

В чем виноваты родители особых детей

Елисей ОСИН

Каждый раз, когда я слышу очередную безумную психологическую теорию о том, почему ребенок себя плохо ведет, я думаю о том, что вину ищут в себе не те, кому следовало бы.

Помимо симптомов, синдромов, таблеток, норм развития, консультирования и прочего всего, что бывает в работе детского психиатра, я постоянно сталкиваюсь с одной важной и сложной вещью, недооценивать которую почти то же самое, как недооценивать влияние очень тяжело протекавшей беременности на развитие ребенка. Эта вещь, это явление появляется почти на каждой консультации, вылезает в письмах с клиентами, звучит в их рассказах даже тогда, когда рассказывают они совсем о другом.

С этой вещью приходится иметь дело почти всегда, когда ребенок развивается не так, как его сверстники или старшие и младшие братья и сестры, тогда, когда ребенок ведет себя совсем неподобающе, когда он не вписывается туда, куда другие дети его возраста вписываются без труда.

Эта вещь – это вина. Почти на каждой консультации я слышу удивительные и сложные объяснения того, почему ребенок не такой, как другие:

«Дело в том, что я мало с ним играла, просто оставляла в комнате с игрушками и шла на кухню» (про ребенка с аутизмом).

«Он проводит лето у бабушки, и она там его балует. Каждый раз он возвращается хуже, чем уехал и я думаю, что если бы мы его не отпускали туда, то сейчас в школе он бы как-то держался» (про ребенка с тяжелым синдромом дефицита внимания и гиперактивности).

«Она просто избалованная донельзя, все, что она хочет, она тут же получает. Если бы мы с ней построже, то она научилась бы вести себя, не истерила бы, как сейчас» (про импульсивную девочку с повышенной чувствительностью к звукам, прикосновениям и запахам).

«Я каждый раз вспоминаю тот день, когда мы несли ее на прививку. Она уже с утра плакала, как будто знала, что сейчас с ней произойдет, а мы ее отнесли. Я до сих пор не могу себя простить» (про девочку с регрессивной формой аутизма, резвившегося через полтора месяца после очередной прививки).

Конечно, чувство вины бывает не только у родителей детей с проблемами развития, она вообще свойственна родительству, ведь часто кажется, что чего-то по отношению к ребенку не сделал, а может, сделал чего-то лишнее. Все родители – это люди и многие (а может, и все) срывались на детей и делали что-то, о чем потом жалели (шлепали, грубо отчитывали, принижали). Но у родителей детей с проблемами в развитии и поводов для вины больше, да и тех, кто с удовольствием напомним им об невыполненных обязательствах гораздо больше – от учителей и психологов до тещ со свекрами и мам на детских площадках. Я не буду приводить

примеров их высказываний – они не интересные, злые и правды в них немного.

А в чем правда?

Я начну издалека и скажу в общем банальную вещь: XX век – это век невероятного скачка в развитии медицины. Грубо говоря, если в начале XX века молодой человек заболел туберкулезом, то он, скорее всего, через несколько лет умирал, если он это делал в 1970-х годах, то благодаря изониазиду и рифампицину, он доживал до времени, когда мог поиграть со своими внуками (конечно, это лекарства с побочными эффектами, их много, но человек жил, а не умирал истощенный, бледный, в самом расцвете сил). Если маленький ребенок родился в начале XX века, то с вероятностью от 10 до 30 процентов, он умирал, не дожив до первого года жизни, сейчас почти все доживают до первого года и живут гораздо больше и дольше. Таблетки, вакцины, хорошее питание, гигиена, центральное водоснабжение и отопление изменили нашу жизнь до неузнаваемости. Вместе со всем этим изменилось наше знание о причинах болезней – мы открыли микробы и вирусы, иммунодефициты и аутоиммунные заболевания. Наука, которая занимается изучением причин заболеваний и факторами, влияющими на здоровье называется – эпидемиология и это, наверное, самый интерес раздел медицины (после детской психиатрии, разумеется). Благодаря эпидемиологическим исследованиям, например, мы узнали, что курение вызывает рак легких.

И благодаря эпидемиологическим исследованиям и различным остроумным экспериментам мы узнали, что значение вины родителей в развитии расстройств развития и нарушений поведения весьма преувеличено. Да, это еще одно достижение медицины XX века – знание о том, родители не виноваты в том, что их дети страдают психическими или поведенческими расстройствами. А что тогда?

Одна из важнейших вещей, про которую так мало говорят у нас – это влияние темперамента ребенка. Темперамент – это врожденный набор определенных характеристик нервной системы. Эти характеристики определяют значительную часть поведения ребенка – от уровня активности и внимательности до уровня чувствительности к звукам и прикосновениям и реакции на новое. Темперамент – это то, что делает нас такими разными и нередко именно из каких-то выраженных темпераментных черт с ребенком становится очень сложно, сложно становится заставлять его что-то делать, договариваться или требовать соблюдения правил. Ведь кого проще усадить заниматься? Спокойного тихого мальчика, который любит читать книжки и способен откладывать удовольствие ради большей награды, ради больших целей (да-да, это тоже врожденная способность, это тоже темперамент) или очень активную, непоседливую и раздражительную девочку, которая быстро начинает скучать и отвлекаться, если не видит быстро результата своих трудов.

Эти врожденные характеристики, эти врожденные особенности объясняют значительную часть проблем поведения детей, это

характеристики, которые очень сильно увеличивают риск расстройства поведения или нарушения в адаптации к какой-то ситуации. И что, темперамент – это вина родителей? Нет. Темперамент – это как цвет волос или рост, цвет кожи или длина пальцев. Он просто такой и с таким человеку и его окружением нужно жить. У довольно большой группы детей есть то, что называется «трудный темперамент», это когда большое количество характеристик темперамента очень выражены (например, у одного ребенка очень высокая активность, импульсивность, низкая способность откладывать удовольствие и высокая чувствительность к окружающим стимулам, у другого – высокий уровень тревожности в новых ситуациях, длительный период привыкания к новому, сниженное преобладающее настроение).

Глупо было бы отрицать влияние воспитания и окружения вообще на развитие ребенка. Да, мы точно знаем, что дети, которые растут в детских домах, развиваются хуже и медленнее, имеют больший риск развития психической патологии (например, зависимости или депрессии). И мы точно знаем, что стиль воспитания родителей связан с проблемами поведения у детей – родители детей с проблемным поведением чаще их наказывают, критикуют, меньше хвалят, чаще имеют неоправданно пессимистический взгляд на способности ребенка. И уж что-что, а отрицательное влияние жестоких наказаний на развитие ребенка – это тоже факт. Но и здесь не все просто, потому что очень часто непоследовательное и жестокое воспитание является следствием проблем поведения у ребенка, а не его причиной.

Не все так просто – это главная мысль этого текста, и она, конечно, куда сложнее всех линейных построений, предлагаемых нам бабушками, дедушками, соседями, супругами («был бы ты с ним пожестче, он знал бы как нужно себя вести») и даже специалистами, куда сложнее всех объяснений, в которых фигурирует чья-то вина.

Может быть, ребенок виноват? И на этот вопрос нельзя ответить утвердительно, ведь если кто и страдает из-за своих особенностей, то это он в первую очередь.

Может быть, медицина виновата? Прививки? Похоже, что нет, потому что среди привитых тот же аутизм и другие расстройства развития встречаются не чаще, чем среди не привитых (большие эпидемиологические исследования проводились для выявления связи между прививками и проблемами в развитии). Может, акушеры? Ну, в каком-то смысле, да, потому что спасают тех, кто еще сто лет назад умирал (хотя тут, конечно, еще сложнее).

Может быть, окружающая среда? Может загрязнение отходами производства, загрязнение воды, пищи? А вот это может быть и это очень и очень внимательно исследуется.

Сейчас же приходится говорить, что это простой, но реальный факт жизни – в этот мир приходят дети, которые отличаются от других детей, которые ведут себя по-другому, которые не вписываются. И это ничья вина, так сейчас устроен мир.

Я очень хорошо запомнил историю одной пары, пришедшей ко мне на прием с младшим сыном. Они рано поженились, у них уже были два взрослых ребенка, оба сына успешные студенты, отличники и спортсмены. Родители рассказывали, что со старшими детьми никогда не было никаких проблем, они были спокойные, сдержанные, уравновешенные, они могли часами играть друг с другом, развлекать друг друга, были послушные и благодарные.

«Понимаете, — сказал отец. — Все это время мы думали, что это наша заслуга. Мы думали, что это мы воспитали их такими. Мы были готовы всем вокруг давать советы о том, как надо воспитывать детей. Мы думали, что мы хорошие родители...»

«До тех пор, пока у нас не появился Вася, — продолжала мама, — он отличался от старших, отличался вообще от всех детей, которых мы когда-либо видели. С ним не срабатывало ничего из того, что срабатывало со старшими, он никогда не сидел на месте, все время куда-то неся, чего-то хотел и все время его что-то не устраивало. У него были проблемы везде — в школе, в детском саду, на карате. Везде. И вот теперь мы понимаем, что быть хорошим родителем — это значит воспитать вот такого, а не тех, кто сами по себе воспитываются».

Каждый раз, когда я слышу очередную безумную психологическую теорию о том, почему ребенок себя плохо ведет («матери выгодны проблемы поведения у ребенка, ведь это удерживает семью вместе, вот он так и ведет себя», «мальчик отыгрывает роль отца, потому что мать сильная, а отец безвольный, мальчик пытается взять на себя функции отца и поэтому не слушается и грубит матери» — и еще вагон таких же странных, неэффективных и оторванных от жизни построений), каждый раз, когда я слышу рассказы об очередных колких высказываниях родителей соседских детей на площадке, я думаю о том, что вину ищут в себе не те, кому следовало бы.

Хорошая наука говорит нам о том, что родители не виноваты, но нуждаются в помощи, плохая о том, что виноваты именно они, и помочь им вряд ли получится. Хорошая практика говорит о том, что нужно сотрудничать всем вместе и вкладываться в того, кто больше всех отстает, плохая — о том, что вкладываться надо только в тех, кто уже хорошо справляется, а если не справляется, то сам виноват. Плохая система, плохой специалист и плохой человек будут говорить «что это такое, совсем распустили» или «забирайте, нам такие не нужны». Хорошие — «чем я могу вам помочь?»