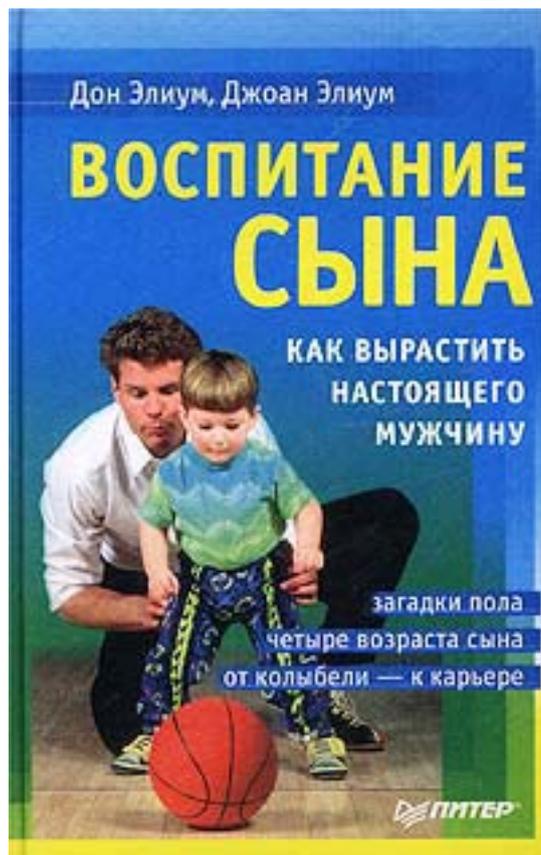


Дон Элиум, Джоан Элиум Воспитание сына



Главный редактор
Заведующий редакцией
Художник
Корректоры
Верстка

Е. Строганова
С. Шевякова
К. Радзевич
Н. Хуторная, С. Юрьева
О. Семенова

ББК74.9 УДК 37-055.15

Элиум Д., Элиум Дж.

Э46 Воспитание сына. — СПб.: Питер,
2003. — 256 с: ил. ISBN 5-94723-547-1

Как вырастить настоящего мужчину — честного и стойкого, отважного и нежного? Чем воспитание мальчика отличается от воспитания девочки? Почему уже в материнской утробе сын ведет себя совсем не так, как дочка? Почему, такой ласковый в раннем детстве, он становится грубым в отрочестве? Как оградить его от дурного влияния, наркомании и алкоголизма? Что сделать, чтобы он был счастлив в своей будущей семейной жизни?

Ответы на эти и другие вопросы вы найдете в книге. Она поможет вам понять мотивы поведения малыша, избежать конфликтов с подростком, сохранить добрые отношения со взрослым сыном.

© Don Elium, Jeanne Elium

© ЗАО Издательский дом «Питер», 2003

Права на издание получены по соглашению с Beyond Words Publishing, Inc. Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-94723-547-1 ISBN 0-941831-70-1 (англ.)

ООО «Питер Принт». 196105, Санкт-Петербург, ул. Благодатная, д. 67в.

Лицензия ИД № 05784 от 07.09.01. Подписано в печать 28.02.03. Формат 84X108 32. Усл. п. л. 13,44. Тираж 10000экз. Заказ № 2512.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ФГУП «Печатный двор» им. А. М. Горького
Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
197110, Санкт-Петербург, Чкаловский пр., 15.

Оглавление

Часть 1. Мальчики и мужчины. Загадки пола

Глава 1. Проблемы воспитания мальчиков

Почему мы написали эту книгу

Глава 2. Из чего же сделаны наши мальчики?

Биологическая сила

Психологическая сила

Сила души

Глава 3. Как добиться успеха в воспитании мальчика: сила культуры

Часть 2. Команда воспитателей

Глава 4. Мать и отец — партнеры по воспитанию

Матери: я вырастила чудовище!

Отцы и сыновья: на непонятном языке

Глава 5. Внутренняя система управления: мысли и чувства

Воспитание детей и ясность мысли

Кривая эмоций

Точка, из которой нет возврата, и зона, где нет места мысли

Жизненно важное различие между чувством и поведением

Привычки и невысказанные чувства

Когда самовыражение несет в себе угрозу

Законы развития чувств

Доверяем внутренней системе управления

Восстанавливая внутреннюю систему управления

Упражнения

Стать сыну опорой в мире чувств

Глава 6. Ограды и запреты: пусть растет в безопасности

Родители в роли добрых малых

Как определить границы дозволенного и последствия действий

Ограды: краткое резюме

Глава 7. Положительный настрой: как прикоснуться к его душе

Условия, необходимые для воспитания сыновнего потенциала

Сила внимания

Упражнение: учимся слышать положительный настрой

Это звучит знакомо?

Часть 3. От колыбели к карьере

Глава 8. Возраст Христофора Колумба: с рождения до семи лет

Задачи возрастного этапа развития

Потребности

Внутренняя система управления

Ограды

Сексуальность

Положительный настрой

Начинаем действовать

Глава 9. Возраст Тома Сойера: с восьми до двенадцати

Задачи возрастного этапа развития

Потребности

Внутренняя система управления

Ограды

Сексуальность

Положительный настрой

Начинаем действовать

«Помогите!» — «Пожалуйста»

Глава 10. Возраст господина Нахала: с тринадцати до семнадцати

Задачи возрастного этапа развития

Потребности

Внутренняя система управления

Ограды

Сексуальность

Положительный настрой

Начинаем действовать

Глава 11. Годы взросления: с восемнадцати до двадцати девяти

Пришла пора отпустить

Среди сверстников

Будущее

Часть 1 Мальчики и мужчины. Загадки пола

Глава 1 Проблемы воспитания мальчиков

У моей матери со мной было множество неприятностей, но, я думаю, ей это нравилось.

Марк Твен

Возможно, название этой книги — «Воспитание сына» — привлекло ваш взор потому, что вы ожидаете рождения мальчика, или потому, что в настоящее время вы в полной мере испытали на себе, что значит воспитывать сына, и вам уже хочется, взобравшись на самую высокую колокольню в городе, во всю силу своих легких закричать: «На помощь!» Главная проблема воспитания мальчиков заключается в том, что никто не знает, как их сегодня воспитывать. Они предоставлены самим себе в поисках того, что значит «быть мужчиной» в нашей культуре.

«Мальчики хотят знать три вещи, — говорит 72-летний Лью Пауэре, ветеран школы бойскаутов, являющийся ее директором уже в течение 20 лет, — Во-первых, кто главный? Во-вторых, каковы нормы и правила? И в-третьих, собираетесь ли вы проводить эти нормы в жизнь? Для того чтобы построить прочные отношения с мальчиком, вы должны быть главным и притом очень добрым. Устанавливайте только такие правила, соблюдения которых вы можете добиться, и неуклонно проводите эти правила в жизнь. Тогда у вас будет фундамент для создания отношений. Отсюда возникает уважение и, что важнее, доверие. После этого вы можете быть добрым, он будет вас слушать, потому что знает: вы на его стороне».

Воспитывать сыновей сегодня гораздо труднее, чем когда-либо прежде. Мир очень изменился: семьи отказались от авторитарных методов воспитания, когда родители отвечали за все, решения не обсуждались, а дети соблюдали установленные правила, почти не противясь им. Доктор философии Луиза Дж. Каштан — детский психолог и автор многих книг — описывает в своей книге «Исключительность и особенность: от ребенка к личности» типичную семью прошлого: «Когда эмоциональная структура семьи была более определенной, дети признавали родительский авторитет из чувства долга и преданности. Они перенимали от своих родителей четкие и незыблемые идеалы, которые впоследствии позволяли им действовать хотя и негибко, но уверенно и авторитетно в отношении своих собственных детей».

В современной детоцентристской семье родители пытаются взять на себя руководство, но им не совсем понятно, как именно это сделать. Правила, даже если они есть, неизбежно нарушаются, и начинается править хаос. Поскольку главенствующее положение семьи в американской жизни открывает путь правам индивидуума, родители отказались от своей власти над сыновьями, боясь ущемить их права. Эти перемены в общественной структуре привели в сомнение и смятение и детей, и родителей. Мы вынуждаем своих детей делать выбор слишком рано, устанавливаем слишком смутные и неясные границы возможного и пределы допустимого и, более того, сами бываем непоследовательны в соблюдении нами же придуманных правил.

И скаутмастер Пауэре, и д-р Каплан считают, что наши сыновья нуждаются в твердой, но доброй и авторитетной руке, которая бы руководила ими. И мы, как родители, тоже знаем это, но одни лишь добрые намерения не могут преодолеть трудности, с которыми мы сталкиваемся сегодня, воспитывая мальчиков. Одиноким матери взывают к мужчинам, которые, на их взгляд, достойны того, чтобы войти в жизнь их сыновей. Отцы испытывают растерянность, будучи оторванными от семьи вследствие трудовых обязательств, финансового давления и недостатка опыта в воспитании детей. Матери знают, что при отсутствии отца излишняя женская забота отрицательно влияет на характер сыновей. Но как может мать отпустить мальчика, если нет никого, кому бы она могла его передоверить?

Мне хотелось бы отправить своего мальчика в армию. Это помогло бы ему сформироваться! Мальчик не уважает меня, свои вещи и свою мать. Он не примется за работу, если я ежеминутно не буду подталкивать его. В его комнате свалка, а он и не думает убираться. После армии он, по крайней мере, придет изменившимся!

Боб, отец Мэйсока, подростка 15 лет

И хотя Боб, вероятно, шутил, говоря о желании отправить своего сына в армию, он все-таки затронул вопрос, который его действительно тревожит. Он считал, что виной всему мужская энергия его пятнадцатилетнего сына. Родители сыновей очень хорошо знакомы с этой энергией. Она действенна, своевольна и решительна. Иногда мы называем ее ленивой, дикой, сводящей с ума. В нашей торопливой, расписанной по часам жизни мы рассматриваем рождение мужчины как какое-то неудобство. Обычно для родителей наступают худшие времена, когда сыновья, уступая своей мужской жажде исследований, устремляются вперед, отрываются от родителей и уходят в сторону. Независимо от того, сколько сыну лет, родители бегут к консультантам с мучительными вопросами: «Мой ребенок нормален? Что же я сделал(а) неправильно? Можно ли было воспитать его более заботливым? Как мне достучаться до него? Как его приручить? Почему он делает то, что делает?»

Почему мы написали эту книгу

Нас часто спрашивают, почему мы написали книгу именно о воспитании сыновей. У каждого из нас есть свой ответ на этот вопрос.

Ж: Я, Жанна, никогда не понимала мужчин. Мой отец, который был человеком любящим, проникательным, заботливым, так и остался тайной для меня. Мой брат — очаровательный, остроумный, толковый, душевный и загадочный. Мой муж — товарищ во многих сферах нашей совместной деятельности, но какая-то часть его так и остается недостижимой, чуждой и не похожей на меня саму. А теперь у меня есть еще и сын, и я часто думаю о том, кто же он. И какой должна быть я — его мать, чтобы наставить его на путь здоровой мужественности.

Мои взаимоотношения с мужчинами были и ужасны, и восхитительны, и все же немного более ужасны, чем восхитительны. Женское движение как бы разрешило мне ругать мужчин и возмущаться «патриархатом». Позже при поддержке других женщин я научилась видеть в себе женщину, гордиться своей женской натурой и, конечно, избавилась от своей ненависти к мужчинам. Работа в экологическом движении помогла мне понять, что обвинять мужчин в сегодняшнем состоянии мира — это лишь полдела. Мы все должны нести ответственность за те условия жизни, которые достанутся в наследство нашим детям.

Именно это чувство, что пора мужчинам и женщинам понять друг друга, чтобы оздоровить нашу планету, и привело меня вместе с мужским движением к этой работе. По всей стране мужчины начинают поддерживать друг друга, как делали это в 60-х годах женщины, чтобы понять наконец, что же такое мужчина в современном мире. Мне посчастливилось быть свидетельницей этой отважной борьбы и услышать рассказы нескольких таких мужчин. Они помогли мне понять уникальность мужского пути к мужественности, и я им благодарна за это. Я решила писать эту книгу вместе с мужем Доном, чтобы мой сын мог расти свободным и превратиться в самого прекрасного мужчину, каким, естественно, он и является.

Д: Когда я, Дон, достиг совершеннолетия — а было это как раз на пике движения за освобождение женщин, — у меня был идеал мужчины, каким я, по предположению, должен стать — дружелюбным, осознающим свои собственные чувства и понимающим чувства других. Но вскоре я заметил странную тенденцию: у меня были женщины-друзья, но никогда не было свиданий. Большинство женщин, которых я знал, встречались с мужчинами более жесткими, более уверенными в себе, нежели я, а иногда даже более настойчивыми и агрессивными. То, что я называю «чувствительным мужчиной», по сути, является мужчиной пассивно-агрессивным, который не говорит, что он чувствует, не настаивает на своем и говорит «да», когда на самом деле хочет сказать «нет». Женильба и рождение сына загнали меня в угол. И я стал искать другие пути. Я не хотел, чтобы сын рос, не имея перед собой сильного отцовского примера.

Раньше, пытаясь определить, что такое мужественность, я смотрел на женщин. Теперь я начал искать других мужчин. Именно тогда я обнаружил ту мощную мужскую силу, которая есть во мне и в каждом мужчине. Оставленная без внимания, она может стать разрушительной; воспитанная до зрелости, она несет в себе жизнь. Поворотным пунктом для меня стал момент, когда мой врач д-р Гари Джордан сказал: «Дон, вот что значит быть мужчиной». Я был потрясен.

Нашелся мужчина, который верил, что есть на свете уникальные мужские задачи — быть сильным и чувствительным и поступать так, как считаешь нужным. Мы совсем не похожи на женщин. Мы из другого теста. Я обнаружил, что у меня, как у мужчины, есть важное призвание и роль в этой жизни, что пришло время понять это, жить с этим и дать этому определение для современного мира. Именно эта задача и подвигла меня, вместе с моей женой Жанной, говорить прямо и резко о воспитании сыновей. В воспитании мальчика есть существенные отличия, и эти отличия имеют свою цель — вырастить мужчину.

Глава 2 Из чего же сделаны наши мальчики?

Из конфет и пирожных,
Из сластей всевозможных —
Вот из этого сделаны девочки.
Из колючек, ракушек,
Из зеленых лягушек —
Вот из этого сделаны мальчики¹.
Старинный детский стишок

Когда наш сынок был маленьким, для него подходила первая «сладкая» строка этого детского стихотворения. Но где-то с четырех лет он стал совсем другим. Он вроде все еще оставался сладеньким, нежным и милым (большую часть времени), но какая-то суровость уже прорастала в нем, крепло осознание своей важности, права на то, чтобы с ним считались. В минуты, когда его представления не совпадали с нашими (например, когда мы считали, что пора прекратить играть), мы наталкивались на яростную бурю, принявшую обличье маленького мальчика.

И сейчас, в пять лет, наш сын продолжает поражать нас своей свирепостью. Ошеломленные и обескураженные, мы смотрим на него и думаем: «Что же нам теперь делать?!» Потом мы начинаем рассуждать: кто же этот ребенок, такой большой и такой агрессивный? Только вчера он был счастлив, когда его щекотали, обнимали, носили на руках. Кто этот мальчик-мужчина, который стоит перед нами, такой непокорный и удивительно мудрый? Какие странные силы так изменили его?

¹ Перевод С. Маршака.

Чтобы понять, из чего «сделаны» мальчики, мы должны посмотреть, что же их формирует:

- мощные физиологические силы,
- уникальные мужские психологические задачи и
- мрачный, темный, загадочный мир мужской души.

Биологическая сила

Биологически мальчиков приводит в действие наркотикоподобный гормон, один из тех, что оказывают самое мощное из известных миру влияний на поведение. Именно эта сила делает мальчиков агрессивными и заставляет их побеждать любой ценой. Она вынуждает их крушить мебель, бить лампочки, и нам, родителям, приходится радоваться тому, что у нас есть хороший дом, здоровье и автомобильная страховка. Крохотная капля этого мощного вещества в течение очень короткого периода заставляет самого маленького, самого слабого самца в группе обезьян бросать вызов вожаку, находящемуся на троне. Бывший до этого изгоем, он не только выигрывает борьбу, но и продолжает властвовать и править целой группой: самками, малышами и другими самцами. Тот же самый стимул превращает шаловливого девятилетнего человечка в четырнадцатилетнего «невероятно неуклюжего» подростка. От зачатия до зрелости эта сила заставляет тело и мозг ребенка принимать мужские формы. И все вследствие действия гормона тестостерон.

Мужская программа

Хотя, возможно, трудно себе представить, что наш шестимесячный милый и ласковый сынок находится под влиянием этой мощной силы, тестостерон уже работает, обеспечивая внутреннее превращение мальчика в мужчину. Не забывайте, что каждый мальчик растет со своей собственной скоростью: он развивается в строгом соответствии с заложенной в него программой, определяющей его пол, формы тела и оказывающей влияние на его темперамент. Физиологически он развивается у нас на глазах, независимо от того, что мы, родители, делаем. Это чудо нам неподвластно, как, впрочем, и самому ребенку. Он вырастает в мужчину, что изначально предопределено гормонами.

Давайте вместе совершим небольшой экскурс в биологию, чтобы пролить некоторый свет на то, как это происходит. Как все мы знаем, гормоны представляют собой продукты, вырабатываемые железами внутренней секреции (щитовидной, поджелудочной, гипофизом, тимусом, яичниками у женщин и яичками у мужчин). Все они находятся под контролем биологического разума, у которого есть четкий план развития каждого мальчика. И у мальчиков, и у девочек есть основные половые гормоны — тестостерон и эстроген, но у мальчиков больше тестостерона, а у девочек более высок уровень эстрогена. Различие в их соотношении и стратегическом расписании выброса и обуславливают уникально женский или уникально мужской тип развития.

Разум, ответственный за программу развития, действует на уровне генетического кодирования. Нашим сыновьям эти инструкции приносятся Y-хромосомой. Все эмбрионы начинают жизнь как создания женского пола, поэтому в течение первых недель после оплодотворения Y-хромосома выполняет важную миссию — сигнализировать выработку тестостерона, который изменит биологический шаблон с женского на мужской. С этого момента ребенок становится мальчиком. Первая часть программы выполнена. Слишком часто мы забываем о том, какое это чудо, когда маленький кусочек недифференцированной плоти вырастает в прекрасное и жизнеспособное мужское существо. Вот цель мужской программы.

В настоящее время ведутся глубокие исследования на предмет выявления различий между мужчинами и женщинами. Камилла Бенбау и Юлиан Стенлей, исследователи из Университета Джона Хопкинса, провели изучение более десяти тысяч детей и встретили бурное сопротивление, когда заявили, что различия между полами, вне всякого сомнения, имеют биологическую основу. Бенбау говорит: «Я пятнадцать лет искала объяснение этих различий в условиях воспитания и получила нулевой результат. Тогда я отказалась от этой позиции... Мы уже начали получать свидетельства того, что при двух одинаково приемлемых (валидных) подходах к проблеме — через слова и через образы — женщины обычно выбирают слова, а мужчины идут через образы».

Исследование мозга, осуществленное доктором философии Роджером Горски, пионером эндокринологии, выявило значимые различия в структуре мозга мальчиков и девочек. Эти вариации могут объяснить различия в высших мозговых функциях, таких, как память, воображение, контроль над телом, и в том, как мужчины и женщины думают, чувствуют, действуют и воспринимают окружающий мир. Мужчина, например, склонен сначала зафиксировать проблему, чтобы рассмотреть взаимоотношения с супругой или подругой позже, тогда как большинство женщин анализируют взаимоотношения по ходу дела. Мужчины склонны сосредоточиваться на одной проблеме или задаче в каждый момент времени (как на яблочке мишени) и смотреть на все остальные обстоятельства своей жизни как на помехи, отвлекаться на которые не стоит. Женщины фокусируются на цели, но держат в уме и широкую картину поля действия.

Некоторые исследователи в области биологии, психологии и социологии подвергают эти открытия сомнению. И на то есть свои причины. Исследования по различию полов, проводившиеся в XIX веке, были использованы для того, чтобы доказать неспособность женщин к иной роли в мире, кроме роли матери и хозяйки дома. Сюзанна Дэвис пишет: «Антропологи, биологи и другие исследователи использовали все — от размеров мозга до аппетита, чтобы оправдать викторианское представление о мужчинах как о более умных,

настойчивых и, следовательно, имеющих больше политических прав, чем «слабый пол». Затем маятник качнулся в другую сторону, к убеждению в том, что существенных биологических различий (за исключением репродуктивной функции) между мужчинами и женщинами нет. Эта группа исследователей доказывала, что развитие тех качеств, которые мы считаем чисто мужскими или чисто женскими, определяется условиями семейного воспитания и культурной социализации. Это давнее расхождение мнений относительно того, что важнее — наследственность или среда, известно как спор о «природе и воспитании».

Истина же в том, что на развитие мужчины и женщины влияют многие факторы. Физиологически женщины и мужчины вынуждены маршировать под ритм совершенно разных гормональных циклов, обуславливающих различие установок, форм тела и стиля общения. Все существо мальчика вибрирует в ритме тестостерона.

Как мы уже знаем, первый выброс тестостерона заставляет плод действовать по мужской программе. Другой мощный выброс — на шестом месяце беременности — знаменует собой начало второго этапа развития. Затем уровень секреции тестостерона снижается до начала пубертата, когда выработка этого мощного гормона повышается в 10-20 раз по сравнению с его обычным уровнем у девочек. И снова уровень тестостерона и начало пубертата у разных мальчиков не совпадают. Неудивительно, что мальчик-подросток не может ходить, не натываясь на предметы, нуждается в более длительном сне, легко выходит из себя, становится угрюмым и не может сосредоточиться на работе. Он сталкивается с поразительными, часто пугающими, но всегда мощными последствиями изменений: рост волос на теле, увеличение мускулов, восьмикратное увеличение полового члена, огрубение голоса, обогащение фантазий и грез и пробуждение интереса к сексу.

Этот тестостероновый натиск приносит с собой отвращающее ощущение силы и непобедимости. Подросток чувствует, что он может все. Матери знают, как трудно бывает понять в это время своего ребенка. Отцы на себе чувствуют, как трудно с ним общаться. Он весь во власти мужской программы биологического развития.

Годам к двадцати резкие колебания уровня тестостерона стабилизируются, если мужчина не болен и не ослаблен физически. Есть доказательства того, что уровень тестостерона может временно повышаться, если он нужен мужчине для решительных действий: когда сам мужчина или его любимая в опасности, когда он рассержен или участвует в соревнованиях. Но никогда больше по завершении пубертата мы не увидим значительного увеличения продукции гормонов во имя создания сильного, здорового взрослого мужского тела.

Тестостерон и мужское поведение: три основные тенденции

Как мы видели, задачей Y-хромосомы является сформировать взрослое мужское тело. Для реализации своей программы развития она использует тестостерон, который сначала присваивает плоду мужской пол, затем развивает тело мальчика и добавляет вторичные половые признаки. Результат — зрелая мужская физиология.

Не менее мощное влияние тестостерон оказывает и на мужское поведение. Хотя каждый мальчик развивается по-своему, три основных момента наблюдаются у всех: склонность к доминированию и агрессии, сильное импульсивное желание рисковать и повторяющиеся кратковременные периоды напряжения и расслабления.

Агрессия и доминантность

Он очень отличается от дочери. Она тоже дерется и кричит, но перепады его настроения понять, невозможно. Он всегда толкается и все всегда хочет сделать по-своему. Его первый порыв — стукнуть или крикнуть. Он не делает этого нарочно. Это само прямо лезет из него.

Ивонна, растерянная мать

Современные исследования в области гормонов связывают агрессивность у мужчин и желание доминировать над другими с высоким уровнем тестостерона. Согласно Джеймсу

Дэбсу, доктору философии, исследователю из Университета штата Джорджия, «он (тестостерон) определяет иерархию человеческого стада...». Мужчины, у которых тестостерона больше, чем обычно, считает Дэбс, пытаются оказывать влияние на других людей и руководить ими, главенствовать в обществе и дома, свободно выражают свои взгляды и настроения.

Эти тенденции могут проявляться как в положительных, так и в отрицательных поступках. Желание доминировать в обществе может привести к положению лидера в школе, на баскетбольной площадке, в делах и политике. С другой стороны, гиперагрессивность может выразиться в склонности к правонарушениям, насилию, неразборчивости в связях и преступлениям.

Соперничество за звание «короля горы», имеющее место во всех соревнованиях, и непризнание авторитетов — таковы признаки биологической силы тестостерона. Мужские побуждения могут выражаться по-разному, но пинки, тычки и словесная агрессия распространены среди мальчиков во всех культурах мира. Одни доходят до крайности в использовании физической силы, о чем свидетельствует постоянно растущее число малолетних преступников, осужденных за насильственные преступления и изнасилования. Для других проще выразить свою агрессивность словами, как это бывает в беспредметных домашних спорах или на речевых занятиях в классе, что, конечно, носит более творческий характер.

*У меня спокойный и чувствительный сын. Он не участвует в мальчишеских драках и свалках. Но он становится похож на сумасшедшего, как только включает свой компьютер.
Сэм, отец десятилетнего мальчика*

Некоторые виды поведения мы можем не считать агрессивными, как, например, решение задач программирования. Агрессия может проявляться косвенно через такие средства, как компьютер, различных видов конструкторы, автомобиль или скейтборд. Как замечает исследователь Камилла Бенбау: «Давайте посмотрим, как человеческие существа мужского пола обращаются с вещами — от погрешек до космоса».

Я не знаю, куда я еду, но я еду своей дорогой!

*Стими, сидящий в автомобиле,
мчащемся с горы без управления*

Если мы представим себе биологическую силу тестостерона в виде стрелы, а затем наблюдаем за поведением мужчин, то мы увидим, что в основании очень многих их поступков лежит импульс «прямо и вперед». В группе из 50 мужчин, участвовавших в дискуссии на конференции по мужским проблемам, большинство заметило в себе такой импульс. Один из мужчин сказал: «У него даже может не быть конкретного направления. Порой я чувствую себя похожим на ракету — меня словно запустили. В беседе я могу настаивать на том, что для меня вовсе не важно, но я все равно продолжаю это делать. Если я не остановлюсь и не обдумаю, что я хочу сказать, то буду ломиться вперед и могу зайти слишком далеко».

Лингвистические исследования доктора философии Деборы Таннен свидетельствуют о том, что основной движущей силой мужской аргументации и логичности является стремление овладеть положением, а не реальное содержание беседы. Как родители, мы, вероятно, все наблюдали, что, независимо от предмета обсуждения (времени укладывания спать, часа возвращения домой, домашних обязанностей или привилегий), мальчик всегда отмечает, кто главный и может ли он сам овладеть ситуацией. Инстинктивно он реагирует на призыв тестостерона.

Импульсивное желание рисковать

Я ехал в автомашине, где со мной были еще пятеро мальчиков. Шел дождь, мы двигались по живописной дороге над океаном. Вдруг откуда ни возьмись поворот. Я резко крутанул руль,

и машина встала на два колеса, повиснув на краю обрыва. Внизу был виден океан и островерхие скалы. Мы все вскрикнули, и я не знаю, как это случилось, но машину вдруг толкнуло назад, и она встала на все четыре колеса прямо посередине дороги. Я нажал на тормоза и остановился. В потрясенном молчании, которое воцарилось, первой моей мыслью было: «Давай попробуем еще раз!»

Тед, мальчик 16 лет

Такие рассказы приводят родителей в состояние транса. Очень трудно защитить сына от других, но еще труднее защитить его от самого себя. Биологическая сила не только заставляет тело мальчика развиваться физически, но и понуждает его испытывать пределы возможного, особенно те, которые другими принимаются на веру. Производители перевязочных материалов знают, как часто мальчики испытывают силу земного притяжения. Универмаги тратят средства на двусторонние зеркала и видеокамеры, чтобы ловить тех, кто пытается проверить, действительно ли рука быстрее глаза. Изготовители планеров, мотоциклов, альпинистского снаряжения, скоростных автомобилей и других подобных товаров процветают, потому что им известно: мужчины неизбежно будут испытывать судьбу снова и снова. И когда впоследствии сын начинает делиться с родителями тем, что он на самом деле выделывал в юности, те радуются лишь одному: что тогда об этом не знали.

Исследования доктора философии Фрэнка Фарлея, психолога Университета штата Висконсин, связали высокий уровень тестостерона со стремлением к риску. Мужчин с «относительно высоким уровнем тестостерона» Фарлей назвал типом «большое Т». Те, у кого уровень тестостерона был близок к норме, получили название «маленькие т». Субъекты, отнесенные к «большим Т», отличались либо высоким творческим потенциалом, либо склонностью к правонарушениям. Иногда у них присутствовало и то и другое. И творческие, и преступные «большие Т» чаще других демонстрировали саморазрушающее поведение. Среди них было больше случаев злоупотребления наркотиками, курением, алкогольными напитками; они в два раза чаще, чем предшественники «маленьких т», попадали в аварии.

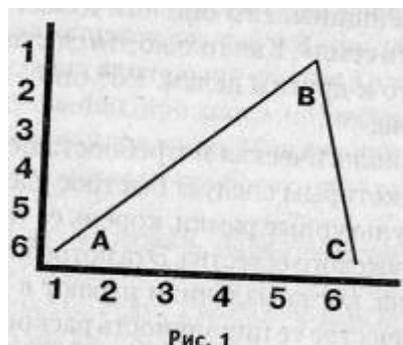
Доктор Фарлей предполагает, что мальчики и мужчины, которых можно отнести к «большим Т», обычно рушат основы, низвергают авторитеты и любят устанавливать собственные правила. Они могут взять ответственность на себя, создать что-нибудь новое, а затем перейти к другому проекту, который стал для них более привлекательным. «Маленькие т» хотя тоже агрессивны, но предпочитают следовать установленным правилам, вносят порядок и стабильность в любое дело и более склонны к управлению проектами, чем к их созданию. Любой организации нужны дух и силы обеих этих групп: силовые игроки и игроки, принимающие на себя удар, в бейсболе, творческий президент корпорации и надежный управляющий, первый танцовщик и линия кордебалета в театре.

Диапазон рискованного поведения широк: от опасных трюков, угрожающих жизни, до мягких форм в виде расширения границ дозволенного. Старшеклассник влезает в главный школьный компьютер, чтобы автоматически подправить свои оценки, если они ниже, чем ему хочется. Потом он оказывает такую же «услугу» другим школьникам, превращая это в очень выгодное предприятие, пока секретарь не обнаружит заметки «мастера» к программам, случайно позабытые в компьютерном классе. Одна опытная компьютерная фирма нашла способ извлекать выгоду из пристрастия юных хакеров к взламыванию программ: она наняла в качестве контролера вновь выпускаемой продукции 13-летнего мальчика. Его задачей было взламывать программы и тем самым обнаруживать прорехи в системах защиты. Если вы не видите у своего сына никаких признаков склонности к риску в том или ином виде, оглянитесь назад: приходило ли ему в голову еще в дошкольном возрасте выстроить полутораметровую башню из стола и стульев и, накинув на плечи покрывало, прыгнуть с этой высоты, чтобы проверить, полетит ли он, как сверхчеловек?

Тестостерон предрасполагает мужчин к поиску рискованных приключений. Они тратят немало энергии в попытках поколебать систему, исследовать свои возможности и бросить вызов традиционным взглядам.

Напряжение и расслабление

Мгновение, когда охотник делает выстрел, дрожь долгого преследования и завершение крупной сделки — эти моменты живут в грезах каждого мужчины с доисторических времен по сей день. Главным здесь является мощный энергетический цикл, фундаментальный для формирования мужчины: за коротким подъемом напряжения следует быстрое удовлетворенное состояние и полное расслабление. Этот кратковременный цикл непосредственного удовлетворения готовит тело мужчины к действию.



Когда мужчина находится под угрозой или в состоянии крайнего стресса, его тело настораживается и приводится в готовность к действию; нужно ли бороться за свою жизнь, защищать свою семью или решать трудную проблему, — мужчина готов к быстрому, решительному действию, которое принесет успокоение и разрешение ситуации, с которой он столкнулся.

Мальчик играл с конструктором «Лего». Он старательно мастерил сложную конструкцию, как вдруг вскрикнул: «Ты, дурацкая штука!» — и бросил деталь на пол. Потом он спокойно продолжил работу, как будто ничего не случилось.

Алекс с увлечением работал на компьютере, глаза его уперлись в экран, плечи напряглись, пальцы порхали над клавиатурой. Ничто не могло отвлечь его внимания, пока он не решил свою задачу. Затем он раскинул руки, подпрыгнул и воскликнул: «Я сделал это!»

Мужчины сгрудились вокруг телевизора, лица их напряжены. Тела воспроизводят движения четверть защитника — как он бежит, делает зигзаги, чтобы обойти защиту противника. Рев поднимается в группе, когда медленным длинным броском мяч посылается через поле. Стон вплетается в крики триумфа, когда мужчины все вместе вскакивают одновременно с захватом мяча вратарем. Они падают назад на свои места обессиленные: «Уф-ф-ф... Черт возьми!»

Этот цикл напряжения — расслабления лучше всего виден в сексуальном поведении мужчины, всегда подвластном этому мощному энергетическому циклу. Сексуальная роль мужчины в жизненном цикле гораздо проще и уже роли женщины. Его биологическая задача — вовремя «посеять семя». Как только это сделано, тело мужчины зовет его к другим делам. Вот оно — напряжение и расслабление.

Хотя эта биологическая потребность переживать напряжение, за которым следует быстрое удовлетворение, и введена в культурные рамки, корень ее таится глубоко в сущности мужского естества. Эта потребность проявляется уже тогда, когда мальчики играют в пятнашки, но только в отрочестве ее цикличность раскрывается в полную силу. Мастурбирование, отчаянные поступки, цель которых — поразить девочку своей мечты, потребность испытывать напряжение борьбы и восторг победы — все это примеры действия одной и той же биологической силы. Спортивные соревнования — один из наиболее подходящих способов вывести наружу настойчивую потребность в напряжении и расслаблении. При всех других способах используется скорее сила ума, чем мускулов.

Д: Том, мой клиент, — мальчик 17 лет. Он был подавлен и чувствовал себя козлом

отпущения. Родители и учителя считали его ленивым. Он пришел на консультацию, потому что его исключили из школы, причем отказавшись даже объяснить почему. Я сказал ему, что лень его — лишь прикрытие и что, я думаю, он много работал. Затем я спросил Тома, над чем он так фанатично размышлял. (Это, конечно, был выстрел в темноту, просто я предположил, что тестостерон дополнительно нагружал его мозг, ибо тело его и осанка были слишком вялы.) Том взглянул на меня с удивлением и пробормотал: «Шпионский роман. Я люблю служителей порядка и закона!» Он пояснил, что не хотел говорить кому-либо о своей книге, боясь быть осмеянным. В конце концов Том набрался достаточно смелости, чтобы прочесть отрывок из своей рукописи на уроке английского языка. Он потом рассказывал: «Я так нервничал, что струхнул почти окончательно, но стоял и продолжал читать. Когда все зааплодировали, мне показалось, что я самый сильный человек в мире. Мне страшно подумать об этом, но очень хочется попробовать еще раз!»

Нервозность подготовки, нарастание напряжения при исполнении и расслабление, которое приносит решение, по своей природе не ведут к насилию или преступлению. Однако то, что мы видим на улицах и о чем читаем в газетах, вынуждает нас думать иначе. Полный таинственности наркобизнес, магазинные кражи, остроумные компьютерные взломы и организованная преступность — вот общеизвестная арена самовыражения мужчин в современном мире.

Это был какой-то толчок, и я украл конфету в магазине. Чувство было ужасным. Достаточно ли я силен, чтобы так сделать? Но нет ничего равного той минуте, когда я это делал, я точно знаю.

Нэйт, двенадцатилетний любитель риска

Мужской день регулируется постоянными циклами напряжения — расслабления: подъем и спад, передышка и потребность начать сначала. Если мужчина не находит творческого, не противоречащего закону способа испытать трепет, то эта потребность уходит в подполье, чтобы впоследствии злобно вырваться наружу в актах разрушения. Или она, оставаясь внутри, перерастает в депрессию, в пытку самокритикой, в мучительное чувство безнадежности.

Психологическая сила

Я пожаловался другу, что, хотя уже и отучился шесть лет на терапевтическом факультете, моя мама все не отпускает меня от себя. Он ответил: «Она и не отпустит. Должен прийти отец и забрать тебя у нее».

Ричард, 35 лет

Мы коротко рассмотрели мужскую биологическую силу, этот физиологический генератор энергии, который толкает наших сыновей на определенный путь развития и находится вне сферы сознательного контроля. Психологическая сила действует в области взаимоотношений. Ее импульс приходит из невидимого мира элементов развития и освоения. Сегодня мы, родители, вооружены множеством хороших книг по психологии развития детей, но в них все-таки недооценивается ключевой момент: то путешествие, которое должен совершить каждый мальчик, — переход через мост, через баррикаду, от матери к отцу. Мужчины мало говорят об отношениях, но если такое вдруг случается, то всегда всплывает общая тема — они ощущают себя приклеенными к матери, отчужденными от отца и плохо осознают свои мужские роли в мире и свою половую идентификацию. Большинство современных мужчин так и остаются на всю жизнь по материнскую сторону баррикады.

По материнскую сторону баррикады

Когда мальчик только что родился, вполне понятно, что он сын своей матери. Он получает от нее молоко жизни, быть рядом с нею — блаженство, быть вдали от нее — смерть. Он и она — единое существо. Жизненная сила, которая цементирует их отношения, исключительна по своей мощи, любви и значению. Известно, что нежные и слабые женщины, едва ли способные осилить свой собственный вес, поднимали автомобиль, угрожавший их ребенку. Мать узнает

плач своего малыша среди сотен кричащих младенцев, и ребенок чувствует ту минуту, когда мать снимает телефонную трубку, понимая, что ее внимание больше не принадлежит ему одному безраздельно. Такова первая привязанность мальчика. Положительна она или отрицательна, но формирование его эмоциональной жизни начинается с этого. Мать — начало всех начал.

А где же отец среди этой любви между матерью и сыном? Отец определенно на втором плане (несмотря на недавние изобретения вроде искусственной груди, которой отцы смогут кормить своих сыновей в младенчестве). Задача отца — защищать и оберегать эту связь между матерью и сыном. Однако мы вовсе не считаем, что отец не должен участвовать в уходе за сыном и не может привязаться к нему. Многие отцы испытывают глубокое чувство потерянности и одиночества после рождения ребенка, которого они так долго вместе ждали. Отцу даже может вдруг показаться, что между ним и женой уже нет той душевной близости, какая была до рождения ребенка. На нее нет ни времени, ни сил. Каждое мгновение жизни уходит на то, чтобы обиходить или накормить этого слабого завоевателя, желанного и любимого, но тем не менее завоевателя.

Когда он появился, он был чудом. Не важно, что было трудно, но я вспоминаю ту минуту, и моя преданность сыну возвращается.

Джон, отец, присутствовавший при родах

Отец должен упорно стараться поддерживать тесную связь с матерью ребенка и присоединиться к матери в ее привязанности к новорожденному сыну. Отец, активно общающийся с сыном в первые годы его жизни, делает огромный вклад в будущее. Отдача будет преумноженной когда пройдут годы и баррикаду нужно будет разрушить. Поддержка во время рождения ребенка, долгие ночи у его колыбели, первые совместные шаги по полу, непрерывные старания материально обеспечить семью—все это нужно, но вторично. В этот период своей жизни мальчик должен прежде всего идентифицироваться с матерью.

Переход

Между пятью и восемью годами психологическая сила толкает мальчика к переходу. Приоритеты идентификации смещаются от матери к отцу. Этот выбор сын делает неосознанно. Внутренний импульс мужской программы развития выталкивает его из материнского гнезда на опасный мостик в мир отца. К девятилетнему возрасту сын всерьез ставит авторитет матери под вопрос. Он медленно одевается и тянет время на любом пустяковом деле. Легко раздражаясь, он часто считает мать глупой. Ну как она не понимает, что он и сам может перейти улицу и пойти с приятелями в кино? Все его друзья уже так делают!

Д: Этот переход сыграл серьезную шутку с одним из моих клиентов. Натан, которому 10 лет, жил с матерью и младшим братом. Отец жил на другом конце города и навещал их лишь время от времени. Однажды вечером Натан, споря из-за того, где ему сесть за обеденным столом, вдруг замахнулся на мать. Она резко схватила его, чтобы усадить, но он толкнул ее так, что она упала. Оба, и мать, и сын, были ошеломлены случившимся, как будто все это произошло с какими-то другими людьми. Позже мать рассказывала мне: «Я пацифистка. Не могу даже понять, как это я так его схватила!»

Я убеждал ее в том, что должны произойти две очень, важные перемены. Во-первых, ей предстоит еще раз подумать, как она будет справляться со своим теперь уже более сильным сыном и со своим собственным гневом. Во-вторых, Натану жизненно необходимо как можно больше времени проводить с отцом и другими взрослыми мужчинами. Позже женщина рассказала мне, что отец Натана отказался принимать более заинтересованное участие в сыне, и поэтому она устроила так, чтобы Натан почаще встречался со своим любимым дядей и соседскими мальчиками, отец которых проводил с ними много времени. Она сказала: «Для меня было огромным облегчением узнать, что случившееся было нормальной реакцией для

его возраста. Хотя не менее важно и другое: я увидела, что чем больше он проводит времени со взрослыми мужчинами, которые небезразличны к нему и готовы потратить на него время, не раздражаясь по поводу его выходок, тем спокойнее он со мной. Меня поражают происходящие в нем изменения».

Такие стычки между матерью и сыном вполне нормальный признак того, что отцу пора «принять огонь на себя», заняв центральное положение в семейной жизни. Живет он с женой или разведен — его роль ясна: само присутствие отца, его участие в жизни сына необходимы как предпосылка здоровья и внутренней силы будущего мужчины. Если до этого отец не интересовался сыном, то начинать нужно немедленно. Будут нелишними и помощь и поддержка других отцов или специалистов.

Отцов поражает собственная способность быть преданными своим сыновьям, если только им удалось вовремя получить необходимую информацию или совет. Многие мальчики 9-11 лет проводят со своими отцами немало времени, несмотря на то что родители живут в разводе. Решение отпустить ребенка от себя требует огромной жертвы от матери, да и отцу общение с сыном приносит дополнительные материальные расходы, потерю времени и возможности предаваться собственным Удовольствиям.

Я не могу в это поверить. Я наполовину сократил свою рабочую неделю. Сын проводит со мной пять дней из семи. Я готовлю для него, помогаю ему делать уроки, укрываю его на ночь. Я думал, что мне будет хорошо, когда он уйдет к матери. И я действительно радуюсь передышке. Но, по правде сказать, я скучаю по нему и не могу дождаться, когда же он вернется. Благодарю Бога, что я вовремя узнал о том, насколько важна моя роль отца для сына в этот периода его жизни, и решил попробовать. Но никогда в жизни я не думал, что погружусь в это так глубоко.

Джек, разведенный отец 44 лет

Если мальчик начинает жаждать внимания взрослых мужчин, значит, ему пришла пора перейти на другую сторону баррикады, пересечь мост между миром матери и миром отца. Он начинает приставать к любому мужчине, оказавшемуся поблизости, толкать его, задирать — лишь бы вступить в контакт. У него появляется желание проводить больше времени с отцом — мыть машину, работать над моделью, сажать огород, жить в палатке, играть в спортивные игры или хотя бы смотреть их. Можно также назвать множество других занятий, которые способны в современном мире объединить отца и сына.

Мальчик в возрасте 8-10 лет будет стараться порадовать отца любой ценой. Даже если с виду мальчик ненавидит отца, глубоко в душе он жаждет отцовского одобрения. Любая похвала отца — пусть простое «Ну и парень!» — творит чудеса, давая сыну ощущение собственной ценности, способствуя его самопринятию, обучая его сотрудничеству с другими людьми. В этом нежном возрасте любое критическое замечание или «щелчок по носу» ранят до глубины души. Если мы сумеем заметить признаки сыновней готовности покинуть мир матери и вступить в мир отца, то существенно уменьшим количество отрицательных эмоций, сопровождающихся чувством вины, растерянностью и гневом, вызванным трудным поведением мальчика. Он просто готов к смене позиций.

Однако сделать это сам по себе мальчик не в силах. Он остановится в начале пути и будет ждать. Разве может кто-нибудь покинуть мир матери по своему собственному желанию? Этот мир был его вселенной с самого момента рождения. Здесь его кормили, купали, баюкали, пели ему песни, рассказывали сказки, ласкали, защищали, нянчили, носили на руках. Мать утешала его, когда он падал, смеялась над его шутками, гордилась его успехами. Нет такого мальчика, которому было бы легко уйти из такого мира. И именно на этом переходе наша современная культура, вероятно, совершает ошибку в подходе к воспитанию мальчиков. Во всех моделях здорового развития предполагается, что мальчик должен отделиться от матери, но мы почему-то поняли отделение как разрыв. Из-за крепкой привязанности друг к другу матери и сына мальчик становится как бы ее частью, а мать превращается в часть сына. С точки зрения мальчика, полностью отделиться от самого важного для тебя человека — значит раздвоиться или отрезать часть самого себя. Поэтому неудивительно, что в наши дни многие мужчины даже в сорок лет ощущают себя скованными с матерью одной цепью.

Доктор медицины Джин Шинода Болен в своей книге «В каждом — Бог» пишет: «... стереотип того, каким должен быть мужчина, совершает насилие над их душами. Мужчина вынужден отсекал от себя те части, которые не соответствуют этому стереотипу... Предполагается, что мужчины должны уходить от матери и отречься от любого сходства с нею. Но отцы обычно далеко и не стремятся к общению... В результате возникает психологическое раздвоение...».

Для того чтобы наши сыновья могли выстоять в этот переходный период, не получив при этом психологической травмы, мы, родители, должны дать им возможность отделиться от матери наиболее мягким и естественным способом. Эволюционная задача мальчика, переходящего мост между матерью (или женщиной) и отцом (или мужчиной), состоит в том, чтобы сохранить свое отношение к матери. На привязанности к матери прорастают семена эмоциональной жизни мальчика, строится его взгляд на мир и способ общения с другими людьми. Эти семена посеяны в его сердце матерью, и он возьмет их с собой, уходя в мир отца. Матери теперь отводится лишь второе место среди его привязанностей, но эти семена взойдут и прорастут в нем, расцветая умением строить приносящие радость отношения с окружающими, воспитывать себя и заботиться о других, глубоко чувствовать и выражать свои чувства.

На отцовской стороне

В процессе этого перехода биологическая сила толкает мальчика, а психологическая сила ведет его. Но должен прийти отец, который и перенесет мальчика через мост на другую сторону. Теперь главное место в душе мальчика принадлежит отцу. Его отсутствие или присутствие оказывает огромное влияние на поведение ребенка. Независимо от того, активный или пассивный характер носят отношения между отцом и сыном, сын узнает от отца, что значит быть мужчиной. Если отца подолгу не бывает дома, если он большую часть времени проводит на работе и сохраняет отстраненность от жизни семьи, приходя домой, если отец полностью предоставляет заботу о детях матери, то велика вероятность того, что и сын в своей будущей семье будет себя вести точно так же. Если отец жесток, склонен к увлечению алкоголем или бросил семью, то статистика предполагает, что и сын последует отцовскому примеру. Вот такая ситуация очень часто возникает среди сыновей и отцов:

Я поклялся, что никогда не буду похожим на своего отца, он всегда пытался запихать свои идеи мне в глотку, и я сопротивлялся ему при всякой возможности. Когда мне было 18 лет, я ушел из дому и выработал свои собственные представления о жизни. Но весь фокус в том, что сейчас я пичкаю своими идеями собственного сына. Идеи стали другими, но поведение осталось тем же.

Роберт, молодой отец

Свое отрочество я провел в спорах с отцом по поводу его взглядов, предрассудков, политических пристрастий. С радикальных позиций левого крыла, на которых стоял я, его представления о жизни казались устаревшими и консервативными. Сейчас я работаю в столице штата помощником по административным вопросам, и вдруг я заметил в себе склонность к более умеренной, консервативной части собрания. Я помню, когда начали меняться наши отношения. Я получил в колледже свой первый компьютер, и в первый раз в жизни у нас появился общий интерес. Он пришел ко мне в комнату, чтобы помочь установить компьютер. Мы часами, балдея, сидели возле него, и с тех пор мы уже разговариваем не переставая. Я всегда принимал раньше сторону матери в спорах с ним, но теперь я лучше понимаю этого человека, который был для меня такой загадкой.

Берт, молодой человек 27 лет

Несмотря на то что жизненные интересы сына очень часто отличаются от содержания жизни отца, формы поведения обычно параллельны отцовским. Тот факт, что сын последовал по стопам отца (или выбрал направление, которое только с виду кажется противоположным), обычно становится понятен мужчине только лет после тридцати. Он смотрит в зеркало (или, вероятно, реально слышит от жены) и обнаруживает, что, как ни

старался он отличаться от отца, он все равно становится похожим на него в том или другом. И в этом урок для всех отцов: заключив мир со своими собственными отцами и приняв всю правду о себе самом, вы сможете должным образом подготовиться к тому, чтобы помочь своему сыну «перейти мост», пробраться на другую сторону баррикады. Если сын почувствует это принятие, ему будет легче воспринять свою мужскую линию, и вы, в свою очередь, порадуетесь его настойчивым попыткам стать на вас похожим.

Мальчиков необходимо втягивать в мир взрослых мужчин с сочувствием, твердостью и отцовской любовью. Очень страшно уходить от матери. Мир отцовских взглядов и занятий одновременно и привлекает мальчика, и пугает его, кажется ему и заманчивым, и опасным. По эту сторону баррикады существует странный парадокс: тело мальчика является мужским, похожим на тело отца, но пришел он из материнского тела, совсем на него непохожего. От отца сын узнает не только о своем мужском теле, но и о мужском складе своего ума, души и духа. Он узнает, как добиться успеха и изменить мир. Даже молчаливое общение с отцом наполняет ждущее сердце.

Я сломал ногу, и, как только она срослась, я решил пойти в поход с рюкзаком, чтобы доказать самому себе, что я могу это сделать. Подумав, я взял с собой своего 12-летнего сына. Не помню, чтобы мы перекинулись с ним хотя бы словом. Для меня это путешествие не было выдающимся ни в каком смысле. Но моему сыну уже 27, а он до сих пор вспоминает об этом походе как о самых лучших минутах своей жизни.

Эдмунд, врач 50 лет

Одинокие матери находятся в связке со своими сыновьями в этот переходный период. Мать может рассказать сыну о том, как он отличается от нее, какова его роль в жизни, какие силы растут в нем. Но она не мужчина, и поэтому она не может сообщить ему врожденное сознание того, что значит быть мужчиной. Ее тело стремится к сыну совсем не так, как это делало бы тело отца. Если отца по каким-либо причинам у ребенка нет, мать должна найти для своего сына возможность общаться со взрослыми мужчинами, которые смогут уделить ему внимание и покажут, как использовать мощные силы, толкающие его в мужскую жизнь.

Дорога в люди

Само собой разумеется, что мальчик должен сохранить и мир отца тоже. В нашей культуре этот процесс начинается в 16-17 лет и продолжается до 28 и даже дольше. В это время сын возвращает те семена самооценки и самопонимания, которые посеял отец. Но одного человека недостаточно, чтобы удовлетворить побуждения мальчишеской души, поэтому с помощью отца мальчик должен выйти в широкий мир. Там он встретит старших мужчин, которые помогут ему глубже понять свое мужское предназначение.

Д: С этим человеком я провел всего лишь один день. Его звали Карли Марнеу, было ему 70 лет, и он все еще был мастером высшего класса в профессии, которую я мечтал приобрести. Я спросил его: «Как вам удалось достичь всего этого, оставаясь честным и прямолинейным?» Он посмотрел на меня, пыхнул своей трубкой и проворчал: «Никогда не попадайте в положение, когда вас смогут к чему-нибудь принудить». И я никогда этого не забываю.

Меня спас мой дядя Бруно. У нас с отцом были нормальные отношения; я работал у него в магазине, но деловым человеком по своей сути не был. Мне нравилось поговорить о том, что нельзя увидеть, например, что чувствуют разные вещи или как моему мозгу удастся вообразить нечто нереальное. Дядя Бруно слушал меня часами. Иногда он отвечал как-нибудь на мои размышления, но чаще всего просто слушал, время от времени кивая. Моему отцу было непонятно все, что нельзя положить на полки. Благодаря дяде Бруно мне было не так тяжело работать в магазине. Я всегда знал, что мы можем погулять с ним и поговорить, как только у меня в этом возникнет потребность. Именно благодаря этому я и стал психологом.

Томас, клинический психолог, 45 лет

Крепость союза мальчика со своими учителями оказывает огромное влияние на процесс его возмужания. Для того чтобы мальчик стал зрелым мужчиной, жизненно важно присутствие других взрослых мужчин. Те рассказы, которые он слышит, та жизнь, которую он наблюдает, сливаются воедино, образуют в подсознании модель того, каким он должен стать. Многие мальчики встречаются со взрослыми мужчинами только вследствие неприятностей — это инспектора комиссий по делам несовершеннолетних, адвокаты, судьи. При проблемных взаимоотношениях между отцом и сыном мужчина-психотерапевт может сыграть роль «сверхмужчины». Другой заменой могут быть неформальные отношения с начальником, старшими мужчинами, живущими по соседству, учителями-мужчинами в школе, тренерами, дядями и дедушками. Когда такие отношения возникают, мать и отец отходят на второй план и главным становится мир, если только мальчик находит в нем свою цель и дорогу к ней.

Сила души

Иди своей дорогой, или тебя по ней потащат.

Из Карла Юнга

Мы нередко удивляемся, когда мальчик, испытавший все самое худшее в жизни — бедность, насилие, трудности, — вырастает и отдает свою жизнь за других. Нам непонятно, почему мальчик, получавший все самое лучшее, может отвернуться от другого в трудный момент или забрать его жизнь. В чем причины? В физиологии, психологии, воспитании или обучении? Обычно мы выбираем золотую середину: свою роль сыграла каждая из этих причин. Но есть и еще одна сила, участвующая в жизни мальчика и оказывающая на нее мощное влияние. В конце концов, физиология и психология, культурные влияния — все это перекрывается глубинной и божественной силой мужской души.

Многое в том, как мы сегодня воспитываем мальчиков, ориентировано на формирование поведения. Конечно, мы обязательно должны превратить своих сыновей в цивилизованных существ. Памятуя о мощных физиологических и психологических силах, оказывающих воздействие на наших сыновей, мы можем понять, почему они нуждаются в установлении строгих границ и в любви, которая помогла бы им развить весь свой потенциал источника и защитника жизни в современном мире. Но существенная часть мальчика была потеряна в современной возне — это его душа. Если силу души признают, лелеют, почитают, то она играет роль направляющей руки для всех остальных сил. Без этого руководства мужчина подобен «свободной пушке» в руках голодной армии без генерала во главе.

Большинство осознает, что в каждом из нас есть нечто не поддающееся влиянию среды и воспитания. Все религии и философии мира обращаются к этому нашему ядру, самости, центру. Язык души лучше всего понимают поколения философов и поэтов, писавших об этой неуловимой человеческой сущности. Поэт XV века Кабир сказал: «Если вы не сможете отыскать, где спрятана ваша душа, мир для вас никогда не станет реальностью».

Душа проявляет себя в наших снах, наших надеждах, нашем отчаянии. Она побуждает нас следовать собственной дорогой в жизни, но никогда не принимает за нас Решений. По некоторым причинам выбор нам всегда приходится делать самим. Мы можем порой игнорировать зов души, но будем ощущать ее присутствие в своих снах и грезах. Мы часто чувствуем, как она очень сильно «взывает» к нам, когда мы стоим на распутье. В спокойные минуты мы обращаемся с молитвой к Богу, богам или Богоматери, и тогда мы следуем своим «животным чувствам». Спустя годы мы оглядываемся назад и видим, что во всем был свой смысл. Подобно радару, направленному на нужный объект, сила души всегда с нами и, не подталкивая, все же направляет нас к решениям, которые мы должны обязательно принять.

Пока сыновья маленькие, мы, родители, являемся пастырями их душ. Мы можем по капле воспитать в них веру во внутренний голос, который некоторые называют душой, в эту тайную систему управления чувствами и интуицией, чтобы наставить их на путь, дающий жизнь, а не забирающий ее, путь утверждения жизни, а не отрицания. Чтобы помочь сыновьям быть честными с самими собой, мы должны научить их использовать чувства и ощущения в качестве руководящей силы при принятии решений, а это нелегкая задача. Но ведь мы же не хотим видеть, как они отрицают или игнорируют свои чувства. Родители

хорошо знают, как трудно быть честным с собственной душой. Призывы души не всегда ясны, а половодье чувств захлестывает наших детей, и сигналы эти становится еще труднее интерпретировать. словно играя с нами в прятки, душа всегда посылает свои сообщения в самый неподходящий момент.

Я хотел поймать этого сопляка, который заставил меня почувствовать себя дураком перед девушкой. И у меня однажды был шанс: я увидел, как он списывает на последнем экзамене. Я уже собирался донести на него и уничтожить прямо на месте. Но когда я представил, как сейчас возьму его в оборот, у меня вдруг заболел живот. И я раздумал. Я не хочу быть таким же ничтожеством, каким считаю его.

*Фил, шестнадцатилетний подросток;
вырабатывающий свои этические нормы.*

В годы отрочества начинаются поиски души, подростки пытаются выяснить, кто они — как отдельные существа — в этом мире, стараются постичь уникальность своего предназначения. И если по достижении двадцатилетия у них не появляется ясного представления о направлении духовного развития, то к сорока годам они могут погрузиться в трясину депрессии. Середина жизни дает еще одну возможность прислушаться к зову души и последовать ее советам.

Как родители, мы можем увидеть особый жизненный путь своего сына. Чем лучше мы научим его принимать себя самого, тем вероятнее, что он решится рискнуть и построить свою собственную жизнь так, чтобы в мире оставить о себе добрую память.

Душа и ее положительный настрой

Представьте себе на мгновение знакомую ситуацию: психотерапевта просят определить факторы, мотивирующие поведение клиента. Клиент вместе с психотерапевтом путешествует по своему внутреннему миру, изучая пласты биологических, психологических и культурных влияний. Но самые глубинные желания и мотивы вскроются тогда, когда будет достигнут уровень души. Возьмем в качестве примера мать семейства, которой движет подлинная забота о других. Она никуда не может деться от легиона зависящих от нее людей, которые изнуряют ее своими бесконечными требованиями и со временем начинают больше зависеть от нее, чем от самих себя. И если это тревожит ее, то решение не в том, чтобы она уменьшила свои заботы. Это заденет ее самые глубинные душевные побуждения; она будет сопротивляться, и права в этом. Решение проблемы — научить ее так заботиться о других, чтобы они при этом становились сильнее. Тогда она станет свободнее и сможет уделить больше внимания самой себе. Бесполезно идти против потребностей своей Души; работая с ними, можно получить удивительные результаты, иллюстрацией которых и послужит следующая история.

Д: Ко мне на консультацию пришел Терри, юноша 18 лет. Учась в последнем классе средней школы, он перестал посещать занятия, несмотря на то, что ему оставалось лишь сделать и показать в классе выполненные домашние задания. Мать называла его ленивым, равнодушным и слабым. Она была алкоголичкой в стадии ремиссии и отказалась принять участие в консультировании Терри. Я спросил мальчика: «Сколько времени вы обеспечиваете семью вместе?» Его глаза под длинными волосами расширились от недоверия. «Откуда вы знаете?» Как старший из четверых детей, он помогал своим братьям и сестрам выжить рядом с пьющей матерью. Весь этот последний год он прогуливал, чтобы отомстить ей. «Не говорите ей, что мы делаем. Я ненавижу ее всю, до самых кишок. Я хотел хотя бы так бросить ей упрек». Тогда я сказал: «Ты решил пристыдить ее, прогуливая школу, но это бьет по тебе больнее, чем по ней. Можно ли найти выход из сложившейся ситуации, не рискуя при этом своим будущим?» И он решил эту проблему: дождавшись последнего школьного дня, вернулся в школу и представил домашние задания за все полугодие; потом он появился в школе еще раз — на церемонии вручения аттестатов, не говоря при этом матери ни слова. Потом он рассказывал: «Здорово было видеть, как она вылупила глаза, когда я шел через сцену. Я не такой дурак, чтобы портить себе из-за нее жизнь».

При первобытно-общинном строе побуждения необыкновенной сыновней души были предметом заботы специальных людей, за эмоциональным развитием мальчика заботливо следили, его поощряли и почитали. Если мальчик был робок и погружен в мир собственных мыслей, чувств и грез, его могли назвать «Тот, Который Смотрит Внутрь». Вероятно, он не был самым отважным среди соплеменников, но, когда воин племени бывал подавлен или чувствовал смятение, он мог прийти к «Тому, Который Смотрит Внутрь» за помощью в решении своих проблем. Это второе «имя» выявляло главные качества мальчика, представляя их в наиболее позитивном и значимом свете. На воинском щите такого человека были изображены символы, отражающие его второе имя, например дерево, орел, лиса или мышь.

Мудрость таких обычаев отвечает и потребностям родителей, живущих в нашу техногенную эпоху. Когда душевные побуждения получают явное признание и возможность развития, внутренняя жизнь мальчика и его внешняя жизнь не вступают в противоречие, совмещаются, и у него появляется возможность жить в согласии с собой и миром.

Д: Когда я впервые встретил Джона, ему было 13 лет. Я испугался, что вторым его именем будет «Мальчик, Который Идет Против Здравых Смыслов Всех Взрослых». Позади у него была длиннейшая цепочка знакомств с инспекторами по делам несовершеннолетних, адвокатами, консультантами, учителями и социальными работниками. Мне пришлось потратить немало времени на создание атмосферы доверия между нами. Только потом я смог сказать ему все, стараясь быть как можно более понятным. Я назвал его «энергичным и сильным». И я сказал ему: «Когда ты захочешь, ты двигаешь горы. Единственная твоя беда в том, что ты строишь из них баррикады на своей дороге, вместо того чтобы убирать с пути. Вот почему ты вынужден бывать в таких местах, как мой терапевтический кабинет, и общаться с людьми, похожими на меня, одно присутствие которых тебе ненавистно. Ты ведь очень хочешь, чтобы мы исчезли из твоей жизни?» Впоследствии это стало у нас присказкой: Ну и какую же гору ты поставил на своем пути за эту неделю, а какую убрал с дороги?» Со временем Джон научился избегать ненужных неприятностей и строить жизнь, больше подходящую ему по вкусу. Он все еще очень уклончив и хитер. Но сейчас «Тот, Который Двигает Горы» поступает в юридическую школу. Молите Бога, чтобы вам не встретиться с ним в суде.

Как тронуть его душу

Мальчика глубоко трогает, когда вслух говорят о качествах его души. Если это не простое «приклеивание этикеток», но признание и благословение, его душа радуется и расцветает. Слово «психология» состоит из двух корней: «психе», что означает «душа», и «ология», что значит «движение, ход». Это делает значение психологии и ее цель более понятными — «движение души». Именно это движение позволяет нам чувствовать себя живыми, связанными с другими людьми, быть в контакте с самими собой. Это движение нашего глубинного Я дает нам силы браться за любые задачи.

Очень часто, когда мальчика наказывают за агрессивность, невнимательность, неуправляемость, его душа теряет себя в постоянной борьбе с биологическими импульсами. Поразительно, как успокаивается сын и начинает ощущать себя реальным существом, если ты проводишь с ним время, познаешь его, называешь его глубинные качества, всерьез относишься к его интересам и проблемам. Хотя с виду ему вроде и не всегда хочется выслушивать наши комплименты его душевным качествам, глубоко внутри он готов слушать это несчетное число раз. Общение становится богаче, если мы предоставляем мальчику возможность проявить свои скрытые способности и побуждения. Он испытывает удовлетворение, которое во много раз сильнее биологической потребности в удовольствии.

Сыновья жаждут, чтобы взрослые заметили, что они чувствуют, но не знают, как сказать об этом. Потребуется немало времени, умение смотреть и слушать, множество проб и ошибок, пока вы научитесь правильно распознавать грани сыновней души. Нужно столько терпения и внимания, что даже самый настойчивый и спокойный из родителей может не выдержать. Но если нам удастся понять что-либо правильно, наши сыновья начинают расцветать. Мы увидим, как глубоко они тронуты, — это проявится во взгляде,

наклоне головы, выражении радости и ликования. Каждый из нас может припомнить момент, когда сам испытал такое. То мгновение, когда мы вдруг почувствовали себя увиденными, услышанными и понятыми. Лучшего чувства нет на свете. Когда мы, матери и отцы, принимаем сторону сыновней души и продолжаем обучать их поведению среди людей, дети знают, что их любят так глубоко, как только может один человек любить другого, — вот тогда мы трогаем их души.

Сын. Я хочу стать художником.

Отец. Ты можешь быть художником и вообще кем захочешь.

Сын. Я буду художником утром и футболистом после обеда.

Отец. На самом деле ты просто хочешь делать то, что приносит тебе удовольствие.

Сын. Папа, а ты делаешь то, что приносит тебе удовольствие?

Мы не можем блокировать мощные силы физиологии, психологии, культуры и души. Да и не нужно даже желать остановить действие этих сил, потому что именно благодаря им мальчики и мужчины осознают себя и чувствуют вдохновение. Эти мужские силы служат топливом для тех историй, которые рассказывают старики о временах, когда жизнь стоила того, чтобы жить. Карл Шерман в своей статье «Бушующие гормоны» пишет, что все в мужчине: его гормоны и опыт, воспитание и ум, жизненные обстоятельства и душевный мир, — все это вместе определяет, будет ли мужчина к концу жизни заседать в парламенте или проведет свои последние годы в тюрьме. «С одной стороны, сила тестостерона может выражать себя в битве за наркотики или прогнать человека через весь город в стремлении успеть выкупить редкую марку... Важно, что же вы с нею делаете. А что вы с нею в конечном счете делаете, зависит только от вас...»

Во всех известных культурах, за исключением нашей современной, хорошо осознавали влияние этих четырех сил — биологической, психологической, духовной и культурной (историю которой мы расскажем в следующей главе). Древние люди мудро ожидали первого удара тестостерона. Когда мальчик становился неуправляемым, трудным в общении, агрессивным и невыносимым, члены общины знали: время пришло. Наступил час превращения мальчика в мужчину.

Глава 3 Как добиться успеха в воспитании мальчика: сила культуры

Отец сказал: ты времени, сынок, не пожалей
Дитя послушать у себя внутри.
Свою дорогу пусть оно отыщет среди людей,
А ты ему немного помоги.
И, на мгновенье сердце отворив,
Дитя там постарайся сохранить,
Чтоб никому на свете никогда
Не удалось дитя твое убить.

*Дон Элиум, из лирики «Альбом рабочего человека»
неопубликованные произведения, 1992*

Д: Когда наш сын пришел в мир, я был рядом. После того как акушерка приняла его, он пополз на живот жены, ища грудь. Я никогда не забуду, как мне довелось заглянуть в глаза самой жизни. Мы с женой дали жизнь новому человеку! У меня одновременно возникли два противоречивых чувства, сильнейшие из тех, какие мне когда-либо доводилось испытывать: «Он живой» и «Ах, нет! Он мог умереть». Впервые я ощутил жизнь как нечто переворачивающее душу и в то же время очень хрупкое. На мне лежала ответственность за жизнь, которая не была моей собственной.

Каждый момент рождения таит в себе парадокс, с которым вечно живут родители, — радость жизни и страх смерти. Недавно отец сказал мне, что он до сих пор беспокоится о моей безопасности. Не потому, что я могу совершить какую-либо глупость, а из-за того, что нечто неподвластное ему может явиться и забрать мою жизнь. Жизнь — вот что мы хотим дать своим сыновьям. В мире много такого, что мы, родители, не в силах контролировать, но мы можем откликаться на события их жизни радостью и создавать им безопасные условия для роста и

развития в ответ на свой страх смерти.

Человечество традиционно использовало силу культуры для придания определенной формы мощным биологическим, психологическим и духовным течениям в каждом поколении сыновей. Когда-то давным-давно мы перестали следовать инстинктам и начали определять опытным путем, что нужно нашим детям, чтобы они росли крепкими и здоровыми. Совсем недавно мы полностью капитулировали перед современной медициной, государственным образованием, массовыми развлечениями и большой инициативой... Специалисты знают лучше нас, что нужно нашим сыновьям. Мы ощущаем себя под контролем той же самой мощной силы — культуры, которую и должны использовать, чтобы провести своих детей здоровыми через период мужания.

Возможно, мы делаем слишком большие допущения, когда говорим, что древние целенаправленно использовали культуру для превращения своих мальчиков в мужчин. Однако мы знаем, что они следовали строгим и детально разработанным ритуалам, которые поощряли в мальчиках качества, необходимые для выживания, в основе же всех ритуалов лежал общий взгляд на мир. Одинаковые убеждения и ценности обуславливали четкие модели поведения. Установленные нормы запрещали индивидууму поведение, которое могло бы привести к коррозии жесткого контроля со стороны культуры, и все члены сообщества соглашались с этими принятыми методами. Например, охотничьим племенам нужны были сильные и отважные мужчины, способные при любых условиях обеспечить достаточное количество пищи; поэтому ритуал инициации мальчиков был пугающим и трудным. Те люди точно знали, что и как нужно сделать, чтобы превратить мальчика в мужчину. В древности инициация была действенна, потому что племя представляло собой закрытую систему: каждый жил и умирал во имя целого.

Мы, граждане техногенной эпохи, смотрим на древние ритуалы инициации с ужасом. Отсутствие индивидуальной свободы наполняет нас негодованием и сознанием собственной праведности, мы называем такую жизнь несправедливой, ограничивающей права человека, деспотической, отвратительной и даже проклятой. Мы придаем огромное значение возможности самому выбирать партнера по браку, занятие в свободное от работы время и профессию и менять их, если захочется и когда захочется. Нам ненавистна сама мысль, что общество может быть настолько самонадеянным, чтобы диктовать нам, кем мы должны стать, как и когда. А какое насилие?! Мальчиков среди ночи отбирают у матерей, пугают до полусмерти, заставляют исполнять опасные для жизни ритуалы, их тела намеренно калечат, уродуют рубцами — и все это ради жизни. Приверженность таким обычаям кажется нам признаком примитивности, суеверия, пережитком прошлого.

Но так ли значительно все изменилось в наши дни? Допустим, мы добились свободы говорить, действовать, работать, развлекаться, общаться с соседями и воспитывать детей так, как нам нравится, соблюдая, конечно, законы своего государства и личные нормы поведения. Однако острый клинок Прокруста рубит души современных мужчин почти так же, как сверкающие ножи древних вонзались в тела их мальчиков. Наши мужчины играют те роли, которых от них потребовал наш компьютерный век. И есть ли право свободно выбирать, как им прожить свои жизни, у необразованных, бедных, больных и менее тренированных людей в нашей культуре? Родиться черным, быть женщиной, жить в городских трущобах, быть гомосексуалистом — все это не остается в нашей культуре без последствий, все оставляет рубцы, независимо от конституции, провозглашающей «неотъемлемые права».

Нам кажется, что мы уже давно распространили на себя грубый стиль жизни древних людей, ибо насилие, направленное на мальчиков в нашей современной культуре, представляется не менее болезненным и глубоко травматичным.

Мы внушаем им, что выражать свои чувства, когда ушибся, испуган или обижен, недостойно мужчины, что это проявление слабости, изнеженности. Удивительна ли, что мужчины испытывают затруднения в выражении и проявлении своих чувств по отношению к другим людям? Характерной для многих жен является жалоба на то, что мужа не хотят поделиться с ними своими переживаниями. Наше общество требует от мальчиков отказа от своих чувств, чтобы соответствовать образу сильного мужчины. Эта жертва глубоко ранит его душу. Единственные эмоции, которые обычно разрешены

мужчине в нашей культуре, — это гнев, агрессивность и половое влечение, и повсюду мы можем наблюдать проявления этих чувств: насилие над женой и детьми, насильственные преступления и желание отправиться на войну.

Когда мужчины собираются вместе, чтобы проработать свои чувства, то под гневом обычно обнаруживается печаль. Мужчина технологический несет в своей душе печаль за всех мужчин всех эпох, за то, что ему пришлось принести в жертву свою эмоциональную глубину, за разрыв своей связи с землей и силами природы, за потерю близости к семье и возможности активно участвовать в семейной жизни.

Незадолго до смерти отец рассказал мне, что мой дедушка никогда не брал его на руки. Мы с отцом не были особенно близки. Были вещи, о которых мне всегда хотелось с ним поговорить: как выбрать дорогу в жизни, чем ее наполнить и тому подобное, Теперь уже я после развода не могу встречаться с сыном так часто, как мне хочется. Кончится ли это когда-нибудь?

Пол, молодой отец

Насилием является и практика перегибов в обратную сторону— когда мальчику разрешают выражать свои чувства, как он хочет, где хочет и когда хочет. Гуманистическая психология вседозволенности, которую славословили в 70-е годы, не смогла обучить пониманию того, как проявление чувств одного человека сказывается на остальных. Бывало, что мать ошеломленно смотрела и слушала, как ее сын-подросток в раздражении или гнев выливает на нее поток ругани, причем нередко самого мальчика это приводило едва ли не в большее изумление, чем мать. С самого момента рождения нужно постоянно учить ребенка, как и когда выражать свои чувства, прививать ему твердое понимание того, «что такое хорошо и что такое плохо», что можно делать и говорить и чего нельзя. Мы совершаем тяжкое насилие над своими сыновьями и обществом, когда не даем им четких и твердых ориентиров в жизни.

Этим тревожным переменам в установках и поведении, которые многие специалисты отмечают в наших детях, немало способствовал квадратный ящик, стоящий в гостиных большинства американских домов. Его способность вносить насилие в нашу жизнь настолько коварно незаметна, что некоторые из нас не обращают на него внимания, тогда как другие в течение многих лет взывают о помощи, но с невеликим эффектом. Содержимое этого ящика оказывает зловещее влияние на формы нашей культуры.

Телевидение совершает насилие над нашими сыновьями, блокируя их воображение, сокращая период внимания, умерщвляя способность сочувствовать чужой боли. Оно вытесняет собственные образы и творческие мысли ребенка и замещает их конструктами, созданными взрослыми. Актерами в собственных драмах ребенка становятся герои, увиденные им по телевизору. Именно они занимают место, которое должно бы принадлежать духовным образам и чувствам, живущим внутри мальчика. В результате этого мальчик начинает искать источники творческой энергии, идей, представлений и утешения вне себя. Он не только теряет способность использовать свое воображение, у него ухудшается способность к внутреннему сосредоточению, из-за чего он лишается возможности контактировать со своим телом. И возможно, хуже всего в этом то, что мальчик оказывается отрезанным от личностного видения любви.

Большинство из нас чаще смотрит телевизор, нежели читает художественную литературу. Телевидение не только отрицательно сказалось на привычке нашего народа к чтению, но и вообще отучило читать наших сыновей. Привыкнув смотреть остановившимся взглядом на экран, они стали испытывать трудности в совершении тех сложных движений глазами, которые нужны при чтении. Кроме того, телевизионные передачи приучают мозг к ожиданию быстрой смены ситуаций. Скорость, с которой развивается действие, почти не оставляет ребенку времени на его осмысление.

Телевидение не только совершает насилие над нашими сыновьями, оно еще и создает насильственность внутри них. Многочисленные исследования, посвященные изучению

влияния телевидения на детей, еще раз доказывают то, о чем родители и психологи говорят уже долгие годы: постоянные телевизионные драки с нанесением увечий друг другу приводят к повышению агрессивности у детей. Когда в городе Фармингтоне, штат Коннектикут, проводился месячник «Выключите телевизор», учителя заметили, что постепенно дети стали меньше толкаться и пинаться на игровой площадке. Они охотнее искали альтернативные решения проблемы в случае разногласий, а не дрались и не вопили, как прежде.

Наше настойчивое требование личных свобод привело к развитию самой фрагментарной и изолированной культуры в истории. В прошлом молодых родителей активно поддерживали своим присутствием и мудростью бабушки и дедушки. Сегодня бабушки и дедушки наших сыновей живут в 3000 миль от них. В прошлом друзья и соседи были тут как тут, едва случалась беда или была нужна помощь: при нападении ли врагов, болезни или необходимости поставить амбар. Сегодня мы воспитываем своих детей в вакууме, бывает, мы даже и не знаем своих соседей. Наши стены надежно охраняют наши права, но оставляют нам лишь одну руку в величественном и трудном деле заботы о возмужании наших сыновей.

Мы жили в общине уже четыре года, когда случилось землетрясение. Сразу после прекращения толчков кто-то постучал ко мне в дверь. Я схватила бейсбольную битку своего сына, слегка приоткрыла дверь на улицу, посмотрела на странного человека, стоявшего там, и заорала: «Кто вы? Чего вы хотите?» Мужчина сказал: «Я ваш сосед. С вами и детьми ничего не случилось?»

Пэт, мать из Калифорнии

Роберт Блай утверждает: чтобы мальчик вошел во взрослый мир мужчиной, ему нужны не только отец и мать. Описание одной из стадий мужского развития — поисков «мужчины-матери» — он строит на заимствованиях из мифологии древних культур или современной психологии Юнга. Согласно Блаю, мужчина-мать — это старший из мужчин, который воспитывает, будучи мудрым жизненной мудростью и опытом, ибо прожил бурную и интересную жизнь. При этом на ум приходят Мерлин, король Артур и Энди Гриффит. Этот мудрый старик является учителем и проводником для мальчика, который ищет свой, порой неизведанный, путь к мужской зрелости. В последнем собрании приемных родителей один из отцов, выросший во внутреннем городе, поделился: «Это может показаться странным, но среди моих мэтров были и любители выпить, болтавшие по нашей улице. Они зорко следили за нами, младшими. Если они видели несправедливость или нечестность, они тут же указывали нам на это. Если с кем-то случалась неприятность, они докладывали нашим родителям. Они были важным элементом моего воспитания и мужания».

Мужчина-мать приобретает особое значение в жизни мальчика, когда отсутствует его отец. Одинокие матери могут вздохнуть облегченно, если им удалось найти мужчину постарше, который обеспечит их сыновьям мужское руководство и мужскую компанию. Дяди, друзья, учителя, тренеры, организация «Большой брат» и религиозные группы бывают тем местом, где мальчик может найти себе ментора.

Когда родился наш сын, мы оба целиком посвятили себя его воспитанию. Мы глубоко верили: два родителя лучше, чем один. Через несколько недель изнурительной заботы о младенце мы осознали, что нужно по крайней мере еще шесть человек, чтобы справиться с этой нелегкой задачей, и число это возрастало каждый день! Мы завидовали греческой и римской культуре, где столетиями существовала ориентация на замкнутость семьи, где еще и сегодня вокруг младенца собираются миллионы тетушек, дядюшек, кузенов и кузин, дедушек и бабушек, готовых всегда протянуть руку помощи утомленным родителям.

До недавнего времени в истории многих культур именно расширенная семья служила главным источником поддержки и помощи в уходе за детьми. В этом были свои положительные и отрицательные моменты. Мы называем это замкнутой системой семейного воспитания детей. В племенных обществах, строго связанных традициями и ритуалами, родители всегда были уверены, что остальные члены племени позаботятся об их детях и воспитают их точно так же, как это сделали бы они сами. Отрицательной стороной закрытой системы воспитания детей в племени ли, религиозной общине или семье является то, что в ней могут

сохраняться и воспроизводиться нездоровые стереотипы ухода за ребенком. Мы можем наблюдать, например, эту тенденцию в человеке, которого били в детстве и который поэтому прибегает к физическому насилию в отношении своей жены и детей, или в алкоголике, мать которого сама напивалась до смерти, и в отце, бросившем детей, потому что его собственный отец ушел из семьи, когда он был совсем маленьким.

Поскольку члены нашей расширенной семьи живут разрозненно, далеко друг от друга, мы вынуждены были искать помощников, которые помогли бы нам пройти через младенческий период сына. С тех пор как он был совсем крохой, его любимая няня Нэнси была и остается для него самым замечательным и важным человеком, и мы всегда относились к ней как к полноправному члену нашей «воспитательской бригады». Первые его учителя, мисс Моника и мисс Мэри, тоже стали любимыми и ценными членами этой команды. Нам только хотелось, чтобы был еще десяток таких же, как они! Невозможно «отсортировать вручную» всех, кто так или иначе оказывается включенным в жизнь наших сыновей, но мы можем очень тщательно подбирать няню, воспитательницу, ясли и детский сад, а главное, мужчину-мать, философия которого и взгляды на воспитание детей совпадают с нашими собственными. Физическое и духовное здоровье наших сыновей зависит от того, сможем ли мы на время своего отсутствия обеспечить им такой уход и заботу, какие считаем нужными.

Как мы видели, некоторые древние народы использовали архетип охотника, чтобы превратить своих мальчиков в таких мужчин, какие нужны были тому миру. Другие народы использовали архетип воина, чтобы сделать из своих сыновей отважных борцов, которые были необходимы обществу для выживания. Мы думаем, что в нашем и без того раненом мире мы больше не можем себе позволить жить за счет архетипов, которые реализуют принцип доминирования при помощи силы копья или шпаги.

Возможно, архетипом техногенной эпохи должен стать садовник — человек, следующий в своей жизни за сменой времен года и зависящий от страшных грозных бурь; он использует в своем деле элементы огня, земли, воздуха и воды, обрабатывает землю, сеет, пропалывает, обрезает, подпирет и собирает урожай.

Как матери и отцы, мы должны ясно осознавать нашу индивидуальную ответственность садовников за возвращение своих сыновей. Мы должны всегда быть настроены на то время года, в котором живут сыновья. Мы должны осторожной, но твердой рукой подстригать и подпирать их по мере роста, используя для этого необходимые загородки. Мы должны чувствовать себя уверенно перед лицом самых суровых бурь и агрессивных выпадов, зная, что в глубине корни сформированы правильно. Следуя архетипу садовника, мы сможем увидеть, как наши сыновья пускают корешки, набирают цвет и расцветают своей собственной жизнью.

Часть 2 Команда воспитателей

Глава 4 Мать и отец — партнеры по воспитанию

Не переступай границ и не наталкивайся на мебель.

Спенсер Трейси. Советы по действию

Ж: Воспитывая сына, я часто думала, что было бы здорово, если бы я делала это одна. Ведь тогда мне было бы гораздо проще привить ему свои правила, организовать все так, как я считаю нужным, да и просто ладить с ним. Когда рядом отец, то появляется множество проблем, которые кажутся лишними. Если мы не достигаем согласия по методам воспитания, границам дозволенного, последствиям или физическому уходу за сыном то масса сил уходит на то, чтобы уладить наши разногласия. Иногда нам все равно не удается это сделать. Так дайте же мне самой справиться с этим! Но скоро я поняла, что хочу, чтобы муж воспитывал ребенка так же, как это делаю я: уделял ему столько же внимания, заботился о его безопасности и посвящал столько же энергии, как мать, чтобы мальчику было хорошо. Потом я осознала, что где-то глубоко внутри я благодарна судьбе за то, что у меня есть партнер по воспитанию ребенка, готовый пройти вместе со мной и сыном этот путь до конца. Я уважаю матерей, которые отваживаются воспитывать мальчиков в одиночку. Сегодня я признательна мужу за то, что мне не пришлось одной принимать все важные решения, быть «на

страже» все 24 часа в сутки и нести единоличную ответственность за все, что происходит с нашим сыном. Я знаю: нашему мальчику не нужны две мамы. Ему нужен еще и отец.

Работая в мужских организациях, мы часто слышим от мужчин слова гнева и обиды в адрес своих отцов и матерей: «Его никогда не было рядом», «Он даже не знал, что я существую», «Он ни разу не дотронулся до меня, если только не был сердит», «Она всегда подавляла меня», «Она не давала мне взрослеть», «Она сделала меня своим маленьким возлюбленным». Что нужно мальчику от отца и что он должен получить от матери? Какова уникальная сущность отца? И что делает женщину матерью?

Матери: я вырастила чудовище!

Задача матери, прежде всего, научить мальчика себя вести...

Роберт Блай. Железный Джон

Джордж Джильдер, экономист и автор статей на различные темы, включая проблемы мужчин в семье, написал, что одной из функций женщин, важнейшей для выживания и развития культуры, является «окультуривание» («облагораживание») мужчин.

Я должна признаться, что бывали времена, когда я, общаясь со своим сыном и мужем, чувствовала себя словно в клетке с дикими зверями и думала о том, как бы мне их приручить. Мне кажется, это заложено в моих генах. Мы знаем, что веками женщины сохраняли огонь в очаге — «сердце», или центре, семьи, в доме, так сказать, откуда начиналась любая деятельность во внешнем мире. Если мы посмотрим на биологическую основу женщин так, как мы рассматривали ее у мужчин, мы поймем, почему именно женщины стали хранительницами очага, берегинями «сердца». Женское тело можно считать метафорой дома, которым оно, по сути, и является для человеческого зародыша в течение первых девяти месяцев его жизни. Матка и сердце образуют очаг, источник жизни, поддержки и любви. Физиология женщины определяет цикличность нашего бытия, жизни наших семей, как смена времен года действует на все живое.

Эту задачу «хранительницы очага» и «укротительницы зверей» не всегда бывает легко выполнить.

Материнская любовь

Если в первый год жизни мальчика за ним ухаживает в основном мать, то он оказывается глубоко погруженным в женский мир. Мать — его жизненный курс, его гавань. Ничто не отражается таким светом на его лице, как услышанный материнский голос, ее фигура, склонившаяся над его кроваткой. Его первый лепет и щебетание обращены прежде всего к ней, его первые попытки установить связь с другим человеком — это старания привлечь именно ее внимание. Первые уроки удовольствия и боли, радости и потери исходят от нее. Он познает, что есть мать, а что — не мать. Если он счастлив, она остается постоянным центром его жизни, откуда он может отправляться на исследование своего все более расширяющегося мира, будучи уверенным, что она всегда здесь, всегда готова подбодрить его, что он всегда может вернуться за поддержкой, если столкнется с чем-то уж слишком страшным. Д-р Луиза Дж. Каплан, работу которой мы уже цитировали, описывает эти ранние жизненно важные отношения как «элементарный диалог между матерью и ребенком, диалог, который является залогом нашей человечности».

Связь ребенок — мать играет важнейшую роль в развитии ребенка, в том, чтобы он рос здоровым физически и нравственно. Д-р Каплан утверждает, что «современные общественные силы тайно замышляют разрушение этого диалога между матерью и младенцем». Многие культурные запреты и ограничения, касающиеся отношений между матерью и сыном, создают внутри матери постоянное ощущение перетягиваемого туда-сюда каната.

Ж: Нередко бывало так: я сердцем чувствовала, что необходимо моему сыну, как для него будет лучше, но доктор, учитель, психолог или семья говорили, что так делать нельзя. И я

вынуждена была соглашаться с ними. А потом оказывалось, что с самого начала была права я. Вместо того чтобы слушать свою интуицию и защитить сына, я подвергала его ненужным страданиям.

Кроме того, мы предаем своих мальчиков, признавая свойственный нашей культуре страх феминизации сыновей. Проведенные исследования свидетельствуют о том, что после шести месяцев матери меньше тетешкают сыновей, чем дочек, реже воркуют над ними, могут дольше не откликаться на плач сына, выжидая. Маргарет Розенфельд, журналистка из «Вашингтон пост», предполагает, что «мы, отказывая мальчикам в излишней ласке, неосознанно начинаем воспитывать в них независимость». Джой Осовски, профессор педиатрии и психиатрии в Медицинском центре Университета штата Луизиана, соглашается с этим: «Женщины боятся подолгу держать мальчиков на руках, чтобы не вырастить их слишком избалованными. Они думают, что мальчик от этого станет чересчур изнеженным, и поэтому отталкивают его от себя слишком рано и слишком решительно». Этот страх феминизации сыновей порождает серьезный внутренний конфликт и у тех матерей, которые одинаково ласкают и обнимают и сыновей, и дочек.

Неосознанно уча мальчиков быть независимыми, воздерживаясь от объятий, поглаживаний и других проявлений ласки, мы в то же время хотим, чтобы они проявляли привязанность, делились своими игрушками и умели сотрудничать с другими людьми. Мы загоняем мальчиков, таким образом, в своеобразную «вилку», ожидая от них проявлений независимости и силы одновременно с Умением любить своих жен и детей. Наша ошибка в том, что мы предполагаем знак равенства между понятиями «независимый и сильный» и «не нуждающийся в ласках, поцелуях и других знаках привязанности и любви». Не мальчикам нужно столько же прикосновений и ласки как и девочкам.

Результаты долговременного исследования, проведенного Кэролом Францем и другими психологами Гарвардского университета, показывают, что родители должны ласкать, целовать, гладить и мальчиков, и девочек на протяжении всего периода детства. Исследование началось в 1951 году, в нем принимали участие 379 пятилетних детей. Исследование было продолжено при участии 94 из них, когда им исполнилось уже по 36 лет. Те дети которых ласкали, т. е. которые регулярно видели проявления привязанности и любви хотя бы от одного из родителей, обладали более развитым чувством внутренней безопасности. Эта уверенность в себе позволяла им строить близкие отношения с друзьями, комфортно чувствовать себя в браке, они были устойчивее психически и добились больших успехов в выбранной сфере деятельности.

Тестостерон, работающий в теле мальчика, не мешает объятиям, поцелуям и ласкам. На деле многие мальчики бывают такими же естественно нежными, как и девочки. Потребность в близости у них меняется с возрастом и зависит от этапа развития, который они в данный момент проходят. Свои догадки в отношении физического контакта мы основываем на наблюдениях за собственным сыном. Хотя он природный лизун и особенно любит, когда его гладят по спине, бывают минуты, когда он избегает контакта, но требует нашего полного внимания и понимания. Это тоже ведь один из способов удержать его в оболочке нашей любви. Мы как бы говорим ему: «Ты для нас важен, и мы уважаем твои изменившиеся желания и потребности». Исследование Франца, о котором шла речь выше, напоминает нам, родителям, что наши сыновья всегда подражают нам в своем поведении. Только если оба родителя будут ласкать мальчика или как-то по-другому проявлять свою любовь к нему, им удастся приручить тестостеронового зверя.

Материнская вина и гиперкомпенсация

Как общество, мы проявляем такую заботу о том, чтобы наши сыновья становились мужчинами, что многие матери даже боятся любить их слишком сильно. Д-р Каплан пишет: «Ирония заключается в том, что жизненно важное для человеческого детеныша *единение* с матерью должно быть разрушено стыдом и раздражением в тот самый момент истории человечества, когда громче всего раздаются крики о *разъединенности* людей».

Вот что пережила Джой на совете семьи, когда еще кормила сына грудью. «Когда Тодду было

около двух, к нам приехали родственники из пригорода на воскресный обед. Дом был полон членов семьи и друзей, и Тодд был среди всех самым младшим. Он весело играл, пока не пришло время его кормить, а затем малыш снова отправился играть. Было забавно смотреть, как мужчины реагировали на кормление Тодда. Они постоянно отпускали шуточки вроде «Эй, парень, давай украдем тебя у твоей мамки», «Кончай, ты уже слишком большой для этого», «Идем со мной — я сделаю из тебя мужчину». Я думаю, им было просто завидно, что Тодд может поесть, когда ему захочется, и это вызывало у них какое-то чувство — уныние, желание или уж не знаю что там».

Неудивительно поэтому, что матери испытывают растерянность и смятение в вопросах воспитания сыновей. «Избиение матерей» (синдром «давайте обвиним во всем мать», потому что она слишком много брала на себя) стало настолько же популярным, как и сваливание вины на отцов за их постоянное отсутствие. Часть правды в отношении многих матерей и сыновей здесь есть, потому что отец либо отсутствовал, уходя на работу, либо отсутствует вообще, и мать вынуждена использовать гиперкомпенсацию, ибо она обязана быть ребенку *двумя родителями сразу*. Многие одинокие матери превосходно справились со своей ролью при таких обстоятельствах, но не сумели дать сыну того, что ему потребовалось в определенном возрасте, потому что из матерей получаются лишь плохонькие отцы. Если матери ввиду отсутствия отца приходится прибегать к гиперкомпенсации, сыновья оказываются не в состоянии войти в контакт со своим глубинным мужским началом.

Опасность гиперкомпенсации, по мнению д-ра Каплан, состоит в том, что мать начинает терроризировать ребенка, завладевая его душой и телом, как будто он является продолжением ее самой. Такие агрессивные матери как бы посылают ребенку сообщение: «Ты не можешь позаботиться о своем теле и своих мыслях. Я сделаю это вместо тебя». Вера в себя — вот тот фундамент, на котором мальчик учится строить сбалансированные отношения с миром. Право запачкаться, рискнуть, «быть мальчишкой», наделать своих собственных ошибок, зная, что мать есть, что она всегда утешит и ободрит, — все это позволяет мальчику научиться верить в себя, в свою способность что-то сделать в мире.

Отстегнуть от юбки

Внутри каждого ребенка действуют две одинаковые по мощи силы. Одна из них — желание слиться с матерью, испытать блаженство единения; другая — порыв оторваться, уйти, чтобы стать отдельным, самостоятельным Я. Перед каждым человеком стоит дилемма: как сохранить теплые отношения с другими, оставаясь верным самому себе. Возможно, это один из главнейших уроков, которые ребенку должна преподать мать. В своей мудрой книге д-р Каплан пишет, что младенец сам знает, когда пришла пора начинать отделяться. Матери нужно лишь последовать за ним. По ходу продолжения диалога между матерью и ребенком на смену блаженству слияния приходит ощущение отдельности, т. е. сначала обоим возможностям хватает места для одновременного существования. «Часто родители истолковывают шаги, предпринимаемые ребенком для отделения, как знаки отвержения и свидетельства их собственной несостоятельности, — говорит д-р Каплан. — Но многое из того, что в детском поведении доводит родителей до самобичевания, на самом деле представляет собой не родительскую неудачу, а потребность ребенка в формировании чувства собственной тождественности».

Сэмми всегда был добродушным и послушным ребенком. Когда у него вдруг стали проявляться вспышки раздражения, я начала думать, что же я сама делаю неправильно. В течение двух недель мне ни о чем не удавалось попросить его без борьбы. Это был кошмар. Но вскоре он снова стал веселым и довольным жизнью. Разница была в том, что теперь он рисовал людей и птиц, мог построить высокую башню из кирпичей, не сваливая ее постоянно, мог сам сложить разрезную картинку. Было похоже, что он боролся со мной, чтобы шагнуть на следующую ступеньку возрастного развития.

Джей, член группы матерей

Процедура отстегивания мальчика от юбки была бы более легкой, если бы наши сыновья

развивались по прямой, т. е. если бы существовала четкая смена этапов развития. Однако наши сыновья могут жить на нескольких ступеньках развития одновременно, и это вообще характерно для развития человека. Так было и с Греггом. Когда ему было четырнадцать лет, матери казалось, что в доме живут два разных мальчика. Гленда вспоминает то время: «Грег перерос меня уже на 13 сантиметров и в то лето учился водить машину. У нас не было проблем по поводу времени его возвращения домой или выполнения домашних обязанностей. С ним было легко общаться, как со взрослым. Но он вдруг начинал вести себя как четырехлетний ребенок: отказывался чем-либо поделиться с сестрой, требовал моего контроля и руководства при выполнении простейших дел, как, например, открыть банку консервов к обеду, терялся перед самой пустой проблемой, если она возникала. Когда я откликнулась на его просьбу о помощи, он вдруг раздражался и кричал: «Что вы обращаетесь со мной как с ребенком?!» Мне казалось, что я схожу с ума».

В последних четырех главах этой книги подробно рассматривается развитие мальчика: каких поступков могут ждать от него родители на каждом этапе развития, как с ним лучше обращаться и чего требует от родителей душа мальчика. Пойдет речь и о специфических поведенческих проявлениях, свидетельствующих о том, что время пришло. В главе 9 «Возраст Тома Сойера: от 8 до 12» матери и отцы найдут некоторые рекомендации, посвященные этой теме..

Внутренний образ матери

Говоря «передать бразды правления», мы вовсе не имели в виду, что отец должен полностью узурпировать право на воспитание сына и что связь сына с матерью нужно разрубить. Мать всегда будет оказывать сильнейшее влияние на жизнь мальчика, но его отношения с ней существенно видоизменяются по мере приближения мальчика к отрочеству. Она все меньше будет нужна ему во внешней жизни, все больше он будет смотреть в сторону отца и других мужчин, идентифицируясь с ними в своей мужской сущности.

Но в путешествии—поиск своей мужской сущности каждый мальчик берет с собой свои детские впечатления и опыт того, что собой представляет мать как женщина. В процессе «окультуривания мальчика», как называет роль матери Роберт Блай, она опосредованно, на своем примере, внушает сыну свои женские ценности — то, как она живет в мире, и непосредственно вносит их в его сознание через свое отношение к сыну и поучительные истории, которые ему рассказывает.

Матери прибегают к позитивным и негативным мерам, прививая сыну культуру. Одни стыдят сыновей, другие добры, одни морализируют, другие читают нотации, одни стараются понять сына, другие обвиняют, одни опускаются до физических наказаний, другие оставляют ребенка в небрежении, одни матери слишком строги, другие смешливы, одни могут только любить, другие доверяют внутреннему миру ребенка. Большинство из нас пользуется и тем и другим в различных сочетаниях. Каждый из подходов потом сказывается в продолжение всей жизни мальчика.

Главное, что мы должны понять, — мальчик узнает все о мире женщины от своей матери. Мы не хотим сказать, что женщина — это обязательно стереотипная «неженка» или «лакомка», существо «слабое» или «нелогичное», «неспособное к математике», но женщина, почитаемая на земле и природой, и всем живущим. Мальчик должен сохранить этот образ женщины. Она научит его ценить признательность других, строить человеческие отношения. Поможет ему в первых уроках выражения собственных чувств, в исследовании их глубины и высоты. Мальчик начинает учиться искусству любви и обретению привязанностей. В нем развивается чувство доверия к миру, людям, самому себе. У него есть опыт получения поддержки, он знает счастье единения.

Отношения с матерью определяют и то, как в своей дальнейшей жизни мальчик будет относиться к женщинам. Как у всего в жизни, у женщины есть темная и зловещая сторона. Клиент, которого мы назовем Кельвин, хранил в подсознании «всепоглощающую женщину», что существенно затрудняло его взаимоотношения с женским полом. Мать Кельвина старалась быть для него и отцом, и матерью, потому что отец умер, когда мальчик, был еще

совсем маленьким. Она защищала сына от этой потери, делая для него все: убирала, мыла, варила, выбирала ему одежду, стирала и гладила. В конце концов зависимость Кельвина от матери достигла энной степени: мать принимала за него все важнейшие решения — с какой девушкой встречаться, каким видом спорта заниматься, в какой колледж поступать и какой уровень образования получить. Когда Кельвин стал взрослым, он сотни раз пытался завязать отношения с женщинами, дважды был неудачно женат. Он жаловался, что женщины относятся к нему как к маленькому ребенку, постоянно заботясь о нем, указывая ему, как он должен вести себя на работе, выбирая ему одежду, организуя всю его жизнь. Женщин тянуло к нему, потому что он был чувствителен и умел их слушать, но они жаловались, что он совсем не следит за собой, затрудняется в принятии решений, что у него нет друзей, что он прилепился к работе, которая ему вроде бы не нравится, что он не торопится закрепить отношения и не думает ни о чем загодя, откладывая любое решение до последней минуты, из-за чего постоянно и безнадежно опаздывает на деловые свидания.

Ситуация Кельвина сегодня широко распространена среди молодых мужчин. Многие авторы называют их «вечные мальчики, юноши», «порхающие мальчики», «Питеры Пэны». По словам Джона Ли, автора книги «Порхающий мальчик, или Как вылечить раненого мужчину», мальчики, которые избегают мира мужчин, «оказываются неспособными взять на себя ответственность, довести дело до конца, поддерживать добрые отношения с другими». Они превращаются в «порхающих мальчиков». Отсутствие связи со своей мужской сущностью и гиперзависимость от женщины, или внутреннего образа матери, оставляют многих современных мужчин без твердой опоры в жизни. Они либо растворяются в отношениях с женщинами, теряя себя, либо прячутся от любых отношений, потому что боятся быть «поглощенными», как это случилось у них с матерью.

В некоторой степени молодой мужчина каждый раз, когда покидает женщину, воспринимает это как победу, потому что он убегает от своей матери.

Роберт Блай

Возможно, мать Кельвина полагала, что делает для сына как лучше; с другой же стороны, вполне вероятно, что она использовала заботу о сыне, чтобы справиться со своим горем после потери мужа. Так или иначе, но вследствие этой гиперопеки Кельвин не смог осознать себя как мужчину и слабо верил в свою способность существовать в мире как отдельная личность. Для сыновей лучше все-то, если мать присутствует в их жизни только до того «момента, когда они выкажут готовность начать переход на другую сторону баррикады (см. главу 9). И тогда матери нужно взять руку сына и вложить ее в отцовскую ладонь или в руку другого мужчины, а после этого отступить на шаг в сторону.

Независимо от того, сколько сыну лет, мать всегда остается для него важной и необходимой опорой дома: она определяет, что можно и чего нельзя, с ней всегда можно поговорить и о возникших проблемах, и о политике, она всегда даст совет в любви, накормит и утешит, если что-нибудь случилось. Но если мать знает об ограниченности своих возможностей, сын скоро поймет, где кончается мать и начинается *он* сам. Если отец принимал участие в процессе мужания мальчика, мальчик будет неколебим в своем мужском самоощущении, он будет чувствовать себя мужчиной — единственным, кто умеет дарить любовь и достоин любви, кто утверждает жизнь и приносит ее.

Отцы и сыновья: на непонятном языке

Ж: Способ, с помощью которого время от времени мой муж и сын общались между собой, был для меня тайной. Они пинали друг друга, толкали, награждали тычками. Мы с сыном боролись и щекотали друг друга, бегали друг за другом, но их игры носили совсем другой характер, как будто у них был особый язык — с хрюканьем, фырканием, мычанием, насмешками, подкалыванием, захватами. В мужской силе есть некоторая свирепость, которая требует: «Эй! Не зевай! Это есть. Это важно. У меня есть позитивная творческая цель». Я начинала понимать, что муж и сын общаются на каком-то глубинном уровне, когда они физически

соприкасаются друг с другом.

Даже грубый язык и угрозы могут играть роль светской болтовни, используемой в обществе для познания другого человека. Каждая семья сама определяет границы допустимого в языке и поведении, но отцы и сыновья будут «стучаться лбами», дразнить друг друга и обихаживать один другого так, как для них обоих лучше.

Однако когда подкалывание или возня становятся злобными, т. е. происходят от таких чувств, как гнев или негодование, либо возникают из-за того, что сын или отец пытаются скрыть нечто важное, — тогда они отравляют нормальные взаимоотношения. Это особенно опасно, если отравленные стрелы пускает отец.

Когда Бэрри в возрасте 14 лет стал снова жить с отцом, их взаимоотношения были почти разрушены до того, как появилась возможность начать все сначала. Бэрри забрали из дому из-за скандалов между отцом и матерью и из-за того, что сам он был замечен в кражах. После года трудной, серьезной индивидуальной работы отцу Бэрри была предоставлена возможность снова жить с сыном. Теперь отец научился контролировать свой гнев, устанавливать границы дозволенного для Бэрри и был в состоянии по-настоящему выслушать сына. Однажды Бэрри пришел на совместный консультационный сеанс злой и обиженный. «Я больше никогда не буду разговаривать с отцом, — заявил он. — Он насмеяется над моей музыкой, как будто я идиот». Его отец ответил, что он просто пошутил и даже не представлял себе, что Бэрри может так на него рассердиться. «Знаешь, отец, — сказал Бэрри, — мне нравится, когда мы подшучиваем друг над другом. Ты самый веселый парень, которого я знаю, но то, как ты сегодня насмеялся надо мной, очень обидно». Отец на это ответил: «Жаль, что так получилось, сынок. Я так стараюсь не перетянуть гайки, но я не был честен с тобой. Если честно, я ненавижу твою музыку и люблю тебя. Как же нам с этим быть?» Бэрри вздохнул облегченно. Стало ясно, что нужно искать компромисс. Бэрри согласился пользоваться наушниками и не смотреть музыкальных видеопленок, когда отец дома.

Это может показаться противоречивым, но, если мальчики знают, за что отец в действительности недоволен, это придает им силы. Когда общение замутнено ядовитыми придирками или ложью, мальчик постепенно встает в позицию «Я должен стать недостойным». И несмотря ни на что, отцы для сыновей почти что боги. Самое короткое их замечание, мельчайшая деталь поведения или одежды поражают, словно удар грома среди ясного неба. Искренние уважительные отношения между отцом и сыном спускают отца с горних вершин в мир людей. Если отец может добраться до самых глубинных чувств сына и если судьба сына волнует его, то его отцовская роль заключается в том, чтобы сын приобрел и усвоил сильную и чуткую мужественность. Сын обязательно должен получить от отца подтверждение: «Ты достоин того, чтобы с тобой были честны». Пусть мальчик из первых рук узнает, что честность делает отношения серьезнее и глубже, и научится разделять чувства другого человека.

Отцы: кто приходит после Эдипа?

Один мужчина, клиент Дона, рассказал о сне, который преследует его с отрочества. «Я занимаюсь любовью со своей подружкой. Как раз в момент кульминации ее лицо вдруг становится лицом моей матери, а мой отец прерывает нас стуком в дверь. Я чувствую себя виноватым, пристыженным и испуганным». Доктору Зигмунду Фрейду, отцу современной психологии, этот сон понравился бы. «Очевидно, — сказал бы доктор, — сын пытается украсть мать у отца. Сын ненавидит отца настолько, что готов убить его, точно так, как в истории об Эдипе». Мы все слышали об эдиповом комплексе, но мало кто из нас по-настоящему обратил внимание на значительные допущения в этой теории. Она представляет собой попытку Фрейда объяснить психологический переход сына из мира матери в мир отца. Фрейд был точен в описании одного из возможных путей, которыми сын переносит объект самоидентификации с матери на отца: сын желает мать для себя так сильно, что готов избавиться от отца. Когда он понимает, что мать ему не получить, он соединяется с отцом, чтобы стать на него похожим. Тогда однажды он сможет привлечь к себе кого-то, похожего на мать.

Д-р Фрейд был не совсем точен, однако, предполагая, что описанное выше упрощение

является единственной дорогой, по которой сыновья входят в мир отцов. Доктор философии Лорен Е. Педерсен, психоаналитик школы Юнга, в своей книге о мужском развитии «Темные сердца» подверг сомнению давно принятое объяснение Фрейдом эдипова комплекса. Доктор Педерсен истолковывает использование Фрейдом мифа об Эдипе как способ описания падения отношений между отцом и сыном. Педерсен придает этому другое значение. «Фрейд переоценивает негативного отца, — пишет он. — На том этапе развития мужчины, который следует за отделением от матери, главной задачей является примирение отца и сына. Для того чтобы помочь сыну успешно преодолеть этот этап, отец сам должен завершить свое собственное отделение от матери. Но он должен и удерживать в себе мать как интегрированную часть самого себя. Если же он этого не сделал, его взаимоотношения с сыном непременно будут оставаться оскверненными, т. е. он снова покинет сына».

Когда журналист и исследователь Шери Хаит опросил 7239 мужчин об их взаимоотношениях с отцами, почти никто из них не сказал, что они когда-либо были близки с отцом или близки с ним сейчас.

Большинство мужчин зависят на материнской стороне баррикады. Застревание на этой фазе развития делает для мужчин затруднительным воспитание собственных сыновей и оказание им помощи в процессе возмужания. Отсутствие сердечной заинтересованности в сыне, по словам д-ра Педерсена, является главным фактором образования эдиповой раны. Готовность сына к диалогу с отцом непроизвольно оживляет в отцах сожаление о том, что у них самих не было близких отношений с отцами, и, вместо того чтобы просто оплакать свою потерю, отцы скрывают ее под гневом и негативизмом по отношению к сыну. Если отец реагирует на развитие сына затаенной злобой и неприятием вследствие того, что в свое время он сам не совершил вместе со своим отцом позитивного перехода к самоидентификации по мужскому типу, мальчик, вполне естественно, ищет утешения и поддержки у матери. Когда психологическая сила толкает мальчика к отделению от матери (где-то в возрасте 7-9 лет), отец сталкивается с двойственной задачей. Ему самому еще только предстоит покинуть мир матери и перейти в мир отца, но в это же время он должен перенести туда и своего сына. Решение этой задачи под силу только Гераклу, и поэтому хорошо бы обратиться за помощью к другим мужчинам.

Когда я познакомился с положениями новой психологии о мужчинах, я испытал чувство безнадежности и растерянности. Мне стало страшно, что пройдут годы и годы, пока я стану достаточно сильным, чтобы воспитывать своего сына, а ему уже семь лет! Но я решил сделать первый шаг — проводить с ним побольше времени. Мне было удивительно, как быстро мы нашли общий язык. Стыдно признаться, но до этого момента все, что касается сына, совершалось исключительно по решению его матери. Я был скорее ее помощником, чем отцом, потому что всегда старался доставить ей удовольствие. Теперь мы с сыном регулярно ходим вдвоем в походы. Иногда вместе с нами ходят другие отцы со своими сыновьями. Поддержка со стороны других мужчин оказалась для меня очень полезной. Мы с женой оба заметили, как стал «расцветать» наш сынок. Исчезло множество проблем, связанных с дисциплиной. Само мое присутствие смирят агрессивность, которую он демонстрирует при матери. Моему сыну не довелось получить в отцы закаленного в боях человека, перешедшего через мост между отцом и матерью много лет назад. Но я не хочу быть дикарем. Я думаю, мы должны перейти этот мост вместе, отец и сын.

Письмо от отца, который посещал семинар по воспитанию сыновей, проводившийся для отцов

Ненависть, смущение и чувство вины, которые испытывает сын по отношению к отцу и которые отец, в свою очередь, испытывает по отношению к своему отцу, обусловлены не столько отсутствием отца, эмоциональным или физическим, сколько самой ролью «отец». Как считает Роберт Блай, мужчины сегодня чувствуют «голод отцовства». Отсутствие сильного, выносливого, надежного отца готовит сцену для повторения мифа об Эдипе. Но все-таки можно надеяться, что роли отца и сына будут переписаны. Новые отцы в содружестве с женщинами и другими мужчинами начинают создавать новую пьесу.

Отцы и сыновья: примирение

Клиент-мужчина, о котором шла речь выше и сон которого предполагает классический эдипов комплекс, рассказывал этот сон многим друзьям, учителям и психотерапевтам, потому что сон преследовал его долгие годы. Дон предложил этому человеку толкование сна, несколько отличное от того, какое мог бы дать доктор Фрейд. «Отец приходит забрать вас в мир, которому вы принадлежите, в свой мир, мир мужчин. Вы напуганы и чувствуете себя виноватым, потому что не знали отца, когда были маленьким. Он появляется внезапно, неожиданно и резко. Его появление и должно быть как удар. Он приходит забрать вас в вашу мужскую зрелость». Многократное возвращение этого сна с самого отрочества свидетельствует о том, что психологическая сила продолжает действовать внутри мужчины, осознает он это или нет. Этому клиенту нужно было уйти из психологической ниши, «которая больше ему не принадлежала, — от навязчивого очарования матери, которое вело в тупик, к зависимости в отношениях с женщинами, — к новому состоянию души, ума и сердца, к самоидентификации с отцом, самопринятию, уверенности в себе и осознанию своей мужской сути, способности дарить жизнь».

Этот переход никогда не проходит легко и гладко. Созревание мужчины обычно идет медленно, болезненно и беспорядочно. Его начало вносит суматоху и смятение в безмятежное до того существование мальчика. И следующие за этим поиски психологического равновесия не редко продолжают еще длительное время после того, как завершится физическое превращение мальчика в мужчину. Фактически, считает Шеферд Блисс, лидер международного мужского движения, многие мужчины в нашей культуре завершают переход из мира матери в мир отца к 40 годам.

Многих отцов охватывает удивление, когда где-то в возрасте около 9 лет психологическая сила подталкивает сыновей становиться более похожими на них, проводить с отцами больше времени. Как только это происходит, отцы обычно находят много привлекательных дел. Необходимо обязательно в срочном порядке, чтобы отцы в таких случаях обратились к другим мужчинам и справились с потерей собственного отца. Будущее наших сыновей зависит от того, найдут ли их отцы время, чтобы пообщаться со своими друзьями, психотерапевтами, священниками, другими отцами, буфетчиками, товарищами по гольфу, соседями и родственниками. Когда мужчина в беседе с другим мужчиной говорит о своих отношениях с отцом, он тем самым открывает дверь в душу своему сыну.

Один мужчина так рассказывал о своем опыте отношений с отцом. «Сейчас ему 70. На прошлой неделе я был у него и спросил о его отце и их отношениях. Мой старик заплакал. И я тоже, когда он рассказал мне, что никогда в жизни не сидел у отца на коленях и даже не прикасался к нему. У меня в бумажнике есть фотография, где отец поддерживает меня на вершине скалы в горах. Мне там 7 лет и выгляжу я очень счастливым и довольным.» Мой отец похож на Бога, поддерживающего меня в небе, такого сильного и гордого за своего сына. И этот человек, который держит меня, никогда в жизни не сидел на отцовских коленях! В моих глазах это делает его настоящим героем: он справился со своей собственной болью и вырастил меня.

Когда мне было 9 лет, отец стал относиться ко мне критически; я назвал это «падение» наших близких отношений. Мне до сих пор обидно и больно одновременно за тот период. Моему сыну 8 лет, и теперь моя очередь продолжить героическую традицию: я хочу начать с того места, где остановился мой отец, и понести своего сына дальше, вопреки своей обиде, боли и гневу. И даже лучше — при помощи этих старых чувств. Мы с отцом старались избегать разговоров на эту тему, но она лежала между нами, мешая сближению».

Его собеседник поделился тем, как ему удалось наладить отношения с сыном, несмотря на двухлетнюю борьбу и безобразный развод. Оба родителя наговаривали сыну друг на друга. Во время всей этой тяжбы он оставался с матерью, и у отца не было возможности встречаться с мальчиком регулярно. Когда все это началось, ребенку было 12 лет, и он повсюду высматривал фигуру отца. Вильям, культурист, увлекающийся наркотиками и живущий по соседству, первым попал на эту роль. К счастью, дядя стал забирать мальчика на выходные на свою яхту, а потом сосед-полицейский увлек мальчика классической борьбой.

«До того времени я оставался довольно пассивным, запутавшись во всей этой заварухе, — признался отец. — не хотел вмешиваться в жизнь сына и держался на заднем плане. Потом я прочитал о новой мужской психологии и понял, что сыну не нужна моя отстраненность. Никогда не забуду, как я услышал о том, что отец должен взять сына и перенести его во взрослый мужской мир. Я поговорил с другими отцами, сходил на консультацию, но самое главное — я пошел и взял своего сына. На денек на стареньких велосипедах мы отправились за город. Мы начали разговаривать, потом заспорили, но не позволили дойти делу до ссоры. Мы были вместе. И было хорошо. Теперь моя экс-супруга позволяет сыну приходить ко мне. Наверное, она уже не знала, что делать с его агрессивностью, она почувствовала, что я имею на него право! Когда я впервые увидел его после развода, ему было 14. Он показался мне грубым и колючим: у него была большая бритая голова, медные цепи на груди и нож в кармане. Теперь это приятный подросток с чувством собственного достоинства и всего лишь серьгой в ухе».

Настойчивость этого отца, возможно, спасла жизнь его сыну. Сын рассказывал консультанту о своих переживаниях так: «У нас с отцом теперь хорошие отношения. Мне бы не хотелось их потерять. Никто не понимал, что и грубость, и наркотики свидетельствовали лишь о том, что нужен отец. Но я все-таки хочу оставаться самим собой. И я постою за себя и не позволю ему через меня перешагнуть. Было бы ужасно, если бы такое случилось. Но у каждого из нас есть право на свое мнение. И я так же упрям, как отец». И лицо этого прежде пугливого мальчика расплзлось в улыбке.

В отличие от древних культур, когда отец начинал общаться с сыном после инициации, в наше время, если отец не появится на сцене, пока сын не подрос и не стал неуправляемым, нет такой испытанной временем традиции, которая бы их соединила. Современный сынок может просто уйти. И нет культурной силы, которая заставила бы его учиться быть мужчиной у своего отца.

Я чувствую себя так, как будто с меня содрали кожу. Я думал, что, когда сын подрастет, мы станем ближе. Но он не хочет ничего делать вместе со мной. Я чувствую себя обманутым.

Ник, отец шестнадцатилетнего мальчика

И более того: когда долго «отсутствующего» отца втягивают силами суда, школы или социальных институтов в семейный скандал, вызванный поведением бунтующего от растерянности подростка, отец вмешивается с большим неудовольствием. Между ним и сыном нет никакой связующей их основы, на базе которой можно было бы начать диалог и понять друг друга.

Отцы: дорога домой

Термин «корпоративный отец» — это оксиморон*. Большинство современных фирм и компаний совершенно не интересуется важность роли отца в семье. «Быть хорошим отцом, у которого есть для семьи свободное время» переводится как «ему нечего делать в системе нашей компании». Отец, которому хочется в рабочее время повести детей к врачу или сходить на важное мероприятие в школу, подвергает свою семью риску, потому что в большинстве организаций требуют, чтобы работа была на первом месте, а семья на втором. Отцы, независимо от того, работают они в мире корпораций или нет, загнаны нашей культурой в ловушку и вынуждены жертвовать сыновьями во имя «мира работы». Большинство современных отцов ищут дорогу назад, к семье.

*Оксиморон — стилистическая фигура, сочетание противоположных по значению слов, сжатая и оттого парадоксально звучащая антитеза.

Я ухожу на работу в 5.30 утра, поэтому мой рабочий день заканчивается в 4 часа дня. Учитывая час на дорогу, я возвращаюсь домой к пяти и провожу вечер дома с детьми. Одна беда — я так устаю к той минуте, когда добираюсь домой, что от меня уже мало

пользы и детям, и жене по дому.

Митч, измученный отец трехлетней Сары и пятилетнего Джо

Даже отцы, у которых более нормальный ритм работы, могут чувствовать, как они устают от всего, что требует их времени и участия. Технологическая эпоха пожертвовала своими сыновьями в погоне за деньгами. Нам кажется, что, если мы будем работать 50,60 или даже 80 часов в неделю, наши дети получат все радости, которые мы сможем им купить. Но сыновьям-то нужно то, чего мы, кажется, как раз и не хотим им дать, — мы сами и наше время. Чтобы вырасти здоровым мужчиной, мальчик должен развиваться в тесной связи с матерью, тогда он познает свою собственную человеческую сущность, а потом его должен принять отец, чтобы мальчик постиг, что значит быть мужчиной. Это требует времени и жертв. Нужно очень захотеть дать мальчику то, что нужно, чтобы он вырос здоровым мужчиной, несмотря на наш страх потерять выгодную службу и те материальные преимущества, которые приносит успешная карьера.

Необходимо изменить весь образ жизни. Как говорилось в главе 3 в контексте ухода за младенцем, матери обязательно должны пожертвовать карьерой на ограниченный период времени или найти альтернативу полной занятости. Отцам необходимо изыскать возможность уделять больше времени семье, изменив структуру приоритетов. Такое изменение образа жизни подразумевает, что семья должна отказаться от того, что считается в нашей культуре признаком успеха и силы, тратить меньше средств на материальные приобретения и больше времени проводить всем вместе. Это значит, что мы наконец сможем выключить телевизор. Такие жертвы будут способствовать решению школьных проблем наших сыновей, мы совладаем с их домашним ничегонеделанием, раздражительностью, сексуальной неразборчивостью и промискуитетом, склонностью к насилию. Эти жертвы вдохнут жизнь в наших сыновей и в наше будущее.

Глава 5 Внутренняя система управления: мысли и чувства

Сокровища, которые спрятаны в сердце ребенка...

берут начало из того самого божественного мира,

откуда происходит сама душа...

Даниель Удоде Хаес, антропософ и педагог Вальдорфской школы

«Рациональное мышление» далеко не первая фраза, которая приходит на ум, когда мы говорим о воспитании. «Неуправляемый», «сводящий с ума», «вечная головная боль» — вот какие слова чаще всего используются для описания повседневного сумбурного опыта воспитания детей. Мы прилагаем невероятные усилия, чтобы научить своих детей мыслить четко и ясно и делать рациональный выбор, но тем не менее зачастую нам самим так и не удастся этому научиться. Бывают дни, когда поставленная задача напоминает движение сквозь плотный лондонский смог темной ночью. Как научить сыновей прислушиваться к голосу чувств, четко мыслить и самим направлять свою жизнь, если сами мы в постоянном смятении и не умеем этого делать?

Воспитание детей и ясность мысли

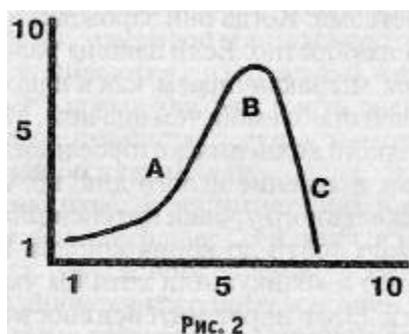
Однажды сын выбил меня из колеи. Он без нитья согласился убрать свои игрушки, если его друг Брэндон придет к нему играть. Когда время игр подошло к концу и нужно было прибрать все, сын вышел из себя. Он закричал на меня, и я, потеряв терпение, сказал: «Все! Брэнд он больше никогда не придет к тебе играть». Ну вот, сын был обижен на меня еще до этого, а теперь он разразился бурными слезами. Я разбушевался и пошел провожать Брэндона домой. На обратном пути через улицу моя собственная ярость немного поутихла, и я понял, что сказал ужасную глупость. Никогда больше не играть со своим лучшим другом — немислимое наказание, смешное, потому что я сам никогда не смогу настоять на этом. К тому же наказание никак не соответствовало проступку. Почему я наказал и Брэндона тоже? Итак, вернувшись домой, я посадил сына в кресло-качалку в нашей спальне и сказал: «Я совершил

ошибку, сказав, что ты никогда больше не будешь играть с Брэндоном. Вы обязательно будете снова играть вдвоем. Все, что мне сейчас от тебя нужно, так это чтобы ты извинился, потому что ты не выполнил своего обещания. А после этого я хочу, чтобы ты прибрал у себя в комнате». В этот момент по лицу своего пятилетнего ребенка я увидел, как невыносимая тяжесть мира свалилась с него. Он попросил прощения и быстро собрал игрушки. На следующий день он опять из-за чего-то обиделся на меня и разозлился: «Я ненавижу тебя!» Нам удалось решить проблему, и спустя несколько минут он сказал: «Папа, я совершил ошибку, сказав, что ненавижу тебя. Я был просто обижен. На самом деле я тебя люблю».

Многие из нас умеют мыслить довольно четко и рассуждать, но не тогда, когда рассержены или расстроены. В минуты острых переживаний мы можем наговорить такого, о чем позже будем горько сожалеть, или принять какие-нибудь абсолютно глупые решения. Каждый из нас хоть однажды был охвачен таким сильным чувством, которое временно блокировало нашу способность думать и действовать рационально. Большинство из нас ходили в школе на занятия по логическому мышлению или читали книги о законах логики, но лишь немногие постигали законы действия чувств.

Кривая эмоций

Чувства естественно развиваются в одном направлении — к своему завершению. Они следуют известным курсом: нарастают постепенно или резко (см. рис. 2, А), достигают кульминации (см. рис. 2, В) и разрешаются (см. рис. 2, С). Возьмем, к примеру, гнев. Когда чувство полностью разрешилось, мы чувствуем себя лучше и можем даже забыть о том, что было сказано нами в минуту гнева начинаем спокойно размышлять о том, что предстоит сделать. Независимо от того, какое это чувство — счастье, печаль, радость, гнев или горе, — наше эмоциональное тело вытягивается и укладывается по *кривой эмоций*.



В то утро, уходя на работу, я разозлился на жену. Я был так взбешен из-за того, в чем она, по правде говоря, не была виновата, но она была удобной мишенью для моего раздражения. Большую часть дня я занимался тем, что ругал ее, превращая мысленно в «пугало». После обеда я сидел у себя за столом и вдруг почувствовал, что все сердитые, обвиняющие, упрекающие мысли исчезли. Я пожалел, что наорал на нее, позвонил ей и попросил прощения.

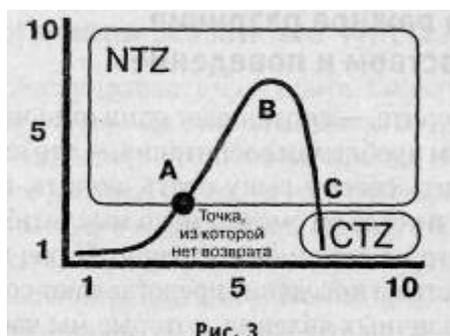
Боб, подхваченный кривой эмоций

Хочется нам того или нет, чувства должны пройти свой путь. Иногда проходят часы и дни, пока эмоция пройдет все фазы развития. Вопреки нашим усилиям овладеть ими, чувства движутся своим собственным предсказуемым ходом, но по непредсказуемому расписанию.

Точка, из которой нет возврата, и зона, где нет места мысли

Когда нашему сыну было три года, он обнаружил, что может надавить на тюбик с кремом для бритья. К его удовольствию, белая пена, появлявшаяся из тюбика, образовывала великолепные кучи «снега» на полу ванной. Когда мы нашли его там, он неистово пытался затолкать крем обратно в тюбик. Он смотрел на нас, обескураженный, весь в креме. У него ничего не получалось. Точно так же и с чувствами. Когда они зарождаются, мы не можем запихать их обратно. Если законы развития чувств нам непонятны, мы заканчиваем, как и наш

сын, стоя перед еще большей проблемой, чем вначале. Мы можем избавиться от легкого волнения, которое иногда досаждаст нам, как комар, в течение целого дня, но, если чувство достигло определенного уровня интенсивности, оно обязательно должно дойти до конца кривой. Нельзя засунуть его обратно в «банку» или хотя бы уменьшить его интенсивность. Этот порог интенсивности называется *точкой, из которой нет возврата* (см. рис. 3, точка А). У каждого человека свой порог интенсивности, зависящий от темперамента, отношения к выражению чувств в семье, личного опыта и тому подобного. Но когда интенсивность чувства достигает этого порога, точки, откуда нельзя вернуться, чувство уже нельзя подавить — оно должно достичь пика и затем точки разрешения.



Когда мы проходим через точку, из которой нет возврата, мы входим в опасную зону, где нет места мысли (на рис. 3 она показана как зона NTZ). Здесь чувство требует нашего особого внимания, ибо всякая способность к осмыслению и логическому анализу исчезает. Это состояние было ошибочно названо нерациональным; но истина в том, что оно «иррационально», т. е. находится за пределами логики и не подчиняется ее законам. Здесь важно только чувство. Никакое обсуждение, размышление, решение, расчет невозможны. Только чувство. Обычно это та ситуация, в которой жены жалуются на мужей, что те не прислушиваются к их чувствам, а пытаются все упорядочить. Это время для слез, смеха, гнева и радости. Именно в зоне, где нет места рассудку, мы чувствуем себя наиболее живыми и уязвимыми.

После того как чувство достигнет пика, интенсивность его ослабевает, оно завершает свой цикл, и мы снова можем рассуждать. Зона ясного видения (обозначенная как CTZ на рис. 3) является источником мощных и глубоких прозрений, потому что здесь мы находимся в наиболее тесном контакте с душевными желаниями, мечтами и пониманием. Проницательность, выросшая из опыта чувств и переживаний, становится «жизненной мудростью». Интеллектуальные представления, почерпнутые из книг и других внешних источников, оказывают на наше поведение лишь незначительное влияние; прозрения, которые настигают нас в зоне ясного мышления, являются источником самых серьезных перемен. Многие пары рассказывают, что переживают необыкновенное чувство близости и единства после «хорошей ссоры», означавшей, что оба партнера высказали свои подлинные чувства и были услышаны.

Жизненно важное различие между чувством и поведением

«Вот вы говорите, — спрашивает один отец на семинаре, посвященном проблемам воспитания, — что я якобы должен позволить своему сыну орать, вопить, швыряться игрушками, и тогда он сможет ясно мыслить? Но это же смешно!» Это *на самом деле* смешно. Ключ к загадке в том, что чувство и поведение представляют собой два абсолютно различных явления, которые мы часто смешиваем и объединяем.

Многие в нашей культуре боятся гнева, потому что, когда мы сами были детьми, нам приходилось видеть, как некто неистовствовал, выйдя из себя. Вследствие этого, став взрослыми, мы, как только услышим слово «гнев», представляем себе человека, который дерется, швыряться вещами или что-нибудь ломает. Истина в том, что гнев можно пережить, не сделав ни единого движения. А насильственные действия могут и не быть выражением чувства

гнева, скорее, они отражают сопротивление этому чувству. Обычно мы сопротивляемся чувству гнева, потому что страшимся его интенсивности или боимся навредить кому-нибудь.

Я пошел на одно из этих занятий по гневу и злости. Они проводятся в звуконепроницаемых комнатах, где вы можете кричать сколько угодно и вас никто не услышит. Я вошел туда с руководителем, лег на мат и орал, пока не охрип. Чувствуя себя изнуренным, я открыл глаза. Первой моей мыслью было удивление, что инструктор еще жив. Мой гнев не убил его! Теперь я знаю, что нанести вред, обидеть может только мое поведение. Испытав гнев, ярость, любое другое чувство, я становлюсь сильнее, даже если это чувство и не очень приятное. Я прожил большую часть своей жизни, сдерживая свои чувства из страха кого-нибудь обидеть. Какое облегчение!

Чет, 45 лет, участник семинара для мужчин

Привычки и невысказанные чувства

Никто не может управлять чувствами. Большинство людей способны научиться контролировать свое поведение. Двухлетний малыш инстинктивно тянется за игрушкой и бьет другого ребенка, оказавшегося поблизости, еще до того, как поймет, что же он делает. Подрастая, дети начинают понимать, что драться плохо, и мы учим их искать другие формы поведения для решения проблем. Их чувства, вероятно, остаются теми же: они по-прежнему сердятся, если кто-то заграбастает привлекательную игрушку. Но они начинают контролировать свое поведение. Инстинктивное желание двухлетки — ударить — перерастает в более зрелое, осознанное желание посмотреть, как будут разворачиваться события.

Незрелые или неосознанные формы поведения мы называем привычками. Обычно мы добавляем к ним эпитет «хорошие» или «плохие» в зависимости от того, какое влияние они оказывают на нашу жизнь. Когда мы едем по свободной магистрали, мы регулярно, но неосознанно поглядываем в зеркало заднего вида, чтобы держать под контролем поток машин. Мы автоматически нажимаем на тормоза, когда видим загоревшиеся тормозные огни едущего впереди автомобиля. Эти привычки помогают нам ездить без аварий. С другой стороны, Майкл, когда нервничает, обгрызает ногти до мяса. Джордан, когда он сердит, «взрывается» и стучит первого попавшегося под руку. Эти привычки являются незрелыми формами поведения и могут доставить своим «владельцам» немало проблем. Мы делаем своим сыновьям огромный подарок, когда помогаем им научиться проявлять свои чувства и сознательно управлять своим поведением на том уровне зрелости, который соответствует их возрасту. Понимание законов развития чувств окажет им (и нам) действенную помощь, когда в отрочестве их начнет будоражить тестостерон.

Когда самовыражение несет в себе угрозу

Моему сыну недавно исполнилось 16, и ему приходится вести борьбу со множеством трудных чувств. Однажды мне нужно было куда-то добраться побыстрее, и я сказала ему, что сегодня он не сможет поехать на машине. Он пришел в такое бешенство, что стал кричать мне непристойности. Я была шокирована и обижена. Я даже испугалась, когда он заорал и стал махать кулаком у меня перед носом. Я думала, что он и ударить сможет. Ничего подобного у нас прежде не случалось. Я сказала ему: «Это ненормально. Ты останешься здесь, а позже мы поговорим». И вышла из дому, мне необходимо было уйти. Когда я вернулась, я ему сказала: «Ты можешь сердиться и имеешь право сказать мне об этом, но ты больше никогда не будешь махать передо мной кулаками и угрожать мне. Точка». Я на неделю запретила ему пользоваться машиной и добавила, что если он не может разговаривать со мной без угроз, то пусть поищет себе другое место жительства. Я ненавидела себя, когда произносила эти слова, но что еще сделать — я не знала. Потом он попросил прощения. И мы хорошо побеседовали о различии между выражением чувств и поведением, несущим в себе угрозу. А еще мы поговорили о том, что же его все-таки так обидело. Оказалось, все дело было в девушке.

Джулия, одинокая мать двух мальчиков-подростков

Эта одинокая мать говорит об одной из наиболее сложных ситуаций, с которыми

сталкиваются матери, воспитывающие мальчиков-подростков в одиночку. Сын не понимает, что его тело реагирует на мощь тестостерона и что, хотя он испытывает к матери любовь и привязанность, его действия могут быть обидными и угрожающими для нее, для другой женщины и даже для мужчин. Мальчики чувствуют себя в большей безопасности, когда адресуют выражение своих эмоций матерям, но мать должна набраться сил и определить четкие границы поведения, какое она может допустить в отношении себя.

Д: В моей консультативной практике мне приходилось встречать мальчиков и отцов, которые были шокированы, узнав, что выражением своих чувств они отпугивают от себя женщин. «Мне казалось, я поступаю хорошо, — сказал один муж. — Я сказал (ей, что зол на нее, как дьявол. А она ответила, чтобы я больше никогда не разговаривал с ней в таком тоне. Тогда я разозлился еще больше. Раньше, когда я не говорил ничего, она обижалась, что я с ней не разговариваю. Теперь, когда я сказал ей, что чувствую, она бесится!» Он так и не понял, что его жену испугало то, как он выразил свой гнев.

«Мужская сила способна испугать сама по себе, — говорит консультант Энн Шеридан. — Иногда даже добрые намерения не играют роли. Энергия мужчин всегда пугает женщин». Большинство мужчин не бросаются в гнев с кулаками на жен. Но некоторые способны и на это. Когда женщина слышит от мужчины, что он никогда ее не ударит, это все равно что услышать от оператора американских гор, что тележка вряд ли сойдет с рельсов! Насильственные действия со стороны мужчины прощаются повсюду, куда ни глянь, — в кино, по телевидению, на улице и порой даже в наших собственных домах. Когда мальчики узнают, что они могут проявлять свои чувства и контролировать поведение, им становится легче. Намучиться проходить зону, где нет места мысли, и использовать преимущества зоны ясного видения — задача одинаково важная и для родителей, и для сыновей.

Законы развития чувств

1. Чувства развиваются по определенной траектории, которая называется *кривая эмоций*.
2. Чувство в своем развитии проходит через точку, *из которой нет возврата*, и доходит до зоны, где нет места мысли. **Внимание!** Не пытайтесь мыслить рационально или решать проблему в этом состоянии! Просто переживайте.
3. Чувство естественным образом достигает кульминации, пика, откуда оно начинает ослабевать, затем входит в *зону ясного видения*.
4. Зона ясного видения позволяет проникнуть в суть проблемы, ставшей причиной чувства.
5. Прерывание чувства методом отвлечения или его подавление за счет страха или сознания вины приводит к возникновению эмоциональных и физических расстройств (см. следующий раздел).
6. Чувства представляют собой внутреннюю, скрытую работу души и не требуют движений.
7. Поведение не связано с чувствами напрямую. Поступок всегда является результатом сознательного или неосознанного выбора. Неосознанные формы поведения называются привычками.
8. Всякий поступок, совершенный в зоне, где нет места мысли, базируется на привычке.
9. Формы поведения и решения, принятые в момент нахождения в зоне ясного видения, ведут к позитивному разрешению чувства и желанию сотрудничать с другими людьми.

Доверяем внутренней системе управления

Д: Когда мне было шесть лет, мы с моим старшим двоюродным братом Рэнди играли на пастбище в ковбоев. Мы пасли стадо точно так же, как Джил Файвор и парни из телешоу «Пастуший кнут». С нашими ружьями марки ВВ мы были настоящими ковбоями. Однажды мы увидели странную вещь. Мой дядя натягивал ограду из проволоки вокруг стада свиней как раз посреди коровьего пастбища. Кузен сказал: «Дотронься до проволоки». Я, конечно, хватанул ее рукой, и ударом электрического тока у меня на руке прожгло полосу. Как я кричал, когда бежал домой, чтобы меня перевязали и чтобы рассказать о своей боли! На следующий день я снова гулял

с Рэнди. На этот раз я уже был осторожен возле этого проволочного забора. Рэнди сказал: «Спорим, ты не дотронешься до проволоки?» Я один раз сделал глупость, и хватит. Тогда я отрицательно покачал головой, Рэнди взялся рукой за проволоку и продолжал спокойно стоять. Никакого удара! Он пояснил мне, что дядя пустил ток только первый день, чтобы приучить свиней сидеть в загоне. Они отбегали от загородки с пронзительным визгом каждый раз, когда прикасались к ней носом или задом. А сегодня дядя уже отключил ток, но свиньи все равно держались от ограды подальше. Потом он вообще уберет ограду. Но память о пережитой боли будет удерживать свиней на месте. Тот же принцип работает и в отношении поведения людей — именно он лежит в основе любого воспитания, направленного на модификацию повеления.

Детей удерживают на месте, на внутреннем уровне, подобными методами. Внутри каждого из нас есть такой же загон с обжигающей оградой вокруг него. Внутри этого загона находятся все чувства, которые мы испытывали и могли высказать, будучи детьми. За пределами загона находятся чувства, которые в нашей семье считались недопустимыми, потому что их боялись или не знали, что с ними делать. Когда мы выражали неразрешенные чувства, например гнев, мы нарывались на брань, угрозы, наказания или презрение. Со временем память о таких переживаниях научила нас отрицать свой гнев. Обжегшая когда-то боль и но сей день продолжает удерживать нас в рамках, но она исказила нашу способность нормально переживать и выражать весь диапазон эмоций.

Если родители пытаются научить ребенка оформлять свои чувства, но при этом щелкают его по носу каждый раз, когда он проявляет чувство, недопустимое с их точки зрения, ребенок теряет какую-то жизненно важную часть себя. Эту жизненно важную часть мы назовем внутренней системой управления, именно она является для нас источником информации о наших взаимоотношениях с миром. Этот источник мудрости в любом возрасте направляет нашу жизнь.

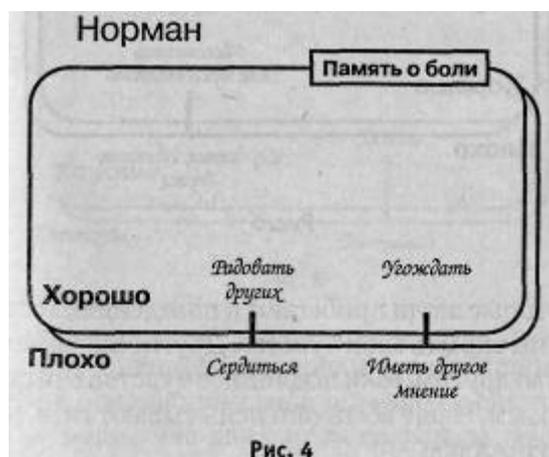
Легко можно наблюдать действие внутренней системы управления у малышей. Когда ребенок голоден, он кричит. Когда ребенку холодно или он мокрый, он беспокоится. Когда ребенку одиноко и хочется внимания, его рев и стоны могут растопить даже ледяное сердце. Когда ребенок сыт, согрет, ухожен, он улыбается и радуется миру. Можно сказать, что сигналы внутренней системы управления младенца чисты, громки и ясны.

Однако по мере роста ребенка его переживания начинают затуманиваться или затемняться словами взрослых, хотя ребенку нужны такие сообщения, которые помогли бы ему понять свои переживания и чувства по поводу случившегося вокруг него и с ним самим. Когда малыш падает, обдирая коленки, мать говорит: «Не плачь. Ничего страшного». В первый раз он чувствует смятение. «Коленка же болит!» — думает он. Потом он видит, что матери хочется увидеть его улыбку, а не слушать плач, что она ждет, пока он скажет: «Мне не больно». Чтобы доставить матери удовольствие, малыш встает, улыбается и бежит играть, не обращая внимания на боль в колене. Снова и снова малыш видит, что людям больше нравится видеть его веселым, не обращающим внимания на боль. Он старается убедить себя, что ему не больно, что у него все хорошо, и по мере этого его внутренняя система управления начинает все больше запутываться.

Именно это и произошло с Норманом, приятным и милым человеком. Он готов все сделать для других и на работе, и дома. Но о себе он очень невысокого мнения, он не продвигается по службе, а под приятными манерами зачастую скрывается депрессия. Жена ценит его помощь по дому, но жалуется на то, что мыслями он всегда далеко; детей нередко удивляет грустное и печальное настроение отца.

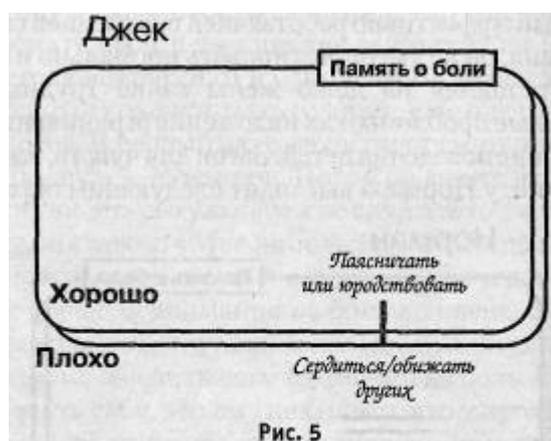
Когда Норман был ребенком, родители каждый раз наказывали его и братьев за проявления гнева или несогласия, даже если мальчики просто пытались высказать свое мнение. Норман рано понял, что, если он, даже чувствуя, что надо сказать «нет», говорит «да», на его долю достанется меньше упреков и обид со стороны родителей. Теперь, уже став взрослым, Норман выглядит довольным, но внутри он подавлен и обижен. Вместо того чтобы использовать гнев в качестве индикатора того, что что-то идет неладно, Норман старается всем угодить, заискивает перед другими так же, как он это делал в юности. И чем сильнее он сердится, тем более угодливым становится. Хотя он давно не живет с родителями, память о

детской боли и сегодня управляет поведением взрослого человека. Лишенный эффективно работающей внутренней системы травления, он не умеет реагировать нормально и на гнев других, оставляя на долю жены такие трудные воспитательные проблемы, как наложение ограничений и регулирование поведения детей. Загон для чувств, или чемодан эмоций, у Нормана выглядит следующим образом.



Хотя стремление Нормана угодить каждому и доставляет ему неприятности и дома, и на работе, по крайней мере, это социально приемлемые формы поведения. Пятнадцатилетний Джек реагировал на сарказм и критику со стороны матери совсем иначе. Всякий раз, когда Джеку выпадали на долю неприятные чувства, он начинал вытворять глупости. Он изображал из себя клоуна в классе, и с ним уже невозможно было разговаривать. Он становился невыносим и дома, и в школе.

Отец привел Джека на консультацию, испугавшись, что сын сумасшедший. Мальчик заявил: «Я не сумасшедший. Я просто ненавижу, когда на меня наускаивают». Когда Джеку рассказали про чемодан эмоций, он научился определять, с кем можно поделиться своими чувствами, и перестал паясничать.

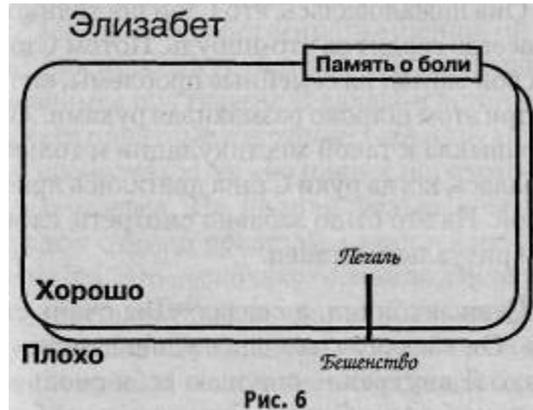


Некоторые люди прибегают к поведению, которое позволяет им скрыть свои чувства. Другие же заменяют одно чувство другим, если подлинное чувство считается недопустимым. Чаще всего они испытывают гнев, но называют это печалью.

Элизабет ходила на психотерапию в течение шести месяцев. Она всегда казалась очень хрупкой и быстро истощающейся. В тот день она сказала сожаление, что сын нарушил домашние правила, не придя домой ночевать. Всякий раз, когда он являлся домой, он обязательно просил у нее денег, говоря, что сильно поиздержался. Выслушав рассказ, я указал Элизабет на несоответствие между поведением сына и ее «печальной» реакцией. «Мне не кажется, что вы опечалены. Я думаю, вы скорее рассержены». Ее удивленный взгляд показал мне, что я попал в самую точку. Она сказала: «Я разговаривала со многими людьми и всем сказывала о моем сыне. Но вы первый попали в яблочко. Да, меня это просто бесит! Это

— наглость с его стороны!»

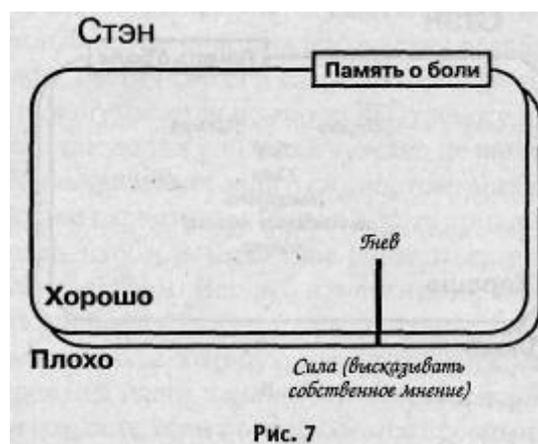
Теперь внутренняя система управления работала. Чемодан эмоций Элизабет выглядел так.



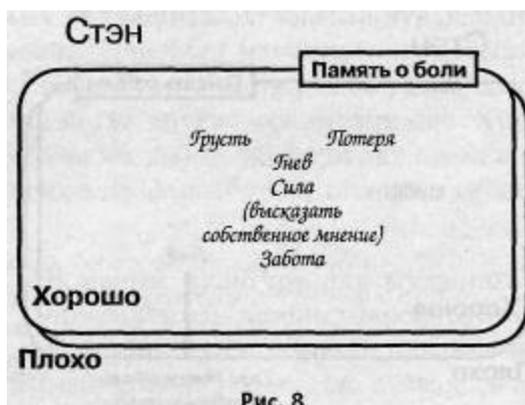
Элизабет нужно было предпринять решительные действия в отношении сына, но «опечаленность» связывала ей руки. Она даже не подозревала, что должна действовать. В детстве, если Элизабет злилась, мать начинала кричать (гнев приводил ее мать в состояние паники). Если же девочка становилась печальной, мать относилась к этому с пониманием, потому что знала, как ее утешить. Чтобы защититься от материнского крика, Элизабет научилась испытывать печаль вместо гнева. Эта реакция раз за разом загоняла ее в ситуации, когда другие «обдирали» ее. Хрупкая внешность была частью прикрытия для гнева и обиды, которые держали Элизабет на положении жертвы всю жизнь.

Д: В нашей культуре для мужчины считается приемлемым демонстрировать только гнев или вожделие. Другие чувства признаются допустимыми крайне редко. Это оказалось справедливым и для Стэна — молодого человека ростом под два метра, — который пришел на консультацию с женой, едва достававшей ему до плеча. Они сели на диван рядом друг с другом. Она пожаловалась, что Стэн постоянно критикует ее и всегда сердит за что-нибудь. Потом Стэн начал излагать свой взгляд на семейные проблемы, он говорил громко и при этом широко размахивал руками. Жена, казалось, привыкла к такой жестикуляции и только быстро пригибалась, когда руки Стэна двигались прямо у нее над головой. На это было забавно смотреть, словно они танцевали ритуальный танец.

Когда Стэн закончил, я сказал: «Вы очень сильный мужчина». Он взглянул на меня с удивлением: «Я этого не замечаю. Я внутренне ощущаю себя очень маленьким». По ходу беседы Стэн рассказал, что он был младшим из пятерых детей. Родители принижали его при малейшей попытке проявить свою инициативу или силу, рассматривая это как непослушание. Гнев в этой семье был нормальным способом общения друг с другом, и он унаследовал эту модель поведения. Если у Стэна было собственное мнение, то, чтобы высказать его, Стэну нужно было разозлиться. Чемодан эмоций Стэна выглядит следующим образом.



Д: Когда Стэн понял, что его гнев связан с высказыванием собственного мнения, он смог прикоснуться к глубинной обиде и подавленности, скрывавшимся под гневом. В далеком детстве Прокруст отрубил его приятные и нежные, хотя и трудные переживания и превратил его в «бочонок с порохом», всегда готовый взорваться. На индивидуальных сеансах Стэн, рассказывая о своем прошлом, научился разрешать течь своим слезам. Это несколько ослабило давление, и он теперь мог отстаивать свою позицию, не впадая в ярость. «Он научился понимать, насколько глубоко его интересуют люди и идеи. Я сказал ему: «Когда вы сердитесь, вы показываете, насколько сильно вас волнует идея или судьба человека, о которых идет речь». Стэн кивнул: «Я это и говорю жене. Я волнуюсь. Я не понимаю, почему мои габариты и эмоциональная сила создают впечатление, что все время сержусь. На самом деле я просто волнуюсь. Я ненавижу, когда меня обвиняют в нападках!» Его чемодан эмоций увеличился и теперь вмещал в себя и гнев, и печаль, и заботу, и собственное мнение.



Теперь гнев Стэна отражает его заинтересованность в происходящем. Он «отремонтировал» свою внутреннюю систему управления, и это позволило ему согласовать эмоции и поведение, еще глубже осознать, как он любит других.

Восстанавливая внутреннюю систему управления

Как мы видели, если мальчик переживает глубоко, если его чувство достигает точки, из которой нет возврата, то реакция родителей имеет длительное последствие. Когда родители наказывают или стыдят ребенка за его чувства, внутренняя система управления искажается. Ребенок может приспособиться к этому за счет прикрывающего чувства, или симптома, как говорят психологи. Симптом — это шаг в сторону от того, что ребенок испытывает на самом деле. Представим себе ситуацию, когда он рассержен, но родители считают это чувство недопустимым в своем доме, потому что думают, что люди всегда должны быть счастливы. Мальчик начинает улыбаться и соглашаться, даже если на самом деле обижен и хочет сказать «нет». Его первоначальное чувство блокируется. Лишенный возможности дать чувству развиваться своим ходом, достичь пика и разрешиться в ясное сознание, мальчик погружается в депрессию, тревогу или возбуждается, и так до тех пор, пока чувство не найдет себе выхода. Мальчик может заняться спортом, прибегнуть к алкоголю или наркотикам, начать искать приключений или переждать, чтобы помочь себе справиться с заблокированным чувством. Все это заместители, не способные решить проблему.

Память о боли, которую мы испытали, когда были заблокированы наши подлинные чувства, держит нас и в зрелом возрасте, если мы не решимся проветрить свой чемодан эмоций, как это сделал Стэн, и не отыщем там запрещенные чувства и формы поведения. Мы боимся сделать это из-за боли, пережитой в детстве, и сопротивляемся своим подлинным чувствам из-за того, что могут быть последствия. Однако, вместо того чтобы отрицать их, нужно заново пересмотреть свою жизнь и найти новые возможности преодоления трудностей, с которыми нам приходится сталкиваться. Освободившись от ограничений своих собственных чувств, мы, как родители, сможем помочь своим

сыновьям войти в зрелость, сохранив в неприкосновенности надежную систему внутреннего управления.

Эмоциональная палочка-выручалочка

Эмоциональная палочка-выручалочка поможет нам вычлениить, какие же эмоции испытывают наши сыновья и чего они на самом деле хотят. Чувства истинное и прикрывающее образуют два конца этой палочки.

	Плохо	Хорошо
Норман	Гнев _____	Угодливость
Джек	Гнев/ боль _____	Паясничанье
Элизабет	Гнев _____	Печаль
Стэн	Забота, собственное мнение _____	Гнев

Когда поведение мальчика проблематично и когда он говорит об одних и тех же чувствах снова и снова, а они при этом не ослабевают и не изменяются, то это значит, что он застрял на фальшивом конце палочки. Его поведение и очевидные эмоции лишь прикрывают истинные чувства и желания. Если просто назвать настоящее чувство (другой конец палочки) в спокойной, принимающей манере, то оно может достичь пика и разрешиться в ясное сознание, и тогда будет найдено множество вариантов решения проблемы. Норман понял, что если ему очень хочется угодить кому-либо, то на самом деле он сердится на этого человека. Элизабет выяснила, что ее непрестанная печаль означает лишь сильное недовольство чем-либо. Когда Джеку хотелось подурочиться, он знал, что его что-то сильно задело, и в его праве решить, говорить об этом или нет.

Нет списка подобных сочетаний, верного на все случаи жизни. У каждого человека эмоции сцепляются, зависая на концах палочки своим особым образом, помогая тем самым человеку справиться с трудностями взросления. Психолог Кен Вильбер в своей книге «Никаких границ» пишет, что «найти свою тень (ту часть себя, которую мы потеряли, т. е. внутреннюю систему управления) — значит перевести любой симптом (скрытое чувство или тип поведения) в исходную форму».

В таблице, приведенной ниже, Вильбер дает список симптомов, которые мы предпочитаем называть прикрывающими чувствами и формами поведения, и соответствующих им исходных сокровенных форм, или, как мы называем, подлинных чувств.

Таблица 1. Обычное значение различных прикрывающих симптомов (словарь для перевода симптомов в исходные сокровенные формы)

Симптом	Исходная сокровенная форма
Давление	Побуждение
Отвержение («Никто меня не любит»)	«Я не дам им ни минуты покоя!»
Вина («Вы заставляете меня чувствовать себя виноватым»)	«Меня возмущают ваши требования»
Тревожность	Волнение
Осознание себя («Все на меня смотрят»)	«Я больше заинтересован в людях, нежели они во мне»
Импотенция/ фригидность	«Я не хочу доставлять ему(ей) чувство удовлетворения»
Страх («Они хотят обидеть меня»)	Враждебность («Я сердит и нападаю, не знаю из-за чего»)
Печален	Взбешен!
Уход	«Пошли все прочь»
Я не могу	«Я не буду, черт побери!»
Обязанность («Я должен»)	Желание («Я хочу»)

Ненависть («Я ненавижу тебя за...»)	Автобиографические проблемы («Я не люблю ... в себе самом»)
Зависть («Вы та-а-ак великолепны»)	«Я чуть-чуть лучше, и знаю это»

Но имейте в виду: каждый из нас создает для себя свои собственные формы прикрытия. Далее Вильбер определяет симптом как сигнал о наличии неосознаваемого, или исходного, чувства. Вот пример. Эду кажется, что на работе на него давят. Поскольку это состояние для Эда является сигналом, он, исследуя свое чувство, может понять, что заинтересован в своей работе гораздо больше, чем думает или хочет признать. Вероятно, он даже себе не хочет сознаться в своем отношении к работе, потому что ему нравится производить впечатление человека, вынужденного работать долго и упорно на пользу своим начальникам, или он потерял контакт со своим честолюбием и желанием выполнять работу хорошо и с энтузиазмом. «Какова бы ни была причина, — утверждает Вильбер, — симптом угнетенности является надежным признаком того, что вы увлечены сильнее, чем хотите признать. Таким образом, вы можете перевести симптом в его исходную корректную форму. И тогда «я должен» превращается в «я хочу».

Упражнения

Большинству из нас не хочется повторять ошибок, сделанных нашими родителями. Чем глубже мы понимаем, что натворил Прокруст в нашей прежней жизни, тем сознательнее мы можем подойти к воспитанию своих детей. Сейчас вам представится возможность выяснить, что же лежит в вашем собственном чемодане эмоций. На рис. 9 нарисованы три прямоугольника с надписями «Я», «Мой партнер по воспитанию» и «Сын». Возьмите еще один листок бумаги и нарисуйте, если хотите, прямоугольники для остальных детей и других людей, играющих важную роль в вашей жизни. Сначала просто перечислите чувства, которые в вашей семье считалось допустимым хранить в чемодане эмоций, и впишите их *внутри* прямоугольника «Я». Затем *снаружи* прямоугольника запишите эмоции, считавшиеся недопустимыми. Закончив со своим прямоугольником, поразмышляйте над чемоданами эмоций сына и своего партнера по воспитанию детей. Если сумеете, объясните им эту процедуру и попросите заполнить свои прямоугольники. Тогда обсуждение будет более интересным.

Теперь рассмотрите чемоданы эмоций членов своей семьи. Может случиться так, что то, что находится внутри вашего прямоугольника, у вашего партнера оказалось за его пределами. Поразительно, насколько часто нас привлекают партнеры, содержимое чемодана эмоций которых прямо противоположно нашему. За пределами прямоугольника оказались, очевидно, те эмоции, по поводу которых вы чаще всего «сталкиваетесь лбами» с сыном или супругом.

Затем при помощи эмоциональных склеек (палочек-выручалочек) проанализируйте, можете ли вы вернуть чувства, оказавшиеся вне прямоугольника, к исходной форме. Иногда они напрямую соответствуют эмоциям, попавшим в прямоугольник, а иногда нет. То же самое нужно проделать с эмоциями сына и супруга.

В следующей части упражнения вы должны записать каждую эмоцию прикрытия и или тип поведения (те чувства и формы поведения, которые попали в прямоугольник как «хорошие») и соответствующие им «плохие» эмоции, которые вам кажутся исходными (другой элемент склейки). Затем подыщите приемлемый для себя способ выражения реального чувства. Проанализируйте следующий пример.

Моя схема

Чувство прикрытия или форма защитного поведения	Исходное чувство	Новая форма выражения
Попытка угодить	Несогласие	Высказать свое мнение
1		
2		
3		
4		

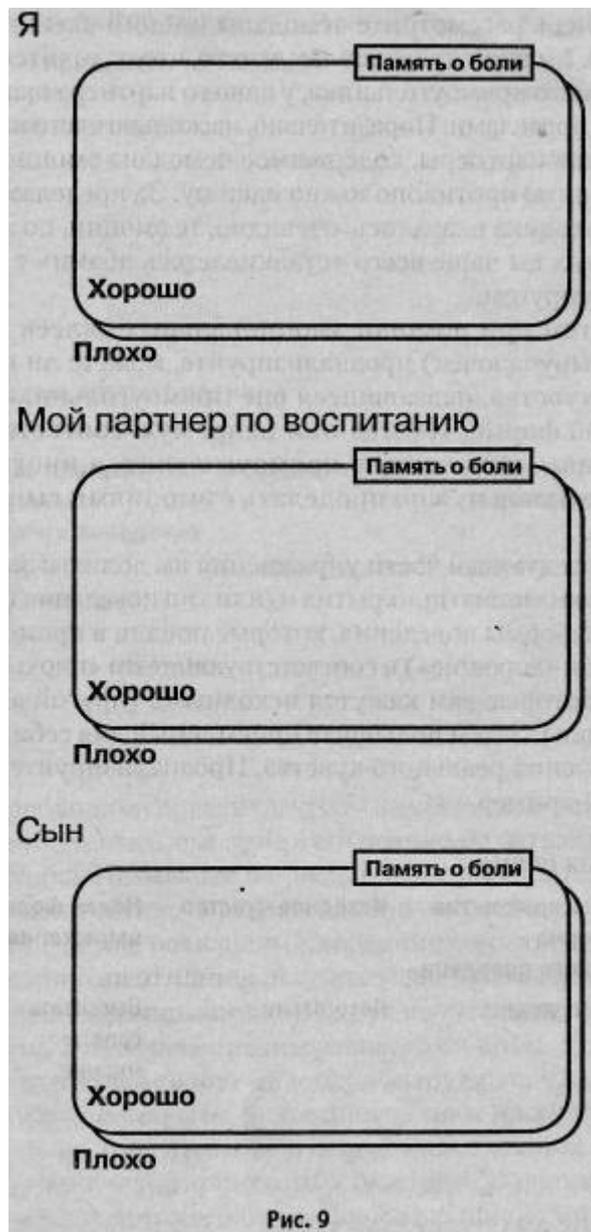


Рис. 9

Схема моего сына

Чувство прикрытия или форма защитного поведения	Исходное чувство	Новая форма выражения
Злюсь, что отца нет дома	Горюю/ тоскую	Сказать папе, что я без него скучаю
1		
2		
3		
4		

Схема моего партнера по воспитанию

Чувство прикрытия или форма защитного поведения	Исходное чувство	Новая форма выражения
Возмущен поведением сына	Волнуюсь за него	Сказать сыну, как я беспокоюсь
1		
2		
3		
4		

Необходима практика, чтобы за поведением сына разглядеть чувства, лежащие в его основе, но награда за труды велика. Называние и признание подавленных эмоций приносит ребенку огромное облегчение, радость, ощущение близости с родителями, сознание того, что тебя слышат и понимают. Каждый из нас может вспомнить в своей жизни минуту, когда он вдруг почувствовал, что его поняли. Это мгновение не сравнимо ни с чем.

И порой нам вдруг удается обнаружить, что именно скрытое чувство сына и доставляло нам массу проблем, ибо оно не укладывалось в наш чемодан эмоций.

Вот один такой пример. Шестилетний Джонатан плачет каждый раз, когда сердится. Джонатан прибегает к выражению «грусти», а не гнева, потому что гнев находится вне прямоугольника эмоций матери. В ее семье проявления гнева не одобрялись, однако, если она плакала или грустила, это считалось нормальным. Мать Джонатана всегда готова утешить сына, если ему грустно, а его гнева она просто не замечает. Поэтому Джонатан научился не доверять сигналам своей внутренней системы управления. Чем чаще мы допускаем в свою жизнь эмоции, оставшиеся вне «чемоданов», тем скорее мы сможем справиться с подобными чувствами у своих сыновей. И тем лучше наши сыновья научатся слушать свою внутреннюю систему управления.

Стать сыну опорой в мире чувств

Половое влечение подчиняется законам развития чувств: сначала легкая заинтересованность, потом медленное нарастание возбуждения (напряжения), пик (кульминация), быстрый спад с расслаблением и ясным сознанием. И совсем не случайно и у мужчин, и у женщин эмоции и сексуальный цикл развиваются одинаково. Такова природа вещей: нарастание, разрешение, расслабление. Надежный способ подготовить сына к нормальной сексуальной жизни, исполненной радости и любви, — это всегда оказывать ему поддержку в переживании любых эмоций, взлетов и падений чувства.

Дон Мэтью, который работает с мужчинами, прибегающими к насилию в семье, в Центре импульсивной терапии в Плезан-Хилле, штат Калифорния, замечает, что мужчины чаще всего прибегают к насилию в состоянии ярости, за которой скрывают свою уязвимость, показывать которую они не решаются. Внутри человека, застрявшего в начале эмоциональной кривой, давление нарастает до громадных значений. Вместо того чтобы до конца прочувствовать и пережить свое скрытое горе, мужчины начинают размахивать кулаками. По словам доктора Мэтью, мужчинам, которые дерутся, они часто предлагают совершить длительную прогулку или пробежаться. Это помогает выплеснуть из себя ярость или гнев без вреда для окружающих.

Я огрызнулся, а потом все было как в тумане. Следующее, что я помню, — это возмущение, что кто-то сломал мои любимые стул и стол. Жена и сын выглядели испуганными, потом они вызвали полицию. Позже они рассказали мне, что мебель разломал я сам.

Томас, участник группы тренинга по снижению напряжения

После года занятий Томас занялся выстраиванием своей жизни заново. Он все еще по-прежнему агрессивен, но, познав цену собственным слезам, он научился утешать другого в его боли.

У зажатого внутри горя Теда путь был похожим, но более длинным. Будучи агентом по продаже недвижимости, Тед был напорист и стремился к успеху. Он редко бывал дома, за исключением того, что называл «явлением гостей». «Я действительно однажды вышел из себя, когда жена в присутствии двенадцатилетней дочери назвала меня странником. Когда я заметил в своих руках вазу и понял, что хочу ее швырнуть, я осознал: мне нужна помощь. Лучший друг посоветовал пойти к своему консультанту, но я не смог выдержать другого мужчину, который стоял надо мной, и после двух сеансов я перестал туда ходить. Сейчас, спустя два года, я выздоравливающий алкоголик, на занятия я хожу каждый день. Только что я снова начал посещать психотерапию. Я долго бегал от своей беды, но наконец она, слава

богу, меня поймала!»

Если мужчина не пережил до конца горе серьезной потери, оно может вернуться к нему в виде мощного чувства-прикрытия — желания взять реванш. В нашей культуре нам часто приходится сталкиваться с желанием взять реванш как следствием непережитого горя, это может быть и изнурительная работа, и самозабвенная игра, и употребление наркотиков, и неумеренный секс, и увлечение материальными приобретениями, и алкоголизация, и переедание.

Наши дома должны стать тем местом, где наши сыновья и мужья могли бы погоревать, прочувствовать свои эмоции в полной мере, научиться выбирать такой стиль жизни, который бы утверждал ее, а не отрицал, использовать внутреннюю систему управления как источник мудрости, силы и самовоспитания.

На нас лежит ответственность научить сыновей раскрывать свои подлинные чувства. Мальчик должен понимать, что гнев — это красный флаг, сигнал неблагополучия, что печаль — спутница потерь, что, «если боишься, нужно быть бдительным, что ярость предостерегает от творящейся над тобой несправедливости, что дискомфорт перед лицом соблазна призывает к осторожности, ибо то, что происходит, не согласуется с твоими установками и убеждениями, а ощущение счастья означает верность самому себе, неся в себе сообщение «все в порядке!»». Если мальчик доверяет своим чувствам, он находится в контакте с реальностью своего опыта и бытия. Только в этом случае он может использовать свои собственные ценности при выборе жизненного пути, а не руководствоваться мнениями и поступками других. Когда внутренняя система управления работает четко и слаженно, у наших сыновей формируются такие представления о жизни, которых достаточно для понимания всей сложности существования в техногенной эпохе. Это вызов, который бросает им эпоха и на который им обязательно придется отвечать, став взрослыми мужчинами.

Глава 6 Ограды и запреты: пусть растет в безопасности

Мальчики подобны коровам. Чем старше они становятся, тем просторнее должно быть пастбище. Но забор им нужен всегда.

Старый дедушка

Д: Когда я беседую с большой группой родителей на тему «ограды», я начинаю со своей любимой истории о выборе последствий. Эту историю на семинаре для родителей мне рассказала Сюзанна, мать двух мальчиков — девятилетнего Джейсона и восьмилетнего Майкла. Вот эта история.

«В течение трех месяцев мы всей семьей планировали свою первую поездку в Диснейленд. Сроки назначались и переносились, откладывались деньги, и когда в понедельник утром мы наконец отправились, все, казалось, было продумано. Особенно волновались мальчики: видения Диснейленда плясали в их головах. Я чувствовала себя уставшей от напряженной работы последних двух недель. Джеф, мой муж, хотел спокойно добраться до Лос-Анджелеса, где мы собирались устроиться переночевать у моей сестры, чтобы погулять несколько дней по Диснейленду. Спустя два часа с начала пути мальчики стали подпрыгивать на заднем сиденье. Это было еще до того, как обязательное использование ремней, и мальчики прыгали, стараясь коснуться головой потолка машины.

Своим самым спокойным «воспитательским голосом» я предложила остановиться ненадолго, чтобы они могли побегать. Мы сделали тридцатиминутную остановку, все было замечательно. Но, оказавшись в машине снова, мальчики опять стали прыгать. «Мальчики, не прыгайте! Это опасно». Но они не слушались. Я повернулась к ним и сказала это еще раз. Они продолжали прыгать. И тогда это случилось. Я до сих пор вижу эту сцену, как в замедленной съемке. Я пыталась закрыть себе рот, чтобы не произносить этих ужасных слов, но было поздно. Синапсы моего мозга уже сработали, слова слетели с моих губ, я сердито сказала: «Если вы подпрыгнете еще хотя бы раз, мы не поедим в Диснейленд». Вы угадали: они подпрыгнули.

Я помню выражение лица мужа, когда он медленно подкатывал машину к обочине. У нас было соглашение по поводу выполнения обещанных угроз, поэтому они знали, что мы сделаем так, как было сказано. «Пойдем, надо поговорить», — сказал муж. Мы стояли рядом с машиной, замершей в ожидании. «Ты знаешь, теперь так и нужно сделать». Я была бы рада, если

бы он предложил сделать исключение, только один раз — это ведь не так важно. Но я знала, что он прав. Мы с трудом втиснулись обратно в машину, и я сказала: «Мальчики, мы едем дальше в Лос-Анджелес, но вы побудете с тетей и дядей, пока мы с отцом погуляем по Диснейленду». В их лицах было изумление и недоверие. Я не верила самой себе, что смогла сказать такое, но мы именно так и сделали. Два дня в Диснейленде — для нас с мужем, и два дня у родственников — для мальчиков.

Это было одно из самых тяжелых переживаний в моей жизни. Но больше у нас никогда не было никаких серьезных проблем с сыновьями. Если мы ставили какой-то предел, они знали, что это не пустые слова, и мы по-прежнему всегда выполняли сказанное. Сейчас им уже за тридцать, но они часто вспоминают ту роковую поездку. Они говорят, что теперь понимают, почему мы сделали то, что сделали, но все еще пытаются заставить нас признаться в ошибочности того поступка. Я не знаю, было это ошибкой или нет, но зато я хорошо знаю, что именно это научило меня считать до пятидесяти, прежде чем произнести роковые слова, называющие наказание за детский проступок».

Обычно родительская аудитория после этой истории распадается на две части. Одна половина соглашается с Сюзанной и Джеффом: «Нужно идти до конца, не важно в чем, только тогда дети почувствуют, что ты не бросаешь слов на ветер». Другая часть аудитории полагает, что Сюзанна и Джефф приняли ужасное решение: им следовало простить себя за это глупое заявление и установить другие, более соответствующие проступку последствия, а после этого всем вместе пойти в Диснейленд. Всегда находятся родители, которых просто приводит в ужас, как это Сюзанна и Джефф смогли пойти в Диснейленд без детей: уж очень это жестоко. Другие же считают, что они бы очень обидели детей, если бы из-за их поведения вся семья была вынуждена пожертвовать своей первой поездкой в Диснейленд.

Ни одну из этих реакций нельзя назвать ошибочной: в защиту любой из этих позиций можно привести веские доказательства. В конце концов, суть этой истории в том, что она прекрасно демонстрирует, как важно хорошо продумывать свой собственный подход к установлению границ дозволенного и определению последствий-наказаний и как жизненно необходимо в этом деле, чтобы все воспитатели действовали в согласии друг с другом. Существует столько же различных способов установления оград и пределов допустимого, сколько и способов, которыми дети умудряются попасть в неприятность, нарушив их.

Родители в роли добрых малых

Мой сын прямо выходит из себя, если я говорю ему «нет».

И нередко я в конце концов уступаю, потому что мне бывает очень больно, когда он говорит, что ненавидит меня.

Брэд, отец шестилетнего мальчика

Родителям не нравится, когда их ненавидят. Но чем чаще детям предоставляют самим устанавливать для себя пределы допустимого поведения, тем ужаснее становится жизнь семьи. И если анархия стала *modus operandi* (способом действия) вашей семьи, вы никогда не будете знать, чего ожидать в следующее мгновение от своих отпрысков, особенно когда бываете с ними на людях.

Д: Одна семья привела на консультацию своего пятилетнего шалуна. Они расселись, ребенок устроился на коленях у одного из родителей. Вдруг мальчик соскочил с коленей и быстро сбросил все книги у меня с полки. А родители сидели, качали головами, отец развел руками. Ни один из них даже не двинулся с места и тогда, когда мальчик направился к одной из моих статуэток. Я взвинулся, схватил мальчишку сзади, приподнял его и посадил рядом с отцом, потом я сказал родителям: «Мне не верится, что вы позволяете ему бегать по своим головам!» Мальчику же я сказал доброжелательно, но твердо: «Ты будешь сидеть здесь до тех пор, пока я не разрешу тебе двигаться». У ребенка расширились глаза. Никто и никогда еще так, без злобы, не говорил ему, что можно и чего нельзя. Отец добавил: «Да Ты сиди здесь» — и засмеялся. Мальчик сидел спокойно в течение двадцати минут, пока не попросился в туалет. Я ответил, что ему придется подождать еще минуту, пока мы закончим разговор. Потом я отвел его в туалет, помог ему справиться с молнией, и мы спокойно вернулись в кабинет. Он тихо сидел до конца сеанса. Потом я отвел его в комнату с игрушками поиграть, и мы вместе отобрали

игрушки.

Этим родителям было нужно не сочувствие в их страданиях, им нужно было показать, как следует обращаться с их сыном — решительно и твердо. Отец мальчика рассказал, что его собственный отец был человеком жестким и жестоким, поэтому сам он всегда боялся вести себя со своим сыном так же, как его отец. Вскоре он понял, что повторяет отцовскую жестокость в отношении своего сына, но делает это методом «от противного». Не знающий никаких пределов, мальчик никогда не научится нормально обращаться с другими людьми и даже с самим собой. Этот пятилетний ребенок мог перевернуть весь дом, но он оказался неподготовленным к встрече с жестокой реальностью внешнего мира. А мир с таким мальчиком будет обращаться сурово. Мальчикам не нужны в родителях «добрые малые». Им нужны родители, которые отважатся установить для их поведения суровые границы с прочными оградками. Мужской импульс «попробовать» иногда бывает сильнее, чем способность ребенка подумать о последствиях своих действий. Поэтому мальчик нуждается в узде.

Мне не пришлось много развлекаться в детстве, потому что после того, как отец ушел от нас, я должен был работать, чтобы помочь матери содержать семью. Поэтому я не мог дожидаться, когда буду играть со своим собственным сыном. Мы играли с его друзьями в бейсбол, ходили купаться летом, гоняли зимой в хоккей. Мне казалось, все было великолепно. Потом он стал настоящим букой. Подолгу оставался один у себя в комнате. Отказывался от игры в мяч, когда я предлагал пойти вместе поиграть. И знаете, с ним стало трудно общаться. Он огрызался, возвращался поздно, не говорил нам, куда уходит. Я чувствовал себя паршиво. И вот однажды, когда я предложил ему позвать друзей поиграть, он сказал мне: «Знаешь, папа, то, что ты с нами играешь, и все такое — это замечательно, но мне нужно, чтобы ты был для меня отцом. Давай я один пойду играть со своими друзьями. Ладно?» Надо сказать, я был шокирован. Ну, после этого я стал требовать от него возвращения домой в установленное время и тому подобное. Иногда по выходным мы еще играли в крикет, но его свободное время было его собственностью, в разумных пределах конечно. Я думаю, что сейчас мы даже ближе друг другу, чем были раньше, когда проводили вместе столько времени. Не могу этого постичь!»

Альберто, отец четырнадцатилетнего мальчика

Для того чтобы поршень двигателя работал эффективно, ему нужен прочный цилиндр, аккумулирующий энергию. И точно так же, как поршень, мальчик нуждается в строгих рамках, чтобы сфокусировать свою мужскую энергию на дерзновенном творчестве. Без четкого представления о допустимом поведении мальчик либо будет носиться как бешеный, либо не будет бегать вовсе. Мальчикам нужно дружить со своими родителями, но еще больше им нужно научиться понимать, где пределы допустимого и какие последствия вытекают из их нарушения. Если же задачу установления пределов допустимого поведения возлагают на посторонних — учителей, полицию, судебные органы, тюрьму, — то все они никогда не бывают так глубоко заинтересованы в наших сыновьях, как мы.

Но просто установить какие-то нормы и правила недостаточно. Это похоже на тюремную атмосферу, которая воспитывает желание сопротивляться или мстить. Мальчики проводят большую часть времени, строя планы отмщения, чем размышляя над тем, какое влияние оказало их поведение на окружающих. Только взаимопонимание между родителями и сыновьями является ключевым моментом для выработки эффективно действующих норм. Время, которое они проводят вместе, развлекаясь, слушая друг друга, участь друг у друга, пускаясь в совместные авантюры, связывает сердца родителей и сыновей.

Балансирование между строгостью предъявляемых требований и созданием связи между родителями и ребенком начинается с самого рождения мальчика. Отец, который планирует заняться семейными проблемами, когда мальчик станет подростком и с ним начнутся сложности, сам себя загоняет в угол: у такого отца почти не будет влияния на сына. Если начать «устанавливать законы» для мальчика в этом возрасте, то он может просто уйти из дому. Тринадцатилетние мальчики неделями живут вне дома, переходя от одного приятеля к другому. Зато когда в отрочестве тестостерон начинает поступать в кровь мальчиков в больших количествах, отцам сторицей воздается за время, проведенное с сыновьями, пока

они были маленькими.

При отсутствии глубокой сердечной связи между родителями и сыновьями период отрочества становится подобен затяжным военным действиям. Так, например, и случилось у Бобби и его отца, преуспевающего администратора компании. Бобби появился на консультации, потому что он пропускал занятия и прогуливал школу. Отец всегда держал его «по струнке», но бывал дома редко. На одном сеансе отец сказал Бобби: «Я же хотел как лучше для тебя». Сын закричал: «С каких пор? Тебя же никогда не было дома. Что я от тебя видел? Одни приказы! Ты хоть раз нашел для меня время? Я был неудобен для тебя? Да? Прости, но все эта проклятая работа. Я сам выберусь из этой заварухи. Оставь меня в покое». Вряд ли есть что-либо более мучительное, чем видеть, как на отцовском лице выступают слезы подлинного горя, когда отец вдруг осознает, что не сумел наладить душевную связь со своим сыном. Человек, который был для мальчика первым героем, превращается во врага, и нет больше ничего, что бы их соединяло.

Качество совместно проведенного времени очень важно, но оно не может возместить тех часов, которые необходимы сыну, чтобы принять отца в свое сердце и свою душу. Вальдорфский педагог Рахима Бальдвин в своей замечательной книге для родителей «Вы — первый учитель своего ребенка» пишет: «Качество времени — это совсем не то же самое, что ежедневная совместная жизнь. Поэтому не надо его ни прославлять, ни недооценивать».

Мы видели, как установление норм при отсутствии сердечной близости оказывает действие, противоположное желаемому. Другая крайность — полное душевное взаимопонимание при отсутствии каких бы то ни было ограничений — может привести к полному хаосу и противоречиям другого рода. В нашей культуре, ориентированной на свободу, мальчику в руки иногда попадают рычаги управления, которыми должны пользоваться только старшие. Так и случилось с Майком, мать которого, Джейн, пришла на консультацию через день после того, как он убежал из дому. Джейн рассказала, что Майк убежал, потому что она не разрешила ему пойти на вечеринку к приятелю в полночь. Ему было пятнадцать лет. Как раз накануне сеанса Джейн видела Майка у лотка с гамбургерами и попросила его пойти с ней домой. Он отказался, но попросил денег, так как был на мели. Она дала ему пятьдесят долларов в страхе, что он ходит голодный.

Консультация помогла Джейн понять, что Майк использует ее сердечное материнское чувство против нее самой. Ей нужно, сохраняя свою сердечную привязанность к сыну, научиться держать его в рамках. Джейн решила не давать ему больше денег и не искать его. Когда же он сам позвонил ей и сказал, что возвращается домой, она ответила: «Я пока не готова к твоему возвращению. Мне нужно еще некоторое время. И когда ты все-таки вернешься, у нас все будет по-другому. Здесь распорядюсь я, и ты должен будешь принять установленные мною правила. Я постараюсь быть справедливой, но больше ты не будешь обращаться со мной как раньше». Через пару дней Майк объявился в помещении консультации, чтобы спросить у матери, пустит ли она его обратно. «Нельзя себе даже представить, как я была глупа, — сказала Джейн потом. — Мне было так страшно знать о том, что он где-то болтается один. Чем больше требований я ему предъявляла, тем больше он принимал. А теперь в них уже нет необходимости».

Если все дело в том, чтобы ввести ребенка в рамки приемлемого, можно добиться необходимых результатов, сосредоточившись, подобно Джейн, на поведении сына. Но если проблемы возникают из-за того, что дали трещину добрые отношения между мальчиком и родителями, то такой подход может привести только к усилению борьбы. В таком случае лучше отодвинуть проблемы поведения на задний план и заняться восстановлением доверительных взаимоотношений.

Д: Джейк и его мама — хороший тому пример. Лиза записалась на прием, потому что Джейк стал злобным. Его отец умер три года назад. Сейчас, в четырнадцать лет, он вдруг начал грубить матери и ничего не хотел делать по дому. Джейк был трудным клиентом. Я бы сказал, что он ненавидел психотерапевтов. Я сказал Лизе и Джейку, что злость Джейка — самая мелкая из их проблем. Мне хотелось знать, куда делись их теплые взаимоотношения. Центр беседы сместился с Джейка, и Джейк стал проявлять интерес к ней. Он охотно участвовал в поисках того момента, когда потерялась связь между ним и матерью.

После того как умер отец, Лиза и Джейк очень сильно сблизились друг с другом. Мы выяснили, что каждый из них беспокоился о том, как другой перенесет эту смерть. Джейку было нужно, чтобы мать наконец «отпустила» его и позволила ему жить своей собственной жизнью. Лизе нужно было перестать жить только для Джейка и начать строить свою личную жизнь. Они должны были наконец поверить, что оба смогут продолжать нормально жить после смерти отца. Грубость и злость Джейка были лишь одной гранью проблемы созревания отношений между матерью и сыном.

Связь между родителем и ребенком с младенчества до переходного возраста образует ту платформу, с которой сын-подросток может начать постигать свою уникальность, свои взаимоотношения с миром и многогранность мужской сути. Отсутствие такой эмоциональной платформы оставляет пустоту в сердце мальчика, и он отправляется на поиски того, чем ее заполнить, — обращается к наркотикам, алкоголю, неумеренному сексу, сверхнапряженной работе, крайней пассивности агрессивности. Сила души требует признания среди биологических импульсов мальчика-подростка. Если мы сосредоточимся только на том, чтобы определить границы поведения своего сына и установить ограды, мы будем продолжать создание бездушных мужчин. Мы, родители, должны ограничивать поведение ребенка, но эти рамки должны базироваться на фундаменте сердечной близости с сыновьями.

Как определить границы дозволенного и последствия действий

«Мне кажется, я не могу установить границы для своего сына» — стало очень частым признанием и криком о помощи со стороны многих родителей. Довольно трудно установить справедливые и разумные границы поведения для себя, взрослого, если мы никогда не делали этого в детстве. На книжных прилавках лежит множество хороших книг по воспитанию детей, но нужно всегда идти на одну главу впереди своего растущего сына. Страницы об установлении оград следует изучить задолго до того, как он подрастет. Вот каких установок придерживались мы, и нам это помогало.

Установление пределов дозволенного и оград — процесс недемократичный. Существует три стиля воспитания. *Авторитарные* родители устанавливают жесткие правила, предоставляют немного возможностей выбора и ожидают приверженности стилю жизни семьи. *Демократичные* родители стараются быть справедливыми в любой ситуации, вникают в состояние каждого, предоставляют достаточную возможность выбора и принимают решения на основе правила большинства. *Все позволяющие* родители разрешают детям вести себя как угодно и верить в то, во что хочется.

Исследование детей из этих трех групп семей, продолженное, когда они уже стали взрослыми, дало поразительные результаты. Дети, воспитывавшиеся во вседозволенности, став взрослыми, испытывали затруднения при необходимости работать вместе с другими людьми и ладить с ними. Демократичный стиль сформировал взрослых, которым трудно принимать решения. Те же, кого воспитывали авторитарные родители, были наиболее приспособленными взрослыми: они умели принимать решения, следовать нормам и сотрудничать с другими.

Необходимо провести четкое различие между *жестким авторитаризмом*, который можно было бы назвать четвертым стилем воспитания, и авторитетом родителей. Первый, т. е. родитель, который утверждает свою власть при помощи жестокости и насилия, не обращая никакого внимания на потребности, чувства, состояние других членов семьи, — такой родитель воспитывает детей, еще менее приспособленных к жизни, чем в трех остальных группах. Многие дети из подобных семей становятся извергами в детском коллективе, дерутся, ругаются и в конце концов превращаются в психически нездоровых взрослых. Наиболее продуктивным стилем воспитания является *благожелательно-авторитетный*, когда родитель заботится о ребенке с добротой, пониманием и сочувствием. Такой подход убеждает ребенка, что есть кто-то, кто думает о нем. Ребенок верит, что родители всегда сделают, что сказали. И это снимает с ребенка ответственность за ситуацию, с которой сам он не может справиться. Вопреки популярному мнению, дети совсем не маленькие взрослые! Рахима Бальдвин напоминает нам: Жан Пиаже, швейцарский психолог и философ, пришел к выводу, что

рациональное мышление не может развиваться до возраста 10-11 лет. Бальдвин пишет: «Нам кажется, что мы сможем все объяснить ребенку, как только он начнет говорить. Мы беремся обсуждать с ним все: от поведения и его последствий до вопроса о том, почему море соленое. И действительно, некоторые пятилетки оказываются способными вести такие беседы со своими родителями, но они научились этому за годы подражания такому способу взаимодействия. Маленькие дети не умеют мыслить рационально, и разумные доводы малоэффективны в управлении их поведением». Только четкие рамки допустимого поведения и логические последствия непослушания могут помочь им вести себя должным образом.

Как-то раз, сказав своему сыну, что из его плохого поведения последует то-то и то-то, я спросила его: «Ты знаешь, почему так будет?» Со всей серьезностью он ответил: «Чтобы мне стало плохо?»

Необходимо многократно напоминать об одних и тех же правилах, доброжелательно и авторитетно. Причем установленные правила не должны приниматься голосованием. Иногда, в зависимости от возраста ребенка, обсуждение бывает необходимо, но голосование — никогда. Голосовать он будет после восемнадцатилетия.

Установленные границы должны соответствовать возрасту. Четырехлетнего сына нужно держать в строгих рамках, чтобы обеспечить его безопасность и иметь возможность наблюдать за ним постоянно. Подростку нужно больше «пространства»; фактор безопасности здесь принимает форму установленного «времени Ч» возвращения вечером домой. Запереть его мы не в силах.

Основные нормы устанавливаются для пятилетки твердо и безо всякого обсуждения. Что ему нужно, так это бесконечное повторение, терпение и понимание того, что он еще маленький и иногда может нарушить их. С подростком же нужно все обсуждать, чтобы держать руку на пульсе совершающихся в нем перемен, процесса его созревания и изменения потребностей. Отрочество требует постоянного анализа того, насколько свободными или строгими должны быть правила в каждый конкретный момент. Вполне вероятно, что не раз он поставит нас в тупик: только что вел себя вполне сознательно и вдруг «откусил больше, чем способен прожевать». Если мы не будем готовы к обсуждению, сын может просто отвернуться от нас. Начнется жестокая борьба, и недостаток доброты заставит нас переживать поздно вечером: где он и когда вернется домой. Большинство хорошо приспособленных к жизни взрослых, способных регулировать свое поведение, выросли в семьях, где родители были доброжелательны, но строги.

Последствия должны вытекать непосредственно из плохого поведения. Подростки обычно хорошо знают, какого наказания они заслуживают от родителей, и относятся к себе гораздо суровее, чем это делают взрослые. Один подросток вспоминает, как однажды он приехал домой на два часа позже, чем обещал. «Мама запретила мне смотреть телевизор в течение двух недель. Это привело меня в бешенство! Она должна была отобрать у меня автомашину на неделю, но только не говорите ей об этом».

Д: Иногда последствия, которые мы декларируем, бывают более неприятны для нас самих, чем для детей. Мы все помним, как в минуту гнева было объявлено о последствиях в истории с Диснейлендом, причем реализация обещания потребовала больше времени и сил, чем само поведение, его вызвавшее. Однажды в чудесный субботний день мой сын и его товарищ гонялись друг за другом по всему дому, громко и радостно крича. Рассердившись, я гаркнул: «Если крикнете еще раз, гулять не пойдете!» Конечно, они крикнули, и я, вместо того чтобы спокойно провести утро за чтением газеты на диване, был вынужден сидеть взаперти с двумя скучающими мальчишками, которые ходили и канючили, чтобы я с ними поиграл. Совсем не обязательно сразу же называть последствия. Обдумайте, что вы хотите сказать, а не заявляйте в запальчивости первое, что придет в голову, чтобы потом не сожалеть о сказанном.

Будьте осторожны, прибегая к отсроченным наказаниям: например, сказав сыну, что в следующую среду, когда наступит время вечерней сказки, он не будет ее смотреть, вы вносите в жизнь маленького ребенка очень много беспокойства. Есть хорошее правило: чем моложе ребенок, тем ближе к проступку должно быть наказание. Мальчишки постарше, у которых хорошо развито чувство времени и пространства, могут справиться и с наказаниями,

отнесенными во времени на определенный срок. Помните, главное — воспитывать у сыновей сознательность и ответственность, а не создавать эмоциональный дискомфорт.

Устанавливайте границы, которые дают возможность маленьких побед. У одного из лучших кеглистов брали интервью после 300 удачных игр. Телеведущий спросил его: «Когда вы были маленьким мальчиком, что вы испытывали, бросив мяч мимо всех кеглей?» Кеглист ответил: «Я никогда не бросал мимо. Я не хвастаюсь. Когда я был маленьким, вместо сегодняшних машин были такие «кегельные мальчики», которые расставляли кегли. Отец заставлял меня катить мяч по трассе, и, конечно, мяч закатился бы в лунку, но «кегельному мальчику» была дана инструкция ставить кеглю на пути мяча. Когда я стал старше, мой мяч катился уже между лунками, но и тогда «кегельный мальчик» ставил кеглю каждый раз точно перед ним. Я попадал в кегли все чаще и чаще, пока наконец не привык попадать в них всегда. Это отец всегда расставлял кегли так, чтобы я мог в них попасть».

Ключ к сотрудничеству и самомотивации скрыт в постановке реалистичных целей и границ дозволенного поведения. Маленький успех, которого можно добиться, рождает веру в себя, дружелюбное отношение к дисциплине и настойчивость. История тринадцатилетнего Джейсона хорошо иллюстрирует, насколько это верно.

Д: Впервые я встретился с Джейсоном и его родителями на сеансе психотерапии сразу после того, как они лишили мальчика всех привилегий, кроме права есть, спать и ходить в школу. В ходе работы я узнал, что, когда Джейсону было семь лет, его ввиду высоких результатов тестирования перевели на класс вперед. Теперь, когда его тело выглядело на 16 лет, от него ожидали большего, чем он мог дать в соответствии со своим развитием. Джейсон эмоционально отставал от сверстников, он чувствовал себя изгоем в классе и не мог сосредоточиться на уроках из-за той отверженности, которую испытывал в школе. Дома он тоже замыкался на себе. И его подавленность достигла уровня клинической депрессии. Его «кегли» все время оказывались за пределами попаданий: чем ближе он к ним подходил, тем дальше они отодвигались!

Мы нашли несколько решений. Во-первых, чтобы ослабить «мертвую хватку» трудностей в общении, Джейсону разрешили почаще бывать на мероприятиях в семейной церкви, где возрастная группа охватывала ребят нескольких классов. Кроме того, семья наняла репетитора, который должен был помочь мальчику наверстать материал по тем предметам, где он особенно отстал. После этого было проведено повторное тестирование на предмет оценки уровня развития. Результаты тестирования убедили родителей изменить программу обучения сына на такую, которая бы в большей степени соответствовала его навыкам. Это несколько поуменило выданный ему кредит доверия, но зато сняло с него огромное бремя необходимости соответствовать недостижимым стандартам.

Я увидел Джейсона спустя полгода и был поражен происшедшими в нем изменениями. Он был воодушевлен, увлечен своими занятиями и горд успехами. Когда он оказался в рамках, которые позволяли достичь небольшого успеха в различных областях, жизнь вернулась к нему во всех своих красках. Границы, установленные прежде родителями из самых благих побуждений, душили мальчика. Сейчас родители поддерживают его, а не властвуют над ним. «Мне кажется, как будто с груди у меня сняли двадцатикилограммовую гирю», — говорит он.

Границы дозволенного поведения подобны плетню вокруг пастбища: периодически их нужно ремонтировать, заделывать дыры, укреплять и расширять. Как «правила устанавливаются для того, чтобы их нарушали», так и мы ставим ограды, зная тем не менее, что наши сыновья неизбежно проверят их на прочность и попытаются выйти за их пределы. Мальчик переступает границу разными способами и по многим причинам. Если он просто толкает наш плетень, подобно корове, которая потянулась за забор, чтобы достать зелененькую травку по другую его сторону, то, вероятно, сын проверяет нас: ему интересно посмотреть, как мы будем реагировать. Одного короткого напоминания будет достаточно, чтобы отремонтировать забор и удержать его по эту сторону ограды. Если же он ломится сквозь нее подобно быку, увидавшему красную тряпку, то за его отказом оставаться на пастбище могут стоять совсем другие причины.

Ж: Я всегда настаивала, чтобы наш маленький сын ехал в бакалейный магазин в коляске. Тогда он ничего не ронял с полок, не терялся, его не толкали, да и сам поход занимал меньше

времени. Но в тот день он разразился плачем, потому что ему не хотелось сидеть в коляске, а когда я отказалась спустить его, он вылез оттуда сам. Его не отвлекала ни игра в подсчитывание красных коробок, ни продукты, которые я клала в корзинку. Я посадила его обратно и строго велела не вылезать, но это не дало никакого результата. Потом я вдруг вспомнила, что мы ничего не ели с раннего утра, а эта остановка была последней в длинном списке дел на сегодня. Он дошел до предела и заявлял мне об этом единственным доступным ему способом.

Маленькие дети обычно переступают границы, когда они устали, заскучили или голодны. Подросток может нарушить правила, если он рассердился или хочет отомстить. В обоих случаях проблема возникает не из-за границы как таковой, а из-за какой-то потребности, часто неосознанной, которая осталась незамеченной или неудовлетворенной.

Периодически границы приходится укреплять так же, как бывает нужен особо прочный загон, чтобы удержать на ферме вновь приобретенного жеребца. Естественное любопытство и энергия будут толкать его к тому, чтобы проверить, может ли он перепрыгнуть через ограду или пройти сквозь нее. То же самое происходит и с мальчиками в возрасте от трех до десяти лет у нас по соседству. Обычно мамы с детьми собираются вечерком на одной из ближайших лужаек, и пока ребята играют, мамы общаются между собой. Немного беготни, толкотни, борьбы и потасовок между мальчишками вполне допускается. Нельзя лишь всерьез драться и обижать друг друга. Однажды вечером игра стала слишком шумной, дошло до драки, и для нескольких мальчиков она закончилась слезами и синяками. Вмешались родители, и игра продолжалась нормально. На следующий день опять случилось то же самое, на этот раз были разбиты до крови носы и колени. Матери пришли к выводу, что нужно установить более строгие ограничения, чтобы избежать серьезных травм.

Когда жеребенок становится великоват для пастбища, нужно расширить загон, чтобы ему хватало места побегать и размять ноги. Если мальчик начинает перелезать через ограду, настала пора расширить пределы допустимого.

Когда Крису было тринадцать лет, ему захотелось ходить ни свидания. Я установила время его возвращения домой — 9.30 вечера и сказала, что пока не станет старше, он должен проводить время в компании друзей. Он согласился, и до сих пор у нас с этим проблем не было. Сейчас ему шестнадцать, у него есть постоянная девушка. Он всегда возвращается домой вовремя, все было вроде бы прекрасно. А потом я обнаружила кухонную табуретку под его окном. Он пояснил, что около 11 якобы отправлялся спать, а потом вылезал через окно, чтобы встретиться с девушкой. Она делала то же самое. В ту ночь он вернулся очень уставшим и забыл табуретку под окном. Я поняла, что он вырос и пора корректировать требования.

Шейла, мудрая одинокая мать

В следующем разделе мы рассмотрим пять основ типов границ, или пределов, которые могут использовать родители, чтобы ввести жизнь сыновей в какие-то рамки. Более подробно о том, как и когда в соответствии с возрастом применять эти границы, будет рассказано главах 8-10, где пойдет речь об этапах возрастного развития мальчика с рождения до 17 лет.

Словесные наставления (соблюдается соглашение, достигнутое на словах)

Эти словесные соглашения между сыном и родителем не имеют никаких последствий. Соблюдение соглашения поддерживается обеими сторонами. Напоминания бывают нужны редко, а если случаются ошибки, то мальчик сам добровольно исправляет их. Например, девятилетний Джон должен был ежедневно кормить и поить кошку, и если он забывал это сделать, то чувствовал жалость к кошке и испытывал угрызения совести. Поэтому он сам разработал систему, которая напоминала ему об этой обязанности. Соблюдать соглашение с родителями для него было важно, ибо от этого зависело состояние его любимицы. Никакие наказания не были нужны. Шестнадцатилетний Рекс взял на себя обязанность закупать продукты. Если он забывал купить какую-нибудь из трех важнейших составляющих семейного питания, он извинялся за причиненные всем неудобства и, не колеблясь, возвращался в ма-

газин.

Совсем другая история приключилась с Мэри, сыну которой полтора года. «Я просила его не трогать стеклянную вазу, а он двинулся прямо на нее и перевернул. Я шлепнула его по руке, но на следующий день он сделал то же самое!» Мэри ожидала, что ребенок последует ее словесному распоряжению, которое он был не в состоянии даже понять. До шести лет у большинства детей нет того, что Пиаже называет «конкретным операционным мышлением», которое позволяет ребенку следовать инструкции и запоминать ее на будущее. «Спасая» ребенка, уберите подальше все ценные и опасные предметы: это самый надежный выход, когда в доме маленькие дети. Словесная инструкция предполагает довольно высокий уровень развития способности соблюдать установленные границы. Это — цель, которой можно достичь, когда ребенок будет к этому готов (обычно после девяти лет). И если вам удалось добиться соблюдения словесных инструкций, можете праздновать победу.

Плетень

Эта граница устанавливается родителями без обсуждения. Ее задача — способствовать функционированию хозяйства и научить ребенка ответственности за самого себя. Пятилетний Мэтт должен был класть свою грязную одежду в кучу, приготовленную для стирки. Обычно он не забывал этого делать, но иногда требовалось напоминание. Он выполнял это сразу же, и напоминать ему приходилось все реже.

Различие между плетнем и договором состоит в том, что договор обычно заключается родителями и сыновьями постарше на равноправной основе. Здесь имеет место некоторое обсуждение, и сын сам бывает заинтересован в соблюдении договора. Если же используется плетень, то сын не несет полной ответственности за соблюдение установленного порядка. Обязанность родителей — напоминать ему при необходимости, иначе он будет перепрыгивать через установленный плетень снова и снова. Хотя ребенок и рад бы сделать все, как требуется, но он еще недостаточно умеет управлять собой. Поэтому и нуждается во внешней мотивации (со стороны родителей), чтобы не нарушать установленные правила. Следовательно, такие ограничения требуют большего внимания со стороны родителей и иногда нуждаются в подкреплении за счет возможных последствий-наказаний.

В семье четырнадцатилетнего Сета существует правило: если ты ешь не на кухне или в столовой, то должен сам отнести свою тарелку и остатки еды в мойку. Сет любит есть у себя в комнате, делая уроки, но зачастую он забывает отнести остатки на кухню. Мама обнаруживает их спустя недели, когда все уже протухло и покрылось плесенью. Напоминания помогают на некоторое время, но матери Сета необходимо, чтобы это правило соблюдалось неукоснительно. Поэтому они вместе с Сетом решили повесить диаграмму, на которой было бы отмечено, когда он уносил еду из кухни. Если на диаграмме там, где стоит отметка о возвращении остатков, появляется пропуск, то мама знает, что Сету нужно напомнить об этом, пока блюдо не стало несъедобным.

Иногда плетня бывает недостаточно. Сыновья порой чувствуют себя увереннее в способности нести ответственность, если они четко знают, чего от них ждут и как далеко они могут от этого отойти. Они испытывают прочность границ в словесных препирательствах или выказывают к ним полное пренебрежение, чтобы посмотреть, каковы будут последствия. Резиновая стенка гибка, но удар последствий бывает тяжелее, чем в случае плетня.

Шестнадцатилетний Джеймс два дня подряд возвращался домой на два часа позже установленного срока, т. е. после полуночи, и даже не удосуживался позвонить, чтобы предупредить родителей о своей задержке. В первый вечер ему просто напомнили об установленном «комендантском часе». После второго раза «комендантский час» был перенесен на 10 часов вечера сроком на три недели, и было обещано, что при строгом соблюдении его будет возвращено право по-прежнему возвращаться домой к полуночи.

Резиновая стенка действует более эффективно, если устанавливается родителями без гнева и угроз. Важно уважать потребность сына иногда толкнуться в нее и проверить установленные границы на прочность; если родители часто пересматривают установленные пределы, это позволяет им идти в ногу с взрослением мальчика и его расширяющимися потребностями. На этом этапе сыновьям нужно пастбище побольше, но пока еще обязатель-

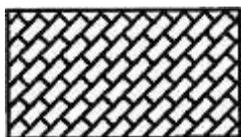
но огороженное.

Резиновая стенка

когда он сам не
может удержаться
в рамках



Кирпичная стена для подкрепления границ необходимы суровые последствия



Мы все знаем историю о крестьянине, который каждое утро до работы бил своего осла доской. Путник спросил крестьянина, хорошо ли осел работает. «Да, — ответил крестьянин, — но сначала нужно привлечь его внимание!» Иногда нам бывает нужна кирпичная стена, чтобы «привлечь внимание» своего сына. Он может перепрыгнуть через плетень, он бывает не в состоянии соблюдать договор, а резиновая стенка может вызывать его возмущение. Кирпичную стену родители ставят, если не хотят обращаться за помощью к обществу (в школу, к соседям, в полицию).

Пятнадцатилетний Син долго прогуливал школу, прежде чем признался родителям, что пропускает уроки. Родители объяснили ему важность получения высоких баллов, необходимость окончания школы и поступления в колледж. Син пообещал, что не будет больше пропускать уроки и станет лучше учиться. Однако он продолжал прогуливать, пока однажды отец не заметил его во время уроков в местном ресторанчике. Син показал, что он не в состоянии соблюдать договор, поэтому для него было необходимо установить такие рамки, нарушение которых вело бы к серьезным последствиям.

Прежде чем ставить кирпичную стену, родители должны попытаться найти ответ на несколько вопросов. Когда наш сын перестал соблюдать правила? Какие отношения у ребенка с нами, с приятелями, с учителями? С какими проблемами или трудностями он столкнулся? Не это ли отразилось на его поведении? Если затронуты официальные инстанции, как, например, школьная администрация в случае с Сином, мы должны убедиться в том, что действия семьи согласуются с действиями этих органов.

Кирпичная стена требует от нас тщательного контроля за временем мальчика. В школе Сину решили назначить дополнительные занятия, чтобы он мог исправить свои оценки, а родители требовали, чтобы он приходил домой сразу после школы и занимался. Любой выход из дому должен проходить под наблюдением взрослого. Самое важное, чтобы Син с отцом проводили больше времени вместе, занимаясь делом, интересным для обоих. Иногда потребность в кирпичной стене возникает, если мальчику не хватает внимания со стороны отца, хотя очень немногие подростки готовы в этом откровенно признаться.

Когда отношения между родителями и сыном восстановлены, последствия реализовались и мальчик проявил стойкость в соблюдении установленных кирпичной стеной ограничений, требования к нему могут опять стать более гибкими, типа резиновой стенки. Однако спешить с этим не стоит; если такое случилось однажды, то проблемы могут возникнуть и снова, в другой сфере его жизни. Он может хорошо успевать в школе и никогда не прогуливать уроков, но откажется при этом делать что-либо по дому. Каждый мальчик нуждается в индивидуальном подходе. Родительское терпение, желание уделить ребенку необходимое время, скорее позволят воспитать сознательного и ответственного мальчика, будут способствовать формированию у него самомотивации, и тогда потребность в кирпичной стене будет возникать все реже и реже.

Кирпичная стена — наилучший способ оградить маленького ребенка от беды. Вокруг нашего пятилетнего сына много кирпичных стен. Ему нельзя играть на переднем дворе, если там нет взрослых. Ему нельзя играть на улице. Ему нельзя играть со спичками. Ему нельзя включать кухонную плиту. Ему нельзя садиться в автомобиль с посторонними. Ребенок в возрасте до 7-8 лет не может сам оградить себя от всего этого, поэтому мы должны выставить такие преграды. Некоторые дети нуждаются в постоянном подкреплении установленных правил, что требует немало родительского времени. Именно для этого мы и существуем, но нас поддерживает сознание того, что сын вырастет и сможет сам устанавливать для себя пределы допустимого.

Железные решетки (в случае опасности для себя или других)

Это самые жесткие границы они требуют круглосуточного наблюдения за ребенком со стороны родителей или в детской колонии. Железные решетки бывают нужны, если сын нарушил закон или вышел из доверия родителей или других авторитетных лиц. В его поведении прослеживается криминальный настрой, даже если сам мальчик этого не замечает. Свобода его перемещений должна быть ограничена. Он может быть отдан под опеку, временно помещен в специальный детский дом или в другое учреждение для молодежи.

Четырнадцатилетний Митч провел три недели в специальном детском доме после того, как был арестован за кражу трех тысяч долларов, на которые хотел купить редкие монеты для своей коллекции. Затем он вернулся домой на два месяца испытательного срока, отработал три тысячи часов на общественных работах и работал два года, чтобы выплатить ущерб своей жертве. Если бы он нарушил условия, ему пришлось бы возвратиться в спецучреждение. Родители Митча сознательно сотрудничали со службами помощи семье, чтобы вернуть его к нормальной жизни. Они охотно отправились по приговору суда на семейную консультацию и привели на индивидуальное консультирование сына. Там Митч прошел психологическое тестирование на предмет того, не являются ли его действия результатом глубокого психического расстройства и не подвергся ли он дурному влиянию. Этого тяжелого урока достаточно, и ему нужно дать возможность вернуть себе свободу и личные права.

В некоторых семьях этот процесс занимает от трех месяцев до нескольких лет. Это время глубокого душевного потрясения и для родителей, и для мальчика, но это и время прощения. Это время стойкого соблюдения установленных границ. Это критический момент, когда еще можно помочь сыну освоить позитивную роль и в семье, и в обществе.

Установление границ и пределов — сложнейший элемент в воспитании сыновей. Мы должны отнестись к этой задаче с максимумом ответственности. Лучше всего, если границы соответствуют возрасту ребенка, поэтому мы должны быть очень внимательными наблюдателями. Поведение сыновей поможет нам решить, какие рамки соответствуют их уровню зрелости. Наиболее эффективными оказываются те последствия, которые логически вытекают из проступка, поэтому мы должны хорошо подумать, прежде чем произнести «сакральную фразу». Наши сыновья будут верить нам только в том случае, если мы никогда не будем нарушать данного слова, поэтому мы должны заранее предвидеть развилки типа «никакого Диснейленда!». И установление границ, и проведение в жизнь последствий требуют тщательного контроля, поэтому нам нередко приходится посвящать этому свое время «сверх необходимого». Но в любом случае мы должны действовать, любя своего сына и сострадая ему, даже в самые тяжелые и страшные минуты его жизни. Мы должны научиться признавать и исправлять свои собственные ошибки и благодарить сыновей за то, что они так жизнерадостны и податливы. Нам нужно научиться видеть за поведением ребенка желание сделать добро, научиться слушать голос его души.

Ограды: краткое резюме

Словесные наставления (соблюдается соглашение, достигнутое на словах)

Между родителем и мальчиком заключается устное соглашение, нарушение которого

не влечет за собой никаких последствий. Напоминания редко бывают нужны, и обе стороны проявляют заботу о выполнении соглашения. Если случаются нарушения договора, то они быстро устраняются с извинениями. Для соблюдения устного соглашения необходима внутренняя мотивация, поэтому такие ограды эффективны для детей старше девяти лет.

Плеть (напоминания бывает достаточно)

Бывает достаточно одного напоминания, чтобы соблюдались требования, предъявляемые родителями и обеспечивающие нормальное существование семьи. Мальчик может иногда перепрыгнуть через такую ограду, не выполнив какие-либо требования, поэтому необходимо предусмотреть какие-либо санкции за нарушения и обсудить их с ребенком.

Резиновая стенка (когда он сам не может держаться в рамках)

Если ребенок не может сам установить для себя границы, кто-то должен определить их для него. Ребенку нужно от чего-то оттолкнуться, чтобы чувствовать себя в безопасности и научиться ответственности. Здесь гораздо большее значение имеют неприятные последствия нарушения этих границ.

Кирпичная стена (для подкрепления границ необходимы суровые последствия)

Для того чтобы привлечь внимание сына к соблюдению этих норм, необходимо, чтобы из их нарушения вытекали серьезные последствия. Ребенка необходимо «удерживать в рамках», иначе он подвергнет себя опасности или попадет в неприятность. Задача этой ограды — решить проблему внутри семьи, не привлекая к вмешательству авторитеты извне.

Железные решетки (в случае опасности для себя или других)

Если ребенок представляет опасность для себя или других, то за ним необходимо круглосуточное наблюдение со стороны родителей или в детском спецучреждении. Сын нарушил закон. Свободное перемещение должно быть ограничено. Он должен продемонстрировать серьезные намерения вести себя добропорядочно, прежде чем ему будут возвращены свобода, права, доверие и дееспособность.

Глава 7 Положительный настрой: как прикоснуться к его душе

Будь осторожен, изгоняя своих демонов, а то ненароком можешь избавиться от самого лучшего в себе.

Джозеф Кэмпбелл

Бетти потребовалось три года, чтобы организовать наркологический центр в Восточном Лос-Анджелесе. Эта хрупкая женщина взвалила на свои плечи огромное дело. Силы противника были превосходящими, но в конце концов ее настойчивость и знание людей одержали победу. Она сама работала со многими молодыми людьми и девушками, прошедшими через этот центр. И вот история о брате одной из них. Клиентом Бетти была тринадцатилетняя девочка, которая хотела избавиться от наркотической зависимости, и в центре с ней работали в этом направлении. Однажды высокий мускулистый мужчина с тяжелой золотой цепью на шее ворвался в центр в поисках «маленькой женщины, которая возится с моей сестрой». Его ярость смела с пути всех, кроме самой Бетти. Бетти пошла прямо на разгневанного молодого человека и сказала: «Вас действительно беспокоит судьба сестры, правда? Меня тоже. Пойдемте ко мне в кабинет и поговорим о ней». Молодой человек тут же затих и спокойно последовал за Бетти в ее кабинет.

Работа Бетти кажется чародейством, и в некотором роде ее результаты на самом деле сродни колдовству, но метод, которым она пользуется, может освоить каждый. Прежде чем испугаться угрожающего молодого человека, Бетти услышала позитивное сообщение, которое он ей посылал: «Я волнуюсь из-за сестры». Она не осуждала брата за ярость. Вместо этого она предположила, что ярость эта — всего лишь неумелое и незрелое проявление заботы. Бетти вступила с ним во взаимодействие на уровне заботы о сестре, которая их объединяла.

Позже Бетти узнала, что этот парень был главарем местной банды, держал под контролем всю округу, особенно детей на улице. В девятнадцать лет он олицетворял для них фигуру

отца. Вскоре эта группировка взяла под охрану центр, которым руководила Бетти. Парень поверил «маленькой женщине». Без какого бы то ни было осуждения она обращалась непосредственно к его зрелому Я, к его глубинному ведущему импульсу — заботе о сестре. Как семя, которому хватает воды, солнца и питательных веществ, его забота прорастала конкретными действиями.

Душа мальчика растет естественно, сама по себе, но, чтобы расцвести, ей нужны подходящие условия. Если мы будем рассматривать трудные переживания и экстремистские поступки своих сыновей как семена, которые нуждаются в уходе, мы быстро избавимся от гнева, растерянности и привычки осуждать и будем воспитывать сыновей с любовью и твердостью.

Условия, необходимые для воспитания сыновнего потенциала

Между зрелым растением горчицы и нежным семенем, из которого оно вырастает — бездна различий. Метод Бетти — прислушиваться к позитивному настрою — основан на том, что как свет, хорошая почва, достаточная влага и защита от насекомых необходимы для роста и цветения растения, так и внимание создает такие условия, при которых душа мальчика расцветает пышным цветом и обретает способность вести его по пути мужания.

Мы должны создать условия, в которых природные таланты наших мальчиков смогут найти себе зрелое выражение. Большинство из нас согласится с тем, что мальчикам необходимо хорошее образование, общественная деятельность, свободное время и продуманные возможности развития, например команда по плаванию, отряд бойскаутов, молодежная религиозная группа, работа на лето. Но есть закон, который действует независимо от всех стараний родителей наставить сына на путь: *душа движется тогда, когда движется душа*. Как бы мы ни подталкивали его, сколько бы ни улещали и упрашивали, душа подвигнет мальчика туда, куда нужно, только тогда, когда она будет к этому готова, когда это станет его, а не нашей потребностью. Нет никаких возможностей точно рассчитать этот момент, но у нас не должно быть сомнений, что он обязательно наступит.

В семье Скотта всегда считали «милым, но ленивым увальнем», у которого «хорошо подвешен язык, но никакого упорства». Родители тратили немалые тысячи на его образование, но к двадцати двум годам он едва мог обеспечить себе нищенское существование. Скотт переходил с места на место, меняя работу, но все ему было не по душе, нигде он не задерживался надолго. Но как-то Скотт устроился уборщиком в дом для престарелых. И здесь «хорошо подвешенный язык» сделал его любимцем всех обитателей. Он не только занимался уборкой, его часто просили посидеть с кем-нибудь из стариков, потому что он потрясающе умел разделить с ними их заботы.

Умение Скотта успокоить и утешить другого впоследствии привело его на работу санитаром в психиатрической больнице. И здесь он тоже легко устанавливал контакт с пациентами, они ему доверяли. Благодаря этому Скотта вскоре назначили ассистентом, который помогает пациентам акклиматизироваться в больничной атмосфере и адаптироваться к распорядку. Врачи, медсестры и психологи ценили его, и Скотта перевели в приемное отделение. В его обязанности по-прежнему входила уборка, но он беседовал с новыми пациентами, помогал им почувствовать себя понятыми и защищенными, когда они поступали в больницу.

Потом Скотт решил поработать с людьми в наиболее тяжелых и опасных ситуациях, он стал пожарным, и его всегда звали, когда нужно было утешить и успокоить людей в беде. Сейчас он высококвалифицированный спасатель, водолаз в команде спасения на водах, и хочет пройти еще и полицейскую подготовку.

«Это совсем не тот брат, с которым я росла, — говорит теперь о нем его сестра. — Он упорно работает, он сосредоточен и организован, и он по-настоящему заботится о других людях». Скотт *остался тем же самым* братом, рядом с которым она выросла. Его «хорошо подвешенный язык» был лишь незрелой формой способности утешать людей, попавших в беду, заботиться о них. Скотт был похож на семечко, из которого после зимней спячки «ленивого увальня» вырос высококлассный специалист, умеющий спасать и утешать тех, с кем

случилась беда. В душе каждого мальчика заложена способность к развитию природных задатков и к их вызреванию в плоды, приносящие пользу людям. Как пишет психотерапевт Эдит Шутц: «Вы хотите помочь людям дорасти до больших сапог — так не отрицайте их в сегодняшнем обличье, а используйте это как фундамент».

За незрелыми действиями и словами, не отвергая их, нужно услышать положительный настрой, увидеть благие намерения. Бетти, директор наркологического центра, о которой мы говорили выше, за угрожающей манерой поведения и гневными словами брата своей пациентки разглядела позитивную цель его визита. Если бы она распорядилась его выставить или вызвала полицию, она упустила бы редкую возможность приобрести ценного союзника. Мы, родители, часто упускаем золотые мгновения, когда можно углубить душевную связь с сыновьями, из-за того, что нас раздражает или пугает их поведение или их слова.

Я пришел сюда, чтобы выплеснуть на вас свой гнев, потому что моя мать спятила. Когда я все это выскажу, я смогу мыслить более ясно. Я смогу сформулировать все, что я хочу сделать или сказать ей. Но если я попробую сделать это сейчас, до того как выложу свои обиды, шарики у меня в мозгах заскочат за ролики и я сойду с ума.

Пятнадцатилетний Бобби своему консультанту

Каждое чувство — это зерно, обладающее громадным потенциалом. Отрицание чувства приводит к тому, что оно гибнет или превращается в сорняк, способный заполнить наши дома. Принятие чувства и сосредоточенность на положительных намерениях дает мальчикам возможность расти, взрослеть, мужать.

Сын. (*громко*) Это свинство, что ты меня не пускаешь.

Отец. Тебе действительно так хочется на этот концерт?

Сын. (*успокаиваясь*) Конечно. Поэтому я так на тебя и обиделся.

Отец. Я не против, чтобы ты поехал, но уже слишком поздно ехать одному, по пятницам вечером на дороге много пьяных.

Сын. А если мы поедем все вместе на метро?

Отец. Я не знаю, можно ли туда добраться на метро.

Сын. Концертный зал рядом со станцией. Я просто хотел поехать на машине, потому что так веселее.

Отец понял гнев сына как сигнал того, что проблема, вероятно, серьезнее, чем ему показалось на первый взгляд. Если бы он сосредоточился только на словах сына, беседа, скорее всего, переросла бы в общий крик, взаимные обвинения и ругань. Обратив же внимание именно на жгучее желание мальчика пойти на концерт, а не на раздраженную форму, в которой это желание было высказано, отец смог проникнуть в суть проблемы. Диалог стал мягче, и появилась возможность обсуждения других вариантов. Сыну очень хотелось пойти на мероприятие. Отец беспокоился о безопасности сына. Стоя на общей платформе, они сумели найти взаимоприемлемое решение.

Иногда движения души мальчика вынужденно бывают смелыми до дерзости. Порой «проступок» сына бывает необходим, чтобы он сам стал осторожнее или чтобы побудить родителей что-то изменить в образе жизни. Всем нам известен стереотип «маленькой хозяйки», которая была сладкой, как леденец, все делала по правилам и у которой в голове не было ни одной мысли. Правильное поведение может скрывать абсолютную внутреннюю пустоту, хотя снаружи все и будет выглядеть замечательно. И так бывает довольно часто. Отрицание чувств, пренебрежение ими рано или поздно сказывается на мальчиках. Хотя жизнь и может быть совсем спокойной, мы на самом деле желаем своим сыновьям испытать всю ее полноту и страсть, бороться с несправедливостью, идти своей дорогой, оставить в мире свой след и добрую память. А для этого нужно пробовать и ошибаться, прыгать через плетни и наткаться на резиновые стенки.

Когда пробуждаются и зреют их души, мы должны ставить прочные ограды и поддерживать в них положительный настрой, нередко «скрывающийся» за проступками. Другими словами, мы должны быть рядом, в душевном контакте с ними. И здесь может

оказать помощь рассказ о тех, кто в свое время тронул наши души, кого мы вспоминаем в минуты горести и обиды. Они открыли нам сокровища, скрытые внутри нас, потому что увидели их там раньше, чем мы сами. А теперь мы поможем своим сыновьям найти сверкающие бриллианты их натуры, которые позволят им направить свою жизнь и страсть к общему благу.

Д: Пятнадцатилетнего Бэрри привели на консультацию, потому что он нарисовал при помощи пульверизатора громадные буквы «Поздравляю с днем рождения!» на доме своей учительницы. Главным вопросом, мучившим отца Бэрри, было: «Мой сын — преступник?» Очень забавный молодой человек — да. Преступник — нет. Бэрри очень хотел поговорить со мной, но каждые несколько минут он непроизвольно издавал забавные звуки, которые отвлекали наше внимание от темы разговора. Наконец я не выдержал и сказал: «Я знаю. Ты художник!» Он лукаво взглянул на меня: «Нет, я не художник». Я парировал: «Я и не говорю, что как Рембрандт. Тебя тянет на подмостки. Я видел, что ты нарисовал на доме учительницы, там очень веселая картинка. Сейчас вопрос в одном: как бы тебе научиться развлекаться так, чтобы не навлекать на себя неприятности». И тогда Бэрри открылся и поделился своей мечтой создать панк-рок-группу. Он читал мне свои лирические стихи. Некоторые из них были возмутительно жестоки, но были и очень серьезные. В заключение Бэрри сказал: «Я не хочу быть жестоким, но как еще заявить свой протест? В мире так много несправедливости; я хочу поставить цель и добиться ее».

Сила внимания

Пока ребенок маленький, мать старается распределять свое внимание. Она может заниматься мелкими домашними делами: мытьем посуды, глажкой белья или приготовлением обеда, но при этом глаза и уши у нее всегда настороже, следят за тем, где малыш и что он делает. Ребенок может подолгу играть, абсолютно довольный самим собой. Но если мать займется чем-то более серьезным, сосредоточившись на сведении домашнего бюджета, или решит позвонить по телефону, в ту же минуту ребенку потребуются ее помощь: не складывается трудная картинка, не завязываются шнурки, потерялся нужный кубик или еще что-нибудь в таком роде. Ребенок чувствует, что мать перестала обращать на него внимание.

Сыновья требуют нашего внимания и имеют на него право на всех этапах своего развития. Мы, родители, служим для них зеркалом, отражающим воздействие их поступков и слов на других людей. Наше внимание дает им возможность ясно увидеть самих себя и воспитывает в них веру в себя, так необходимую каждому, чтобы найти себе место в мире.

Если мы стараемся увидеть за их поведением добрые намерения и именно на них сосредоточиваем свое внимание, это вовсе не означает, что мы должны позволять сыновьям переступать через наше мнение.

Я был ужасно зол на сына. Вечером в пятницу он брал мою машину и оставил на переднем сиденье банки из-под лимонада и обертки от бутербродов, израсходовал весь бензин и не заправил ее! Мы же с ним договаривались, что если он берет машину, то моет ее сразу по возвращении, потому что я довольно часто уезжаю рано утром. Я, не церемонясь, разбудил его и спросил: «В чем дело? Машина похожа на помойку!» Спросонья он ответил: «Ну да. Я забыл. Я вчера так устал, что решил: лучше встану пораньше и помою ее. Это, конечно, было глупо: мне никогда не удастся проснуться пораньше. Прости, отец. Я успею привести ее сейчас в порядок?» С одной стороны, мне хотелось послать его ко всем чертям, а с другой — дать ему шанс. Это был первый раз, когда он готов был преодолеть себя. Я сказал: «Иди приведи ее в порядок, и забудем об этом. Ты всегда держал свое слово в отношении машины». И я увидел, как было важно для него мое одобрение тех усилий, которые он прилагал, чтобы сдержать свое слово.

Джеймс, один из отцов, посещающих месячные курсы по воспитанию

Умение сместить центр своего внимания жизненно важно при общении с сыновьями. Если бы в рассказанном выше эпизоде отец сосредоточился только на безобразии, которое сын оставил в машине, он упустил бы возможность обратить внимание на то, как сын старается держать свое слово. Отец игнорировал бы все достижения сына, сделав акцент на

единственном нарушении.

Ж: В домашние обязанности нашего сына входит отнести после обеда свою тарелку на кухню и поставить рядом с раковиной. В пять лет ему еще довольно сложно дотянуться до этой подставки, но со своей тарелкой он справляется. В тот вечер он унес со стола еще и свой стакан с грейпфрутовым соком. Очень осторожно он поднял стакан на подставку, перевернул его и залил соком свою рубашку и только что вымытый пол.

Раньше я в раздражении начала бы громким голосом читать ему нотацию по поводу того, что нужно думать, прежде чем хвататься за стакан, а сама сердито подтирала бы пол. На этот раз я глубоко вздохнула, заглянула в его глаза и сказала: «Ты хотел помочь мне убрать со стола, правда?» — «Да, — ответил он, — но я все разлил». Я улыбнулась: «Не беда, в другой раз все получится. Вот тряпка. Давай приведем все в порядок». Его уверенность в своих силах не пострадала, и я поняла, что пошла правильной дорогой. Я видела, как легко победа обернулась поражением, но поражение можно снова превратить в победу.

Упражнение: учимся слышать положительный настрой

Увидеть добрые намерения за сердитыми словами или неприятным поведением бывает довольно сложно. Мы обычно слишком тесно взаимодействуем с сыновьями, и это держит нас так близко к любой ситуации, что мы не можем увидеть ее отчетливо: прежде чем удастся понять, что к чему, мы уже оказываемся по колено в грязи. Для того чтобы потренироваться в умении слышать положительный настрой и видеть добрые намерения, мы разработали список проблем, с которыми родителям приходится сталкиваться наиболее часто. Прочитайте их, а затем напишите возможные ответы, которые бы отражали тот положительный настрой, который вам удалось разглядеть за словами. На первое утверждение мы придумали ответ-образец, чтобы вам легче было начинать.

Я ненавижу вас до мозга костей, когда вы постоянно говорите, что я должен делать!

Положительный настрой: Ты хочешь сам распоряжаться собой.

Мне не важно, опасно или нет. Я хочу пойти!

Положительный настрой:

Я сломал замок на твоём ящике с инструментами, когда хотел взять инструменты, чтобы починить косилку, потому что она заглохла.

Положительный настрой:

Я никогда не буду прибираться у себя в комнате!

Положительный настрой:

Я ничтожество и дурак!

Положительный настрой:

Ты, меня только ругаешь.

Положительный настрой:

Ты никогда меня не слушаешь.

Положительный настрой:

А как поступаете вы? Умение слышать положительный настрой, как и любые другие навыки, требует практики и терпения. Чтобы стало понятнее, давайте посмотрим на ответы родителей, в которых прослеживается тенденция еще больше усугубить ситуацию. Мы сопроводили эти ответы своим комментарием, где выдвинули предположения насчет того положительного, что лежало в основе этих реакций.

Это звучит знакомо?

Ниже приведены ответы, которыми мы обычно пользовались раньше, но потом от них отказались, потому что они либо ухудшали возможность общения, либо уничтожали ее. Иногда мы ловили себя на том, что повторяем, как эхо, то, что когда-то говорили нам наши родители. Из-за таких ответов мы упускали возможность нормально общаться с сыном, поддерживать контакт с его душой. Но если вдруг такой ответ и сорвется сейчас, мы не поддаемся чувству вины, а просто прощаем себя, ищем за своей реакцией положительный настрой и учимся родительству на собственных ошибках.

<p>Я ненавижу вас до мозга костей, когда вы постоянно говорите, что я должен делать! Никогда не разговаривай со мной таким тоном, лучше прикуси себе язык.</p>
<p>Мне не важно, опасно или нет. Я хочу пойти! Ну уж теперь точно ты никуда не пойдешь! Отправляйся к себе в комнату.</p>
<p>Я сломал замок на твоём ящике, когда хотел взять инструменты, чтобы починить косилку, потому что она заглохла. Ты что? Сколько раз я тебе говорил: не прикасайся к моим вещам! Ты наказан на две недели.</p>
<p>Я никогда не буду прибираться у себя в комнате! Нет, вы будете, молодой человек, это делать. Вы пойдёте туда сейчас же и не выйдёте оттуда, пока все не приберете.</p>
<p>Я ничтожество и дурак! Никогда не говори подобных вещей о себе самом!</p>
<p>Ты меня только ругаешь. Ну посмотри, что ты устроил.</p>
<p>Ты никогда меня не слушаешь. Если ты будешь разговаривать по-другому, может быть, я и выслушаю тебя.</p>

Любой может себе представить, каких результатов мы бы добились, отвечая ребёнку подобным образом. Ниже даны варианты, которые, как мы увидели, действуют более эффективно, ибо способствуют общению и взаимопониманию между родителями и сыном.

<p>Я ненавижу вас до мозга костей, когда вы постоянно говорите, что я должен делать! Ты хочешь участвовать в принятии решения. Или: Ты хочешь, чтобы я признала твоё право самому решать многие вещи.</p>
<p>Мне не важно, опасно или нет. Я хочу пойти! На самом деле это для тебя важно.</p>
<p>Я сломал замок на твоём ящике, когда хотел взять инструменты, чтобы починить косилку, потому что она заглохла. Ты настоящий молодец, что отважился сказать мне правду.</p>
<p>Я никогда не буду прибираться у себя в комнате! Ты хочешь сам решать, что надо делать.</p>
<p>Я ничтожество и дурак! Ты хотел бы в другой раз поступить иначе.</p>
<p>Ты меня все время ругаешь. Я слишком давлю на тебя.</p>
<p>Ты никогда меня не слушаешь. Ты ценишь моё внимание.</p>

Возможно, вам показалось, что было бы полезно применить этот метод к положению дел в своей собственной семье. Мы предлагаем вам заполнить пропуски ниже типичными высказываниями своего сына и своими обычными ответами. А затем впишите для себя новые ответы, в которых отражается тот положительный настрой, который прозвучал в словах сына.

- Мой сын говорит: _____
Я обычно отвечаю: _____
Новый мой ответ: _____
Мой сын говорит: _____
Я обычно отвечаю: _____
Новый мой ответ: _____
Мой сын говорит: _____
Я обычно отвечаю: _____
Новый мой ответ: _____

Среди боли, депрессии, смятения или в случае потери нам бывает трудно увидеть что-нибудь кроме негативного. Очень грустно, что большинство родителей и сыновей имеют обычай видеть друг в друге только плохое. От этого страдают наши сыновья, да и мы сами.

Но если мы постараемся заглянуть поглубже, мы обязательно обнаружим добрые намерения почти во всем, что происходит в нашей жизни. То же самое получится и если мы более глубоко посмотрим в жизнь своих сыновей. Фактически любой из нас может приобрести привычку видеть добрые намерения за словами и делами своего мальчика. И может быть, на долгом жизненном пути он даже последует нашему примеру, и тогда нам воздастся сторицей. После многих лет бесконечных упреков по поводу всякой малости и привычки встречать сопротивлением всякое настойчивое проявление заботы с нашей стороны, возможно, придет день, когда он услышит доброе за теми горькими и обидными словами, которые мы произносим. Можем ли мы, родители, получить большую награду, чем выстраданный сердечный контакт с сыном и его желание прикоснуться в ответ к нашей душе?

Часть 3 От колыбели к карьере

Глава 8 Возраст Христофора Колумба: с рождения до семи лет

Дети — такой замечательный способ стать человеком.
Дон Херольд, писатель-юморист

Задачи возрастного этапа развития

Главное в развитии мальчика с рождения до семи лет — это открыть для себя окружающий мир и понять его. Он трогает, хватается, сосет, усаживается, ползет, крадется, ступает, карабкается, бежит, смотрит и слушает, используя все свое тело для изучения мира вокруг себя. Это возраст открытий, подражания и повторения. С того первого мгновения, когда мальчик вдруг обнаруживает пальцы у себя на руках и ногах, каждая мельчайшая крупинка и каждое малюсенькое пятнышко тщательным образом им исследуются. Больше никогда в жизни мир не кажется таким привлекательным. Впервые в жизни он совершает удивительные подвиги: хватается погремушку, бросает мяч, прыгает на одной ножке, свистит, и он будет повторять это снова и снова, пока это действие не станет его неотъемлемой частью.

Ж: Однажды я подумала, что сойду с ума, если мне придется прочесть «Маленьких цыплят» еще хоть один раз.

Каждое мгновение своего бодрствования сын всецело посвящает изучению самого себя и всего, что попадает в его поле зрения, чтобы утолить свою ненасытную жажду к исследованиям. Эти первые сенсорные впечатления оказывают неизгладимое влияние на физическое и эмоциональное развитие мальчика, оставляя в его сознании такой же четкий след, какой оставляет на глине палец гончара. В этом раннем возрасте мальчик еще не умеет отличить хорошее от плохого, поэтому все кажется ему достойным подражания и изучения.

Когда мальчик начинает узнавать названия предметов, которые он нашел, начинают развиваться память, речь и мышление. Теперь у него еще больше возможностей изучать и исследовать, потому что он может впитать в себя образы того, что видит, а затем воспроизвести их силой своей фантазии или игры воображения. Игра для него — «дело жизни», к ней нужно относиться с уважением, стараясь по возможности не прерывать. Это особенно важно еще и потому, что в игре мальчик отрабатывает все неприятности, разочарования и сильные чувства, которые ему приходится испытывать в течение каждого дня семейной жизни. Как часто бывает, что родители с самыми благими намерениями прерывают такую необходимую игру своими предложениями, в которых отражена потребность взрослых в разнообразии, как будто они не понимают, что повторяющиеся игры, давно знакомые сыну, сами по себе успокаивают и утешают его.

В эти же первые годы жизни мальчик получает и главные уроки из мира чувств. Младенцы и ползунки постигают начала чувства доверия, вины и автономии. По словам доктора философии Эрика Эриксона, психолога и теоретика в области развития детей, базовый

конфликт в период младенчества — это противопоставление «доверие—недоверие». Если младенец всегда сухой, в тепле, хорошо накормлен, он учится доверять миру и людям вокруг. Если же няня или мать невнимательны или небрежны в уходе за малышом, у ребенка развивается неверие в самого себя и недоверие к окружающим.

В возрасте от полутора до трех лет, по мнению доктора Эриксона, малыш сталкивается с конфликтом автономии стыда-сомнения. Его несовершенные попытки взяться за новое дело самому могут быть тяжким испытанием для родителей, но от того, как мы относимся к этим его стараниям, зависит вера мальчика в свои силы, в способность поставить цель и добиться ее. Если родители подбадривают малыша, понимая необходимость проб и ошибок, мальчик с уверенностью берется за все новые и новые задачи. Если же родители ограничивают его активность или относятся неодобрительно к этим попыткам, мальчик начинает стыдиться сам себя и сомневаться в собственных возможностях.

В эти же первые годы жизни мальчик приобретает опыт проявления своих чувств: можно ли это делать вообще, а если можно, то как. Чемодан эмоций, о котором шла речь в главе 5, показывает, насколько мощным и длительным может быть влияние первого опыта. Если мальчику внушили, что печаль и уныние в его семье не одобряются, в будущем такой мужчина будет прятать свое горе под гневом, напряженной работой или другими эмоциями, которые разрешалось проявлять дома.

Мальчики в возрасте от четырех до семи лет учатся делиться с другими и играть в группе. Малыши — с самого начала существа социальные, но по-настоящему понять, как играть вместе и сообща, сыновья не могут примерно до пяти лет. Очень важно, чтобы родители поощряли ребенка любого возраста делиться тем, что у них есть, но до пяти лет дети еще недостаточно социально созрели, чтобы делиться и сотрудничать с другими детьми самим, без мягкого напоминания.

Развитие ребенка в эти годы идет очень неравномерно. Прежде чем сын перейдет на новый этап возрастного развития (начнет пользоваться расширенным словарем, овладеет новыми моторными навыками, научится переживать более сильные чувства), он обычно отстает чуть-чуть назад. Ему может вдруг понадобиться помощь при одевании, хотя он вроде бы уже справлялся с этим самостоятельно; или вдруг захочется приласкаться, или он как бы разучится ладить с друзьями без вашей помощи. И после этого мальчик внезапно совершает резкий скачок в развитии. Одна мама удачно назвала такую модель роста «феноменом рогатки». Мальчик отходит назад на предшествующем этапе развития, а потом — только свист стоит! Он вылетает и несется вперед со своими новыми навыками и возможностями. При таком отступлении мы должны разглядеть сигнал, предвещающий спурт нового этапа, не навешивая при этом на мальчика ярлыков типа «как маленький» или «девчонка-неженка». Отступить перед рывком вперед заложено в мальчиках природой. Воспитание этого маленького Христофора Колумба требует осторожности и усердия, поскольку нужно предоставить ему возможность приобрести полезный и нужный опыт. Родителям необходимы тонны терпения, готовность ошибаться и идти вперед, умение поставить необходимые ограды, определить последствия их нарушения в соответствии с возрастом ребенка и способность всегда быть рядом в нужную минуту.

Потребности

Вначале мальчику нужна близость. Нельзя доверять устаревшему мнению, что мы избалуем ребенка, если будем бежать на каждый его крик, носить его на руках, разрешать ему спать рядом с собой. Мы рекомендуем именно это — реагировать на каждый крик, как можно больше держать на руках и спать рядом с ним. Мы называем первые 12-14 месяцев жизни временем «вынашивания ребенка». В идеале в эти первые месяцы младенец должен существовать в теплом мире блаженства, в раю постоянного контакта с телом матери или отца. Подрастая, он научится разрывать физический контакт, чтобы заняться изучением окружающего мира, но при этом он всегда будет знать, что, как только ему понадобится поддержка, он всегда может вернуться к нежным и уютным рукам.

Представьте себе двух высоких, стройных темнокожих женщин, идущих по

пыльной дороге. Каждая из них удерживает на голове огромный глиняный кувшин, полный воды. В одной руке каждая несет большую вязанку, а на бедре у нее сидит голенький малыш. Женщины оживленно беседуют друг с другом о деревенской жизни. Грациозным движением одна из женщин вдруг делает то, что нам кажется верхом ловкости. Она наклоняется всем своим телом влево и держит малыша над краем дороги, где он быстрым движением облеγχается. После этого ребенок снова ловко водружается на бедро. При всем этом из кувшина не проливается ни капли воды, вязанка не падает и беседа не прерывается ни на мгновение. Ребенок удовлетворенно устраивается на сгибе материнской руки и засыпает.

Сочинение о жизни современной африканской деревни

Описанная выше связь между матерью и младенцем настолько сильна, что, стоит ребенку двинуться или закричать по-особому, мать уже знает, что ему нужно. Эта сценка описывает тесную близость, в которую «современным» родителям трудно поверить. Но именно в такой степени близости с матерью или отцом нуждается мальчик, чтобы расти и расцвести. Эта связь между родителем и младенцем является фундаментом позитивного самоощущения мальчика и осознания своего места в мире.

Замечательное открытие автора книг и психотерапевта Жанны Лидлофф, описанное в книге «Понятие континуума: дадим человеческой природе добиться успеха»¹, еще раз доказывает важность физической близости для развития ребенка. Имея опыт жизни среди народностей эквана и санема в джунглях Южной Америки, она подчеркивает естественную инстинктивную привычку туземных женщин постоянно носить ребенка с собой, пока он не научится ползать, и естественную потребность ребенка в том, чтобы его постоянно носили на руках. Жанна пишет: «Меня бы высмеяли, если бы я сказала индианкам, что там, откуда я приехала, женщины чувствуют себя беспомощными в воспитании детей, пока не начитаются инструкций, написанных в книжке абсолютно чужим человеком... Посмотрите на миллионы родителей в странах третьего мира: тот, у кого не было «привилегии» разучиться понимать своих детей и перестать им доверять, создает семью, живущую в мире и согласии, причем каждый ребенок в возрасте старше четырех лет с удовольствием вносит свой посильный вклад в труд всей семьи». Многие из нас отдали бы все ради мира в семье и ради того, чтобы дети охотно участвовали в домашних делах.

Мысль, что ребенка можно избаловать, если удовлетворить его естественную потребность в близости, то, что Лидлофф называет «носить на руках», показалась бы абсолютно абсурдной этим милым обитателям джунглей. На самом деле верно обратное. Ребенка можно испортить, т. е. ранить на всю жизнь, если его не носят постоянно на руках мать, отец или старшие дети.

Симптомы современного «лишения рук» многочисленны и разнообразны, но в традиционных культурах джунглей, которые изучала Лидлофф, эти симптомы не встречались. Она пишет: «Лишение рук» чаще всего, вероятно, проявляется как недоразвитие базового чувства здесь и сейчас. Человек чувствует себя отстраненным, как будто что-то пропущено; это смутное ощущение потери, желание чего-то, что никак не удастся определить. Это стремление нередко само присоединяется к объекту или событию, находящемуся на некотором расстоянии, облекается в слова типа «Я был бы вполне доволен жизнью, если бы...», вслед за чем идут какие-то предполагаемые изменения, например приобретение нового костюма, нового автомобиля, продвижение по службе, увеличение зарплаты, другая работа, возможность уехать в отпуск или навсегда, обретение жены, мужа, ребенка, которых можно было бы любить, если этого пока нет». Кроме нашей приверженности материальному есть и другие симптомы «лишения рук» в раннем детстве, и заметить их в нашей культуре несложно: это широкое распространение наркотиков, самоубийств, насилия над детьми, насильственных преступлений и разводов.

¹ «The continuum Concept: Allowing Human Nature to Work Successfully» by Jean Liedloff.

Мальчику необходимо быть на руках у матери или отца до тех пор, пока он не

подрастет настолько, чтобы начать самостоятельное исследование мира, ползая, карабкаясь, а потом и шагая. В силах родителей сделать так, чтобы мальчик поверил в себя и научился доверять окружающему миру. У него должно развиваться ощущение нужности своего бытия, чувство, что для него есть свое место в общем порядке вещей на всю оставшуюся жизнь. Эти ранние приобретения определяют способность мальчика любить и быть любимым, строить отношения с другими людьми, подчиняться требованиям на работе и службе.

Потребность в родителях в этот период огромна, и если мы сосредоточим свое внимание на том, насколько труден этот отрезок жизни, то это может показаться невыносимым. Матери и отцы обязательно должны находить в своем распорядке дня время, чтобы подержать ребенка на руках. Это может означать, что один родитель обязательно остается дома, когда другой уходит на работу, что один или оба родителя берут ребенка с собой на работу, что родители работают на дому, посменно, неполный день и так далее. Когда мы оглядываемся назад, на первые годы жизни нашего сына, нас поражает, как быстро прошло время. Мы жертвовали сном, карьерой, уединением, интимными отношениями, возможностью провести где-нибудь вечер вдвоем, благосостоянием, которое было бы возможно при наличии второй зарплаты. Это было ужасно и замечательно одновременно.

Мальчику необходима защита от негативных влияний среды. Первое, что должны сделать родители в нашей культуре, чтобы защитить малыша от вредного влияния среды, — это подобрать хорошее место для его рождения, такое, где акушерки относились бы с почтением к связи родитель — ребенок. Родители должны настаивать на том, чтобы ребенок оставался в контакте с кожей матери сразу после рождения, чтобы его можно было покормить грудью. Тогда он сможет адаптироваться к изменению температуры, освещения, звукам нового для него мира, ибо связь с матерью, которая сформировалась, пока он рос внутри материнского чрева, не будет нарушена. Малыш, которого оставили на руках у матери, будет спокойнее, чем тот, которого от нее оторвали и унесли, чтобы взвесить, измерить, осмотреть, привить и запеленать. Он будет спокойно лежать и смотреть глубоким взглядом в материнские глаза, как будто говоря: «Ну вот, наконец мы и встретились».

Второй охранный акт, который родители должны предпринять, — это хорошенько подумать, а нужно ли их сыну обрезание. Существуют различные медицинские и религиозные мотивы осуществления этой процедуры (см. «Помогите! — Пожалуйста» в конце этой главы), но мы глубоко уверены в том, что эта первая травма наносит ребенку варварский ущерб и является прецедентом будущего насилия. Мы предпочитаем использовать мыло и воду вместо скальпеля хирурга.

Стресс — вот третий негативный фактор влияния культуры, от которого нужно оградить ребенка. Существует обычай в эти первые дни носить ребенка с собой повсюду. И действительно, малыши принимали участие во всех аспектах жизни племени. Однако джунгли и поля — не то же самое, что суэта магазинов, кинотеатр или супермаркет. Обстрел неоновыми и флуоресцентными лампами, кричащие краски, искусственные шумы, спертый загрязненный воздух, насыщенный запахами красителей, духов, химикатов, пластмассы, моющих веществ и подобного, — все это оказывает гиперстимулирующее воздействие на органы чувств и нервную систему ребенка. Даже его детская может ошеломить ребенка яркими цветами, картинками, пластиком и полиэфирными тканями. Некоторые младенцы реагируют на техногенную атаку тем, что просто засыпают. Другие же ведут себя спокойно до тех пор, пока снова не окажутся дома, а уж тогда разряжают напряжение хорошим воем. Наш сын кричал долго и громко, и трудно было бы назвать это «хорошим» плачем, потому что его реакция приводила нас в состояние стресса, и мы, его благонамеренные родители, чувствовали себя виноватыми. Мы научились избегать гиперстимуляции, пока он не стал старше, чтобы можно было справиться с обрушившимся на него стрессом, разрядив напряжение в активной творческой игре.

Советы по поводу того, как создать для ребенка дома спокойную, здоровую обстановку, можно найти в нескольких книгах, перечисленных в разделе «Помогите!» в конце этой главы. Мы заметили, что наш сын всегда лучше чувствует себя в помещениях с мягким освещением, светлыми стенами, натуральными тканями и ограниченным количеством картин и других

украшений. Сначала было лучше, когда игрушек немного и все они из натуральных материалов. И теперь, когда ему уже почти шесть лет, он все еще более уютно чувствует себя в комнате, где у каждой игрушки есть свое место. Детям, как и взрослым, нужны в жизни красота и порядок.

В главе 3 мы рассмотрели наиболее распространенный фактор негативного влияния культуры в нашу эпоху — телевидение. Мальчиков с рождения и до семи лет, а может быть, и в возрасте Тома Сойера — т. е. от восьми до двенадцати — необходимо оградить от разрушительного воздействия телевизионных передач. Маленькие дети обычно реагируют на телевизор двумя способами — пассивностью или гиперактивностью. Пусть вас не обманывает внешняя расслабленность сына — затянутые поволокой глаза, полуоткрытый рот, неподвижное тело. Его ощущения могут казаться притупившимися, когда он смотрит телевизор, но каждая деталь запечатлевается на всем его существе. Образы, которые он видит, — плохие парни, стреляющие в хороших, Багз Банни, бьющий по голове Эльмера Фадда деревянной колотушкой, черепашки-ниндзя, взрывающие Рок Стеди и БиБоп, малозаметные унижения тех, кто отличается расой, полом, религией, философскими взглядами, коммерческая распродажа счастья в виде игрушек, еды, гоночных автомобилей, модной одежды, — все это вносит свой вклад в систему ценностей, с которой он потом будет жить всю жизнь. Лаура Кеннеди, психотерапевт и мать троих детей, замечает, что общество обычно возлагало на родителей ответственность за то, чтобы детям были привиты культурные ценности, чтобы дети росли в уважении к культурным и нравственным нормам. «Сейчас же, — говорит она, — культура настолько отбилась от рук, что мы должны *защищать* своих детей *от* таких ценностей».

Исследования ранних охотничьих культур выявили некоторые различия в воспитании мальчиков и девочек до начала пубертата, когда их совсем отделяли друг от друга для того, чтобы они могли освоить роли, соответствующие полу. Характерные ритуалы инициации, оформлявшие превращение мальчика в мужчину, позволяли мальчикам жить в детстве более свободно, чем это возможно теперь. Роль взрослого мужчины в нашей культуре настолько двусмысленна и неопределенна, а переход от детства к зрелости так нечеток, что наша культура требует от родителей вживания в мальчиков их мужской роли с самого рождения. Мальчиков-младенцев наряжают только в голубое, но никак не в розовое! Им дарят мячи, а не кукол! Такое раннее привитие мужского стереотипа поведения разрушает нежную эмоциональную ткань существа мальчика, вредит его воображению, а ведь и то и другое жизненно важно для способности любить и быть любимым. Мальчикам в детстве нужно помочь раскрыться в рамках структуры, которая будет направлять потом их мужские силы, а не держать их в плену.

Я был поражен, когда трехлетний сын попросил на Рождество игрушечную кухню. Он хотел, чтобы там была пластмассовая еда, тарелки, раковина — одним словом, все. Я подумал: «Ни за что! Он же вырастет бабой». И все-таки я подарил ему на Рождество кухню, и первое, что он сделал, — организовал ресторан. В течение года нам подавали пластмассовые яйца и резиновые хлебцы! Теперь я знаю, что он имитировал, как наша семья обедает в ресторане и дома. И это мне абсолютно понятно.

Джонатан, отец четырехлетнего Криса

Воспроизведение событий в окружающем мире — главная игровая деятельность ребенка в возрасте от двух до семи. Подражая различным действиям, мальчик развивает свое творческое воображение, двигательные навыки, создает базу для будущих взаимоотношений с миром. Мы должны оградить своих сыновей от половых стереотипов, навязываемых нашей культурой и диктующих мальчикам, как они должны играть и какими игрушками.

Вероятно, наиболее травматичным культурным запретом для мальчиков является отрицание их чувств: «Большие мальчики не плачут», «С тобой ничего не случилось. Вставай быстрее», «Ты же не очень сильно ушибся», «Не злись», «Будь большим мальчиком», «На конфетку», «Ничего страшного». Боба, холостого предпринимателя, удивило, как его друг Рич утешал своего сына, стукнувшего себя молотком по пальцу. Позже Боб доверился Ричу: «Я не мог не заметить, что в то время, когда говорили о футболе, твой мальчик очень естественно подошел к тебе пожаловаться на боль. Он вскочил к тебе на колени, ты подхватил его, погладил

по спине, дал ему выплакаться, а потом он опять отправился играть. Ты проделал все это, не теряя нити разговора. Ты не сказал ему ни слова, а ему стало хорошо. Для меня это странно. Родители учили меня быть ловким и стойким, но никогда не утешали подобным образом. До этого дня, если мне было больно, я отвлекал себя каким-нибудь интеллектуальным занятием».

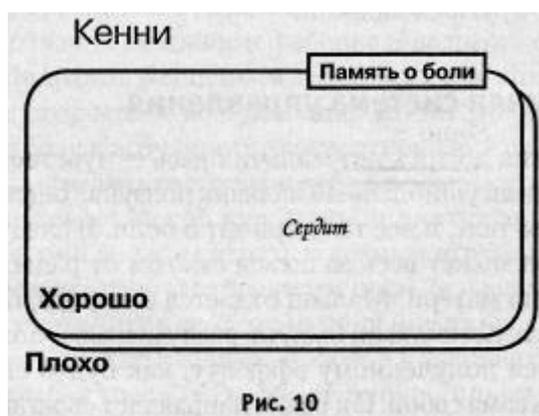
До недавних пор чувствам не было места в прокрустовом ложе культуры. Сейчас мужчины восстанавливают эту потерянную часть самих себя, рассказывая истории своей боли, плача и горя о потерях. У каждого мальчика есть врожденное право чувствовать — это бальзам, который успокаивает боль самого жгучего горя, искра, которая воспламеняет огонь творчества, стабилизатор интеллекта, барометр несправедливости и ключ к отношениям с другими людьми.

Внутренняя система управления

С рождения до трех лет мальчик весь — чувство. Голод младенца или ушибленный пальчик ползунка ощущаются им во всем теле, и все тело кричит о боли. В следующий момент он может весь залиться смехом от радости, что видит лицо матери. Малыш отдается эмоциям, не заботясь о последствиях: он бьет, не раздумывая, и потом так удивляется полученному эффекту, как будто его рука двигалась сама собой. Он редко направляет свою энергию на кого-нибудь конкретно по глубоким личностным мотивам. У него нет необходимости анализировать свои чувства и реакции при помощи разума. В силу своего возраста он и не может сделать этот. Его чувства просто надо признавать, его поведением нужно управлять в формах, соответствующих возрасту. Мы дадим на этот счет кое-какие рекомендации далее в этой главе, в разделе «Ограды».

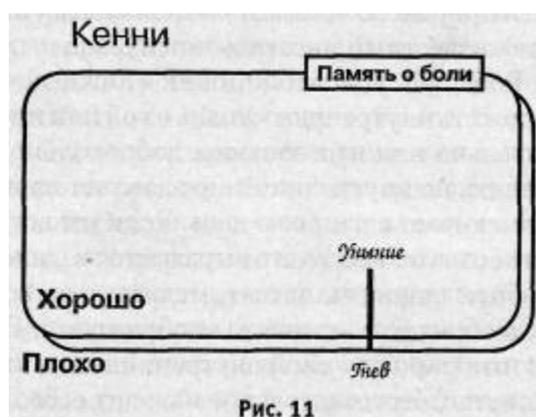
В возрасте от четырех до семи лет чувства становятся более специфичными, связанными с конкретными событиями. Гнев может означать: «Это для меня очень важно». Слезы могут значить: «Я хочу сделать больше, чем могу». Печаль говорит: «Я не хочу, чтобы ты уходила». В ярости звучит: «Мне нужно, чтобы меня защитили от себя самого».

От домашней обстановки зависит эффективность внутренней системы управления мальчика. То, какие чувства родители разрешают проявлять, а какие они сознательно или неосознанно отвергают, формирует его чемодан эмоций. Вначале система внутреннего управления Кении работала нормально. Когда он сердился на мать, он говорил ей, что он сердится. Его чемодан эмоций в ту пору выглядел так.



Когда Кении стал немного старше, его гнев начал вызывать неудовольствие матери. Ее слова «На самом деле ты так не думаешь» злили его еще больше, поэтому мать отправляла его в другую комнату «подумать». Со временем Кении понял, что, если хочет поиграть в свое удовольствие, он должен сделать вид, что не сердится. Он заметил, что на мать действует его плохое настроение, и он научился демонстрировать уныние всякий раз, когда был зол. Гнев обычно является сигналом того, что что-то делается неправильно, но, поскольку гнев Кении находился за пределами чемодана эмоций его матери, он потерял этот ключевой элемент своей внутренней системы управления. Теперь,

если что-нибудь было Кенни не по душе, он погружался в уныние, а мать утешала его. Но он не мог осознать необходимости каких-то изменений. Его чемодан эмоций стал совместимым с чемоданом эмоций матери и выглядел теперь так.



Нарисуйте чемодан эмоций для вашего сына. Напишите внутри прямоугольника те его чувства, которые вас устраивают. А те проявления чувств, которые вам не нравятся, запишите снаружи прямоугольника.

Часто мы сами не осознаем, как наша внутренняя природа, т. е. наша собственная внутренняя система управления, наш чемодан эмоций, воздействует на наших сыновей. Определенный жизненный опыт оставил в нас свои следы и раны, и мы бываем не в состоянии понять своих мальчиков и взаимодействовать с ними так, чтобы способствовать их нормальному развитию. Боб, психотерапевт и наш хороший друг, рассказал, что его мать делала для него все возможное и старалась быть самой хорошей матерью, в ее понимании.

Результатом такой сверхзаботливости, однако, стала неспособность Боба отстаивать свои убеждения, неуверенность в своих силах, неумение выбрать себе подругу жизни и поразительное ощущение собственной непригодности. Как оказалось, сын унаследовал от матери ее неосознанный страх перед миром и низкую самооценку.

Отваживаясь воспитывать сына, мы прежде всего должны хорошо разобраться в собственной сущности, своей внутренней природе. В весьма полезной книге «Внутренняя работа» известный писатель и психоаналитик школы Юнга Роберт А. Джонсон пишет: «Каждый человек должен прожить внутреннюю жизнь в той или иной форме. Сознательно или неосознанно, добровольно или по принуждению, но внутренний мир заявляет на нас свои права и взыскивает с нас свою дань. Если мы вступаем в эту область сознательно, то это выражается в нашей внутренней работе: наших молитвах, медитациях, осмыслении снов, в обрядах и активном воображении. Если мы пытаемся игнорировать свой внутренний мир, как делает большинство, бессознательное находит себе дорогу в нашу жизнь через патологии: психосоматические заболевания, компульсивные побуждения, депрессии, неврозы». Мы могли бы добавить, что наша неосознанная воля находит себе дорогу в нашу жизнь через наших сыновей, потому что очень часто они «совершают» за нас то, что мы игнорировали или не осознавали внутри себя. Чем больше мы будем открываться, говоря о своих душевных травмах, потерях, чувствах, радостях и успехах, тем больше вероятность, что наши сыновья смогут вырасти полноценными, любящими человеческими существами.

Ограды

Мальчик — это не маленький взрослый. Наиболее распространенная ошибка, которую совершают родители в отношении детей с младенческого возраста до семи лет, это когда они обращаются с детьми как с крошечными взрослыми. Как только мальчик научится говорить, ему начинают объяснять, почему ему можно или нельзя что-нибудь делать, предоставляют возможность выбора, логически убеждают вести себя по-другому и ошарашивают рациональными доводами, связанными со временем и пространством. Маленький ребенок воспринимает время и пространство совсем не так, как взрослые. Именно поэтому

четырёхлетний малыш проводит так много времени за чисткой зубов: он наслаждается замечательным ощущением воды, бегущей сквозь пальцы. И именно поэтому ему так трудно понять, когда же папа наконец придет с работы: два часа кажутся ему такими же долгими, как и два дня. Сказав ему, что «для этого нужно столько же времени, как доехать до бабушкиного дома», можно вызвать приступ бурных слез, потому что получасовая поездка до бабушкиного дома может казаться ему такой долгой, что ее невозможно вынести. Для того чтобы время проходило для ребенка быстрее, лучше занять его игрой, книжкой, домашними делами, нежели пытаться объяснить ему, через сколько времени папа наконец войдет в двери.

Мальчик нуждается в руководстве, а не в возможности выбирать. Всем нам знакома такая сцена: мама на кухне, трехлетний сын рядом играет с глиной. Она спрашивает малыша: «Что ты хочешь — сухой завтрак или оладьи? Какой сухой завтрак — «Ваше здоровье», кукурузные хлопья, геркулес или гранулы? Что тебе дать к ним: йогурт, молоко или пополам? Чем подсластить — медом или сахаром? Ты будешь белый сахар или темный?» — и так далее, и так далее. Вальдорфский педагог и всемирно известный лектор Евгений Шварц утверждает, что «ребенок, которому не хватает живого примера взрослого, уверенного в себе и способного направлять ребенка, в дальнейшей жизни будет вынужден вести суровую борьбу, чтобы достичь внутренней уверенности и способности пользоваться внутренней системой руководства... ребенок, которому предоставляют слишком широкие возможности выбора, превращается во взрослого, испытывающего большие затруднения при необходимости принять решение».

Жизнь мальчика первых семи лет зависит от того, сумеют ли родители обеспечить ему пространство для роста и развития, установить режим дня и создать определенные ритуалы, которые придадут отличительную форму и надежное постоянство его существованию. Для мальчика очень важно знать, что каждое утро после того, как он проснется, он примет вместе с папой душ, что одежда будет лежать рядом с ним, что он оденется и все члены семьи будут завтракать вместе, держась за руки и говоря спасибо за еду, что он должен отнести свою тарелку для каши на кухню, как только закончит есть, что он сначала почистит зубы и вымоет руки, а потом будет играть.

Этот простой распорядок устанавливают и поддерживают родители. И вот мы берем сына за руку и говорим; «теперь пора принять ванну» — и ведем его с собой в ванную. Или: «Пора убирать игрушки. Эти кубики как потерявшиеся автомобили. Давай поищем для них гараж (коробку, в которую их надо сложить)». Твердо установленный распорядок дел позволяет свести к минимуму ту борьбу, которую обычно приходится вести, добиваясь от ребенка выполнения таких дел, как одевание, чистка зубов и собирание игрушек, нужно только быть рядом, чтобы помочь малышу. В этом возрасте ребенок гордится, подражая нам в любом деле. Однако очень важно не ожидать от ребенка, что он по собственному почину сделает то, о чем его просят. Это — возраст повторений, ребенку необходимо настойчиво и терпеливо все показывать снова и снова, прежде чем он сможет соблюдать установленный распорядок по своей собственной инициативе.

Маленькому мальчику нужны кирпичные стены. Мальчику с рождения до 4-5 лет, в зависимости от индивидуальных особенностей, необходимы кирпичные стены, которые только и могут обеспечить его физическую и эмоциональную безопасность. Маленькие мальчики надеются, что родители сами упорядочат их жизнь, и поэтому они могут свободно следовать за своим инстинктом Христофора Колумба, с естественной энергией и отсутствием внутренних запретов. Им не следует разрешать играть на улице, вблизи открытых водоемов и рядом с кухонной плитой. Это абсолютные запреты, и здесь не может быть места для дискуссии. До пяти лет мальчикам лучше всего играть в большом огороженном дворе с надежно запертыми воротами. В нашей части страны, где распространены передние дворы, наш сын знает, что играть на переднем дворе, когда там нет взрослых, нельзя.

Ему почти шесть лет, но он все еще живет по этому незыблемому правилу, хотя другие ограничения уже немного смягчены. Ему разрешено переходить улицу со своим девятилетним другом Сином. Он участвует в приготовлении пищи на кухонной плите, конечно под нашим надзором. Ему уже начинает хватать простых плетней, на что указывает его готовность взять на

себя обязанность кормить кошку и накрывать стол к обеду. Он еще часто забывает об этом, но обычно сразу же делает, если ему напомнить.

Последствия должны соответствовать ситуации и характеру мальчика. Ничто в мире не остается непотроганным, непопробованным и нераскрытым. Это означает, что хрустальная ваза прабабушки и спички для камина должны быть убраны из пределов досягаемости. «Да! Я шлепнула его по руке, — говорит обезумевшая мать, которая не может справиться с двухлетним сыном. — Он должен понимать, что не имеет права трогать мои вещи!» Беда здесь в том, что сын испытывает лишь изумление и обиду оттого, что мать его стукнула. Боль в пальцах не имеет для него никакого отношения к красивым блестящим вещам, которыми он забавлялся. Никакие суровые слова, объяснения, шлепанье по рукам не помогут, лучше просто убрать бьющиеся или опасные предметы, чтобы он не мог до них дотянуться, пока не подрастет настолько, что сможет обращаться с ними достаточно осторожно или будет понимать, что этим можно любоваться, но нельзя трогать. Павлов доказал, что мы можем при помощи поощрений и наказаний научить животное делать то, что нам нужно. Мы можем добиться этого и с нашими сыновьями, но лишь если заплатим за это их и своим эмоциональным благополучием. Его миссия — исследовать, а мы лишь проводники, которые обязаны сделать его экспедиции спокойными и максимально безопасными.

Мы оставили вам место, чтобы вы могли проанализировать те ограды, которые установили для своего сына. Подумайте о трех областях деятельности, где ему нужны ограничения. Выберите ограду, которая соответствует возрасту мальчика и потребностям данного этапа его развития. Напишите, как вы можете установить границы, чтобы он был в безопасности и в то же время держался на оптимальном уровне своих навыков, чтобы не требовать от ребенка слишком многого, что находится за пределами его возможностей.

Важно заметить, что если установленные вами ограды не помогают, то, возможно, они слишком тесные или слишком слабые, слишком маленькие или слишком большие. Отрегулируйте их, поискав модель, подходящую для вас и вашего сына. Он будет постоянно расти, и ему будет необходимо все больше пространства для прогулок. Частый анализ того, как соответствуют друг другу потребности его развития и прочность установленных вами оград, будет способствовать развитию и росту мальчика и сбережет вам здоровье.

Сексуальность

Родителям нужно четко определить свои собственные ценности в сфере интимных отношений. Что нас так сильно пугает в сексуальности наших мальчиков? Стоит упомянуть эту тему в любой группе родителей, как мы начинаем корчиться на своих местах, тяжело вздыхать, закатывать глаза и глупо гримасничать. Ответ кроется в том, что мало кому из нас удалось избежать чувства вины и смущения, если мы выросли в Америке. Трудно отделить сексуальность сыновей от своей собственной, и, конечно, мы хотим как-то уберечь их от унижения, насилия и чувства вины, которые нам самим пришлось пережить.

Секс в нашей культуре слишком часто связан с насилием, которое и смущает, и пугает. Нередко рекламные щиты, песенная лирика, объявления в журналах, телевидение и кино преподносят секс как способ быть «холодным», сильным, любимым и удачливым. Слова и картинки говорят: «Делай так. Делай так. Делай так». Церковь, некоторые учителя и большинство родителей говорят: «Не делай так. Не делай так. Не делай так!» Как же нам среди таких двусмысленных культурных ценностей воспитать сыновей здоровыми и способными взять на себя ответственность в интимных отношениях?

Эпидемия СПИДа сделала предметом открытых обсуждений все аспекты сексуальности. Возможно, ее положительные последствия именно в том, что теперь мы можем более свободно говорить о своих страхах, потребностях, желаниях, предрассудках, мечтах и привязанностях. СПИД дал родителям повод откровенно беседовать с детьми о половых отношениях.

Начиная разговор о сексуальности сына, поговорите сначала со своим партнером по его воспитанию. Очень полезно попытаться вдвоем ответить на эти важные вопросы:

- Что мы думаем о своих собственных интимных отношениях и что мы чувствуем по

этому поводу?

- Каковы наши собственные ценности в этом?
- Что мы думаем насчет мастурбации?
- Как мы беседуем с мальчиком о сексе?
- Кто должен разговаривать с ним — мать или отец?
- Когда мы будем с ним говорить на эту тему?
- Что мы думаем о сексуальных играх, в которые наш ребенок играет с другими детьми?
- Что мы будем делать, если это случится?
- Как нам защитить своего мальчика от сексуального насилия и посягательств?

Интимные отношения между родителями могут рассказать сыну гораздо больше, нежели любые слова. Основа здоровой сексуальности мальчика лежит в том, как его родители относятся друг к другу, как они общаются, находят ли время для бесед, проявляют ли интерес к чувствам друг друга, уважают ли потребности партнера, как распределяют домашние обязанности, с вниманием ли относятся к представлениям и взглядам друг друга, смеются ли вместе и обсуждают ли совместно семейные планы. Начинать заботиться о сексуальности своего мальчика нужно еще до его рождения или же *прямо сейчас*.

Наши сыновья — существа сексуальные с самого момента своего рождения. Младенец получает чувственное наслаждение, когда сосет, когда его держат на руках, когда нежные руки подкладывают сухую пеленку, когда его щекочут, когда он ощущает тепло в пеленках после мочеиспускания. Родителям также доставляет удовольствие это нежное, теплое, маленькое свернувшееся калачиком существо. Прикасаясь к ребенку, мы учим его любви и привязанности, готовим к будущим сексуальным отношениям. Хорошо известные авторы и сексопедагоги доктор философии Сол Гордон и магистр социального обеспечения Юдифь Гордон в своей замечательной книге «Консервативное воспитание ребенка при сексуальной вседозволенности в мире» утверждают, что наши интимные чувства и установки формируются в возрасте до пяти лет. То, как маленький мальчик ощущает свое тело, потом окажет положительное или отрицательное влияние на его половое развитие. Например, приучение к опрятности, если оно начато слишком рано или проводится слишком решительно, может вызвать чувство вины, привести к неуверенности в себе, к стыду за свое тело, к сомнению в своей способности себя контролировать. Мальчик научится гордиться своим телом, а не стыдиться его, если родители будут следовать за ним, с готовностью отвечая на его вопросы, связанные со взаимоотношениями полов, и удовлетворяя его естественное любопытство простыми и понятными по возрасту пояснениями.

Поскольку в первые семь лет жизни мальчики бывают телесно ориентированы, их, вероятно, не очень-то простые вопросы о сексе требуют самых простых ответов. Однако нужно обязательно сначала выяснить, что именно ребенок хочет знать, и отвечать на это, пользуясь только корректной терминологией. Когда мальчик в возрасте 3-4 лет спрашивает, как малыш попал внутрь своей мамы, наш ответ должен быть совсем не таким, каким он может быть для ребенка 6-7 лет. Необходимо отвечать ребенку любого возраста возможно более прямо. Супруги Гордон убеждают нас, что «у родителей гораздо меньше шансов «ошибиться», отвечая на вопросы ребенка с чуть большей точностью, чем он, на их взгляд, может понять, чем если они недооценят его возможности». Трехлетнему малышу можно, например, сказать: «Папа вкладывает клетку сперматозоида в тело мамы, и там эта клетка встречается с яйчком. После встречи сперматозоида с яйчком начинает расти ребеночек». Семилетка может потребовать от нас более подробную информацию, например: «Папа при помощи пениса вкладывает сперматозоид в мамино влагалище. Сперматозоид внутри мамы движется навстречу яйчку, а когда они встречаются, у мамы в матке начинает расти ребеночек».

Как мы видели, тело — это то средство, при помощи которого мальчик познает мир, и поскольку его тело — часть этого мира, оно тоже подвергается тщательному исследованию. Матерей нередко расстраивает то, что сыновья постоянно тянут себя за пенис или гладят его.

Особенно в ванне. Я боюсь, что он его совсем оторвет! А вчера, когда пришла в гости тетя Мэри, мне было так неловко, потому что Джефф не мог удержать свои руки и по-

стоянно залезал в штаны. Это нормально? Мне не хочется стыдить его, чтобы он стеснялся своего тела, но я не знаю, как с этим справиться. Значит ли такое раннее увлечение, что он гиперсексуален?

Сюзанна, мама двухлетнего Джеффа

Интимность — важный аспект сексуального развития. Ранний интерес маленького мальчика к своему телу или телам других людей абсолютно нормален. Ему приятно тянуть, дергать, гладить свой пенис и мошонку, он испытывает при этом удовольствие и успокоение. Если мы отнесемся к этому спокойно, как к нормальному поведению, а не как к поводу для беспокойства и тревоги, то гораздо менее вероятно, что наш сын станет тем, чего мы так боимся, — онанистом, извращенцем, гиперсексуальным. Лучше всего при этом показать мальчику, что мы знаем, как ему приятно трогать свой пенис, что это нормально для него, но что делать это он должен наедине с собой — в постели, у себя в комнате, а не на глазах у тети Мэри или своих друзей. Супруги Гордон убеждают нас, что «мастурбация — нормальное сексуальное поведение для всех людей, независимо от возраста и социального положения: для детей, подростков, молодежи, людей средних лет, пожилых, состоящих в браке и одиноких».

Если мы расскажем ребенку об «интимных частях тела» и научим его соблюдать интимность в некоторых вопросах, то это потом поможет нам, когда мы столкнемся с неизбежными сексуальными исследованиями, которые сын будет проводить со своими друзьями. Редкому родителю не пришлось натолкнуться на игру в «доктора» или в «я покажу тебе свое, если ты покажешь мне твое». Полезные рекомендации дает на этот случай эксперт по работе с детьми Эда Лежан в своей книге «Если ваш ребенок сводит вас с ума»: «Я знаю, что ты хочешь изучить свое тело, но ты же знаешь, что, когда взрослые ходят в гости друг к другу, они никогда не раздеваются там догола». Покажите сыну, что вам понятен его интерес, что вы с радостью ответите на любые его вопросы, но раздеваться нужно в одиночестве, это позволит вам сделать такое правило незыблемым и создаст условия для разговора о сексуальных проблемах, которые его занимают.

Ж: Если маленький мальчик начинает требовать права на интимность, мы должны понять, что он шагнул на следующую ступеньку своего сексуального развития. Когда нашему сыну было четыре года, однажды он попросил меня, чтобы я не смотрела, как он раздевается перед сном, и после этого стал отказываться от моей помощи в ванной. Он стал себя чувствовать неуютно голым передо мной. Первым моим чувством было ощущение отверженности, я подумала: «Эх! Я тебя подмывала и подтирала. Я знаю каждый сантиметр твоего тела. Что значит, не смотри на меня?» Но это был важный сигнал того, что у него развивается ощущение себя самого, личности, отдельной от меня, которая сама в состоянии позаботиться о собственном теле. Мое уважительное отношение к его просьбе показало ему, что я считаю с его потребностями, что он для меня небезразличен, что это нормально, если он, почувствовав потребность, решился высказать мне то, что ему хочется. Благодаря этому он научится уважать себя самого, свои собственные потребности, желания и предпочтения своего будущего партнера. А это имеет огромное значение для развития здоровой сексуальности.

Положительный настрой

Мальчик и его плохое поведение — две разные вещи. Необходимо проводить в своем сознании четкое различие между сыном и его плохим поведением. Лежан утверждает в отношении детей этой возрастной группы: «Дети не бывают плохими. Они просто маленькие». За непослушанием наших сыновей кроется жажда познания, желание исследовать мир самому, получать все сведения из первых рук, и очень важно услышать этот положительный настрой (о том, как слушать положительный настрой своего ребенка, смотрите в главе 7). Большинство из нас забыли, каким соблазнительным и волнующим может быть любой новый опыт, и мы слишком многое принимаем на веру. Сын же готов останавливаться буквально на каждом шагу, чтобы понюхать розы, траву, камни, гусениц и все, что попадает на его пути, он использует любую возможность для познания мира. Видимое непослушание — это часто всего лишь способ сказать нам: «Я живой! Я хочу знать! Мне нужна

помощь!»

Обращая внимание **на** плохое поведение, вы **его** закрепляете. Лучше всего игнорировать плохое поведение. Грубые выражения и «грязные» слова — хороший тому пример. Если нам приходит в голову помыть ему рот с мылом в буквальном или фигуральном смысле, мы уделяем ненужное внимание пока еще бессмысленному для него выражению и наделяем его смыслом. Теперь он знает, как привлечь к себе наше внимание и как управлять нашим поведением. Именно таков, возможно, и был положительный настрой этого высказывания — мальчику нужно наше внимание или оно для него важно. За использованием вульгарных слов может быть и такой положительный настрой: мальчик просит нашей помощи, чтобы восстановить недостающие звенья своего сексуального образования. Это может послужить прекрасным началом беседы о сексе, которую мы до сих пор откладывали. Прежде чем отреагировать на плохое поведение, угрожая последствиями, о которых мы сами потом будем сожалеть, нужно постараться услышать положительный настрой и ответить ребенку в той же тональности.

Ниже даны действия и утверждения, характерные для мальчиков в возрасте до семи лет. Прежде чем прочитать наши предположения о лежащем в их основе положительном настрое, поразмышляйте на этот счет сами.

Младенцы (с рождения до первых шагов)

Поведение: Кричит, как только вы кладете его в кроватку или сажаете в манеж. Кажется, все в порядке (ребенок сухой, сытый, выспавшийся и т. д.).

Положительный настрой: *Чтобы я развивался, меня надо носить на руках повсюду, я хочу участвовать в этой твоей увлекательной повседневной жизни. Мне нужен контакт с тобой. Ты необходима для моего благополучия.*

Поведение: Отказывается лежать или стоять спокойно, пока ему меняют подгузники.

Положительный настрой: *У меня нет времени на эти глупости. В мире еще столько интересного, которое только и ждет, пока я до него доберусь!*

Малыши(от первых шагов до четырех лет)

Поведение: Берет чистое сложенное белье после стирки из корзины, тащит его по кухонному полу и запихивает в сушильный барабан.

Положительный настрой: *Я хочу быть похожим на тебя. Я хочу тебе помогать.*

Высказывание: «Нет!» — в ответ на любую просьбу.

Положительный настрой: *Я учусь быть личностью.*

Маленькие мальчики (с четырех лет до семи)

Поведение: Мочится на заднем дворе, вместо того чтобы пойти в дом и воспользоваться туалетом.

Положительный настрой: *Игра так важна, что ее сейчас никак нельзя прервать.*

Утверждение: «Я ненавижу свою сестренку Катю. Я хотел бы, чтобы она никогда не приходила и не жила с нами».

Положительный настрой; *Мне тоже нужна твоя любовь. Я не уверен, что по-прежнему нужен тебе. Кому я нужен в этой семье?*

Начинаем действовать

Воспитание детей — дело утомительное и неблагодарное, порой усилия, которые нужно предпринять, чтобы обратиться к другим людям или создать новые семейные обычаи, кажутся невыносимо трудными, если не невозможными. Испуганное выражение, которое пробегает по лицам родителей, когда мы предлагаем им выключить телевизор или ограничить его использование, было бы смешно, если бы не отражало подлинно панический страх при

мысли расстаться с тем, что стало для многих семей единственной живой нитью, связывающей членов семьи друг с другом. После того как проходит первый испуг, возникает вопрос: «А что же мы будем делать?» Ниже мы дадим некоторые рекомендации. По мере того как вы будете их реализовывать, у вас появятся собственные идеи, обилие которых поразит вас самих. Мы советуем вам взять снова в свои руки контроль над временем и занятиями семьи и изучать наши рекомендации всем вместе.

Постигайте искусство придумывания историй. На протяжении всей истории общества умение рассказывать всегда высоко ценилось, а хороший рассказчик повсюду был желанным гостем. Тщательно отобранные сюжеты и сказки использовались для обучения детей культурным нормам и ценностям, для посвящения их в мифологические и духовные традиции общества, по которым жил народ. Предания использовались для того, чтобы отметить и сохранить в памяти важные события, восславить победы, для развлечения и забавы, а также для того, чтобы подвигнуть людей к действиям.

Для начала прочтите книгу Кристины Элисон «Я расскажу тебе сказку, я спою тебе песню»¹. Это прекрасный путеводитель по волшебным сказкам, басням, песням и стихам, которые мы все когда-то слышали в детстве, но, несомненно, несколько подзабыли. Это будет как раз тем импульсом, который необходим для начала. Затем, чтобы усовершенствовать свои навыки и узнать новые истории, вы можете присоединиться к клубу рассказчиков или основать свой собственный. Даже самые маленькие дети могут участвовать в этом увлекательном занятии, а не только зачарованно слушать. Попробуйте найти и другие книги на эту тему.

¹ «I'll Tell You a Story, I'll Sing You a Song» by Christine Allison.

Учитесь играть вместе. Книга Фрэнсис Мур Лаппе «Что делать после того, как выключен телевизор?»² предлагает столько идей семейных развлечений, что их хватит не на одно детство. У вас быстро появятся свои любимые игры, и вы будете играть в них снова и снова всей семьей.

Читайте вместе вслух. Всем давно известно, насколько важно, начиная примерно с шести месяцев, регулярно читать детям вслух. Радость и волнение, вызванные переживаниями в произведениях «большой» литературы, воспаляют воображение даже самых маленьких. Если ребенку читают книги, у него развивается внимание, способность к сосредоточению и привычка слушать, совершенствуются речевые навыки. Кроме того, нельзя даже вообразить лучший способ сближения семьи: обнявшись, наслаждаться вместе хорошим чтением.

Сотворите вместе музыку. Все дети от природы музыкальны, и даже самые маленькие любят петь и отбивать простые ритмы. Начинать можно с ударных инструментов, которые легко изготовить из подручного материала. Это могут быть, например, простенькие барабаны из коробок от геркулеса, соединенные вместе палочки, ложки, колокольчики и трещотки, сделанные из трубок от туалетной бумаги, наполненных зерном или бобами. Вы можете организовать семейный оркестр, который как-нибудь вечером даст концерт для всей округи. Изготовление простейших музыкальных инструментов описано во многих книгах. Но вы можете попробовать изобрести свою собственную «семейную» конструкцию.

Создайте семейный шедевр. Кто знает, может быть, под рубашонкой и джинсами вашего малыша скрываются таланты Пикассо или Ренуара? Он сделал великолепную картину из своего шоколадного пудинга, не так ли? Лучший способ развить скрытые таланты — это присоединиться всей семьей к радости общения с глиной, красками, папье-маше, начать ткать простые вещи, шить или вязать. Многие великие хирурги обретали ловкость и гибкость пальцев, подгоняя себе костюмы, великий футболист прошлого Роззи Гриер любил потыкать иголкой, а вязание вообще было изобретено в давние времена моряками.

² What to Do After You Turn Off the TV? by Frances Moore Lappe.

Глава 9 Возраст Тома Сойера: с восьми до двенадцати

Я слышу и забываю,
Я вижу и помню долго,

Задачи возрастного этапа развития

Годы между восемью и двенадцатью можно назвать «возрастом действия». По словам известного ученого и психолога Эрика Эриксона, эти годы проходят в борьбе между усердием и неумением. Мальчик старается быть внимательным, трудолюбивым, прилежным, усердным, но при этом чувствует себя неловким, бестолковым, бесполезным, неспособным ничего сделать как следует. Мужская сила рвет его на части, и все кажется либо черным, либо белым. На этом этапе развития для него не существует «может быть». Он думает: «Нужен ли я своей семье, есть ли от меня польза?» — или наоборот: «Я ничего не стою, от меня один вред».

Развитие самооценки теперь зависит от действия. То, как он справляется с задачами, которые сам перед собой ставит, будет определять самооценку мальчика и образ его действий и дома, и на работе. Доктор Эриксон поясняет: «Когда дети настойчиво пытаются овладеть любимыми навыками, которые ценятся в их культуре, они начинают смотреть на себя как на компетентных или некомпетентных... либо прилежных и полезных, либо ленивых и неспособных». В отличие от пятилетнего ребенка, которого можно порадовать, пообещав новую игрушку, мальчик восьми — двенадцати лет испытывает удовольствие от хорошо выполненной работы. Очень часто это единственная награда, которая ему нужна. Его душевные силы требуют, чтобы работа была сделана хорошо.

Мы видели, как наш юный сосед Син работал с отцом во дворе. Отец похвалил его за старание, и это подвигло Сина не только стричь газон, но и почистить косилку по окончании работы и убрать ее на место, не дожидаясь, пока его об этом попросят. Ключ к пониманию девятилетнего мальчика был на лице у Сина — решимость хорошо научиться делать дело, хорошо сделать его и порадовать отца.

Хотя, как и Том Соьер, Син не возражал бы поискать пути сделать дело побыстрее и более легким способом. Помните? Том не только изобрел способ заставить приятелей красить забор, но еще и сделал так, что они красили его с удовольствием. Нед, одинокий отец, заметил в своем девятилетнем сыне Франклин и эту потребность в действии, и растущую способность планировать действия. Нед работает ночным поваром, и однажды перед тем, как он днем собрался прилечь отдохнуть, сын попросил у него пять долларов. «Я ответил, что если он вымоет мою машину, то получит эти деньги, — вспоминает Нед. — Я загнал машину во двор, установил шланги, приготовил ведра, мыло, ветошь и сказал ему, что нужно закончить к тому времени, когда я встану. Когда я вышел во двор после сна, я был поражен. Машина была вымыта, но Франклин привлек трех своих приятелей, живущих по соседству, себе в помощь. Чтобы сделать работу не такой скучной, они поставили рядом с машиной сложенные велосипеды и садовые скамейки, которые образовали стенку для защиты от водяной струи. Машина не пострадала, но скрежет металла о металл вызывал неприятный холодок у меня в спине. В довершение всего Франклин совершил набег на кухню за дополнительной платой за оказанную помощь в виде бутербродов для приятелей. Вся кормежка была разложена в тени дерева, где он сочинял гигантские сэндвичи для каждого. Я выскочил, выхватил «сникерсы», банки с лимонадом, коробки с крекером и все, что там еще было, из рук мальчишек и отправил их по домам. Немножко остыв, я был в состоянии сказать Франклин, что уважаю его инициативу и что он сделал доброе дело. Затем мы поговорили о правилах которые он ненароком нарушил, и я дал-таки ему пять долларов. В следующий раз я буду за ним следить построже!»

Специалист по развитию детей Жан Пиаже называет этот период годами «конкретного операционального мышления». Хотя мальчику еще и трудно оперировать с абстрактными и гипотетическими понятиями, он уже начинает понимать и применять на практике простые логические операции, используя их в конкретных ситуациях для решения проблем, возникающих в его жизни. Он лучше разбирается в потребностях и ценностях людей, которых он хочет в чем-то убедить или которым старается помочь, он интересуется их мнением. У него появляются навыки ведения переговоров, использования **своих** наблюдений

над людьми. Он может представить контраргументы, чтобы отразить родительские возражения раньше, чем о них будет сказано.

Когда моему сыну Натану было пять лет, он просто спрашивал разрешения сделать что-либо, например: «Мама, можно порисовать?» Сейчас ему восемь лет, и он говорит: «Мама, я прибрал игрушки в кухне. Можно я порисую?» К тому же он теперь по-разному реагирует на мое «нет». Когда ой был моложе и я говорила: «Нет, рисовать нельзя, потому что твои игрушки разбросаны по всей кухне», он начина плакать и кричать на меня. Сейчас он старается убедить меня при помощи того, что, как он знает, мне понравится и за что я его похваляю.

Джилл, мать восьмилетнего Натана

Потребности

Сыновьям необходимы контроль и участие со стороны родителей. Мальчики в возрасте от восьми до двенадцати лет ставят перед родителями особые проблемы, поскольку просто игра их уже не удовлетворяет. Они хотят идти дальше, овладевать физическими Навыками, делать реальные вещи, действовать целенаправленно. Мальчику в этом возрасте особенно нужно родительское участие, помощь в планировании, наблюдение, создание дома и за его пределами возможностей развивать свое мастерство, к которому он так стремится. Родители рассматриваются как некоторая транспортная служба, которая должна доставить сына на занятия музыкой и обратно, на тренировку по айкидо, в спортивную школу и так далее, и так далее. Родители оказываются вдруг в роли тренеров Малой лиги, футбольных судей, консультантов по изготовлению моделей машин и самолетов и кто его знает чего еще, в зависимости от сиюминутных интересов сына.

Мальчики ищут себе пример для подражания и лидера. Перед родителями может встать очень трудная проблема, если их мальчик вдруг начинает подражать худшему из известных ему героев. Одного из юных клиентов Дона спросили, почему он с такой ненавистью разговаривает с матерью. «Ну! Я хочу быть взрослее, — гордо ответил он. — Бобби из соседнего подъезда (которому шестнадцать) всегда так разговаривает со своей мамой». Мальчики в этом возрасте копируют поведение, создавая образ своего Я и вырабатывая свои нравственные ценности. Поэтому на них огромное влияние оказывают товарищи по играм, поступки родителей, рассказы, которые они слышат, или фильмы, которые они видят в кино, по видео и телевизору.

Когда мой сын поиграет с нашим соседом Тимми, то весь остаток дня просто невыносим. С ним ни о чем нельзя договориться, он ничего не хочет делать и просто отбивается от рук. Поэтому я разрешаю теперь Джеймсу играть с Тимми только два часа в неделю, пока он не станет вести себя лучше. Джеймсу удастся не поддаваться примеру Тимми, если он знает, что Тимми поступает так, как не следует. В прошлом месяце я не разрешала ему играть с Тимми три недели, после того как тот придумал бросать камни из окна нашего гаража. Теперь они знают, что я не шушу, и подобных неприятностей с тех пор не было. Но Джеймса тянет мужская сила; отец его ушел, а Тимми, даже если и ведет себя порой как хулиган, все-таки мальчишка. Я знаю, что ему нужно найти другие модели мужского поведения для подражания.

Кэрол, мать девятилетнего Джеймса

Первыми примерами для подражания в жизни мальчика являются родители. Наши действия и поступки всегда производят на них более глубокое впечатление, чем те слова, которые мы говорим. Это оказалось справедливым и для Марти, которому сейчас одиннадцать и у которого уже нет подлинного порыва «действовать», характерного для Томов Сойеров. Все свое свободное время Марти проводит у телевизора, жуя соленые орешки. Но он не всегда был таким. Родители Марти работают, и, когда ему было восемь лет, Марти встречал их с работы, приветствуя новой моделью автомобиля, которую нужно построить, или новой игрой, чтобы поиграть. К сожалению, обычно родители были такими уставшими, что не могли уделить Марти достаточно времени, и чаще всего по вечерам просто смотрели телевизор. Мать Марти вспоминает, как однажды он сам сделал модель аэроплана и показал

ее отцу, смотревшему в тот момент фильм. «Я никогда не забуду выражение лица Марти, когда отец мельком взглянул на модель, пробормотал какое-то одобрение и снова уставился в телевизор. В тот вечер, я думаю, Марти потерял какую-то часть себя. Я чувствую себя виноватой в том, что тогда ничего не предприняла. Ведь это было так ясно, что ему нужны мы — я и особенно отец.

Теперь он выглядит подавленным, и учителя спрашивают, что случилось у нас дома. А случилось только то, что мы всего лишь работаем, смотрим телевизор и едим. И Марти теперь просто такой же, как мы».

Мальчикам нужна поддержка в раскрытии своих особых талантов. Сыновьям в возрасте между восемью и двенадцатью годами нужно предлагать как можно больше разной работы, игр, обязанностей, занятий и видов творчества, чтобы удовлетворить их волчий аппетит. Попробовав и то, и другое, и третье, ребенок скорее поймет, что у него получается лучше, ведь у каждого мальчика есть свой особый талант. Наша современная культура предъявляет мальчикам противоречивые требования в отношении умений и навыков, которыми они должны овладеть. В этом возрасте жизненно важно понять, что сам мальчик расценивает как успех. При этом легко ошибиться, если сконцентрировать внимание на том, что у него хорошо получается, а не на том, что его действительно волнует.

Например, всем известно, что Мэнли в десять лет любил бейсбол. Он собирал карточки, знал всех игроков и был непревзойденным подающим своей команды в Малой лиге. Он так хорошо подавал мяч, что никто не замечал его неумения поражать цель, никто, кроме самого Мэнли. Он часто корил себя за то, что не может попасть мячом в цель. Однажды дядя Мэнли, бывший полузащитник, придя на одну из игр, заметил страдания Мэнли. «Он трижды промазал в тот день, и, хотя его подачи никто не взял, Мэнли чувствовал себя погано», — рассказывает дядя. Проведя на поле два дня с дядей и корзиной бейсбольных мячей, Мэнли впервые за сезон попал в цель. После этой игры он бросился дяде на шею со слезами радости на глазах. Портрет дяди стоит у Мэнли на столике рядом с кроватью, этот маленький алтарь посвящен человеку, который сумел заглянуть в глубину мальчишеских переживаний.

Мы, родители, знаем, что должны научить своих сыновей ответственности, привлекая их к выполнению домашних обязанностей, и привить им социальные навыки, уча вежливому и уважительному обращению в семье. Но не менее важно позаботиться о том, чтобы у мальчиков была высокая самооценка, чтобы они верили в свои силы. А это можно сделать, только поддерживая их в поисках своих особых интересов, помогая им раскрыть и понять свою душевные склонности к тому, что станет страстью их жизни.

Мальчику необходим опыт успеха. Отряды бойскаутов, команды по плаванию, «Индийские проводники», 4-Н, каникулярные библейские школы, туристские клубы, спортивные лагеря — все это ориентировано на готовность 8-12-летних мальчиков упорно работать, добиваться успеха и достигать его. Мы говорим не о том успехе, который предполагает победы в чемпионатах, и не об успехе, как его понимают в мире взрослых, а о том успехе, который приходит, когда мальчик учится управлять своими руками, своим мозгом и своим телом.

Четырехлетний малыш снова и снова пытается сложить кубики так, как ему хочется, сколько бы раз они ни рассыпались. Десятилетний скорее всего расстроится я прекратит попытки, если у него что-либо не получается несколько раз подряд. Именно на этом возрастном этапе развивается то, что доктор Эриксон назвал «выученной беспомощностью». Если мальчику мало что удается, у него развивается ощущение собственной некомпетентности и он начинает считать себя бестолковым.

Раньше Робби всегда брал себя за шиворот и бодро пробовал снова и снова, когда учился делать что-нибудь для себя новое. Когда он начинал ходить, кататься с горки, ездить на трехколесном велосипеде, он не отступал до тех пор, пока у него не получалось хорошо. Сейчас ему девять лет, и малейшая неудача повергает его в уныние. Я видела, как он начал рисовать картинку в подарок отцу. Проведя несколько линий красным, он перечеркнул их, потом скомкал бумагу и начал рисовать другой рисунок. Так случилось трижды; расстроившись, он бросил затею с рисованием. Потом ему удалось построить очень сложную бумажную модель аэроплана. Когда отец похвалил его, он был ужасно горд.

Мария, мать девятилетнего Робби

Некоторые мальчики в этом возрасте очень любят всякие соревнования, другие же уклоняются от всего, где возможно соперничество. Лучше всего, когда мальчик соперничает с самим собой, постоянно совершенствуя свое мастерство, а не стремится сравняться с кем-либо или превзойти кого-то. Родители могут помочь сыну, создав условия для того вида деятельности, в котором он может добиться успеха. Подталкивать ребенка к занятиям спортом, пока у него недостаточно развита координация рук и глаз, не стоит, так как это приведет к совсем ненужным переживаниям из-за неудач. Конечно, мальчик может учиться на неудачах и поражениях тоже. Но слишком частые неудачи из-за того, что предъявляемые требования превышают возможности мальчика и не соответствуют его возрасту, могут сыграть разрушительную роль. Абе, наш юный друг, когда ему было одиннадцать лет, отправился со своим отцом в турпоход. Его отец был известен как любитель спортивного туризма, который может прошагать без отдыха много миль, ни на минуту не замедляя своего быстрого шага. Абе был счастлив отправиться вместе с отцом и гордился своей новой туристской экипировкой. Но после возвращения Абе стал отказываться куда-либо пойти с отцом снова. Годы спустя мы узнали, что отец ни за что не хотел замедлить движение или дать Абе отдохнуть и оставлял его на тропе одного так надолго, что Абе даже боялся, что отец его бросил. Ужас падения в отцовских глазах был настолько велик, что Абе больше никогда в жизни не хотел оказаться еще раз в таком же положении. Настаивая на требованиях, выходящих за пределы возможностей сына, отец Абе, в сущности, потерял его. В девятнадцать лет Абе довольно критически относится к себе и своим успехам, хотя это очень способный и яркий молодой человек.

Иногда родителям приходится быть очень осторожными и действовать избирательно, чтобы направить активность сына туда, где минимальна вероятность тяжелых травм. В семье Чака очень бурно обсуждался вопрос о том, каким видом спорта родители разрешили бы ему заниматься. Чак от природы был спортивен; в семье даже думали, что он станет балетным танцором, потому что он любил прыгать через мебель. Он был среднего телосложения и среднего роста. На регби родители наложили вето, потому что боялись травм в период бурного роста. Чак был очень расстроен, но ненадолго, так как родители поощряли его занятия любыми другими видами спорта, покупая хоккейное снаряжение, платя за уроки плавания и так далее. В результате и сейчас, когда ему уже за 30, Чак по-прежнему физически активен. Он регулярно ходит в спортивный зал, любит стрельбу из лука и другие спортивные занятия, благодаря чему сохраняет великолепную форму.

Мальчики страстно любят проводить время с отцами. Сын подрастает, и его уже не так просто обнять или подвинуть, когда матери это нужно. Обычно годам к девяти-десяти мальчик перестает идентифицировать себя с матерью. Мир отцов зовет его, и матери становится трудно справляться с ним. Мальчик сигнализирует о происходящих с ним изменениях тем, что уже больше не хочет участвовать в делах, подведомственных матери. Если отец в этот переходный период отсутствует, то тяжкий труд ложится на материнские плечи: она должна выдержать твердую линию.

Мои мальчишки живут как кошка с собакой и дерутся постоянно. Отец живет от нас поблизости, но говорит, что не знает, как с ними быть, поэтому он свалил их снова на меня. На курсах по воспитанию я научилась тому, что спасло мне жизнь. Вместо того чтобы быть с ними мягкой, вроде: «Что с вами случилось? Давайте подумаем над этим вместе», меня научили ставить жесткие границы, нарушение которых влечет за собой суровые последствия. Я не должна смущаться — просто необходимо установить такие правила, выполнения которых сможешь потом добиться. Это оказалось нелегко. Я не сразу смогла освоить роль «матери с особой миссией». Но хаос в нашем доме стал управляемым.

Шейла, мать восьмилетнего Района и одиннадцатилетнего Шауна

Роль отцов на этом переходном этапе жизненно важна. Если отцы принимают участие в жизни своих сыновей, радуются сыновним успехам, не преувеличивая их, твердой рукой устанавливают границы и нормы, мальчики расцветают, как хорошо политые цветы. Наш маленький сосед, десятилетний Джейсон, очень любит проводить время вместе с отцом. Они вместе ездят на рыбалку, вместе играют. И отец Джейсона тоже получает от этого удо-

вольствие. Ключ к их добрым взаимоотношениям лежит в том, что им обоим нравится то, что они делают вместе.

А у Джильберто, разведенного отца, который встречается со своим восьмилетним сыном Джеми дважды в месяц по четыре дня и иногда еще на вечерок-другой на неделе, так было не всегда. В основное время Джильберто разъезжает по делам своей фирмы. Джеми всегда радовался встрече с отцом, но обычно становился к ее концу угрюмым и враждебным. Мать тоже жаловалась, что дома он чаще всего замкнут и сердит. Он кричит на нее, отказывается делать уроки и выполнять обязанности по дому.

Джильберто как-то упомянул о своих проблемах в разговоре с коллегой, который спросил, чем они с Джеми занимаются, когда бывают вместе. «Я так устаю на работе, что мы просто смотрим видео и едим пиццу, — ответил Джильберто. — Мне скучно от той чепухи, в которую он любит играть». Друг объяснил Джильберто, что вся беда в отсутствии у них с Джеми общего дела, они ничего не делают вместе, у них нет общей цели, которую необходимо достичь совместными усилиями. «Он сказал, что если мне скучно, то, значит, что-то не так, что я должен найти такое занятие, чтобы нам обоим оно понравилось. Я попробовал, и получилось просто великолепно! Однажды я взял Джеми с собой в командировку, и мы остановились возле завода по производству двигателей. У нас был с собой мяч. Теперь мы ходим в походы и ездим вместе на рыбалку. Дома мы устроили террариум с жуткими козьяками, которых его мать ненавидит. Мы делаем вместе все, что мне когда-то нравилось, но на что у меня вечно не хватало времени. Теперь я всегда продумываю, что мы будем делать, когда будем вместе. В поездках мы подбираем небольшие сувениры, которые потом будут стоять у него в комнате, напоминая ему о том времени, которое мы провели вместе. Он так изменился, что трудно поверить».

Внутренняя система управления

В младшем подростковом возрасте фокус развития перемещается у мальчика с физического тела на эмоциональное. Созревание эмоций характеризуется бурными перепадами настроения в эти годы, но, став старше, мальчик свободнее вступает в различные взаимоотношения, овладевает социальными навыками. Он все больше узнает о жизни: о своем месте в семье, о том, как к нему относятся домашние, какими своими уникальными особенностями он им обязан. Для родителей это трудное время, поскольку подрастающий сын начинает требовать независимости: «Но Роб и Джон уже сами переходят улицу по дороге в бассейн. Почему же мне нельзя?» Мы должны помнить, что он все-таки еще маленький и нуждается в нашей помощи, чтобы заложить фундамент своей личности. Сюда входят и безопасность, и умение говорить правду, и отношение к деньгам, и взаимоотношения с окружающими.

Слышать «когда ты станешь старше» для мальчика десяти — двенадцати лет мучительно. Если вам кажется, что переходить улицу с оживленным движением по дороге в ближайший бассейн опасно, стойте на этом твердо. Но предложите ему другую возможность нести за себя ответственность, в идеале это должно быть нечто такое, что поддержало бы его уважение к себе, но в то же время и в какой-то мере научило бы его отвечать за свою безопасность. Например, дорога по спокойным улицам в ближайший парк, расположенный в нескольких кварталах от дома. Возможно, после того как вы туда сходите вместе с ним и повторите правила безопасности пользования велосипедом, ему можно будет разрешить ходить туда с друзьями.

По мере того как мальчики становятся старше и проводят все больше времени без родителей, выяснить правду об их делах или интересах становится во многих семьях настоящей проблемой. Вот только один пример. Девятилетний Люк позвонил отцу от своего друга и спросил, можно ли им пойти играть в соседний парк. Отец ответил, что только в том случае, если с ними будет кто-нибудь из взрослых, и Люк успокоил отца, сказав, что с ними пойдет мама его друга. Позже отец Люка узнал, что в тот момент этой мамы вообще не было дома и она не ходила с детьми ни в какой парк, а они там играли одни. Родители Люка отреагировали на эту ложь, как и на любой другой проступок. Они установили ограничения,

указав на предполагаемое поведение, т. е. говорить правду, и обусловили последствия (в данном случае Люка лишили возможности встречаться с приятелем в течение целой недели), сделав это со всем возможным пониманием и добротой. Главным уроком для Люка здесь было то, что он понял: сказав правду, что-нибудь теряешь, но солгав, теряешь гораздо больше, в том числе и уважение к себе. Ложь может быть проявлением и гораздо более серьезных скрытых проблем, например потребности в приватности. У мальчиков в возрасте старше пяти лет могут быть свои тайны, и нельзя требовать от ребенка, чтобы он нам рассказывал все, что делает.

Есть еще один элемент, важный для формирования здоровой системы внутреннего управления: высказанная вслух правда может оказать существенное влияние на наши взаимоотношения с окружающими. Стараясь быть «приятными во всех отношениях», многие из нас потеряли контакт со своей внутренней системой управления и не умеют истолковывать ее сигналы, которые сообщают нам правду о наших переживаниях. Дети склонны высказывать правду резко, как, например: «У вас наверняка очень большой желудок!» или «Мне противна твоя зеленая рубашка». Когда мы учим сыновей говорить правду деликатно и осторожно, нам следует особо позаботиться о том, чтобы не задавить их вовсе. К примеру, высказывания типа «Ты не должен так думать» подразумевают, что мальчик не должен доверять своим чувствам. В отношениях с людьми важно уметь сказать правду, только когда тебя об этом спрашивают; это касается, например, случая с зеленой рубашкой. Именно в этом возрасте ребенка можно и нужно научить искусству сказать правду так, чтобы это было где-то между «Мне противна твоя зеленая рубашка» и «Я думаю, она тебе к лицу». Тренировка в кругу семьи в высказываниях вроде «Я не очень люблю зеленый цвет. Мне больше нравится, когда ты надеваешь желтую рубашку» поможет любому овладеть этим необходимым в жизни навыком. Когда в жизни у наших сыновей возникнет необходимость сказать правду в более сложных случаях (бывает, приходится говорить о своих чувствах жене или близкому другу), они смогут довериться своим чувствам и сказать правду.

Многие родители сталкиваются с трудностями, когда учат детей обращаться с деньгами. Мальчики в этом возрасте начинают обращать внимание на мнение сверстников о том, как они одеваются, какие у них есть игрушки и что может себе позволить их семья. Партнеры по воспитанию должны прежде всего решить между собой, какое значение они придают деньгам и что их сыновья должны знать о материальном положении семьи. Обсуждение приведенных ниже вопросов поможет родителям подготовиться к разговору с сыном о деньгах, который рано или поздно должен будет состояться.

- *Как лично я отношусь к деньгам?*
- *Что я думаю насчет материального положения своей семьи?*
- *Что я думаю о значимости материальных благ?*
- *Как наша семья тратит деньги? На вещи? На другие нужды, как, например, путешествия, развлечения, образование?*
- *Кто у нас в семье распоряжается деньгами?*
- *Что должен знать сын о материальном положении нашей семьи?*
- *Какое отношение к деньгам мы хотим передать своему сыну?*
- *Каким бы мы хотели видеть его отношение к деньгам?*
- *Должны ли у него быть карманные деньги? Сколько? Должен ли он их зарабатывать? Как?*

То, что мы скажем своему сыну о финансовых делах семьи, и то, чего не скажем, произведет на него такое впечатление, которое будет сказываться довольно долго на его последующей жизни.

В детстве у нас всегда не хватало денег из-за того, что много уходило на лекарства и врачей. Хотя родители старались дать мне все, что было нужно, и почти все, что я хотела, их постоянное беспокойство об оплате счетов приносило с собой чувства «Я не должна покупать этого» и «Денег всегда не хватает», с которыми я и вошла во взрослую жизнь. В эту эпоху истощившихся ресурсов мы пытаемся привить своему сыну вкус к простоте, красоте, дружбе и практичности. Однако вести эту постоянную борьбу в мире «Лего», черепашек-ниндзя и модных кроссовок нелегко!

Поскольку самооценка мальчика напрямую связана с его достижениями, жизнь в эти годы напоминает катание с горы: вверх — вниз. Критика глубоко задевает мальчика, особенно если он изо всех сил старался сделать как можно лучше, а это не получается. Мы обнаружили, что лучше всего можно подбодрить сына в его порыве справиться с более сложной задачей, если *сначала* оценить предпринятые им усилия. Ничто так не обескураживает мальчика, как указание на недостатки или то, что он сделал плохо, как будто мы и не видим того, что ему удалось. Отец Дэна пожаловался на то, что мальчик ленив и делает все спустя рукава. Отцу ничего не стоило мгновенно обнаружить огрехи в том, как Дэн скопил лужайку или подмел пол в церкви. Не сказав ни единого доброго слова мальчику, взявшемуся за это дело, он обращал внимание на клочки травы, которые Дэн пропустил, или церковную скамью, выбившуюся из третьего ряда. Постоянные замечания отца по поводу мелких недостатков привели к тому, что Дэн стал бояться вообще что-либо делать для него. Родители ни в коем случае не должны забывать, что мальчики в младшем подростковом возрасте всегда стараются от всей души сделать все как можно лучше, но то, что для ребенка 9—11 лет верх совершенства, совсем не обязательно является таковым и для взрослого.

При этом еще необходимо, чтобы дело было посильным и нравилось мальчику. Если у мальчика нет возможности выяснить, что же ему нравится, и его заставляют выполнять обязанности или участвовать в делах, которые ему ненавистны, он чувствует себя беспомощным, перестает доверять своим подлинным чувствам и руководствоваться ими в своих действиях. Десятилетний Митчелл с удовольствием помогал по дому, когда был моложе. Ему нравилось кормить кошку, и он гордился тем, что помнит об этом сам и никогда не забывает. Его чемодан эмоций выглядел так.

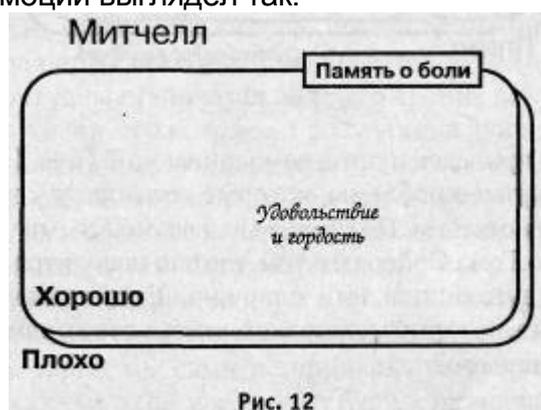


Рис. 12

Когда он подрос, мать решила, что кормление кошки нужно поручить младшему брату, а на Митчелла возложила обязанность выносить мусорное ведро. Когда Митчелл пожаловался, что новые обязанности ему не нравятся, мать ответила: «Не обращай на это внимания, просто возьми и вынеси». И хотя Митчелл хотел помогать по дому, сердце его не лежало к мусорному ведру: он постоянно откладывал выполнение данного задания, находя себе другие дела взамен. Между ним и матерью началась суровая борьба. Митчелл начал сомневаться в своих достоинствах и своем значении для семьи, потому что понял, что он не имеет права на чувства, которые не согласуются с чувствами матери; теперь его чемодан эмоций выглядит так.

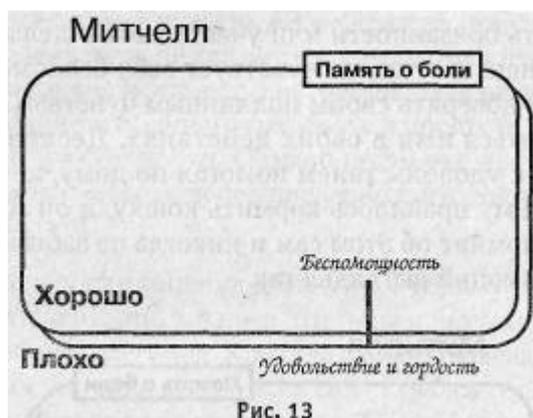
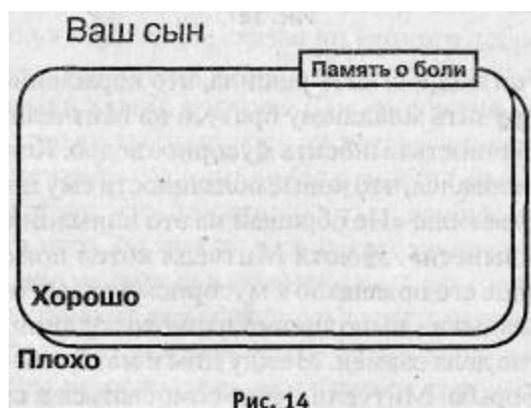


Рис. 13

Ниже приведен пустой чемодан эмоций (рис. 14). Проанализируйте проблемы, которые возникают у вас в отношениях с сыном. Подумайте над возможными чувствами своего Тома Сойера и о том, где они находятся — внутри прямоугольника или снаружи. Есть такие формы поведения, которые можно поместить в этот прямоугольник или вне его?



После этого разработайте план действий для себя и семьи, чтобы решить эмоциональные или поведенческие проблемы, которые возникли у вашего ребенка. В этом вам могут оказать помощь упражнения по эмоциям, представленные в конце главы 5, упражнения по умению слышать позитивный настрой, которые вы можете найти в конце главы 7, и упражнение по оградкам, помещенное в конце главы 9.

Ограды

Мальчик в возрасте Тома Сойера формирует свой кодекс чести. Он ищет себе лидера, которого бы он уважал, и подходящие для себя нормы поведения. Тайные общества и ритуалы становятся для него крайне важным элементом жизни, его потрясает до глубины души, если родители или другие люди не держат своего слова. Он пристально наблюдает за родителями и готов мгновенно указать на любое несоответствие между тем, что мы говорим и что делаем. Он требует от нас, как и от себя, неукоснительного соблюдения норм и правил. Любое лицемерное заявление, требующее от него соблюдения этических норм, которых мы сами не придерживаемся, приводит мальчика в смятение и вызывает бурное негодование, усиливающееся в отроческом возрасте. Если мальчик ворует или лжет, он готов понять, какие сложности создает такое поведение в его собственной жизни и жизни окружающих. Если же он ловит нас на лжи, даже на самой тривиальной «белой» лжи, ощущение предательства навсегда уничтожает его доверие к нам. Если же эта ложь имеет отношение к нему, то его вера в нашу любовь будет навечно подорвана.

Кеннет, отец девятилетнего Бенджи, пережил такой тяжелый урок. Кеннет развелся с матерью Бенджи два года назад. Но он проводил с Бенджи все выходные, и мысль о встрече грела их всю неделю. Недавно Кеннет встретил Джилл, которая ему очень понравилась. Сначала они с Джилл встречались только в то время, когда Бенджи не было. Потом Кеннет стал приглашать Джилл на выходные. Бенджи в таких случаях был спокоен и отстранен, но Кеннет решил, что Бенджи нужно время, чтобы узнать Джилл, прежде чем он ему откроется. Но однажды Кеннет сказал, чтобы Бенджи не приходил в выходные, потому что у него много работы. И на той же неделе Бенджи подслушал, как мать по телефону ругалась на отца, что он не сказал о поездке, которую они совершили с Джилл. Бенджи совсем отстранился от отца. И хотя Кеннет извинился перед ним, потребовалось немало времени, чтобы Бенджи снова поверил, что для отца он по-прежнему много значит.

Мальчику в переходном возрасте хочется знать, какие существуют нормы и правила и что последует, если их нарушить. Когда требования предъявляются четко, мальчик восьми — двенадцати лет чувствует себя спокойно. Зная, что его ждет и чего ждут от него, ребенок обретает свободу действий.

Но в этом возрасте еще приходится сохранять некоторые кирпичные стены, которые обеспечивали безопасность мальчика, когда он был моложе. Он и сейчас не умеет предвидеть последствия своих действий до того, как начнет действовать: например, он по-прежнему может выскочить на улицу за укатившимся мячом и не заметить приближающегося автомобиля. Поэтому лучше, наверное, если он будет знать: выходить на улицу без взрослых нельзя.

Но теперь кирпичные стены можно использовать и как ограничительные меры вследствие какого-либо проступка, ибо пока еще ему доступна лишь конкретная причинно-следственная связь. Например, если раньше правило, что из школы сын пешком или на велосипеде возвращается прямо домой, было нерушимым, как кирпичная стена, то теперь ее можно заменить плетнем, разрешив ему задерживаться дома у своего друга Теда, если он оттуда позвонит, чтобы мы знали, где он находится. Забыв позвонить нам, мальчик рискует опять оказаться за кирпичной стеной требования идти из школы прямо домой, нигде не задерживаясь. Мальчик младше восьми лет нуждался в нашем непосредственном контроле за его поведением; его восприятие времени и пространства было настолько ограниченным, что использовать отсроченные последствия было неблагоприятно. Сейчас, в возрасте с восьми до двенадцати, он уже может планировать события во времени, может предсказать реакцию окружающих (мама наверняка будет сердиться!) и может, соответственно, помнить о том, что его ждет, если он нарушит соглашение.

Эти соглашения должны иметь характер плетня, а не договора, поскольку соблюдать договор под силу лишь детям более старшего возраста. В младшем подростковом возрасте нашим сыновьям по-прежнему нужны напоминания и поддержка в выполнении ими своих обязанностей. Мальчик еще и сейчас всегда рад доставить нам удовольствие, заслужить нашу похвалу и внимание, сделав доброе дело; психологическая сила еще только начинает побуждать его изнутри к тому, чтобы сделать дело ради самого дела. Поэтому для него жизненно важна наша *искренняя* похвала. Мы выделили слово «искренняя», потому что мальчик всегда почувствует преувеличенность похвалы и будет сомневаться в своем праве на нее. И главное, нашему Тому Сойеру необходимо наше постоянное присутствие и участие: он ждет от нас руководства, наставления, помощи, поддержки, совета и... пространства, на котором он сможет доказать себе свою способность быть самим собой.

Для того чтобы правильно установить ограды и последствия, воспользуйтесь следующей схемой. Опишите проблему или задачу, которую вы хотите поставить перед своим сыном. В соответствии с возрастом ребенка и уровнем его возможностей укажите тип ограничений и сформулируйте последствия. За помощью вы можете обратиться к главе 5. Не забывайте о том, что границы время от времени нужно пересматривать, меняя тип ограничений и вид последствий, чтобы сын всегда чувствовал себя в безопасности и чтобы требования оптимально соответствовали его возможностям.

Сексуальность

Если вы из тех, кто, не читая книгу с начала, сразу смотрит главу, которая непосредственно касается возраста сына, мы все-таки рекомендуем вам прочесть раздел о сексуальности в главе 8. Многие из того, что было сказано там, относится и к мальчикам постарше. Если вы еще не обсуждали проблему сексуальности своего мальчика ни с ним самим, ни со своим партнером по воспитанию, то начинать никогда не поздно.

Это годы покоя. Сексуальность в восемь — двенадцать лет находит выход в деятельности. Мы не имеем в виду, что планы и занятия мальчика занимают место сексуальных интересов или влечений, но пока еще биологическая сила молчит и не толкает его к сексуальной активности, свойственной подросткам. Он продолжает требовать права на тайну. Для него сейчас очень важно наличие собственного пространства для своих занятий и своего имущества, особенно если он живет в одной комнате с братом или сестрой. Мальчику нужен отдельный стол, свой шкафчик, свой ящик, своя полка для игрушек. Запирающийся ящик для личных сокровищ имеет огромное значение для пробуждающегося в мальчике осознания себя среди других.

Его вопросы об интимной стороне жизни становятся все более сложными, требуя от

родителей фактической информации и раздумий. Ниже приведены вопросы, написанные шестиклассниками десяти — двенадцати лет в анонимных карточках. Эти вопросы были адресованы доктору Солу Гордону, известному специалисту в области полового воспитания, о работе которого мы говорили в главе 8. Вопросы были заданы после лекции, которую он читал в пригородных школах Огайо в мае 1988 года. Даже те из нас, кто спокойно относится к проблеме детской сексуальности, могут споткнуться о некоторые вопросы.

Что такое эрекция? (12 лет)

Нормально ли, если бывают выделения?(12 лет)

Мне одиннадцать лет, и я два раза занимался сексом. Виноват ли я? (11 лет)

У меня не бывает ночных семяизвержений. Почему? (12 лет)

Отчего волосы растут на пенисе и чем это грозит? (12 лет)

Сколько надо времени, чтобы узнать, что кто-то забеременел? (11 лет)

Что такое четверная игра ? (12 лет)

Почему мне не нравятся девочки? (12 лет)

Что происходит при мастурбации? (12 лет)

Нужно ли делать так, чтобы у девочки был ребенок? (10 лет)

Мои друзья говорят о клиторе. Что это такое? (12 лет)

Наши сыновья имеют право на честный ответ. Если сын о чем-то спрашивает, это вовсе не значит, что он уже это попробовал. Среди нас есть консерваторы, которые считают, что если мальчику сообщить фактическую информацию о сексе, то это толкнет его к сексуальной активности. Мы глубоко убеждены в том, что в отношении сексуальности неведение хуже всего. Если мальчик ничего не знает о своем теле и о том, что нормально, а что нет, то это ведет к чувству вины и стыда, к скрытности, гневу и, возможно, к нежелательной беременности подруги, венерическим заболеваниям, СПИДу, сексуальным проблемам во взрослой жизни и даже к изнасилованиям.

Мальчику в возрасте десяти лет родители должны прежде всего рассказать о поллюциях, или ночном семяизвержении: что они бывают почти у всех мальчиков, что обычно они начинаются в возрасте между одиннадцатью и пятнадцатью годами, в зависимости от телосложения и состояния здоровья мальчика, что это нормально. Такая фактическая информация чрезвычайно важна, ибо она покажет, что с ним все в порядке. Мальчику нужно знать, что таким образом его тело освобождается от семени (спермы) и что это очень приятное событие. Чтобы оградить его от неловкости, следует предупредить, что при поллюциях простыня увлажняется, поэтому он должен сам снять ее и сунуть в стиральную машину. Мы также полагаем, что мальчикам в этом возрасте нужно рассказать о менструациях и о том, что тело девочки тоже претерпевает значительные изменения в возрасте между одиннадцатью и пятнадцатью годами. Если родители будут говорить об этих изменениях как о нормальных, здоровых признаках взросления детей, мальчики воспримут происходящие в их теле перемены как большой шаг на пути к возмужанию.

Родители обязательно должны побеседовать с ребенком о мастурбации. В возрасте между десятью и двенадцатью годами мастурбация становится серьезной проблемой для мальчиков и их родителей. Мэри Кальдерон, известный и уважаемый специалист в области полового воспитания, полагает, что, если родители не позволяют сыновьям, пока те маленькие, познать свое тело как источник наслаждения, такие мальчики, став взрослыми, не способны получить удовольствия от нормальных сексуальных отношений. Родители сразу поймут, когда придет время поговорить о мастурбации. Либо мальчик сам спросит об этом, либо мы можем войти в комнату в подходящий (или неподходящий!) момент. Если он спросит, мы скажем ему, что мастурбация — это поглаживание пениса, вызывающее приятные ощущения, что это нормально, но заниматься этим надо наедине с собой. Если мы случайно застанем его за этим занятием, мы можем извиниться перед ним за вторжение, а затем успокоить его, сказав, что этого не надо стесняться, что это нормально и что мы знаем, какое удовольствие это доставляет. Единственное, что в мастурбации может быть плохо, так это чувство вины, которое мальчик испытывает, если он думает, что занимается чем-то грязным, постыдным и развратным. Если так считаем мы, то и мальчик обязательно будет думать так же.

Обсуждение сексуальных проблем зависит от доверительных отношений между родителями и сыном. Мы согласны со специалистами по половому воспитанию Солом и Юдифью Гордон в том, что, помимо фактической информации о сексе, есть и более серьезные вещи, о которых мы должны рассказать своим мальчикам. Из книги супругов Гордон «Консервативное воспитание при сексуальной вседозволенности в мире» мы перепечатали для родителей три наиболее важных абзаца о том, что они могут сообщить своим сыновьям, чтобы воспитать в них самоуважение и чувство ответственности.

1. Постарайтесь показать своим детям, что, если они будут вам рассказывать обо всем, что с ними происходит, хуже не будет. Мы должны быть всегда открыты для общения. Конечно, возможны кое-какие последствия. Но ведь многие дети никогда не рассказывают родителям ничего важного из-за той реакции, которую предполагают увидеть.
2. Дети далеки от совершенства. Они совершают ошибки, но в наших силах помочь им извлечь из ошибки урок.
3. И наконец, неудача — это событие, но НЕ личность. Человек не может быть неудачей. Элеонора Рузвельт однажды сказала: «Никто не заставит вас чувствовать себя хуже других, если вы этого не захотите». Дети, которые любят себя, вырастут во взрослых, которые будут себя любить. Они не будут эксплуатировать других, но и не позволят эксплуатировать себя.

Положительный настрой

Движущей силой развития мальчика в переходный период с восьми лет до двенадцати является овладение новыми навыками, совершенствование своих умений, изготовление вещей и поиск приключений при помощи своего физического тела. Мальчик старается внести в жизнь семьи свой конкретный реальный вклад. Он хочет принадлежать к чему-нибудь, где он будет считаться своим, — к семье, команде, тайному обществу. За его проступками кроется стремление овладеть новыми навыками, усовершенствовать свое мастерство и выказать свою привязанность. Ниже приведены высказывания, типичные для этого возраста. Мы надеемся, что наша помощь будет для вас полезной и вы сможете услышать положительный настрой за словами и поведением своего сына. Уловив этот положительный настрой, вы сможете так сформулировать свои ответы, что общение с мальчиком станет проще и хаос сведется к минимуму.

Утверждение:	Положительный настрой:
Я больше никогда не буду играть в мяч!	<i>Я хочу стать лучше, чем я есть.</i>
Ты мне не начальник. Я сделаю это, потому что сам хочу, а не потому, что ты мне сказал.	<i>Я хочу иметь право голоса относительно того, что я должен делать в семье.</i>
Да, я почистил зубы. (Вы точно знаете, что он этого не делал, потому что щетка суха, а новый тюбик с пастой остался неоткрытым.)	<i>Я хочу попробовать соврать.</i>
Папа, я вымыл косилку и убрал ее.	<i>Я могу и сам догадаться, что нужно сделать, без твоих приказаний.</i>
Папа меня ненавидит.	<i>Мне нужно отцовское внимание.</i>
Мама, ты глупое ничтожество.	<i>Я боюсь, что не смогу жить без тебя.</i>

В оставленные ниже пропуски вы можете вписать типичные высказывания и поступки своего собственного сына. Подумайте, какой положительный настрой можно уловить за его словами и действиями в каждом из этих случаев?

Утверждение:

Положительный настрой:

Начинаем действовать

Если вы еще не начали, то мы рекомендуем вам прочесть раздел «Начинаем действовать» главы 8. Рассказывание историй, общие игры, совместная работа над

различными проектами, чтение вслух хороших книг, сотворение музыки, занятие искусствами и ремеслами прекрасно подходят и для мальчиков в переходном возрасте, такое времяпрепровождение гораздо предпочтительнее, чем «диалог» с телевизором. Ниже вы найдете кое-какие дополнительные советы для мальчиков с восьми до двенадцати лет.

Еще больше, больше музыки. Поскольку главное для этого возраста в области эмоций — созревание чувств, а фокус развития физического тела приходится на легкие и сердце, музыка оказывает особенное воздействие на душу мальчика. Для того чтобы развить склонность мальчика к активной деятельности и привить ему любовь к музыке, мы рекомендуем снабдить его материалами для изготовления простеньких музыкальных инструментов и оказать ему в этом необходимую помощь. Нужные пособия вы обязательно сможете отыскать в местной библиотеке или ближайшем музыкальном магазине.

Пора начинать регулярные занятия музыкой. Если мальчику это интересно, то уроки игры на музыкальном инструменте в возрасте с восьми до двенадцати лет могут принести большую пользу. Возможность научиться исполнять и понимать музыку будет способствовать росту его уважения к себе и даст ему пищу для души.

Играть нужно на том музыкальном инструменте, который мальчику нравится, и ту музыку, которая ему по душе. Это является обязательным условием обучения музыке. Во избежание силовой борьбы по поводу необходимости ежедневных упражнений и выбрасывания денег на дорогостоящие уроки, мы советуем вам внимательно прислушаться к тому, что мальчик любит.

Когда я был еще совсем маленьким, то на пианино в детском саду играл на слух песенки, которые мне нравились. Поэтому родители решили отдать меня учиться к классическому концертному пианисту старой школы. Беда была в том, что никого не интересовало, чего жаждет моя душа и приносят ли мне радость эти уроки. В возрасте двенадцати лет я вложил бы в уроки всю страсть своего сердца, если бы мне позволили играть музыку «Битлз», а не только классику. Вместо этого я упражнялся, как марионетка, и с удовольствием бросил занятия, как только поступил в колледж. Теперь я жалею, что занимался не очень прилежно и что прекратил занятия. Я смотрю на пьесы, которые учил в детстве, и с трудом могу себе представить, что когда-то я хорошо играл их.

Сэм, 38 лет

Поддерживайте мальчика в реализации любых проектов — чем они больше, тем лучше. Мальчик в младшем подростковом возрасте получает удовольствие, делая что-нибудь такое при помощи своих больших мускулов, что по окончании работы можно будет использовать в деле. Шалаш, крепость, тайный штаб — замечательные объекты, захватывающие его воображение, активизирующие творческую и физическую энергию. Стоит раскошелиться и подарить мальчику набор инструментов, который будет его собственностью.

Создайте семейную драму. Возможно, вам сразу же захотелось воскликнуть: «Ну уж нет. Драм в нашей семье и без того хватает». Но мы имели в виду пьесу, постановкой которой занимается вся семья. Может случиться так, что у вашего сына окажется превосходный актерский дар или ему понравится делать реквизит и декорации. Существует множество сюжетов, среди которых всегда можно выбрать что-нибудь для постановки. А можно написать пьесу самим. Волшебные сказки и предания играют важную роль в жизни мальчиков этого возраста, поскольку позволяют им отождествлять себя с героическими деяниями Белого Рыцаря или Робин Гуда. Поищите в своей местной библиотеке материалы по изготовлению костюмов, реквизита и декораций. И не забудьте пригласить нас, когда спектакль будет готов!

«Помогите!» — «Пожалуйста»

Наши сыновья в этом возрасте подвержены влиянию не только изнутри (вследствие происходящих в них физических, эмоциональных и психологических изменений), но и извне, со

стороны сверстников, школы, телевидения, событий общественной жизни, причем гораздо в большей степени, чем прежде. Плохое состояние системы образования в Америке, особенно для детей из городских семей с низким уровнем доходов, требует, чтобы родители принимали активное участие в выборе формы обучения для своих детей и формировании его содержания. Мы рекомендуем родителям прочесть какую-нибудь из книг педагога Джона Холта, обдумать возможность домашнего образования и познакомиться с философией Вальдорфских школ.

Глава 10 Возраст господина Нахала: с тринадцати до семнадцати

У подростков нет ни одной проблемы, которая бы не усугублялась при ее обсуждении с ними.

Аноним

Задачи возрастного этапа развития

Центром развития в отрочестве становится голова, и обучение теперь осуществляется через интеллект. Наши сыновья перестают мыслить образами, а выходят на широкую арену абстрактного мышления. Чувства, ставшие более интенсивными в возрасте от 8 до 12, остаются на достигнутой высоте, но внимание подростка сосредоточивается на появившейся способности критиковать и анализировать себя, других и весь мир. Когда он уходит в себя, это не «уход от мира», а «отступление», которое дает ему возможность подумать, осмыслить и проанализировать свои чувства, поразмышлять над тем, что события жизни значат лично для него.

Я не ненавижу людей. Просто мне нужно побыть одному. Я не могу этого объяснить. Но всем моим друзьям это понятно, а родителям нет. Они думают, что я собираюсь покончить с жизнью или курю травку у себя в комнате. Ну да, мне нравится красить волосы, слушать тяжелую музыку и носить серьгу в ухе, но я чист, трезв и честен. Могут ли родители желать лучшего ребенка? Иногда мне хочется напиться или сделать что-нибудь в этом роде, только чтобы их разозлить. Но на самом деле я совсем не такой. Если они так и будут продолжать, то уж точно толкнут меня к этому.

Джеми, 14 лет

Когда в семье есть подросток, нам нужно научиться доверять — прежде всего себе, тому, как мы его воспитывали до сих пор, и, конечно, своему сыну. Психолог и ученый, доктор философии Эрик Эриксон, наблюдения которого над базовыми внутренними конфликтами мальчиков послужили вступлением к главе 9 назвал процесс роста в эти отроческие годы конфликтом «самосознания и смятения». Иногда мы задаем себе вопрос: «Чье смятение он имел в виду — подростков или родителей?»

Сыновья-подростки воистину примеряют на себя разные личностные качества, чтобы выяснить, насколько им это подходит. В один день мальчик может быть уверен в себе, твердо знает, чего он хочет; на следующий день он подавлен, растерян и необщителен. Он может попробовать стать «Охотником», «Психом», «Идиотом», «Гением», «Общественным деятелем», «Преступником». Некоторые личностные качества мальчик может отбросить сразу, зная, что они не соответствуют его душевному складу. Другие эксперименты могут вестись на протяжении довольно длительного времени, в зависимости от реакции родителей и окружающих. Вообще говоря, подросток ведет себя несносно совсем не потому, что хочет досадить родителям. Если до сих пор его развитие и отношения в семье, с учителями и сверстниками были довольно предсказуемы и ровны, то родители сумеют понять, что этот раздражающий их «наряд» сын примерил для того, чтобы «посмотреть, что будет», и это само по себе интересно и увлекательно для его жаждущего познания мозга. Он изучает человеческую натуру. Растущее в нем чувство справедливости остро подмечает парадоксы и противоречия окружающего мира, и мальчик пытается как-то их разрешить для себя.

«Я люблю своего отца, но он рассуждает как расист», «Мама добрая и хорошая, но она позволяет людям садиться ей на голову», «Сестра ведет себя так, что, когда приходят мои друзья, мне становится стыдно», «Родители говорят, что всегда готовы меня поддержать, а сами не дают мне даже понять, что же я собой представляю». Эта борьба против несовершенства жизни не может быть логичной и рациональной. Сегодня сын горячо, будто это вопрос жизни и смерти, настаивает на необходимости смотреть в полночь фильм ужасов, доказывая, что это очень важно для его самооценки. А два месяца спустя фильм наводит на него скуку. Если родители начинают спорить с подростком, говоря: «Чего ты так расстраиваешься? Ты же через неделю будешь думать совсем по-другому» или «Когда ты станешь взрослым, ты поймешь, почему я поступаю именно так», они только провоцируют гнев мальчика и обиду. И вследствие этого возмущенный вопль «Ты никогда не поймешь меня!» — врывается в родительские уши. И это правда. У мальчика формируется его уникальная индивидуальность, определяется направление всей его будущей жизни. И нам трудно помочь ему в этом. Он подобен хамелеону, который постоянно меняет свою окраску, реагируя на бури, бушующие внутри его существа, и на требования внешнего мира, которым он так жаждет соответствовать. Мы можем и должны понять, что он делает то, что должен делать по своей природе; нам под силу осознать потребности, лежащие в основании его поведения.

Потребности

Подросток плывет по течению, подталкиваемый, с одной стороны, зовом собственной души, своего внутреннего мира и зовом внешнего мира — с другой. В отроческие годы родители должны быть к мальчику особенно внимательны, чтобы помочь ему обрести равновесие, найти точку опоры между своей внутренней потребностью реагировать на сложности жизни и призывом к действию, идущим извне.

Мальчик-подросток нуждается в физической активности. Резкое усиление активности гормонов в отрочестве делает большинство мальчиков очень беспокойными. Собственное тело вдруг становится для мальчика чужим, нередко являясь источником неловкости и смущения. Кажется, что подросток состоит только из рук и ног. Некоторые мальчики естественным образом реализуют свою бесцельную энергию в физической активности, в занятиях спортом. Удаль и отвага в этой области дают мальчикам возможность выйти в большой мир. Они буквально живут футболом, баскетболом или треком, бредя этим во сне и наяву. Других же эта ненасытная энергия заталкивает внутрь самих себя, мальчики погружаются в депрессию, отстраняются от бушующей вокруг них жизни.

Физическая активность необходима всем мальчикам этого возраста. И родители просто обязаны, хотя это и нелегко, помочь сыну найти такой вид активности, который бы подходил ему наилучшим образом, а не загонять на спортивные тренировки, которые, возможно, противны его натуре. Спокойного мальчика, склонного уходить в себя под действием своей избыточной энергии, может бросить в дрожь от одной мысли о командных видах спорта, таких, как регби или баскетбол, но плавание или борьба могут оказаться как раз тем, чего жаждет его природа. Мальчик-подросток обязательно должен нагружать свое тело физически, и не важно, что это будет — езда на велосипеде, ходьба или тяжелая атлетика. Только тогда он сможет ясно мыслить, сформулировать и обдумать вопросы, на которые будет отвечать всю оставшуюся жизнь.

Мальчики нуждаются в тишине и покое. Быстрые изменения тела подростка и развивающийся интеллект вызывают смятение и острое ощущение собственной изолированности. Мальчику может казаться, что он странный, что никого другого не вгоняет в неловкость неожиданная эрекция, что только у него ноги как будто живут своей собственной жизнью. Большинство подростков стараются заполнить каждое мгновение бодрствования деятельностью, движением, звуками, чтобы избежать мучительного ощущения одиночества, которое преследует почти каждого в этом возрасте. Однако любому подростку нужно время побыть одному, в тишине и покое. Строгий распорядок дня успокаивает тело и душу, позволяет выделить время для творчества, занятий искусством, самопознания, анализа и отдыха —

всего, что необходимо мальчику для полного расцвета.

У подростков всегда будет своя, громкая музыка, приводящая родителей в бешенство. У каждого поколения рождается свой ее вариант. Но шумовые загрязнения техногенной эпохи с ее постоянным ревом и грохотом, откуда бы он ни несся — из транзисторов, телевизора, динамика или стереоколонок, породили поколение людей, уши и души которых глухи к нумической мелодии их собственного дыхания, лягушачьему кваканью в сумерках, птичьему щебету на заре, смеху возлюбленной и шелесту ветра.

Подросток особенно подвержен гиперстимуляции звуками и движением: он постоянно живет на грани нервного и эмоционального срыва, и это делает его очень уязвимым. Его энергия толкает его делать все и сразу, эмоции заставляют его прочувствовать все, что можно, от самого высокого до самого низкого. Он использует музыку и телевизор, чтобы заполнить пустоту и провести время, хотя его нервная система нуждается в покое и отдыхе во избежание перегрузки и взрыва.

Попытка посоветовать мальчику проводить свободное время в тишине может быть встречена бурным сопротивлением, если мальчик уже превратился в необузданного тинейджера, у которого не была выработана такая привычка. Начинать никогда не поздно, но он ни за что не согласится на это, если мы сами так никогда не поступаем. Мы выставим сами себя в глупом свете и вызовем негодование сына, если будем настаивать, чтобы он выключил музыку и проводил время в своей комнате в спокойных раздумьях, тогда как сами в эту минуту плюхаемся перед телевизором в надежде, что он убаюкает нас в культурной прострации. Тайм-аут с покоем и тишиной эффективен тогда, когда он устраивается для всей семьи. Мы не говорим, что он должен быть для всех в одно и то же время, но сыну легче последовать нашему примеру, чем попробовать сделать это самостоятельно. Если мы регулярно посвящаем время медитации, спокойным размышлениям, отдыху, рисованию, рыбной ловле, слушанию звуков природы или любому другому занятию, которое позволяет успокоить мозг и тело, наши сыновья охотнее попробуют поступать так же. Только в тишине мальчик может научиться слушать свою собственную душу, ценить общение с самим собой. Эти две способности относятся к тем величайшим дарам, которые может получить в наследство любой мальчик.

Мальчики-подростки стремятся к объединению в группы. Мальчиков в возрасте от 13 до 17 лет группа и привлекает, и отталкивает. Группа сверстников дает им ощущение тождества, которое в этом возрасте представляется неуловимым. Мальчиков очень тревожит вопрос, приняты ли они группой и популярны ли в ней. Поиск группы, к которой можно было бы присоединиться, и переживания, если группу, в которой мальчик себя чувствовал бы хорошо, найти не удастся, делают отрочество особенно мучительным для мальчика и трудным для родителей.

Очень важно, чтобы в эти годы экспериментов и поиска родители удерживали центр, как это делает мать для малыша, когда он начинает исследовать мир вокруг ее коленей. Нужно относиться с уважением и пониманием к той растерянности, в которой пребывает мальчик, к его страданиям в поисках своей группы и попытках примкнуть хоть к какому-то коллективу сверстников. Ощущая наше сочувствие, дети скорее обратятся к нам за советом, скорее будут именно у нас искать убежища, чтобы отдохнуть от борьбы. Группа олицетворяет для ребенка ценности, которых он придерживается, определяет, кем и каким он захочет быть. Выбор своей группы — одно из первых важных решений, которое подросток принимает самостоятельно. И ему нужно знать, что мы прикрываем его тылы.

Особенно трудно бывает, когда сын попадает, на наш взгляд, не в ту компанию. Дик, сыну которого четырнадцать лет, наблюдал, с каким трудом Brent завоевывал себе место в новой школе. Дик рассказывает: «Наш переезд оказался очень трудным для Brentа. Он робок и с трудом заводит друзей, поэтому, когда он стал прибиваться к группе мальчиков, известных в округе как нарушители спокойствия и порядка, я заволновался. Фред, мой близкий друг, успокаивал меня. Он посоветовал: «Расскажи ему о своих переживаниях. Он еще молод и нуждается в твоём совете. Возможно, он и будет сопротивляться твоему вмешательству, но наверняка почувствует облегчение от твоей поддержки».

Дик продолжает: «Сначала Brent очень обиделся, но, когда я высказала ему все, что меня

волнует, он был мне благодарен. Я поделился с ним тем, как сам когда-то заводил друзей, когда наша семья переехала в новый город. Это было довольно трудное время моего одиночества, поэтому я понимал, как он чувствует себя в новой школе. Я сказал ему, что выбор друзей — одно из самых важных решений, которые ему придется принимать в жизни. Люди будут судить о нем по тем, с кем он дружит. Я сказал, что если его друзья нарушают порядок, то даже если он и не замешан в этом, в сознании людей он все равно будет причастен ко всему, что делают его друзья».

При поддержке отца Brent сумел отойти от компании смутьянов. И до тех пор, пока он не обрел новых друзей, Дик старался проводить с ним побольше времени, занимаясь тем, что им обоим доставляло удовольствие.

Из-за друзей мальчика во многих семьях идет тяжелая борьба. Но давайте зададим себе вопрос: «Что мы будем делать, если сыновья, невзирая на наше мнение, примкнут к банде или компании ребят, ценности которых существенно отличаются от наших собственных?» В этом случае мы должны тщательно взвесить возможные последствия. Если нам кажется, что общение с этими друзьями грозит сыну опасностью, если он не хочет внять нашим предостережениям, то мы вынуждены будем поставить такие ограды, которые бы защитили мальчика от беды. Что это будут за ограды? Если существует опасность, что мальчика могут покалечить в разборке между бандами или арестуют за мелкий разбой или кражу, наш инстинкт говорит нам, что мы должны окружить сына кирпичной стеной, запретив ему встречаться с «дурным влиянием». Именно с этого во многих семьях начинается война поколений. Решившись встречаться с тем, с кем ему хорошо, мальчик начинает лгать, нарушать установленное время возвращения домой, вообще становится трудновыносимым. Пэт, одинокая мать, рассказывает, как ей удалось справиться с такой ситуацией.

Алексу только-только исполнилось пятнадцать, когда он познакомился с Диллоном. Мне это было непонятно, но между ними возникла какая-то мгновенная и прочная связь; они и вовсе не расставались бы, если бы я это позволила. Беда была в том, что вся семья Диллона была известна как неблагополучная. Диллона несколько раз арестовывали за кражи, его старшему брату было предъявлено обвинение в изнасиловании, а сестра была осуждена за наркотики. У сына тоже появились проблемы с полицией, и я почувствовала, что влияние Диллона опасно для него. И тогда я сказала: «Никакого Диллона!» Алекс не должен был встречаться с Диллоном, и Диллон больше не имел права приходить к нам. Мы были одни с тех пор, как отец Алекса ушел от нас, оставив трехлетнего сына. Мы всегда с ним легко договаривались и все проблемы решали сообща. Но на этот раз все было по-другому. Алекс не сказал мне ни слова, но я знала, что с его стороны это было объявлением войны.

В течение нескольких последующих месяцев Алекс почти не разговаривал со мной, возвращался домой поздно ночью, не делал уроков и перестал выполнять свои обязанности по дому. Наконец я нашла консультанта, который по-настоящему понимал мальчишек-подростков. Он посоветовал мне поискать что-нибудь хорошее (положительный настрой) в отношениях Алекса с Диллоном. Когда я спросила Алекса, почему он так настаивает на встречах с Диллоном, сын ответил: «Потому что мы друзья, мама. Мы заботимся друг о друге». Консультант помог мне понять, что на самом деле Алекс этим не хотел задеть меня. Я стала искать способ, который позволил бы мне принять существование Диллона в жизни Алекса. Консультант предложил разрешить Диллону бывать у нас дома при условии, что Алекс не будет с ним встречаться больше нигде, кроме как во время уроков. Я сидела дома с двумя мальчиками и держалась по отношению к Диллону приветливо, поскольку они вели себя вполне прилично, не нарушали установленных у нас дома правил: не курили, не пили, музыку, правда, слушали громкую, но не оглушительную, уроки у них были сделаны, и в комнате они оставляли полный порядок. С тех пор все идет нормально, и мы опять разговариваем с Алексом как прежде.

Пэт, мать пятнадцатилетнего Алекса

Мальчикам нужно, чтобы их видели. Очень часто родители втягиваются в споры и в борьбу за власть со своими сыновьями-подростками, потому что не могут ничего увидеть за их

странной внешностью. Мы позволяем зеленым волосам, кольцам в носу и ободранным джинсам заглушить то, что наши сыновья пытаются сказать нам. «У меня зеленые волосы совсем не потому, что я хотел разозлить отца, — говорит четырнадцатилетний Абе. — Я их выкрасил, чтобы чувствовать себя своим среди ребят, с которыми мне нравится общаться. А он просто не может этого понять».

Еще недавно каждый разговор между Абе и его отцом заканчивался почти дракой. Отец не мог или не хотел слышать, что Абе хочет ему сказать, так как эти зеленые волосы просто бесили его. На психотерапевтических занятиях Абе с отцом удалось разобраться в своих чувствах и прийти к взаимопониманию, и отец согласился прекратить ругань из-за цвета волос. Еще более способствовало улучшению контакта между ними то, что отец Абе, специалист по компьютерам, пригласил сына с собой в командировку в компанию Fortune 500. Абе очень увлекла эта идея, потому что он так же интересуется компьютерами, как и его отец. По настоянию отца Абе согласился спрятать волосы под шляпой. Но, к отцовскому удивлению, в ночь перед поездкой Абе перекрасил волосы в коричневый цвет. Он сказал: «Когда отец отступил, я подумал: «Ах! Что за дело! Отцу это неприятно, а я в любой момент могу перекраситься обратно в зеленый». Я ведь всегда хотел заниматься компьютерами, поэтому и решил чуть-чуть подогнать себя под его мир, ведь нам обоим так будет легче. У меня есть еще тюбик флюоресцирующей зелени, на всякий случай».

Сыну нужно, чтобы родители видели, кто он есть на самом деле, а не только свои надежды на то, каким он должен быть. Толкая мальчика к жизни, какую мы сами хотели бы, но не смогли прожить, мы опустошаем его душу. Том, которому уже сорок и он уже сам отец, вспоминает, как ему в десять лет хотелось стать таким же фермером, как его отец. «Но он и слышать не хотел об этом. Он требовал, чтобы я поступил в колледж и получил специальность инженера. Я сделал это и двадцать лет был инженером. Но сердце мое до сих пор тянется к тому, чтобы выращивать растения и воспитывать животных.

Вы уже догадались, чем я мечтаю заняться, когда выйду на пенсию?»

Внутренняя система управления

По мнению педагога Вальдорфской средней школы и колледжа Бетти Стейлей, которое она изложила в своей глубоко прочувствованной книге о подростках «Между формой и свободой», развитие подростка включает в себя две стадии — «отрицание» и «утверждение». В раннем отрочестве подростки противопоставляют себя всему, и Стейлей сравнивает это с «нет»-высказываниями детей третьего года жизни. В последние годы отрочества мальчики начинают воспринимать внешний мир как подтверждение того, что у них есть в нем свое место, точно так же, как четырех-пятилетки принимают жизнь своим радостным «да!».

В отрочестве, с тринадцати до пятнадцати-шестнадцати лет, мальчикам хочется смотреть на мир сквозь розовые очки. Они надеются увидеть красоту и совершенство мира, а не его уродство, несправедливость, человеческие недостатки. Жизненная реальность повергает их в растерянность, сомнения и лишает иллюзий. Ощущение злости, обиды, отчаяния и подавленности может перерасти в цинизм. Из-за этого цинизма подростки бывают до жестокости точны в описании несправедливостей, которые они видят, и в борьбе против них.

Д: Чаще всего нападкам, словесным и даже физическим, со стороны сыновей, которые чувствуют за собой право критиковать, упрекать, испытывать все и вся, особенно авторитеты, подвергаются матери. Когда я консультирую мальчиков с матерями, мне приходится тратить немало времени на то, чтобы объяснить сыновьям, чем же они так пугают своих мам. Далеко не каждый мальчик верит мне сразу. Им все еще кажется, что они дети, которых мать может взять и наказать. Они не догадываются о том, что их мужская сила может испугать некоторых женщин. Когда я разъясняю подросткам, что их страсть и гнев несут в себе угрозу для матери, большинство мальчиков бывают потрясены до глубины души и в дальнейшем стараются избегать таких столкновений. Мать, вовлеченная в трудную ситуацию такого общения с сыном, может избежать нарастания конфликта, если даст ему понять, что именно она слышит в его словах (более подробно об этом смотрите в разделе, где идет речь о положительном настрое)

и какое воздействие его слова и поступки оказывают на нее.

Я спросила Берри, как прошло заседание его клуба политологов. Он усмехнулся и сказал, что организаторы — компания идиотов. Я попросила его не отзываться так об учителях, он вспыхнул буквально на глазах. Потом он в течение двадцати минут громко читал мне лекцию о расистах и о лицемерии всех взрослых, включая и меня. Я была ошеломлена силой его гнева и резкостью слов. Я согласилась с ним, что некоторые взрослые придерживаются расистских взглядов и нередко лицемерят. Еще я сказала ему, как мне обидно, что он свалил всех взрослых в одну кучу. Он немного успокоился, мы смогли с ним поговорить о том, насколько сильно мои собственные убеждения и взгляды его отца отличаются от тех, что так его разозлили. Я почувствовала облегчение, когда он стал спокойнее. Я никогда не видела его в таком состоянии. Я даже не подозревала, что он может быть таким.

Джим, мать пятнадцатилетнего Берри

Родителей часто удивляет сила эмоций мальчика. Эдвард, отец четырнадцатилетнего Эда-младшего, так описывал реакцию свою и жены: «Все спокойно в комнате, где мы сидим; входит наш сын, и — БУМ! — прокатывается ударная волна. Он выходит, мы смотрим друг на друга и думаем, откуда пришел этот ураган». Для матери нередко единственным способом избежать борьбы с сыном оказывается физический уход со сцены. Пришло время отцу или другому пользующемуся у мальчика авторитетом мужчине принять огонь на себя. Присутствие отца может успокоить гнев сына или, наоборот, усилить его. Но так или иначе, отец сумеет показать мальчику пример эффективного использования мужского неистовства.

Здесь очень важно провести различие между мужским неистовством и яростью. По словам Шеферда Блисса, известного педагога и лидера мужского движения, неистовство (fury) — хорошее слово. «У него есть мифологический оттенок, — говорит он, — что-то от фурий, которые были в греческой мифологии тремя богинями мести. Это была мощная женская сила. Но есть и мощная мужская сила. Слишком часто женщины и наша культура трактуют ее как несущую угрозу и превращают ее в ярость. Подавленное неистовство, как и ярость, выражается мужчинами либо в насилии, либо в пассивности. Режиссер Джон Синглтон понял это и в своем фильме «Boyz & the Hood» назвал главного героя «Неистовый». Если мужское неистовство разрешено, социализировано и находит себе выход ко благу всего общества, оно становится творческой Энергией. В прежние времена выход был в физическом труде — рубка дров, косьба, таскание воды. Современные отцы должны сыграть в жизни своих сыновей особую роль и направить их в соответствующие организации для подростков, типа отрядов бойскаутов. Они должны привлечь мальчиков к суровым испытаниям туристских походов. лазанью по деревьям или таким спортивным занятиям, как бег на длинные дистанции, волейбол, футбол».

Однажды мы услышали рассказ о современных методах инициации и хотим предложить его вам как положительный пример отцов, направляющих мужское неистовство своих сыновей. Мальчикам было по четырнадцать лет, и в семьях испугались растущей наркотизации и алкоголизации подростков, а также общего неблагополучия в местной средней школе. В назначенный вечер отцы увели мальчиков в сторону холмов в поход с ночевкой. Вокруг костра отцы рассказывали о своих подростковых годах. В традициях лучших рапсодов отцы вспоминали свои приключения, безрассудные выходы, проделки, самые важные достижения, самые главные неудачи, свои разочарования и мечты. Позже один из отцов заметил: «Наши сыновья уходили оттуда с совершенно другими представлениями о том, что значит быть мужчиной. Они новыми глазами увидели своих отцов, которые тоже когда-то были мальчишками. Мне кажется, мой сын теперь знает, что он идет по дороге мужания и что я всегда буду с ним рядом на этом пути».

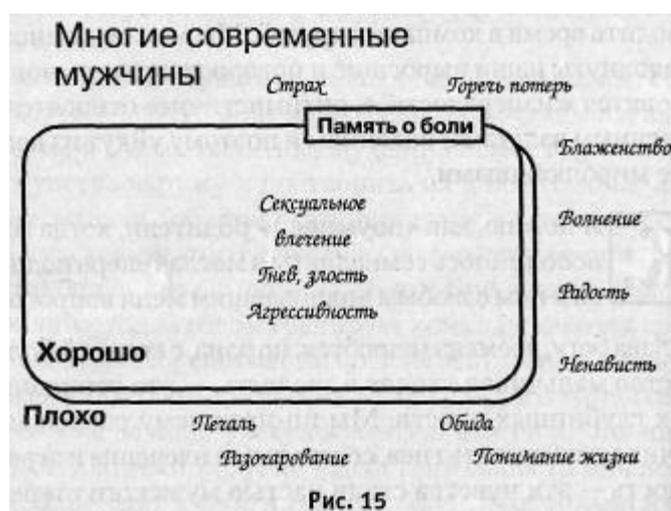
Если гнев и страсть мальчика были услышаны, если он ощутил, что его понимают, если пользующийся авторитетом в глазах мальчика мужчина помог ему вывести эти чувства наружу и претворить их в позитивные действия, мальчик обретает самопринятие и власть над своими чувствами, учится нести за них ответственность.

Наш друг Анал Конни из Мертл Бич, штат Северная Каролина, год за годом тренирует команды девочек средних школ для соревнований по легкой атлетике. Мальчики всегда болтаются поблизости. Он говорит: «Многие из них совсем не такие уж хулиганы, как кажутся. Они ищут роль, они играют роль, но в действительности они всего лишь подходят к тебе и говорят «фу!». Как только я это понял, я просто стал говорить: «Охолонь, парень!» — и чуток их поддраживаю. Я хоть и решительный, но добрый, и это главное. Мальчишкам-подросткам, с которыми я разговаривал, приходится бороться с разными чувствами включая гнев. Большинство из них просто заняты поисками родительской фигуры — кого-нибудь, с кем они могли бы поговорить, и каждому из них мучительно нужен человек, которому они могли бы довериться».

В ранней юности (с шестнадцати до восемнадцати) мальчик использует свое возросшее понимание того, как действуют чувства, для выхода в большой мир. Его разочарованность перерастает в принятие реальности, и теперь ему хочется участвовать в борьбе с несправедливостью, которую он видит, а не только критиковать ее. Это время, когда юноши начинают искать истину, когда для них на первый план выходят политические, духовные проблемы и вопросы будущей карьеры. «Увлечения» периода отрочества перерастают в личные, более устойчивые отношения с людьми. Родители вдруг обнаруживают, что к сыну вернулись чувство юмора и интерес к семейным делам, хотя пока еще он все-таки предпочитает проводить время в компании друзей. Мы можем немножко вздохнуть: наши выросшие и повзрослевшие сыновья становятся жизнерадостнее, оптимистичнее относятся к жизненным взлетам и падениям и поэтому уйдут из дома более миролюбивыми.

Я помню, как «поумнели» родители, когда мне исполнилось семнадцать: я могла теперь подойти к ним с любым волновавшим меня вопросом.

Слава богу, времена меняются, но рана, с которой большинство мальчиков входят в зрелость, — это отрицание своих глубинных чувств. Мы по-прежнему разрешаем мужчине испытывать гнев, сексуальное влечение и агрессивность — эти чувства стали частью мужского стереотипа. А что же с остальными чувствами, образующими внутреннюю систему управления мужчины? Поэтому особенно важно, чтобы мальчики-подростки чувствовали себя вправе испытывать и показывать свою обиду, разочарование, страх, печаль, потерю, ненависть, радость, сострадание и волнение.



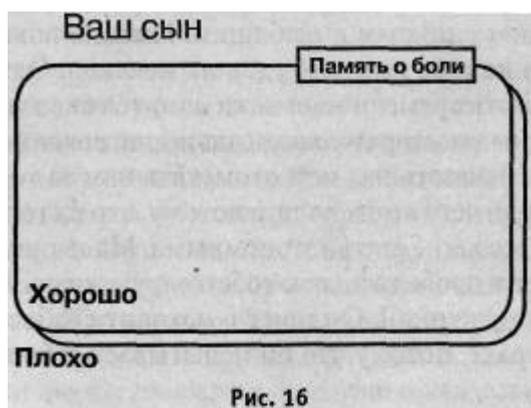
Сегодня большинство мужчин вступают в зрелость, потеряв некоторую часть себя, принеся ее в жертву ради почитаемого в нашей культуре интеллекта. И поэтому нельзя удивляться, что нынешние руководители оказываются несостоятельными в решении проблем загрязнения окружающей среды, уничтожения пойменных лесов, истребления видов, голода и бедности. Им не разрешали испытывать страх, печаль, горечь потери, радость жизни, блаженство. Чувство гнева и потребность завоевывать, если они не уравновешены другими человеческими эмоциями, ведут к ущербности, алчности,

неконтролируемому «прогрессу». Ниже показаны эмоции большинства современных мужчин, которые отрезаны от всех своих чувств, кроме злобы, агрессивности и сексуального влечения.

Мальчик в возрасте «господина Нахала» испытывает чувства высокой интенсивности, хотя, может быть, и не всегда умеет их назвать. Когда наши сыновья были маленькими, мы могли сказать им, что они чувствуют, и что-то обычно чуть-чуть менялось. Напряжение ослабевало: они видели, что их понимают. Однако когда мы пытаемся дать наименования чувствам подростка, он зачастую расценивает это как попытку его контролировать. Лучше уж предоставить ему возможность пережить свои чувства без комментариев. Если появилась возможность поговорить, то осторожно сделанное предположение о том, что он испытывает (печаль, страх или обиду), может помочь мальчику глубже понять свой внутренний мир, мир своих чувств.

Д: Когда я работаю с подростками, «кривая эмоций» (см. главу 4) у них обычно имеет большой успех. Они сразу же схватывают ее суть, особенно в том, что касается «зоны ясного видения». Для многих семей чувства и зона ясного видения стали более понятны именно благодаря этой кривой.

Ниже дана рамка для эмоций вашего сына. Заполните ее и подумайте о том, что может сделать ваша семья, чтобы чувства, оказавшиеся за рамкой, заняли свое законное место. Что вам нужно понять в самих себе, чтобы семья стала более открыта для самых разнообразных чувств? Какие меры вы должны предпринять? В разделе «Внутренняя система управления» главы 5 вы найдете необходимую помощь.



Ограды

Когда сыновья вступают в отрочество, устанавливать ограды становится и труднее, и легче. У мальчика появляется самомотивация к сотрудничеству, его очень интересует и внешний, и внутренний мир. Его интересует, что и как происходит вокруг него. Он может быть глубоко сосредоточен на выполнении домашнего задания или дела, которое ему интересно, даже если его не понукают. Но он страстно и упрямо отказывается делать то, о чем его просят, если считает это неправильным, несправедливым или неразумным. В отличие от прежнего открытого неповиновения, когда он просто толкался в наши ограды, подросток использует появившуюся у него способность к аргументации, и опровергнуть его доводы бывает довольно трудно.

Если родители хотят совсем запутаться в своих отношениях с сыном-подростком, то самый надежный путь к этому — принимать все, что ребенок делает, слишком близко к сердцу. Соппротивление подростков обычно направлено на родителей, потому что мы для них самая близкая авторитетная фигура. Одна из наших главных задач как родителей — оказаться в эту минуту рядом, чтобы дать сыну понять, кем он является и каким он, как мы надеемся, станет сильным и любящим. Именно поэтому мы ощущаем на себе главный удар их поисков. Однако основную часть времени мальчики ломают сквозь ограды, которые мы так старательно воздвигали, вовсе не для того, чтобы наказать нас или отомстить нам за то, что мы сделали или чего не сделали, а потому, что их гонит естественное желание

стать автономными. Мальчику-подростку хочется пробежать свою собственную жизнь. Он жаждет стать мужчиной. Он ищет и находит слабое место в нашей ограде, потому что он испытывает себя на прочность так же, как и нас.

Когда сын — намеренно или нет — ломает «домашние правила», ему необходимо получить от нас обратную связь, чтобы знать, какое влияние оказывают его действия на жизнь остальных. Иногда ему просто необходимо пастбище попросторнее, в других же случаях, наоборот, ему слишком много места. Ограды в отрочестве иногда приходится менять каждый день. Их обязательно нужно обсуждать, пересматривать и переставлять так, чтобы они соответствовали потребностям ребенка.

Основные рекомендации по установлению границ и пределов для подростков таковы:

- Вы можете только **укрепить уже установленные границы**.
- **Больше беседуйте** с подростком. Регулярно обсуждайте с сыном различные вопросы, но помните: основная ответственность лежит на вас. Пока он несовершеннолетний, голосовать рано.
- **Будьте добрыми**. Твердость и доброта не противопоставлены друг другу. Они идут рука об руку. Любому человеку легче принять проведение твердой линии, если это делается по-доброму.
- **Будьте последовательны**. Обязательно делайте то, что пообещали сделать. Такой пример очень важен для мальчика. Ничего не пускайте на самотек. Если вы не будете выполнять своих собственных обязательств, то для сына это будет означать: «Мне до тебя нет дела».
- **Выбирайте ограду**, только хорошенько все обдумав. Плетень с минимальными последствиями, наверное, вполне годится, если вы просите сына запираť двери, когда он уходит. Если он забывает это сделать, то обычно достаточно напоминания, чтобы он выполнил требование. Час возвращения домой, с другой стороны, может потребовать кирпичной стены, потому что под ростки имеют привычку гуляя, забывать о времени.
- **Обсуждать ограничения** лучше наедине. Уважайте чувства подростка и его потребность хранить эти вещи в тайне. Здесь его нельзя дразнить или высмеивать. Разговор о нем и установленных вами оградах при друзьях мальчика может поставить его в неловкое положение и тем самым нанесет непоправимый ущерб вашим с ним взаимоотношениям. Доверие сына к вам — священный дар, и восстановить его будет очень трудно, если вы хоть однажды его обманете.
- **Последствия должны соответствовать проступку**. У мальчиков в этом возрасте хорошо развито чувство времени и пространства, поэтому они способны видеть причины и следствия своего поведения. Теперь уже можно устанавливать последствия на будущее, причем не обязательно, чтобы они непосредственно отражали поступок. Однако, ввиду своего обостренного го чувства справедливости, мальчик будет протестовать против последствий, которые, на его взгляд, не соразмерны с проступком или вообще не связаны с тем, что он натворил или что не выполнил. Пример: отказать ему в машине на две недели можно, если он не пришел вовремя домой (если он не может вернуться домой в тот час, когда договорились, то пусть вообще некоторое время не выходит из дому по вечерам). Если же запереть его дома за то, что у него плохие оценки, то это приведет лишь к обиде и сопротивлению, а не к тому, что у него появится желание (на что вы, вероятно, рассчитываете) учиться лучше.
- Прежде чем установить последствия, решите, **чего вы хотите добиться**. Если вернуться к предыдущему примеру, то нужно определиться, что нас волнует больше: высокие баллы и активный и глубокий интерес к знаниям либо большее чувство ответственности и прилежание? Если наша цель более высокие оценки, то мы должны найти способ, как помочь сыну запомнить: побольше фактов, научиться грамотнее писать, содержать в порядке свои тетради, вовремя выполнять домашние задания, отвечать в классе, справляться с контрольными и так далее. Запереть его на две недели дома — далеко не самый лучший путь к этой цели. Вместо этого хорошо бы обсудить ситуацию вместе с ним и выяснить, в чем, на его взгляд, проблемы, где его слабое место, понимает ли он, насколько высокие баллы важны для его будущего, и тому подобное.

• **Иногда лучше дать возможность проявиться естественным последствиям.** Например, во многих и многих семьях Америки, где есть мальчики-подростки, идет ежедневная, вечер за вечером битва характеров по поводу выполнения домашних заданий и получения высоких баллов. Постепенно для сына борьба из-за уроков и отметок перерастает в сражение за сохранение оплота своей воли и прав. Пока он сам для себя не осознает важность отметок, не оценит возможности учиться или радости познания чего-то нового, никакое ворчание, никакие уговоры и наказания не заставят его измениться. Лучше всего пойти на компромисс, чтобы ослабить разрушительное напряжение, которое вносит это столкновение установок в жизнь семьи. При этом можно сказать сыну, насколько важно, как мы думаем, хорошо учиться в школе, предложить ему помощь, какую только в наших силах оказать, быть рядом, когда он попросит о поддержке, а все остальное пусть идет своим чередом. Иногда это дает удивительные результаты. Более подробно об установлении оград и последствий смотрите в главе 5.

Сексуальность

Это время пубертата, когда поток гормонов растет; главным образом увеличивается секреция тестостерона, который стимулирует рост мальчика во всех отношениях.

Хотя мальчики растут постоянно, именно сейчас особенно заметны изменения в их теле и отношении к сексу. Мальчик-подросток может гордиться тем, что у него растут волосы на груди и лобке, увеличиваются гениталии, грубеет голос, но в то же время он может пугаться и даже стыдиться этого. Сыновья очень чувствительны к тому, что происходит в их теле, поэтому мы должны постараться оградить их от поддразниваний и насмешек над происходящими с ними переменами. Мы должны помнить и о том, что мальчик в этом возрасте нуждается в уединении. Мама теперь уже не «просто мама». Она женщина, а он становится взрослым мужчиной с нормальными сексуальными влечениями. Отец уже не «просто папа», а другой мужчина, тело которого реагирует на все так же, как и собственное тело мальчика. Сыновний мир меняется навеки.

В современной семье сексуальность не столько событие, сколько процесс. Сегодня родитель обычно в первый раз поднимает проблему секса не тогда, когда мальчик сам впервые заговорит об этом. Родители нередко бывают последними в этом деле. Говорить на эту тему будет легче, если с самого рождения мальчика с ним беседовали о потребностях тела, любви, ласках, взаимоотношениях, если это стало частью жизни семьи. В таком случае к тому времени, когда сын станет подростком, будет создан фундамент принятия и понимания того, на чем произрастает сексуальность мальчика. Когда бы мы ни начали с сыном разговор о сексуальности, его обязательно нужно вести в контексте взаимоотношений вообще — как относиться к людям, как хорошо быть чутким и как замечательно чувствовать себя влюбленным, какая разница существует между агрессивностью и уверенностью в себе, отстаиванием собственной позиции.

Пубертат — трудное время для родителей, потому что происходящие с сыном изменения, необходимость говорить с ним о проблемах секса оживляют все те страхи, тот стыд и чувство вины, от которых мы сами страдали, когда были подростками. Нам хочется помочь сыновьям избежать тех мучительных переживаний, через которые мы прошли, но часто мы просто не знаем, как это сделать.

Я никогда не знаю, что сказать сыну насчет секса. Когда мне было тринадцать лет, отец вошел ко мне в комнату, шлепнул меня по заднице ремнем и сказал, что, если я вставлю свой пенис в девочку, у нее будет ребенок и чтобы я этого не делал, пока не женюсь. Тема была закрыта. Я не хочу поступать со своим сыном так же, но я не знаю, что сказать. Мы всегда были близки с ним, но о сексуальных ощущениях мы никогда не беседовали.

Джон, отец четырнадцатилетнего Тима

В прежних культурах в этом возрасте осуществлялась инициация мальчиков. Их физиологическое пробуждение проходило под контролем социальных норм, поэтому мальчик получал прямые инструкции насчет своей сексуальности, им руководили, его направляли.

Его учили общаться с мужчинами и женщинами. Сегодня же, как считают Сол и Юдифь Гордон, чью откровенную и мудрую книгу мы рекомендуем всем родителям подростков, «существует множество источников полового просвещения, которые действуют без ведома и согласия родителей в столовых, раздевалках, туалетах, — это граффити, порнография, анекдоты на сексуальные темы, хвастовство и бравада некоторых молодых людей, которые осмеливаются проявлять сексуальную активность. Молодежь, кроме того, получает обширную информацию на темы секса в кино и по телевизору, причем чаще всего эта информация носит сенсационный или извращенный характер». Супруги Гордон говорят, что, хотя они и не могут доказать непосредственного влияния развлекательных программ на половое развитие подрастающего поколения, их клинический опыт свидетельствует, что «изображение излишнего насилия оказывает ожесточающий эффект, особенно на мальчиков, что проявляется в недостатке чуткости к другим людям и постоянной потребности властвовать».

Пришло время, когда отец или другой мужчина, пользующийся у мальчика доверием, должен рассказать ему о мужских движущих силах и мужской сексуальности. Знакомый, которого мы назовем Стефано, рассказывает, как он в возрасте пятидесяти лет впервые присутствовал на собрании мужчин в чудных лесах Калифорнии, где выступал поэт Роберт Блай. «Роберт Блай вышел в центр круга и сказал: «Сейчас я расскажу вам, как доставить женщине сексуальное удовлетворение». Я подумал: «Фу! Жил же я все это время. А тут на тебе, какой-то старик собирается рассказывать мне о сексе. Но это было фантастично!»

Сегодня подростки, вынужденные познавать сексуальность, так сказать, «на улице», подвергаются большому риску познакомиться со СПИДом и венерическими заболеваниями, стать причиной нежелательной беременности, получить эмоциональную травму из-за чувства вины, сексуального принуждения или неприятного сексуального опыта. Родители должны познакомить своих сыновей со средствами контрацепции и «техникой безопасности» в сексе, а также со способами защиты от СПИДа. Дети должны иметь возможность задать нам любые свои вопросы, а мы должны быть готовы ответить на них прямо, точно и честно. Очень важно уметь сказать: «Я не знаю», если у нас нет достоверного ответа, и помочь сыну найти нужную информацию, чтобы удовлетворить новые потребности его тела и пробуждающегося интереса к проблемам пола. Наша открытость — залог того, что мальчик научится брать на себя ответственность в сексуальных отношениях, станет подлинно человеческим существом, умеющим дарить любовь и отвечать на нее.

Половое развитие у мальчиков начинается в разном возрасте и идет с разной скоростью, но в наши дни пубертат обычно наступает раньше, чем это было, когда родители нынешних подростков были детьми. Чтобы понять сексуальные устремления своего сына, мы должны прежде всего осознать, что новое поколение созревает в физическом отношении быстрее, а женитьбу откладывает дольше, чем когда-либо прежде. Всего лишь семьдесят лет назад мужчины и женщины вступали в брак в возрасте тринадцати лет и начинали жить семейной жизнью.

Чего можно ожидать в возрасте между двенадцатью и четырнадцатью годами. Двенадцатилетние мальчики вдруг начинают ронять в классе карандаши, ибо это позволяет им нагнуться и заглянуть под девичьи юбки. Они сами могут и не знать, что они ищут или что надеются там найти, но таинственное побуждение сделать это очень сильно. К тринадцати-четырнадцати годам мальчик начинает осознавать, почему ему хочется заглянуть девочке под юбку, почему среди журнальных картинок его привлекают женщины в соблазнительных позах и почему сцены танцев по MTV захватывают его внимание. «С самого детства мы с Марком каждое воскресенье вместе читали комиксы, — рассказывает Джордж, сыну которого сейчас четырнадцать лет. — Позже я заметил, что первое, куда он смотрит по получении газеты, — реклама женского нижнего белья фирмы «Масу». Он осторожно вытаскивает ее и уходит к себе в комнату. То же самое я делал с каталогом Sears, когда был мальчишкой».

У большинства мальчиков первая эякуляция происходит в возрасте между двенадцатью и тринадцатью годами, обычно это бывает при мастурбации или эротических сновидениях. Частота поллюций, или ночных семяизвержений, очень индивидуальна и уменьшается по мере взросления мальчика. Главное в этом — объяснить сыну, что ночные семяизвержения

нормальны, что они бывают почти у всех мальчиков, что это не болезнь; нужно сказать ему, как он должен поступить утром с простыней. По-прежнему важно убедить мальчика в нормальности мастурбаций.

Первые сексуальные впечатления этих лет очень волнуют мальчика и порой доставляют ему немало проблем и переживаний. Он учится жить с телом, которое, кажется, вышло из повиновения. Пройдет немного времени, и его уже не будет удивлять эрекция, вызванная эротическими фантазиями, прямой стимуляцией или «грязными картинками». Но эрекция, возникшая как раз в тот момент, когда он вышел отвечать перед классом, — это уж слишком тяжело вынести! Успокоительное замечание отца или другого симпатичного мальчику взрослого мужчины поможет сыну пройти сквозь эти испытания, не потеряв уверенности в себе и чувства юмора.

Чего ожидать к пятнадцати-шестнадцати годам. К этому времени многие мальчики-подростки уже выработали свою модель сексуальной активности. Не забывайте о том, что каждый мальчик развивается в своем собственном темпе, поэтому нет нужды волноваться, если ваш сын в этом возрасте больше интересуется компьютерами, нежели девочками. Нередко общество, в котором вращается мальчик, и семейные традиции определяют проявления его сексуальной активности: отрицает ли он сексуальное влечение, ограничивается фантазиями наедине с собой и мастурбацией, активностью во сне, петтингом, ухаживаниями или вступает в настоящие половые сношения.

Между пятнадцатую и шестнадцатую годами у большинства мальчиков гениталии достигают своего нормального, взрослого, размера. Вес приближается к тому, каким он будет у взрослого мужчины. Начинают расти волосы на лице, гениталиях, груди, руках и ногах. Эрекция теперь чаще бывает связана с эротическими или сексуальными стимулами — она может наступить во время танцев, объятий или прогулки и разговора с кем-то, кого мальчик находит привлекательным. «Грязные журналы» и картинки, реклама женского белья уже не так привлекают внимание. Мальчика теперь гораздо сильнее воспаляет собственная фантазия и взаимоотношения в реальной жизни.

К шестнадцати-семнадцати годам сексуальный импульс становится характерным признаком повседневной жизни мальчика. Его возбуждает контакт с женщиной, эротические картины и романы, ритмичная музыка. Поллюции становятся реже, и некоторые мальчики проявляют сексуальную активность в отношении девочек. Особую важность приобретает общественная жизнь, где мальчик независим от родителей; стремление проявить свои таланты и способности и желание быть рядом с девочкой — вот на чем теперь сосредоточены все его силы. То, как он реагирует на свои сексуальные порывы, может варьироваться от одиноких фантазий при незначительности контактов с девочками или даже полном их отсутствии до удовольствия от ощущения ее руки в своей, петтинга и совокупления.

Однажды рано утром я обнаружил, что двигатель нашего «Фольксвагена» горячий. Потом наш шестнадцатилетний сын Мэтт спустился к завтраку с таким видом, как будто он не спал всю ночь. Но он заявил, что насчет машины ничего не знает. Я понял, что что-то происходит. В субботу я повез его пообедать в наше любимое местечко. И спросил там напрямую: «Где ты был вчера рано утром?» Я знал, что история должна быть интересной. Он всегда ездит на другой нашей машине, потому что не умеет пользоваться ручкой, переключения передач, поэтому фольксвагеновский «жук» используется редко. Мэтт заколебался и что-то промямлил, а потом наконец раскололся. В три часа ночи он ездил к своей девочке, причем ехал 10 миль на первой передаче. Он влез в окно ее спальни на третьем этаже, сделал свое дело, сел обратно в «жучка», но не смог дать задний ход. Тогда он стал толкать машину до самой дороги, затем на первой передаче приехал домой, выключил двигатель, закатил машину на место и пробрался в свою комнату; было 5 утра. Должно быть, все это правда, и уж очень забавно. Он взял «жучка», потому что тот был припаркован под холмом, а не возле дома. Все, что я мог сказать: «Сын, ты один из самых решительных и изобретательных людей, которых я когда-либо знал, но, пожалуйста, впредь так не делай. Я ведь могу нечаянно стрелкнуть в тебя, приняв за разбойника, или это сделает отец твоей девочки, обнаружив, что это ты, а не грабитель!»

Фредерик, отец шестнадцатилетнего Мэтта

С сыном в возрасте между тринадцатью и семнадцатью обязательно нужно поговорить о том, что такое беременность, как пользоваться контрацептивами, об опасности заражения и профилактике венерических заболеваний и СПИДа, особенно если проблему сексуальных отношений в беседе с ним вы затрагиваете впервые. Лучше всего, если такой разговор поведет отец. Многие родители совершают непростительную ошибку, полагая, что ко времени пубертата дети уже знают о сексе все, что им нужно знать. Однако их знания в лучшем случае обрывочны и чаще всего неточны. Самое важное, чему родители должны научить своих сыновей, — это быть внимательными к чувствам другого человека, уважительно относиться к слову «нет» и, как сказала своему сыну коллега супругов Гордон, «никогда не использовать свой пенис в качестве оружия против другого человека».

Необходимо дать мальчикам понять, как вы относитесь к его сексуальной жизни. Большинство из нас предпочло бы, чтобы сын сначала стал совсем взрослым, а уж потом вступал в половые контакты. И нужно, чтобы он знал о наших взглядах на этот вопрос. Однако как бы родители ни старались, они могут проконтролировать далеко не все. Но мы можем (и должны!) рассказать сыну об опасностях, которые таит в себе раннее начало половой жизни. Мы вправе сказать ему о том, что мы надеемся на его благоразумие и на то, что он начнет половую жизнь, став несколько старше. Но нас не будет рядом с ним в стоящем автомобиле, пустой квартире или на вечеринке, где он примет окончательное решение. Если же с ним случится что-либо серьезное и ему потребуется наша помощь, он должен знать, что мы его по-прежнему любим, несмотря ни на что, и всегда готовы помочь ему всем, что в наших силах.

В некоторых исследованиях говорится, что мужчины достигают пика своих сексуальных возможностей к концу второго — началу третьего десятилетия жизни. По поводу того, насколько это утверждение верно, до сих пор ведутся дискуссии. И тем не менее сексуальное влечение в юности у мужчин очень сильно и всецело занимает мысли молодого человека. Сексуальность наших сыновей в век высоких технологий — проблема особой сложности. Когда период отрочества был короче и люди вступали в брак в довольно молодом возрасте, их сексуальные потребности находили довольно простой выход на поприще законного брака. Теперь же, когда супружество обычно откладывается до тридцатилетия, интимная близость становится составной частью ухаживания. Все шире распространяющаяся практика совместной жизни до заключения брака добавит еще не один седой волос нашим родителям. У этой проблемы нет однозначного решения, но она предъявляет серьезные требования к тому, чтобы родители оставались открыты для диалога со своими повзрослевшими сыновьями, чтобы дети это чувствовали. Просто нам самим нужно всегда помнить о том, как мы думали и что испытывали перед лицом страсти и смятения в свои отроческие годы.

Хорошо сказал об этом шестнадцатилетний Абе: «Я думал, что постиг жизнь до конца, и точно знал, что буду делать в большинстве ситуаций. Я распланировал всю свою жизнь. А потом я взял у приятеля машину, чтобы поехать на свидание. В ней заднее сиденье раскладывается и становится очень просторно. Я встретился с той, которая мне нравилась, и она, кажется, любила меня. Мы закончили на десятом этаже гаражной стоянки, используя разложенное сиденье вместо спальни. Окна были затемнены, и никто не мог заглянуть внутрь машины. Произошло то, чего я никак не собирался делать, пока стану старше. Поэтому сейчас я испытываю некоторое смятение, но я знаю, что уже никогда не буду смотреть на вещи так, как раньше. В этом слишком много удовольствия. Я не говорю, что я собираюсь сходить с ума или совсем взбеситься. Я просто понял, что принял слишком много решений в отношении некоторых элементов жизни раньше, чем познал их. Сейчас многое приходится переоценивать, но я не спешу делать какие-либо опрометчивые выводы».

Положительный настрой

Мальчик в возрасте «господина Нахала» стремится к самоидентификации и индивидуализации. Его постоянно бросает от сильного ощущения «Я есть!» к

неуверенному -«Кто же есть я, черт побери?» От решения этой дилеммы зависит вся жизнь мальчика-подростка. То, кто он есть, гораздо в большей степени влияет на выбор им направления, чем имеющиеся у него таланты и навыки. Его личная сущность спрятана глубоко в его душе.

С мальчиком, который ищет свою душу, тяжело жить рядом. На него нельзя положиться, потому что его взгляды и убеждения меняются каждый день. Это может раздражать родителей, и поэтому нужно дать сыну понять, как его поведение влияет на нас. Ключевым моментом такой обратной связи должны стать доброта и принятие, отсутствие осуждения. Мы можем не соглашаться с ним: расхождение наших мнений лишь поможет ему прояснить свою позицию. Если же мы начнем осуждать его убеждения либо критиковать их как неправильные или незрелые, это только задержит его продвижение к ясности и усилит противостояние, которое бывает неизбежным в эти годы самопознания и самоисследования. Очень часто принимают и усваивают родительские ценности и глубинные убеждения именно те сыновья, которым позволяли свободно исследовать мир, иметь свои собственные представления об этом мире и взгляды на жизненные проблемы. Содержание споров меняется, но от того, как мы обращаемся и общаемся друг с другом, зависит сохранение отношений между родителями и сыном среди хаоса разногласий.

Ниже приведены примеры высказываний, характерных для мальчиков-подростков, и скрытого за ними положительного настроя. Мы надеемся, что они похожи на то, что вы не однажды слышали от своего сына-подростка. Они предложены как исходная точка, с которой вы можете начать разговор с ним (о том, как слушать положительный настрой и использовать его в процессе общения, смотрите материал главы 6), но мы не гарантируем, что это поможет вам понять своего мальчика. Его чувства, высказывания, реакции обычно бывают нелогичны, и сейчас он, возможно, совсем не такой. Удачи вам!

Высказывание: Я собираюсь выкраситься в синий цвет, и мне наплевать, что ты по этому поводу думаешь!

Положительный настрой: Я хочу быть не таким, как все, и хочу чувствовать себя своим среди ребят.

Высказывание: Я ненавижу тебя!

Положительный настрой: Мне больно. Или: Я сердит на тебя.

Высказывание: Отец — идиот. Он никогда меня не слушает. А только читает нотации. Я не могу этого вынести.

Положительный настрой: Мне нужна отцовская поддержка.

Высказывание: Это не ваше дело, есть ли у меня подружка и кто она.

Положительный настрой: Я имею право на тайну. Я хочу сам распоряжаться своей жизнью.

Высказывание: Я не могу понять, как ты рассуждаешь. Ты все время противоречишь сама себе. (Сказано матери.)

Положительный настрой: Я в состоянии думать и рассуждать более логично.

В пропуски, оставленные ниже, мы предлагаем вам вписать поступки и утверждения, характерные для вашего собственного сына, а ниже впишите наиболее вероятный положительный настрой, стоящий за ними.

Высказывание: *Положительный настрой:*

Начинаем действовать

Любым родителям, независимо от возраста их сыновей, нужна поддержка. Когда мы делимся своими проблемами в родительских группах или с близкими друзьями, соседями, это

приносит нам облегчение, возвращает чувство юмора, позволяет по-новому взглянуть на самые тяжелые, критические ситуации в семейной жизни. Нам кажется, будет полезным напомнить родителям, что для многих мальчиков годы отрочества наполнены волнением и победами, тесной дружбой, обретением новых навыков и веселыми приключениями. Даже у самых счастливых подростков бывают взлеты и падения. И мы хотели бы перейти к рекомендациям, которые помогут родителям пережить эти трудные годы. Обязательно еще раз просмотрите такой же раздел в главах 7 и 8, потому что изложенные там рекомендации сохраняют свою актуальность и в отроческие годы.

Обеспечьте ребенку ощущение безопасности и поддержки. Ваше присутствие, ваша открытость для обсуждения вопросов и честного исследования чувств, единство вашей семьи как целого — все это служит подростку безопасной гаванью, где, как он знает, ему всегда рады. Если мальчик уверен, что в любой момент он может обратиться за помощью, не боясь осуждения и насмешек, он скорее будет доверять родителям и не потеряет связи с семьей в эти тягостные для себя годы. Мы знакомы с подростком, у которого было такое взаимопонимание с отцом, что мальчик мог позвонить отцу в любое время и из любого места и попросить, чтобы отец отвез его домой, — и никаких вопросов при этом не задавалось. Подросток не должен «все рассказывать» своим родителям; он имеет право на тайну личной жизни, и такое соглашение многим спасло жизнь.

Если это возможно, постарайтесь быть дома, когда он возвращается из школы. Конечно, это может вызвать финансовые трудности или оказаться вообще невозможным, но подростку родитель нужен дома точно так же, как маленькому ребенку. Одна мать рассказывает: «Я вернулась на работу, когда сыну исполнилось десять лет. В четырнадцать ему понадобилось, чтобы я была дома, когда он возвращается из школы. Никогда бы в жизни не подумала, что мы опять сможем жить на одну зарплату, но я рада, что решила посидеть дома, пока он в таком возрасте. У нас в семье спокойнее, чем у других, и Сет сам чувствует себя более счастливым».

Включайтесь в школьную и общественную жизнь сына, активно интересуйтесь ею. Многие мероприятия требуют родительской помощи и поддержки «за сценой». Это позволит вам быть в курсе того, как молодежь одевается, причесывается, говорит, какую музыку слушает. Это мир вашего сына, другая культура. И вам может показаться, что вы совершили посадку на другой планете, если вы не будете в курсе последних событий.

Будьте политически активны в своей общине, районе, штате, защищая молодежь. Ищите для нее возможности конструктивно применить свои силы. Например, «тусовки» с живой музыкой, где не подают алкоголь, обеспечивают молодежи возможность деятельности и восстановления сил. Помогайте организовать такие дела, где бы ребята могли научиться чему-нибудь новому и обрести самоуважение. Найдите для подростков такие занятия, которые позволили бы им понять людей менее счастливых, чем они сами, и помочь таким людям. Подростки, например, могут поработать добровольцами в детском доме, в благотворительной столовой, детском саду, в программе Headstart, исправительном учреждении для малолетних или больнице.

Организовывайте и тренируйте спортивные команды. Организовывайте для подростков диспуты и помогайте в их проведении. Особый интерес для молодежи представляют такие темы, как секс, наркотики, духовность, системы ценностей, как преуспеть в современном мире. Спросите у самих подростков, что их интересует.

Будьте настороже в отношении признаков, предвещающих самоубийство. В плане самоубийств подростки относятся к группе высокою риска.

Ниже приведен список предвестников из национальной программы по снижению подросткового суицида «Подростки в действии».

- ◆ Снижение аппетита.
- ◆ Изменение режима сна.
- ◆ Отход от друзей и отказ от общественной деятельности.
- ◆ Взрывы гнева, испуганность, обидчивость и ранимость.
- ◆ Заметные личностные изменения.

- ◆ Частые жалобы на физическое недомогание или усталость.
- ◆ Саморазрушающее поведение.
- ◆ Мысли о смерти.
- ◆ Навязчивый страх ядерной войны.
- ◆ Иррациональное, эксцентричное поведение.
- ◆ Мучительное чувство вины или стыда.
- ◆ Ощущение безнадежности, печаль, отчаяние.
- ◆ Раздача своего имущества.

Драма и театр дают подросткам возможность примерить на себя различные роли и эмоции. Не забывайте, что это время, когда мальчик ищет, кем и каким он мог бы захотеть стать. Выступая в театре, он может испытать гнев, сострадание в различных жизненных ситуациях, абсолютно не похожих на его собственные. Участие в школьном или дворовом драмтеатре может дать мальчику как раз то, что ему нужно, для разрешения важных жизненных дилемм. Если сама по себе игра на сцене не входит в круг его интересов, то просто совместное посещение театра или чтение великих пьес может дать ему возможность выйти за пределы своего ограниченного жизненного опыта.

Изобразительное искусство становится важным средством доступа к внутренней сущности подростка. Красота и порядок зачастую действуют успокоительно на эмоциональные бури, бушующие в душе подростка, поэтому живопись, скульптура, керамика, графика могут стать мощным средством самовыражения. В этот период преобладающее положение в жизни большинства мальчиков занимают организованные занятия спортом, что может быть мучением для подростка, у которого нет склонности к спорту. Такой мальчик может найти естественный выход своим переживаниям и талантам в изобразительном искусстве. Родители должны найти арену для достойного использования его творчества: театральные декорации и реквизит, фрески в центрах социальной защиты, нуждающихся в декоре, флаги для парадов, украшения для школьных вечеров танцев и детских утренников и многое другое. Художественные таланты могут быть обращены и к материальной выгоде семьи, если помочь юному художнику хорошей идеей.

При этом родители ни в коем случае не должны высказывать никаких суждений, подразумевающих, что мальчик мог бы заняться чем-нибудь другим, что он неудачник, потому что не его назначили капитаном футбольной команды, или что он зря теряет время. Любая попытка мальчика прислушаться к самому себе и заговорить с миром своим собственным голосом достойна того, чтобы на нее потратили время и силы.

Я ненавижу спортивные игры, хотя нельзя сказать, что у меня там так уж ничего не получалось: мне даже каждый год приходилось участвовать в соревнованиях. Я всегда любил рисовать, но домашние не давали мне заниматься рисованием. Проблемы начались в ранней юности, когда я решил применить свои творческие силы на другом поприще. Чего я только не делал, чтобы привлечь к себе внимание; выходки мои были грандиозны. Мне нравилось гримироваться и разыгрывать разные роли, поэтому я наряжался в какой-нибудь дикий наряд, например инопланетянином, и являлся в класс, как будто так и положено. Однажды я купил за пятьдесят баксов старый ободраный автомобиль и разрисовал его сверху донизу сумасшедшими красками и жестокими физиономиями, разбросанными там и сям и зажимающими себе рот руками. Перед уроками я поставил автомобиль так, чтобы его было видно из окон большинства классов, и он целый день отвлекал внимание ребят. Этой проделкой я завоевал всю школу. Тогда я в первый раз почувствовал себя хорошо. Теперь я занимаюсь графикой денно и нощно. Я бы делал еще больше, если бы мог. Столько лет я потерял в школе, делая то, чего от меня хотели другие, просто потому, что у меня это получалось, а не потому, что мне это нравилось.

Чак, девятнадцатилетний художник-график

Глава 11 Годы взросления: с восемнадцати до двадцати девяти

Меня попросили сказать несколько напутственных слов выпускникам этого класса, выходящим в большую жизнь. Вот

они: «Не ходите!»

Из поздравительной речи выпускникам

В древние времена молодой человек в возрасте между восемнадцатью и двадцатью девятью годами выполнял роль главного производителя в своем племени, он знал меру своей ответственности перед племенем, женщинами, детьми и соседями, четко осознавал свое место в мире. Его жизнь строилась на регулярности и стабильности хорошо знакомого и неизменного мира. В этом возрасте, уже пройдя инициацию, он чувствовал себя полноправным и полноценным мужчиной.

Для выпускника наших дней все совсем по-другому. Он только начинает свой путь к тому, чтобы стать мужчиной. Полученное образование дает ему возможность постигать идеи и представления, но у него мало опыта настоящей жизни, эмоциональной, духовной и практической. Он редко бывает готов к тому, чтобы жить. Если в детстве ему повезло с родителями, которые признавали его чувства, ставили надежные ограды и понимали его душу, то у мальчика есть прочная база, с которой он может начать свое путешествие в мужество. Но даже самое счастливое детство не защитит его от собственных страданий. Он будет спотыкаться о соблазны удовольствия, денег, о те мимолетные пустяки, которыми прельщает наша культура. Все книжные знания не могут заменить мальчику умного руководства и жизненной мудрости.

Здоровый современный мужчина должен ощущать свою тождественность в быстро меняющемся мире при неопределенности половых ролей. Снятие ролевых ограничений с мужчин и женщин раскрыло такие возможности духовного и служебного роста, каких раньше никогда не было. Но понятия, каким должен быть мужчина, еще десять лет назад радикально отличались от нынешних и, кажется, меняются день ото дня. Сегодня мужчина становится мужчиной, когда он во всеоружии своих личных качеств отвечает на вызовы судьбы. Именно то, как он реагирует на неизбежные жизненные проблемы, и формирует здоровое мужское самосознание.

Я стал мужчиной после того, как развелся. Я работал день и ночь, не обращая на семью никакого внимания, и они бросили меня. Тягостно было узнать, что они никогда ко мне не вернуться. Только периодически я могу видеть кого-нибудь из них. Теперь я вынужден проводить время с детьми по «графику посещений». Неприятно говорить об этом, но развод заставил меня реально взглянуть на то, что для меня в жизни главное. Сейчас это отношения с мальчишками и мое собственное здоровье. Я надеюсь, что со временем стану более открыт для жизни, но в данный момент я зализываю свои раны и перестраиваю свою жизнь вокруг того, что для меня наиболее важно.

Гарри, сорокалетний разведенный отец

В возрасте между восемнадцатью и двадцатью девятью молодые люди выходят на простор жизни за пределы семьи, в которой они выросли. Некоторые идут очень медленно, другие движутся быстро. Но независимо от скорости современная жизнь является сценой, где проходит инициация современных мужчин. Выпускники буквально ввергаются в многообразие человеческих, мужских переживаний: они начинают свою карьеру, вступают в брак, становятся отцами, их увольняют с работы, они оказываются без сбережений и средств к существованию, переживают развод или разрыв жизненно важных для себя отношений, их предают лучшие друзья, они становятся физически беспомощными, сталкиваются лицом к лицу со смертью и горем потери возлюбленных, тяжело болеют, страдают от вредных привычек (переедания, наркотиков, алкоголизма, перерасхода сил и средств), совершают насилие над женой и детьми, продвигаются по службе и так далее.

«В возрасте около тридцати пяти, — говорит поэт Роберт Блай, — мужчина уходит в сторону от мира. Его манера общаться с миром больше не эффективна. Наступает время страдания, борьбы, поиска своей глубинной мужской сущности. Мужчина теряет надежду сделать то, что он хочет и как хочет, не поняв своей сути. Он жил ложными мечтами. Теперь его мечты

более реальны». Столкнувшись с ограниченностью своих возможностей, мужчина переживает крах детских чаяний, когда ему казалось, что он может все. У него формируется более реалистичный взгляд на мир. Претенциозность сменяется смирением, и мужчина обретает способность оставить в мире более заметный и добрый след.

Одни совершают этот поворот добровольно, других толкают к «более глубоким» чувствам и «более ясному» сознанию наркотики, алкоголь, переедание, недостаток денег. Первым шагом к выздоровлению в программе «Анонимные алкоголики» декларируется признание своего бессилия перед алкоголем. Поняв, где он по-настоящему бессилён, мужчина может потом отыскать то, что даст ему силы жить.

Для родителей мучительно видеть, как сын борется с тяжелыми переживаниями, с чувством страха, неудачами, потерями, горем. Нам хочется вмешаться, поднять его, стряхнуть с него пыль, поддержать. Если мы это сделаем, мы лишим его возможности самому пройти сквозь огонь и тьму и выйти с другой стороны живым и невредимым, ставшим гораздо мудрее. Подобно Тесею, который, чтобы стать царем, должен был победить жестоких разбойников, скрывавшихся на Афинской дороге, или Орфею, который спустился в подземный мир, чтобы вернуть себе душу, молодой человек должен войти в мужскую зрелость своими ногами. Консультанты и учителя, которые его направляют, могут пройти с ним вместе сквозь его отчаяние, но они не должны брать на себя его боль, они могут аплодировать его победам, но не должны выдавать кредитов. Автор комедий и философ Роб Беккер прослеживает источники низкой самооценки современных мужчин в своей пьесе с одним героем «Защищая пещерного человека». Он говорит: «Я хочу, став мужчиной, чувствовать себя так же хорошо, как когда я был маленьким мальчиком». Такое самочувствие приходит к мужчине по мере того, как он вырабатывает свой собственный кодекс чести, находит свое место в мире, познает порядок вещей, осознает, что представляет для него ценность в жизни, и когда совершаемые им поступки согласуются с теми стандартами, которые он сам для себя установил. Когда сын стоял на пороге зрелости, один отец, по имени Спенсер, вынужден был преодолевать нечто еще более мучительное — последствия отношения к себе со стороны своего собственного отца. «Мой сын Нэйт — самый ленивый мальчик, которого я когда-либо видел. Вероятно, он стал таким потому, что я никогда не требовал от него, чтобы он что-нибудь сделал реально. Если он не хотел делать того, о чем я его просил, я уступал ему. Я пообещал ему автомобиль, если он закончит среднюю школу. Когда он закончил ее, я подарил ему новую автомашину и кредитную карточку на тысячу долларов. Стыдно признаться, но я надеялся, что это поможет ему наконец взять старт. Каким я был дураком. Он взял машину, уехал на месяц, истратил кредитный лимит, израсходовал тысячу баксов, получил три предупреждения за превышение скорости, а теперь хочет снова жить дома. Ну да, я позволил ему остаться. В двадцать один он продолжает вести себя как подросток. Я вижу это, но не знаю, что делать. Я не могу его выгнать. Вот почему я в этой группе поддержки родителей. Мне нужна помощь».

Этот отец понял, что пытался защитить сына от той трудной жизни, которую прожил сам, с отцом, которого никогда не было рядом. Когда Спенсер осознал свою собственную боль, он нашел в себе силы установить ограничения для сына. Он предоставил Нэйту право самому определять свои собственные приоритеты, пройти через собственные ошибки и добиться собственных побед. Другого пути к мужской зрелости нет.

Пришла пора отпустить

Главная задача родителей на этом этапе возрастного развития — отпустить наконец ребенка от себя. Нелегко бывает это сделать после тех лет, когда сын учился в колледже, путешествовал, пробовал одну работу за другой. Многие нынешние сыновья возвращаются на время домой после того, как поживут самостоятельно.

Родители колеблются, нужно ли в этом случае помогать сыну и в какой мере. Можем ли мы высказать свое мнение и предложить ему совет? Оставить ли его наедине с возникшими проблемами, если у нас есть деньги, чтобы прекратить его страдания? Родители, которые

могут проанализировать свои собственные естественные страхи и переживания за вступающего во взрослую жизнь сына, скорее сумеют оказать поддержку птенцу, не спешащему покинуть «родительское гнездо».

Когда я уезжал учиться в колледж, у меня были громадные планы на будущее, но они рухнули сразу же, как только я закончил учебу. Я был действительно подавлен и на девять месяцев вернулся домой. Я работал на двух работах, чтобы накопить немного денег и пойти на консультацию. Я собрал все свои силы и попробовал все начать с начала. Было странно снова оказаться дома, но мне это было необходимо. Я думаю, у родителей это вызвало смешанное чувство. Они привыкли жить сами по себе. Но я поистине наслаждался возвращением. Сейчас я наблюдаю, как мой двухлетний сын отходит от матери и, вдруг поняв, что ушел слишком далеко, немного пугается и бежит к ней обратно. Наверное, я поступил точно так же.

Джон, тридцать один год

История Джона многим покажется знакомой. Эмоциональный дискомфорт — далеко не единственная причина, по которой современные молодые люди вдруг возвращаются домой или надолго задерживаются в родительском доме. Экономика сегодня предъявляет к молодым огромные требования. Высокая квартплата и низкие заработки молодых специалистов затрудняют любому успешный переход к самостоятельной взрослой жизни. Молодой человек в возрасте между восемнадцатью и двадцатью девятью должен отвыкнуть опираться на родителей и начать ориентироваться на своих сверстников.

Среди сверстников

Ни одна культура не полагается только на отца и мать в деле превращения мальчика в мужчину. В этом всегда участвовал более широкий круг мужчин и женщин. Современные родители юноши обязательно должны отправить его к людям, в различные учреждения, школы, к консультантам, которые помогут мальчику сформировать свои представления о взрослой жизни. В идеале значение родителей в жизни молодого человека должно уменьшаться, их роль постепенно должна переходить к любящим друзьям и соратникам.

Теперь для молодого человека «зеркалом», которое показывает ему, кто он такой, становятся коллеги по работе, члены клуба, члены мужского товарищества, участники оздоровительной группы, психотерапевт, учителя и (это самое лучшее) кружок ребят, с которыми его связывает настоящая мужская дружба. Старшие наставники, жизненная мудрость которых имеет огромное влияние, могут помочь молодому человеку найти дорогу к своим глубинным чувствам и скрытым мотивам. Вид и содержание этих отношений жизненно важны для здоровья молодого человека в послешкольные годы.

Будущее

Рождается новый образ зрелой мужественности. Одни пионеры мужского движения воскрешают бой барабанов, другие обращают взоры к традициям коренного населения Америки, третьи встают на путь воина и очень многие спокойно работают сами по себе дома, в своей семье. Этот образ пока неясен, но основной вопрос поставлен правильно: «Что такое здоровый мужчина?»

Мы считаем, что здоровье зависит от жизнеутверждающей позиции, которая ведет к действию. Это определение не ново. Мужчины работали на общее благо в течение многих столетий. Наша трагедия заключается в том, что понятие «мужество» подверглось девальвации, потому что мы неправильно поняли (или вообще не заметили) положительный настрой, скрывавшийся за поступками.

Роб Беккер говорит о заботливой, животворной силе души современного отца. «Когда я со своей женой Ирен пришел в гости в дом наших друзей, ожидавших своего первенца, Ирен

сразу под села к этой женщине и они стали делиться впечатлениями о беременности, родах и новорожденных. Я пошел за Россом на задний двор. В глазах у него было изумление, а в руках мотопила. «Я строю форт», — с гордостью сказал он. Я ответил: «Эх, ребенок еще даже не родился, а ты уже устраиваешь ему место для игр?» Он помолчал, посмотрел мне прямо в глаза и проворчал: «Черт побери, ты возьмешь какую-нибудь мелочь и поможешь мне или нет!»

Отцовская забота всегда действенна. Мальчики и мужчины вместе должны воскресить глубинную мужскую силу, тот жизнеутверждающий импульс, благодаря которому из любознательных, творческих и восприимчивых малышей вырастают здоровые мужчины.