Второй мировой войны, стал одним из самых ярких и зловещих социальных явлений двадцатого века<sup>2</sup>. Это исследование, в котором приняли участие крупнейшие ученые из шестнадцати стран, связывает распространение асоциальных форм поведения с прекращением передачи культуры общества по вертикали. Последствиями появления детской культуры, отличной и отдельной от основной культуры общества, стал рост преступности, насилия, агрессии и правонарушений в среде молодежи.

Эти общие культурные закономерности прослеживаются и в рамках индивидуального развития наших детей. То, кем мы хотим быть и какими мы хотим быть, определяется нашей ориентацией, тем, кого мы выбираем в качестве образца для подражания, с кем мы себя идентифицируем. В современной психологической литературе подчеркивается роль ровесников в создании чувства идентичности ребенка<sup>3</sup>. Когда детей просят описать себя, они очень часто даже не вспоминают о своих родителях, рассматривая себя исключительно в рамках системы ценностей и ожиданий других детей и группы ровесников, к которой принадлежат. Произошел какой-то серьезный системный сдвиг. Слишком часто сегодня ровесники вместо родителей играют главную роль в формировании личности ребенка.

Всего несколько поколений назад ключевая роль принадлежала родителям. Карл Юнг предполагал, что сильнейшее влияние на ребенка оказывают даже не сами детско-родительские отношения. Наиболее болезненно сказывается на личности ребенка то, что в этих отношениях отсутствует. Знаменитый британский детский психиатр Д. В. Винникот так описывает подобную ситуацию: «Что-то очень важное должно происходить, но ничего не происходит». Пугающая мысль. И еще больше пугает тот факт, что, если ровесники теперь значат больше,



чем взрослые, то, чего не хватает в отношениях с ними, оставит наиболее серьезный отпечаток. В отношениях с ровесниками абсолютно отсутствует безусловная любовь и принятие, стремление заботиться о другом человеке, способность к самопожертвованию, желание сделать все ради роста и развития другого человека. При сравнении отношений между ровесниками и детско-родительских отношений, родители выглядят святыми. Результаты такой подмены для многих детей оборачиваются катастрофой.

Одновременно с распространением ориентации на ровесников в нашем обществе ужасающе быстрыми темпами растет число детских суицидов: за последние пятьдесят лет в Северной Америке количество таких случаев среди детей от десяти до четырнадцати лет выросло в четыре раза. В этой возрастной группе рост числа самоубийств был особенно стремительным, только в период с 1980 по 1992 год он составил 120 %. В бедных районах, где замещение родителей ровесниками наиболее распространено, этот показатель увеличился еще больше<sup>4</sup>. То, что стоит за этими суицидами, очень показательно. Как и многие исследователи развития человеческой личности, я всегда предполагал, что основным провоцирующим фактором в подобных случаях является родительское неприятие. Теперь это уже не так. Я некоторое время работал с несовершеннолетними правонарушителями. Частью моей работы было изучение психологической динамики у детей и подростков, совершавших попытки суицида, успешные или нет. К моему бесконечному удивлению, решающим фактором чаще всего становились отношения с ровесниками, а не с родителями. Не я один пришел к таким выводам, они подтверждаются все возрастающим количеством сообщений о случаях детских суицидов, спровоцированных неприятием и издевательствами со стороны ровесников. Чем больше значат ровесники, тем больше детей приходит в отчаяние из-за равнодушного отношения сверстников, из-за невозможности соответствовать группе, из-за неприятия со стороны ровесников или исключения из группы.

Ни одно общество, ни одна культура от этого не защищена. В Японии, например, традиционные ценности, передаваемые старшими, стали жертвой вестернизации и развития молодежной культуры. До недавнего времени в этой стране практически отсутствовала детская преступность и проблемы подобного рода в школе, но сейчас она испытывает на себе самые серьезные последствия ориентации на ровесников, включая рост числа правонарушений, детских суицидов и отчислений из школ. Журнал *Harper's* недавно опубликовал подборку предсмертных записок, оставленных японскими школьниками, совершившими самоубийство: большинство из них назвало основной причиной своего решения покончить с собой невозможность вынести издевательства со стороны ровесников<sup>5</sup>.

Последствия ориентации на ровесников становятся наиболее очевидными в подростковом возрасте, но ее ранние признаки видны уже ко второму или третьему классу. Предпосылки этой проблемы появляются еще до того, как ребенок начинает посещать детский сад. Это необходимо понимать всем, особенно родителям совсем маленьких детей, которые хотят избежать возникновения такой проблемы или остановить ее развитие в самом начале.

## Тревожный звонок

Первые признаки проблемы проявились еще сорок лет назад. В учебниках, по которым я преподавал психологию развития и детско-родительских отношений, содержались ссылки на работы одного американского исследователя, в начале 1960-х годов впервые заявившего о том, что в роли основного примера для подражания и ценностного ориентира родителей стали заменять ровесники. Проведя исследование с участием семи тысяч молодых людей, доктор Джеймс Коулман выяснил, что отношения с друзьями для них важнее отношений с родителями. Он выразил свое беспокойство, говоря о фундаментальном сдвиге, произошедшем в американском обществе<sup>6</sup>. Большинство ученых, однако, скептически отнеслись к выдвинутой теории,

заявив, что выводы исследования относятся лишь к Чикаго, а не ко всей Северной Америке. Они были настроены оптимистично, поскольку посчитали, что причиной такого положения дел стала дестабилизация общества, вызванная Второй мировой войной, и проблема исчезнет, как только общество придет в норму. Вывод о том, что ровесники начали оказывать решающее влияние на детей, появился на основе анализа нетипичных случаев на периферии общества, утверждали критики теории. Беспокойство Джеймса Коулмана посчитали паникерством.

Я не был исключением: я спрятал голову в песок и не вспоминал об этой теории, пока мои собственные дети внезапно не вынудили меня к ней вернуться. Я никогда даже не предполагал, что мои дети могут предпочесть меня своим ровесникам. К моему ужасу, я заметил, что, достигнув подросткового возраста, обе мои старших дочери погрузились в мир своих друзей, следуя их примеру, разговаривая, как они, усваивая их ценности. Становилось все труднее и труднее добиваться от них послушания. Все мои попытки навязать им свои желания и ожидания, только ухудшали ситуацию. Казалось, что родительский авторитет, который мы с женой воспринимали как должное, вдруг куда-то исчез. Делить наших детей с кем-то – это одно, но знать, что тебя кем-то заменили, – совсем другое. Мне казалось, что моим детям это не грозит: они были далеки от преступности и подростковых банд, они выросли в атмосфере относительной стабильности в любящей семье, жили в благополучном, ориентированном на семейные ценности районе, и их детство не было уничтожено крупными мировыми войнами. Я был просто уверен, что выводы Коулмана не имеют никакого отношения к жизни моей семьи. И тем не менее, когда я сложил все части пазла вместе, я понял, что происходившее в моей семье было скорее типичным примером, нежели исключением.

«Но разве мы не должны отпускать своих детей? – спросят многие родители. – Разве наши дети не должны стремиться к независимости от нас?» Безусловно, должны, но только когда наша миссия выполнена и только для того, чтобы они могли стать самими собой. Молодые люди взрослеют и обретают самостоятельность и чувство собственного достоинства не благодаря приспособлению к незрелым ожиданиям группы ровесников. Ослабляя естественные узы привязанности и ответственности, ориентация на ровесников мешает здоровому развитию личности.

Дети могут знать, чего они хотят, но опасно предполагать, что они знают, что им необходимо. Ребенку, ориентированному на сверстников, кажется естественным предпочитать общение с друзьями близости с семьей, ему хочется проводить с ними как можно больше времени, походить на них, насколько это возможно. Им в этом вопросе отнюдь не виднее. Если в воспитании вы ориентируетесь на предпочтения ребенка, вас могут отправить в запас задолго до завершения вашей миссии. Чтобы вырастить наших детей, мы должны вернуть их себе и взять на себя ответственность за удовлетворение их потребности в привязанности.

Крайние проявления ориентации на ровесников регулярно освещаются в СМИ: это жестокие издевательства, убийства детей ровесниками, детские суициды. Несмотря на то, что всех нас шокируют эти ужасные события, почти каждый из нас считает, что напрямую к нему они не имеют отношения. Но не эти вопросы находятся в центре внимания нашей книги. Подобные трагедии – это лишь самые страшные проявления ориентации на ровесников, феномена, распространившегося уже и за пределами каменных джунглей огромных мегаполисов вроде Чикаго, Нью-Йорка, Торонто, Лос-Анджелеса, погрязших в культурном хаосе. Теперь эта болезнь поразила и районы, где живут представители среднего класса и где расположены хорошие школы. Речь в этой книге идет не о том, что происходит где-то там, в стороне от нас. Мы говорим о происходящем именно в наших домах.

Для обоих авторов этой книги тревожный звонок прозвучал, когда наши собственные дети стали ориентироваться на ровесников. Мы надеемся, что книга «Не упускайте своих детей» станет таким звонком для всех родителей и для общества в целом.

## Хорошая новость

Возможно, мы не в состоянии остановить социальные, культурные и экономические предпосылки ориентации на ровесников, но мы можем сделать очень многое в наших семьях и в наших школах для того, чтобы нас не устранили раньше времени. Поскольку культура больше не ведет детей в правильном направлении – к подлинной независимости и зрелости – родители и другие взрослые, занимающиеся воспитанием детей, значат сегодня гораздо больше, чем когда-либо.

Нам ничего не остается, кроме как вернуть отношениям «родитель – ребенок» (и «взрослый – ребенок») их естественную базу. Отношения являются не только причиной наших трудностей как родителей и учителей, они также могут стать ключом к их преодолению. Взрослые, которые строят воспитание на прочном фундаменте отношений со своими детьми, руководствуются интуицией. Им не нужны ни техники, ни руководства, они опираются на понимание и эмпатию. Если мы знаем, как вести себя с нашими детьми и кем мы должны быть для них, нам требуется гораздо меньше советов и указаний. Если наши отношения с детьми восстановлены, практические решения приходят сами собой, на основе личного опыта.

Хорошая новость состоит в том, что природа на нашей стороне. Наши дети хотят принадлежать нам, даже если они этого не ощущают и даже если своими словами или действиями демонстрируют нам обратное. Мы в состоянии вернуть себе роль наставников и воспитателей. В четвертой части этой книги представлена подробная программа, которая поможет нам удерживать детей рядом с нами, пока они не вырастут, и восстановить наши с ними отношения, если они ослаблены или полностью разрушены. Всегда есть что-то, что можно сделать. Конечно, не существует универсальных подходов, одинаково хорошо работающих во всех ситуациях, но, по моему опыту, те родители, которым удавалось понять, на чем именно следует сосредоточить свои усилия, гораздо чаще достигали успехов, чем терпели неудачи. Но, как всегда бывает, лечение зависит от диагноза. Сначала нужно понять, чего не хватает и почему все пошло не так, как хотелось.

## Примечания

1. Judith Harris, *The Nurture Assumption* (New York: Simon & Schuster, 1999).
2. Michael Rutter and David J. Smith, eds., *Psychosocial Disorders in Young People: Time Trends and Their Causes* (New York: John Wiley and Sons, Inc., 1995).
3. К такому мнению пришел профессор Дэвид Шэффер, ведущий исследователь и автор книг по психологии развития, проанализировав литературу, посвященную темам влияния ровесников. В комментариях к этому исследованию он заключает: «...можно утверждать, что ровесники стали первичной референтной группой для подростков, источником их самоидентификации» (David R. Shaffer, *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*, 2nd ed. [Pacific Grove, Calif.: Brooks/Cole Publishers, 1989], p. 65).
4. Статистика по суицидам предоставлена Национальным центром по профилактике травматизма США и Общественным центром Маккрири в Канаде. Статистика по попыткам суицида – еще более тревожная. Ури Бронфенбреннер приводит данные, согласно которым число попыток суицидов в среде подростков почти утроилось за период с 1955 по 1975 год. (Uri Bronfenbrenner, “The Challenges of Social Change to Public Policy and Development Research”. Научный доклад, представленный на конференции Центра изучения детского развития, Денвер, Колорадо, апрель 1975 года.)
5. Harper's, December 2003.

6. Профессор Джеймс Коулман опубликовал свои открытия в книге под названием «Общество вечных подростков» (The Adolescent Society, New York: Free Press, 1961).

## 2

### Смещенные привязанности, искаженные инстинкты

Родители четырнадцатилетней Синтии озадачены и расстроены. Непонятно почему поведение их дочери за последний год очень изменилось. Она стала грубой, замкнутой, даже враждебной. Мрачная в их присутствии, она выглядит счастливой и довольной, общаясь с друзьями. Она заиклена на своей независимости и требует, чтобы родители не вмешивались в ее жизнь. Ни мать, ни отец не могут заговорить с ней, не почувствовав, что навязываются. Кажется, их дочь, которая раньше была такой любящей, теперь избегает контакта с ними. Синтии больше не нравятся семейные трапезы, она стремится уйти из-за стола при первой возможности. Общаться с ней стало крайне сложно. Проводить время с матерью дочь готова лишь для похода по магазинам за одеждой. Раньше родителям казалось, что они знают свою дочь, но теперь она превратилась для них в загадку.

По мнению отца, новая манера общения Синтии имеет исключительно поведенческий характер. Поскольку стандартные методы поддержания дисциплины – наказания, домашние аресты, тайм-ауты<sup>2</sup> – не сработали, он ищет другие способы призвать дочь к порядку. Но все это только усложняет ситуацию. Со своей стороны, мать считает, что дочь эксплуатирует ее, злоупотребляет ее добротой. Она не в состоянии объяснить поведение Синтии. Может, это нормальное проявление подросткового бунтарства? Может, дело в гормонах? Нужно ли беспокоиться? Как им следует реагировать на происходящее?

Причины загадочного поведения Синтии становятся очевидными, если попробовать перенести их в мир взрослых. Представьте, что ваш супруг (супруга) или возлюбленный (возлюбленная) вдруг начинает странно себя вести: не смотрит вам в глаза, избегает физического контакта, говорит с вами раздраженно и односложно, игнорирует ваши попытки начать диалог, избегает вашего общества. Затем представьте, что вы идете к своему другу за советом. Скажет ли он вам: «Ты пробовал(а) устроить тайм-аут? Ты установил(а) границы и четко дал(а) понять, каковы твои ожидания?» Всем будет ясно, что в контексте взаимоотношений взрослых это проблема *не поведения, а отношений*. И вероятно, в первую очередь вы заподозрите, что у вашего партнера появилась любовная связь на стороне.

То, что кажется таким очевидным в мире взрослых, сбивает нас с толку, когда происходит между ребенком и взрослым. Синтия полностью поглощена общением со своими ровесниками. Ее безудержное стремление к общению с ними конкурирует с ее привязанностью к семье, как если бы у нее была любовная связь на стороне.

Аналогия с любовной связью подходит по многим критериям, не последними из них являются чувства подавленности и обиды, ощущение, что тебя отвергают и предают, которое испытывают родители Синтии. У человека может быть много привязанностей: к работе, к семье, к друзьям, к спортивной команде, к кумирам, к вере – но мы не выносим, когда они вступают в противоречие. В браке, когда какая-либо привязанность угрожает близости супругов, эмоционально она воспринимается как роман на стороне. Если муж игнорирует свою жену, погружаясь с головой в интернет, жена чувствует себя брошенной и испытывает чувство ревности. В нашей культуре отношения с ровесниками начали конкурировать с привязанностью детей к взрослым. С виду достаточно невинное, *увлечение детей привязанностью друг к другу* ведет к разрушительным последствиям.

---

<sup>2</sup> Спортивный термин, в контексте воспитания детей означающий «марш в свою комнату!»

## **Почему нам необходимо сознательно относиться к привязанности**

Что такое привязанность? Говоря простым языком, это сила притяжения, соединяющая два тела друг с другом. Выражена ли она в физической, электрической или химической форме, это самая мощная сила во Вселенной. Мы принимаем ее как должное каждый день на протяжении всей жизни. Она притягивает нас к земле и собирает наши тела в единое целое. Она соединяет частицы атома вместе и удерживает планеты вокруг Солнца. Она придает Вселенной форму.

В психологии привязанность лежит в основе человеческих отношений и функционирования общества. В мире людей привязанность – это стремление к поддержанию контакта, близости, единения: физическое, поведенческое, эмоциональное и психологическое. Как и сила притяжения в материальном мире, она невидима, но незаменима для нашего существования. Семья без нее не может быть семьей. Игнорируя ее непреложные законы, мы навлекаем на себя неприятности.

Задумываемся мы об этом или нет, привязанности создают нашу жизнь. В идеале мы не должны осознавать существование привязанности. Нам следует воспринимать ее как должное, как силу притяжения, удерживающую наши ноги на земле, заставляющую планеты двигаться по орбитам, направляющую стрелку компаса к Северному полюсу. Чтобы пользоваться преимуществами и энергией привязанности, совсем не обязательно понимать механизмы ее действия или даже отдавать себе отчет в ее существовании, точно так же, как нет необходимости понимать, как работает компьютер, чтобы использовать его, или знать, как работает двигатель, чтобы водить автомобиль. Только в случае поломки появляется необходимость в таких знаниях. Именно привязанность в первую очередь управляет инстинктами ребенка и родителя. Пока привязанность работает, мы можем позволить себе просто следовать нашим инстинктам, автоматически и не задумываясь об этом. Если привязанность «выходит из строя», наши инстинкты следуют за ней. К счастью, когда инстинкты подводят, люди способны компенсировать это, осознав, что пошло не так.

Почему сегодня нам необходимо сознательно относиться к привязанности? Потому что в современном мире ее действие уже нельзя воспринимать как должное. Экономика и культура больше не создают контекста для естественной привязанности детей к заботящимся о них взрослым. С точки зрения отношений мы можем сказать, что наше общество существует в эпоху, отличную от всей предыдущей истории человечества, и в следующей главе мы выясним, как разрушаются социальные, экономические и культурные основы здоровой привязанности детей к родителям. Чтобы найти дорогу обратно к естественному родительству, которое наилучшим образом помогает развитию личности ребенка, нам необходимо понять движущие силы привязанности. В мире все возрастающего культурного хаоса понимание привязанности – это, вероятно, самое важное знание, которым родители должны обладать. Но недостаточно просто понимать, как работает привязанность. Мы должны узнать ее изнутри. Есть два вида знаний – *знание о предмете* и *знание предмета на личном опыте*, и в данном случае необходимы они оба. Нам нужно интуитивно чувствовать привязанность.

Привязанность – основа нашего существования. Основа, абсолютно не связанная с сознанием. В этом смысле она похожа на сам человеческий мозг: чем глубже его изучаешь, тем меньше работы сознания в нем видишь. Нам нравится говорить, что мы наделены интеллектом, мы даже называем наш вид *Homo Sapiens*, человек разумный. И тем не менее думающая область мозга – это всего лишь тонкий слой, тогда как наиболее значительная его часть отведена под психологические процессы, обслуживающие привязанность. Эта система, получившая название «мозг привязанности», хранит наши неосознанные эмоции и инстинкты. Эта часть мозга

у нас, людей, такая же, как у многих других живых существ, но только у нас есть возможность сознательно наблюдать процесс работы привязанности.

В психике развивающегося молодого человека – и, если быть до конца честными, в психике многих взрослых тоже – привязанность играет ведущую роль. Дети без нее просто не способны существовать. Поскольку они пока не способны к самостоятельной жизни, им нужно быть привязанными к взрослым. Пока наши отпрыски не становятся достаточно жизнеспособными для появления на свет, они физически привязаны к матери в утробе. Таким же образом наши дети должны быть привязаны к нам эмоционально до того момента, как они смогут встать на ноги, научиться думать самостоятельно и выбирать направление своей жизни.

## Привязанность и ориентация

Отношения привязанности, тесно связанные с ориентационным инстинктом, о котором мы говорили выше, критически важны для воспитания, обучения и передачи культурного наследия. Как и привязанность, ориентационный инстинкт является базовым инстинктом для нас, несмотря на то что мы редко осознаем его существование. В самом конкретном, физическом смысле ориентация подразумевает расположение тела в пространстве и времени. Если по каким-то причинам у нас возникают сложности с пространственной ориентацией, мы начинаем волноваться. Если, просыпаясь, мы не можем точно сказать, где мы, или не понимаем, спим мы или нет, поиск нашего места во времени и пространстве становится приоритетной задачей. Представьте, что, отправившись с друзьями в поход, вы заблудились в лесу. Вы тут же перестанете интересоваться растениями и животными вокруг, размышлять о смысле жизни и даже думать об ужине. Все ваше внимание и энергия будут направлены на то, чтобы вернуться к своей группе.

Наша потребность в ориентации проявляется не только на физическом уровне. Психологическая ориентация не менее важна для развития личности. Взрослея, дети испытывают все возрастающую потребность в ориентации: им нужно понять, кто они, какова реальность вокруг, что происходит, что правильно, что значат те или иные вещи. Если ребенок не смог сориентироваться, он чувствует себя потерянным, страдает от психологической дезориентации. Наш мозг запрограммирован на то, чтобы всеми возможными способами этого избежать. Дети абсолютно не способны ориентироваться самостоятельно. Им необходима помощь.

Такую помощь дает привязанность. Первая задача привязанности – выбрать *ориентир*: им становится человек, к которому ребенок привязан. Пока ребенок может определить свое местоположение по отношению к этому ориентиру, он не боится потеряться. Инстинкт заставляет малыша держаться к нему максимально близко. Привязанность позволяет ребенку воспользоваться помощью более способных (по мнению ребенка, по крайней мере) к самостоятельному ориентированию и поиску пути взрослых.

Больше всего на свете, даже больше, чем физического вреда, дети боятся потеряться. Потеряться для них – значит утратить контакт со своим ориентиром. *Ориентационная пустота*, состояние, когда у нас нет ничего или никого, кто помог бы нам сориентироваться, абсолютно невыносима для человеческого мозга. Даже взрослые, в достаточной мере способные ориентироваться самостоятельно, могут чувствовать себя потерянными, не имея в своей жизни никого, кто выполнял бы для них функцию ориентира.

Если даже мы, взрослые, бываем дезориентированы, находясь в разлуке с теми, к кому мы привязаны, насколько же сильно это ощущают дети! Я все еще помню то сильнейшее чувство утраты, которое испытывал в отсутствие миссис Экерберг, учительницы первого класса, к которой я был сильно привязан: я был потерян, брошен на произвол судьбы, плыл по волнам без цели.

Вне всяких сомнений, наилучшим ориентиром для ребенка может стать родитель или замещающий его взрослый, например учитель. Кто именно это будет – зависит от того, к кому ребенок привязан. А привязанности, как мы знаем, могут меняться. И столь важная функция ориентирования может быть присвоена кем-то, совершенно не подходящим для нее, например ровесником ребенка. Когда ребенок настолько привязывается к своим ровесникам, что он скорее предпочтет проводить время с ними и быть таким, как они, эти ровесники, по отдельности или целой группой, становятся ориентиром для ребенка. В этом случае ребенок ищет близости именно с ровесниками. Он получает от ровесников информацию о том, как себя вести, во что одеваться, как выглядеть, что говорить и что делать. Ровесники становятся мерилем того, что хорошо, что происходит, что важно, и даже самоопределения ребенка. Именно так случилось у Синтии: в ее эмоциональной вселенной ровесники заменили родителей в роли центра притяжения. Она «вращается» вокруг них – естественный порядок вещей встает с ног на голову.

Психологические модели детских привязанностей только недавно были подробно изучены. Абсолютно очевидно, что природой задумано, чтобы дети «вращались» вокруг своих родителей и других взрослых, ответственных за них, точно так же, как планеты вращаются вокруг солнца. И тем не менее сейчас все больше детей «вращается» друг вокруг друга.

Дети совершенно не способны помогать другим людям в процессе ориентирования, ведь они не в состоянии сориентировать даже самих себя. И нам совершенно не хочется, чтобы наши дети впадали в зависимость от своих ровесников. Они не способны помочь детям понимать себя, определять, где добро, а где зло, отличать факты от фантазий, выяснять, что правильно, а что – нет, находить свой путь в жизни и двигаться по нему.

Что получают дети, ориентируясь друг на друга? Давайте еще раз представим самих себя на темной и запутанной тропинке в абсолютно незнакомом нам лесу. Окажись мы там в одиночестве, мы испытаем страх или даже панику. Если нас ведет по ней проводник, который как будто бы знает, куда он идет, или мы думаем, что он знает, мы доверимся ему и пойдем следом. Ничто не возбудит в нас подозрения, если только наш проводник сам не выдаст собственного волнения.

Таким же образом, используя друг друга в качестве ориентиров, дети защищают себя от леденящего душу ужаса ориентационной пустоты. На сознательном уровне они таким образом избавляются от чувства растерянности, путаницы и замешательства. Удивительно, что дети, ориентированные на ровесников, полностью лишены подобных чувств. В этом и состоит ирония: это как если бы слепой вел слепого, или стаи рыб плавали друг вокруг друга, но при этом они *чувствуют себя* просто отлично. Кажется, не имеет значения, что ориентиры, по которым они определяют направление, ненадежны, дают неверную информацию и даже противоречат друг другу. Несмотря на то что такие дети на самом деле потеряны и дезориентированы, они совершенно не осознают этого.

Детям, заменившим взрослых на ровесников, достаточно быть рядом друг с другом, даже если они понятия не имеют о том, где находятся. Они не позволяют взрослым указывать им путь и не спрашивают у них советов. Они раздражают нас своей непоколебимой уверенностью в том, что с ними все в порядке, даже если мы отчетливо видим, что они идут в ошибочном направлении или вообще в никуда. Многие родители имеют печальный опыт попыток возвращения к реальности подростка, чей мир терпит крах, но который при этом с пеной у рта доказывает, что все в порядке.

На первый взгляд может показаться, что привязанность к ровесникам идет детям на пользу, раз она помогает им не потеряться и не утратить ориентиры. На самом же деле она не является гарантией того, что подросток не потеряется, она лишь избавляет его от *чувства* потерянности.



## Шесть способов чувствовать привязанность

Если вы хотите успешно вырастить своих детей или вернуть их себе, потому что культура ровесников сбила их с пути, вы должны наладить отношения с привязанностью. В данной главе мы хотели в общих чертах рассказать родителям о том, как же именно работает эта важнейшая система. «Если вы не понимаете своего ребенка, – сказала одна мать, история которой приведена в этой книге, – вы просто не сможете его выносить». Понимание привязанности – это единственный и самый важный фактор, который поможет вам изучить своего ребенка вдоль и поперек, а также идентифицировать тревожные знаки переключения ориентации ребенка на ровесников.

Мы можем выделить шесть способов чувствовать привязанность, каждый из которых дает нам ключ к пониманию поведения нашего ребенка, а зачастую – и к нашему поведению тоже. Эти шесть способов перечислены по порядку, от самого простого к наиболее сложному. Следует учитывать, что ориентированные на ровесников дети, как правило, задействуют только самые примитивные виды привязанности друг к другу.

### *Ощущения*

Физическая близость является целью первого вида привязанности. Ребенку необходимо физически чувствовать человека, к которому он привязан, вдыхая его запах, глядя ему в глаза, слыша его голос или ощущая прикосновения. Он сделает все возможное, чтобы сохранить контакт с таким человеком. Когда что-то мешает или угрожает этой близости, ребенок испытывает страх и отчаянно плачет.

Начав проявляться еще в младенчестве, жажда физической близости никогда не покидает человека. Чем менее зрелой является личность, тем в большей зависимости от этого базового вида привязанности она находится. Ориентированные на ровесников дети, такие как Синтия, озабочены тем, чтобы быть рядом со сверстниками, делить с ними пространство, «тусоваться» вместе, оставаться на связи. Когда привязанность настолько примитивна, разговор может быть невнятным и глупым. «Мы с друзьями часами разговариваем ни о чем, – говорит пятнадцатилетний Питер. – Типа «Как дела?», «Превед, чувак» и «Есть че покурить?», «Куда пойдем?» или «Где че есть». Целью разговора выступает не коммуникация, это ритуал привязанности, смысл которого – в поддержании слухового контакта. Ориентированные на ровесников дети не понимают, что именно так сильно их тянет, для них абсолютно естественным и неотложным является желание всегда быть вместе друг с другом. Они следуют за своими искаженными инстинктами.

### *Похожесть*

Второй вид привязанности, как правило, проявляется к тому моменту, как ребенок начинает ходить. Ребенок старается быть похожим на тех, кого считает самыми близкими. Он старается подражать им, копируя их образ жизни или выражение лица. Этот вид привязанности также важен при изучении языка и при передаче культуры. Замечено, что со времен Второй мировой войны словарный запас среднестатистического ребенка значительно уменьшился. Почему? Потому что дети теперь учатся языку друг у друга. Ориентированные на ровесников дети копируют речь и поведение друг друга, предпочтения, жесты, внешность и манеру держаться.

Другим средством формирования привязанности через сходство является *идентификация*. Чтобы быть одним целым с кем-то или чем-то, нужно идентифицировать себя с этим чело-

веком или вещью. Самоощущение человека сливается с объектом идентификации. В качестве такого объекта может выступать родитель, герой, группа, роль, страна, спортивная команда, рок-звезда, идея или даже работа. Крайний национализм и расизм базируются на идентификации самоощущения человека с его страной или этнической группой.

Чем более зависим ребенок или взрослый человек, тем более интенсивной будет эта идентификация. В нашем обществе ровесники – или поп-звезды мира ровесников – стали выступать центрами идентификации, заняв место родителей и выдающихся личностей из истории или культуры.

### ***Принадлежность и преданность***

Третий вид привязанности также появляется в раннем детстве, если все идет правильно. Близость с кем-то подразумевает отношение к этому человеку как к своей собственности. Для маленького ребенка быть привязанным к кому-то или чему-то означает предъявлять свои права на объект привязанности, будь это мамочка, папочка, плюшевый мишка или младшая сестренка. В то же время ориентированные на ровесников дети ревностно стремятся к обладанию друг другом и стараются защитить себя от потери. Конфликты, спровоцированные собственническими инстинктами, могут быть яростными и интенсивными. Для многих подростков вопрос о том, кто чей лучший друг, может стать вопросом жизни и смерти. Этот незрелый вид привязанности часто является основным в общении ориентированных на ровесников детей, особенно девочек.

За принадлежностью следует преданность – потребность быть верным и послушным по отношению к выбранным фигурам. Ориентированные на ровесников дети следуют своим естественным инстинктам привязанности, храня секреты друг друга, принимая сторону друг друга в спорах и повинаясь требованиям друг друга. Сила преданности может быть очень велика, но она – всего лишь следствие привязанности. Если привязанности ребенка меняются, меняется и чувство принадлежности и преданности.

Дети с сильной ориентацией на ровесников бывают слепо преданны друг другу и своей группе. О смерти подростка из города Виктории (Британская Колумбия) Рины Вирк, убитой ровесниками, знали многие подростки, но они не говорили об этом взрослым несколько дней. Впоследствии трагедия получила мировую огласку.

### ***Значимость***

Четвертый вид стремления к близости и к связи с объектом своей привязанности – это желание *значимости*, необходимость ощущать, что ты нужен кому-то. В человеческой природе заложено держаться за то, что мы ценим. Если мы дороги человеку, это обеспечивает близость и связь между нами. Дошкольник, привязанный к нам, отчаянно стремится порадовать нас и заслужить наше одобрение. Он крайне чувствителен к нашему недовольству и критике. Такие дети буквально живут ради того, чтобы видеть радость в глазах людей, к которым они привязаны. Ориентированные на ровесников дети делают то же самое, но лицами, на которых они хотят увидеть улыбку, становятся лица их сверстников. Они называют хорошими тех, кому они нравятся, кто их одобряет, даже если эти «хорошие» люди грубы с остальными.

Проблема этого вида привязанности в том, что она делает ребенка крайне уязвимым. Стремление много значить для какого-то человека заставляет нас страдать, когда мы не чувствуем, что важны именно для него. Если мы стремимся к одобрению, проявления неодобрения ранят нас. Чувствительный ребенок приходит в отчаяние, когда глаза, в которых он ищет знаки тепла и расположения, не загораются в его присутствии, будь то глаза родителей

или ровесников. Большинство родителей, даже далеких от совершенства, гораздо меньше, чем ровесники, склонны ранить своего ребенка таким образом.

### ***Чувства***

Пятый вид стремления к близости связан с *чувствами*: чувствами тепла, любви, нежности. Эмоции всегда являются частью привязанности, но у ранимого дошкольника, способного на глубокие чувства, стремление к *эмоциональной близости* усиливается. Дети, которые стремятся к такому виду связи, часто влюбляются в тех, к кому они привязаны. Ребенок, находящийся в состоянии эмоциональной близости с родителями, может пережить длительное физическое расставание, сохраняя при этом близость к родителю. Если привязанность через ощущения – первый и наиболее примитивный ее вид – можно назвать коротким корнем привязанности, то любовь будет самым длинным. Ребенок носит образ любящего и любимого родителя в своем сердце и находит в нем поддержку и успокоение.

Но здесь мы вступаем на опасную тропу. Когда отдаешь кому-то свое сердце, есть риск, что его разобьют. Некоторые люди не способны быть эмоционально открытыми и уязвимыми, если в раннем возрасте почувствовали себя отвергнутыми или брошенными. Человек, который любил и был ранен любимым, может впоследствии предпочитать другие, менее уязвимые виды привязанности. Как будет показано ниже, уязвимость – это то, чего некоторые ориентированные на ровесников дети стараются избежать. Когда более глубокие формы привязанности кажутся слишком опасными, начинают преобладать ее менее уязвимые разновидности. Ориентированные на ровесников дети гораздо реже способны к эмоциональной близости, чем дети, ориентиром для которых остаются родители.

### ***Быть познанным***

Шестой вид привязанности формируется через *познанность*. Первые признаки этого последнего вида привязанности, как правило, становятся заметны к моменту, когда ребенок идет в школу. Чувствовать близость с кем-либо значит ощущать, что этот человек тебя знает. В некотором смысле этот вид привязанности повторяет привязанность через ощущения, но здесь человек уже не физически, а психологически испытывает потребность быть увиденным и услышанным. В стремлении к такой близости ребенок будет делиться своими секретами. Фактически знаком такой близости часто являются общие секреты. Дети, ориентированные на родителей, не любят хранить от них секреты, потому что для них это означает потерю близости. Для детей, ориентированных на ровесников, друзья будут теми людьми, от которых у них нет секретов. Ничто не делает человека таким уязвимым, как психологическая нагота. Для многих риск поделиться с другим человеком самым сокровенным и быть непонятым или отвергнутым просто неприемлем. В результате этот вид близости является самым редким, и в этом заключается причина того, что большинство из нас неохотно делится даже с любимыми людьми опасениями и страхами, касающимися нас самих. Тем не менее никакой другой вид близости не дарит такого сильного ощущения, что тебя знают и все равно любят, принимают, одобряют и радуются тому, что ты есть.

Наблюдая, как наши дети украдкой рассказывают друг другу секреты, мы можем предположить, что они со всей искренностью делятся самым сокровенным друг с другом. Но чаще всего секреты, которые они поверяют друг другу, – это просто сплетни о других людях. Поскольку риски слишком высоки, настоящая психологическая близость среди ориентированных на ровесников детей встречается крайне редко. Дети, которые делятся своими секретами с родителями, часто удивляют этим своих более ориентированных на ровесников друзей. «Мои

друзья не могут поверить, что я рассказываю тебе так много, – сказала четырнадцатилетняя девочка своему отцу во время одной из совместных прогулок. – Они говорят, я ненормальная».

В основе всех шести способов привязанности лежит единое стремление к близости. В процессе здорового развития отношений шесть нитей сплетаются в один толстый канат, помогающий сохранить контакт даже в самых неблагоприятных обстоятельствах. Если ребенок крепко привязан к вам, есть много способов беречь вашу близость и оставаться вместе, даже если физически вы далеко друг от друга. Чем менее зрел ребенок, тем более примитивным будет стиль его привязанности (он будет больше похож на те, что присущи младенцам или дошкольникам). Дети далеко не всегда могут реализовать потенциал своих привязанностей, особенно если они ориентированы на ровесников. По причинам, о которых мы расскажем позже, ориентированные на ровесников дети часто остаются незрелыми, а их эмоциональная сфера развивается таким образом, чтобы избежать любого сознательного ощущения уязвимости (подробнее об этом в главах 8 и 9). Ориентированные на ровесников дети живут в мире крайне ущербных и поверхностных привязанностей. Дети, вынужденные стремиться к контакту со своими ровесниками, выбирают сходство как наименее уязвимый вид привязанности. Отсюда их желание быть как можно более похожими друг на друга: во внешности, манере держаться, образе мыслей, вкусах и ценностях.

По сравнению с детьми, чья привязанность к родителям носит здоровый характер, ориентированные на ровесников дети часто ограничиваются только двумя или тремя видами установления и поддержания связей. Дети, ограниченные в выборе видов привязанности, попадают в серьезную зависимость от них, точно так же, как люди, лишенные зрения, становятся более зависимыми от остальных доступных им органов чувств. Если есть только один способ держать связь, хватка будет напряженной и отчаянной. Именно так ориентированные на ровесников дети привязываются друг к другу: напряженно и отчаянно.

## **Когда основные привязанности конкурируют**

Поскольку привязанность играет ключевую роль в психике ребенка, человек, к которому ребенок сильнее всего привязан, будет оказывать самое серьезное влияние на его жизнь.

Но неужели дети не могут быть одновременно привязаны к своим родителям (учителям) и к ровесникам? Это не только возможно, но и желательно, если разные виды привязанностей не вступают в противоречие между собой. Чего не может быть и чего не бывает никогда – так это сосуществующих конкурирующих *первичных* привязанностей, конкурирующих отношений ориентации – другими словами, ориентационных отношений с конфликтующими ценностями и взглядами. Когда первичные привязанности вступают в противоречие, одна из них проигрывает. Несложно понять, почему это происходит. Моряк, прокладывающий путь по компасу, заблудился бы, если бы на нем было два Северных полюса. Не более успешным будет и путь ребенка, использующего в качестве указателей одновременно ровесников и взрослых. Ребенок может ориентироваться либо на ценности мира ровесников, либо на ценности взрослых, но не на те и другие одновременно. Либо культура ровесников доминирует, либо культура родителей берет верх. Мозг привязанности незрелой личности не может выдержать два ориентирующих влияния одинаковой силы, два послания, противоречащих друг другу. Ему необходимо выбрать одно из двух. В противном случае эмоции будут спутаны, мотивация парализована, а деятельность подорвана. Ребенок перестанет понимать, куда двигаться. Таким же образом, когда глаза у ребенка расходятся настолько, что изображение начинает двоиться, мозг автоматически начинает подавлять поступление визуальной информации от одного из глаз. Тот как бы слепнет.

В сравнении со взрослыми – зрелыми взрослыми – детьми гораздо больше движут их потребности в привязанности. Потребность в привязанности у взрослых также может быть

достаточно сильной, и это на собственном опыте знают многие из нас, но вместе с настоящей зрелостью приходит способность откладывать удовлетворение этих потребностей на будущее. У детей такой способности нет. Когда ребенок посвящает себя отношениям, конкурирующим с его привязанностью к родителям, это оставляет серьезный отпечаток на его личности и поведении. Именно мощное притяжение со стороны ровесников с огорчением наблюдали родители Синтии.

За раздражением родителей часто скрывается чувство, соответствующее боли от переживаемого предательства. Но мы, как правило, игнорируем или недооцениваем этот внутренний сигнал. Мы пытаемся успокоить себя, убеждая, что все дело в проблемах поведения, гормонах или «нормальном подростковом бунтарстве». Такие псевдобиологические объяснения или психологические теории отвлекают нас от реальной проблемы – несовместимых, конкурирующих между собой привязанностей. Гормоны всегда были частью нормального психологического фона человека, но раньше их действие не приводило к массовому отдалению детей от родителей, которое мы переживаем сегодня. Раздражающее и грубое поведение всегда является лишь внешним проявлением более глубоких проблем. Пытаться наказывать или контролировать поведение, не учитывая его внутренних предпосылок – то же самое, что лечить симптомы болезни, игнорируя ее причины. Более глубокое понимание своих детей даст родителям возможность разбираться с «плохим поведением» действительно эффективными способами, как будет показано в этой книге. Что же касается «нормального» подросткового бунтарства, непреодолимое стремление наших детей принадлежать к группе ровесников, приспособливаться к ней и соответствовать ее ожиданиям ценой их собственной настоящей индивидуальности не имеет ничего общего со здоровым созреванием и развитием, как мы увидим в следующих главах.

Фундаментальная проблема, с которой мы как родители сталкиваемся лицом к лицу, – это проблема конкурирующих привязанностей, которые уводят детей прочь от нашей любви и заботы.

## **Когда привязанность играет против нас**

Мы поняли, каким образом ровесники Синтии заняли место ее родителей, но остался еще один волнующий нас вопрос: как объяснить ее враждебность по отношению к матери и отцу? Многие родители подростков и даже маленьких детей в наши дни точно так же бывают шокированы грубой и агрессивной манерой общения их детей с ними. Почему же, когда отношения с ровесниками становятся главными для ребенка, это ведет к его отчуждению от родителей?

Ответ следует искать в биполярной природе привязанности. Человеческая привязанность устроена таким же образом, как ее аналоги в материальном мире, например магнитное притяжение. Магнитное поле поляризовано: один полюс притягивает стрелку магнитного компаса, другой – отталкивает ее. Термин *биполярный* означает существование в двух полярностях, наличие двух полюсов одновременно. В биполярности нет ничего необычного: это часть естественной природы привязанности.

Чем ближе вы к Северному полюсу, тем дальше от Южного. Этот принцип действует и в человеческом мире, особенно в случае с детьми и другими незрелыми субъектами привязанности. Ребенок, стремящийся к близости с одним человеком, вероятнее всего, будет сопротивляться любому влиянию, которое он посчитает несовместимым с этим человеком, точно так же как взрослый человек, влюбляясь, вдруг начинает находить общество бывшего возлюбленного (возлюбленной) невыносимым. При этом сам бывший возлюбленный вовсе не изменился, изменилось отношение к нему. Один и тот же человек может быть желанным или отвергнутым в зависимости от того, в какую сторону указывает компас привязанности. Когда происходит смена первичной привязанности, люди, прежде такие близкие нам, становятся объектами пре-

зрения, вместо любви начинают внушать отвращение. Такие сдвиги могут происходить с ошеломляющей скоростью: многие родители становились этому свидетелями, когда их ребенок приходил домой в слезах, раздосадованный и разочарованный неожиданным неприятием со стороны своего лучшего друга.

Большинство из нас интуитивно чувствует биполярную природу привязанности. Мы знаем, как короток путь от влечения до отчуждения, от симпатии до отвращения, от нежности до пренебрежения, от любви до ненависти. Но мало кто из нас понимает, что столь сильные эмоции и импульсы в действительности являются двумя сторонами одной медали.

Современным родителям просто необходимо понимать биполярную природу привязанности, особенно в связи с распространением ориентации на ровесников, которая сопровождается отдалением детей от родителей и другими проблемами, этим вызванными. Современные дети не только обращены к своим ровесникам, они к тому же точно так же, как Синтия, активно и со всей присущей им энергией отворачиваются от собственных родителей. В отношениях привязанности нет ничего кроме крайностей. Поскольку ребенком управляет его привязанность, все его отношения имеют какой-либо заряд. Привязанность делит все вещи и явления в мире ребенка на вызывающие симпатию или равнодушие, на привлекающие и отвергаемые, на притягивающие и избегаемые. В наши дни очень часто привязанности к родителям и к ровесникам конкурируют между собой, как влюбленные, добивающиеся расположения одного и того же человека. Многие родители, к своему глубочайшему сожалению, испытывали это на себе: дети не могут одновременно ориентироваться на ровесников и на родителей.

Отчуждение ребенка по отношению к своим родителям не объясняется изъятием в его характере, укоренившейся грубостью или поведенческими проблемами. Это то, что мы видим, когда инстинкт привязанности «сбил с пути».

В нормальных условиях биполярная природа привязанности служит благородным целям удержания ребенка рядом с воспитывающими его взрослыми. Первое ее проявление в раннем детстве обычно называют *боязнью посторонних*. Чем сильнее привязанность ребенка к конкретным взрослым, тем больше он будет стараться избегать контакта с теми, к кому не привязан. Если ребенок хочет быть рядом с вами, а в это время кто-то, к кому он не привязан, приближается к нему, он постарается отстраниться от чужака и прижаться к вам. Это чистый инстинкт. Ничто не может быть более естественным, чем дистанцироваться от незнакомцев, которые подходят слишком близко. Тем не менее мы все наблюдали ситуации, когда родители отчитывали своих детей за такие жесты отчуждения, извиняясь перед другими взрослыми за детскую «грубость».

У детей постарше подобную реакцию взрослые считают и вовсе неприемлемой. Ориентация на ровесников направляет естественные, интуитивные механизмы реакции недоверия к посторонним против самих родителей. Выражение нарушенной привязанности у подростка может быть не столь наглядным, как реакция ходунка, показывающего язык, но существуют другие жесты отчуждения, не менее эффективные: взгляд, заставляющий вас держаться на расстоянии, каменное лицо, отказ улыбнуться, закатывание глаз, отказ посмотреть на вас, избегание контакта, нежелание общаться.

Иногда мы можем буквально на физическом уровне чувствовать сдвиг полярностей. Представьте себя на месте матери Рэйчел, ученицы третьего класса. Все время, с тех пор как она перестала ходить в детский сад, вы водили ее в школу, держа за руку, и это было чудесно. Прежде чем расстаться, вы всегда обнимались, целовались и шептали друг другу нежности на прощанье. Но вдруг все внимание Рэйчел стали поглощать ровесники, она теперь хочет быть с ними постоянно. Она приносит домой то, что позаимствовала у них: их жесты, язык, предпочтения в одежде, даже манеру смеяться. Однажды вы выходите из дома, как обычно, рука об руку, как прежде, стремясь к близости и общению. По дороге вы встречаете кого-то из ее одноклассников. И что-то меняется. Вы все еще держите ее за руку, но она уже не держит вашу

руку так же крепко. Она идет чуть впереди или чуть позади вас, не вровень. Чем больше детей вы встречаете по пути, тем шире становится пространство между вами. Вдруг она бросает вашу руку и бежит вперед. Достигнув места назначения, вы наклоняетесь к ней, чтобы обнять ее, как обычно, но она отстраняется, будто смущенная. Вместо того чтобы нежно вас обнять, дочь держится на расстоянии и едва смотрит на вас, помахивая рукой на прощание. Вы чувствуете, что действуете против каких-то базовых инстинктов. То, что вы переживаете в этот момент, – это темная, обратная сторона привязанности, отвержение со стороны того, кто был для вас раньше очень близок, возникающее при появлении новых отношений, которые ценятся выше. Говоря простым языком, наши дети бесцеремонно бросают нас ради своих ровесников.

## **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.