

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	7
Глава 1. Проблемы воспитания или нарушение онтогенеза?	15
1.1. Почему родители сталкиваются с проблемами при воспитании ребенка?	15
1.2. Какие родители и какие семьи не могут справиться со своим ребенком?	21
1.3. Дифференциация проблем поведения детей и подростков	25
1.4. Органические поражения и функциональные нарушения головного мозга	29
1.5. Экзогенные и эндогенные нарушения	32
1.6. Патология центральной нервной системы	34
1.7. Связь психосоматических заболеваний у детей и подростков с трудностями в воспитании	36
1.8. Модели поведения родителей, которые копируют дети	39
1.9. Стили воспитания, которые провоцируют у ребенка проблемы в поведении	43
Глава 2. Куда необходимо обращаться?	
Юридические аспекты	
обращения за психологической помощью	53
2.1. Структура государственных и муниципальных учреждений, призванных оказывать психологическую помощь детям, подросткам и семьям	55
2.2. Школьный педагог-психолог и его компетенции при оказании психологической помощи ребенку	57
2.3. Юридическая защита нарушенных прав ребенка при оказании психологической помощи	63
Глава 3. Причины возникновения проблем в различные возрастные периоды	69
3.1. Нарушение интеллектуального развития	69
3.2. Нарушение привязанности в ранний период развития, или Если опоздал на самолет	75
3.3. Борьба за внимание: «Мама, я есть!»	78
3.4. Борьба за власть, или Кто в доме хозяин?	81
3.5. Нарушение личных границ	84
3.6. Ну а если до вас, дорогие родители, так и не дошло, тогда получайте, или Месть ребенка	94
3.7. Возрастные кризисы. Как распознавать начало кризисных явлений и как отличить от проблем в поведении?	105

Глава 4. Характерные проблемы развития психики и формирования личности, отражающиеся на поведении в разные возрастные периоды 117

4.1. Период новорожденности (0–1 год)	118
4.2. Раннее детство (1–2 года)	120
4.3. Младший дошкольный возраст (3–5 лет)	127
4.4. Старший дошкольный возраст (с 5 до 7 лет)	134
4.5. Младший школьный возраст (7–10 лет)	141
4.6. Препубертатный период (10–12 лет)	147
4.7. Пубертатный период (12–14 лет)	150
4.8. Юношеский возраст (15–18 лет)	155

Глава 5. Типичные и нетипичные проблемы детей, с которыми сталкиваются родители. Их причины и решение 163

5.1. Как выражать эмоции в семье, чтобы выстраивать нормальные отношения. Проблемы эмоционально-волевой сферы у детей	164
5.2. «А можно я сам?» Как пережить кризис первой самостоятельности ребенка	169
5.3. Научиться говорить ребенку «нет» и «нельзя». Баланс прав и обязанностей, или Как формировать дисциплину и ответственность у ребенка	174
5.4. Ребенок выходит во двор: искусство общения со сверстниками и чужими взрослыми. Вопросы социального статуса, конкуренции и безопасности	179
5.5. Социализация, дезадаптация и индивидуальность	183
5.6. Как научить ребенка умению постоять за себя? Буллинг как внешнее насилие над ребенком со стороны сверстников и взрослых. Как защитить своего ребенка, если на него нападают?	188
5.7. Насилие над детьми в семье. Виды жестокого обращения с детьми и как они отражаются на психике ребенка	196
5.8. Инфантилизм ребенка как следствие детоцентризма родителей, или Как воспитать в ребенке самостоятельность, критический ум и собственную позицию	208
5.9. Гиперопека как источник психологической травмы	213
5.10. Когда планка требований к ребенку выше его возможностей	217
5.11. Неполная семья как причина травмирующих психику ребенка переживаний	220
5.12. Большая семья — плюсы и минусы	225
5.13. Приемная семья и приемные дети	229
5.14. Развод родителей и чувство вины у ребенка	236
5.15. «Моя мама меня не любит!» Ревность ребенка при изменении состава семьи (появлении брата/сестры, отчима/мачехи или приемного ребенка)	239

5.16. Если ребенок лжет	245
5.17. Сквернословие — бич времени или следствие оскудения словарного запаса?	249
5.18. Воровство — возрастной период или диагноз?	252
5.19. Проблемы в поведении: драки, лень, прогулы. Куда бежать за помощью?	256
5.20. Детские и подростковые страхи. Какие они бывают и что с ними делать	262
5.21. Детская и подростковая тревожность	277
5.22. Почему возникает агрессия у детей и подростков и как на нее реагировать	280
5.23. Может ли быть депрессия у ребенка и как ее отличить от меланхолии (детская депрессия глазами психолога)	288
5.24. Переживание ребенком потери. Работа с горем в разные возрастные периоды	299
5.25. Гиперопека как источник психологической травмы	304
5.26. Психосоматические заболевания как реакция на высокий уровень напряженности, стресс или травматическую ситуацию	307
5.27. Самоповреждения — крик о помощи. Суицидальные мысли, намерения и действия	321
5.28. Анорексия, булимия и лишний вес в подростковом возрасте	324
5.29. «Маленький манипулятор!» И в кого он такой уродился?	328
5.30. Подростковые «хочу»: пирсинг, тату, туннели... О чем говорят эти «хотелки» и когда будет предел?	330
5.31. Формирование аддикций. Можно ли это предотвратить и остановить?	333
5.32. Расстройства личности у детей и подростков	339
5.33. Плохая компания. Как предостеречь ребенка от негативного влияния сверстников?	346
5.34. «Не хочу ходить в школу! Там меня ничему не научат»	351
5.35. Гаджетомания. Как не потерять ребенка в виртуальном мире. Информационная перегруженность	355
5.36. Социофобия, социопатия, аутизация, РАС	358
5.37. Профайлинг социальных сетей. Что нужно знать родителям, чтобы уберечь ребенка от нежелательных контактов	362
5.38. Скандальный, вредный или принципиальный? Характер или позиция	365
5.39. Сексуализированное поведение. Не опоздали ли мы с половым воспитанием?	368
5.40. «Я не понимаю своего ребенка — гения»	378
Глава 6. Проблемы воспитания или нарушение онтогенеза?	389
6.1. От осины не родятся апельсины, или Эффект подражания. Так все же гены или воспитание?	390
6.2. Семейный сценарий. Как прервать передачу эстафетной палочки	393
6.3. Эффективно ли перевоспитание, или Разбитую чашку не склеишь	397
6.4. Разные поколения — разные потребности и ценности	400
Заключение. Послевкусие, или Еще несколько строк для вашего выбора	406

Глава 3.

Причины возникновения проблем в различные возрастные периоды

3.1. Нарушение интеллектуального развития

Интелектуальное развитие включает в себя не только процессы мышления, но и восприятие различной информации, внимание, память, речь (вербальные и невербальные сигналы).

В первые минуты после рождения новорожденный воспринимает запах своей мамы и тактильные прикосновения и уже в первый месяц жизни реагирует на свет. Высока чувствительность в этот период жизни к внешней температуре. На втором месяце жизни младенец демонстрирует «комплекс оживления» — реагирует на появление мамы, прислушивается к звукам, следит глазами за перемещающимися предметами.

Если видит, слышит и чувствует (тактильные прикосновения) ребенок с рождения, то сосредотачивать внимание на объекте он начинает лишь к трем месяцам. А к 4 месяцам малыш способен хватать висящие над кроваткой игрушки и ощупывать их, издавая первые звуки (лепет). Это нам, взрослым, кажется, что все это делать легко, а малыш лишь начинает координировать движения своих ручек и ножек, поэтому его движения еще такие неуклюжие. К пятому месяцу жизни объем внимания увеличивается, и вот уже младенец не просто смотрит, а изучает предметы и объекты. С этого времени начинается, по сути, развитие мыслительных процессов. Со временем ребенок начинает сравнивать предметы по размеру и цвету, затем — обобщать: это — шарик, а это — шарики и т. д.

К 5 месяцам малыш не только реагирует на обращенную к нему речь, но и вступает в «диалог», отвечая голосом и всем телом. Это уже не просто реакция, а первые признаки взаимного общения. А вот признаки намеренного взаимодействия возникают ближе к 9 месяцам, когда малыш начинает буквально добиваться чего-либо или отказываться от того, что ему не нравится. Если раньше он просто отворачивал, скажем, голову от каши, которая ему не нравится, что уже было проявлением предпочтений, то к 9 месяцам он пытается управлять ситуацией, привлекая родителей (криком, визгом, киданием игрушек) и проявлять свой характер и настроение.

Вступая в активное взаимодействие со взрослыми, ребенок социализируется. Но социальные законы менее жесткие, чем генетические. Генетика и наследственность не будут приспосабливаться под тренды времени, и если родитель — «бамбук», увы, апельсинами плодоносить он не начнет, как ни старайся. Хотя, конечно, и бамбук можно украсить, как новогоднюю елку, шарами в виде апельсинов, однако они останутся ненастоящими. Сбой в генетической программе, равно как и проявление наследственности, мы замечаем, когда развитие психики происходит искаженно. Конечно, в данном случае речь идет о серьезных заболеваниях, которые затрагивают когнитивную сферу. И если ребенок, к примеру, с синдромом Дауна или умственной отсталостью благодаря невероятным усилиям хоть как-то научится застегивать пуговицы, то осознанный контроль поведения вряд ли возможен.

Проблемы у родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), начинаются в подростковом возрасте ребенка, когда верх берут инстинкты и гормоны. Удержать позывы подростка порой крайне сложно, поэтому родителям важно обеспечить безопасность в большей степени тех, кто может находиться рядом.

Пример

Новый год. Для деток с ОВЗ приготовили праздник и, как положено, пригласили Деда Мороза с подарками.

Катя, увидев такого колоритного мужчину, решила не мешкать с реализацией своих потребностей. Когда она начала снимать с него тулуп, он еще улыбался. Но когда девочка стала давать себе волю в большей степени, наш дедушка испытал жуткий стресс, так как после запрещающих действий с его стороны столкнулся с кулаками и ногтями. В тот день праздник не удался.

Весьма сложные интеллектуальные нарушения могут возникнуть у детей в I триместре перинатального периода, когда их головной мозг формируется. В это время, а именно с 5-й недели беременности, первые нервные клетки начинают делиться на нейроны и глию — клетки, образующие нервную систему. А к 8-й неделе в мозге плода начинается проявляться электрическая активность. В этот период будущий ребенок уже способен на первые спонтанные движения.

В возрастной психологии принято исходить из постулата, о котором писал еще Л. С. Выготский: чем в более раннем возрасте происходят нарушения, тем сильнее они отражаются на дальнейшем развитии. А. А. Ухтомский, в свою очередь, говорил о трех блоках в головном мозге (это то, что я называю слоями «пирога»): рептильный мозг отвечает за прием и передачу информации в другие

участки головного мозга, лимбическая система — 2-й блок — координирует эмоциональные реакции на изменения ситуации в окружающей среде, а неокортекс — 3-й блок (кора больших полушарий) — принимает решение о максимально адекватных действиях в данной ситуации.

В перинатальный период уже в I триместре формируется рептильный мозг. Соответственно, если в данный период происходит деформация клеток мозга или нарушения протекания его функций, то эти изменения будут отражаться на развитии и функционировании 2-го и 3-го блоков (или слоев). Как минимум контроль эмоционального реагирования будет снижен, а до уровня осознания информации головной мозг может и вовсе не развиваться.

Первый триместр беременности, как, впрочем, и последующие месяцы, является фундаментальным для дальнейшего интеллектуального развития при условии достаточного поступления всех необходимых питательных веществ, витаминов, минералов и других элементов. По сути, речь идет о том, чем питается беременная женщина, и если вместо необходимых веществ эмбрион получает, скажем, алкоголь, то умственная отсталость будущему ребенку практически гарантирована.

Наверняка вы, дорогие читатели, заметили, что серьезный урон интеллектуальному развитию ребенка наносят различные злоупотребления. Речь идет об алкоголе. Опираясь на десятки лет работы с детьми и сбора анамнестических данных семейных историй, позволю себе утверждать, что у матерей, злоупотребляющих алкоголем, у детей наблюдается задержка психического развития. Если мать злоупотребляла во время беременности, интеллект ребенка страдает до умственной отсталости. С отцами ситуация несколько иная. Генетически алкоголизм как таковой не передается. Однако передается предрасположенность, поэтому дальнейшая судьба ребенка алкоголика зависит от воспитания.

Когда в семье растет девочка, скорее всего, впитав некий образец «мужчины» в лице папы, она в будущем выберет себе в мужа человека, употребляющего алкоголь в безотчетном количестве. Весьма детально типичный семейный сценарий описывал С. Карпман. Так формируются созависимые отношения в семье. Интеллект девочки в этом случае будет страдать опосредованно, через переживаемые ею эмоции и состояния. Так, замечено, что «жертва» (по Карпману), как свойственно всем психологическим садомазохистам, склонна к депрессиям, апатии. Вполне естественно, что интеллект пребывает в некотором заторможенном состоянии.

В семье, где алкоголь употребляет отец, сыновья либо также начинают чуть ли не с подросткового возраста пить спиртные напитки или применять другие ПАВ, либо, насмотревшись на пьяные дебоши, зарекаются вообще прикладываться к бутылке. Но здесь хочу заметить: когда ребенок травмирован пьяными выходками отца и его мозг «приспособился» не просто убегать от

реальности, а искать увлекательные занятия, то на этой почве может развиваться исследовательская мыслительная деятельность, которая при определенных дополнительных условиях может формировать личность по шизоидному типу и во взрослой жизни трансформироваться в выработку нестандартных идей. Так работают механизмы гиперкомпенсации.

А вот при употреблении родителями ПАВ (наркотиков, психотропных лекарственных препаратов, антипсихотиков) возрастает вероятность рождения ребенка, у которого в будущем может развиваться СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности). Если алкоголь влияет преимущественно на интеллект, а нервная система и психика в целом нарушаются опосредованно, то при употреблении родителями наркотических средств дети чаще с течением времени сталкиваются с психическими проблемами, а нарушения интеллекта опосредованные.

В отличие от проблем, возникающих в перинатальный период, недоношенность может влиять на развитие интеллекта опосредованно, и чаще это связано не с самим преждевременным рождением, а с гипоксией плода. Дело в том, что ни сам ребенок, ни его мама еще не готовы к родам. Младенец рождается слабым, потому что его легкие еще не до конца готовы к самостоятельному дыханию, а это может приводить к недостатку получения головным мозгом кислорода. У матери при этом часто наблюдается слабая родовая деятельность, соответственно, вероятность длительных родов увеличивается. Усугубить ситуацию может обвитие пуповиной или затяжной безводный период. Чем дольше ребенок испытывает недостаток кислорода в процессе рождения, тем серьезнее могут быть проблемы в последующем, от неврологических до психических.

Нарушения интеллектуального развития могут быть связаны с тяжелыми родами, в случае если ребенок испытывал кислородное голодание, гипоксию. Практически, как следствие, педиатры ставят диагноз «энцефалопатия головного мозга», что влечет в большинстве случаев проблемы неврологического спектра. Такие дети с первых дней жизни весьма беспокойны. Возбуждение нервной системы выражается в нарушении режима сна и бодрствования, крикливости до посинения губ и других симптомах.

Пока ребенок развивается под сердцем матери, на его формирующийся организм могут влиять различные факторы. Какие-то из которых ускоряют и стабилизируют процесс развития, а какие-то, к сожалению, тормозят или искажают. Кроме вышеуказанных, негативно влияют перенесенные женщиной во время беременности вирусные и инфекционные заболевания, в частности токсоплазмоз, ветрянка, энцефалит, менингит и т. д. Эти болезни могут повлечь серьезные нарушения интеллектуального развития ребенка в перинатальный период.

На развитие мыслительных процессов в первые месяцы жизни достаточно серьезно влияет привязанность. Когда она формируется в соответствии с возрастными этапами развития ребенка, то психические процессы также развиваются и функционируют в соответствии с возрастом. Но если привязанность не сформирована или нарушена, то развитие психических процессов искажается.

Привязанность, в свою очередь, тесно связана с тактильными ощущениями, как минимум в первый год жизни ребенка. Новорожденный через прикосновения мамы и других значимых взрослых познаёт этот мир. В буквально надежных руках малыш учится доверять окружающей среде, и его когнитивные процессы развиваются. Когда он лишен тактильного контакта, привязанность не формируется (или рвется), и ему не на что опереться на этапе познания мира. Его мозг не может «думать» ни о чем другом, не может сосредоточиться на чем-либо, так как все внимание направлено на появление мамы, от которой ребенок получает чувство защищенности, безопасности, или другого взрослого, который может удовлетворить эту базовую потребность малыша.

В ситуациях, когда ребенок «потерял» мать (а это не только когда она ушла из зоны визуального контакта, психологически для новорожденного достаточно эмоциональной холодности, недоступности), малыш вначале тревожится. Если он длительное время находится в таком поисковом состоянии, тревожность из ситуативной становится личностной и в дальнейшем может сопровождать человека всю жизнь. Спустя какое-то время ребенок, теряя надежду на контакт с мамой, использует (конечно, неосознанно) стратегию поведения «замри». Это для сохранения энергии, во-первых, и во-вторых, для безопасности. Такое поведение у малышей называют «синдром госпитализма». Они уже не кричат, не шумят. В каком-то смысле такая реакция символизирует «меня нет». При этом когнитивные процессы тормозятся в развитии.

Есть такое выражение — «впитал с молоком матери». Когда мать кормит младенца грудью, малыш видит ее взгляд, чувствует ее руки и прикосновения. Он впитывает с этим любовь, доверие, гармонию, радость (удовольствие насыщения не только молоком, но и общением). Однако бывает, что даже при грудном вскармливании мать смотрит на ребенка с отвержением, неприязнью. Это может быть связано с послеродовой депрессией у матери или проблемами с кормлением, но может возникать из-за проблем во взаимоотношениях с супругом или другими окружающими людьми — собственной матерью, свекровью. И если молоком ребенок удовлетворен, то качеством общения с матерью, к сожалению, нет. Он обязательно начнет сообщать о своем недовольстве капризами, криком, плачем, чем ставит в замешательство, а то и лишь еще больше раздражает мать. Вот так, на кончиках пальцев, мать передает младенцу свои негативные невербальные сигналы, которые он впитывает, накапливает или, напротив, отвергает, выражая сопротивление нежеланием

5.8. Инфантилизм ребенка как следствие детоцентризма родителей, или Как воспитать в ребенке самостоятельность, критический ум и собственную позицию

Вы наверняка уже знаете, что детоцентризм — это стиль воспитания, когда ребенка ставят на «божничку». Он центр, и вокруг него вертятся все члены семьи — «все ради него, все для него!», — и, по мнению родителей, должно крутиться весь мир. Когда в семье «культ ребенка», вполне естественно, наступает то время, когда дитя начинает это воспринимать как само собой разумеющееся.

Безусловно, детоцентризм как концентрация внимания и всех ресурсов семьи на ребенке связан с гиперопекой. Когда ребенок чувствует повышенный интерес к своей персоне, это вызывает у него либо желание использовать такой интерес родителей в свою пользу, в том числе через манипулирование ими, либо желание уйти от повышенного внимания, т. к. оно лишает чувства свободы вплоть до запрета быть собой.

Если ребенок начинает манипулировать родителями, это говорит как минимум об их педагогической некомпетентности. В этом случае детоцентризм может быть обусловлен долгим отсутствием беременности, и когда все же чудо случилось, такие родители буквально пылинки сдувают со своего сокровища только бы с ним ничего не случилось.

Пример

Олеся 9 лет. Светлана родила ее поздно, когда ей было за 40. Это единственный, долгожданный ребенок, которого мама просто обожает. А вот папа, со слов Светланы, похуже, реагирует на ребенка адекватно: иногда играет, общается с ней, иногда заставляет что-то сделать (чашку за собой помыть, в комнате убрать школьные принадлежности по местам). Но всякий раз, когда супруг от дочери что-то хочет, Светлана воспринимает это как покушение на ребенка и чуть ли не абьюз.

В очередную нашу психотерапевтическую сессию, когда мы прорабатывали восприятие себя, восприятие других и взаимную коммуникацию, Олеся выразила то, что, видимо, давно в ней сидело. Девочка не просто проговорила, что «ненавидит мать», но и аргументировала «потому что», и ее доводы касались гиперопеки со стороны мамы. Кроме того, посредством проекции Олеся четко дала понять, что от мамы хочет уйти не только она, но и папа, потому что «она всем надоела».

В тот день после окончания сессии они оделись и вышли из кабинета, и спустя меньше минуты я услышала за дверью крики Олеси в адрес мамы: «Я тебя ненавижу! Уйди от меня, не трогай меня!»

Уже по телефону мне пришлось убедить Светлану в том, что с этого дня основной акцент в коррекции детско-родительских отношений будет сделан на ней. Однако ее выбор был не в пользу ребенка, ведь она не принимала тот факт, что оказывает дочери медвежью услугу, и считала себя правой в вопросах воспитания. У нее была своя выгода в том, чтобы дочь оставалась маленькой. Она осознавала, что после долгого перерыва на приличную работу в этом возрасте ее никто не возьмет, а идти мыть полы ей не позволяло чувство собственного достоинства. Она лучше будет делать за дочь все сама, только бы быть защищенной от нападок мужа, что пора бы идти работать. Но это уже совсем другая история. А вот невроз Олесе, можно сказать, обеспечен, если ее мама по-прежнему будет методично не позволять ей взростеть и проявлять самостоятельность.

Другой причиной детоцентризма может быть семейный сценарий, когда мама воспитывалась в аналогичных условиях и о существовании альтернативных стилей и условий воспитания просто не знает. Однако может быть и противоположный вариант, когда в детстве мамочке крайне не хватало внимания родителей (попустительский стиль воспитания или они были чрезвычайно заняты работой), и ее собственному ребенку достается двойная порция любви, заботы и переживаний — за себя и за маму, которая недополучила такого внимания в свои детские годы.

Пример

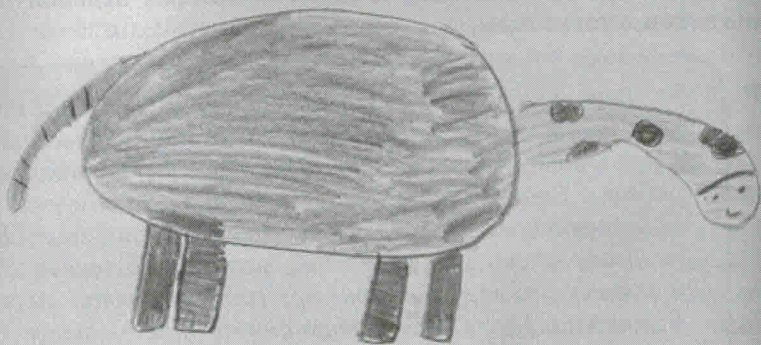
Вероника ко мне попала по инициативе бабушки, которая, волнуясь за внучку, решила, что «необходимо провести полное обследование», чтобы узнать о способностях и потенциале ребенка. Бабуля планирует направить ее на обучение в художественную или музыкальную школу. А мнение мамы Вероники никто не спрашивает. Наталье почти 40, она не замужем и родила ребенка, как это принято говорить, «для себя». Веронике 6 лет. Совсем скоро девочке идти в школу, но это совершенно несамостоятельный ребенок. Она с удовольствием танцует, кривляется, играет, и при этом концентрации

ее внимания хватает буквально минут на 5–7, потом, вскакивая со стула, она продолжает перемещаться по кабинету, пока я снова не попрошу ее присесть, чтобы закончить задание.

Вспоминая свое детство, Наталья рассказывает, что до школы росла в среде женщин (мама, бабушка и тетя), в садик не ходила, потому что заботливые родственницы считали, что в садике ее ничему хорошему не научат. Но и дома ее ничему не учили. За нее делали все! И «грязную» работу чуть ли не запрещали, желая вырастить «принцессу». Она была единственным ребенком в семье (у тети детей не было). Обеспечением семьи занимался отец с «серьезной работой». И... никаких ярких воспоминаний из детства. Как будто из памяти удалили часть информации.

Семейный сценарий в плане воспитания повторяется.

Я настояла на том, что мне необходимо встретиться с мамой Вероники, чтобы дать рекомендации относительно взаимодействия с дочерью. Мне пришлось приложить усилия, чтобы донести до взрослой женщины Натальи необходимость повзрослеть. Чтобы ее дочь не повторила ее судьбу.



Манипулированию родителями я уделю отдельное внимание в другом

А вот желание уйти от тотального контроля со стороны родителей возникает у ребенка не только на фоне негативных эмоций, которые в поведении проявляются через протестные формы, но вызывают соответствующие реакции в мышцах. Это тот случай, когда мышечное и нервное напряжение может быть настолько сильным, что при длительном переживании отрицательных эмоций возникает накопительный эффект, перерастающий в соматическое заболевание.

С точки зрения психосоматики от подавления инициативы страдают такие системы организма, как:

- иммунная, вызывающая аллергические реакции как реакцию неприятия и сопротивления;
- дыхательная, которая может проявляться частыми бронхитами, пневмонией, астмой, когда ребенок буквально задыхается, ему нечем дышать;
- ЖКТ и желчевыводящие пути как невозможность «пережевать» ограничение, подавление и влияние извне, вызывающие у ребенка гнев;
- грыжи (брюшной, паховой области), которые говорят о том, что ребенок «надорвался» от тяжести долга быть таким, каким его хотят видеть;
- гормональный сбой, купирующий развитие половых желез и в целом задерживающий половое развитие как неосознанное желание остаться маленьким ребенком, следствием чего может быть ожирение;
- и конечно, неполадки в нервной системе, вызывающие панические атаки, или вегетососудистую дистонию, как формулируют врачи, потому как часто эти приступы сопровождаются ощущением удушья, тахикардией и рядом других симптомов.

Так как родитель своим детоцентризмом как бы запрещает ребенку быть самим собой и становится взрослым, ему не остается выбора. После неудачных попыток отстоять свое право на самостоятельность и индивидуальность (были бы удачными, проблема бы была решена, пусть и частично), он становится инфантильным. Как бы смиряется с тем, каким его хотят видеть.

Если усердие в заботе родители проявляют к ребенку до достижения им трехлетнего возраста, это оправдано их намерением максимально обезопасить малыша. Когда родители продолжают «душить» своей любовью ребенка после 3 лет, сначала они сталкиваются с сопротивлением, но уже ближе к 4 годам тот сдается, смиряется со своей участью и привыкает к тому, что за него все делают.

А это как раз возраст, когда необходимо формировать навыки самодисциплины и ответственности. При гиперопеке деформируется само содержание дисциплины.

Дисциплина — это что? По мнению многих родителей, это безоговорочное выполнение требований старших. Порой для родителей неважно, насколько их требования соответствуют возрасту или способностям ребенка, главное — выполнение задач в соответствии с принятыми в семье нормами и правилами, даже если они нелогичны с точки зрения здравого смысла. Такому взрослому важно «быть родителем», как если бы он играл роль, демонстрируя себя окружающим. А ребенка он воспринимает как собственность под названием «мой ребенок», что равносильно понятиям «моя собака», «мой башмак», «моя вещь». Мол, что хочу, то и делаю. Такой подход к родительству лишает возможности воспитать в ребенке волевые качества, целеустремленность, настойчивость. Отсюда и инфантилизм.

Самое неприятное здесь то, что, привыкнув к такой всепоглощающей заботе, человек, вырастая, взрослея, застревает в инфантилизме. И иногда видишь зрелого мужчину или женщину, но их несамостоятельность в принятии решения и ответственности за что-либо на себя не оставляет места и прав другой личности быть такой, какая есть, рядом с инфантильным, потому что «большой ребенок» будет требовать внимания к себе, как он привык.

Формирование дисциплины подразумевает понимание причин и целей выполнения действия или деятельности, то есть ребенка необходимо обучать рассуждать, почему так надо делать и для чего, что это даст. Когда он привыкает к таким вопросам извне, со временем он начнет задавать их себе. Так мы развиваем самодисциплину.

При гиперопеке и детоцентризме ребенку не предъявляются требования «быть», ребенок «должен взять» то, что настоятельно дают ему «любящие его» родители. По сути, он не имеет права не взять. При этом родитель транслирует свое «хочу»: «я хочу, чтобы у тебя все было», «я хочу, чтобы ты был самым лучшим (в смысле лучшая одежда, лучшая еда, лучшая школа и т. д.)». Естественно, ни о дисциплине, ни о самодисциплине и мысли не возникает. Самостоятельность, критический ум и собственная позиция жестко табуированы. Каждый день за днем все детство маленький человек привыкает казаться, но не быть, делать вид, но не делать то, чего хочет он. А компенсируя, он отыгрывается в родителях, манипулируя ими.

5.33. «Плохая компания». Как предостеречь ребенка от негативного влияния сверстников?

Многие родители боятся, что их ребенок попадет в плохую компанию. Но ведь у ребят из этой компании тоже есть родители! И не всегда это падшие люди.

Обычно я привожу аналогию, позволяющую увидеть, как же получается, что ребенок попадает в такую неприятную ситуацию. Представьте: маленький ребенок приходит домой из детского садика. Он целый день не видел своих родителей и очень по ним соскучился. А еще у него много новостей, как прошел его день. Ему хочется вашего внимания, и вот он просит: «Мам, поиграй со мной, поговори со мной!» Чаще всего мама после трудового дня, и ей надо сделать еще массу дел: приготовить ужин, сделать уборку, может, что-то постирать, погладить, проверить у старшего ребенка уроки, а то и помочь ему их сделать... Она отвечает: «Иди к папе! Мне некогда». Но папа тоже пришел с работы. А отдых папы — это «святое», и он посылает малыша к маме. Ребенок понимает, что там он уже был и там его тоже послали.

Он идет, может быть, в свою комнату (если такая есть) или в свой уголок, где у него игрушки. Пока он маленький, он остается хотя бы дома. Но вот наступает этап в его жизни, когда на первый план выходит общение, и он, зная, что дома с ним никто общаться не будет, идет на улицу, где такие же, как он, которых тоже послали... Там их понимают, там такие же!

Те дети, которым с детства уделялось достаточное количество внимания, которых не посылали поиграть одного, находятся дома. Их потребности в общении удовлетворяются родителями, братьями или сестрами, и у них нет необходимости идти на улицу. Они могут пригласить друзей к себе домой, и в семье это воспринимается как норма. Таких детей называют домашними, но это вовсе не значит, что они забытые (в смысле неконтактные). По темпераменту это чаще всего флегматики или меланхолики. По психотипу — эмоционально-тревожные, психастеники, шизоиды или эпилептоиды. А неутомонные холерики, которые «вынесли мозг» своим родителям, с удовольствием бегут на улицу, чтобы можно было выплеснуть излишки энергии. Коммуникабельные сангвиники на улице всегда найдут с кем пообщаться, и чаще их ждут, потому что с ними нескучно.

Полагаю, вы уже понимаете, какие дети оказываются на улице. Если ребенок случайно туда, на улицу, в силу определенных обстоятельств попадает, скажем, эпилептоид, он будет провоцировать на конфликт, так как такой психотип часто наполнен негативом, который впитывает из других мест и контактов. Если на улицу пришел шизоид, он, скорее всего, начнет экспериментировать, вызывая любопытство, а параноик с его упертостью и напряженностью будет навязывать и продвигать свои идеи, используя окружающих людей. Гипертим с его гиперактивностью...

активностью будет всех заводить, а ребенок комформного психотица начнет приспосабливаться к требованиям группы. Неустойчивый изберет тактику взаимодействия «за компанию», ну а истероид будет привлекать внимание к себе, причем действиями, которые ломают общепринятые стереотипы и шаблоны. Невротики, скорее всего, всех начнут заражать своим недовольством, потому как для них «все не так». Вот так, похоже, и собирается та самая плохая компания, непредсказуемая в своих действиях, вызывающая массу вопросов и настороженность обывателей.

Почему влияния такой компании на домашних детей боятся взрослые из благополучных семей? Да потому что дети с улицы могут нарушить их спокойствие, стабильность и предсказуемость.

Пример

Крестину, которой 14 лет, знают во дворе все мальчишки, потому что среди них она своя. Она — местный авторитет. Ее гендерные маскулинные особенности позволяют ей быть на равных, и неважно, придется ли лезть через забор или пить алкоголь. И при этом, будучи девочкой, обладающей развитой интуицией, она не раз говорила, как нужно сделать и что учесть, за что ее ценят и уважают. Но для родителей это беда! Они не могут с дочерью справиться. Есть еще один нюанс. Если у какой-то девочки в школе что-то происходит, часто обвиняют Крестину, и родители других детей открытым текстом говорят, чтобы они не дружили с «этой плохой девочкой». Такой ярлык лишь еще больше провоцирует Крестину на поступки, несвойственные маленьким леди.

Когда девочка попала ко мне в кабинет, с первых минут я понимала, что читать мораль, взывая к пониманию окружающих, бесполезно. Поэтому, общаясь с Крестиной, я использовала техники парадоксальной терапии и нейролингвистического программирования. Понимая, что девочка обладает довольно высоким IQ, я использовала уважительную форму обращения к ней. Это позволило наладить контакт и показать ей способы взаимодействия, обеспечивающие коммуникацию и сотрудничество, а не конфликт. Спустя буквально пару месяцев поведение Крестины изменилось. Теперь оно не такое вызывающее, как было раньше. А парни в компании стали уважать ее еще больше, потому как теперь она могла урегулировать конфликты и среди них, если кто-то чем-то недоволен.

Важно не только то, что такая компания старается быть в местах, где нет лишних глаз, но и то, чем, собственно, она занимается. Чем старше подростки из плохой компании, тем смелее они себя чувствуют. И здесь работает принцип «как вы яхту назовете, так она и поплывет»: от этих ребят ждут неприятностей и они об этом, конечно, знают. Соответственно, получите!

Согласно законам психологии толпы (масс), сама численность защищает членов компании от индивидуальной ответственности, и при этом они заражаются друг от друга дерзостью.

Чем занимаются дети и подростки в такой компании? Конечно, тем, чего от них ожидают, во-первых, и во-вторых, тем, что запрещено в обществе. В данном случае работает еще один принцип — «запретный плод сладок». Но это вовсе не значит, что нужно разрешать детям делать то, что им хочется. Очевидно, что и причина такого поведения, и способы его коррекции находятся в сфере воспитания. Я бы даже сказала, в первую очередь воспитания самих родителей с точки зрения ответственности за формирование человека, и лишь потом детей. Но этот вопрос лежит уже в иной плоскости. Вернемся к плохой компании. Думаю, следует ее рассматривать не во времени, ведь «плохиши» были всюду и во все времена. Просто раньше дети лазали в чужой сад за яблоками, сегодня же от безделья и яркой жизни в интернете их соблазняют другие «прелести», а доступность наркотиков кому-то позволяет уйти от тяжелой, невыносимой для психики ребенка реальности, а кому-то — испытать кайф, хоть таким искаженным и суррогатным способом.

Пример

В свои 15 лет Яна уже год стоит на учете в комиссии по делам несовершеннолетних. Алкоголь, наркотики, секс, кражи... У нее уже такой бэкграунд, что, пожалуй, могут позавидовать многие блогеры. Будь я просто обывателем, скорее всего, сказала бы, что это полный беспредел, но профессиональный опыт подсказывает, что за бравадой девочки стоят боль и горечь, злость и безысходность. И он, к сожалению, не обманул. Первый сексуальный опыт Яна получила с родным дядей, когда ей было 12 лет. Он был в состоянии алкогольного опьянения и перепутал ее с какой-то женщиной, которая вместе со всей этой пьяной толпой была у них дома. Никто, даже родная мать, тогда ее не защитил. Яна, вспоминая дошкольное детство, говорит, что «матери на меня всегда было...» (вы догадались). После того случая она первый раз сильно напилась, потом еще и еще... А потом в ее жизни появились наркотики. Девушка рассказывает: чтобы их приобрести, нужны деньги, а их у нее нет, зато есть то, что нужно всем мужикам.

Знаю, что пишу страшные вещи, которые ребенок в нормальной семье даже представить себе не может. Как думаете, в голове у этой девушки крутятся мысли об оценках в школе? Или о чистой юношеской любви?

Когда в школе приемных родителей ко мне на психокоррекцию приводили таких девочек и мальчиков, я четко понимала: стандартные методы здесь точно не помогут. Психологический возраст детей, переживших травму насилия в семье, часто 35–40 лет. Это по паспорту они еще дети... Поэтому я обратилась к Яне как к взрослому человеку, у которого есть шанс изменить свою жизнь, чтобы увидеть, что может быть совсем по-другому. И когда она начала верить в свои силы, мы приступили к разработке стратегии, что и как можно сделать. Самое сложное в работе с такими травмированными детьми — чтобы они начали верить для начала тебе, чуждому человеку, к которому их привели практически силком. Они замыкаются, смеются над тобой, понимая, что ты и дня не прожила так, как годами существовали они. Часто они не верят потому, что не верили им. И все регалии специалиста не стоят ничего в глазах этих девочек и мальчиков. У них другие ценности.

Когда мы концентрируем внимание не на этих трудных детях из плохой компании, а на их родителях, то понимаем, что далеко не все они относятся к неблагополучным, злоупотребляющим или опустившимся людям. Сегодня у многих не хватает сил и времени, которые надо бы уделять ребенку, с одной стороны, а с другой — сами находятся в состоянии постоянного стресса и испытывают чувство безысходности и беспомощности. Соответственно, вербально и невербально они транслируют своим детям то, чем наполнены сами. Мы ведь не можем дать того, чего у нас нет. Зато с лихвой делимся тем, чего у нас сполна. Когда дети ждут искренности, любви, доброты, а видят в родителях совершенно иное — усталость, страх, лицемерие, злость, — они впитывают в себя то, чем с ними поделились, что передали им.

Пример

Роману 16 лет. Он живет в полной семье. Сестер и братьев нет. Родители не просто заботились о нем, они давали и отдавали ему все, что было для них возможным. Отец успешный бизнесмен, мать занимает серьезную должность в известной компании.

Собственно, почему родителей и удивляло то, что Роман попал в плохую компанию, и возмущала неблагодарность сына, как он мог так с ними поступить.

За последние полгода Роман вынес из дома все украшения мамы из драгоценных металлов, «потерял» два айфона, задолжал крупную сумму денег. Я как специалист понимала, что при родителях он ничего говорить не будет, и попросила нас оставить вдвоем. И тогда описала ему перспективу, но не в радужных тонах красивой жизни, а вариант, когда человек опускается, деградирует и поддыхает гниющим и никому не нужным. У молодых часто весьма богатое воображение, которое помогает мне в работе. При представлении удручающей картины собственного будущего им становится настолько противно, что они начинают слышать и реагировать на слова, которые я говорю. Ура, достучалась-таки!

И только теперь начинается работа. Шаг за шагом, как по тонкому льду, ведешь подростка за руку, чтобы он чувствовал твою поддержку. Без поддержки он уже жил, и жил долго, почему и перестал верить. А сейчас, когда он чувствует равнодушие человека, который ему хочет помочь, не видимость, а взаправду, оно еще есть, это доверие! И ты не имеешь права на ошибку. Чтобы человек взял ответственность на себя, ты должен показать ему, как это — взять на себя ответственность за то, что происходит в его жизни, ведь до сих пор его никто этому не учил. Он вновь поверил, в тебя поверил, и ты должен сдержать слово. Только так можно исправить ситуацию. И никакая муниципальная система не сможет прописать нормы психокоррекционного занятия. Ты чувствуешь подростка — он чувствует тебя! Если хоть на йоту соврешь, то упустишь его, и он перестанет тебе верить, перестанет доверять, убежит, как дикий звереныш в лес, и никаким калачом ты его больше не выманишь.

Почему старшие подростки и молодые люди юношеского возраста сегодня часто инфантильны? Они не хотят взрослеть, не хотят учиться, создавать свои семьи, овладевать профессией... Они, как канатоходцы, легко прыгают на тонком канате наплевательского отношения к собственной жизни, не ценя ее, и к общепринятым нормам, правилам, традициям, насмехаясь над теми, кто