Автор: Власенко И. (Россия)

Человечеству нужна скамеечка,

чтобы подумать о своей жизни

Афоризм этот, известный в различных вариантах переводов, приписывают Альберту Эйнштейну. Ну что ж, это на него это похоже, и это мне нравится. Благодаря институтской программе у меня тоже появилась счастливая возможность получить место на скамеечке рядом с Эммой ван Дорцен — «живым классиком мирового экзистенциализма», как сказано в предисловии к замечательной ее книге «Практическое экзистенциальное консультирование и психотерапия». Эти студенческие скамейки находятся в лекционной аудитории Киевского медицинского университета, где проходил семинар Эмми ван Дорцен «Прикладная философия». Вскоре я узнала, что Эмми будет работать не одна, а в дуэте со своим мужем Дигби Тантамом, известным в Великобритании психиатром, психоаналитиком. Забегая вперед, скажу, что я очень благодарна ему за новую для меня информацию и — особенно — за способ ведения диалога с аудиторией через парадоксальные метафоры, неожиданные визуальные образы, яркие схемы. Но я хочу поделиться впечатлением от Встречи именно с Эмми ван Дорцен, так как Встреча эта явилась логическим продолжением моего заочного с ней знакомства через упомянутую уже мной книгу...

Когда я впервые увидела Эмми, то подумала: «Как же сильны во мне стереотипы». Не буду пугать вас тем, как я представляла себе внешний облик ученого с мировым именем.

Но вот какую реальную картинку я увидела: в аудиторию впорхнула очень высокая, стройная женщина в стильном, струящемся ниспадающими драпировками легком платье, с изысканными украшениями, с ореолом вьющихся серебристо-пепельных волос. Она обвела всех приветливым взглядом и начала рассказ, сопровождая его красивыми жестами изящных гибких рук. И до перевода казалось, что речь пойдет об искусстве: хореографии, движении, танце... Таково было мое первое впечатление. И затем, по прошествии трех дней Встречи, я убедилась, что оно — как ни странно — оказалось верным: Эмми ван Дорцен говорила об искусстве, об ИСКУССТВЕ ЖИТЬ. А танец все же был: после семинара Эмми дала урок старинного кельтского танца. Все желающие могли участвовать в этом. И это было красивым и правильным завершением встречи: танец как метафора жизни с ее круговоротом, с ее порядками, с ее неожиданными встречами, с красотой и мудростью в целом.

Итак, это взгляд с моей скамеечки на Эмми и Дигби, а что видят (и слышат!) ведущие семинара? Полукруглую аудиторию с несколькими рядами восходящих скамеек, на которых плотными рядами расположились внимательные слушатели. Я сижу недалеко от ведущих и, к несчастью, меня сложно не заметить, так как я то и дело пью лекарства, но все равно кашляю, смущаюсь этого кашля, сочувственные руки протягивают мне спасительную воду (своих запасов мне уже не хватает). Но я не теряю времени даром и тут же препарирую этот свой кашель, используя ТЕОРИЮ ЖИЗНЕННЫХ СФЕР, о которой говорит Эмми ван Дорцен. Итак, мой КАШЕЛЬ на физическом уровне доставляет мне сильные страдания: свирепо дерет горло и спазмами перекрывает дыхание; на социальном уровне я вижу, что это вызывает у окружающих разные реакции: от возмущения до сочувствия (о, как мне мило второе (!) вместе с бутылочкой «Боржоми», которую неведомая рука передала мне из зала); на личном уровне вызывает у меня чувства стыда, неловкости и одновременно злости на себя; на духовном уровне я одобряю свой выбор — эту Экзистенциальную Встречу (с большой буквы) вместо больничной койки: есть РАДИ чего перенести все остальные страдания.

Мой напряженный слух пропускает все события семинара сквозь особое устройство: контекст моей нынешней жизни. Он чутко улавливает и сразу преобразовывает в практическое русло все информационные и эмоциональные потоки. А поскольку ныне мне как психологу больше всего приходится работать с семьями подростков, то уже с первых минут семинара я стала мечтать о том, как стены аудитории чудесным образом

раздвинутся, и на новые скамеечки усядутся родители детей дискотечного возраста, о которых я теперь забочусь.

Подзаголовок моего эссе «Родители как психотерапевты» взят мной из книги американского психотерапевта Артура Крафта (Крафт, Лэндрет, 2000), и хотя она посвящена проблемам взаимодействия родителей с маленькими детьми, я согласна с автором в том, что родителям, если они хотят быть компетентными в вопросах воспитания своих детей, необходимо самим расти и развиваться. «Танго всегда танцуют двое», — говорит автор. Иными словами: нельзя научить кого-то этому танцу, оставаясь отстраненным, неподвижным, нечувствительным к движениям партнера или авторитарно захватив инициативу в свои руки, мешая движению и свободе другого человека. Удивительным образом большинство родителей пытаются поступать именно так. Они недовольны своими быстро взрослеющими детьми и желают их изменить, оставаясь неизменными. Они дружно утверждают, что у их детей есть все необходимое для учебы (прежде всего!) и развития, но они не учатся, часами болтаются без дела, пропадают в интернет-сетях или телефонных разговорах, отказываются помогать по хозяйству etc... В обобщенном виде с точки зрения родителей ситуация выглядит следующим образом: у их отпрысков есть счастливые детство-отрочество-юность, а они неблагодарные etc...

А между тем даже несложное упражнение на воспоминание себя с этом возрасте приводит к неожиданным откровениям: для большинства нынешних родителей возраст отрочества и юности был непростым жизненным периодом с глубокими личными переживаниями, связанными с первой влюбленностью, дружбами, предательствами, успехами, неудачами, непониманием со стороны собственных родителей... «Я пересек пустыню отрочества», — пишет в дневнике Л.Н. Толстой. «Будучи молодым человеком, я прошел через ад отчаяния, преодолевая очевидную бессмысленность жизни, через крайний нигилизм», — вспоминает В. Франкл. Отчего же так забывчивы родители подростков? Отчего предстают перед своими детьми не как герои их жизни, не как мудрые учителя и наставники, а как скучные обыватели, нацеливающие отпрысков на отличные оценки в школе, поступление в престижные вузы, пресловутый успех в обществе? Вот почему я мысленно рассадила родителей на экзистенциальном семинаре Эмми ван Дорцен. Не всех, к счастью, а именно тех из них, о ком у меня больше всего болит душа, потому что и я сама была похожа на них, когда мои дети были в

подростковом возрасте. И мне стыдно за те минуты, когда я была такой. Именно мои дети продвигали меня в сторону самосовершенствования, за что я им очень благодарна. Это делают ВСЕ ДЕТИ, но не все взрослые замечают эти подвижки. Почему? Одна из причин — нет рядом той самой скамеечки, где можно поразмышлять о своей жизни. Зато диванчик всегда на месте в комплекте сами знаете с чем.

«Узкий специалист подобен флюсу», — глубокомысленно изрек в свое время Кузьма Прутков. Именно такими «специалистами» порой и бывают родители, искусственно раздувая значимость одной, чаще всего социальной, сферы жизни, откликаясь на вызовы времени с их сомнительными ценностями успешности и высокого уровня потребления. Справедливости ради надо сказать, что само общество способствует росту отчуждения в семье, и давление на устои семьи все усиливается, ставя под сомнение несомненные когда-то ценности. Противостоять этому действительно трудно. Вот почему мне и хотелось бы, чтобы любящие родители услышали от Эмми, как бережно стоит относиться к индивидуальности своего ребенка и не подстраивать его мир под стандартные схемы. Гораздо более важным было бы открыть для подростка общую картину человеческого бытия, а уже в ней пусть он намечает пунктиром свой путь.

Пусть каждый взрослый, имеющий смелость воспитывать ребенка, найдет иногда место на скамеечке для анализа собственной жизни в четырех ее основных экзистенциальных измерениях: физическом, социальном, личном и духовном. А потом поможет разобраться в этом своему ребенку. Ведь помочь ребенку знать правду о себе — высшая цель воспитания. Помочь ему самостоятельно делать открытия о самом себе, а не делать это за него. «Воспитание — это... наука, обучающая наших детей обходиться без нас» — люблю это высказывание Эрнста Легуве.

А как познать мир в себе и вокруг себя? Постоянно его испытывать — в разных интонациях звучит эта мысль на семинаре Эмми ван Дорцен. «Но ведь это так опасно!»

— скажут те родители. «Тем более, если вы так считаете», — отвечу уже я. Приведу пример: подросток пришел из школы (зоны проблем) и поделился с родителями случившейся с ним неприятностью. Что делают те родители? Морализируют, обвиняют, оправдывают, советуют, требуют, угрожают, интерпретируют, расследуют, навязывают ярлыки... Подробнее — читайте у Ю.Б. Гиппенрейтер (Гиппенрейтер, 2008). И мало кто отваживается молча ПОСЛУШАТЬ, а затем СПРОСИТЬ, что ребенок сам думает по этому поводу, какие он сделал выводы из происшедшего, что собирается делать дальше? Еще даже и не сразу спросить, а сделать ПАУЗУ, во время которой посмотреть, обнять, принять, дать понять, что он (родитель) на его (ребенка) стороне. Во время таких пауз ребенок про-ра-ста-ет. Но, мы, родители, к несчастью, существа многоговорящие, так что прорастать-то и негде.

«Динамика жизни парадоксальна, — говорит Эмми ван Дорцен, — полярные ее точки: плюс и минус. Люди часто фокусируются на негативе». «Родители часто фокусируются на негативе», — переосмысливаю я для себя. Или природа у нас такая суровая, или общественные катаклизмы повлияли на нас, что мы так подозрительны и критичны к своим детям? Почему изо дня в день только критика-замечания-порицания в их адрес? Не верите? Прислушайтесь к восклицаниям взрослых на детской площадке. Это к малышам в песочнице, а к детям подросткового возраста все это надо возвести в степень. В книге «Нестандартный ребенок» Владимир Леви пишет: «Статистика такова: ребенок в сутки получает тридцать семь указаний, сорок два совета, пятьдесят обвинений. Неудивительно, что это приводит к неврозам у детей» (Леви, 1989). Что было бы со взрослым, получи он такое количество негатива в день?!

Гнев и раздражение взрослых в концентрированном виде представлены в повести Павла Санаева «Похороните меня за плинтусом» (Санаев, 2003). Недаром эту книгу автор посвятил своему отчиму Роллану Быкову — великому сказочнику и защитнику детства (достаточно вспомнить его киносказку о Буратино и фильм «Чучело»). В одном из интервью Елена Санаева рассказывала о том, как она, рассерженная на сына, сказала Быкову: «Мы должны быть к нему объективны». «Нет, — возразил он, — пусть мы будем к нему субъективны, объективных и без нас будет много». Конечно, Роллан Быков имел в виду базовую безоценочную любовь родителей, которой так не хватает подростку!

Однажды на уроке психологии тринадцатилетний мальчик на клочке бумаги за несколько минут сделал спонтанный метафорический автопортрет: взъерошенный птенец на нестойких ножках с широко распахнутыми глазами и открытым клювом. Через весь лист шел текст: «Я РОЖДЕН БЫТЬ ХОРОШЫМ!». Я много лет храню этот рисунок у себя, а иногда показываю его сомневающимся родителям. Сомневающимся в том, что с детьми нужно говорить О ВЫСОКОМ: о предназначении, о смысле жизни, о смерти, о миссии человека. Просто этому еще и самому надо учиться. Есть такой учитель, который начинает говорить на языке духовного измерения с учениками первого класса. Это грузинский учитель, почетный член Российской академии образования Шалва Александрович Амонашвили. Он напрочь отвергает утверждения о природной лени ребенка, о его нежелании учиться или трудиться: «...Дети не прячут свои потенциальные возможности, свои природные дарования. Это наш опыт, наши установки ограничивают нас видеть их, вовремя замечать, поощрять» (Амонашвили, 2001). Вот, кстати, и А. Эйнштейн, афоризмом которого начиналось эссе, говорит о том, что он никогда не заставляет своих учеников заниматься делом, а просто создает такие условия, в которых они сами начинают учиться.

Идея эмоционального компаса в работе с клиентами также была переориентирована мной на работу с родителями подростков. Интерес и радость — вот две ведущие эмоции, которые хорошо бы лелеять в детях-учениках. Только куда они деваются в старших классах? Зато все возрастают тревога, страх, гнев, стыд, вина... «Укор и замечание отбирают надежду, любовь и одобрение дают надежду», — говорит нам Эмми ван Дорцен, используя схему спектра эмоций. Да, так и есть, именно поэтому «отличники», имеющие постоянную поддержку от учителей и родителей, получают тем самым дополнительный импульс к работе, «двоечники» неизменно получают замечания и нарекания и теряют всякую надежду — и такой круговорот был и есть из года в год (прошу прощения за невольную рифму). Кто решится это нарушить? Почему так легко нам даются отрицательные эмоции и так трудно выдавить из себя слова поддержки и одобрения в заведомо проигрышной ситуации у подростка?

Я размышляла над всем этим, играя с внуком в песочнице. Когда же вернулась от своих печальных мыслей к нашей игре, то не-ожиданно получила ответ на свой внутренний вопрос... У четырехлетнего мальчика начала XXI века злодеи не Серый Волк и Карабас, а вероломные инопланетяне. И вот у него такая игра, что эти ино-планетяне захватили хороших героев в плен в свой злой город. Там есть школы, в которых учат маленьких инопланетных детей.

— Чему же их там учат? — спрашиваю я внука.

— Злым делам, — отвечает он.

— А почему не добрым? — уточняю я.

— Это долго, — произносят уста младенца.

Не в этом ли все дело? На эмоциональном поле негативные эмоции более доступны, чем

позитивные? Сделать замечание, отчитать, поругать — эти родительские действия выполняются автоматически и не составляют труда. Тогда как эмоциональная поддержка, со-чувствие, одобрение предполагают глубинную душевную работу.

Вот потому-то и усадила я на скамеечку рядом с экзистенциальным философом и психотерапевтом родителей, о которых болит у меня душа, о которых я забочусь. Так получилось, что идеи семинара Эмми ван Дорцен нашли отзвук в трудах других ученых, писателей, психологов, о которых я предложила вспомнить: Артура Крафта и Гарри Лэндрета «Родители как психотерапевты», Юлии Борисовны Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?», Владимира Леви «Нестандартный ребенок», Павла Санаева «Похороните меня за плинтусом», Шалвы Амонашвили «Размышления о гуманной педагогике».

Но если бы меня спросили, какую центральную мысль, выраженную в одном предложении, вынесла я с семинара Эмми ван Дорцен, я бы, ни минуты не колеблясь, произнесла (даже по-английски, с запинками): «If you love a person, you return him to himself» — «Если вы любите человека, вы возвращаете ему его». Я нахожу этой глубокой экзистенциальной мысли практическое применение в контексте своей жизни, и выглядит это так: «Я рожден быть хорошим!» — говорит нам подросток, и мы, любя его, верим в это и всеми силами способствуем тому, чтобы так и было!