

Секс, наркотики и рок&ролл (или заметки отца о своих родительских страхах)

Вам когда-нибудь приходили мысли в голову, чего вы боитесь больше всего на свете? Почему от одних страхов холодеет в груди, и вы шепчете заветные «не дай Б-г», а другие вызывают лишь философско-неизбежные настроения? А третьи, так вообще заставляют нас действовать и бороться, мотивируя своей реальностью? Я бы мог много порассуждать и порассказать о биологии страхов и природе их возникновения; о том, что страх, как базовое и эволюционно-закреплённое, почти рефлекторное чувство, присуще абсолютно всем живым существам. Или, что паника, испуг, тревога, боязнь - всё это разновидности страха.

Но я о другом. Я о страхах надуманных, о переживаниях на перспективу, тревогах о том, что скорее всего и не произойдёт, но тем не менее вызывающих такое невероятное состояние страха, что хочется тряссти головой, как бы отгоняя, «вытряхивая» эти жуткие мысли из головы.

Не так давно мы с нашими хорошими и давними друзьями, с которыми встречаемся в силу занятости всех нас не так часто, как хотелось бы, посиживали у камина и попивали неплохое вино за расслабленными разговорами ни о чём. Время было позднее, дети и животные накормлены и уложены в кровать, а мы, несмотря на приближающуюся к полуночи стрелку часов, наслаждались ничегонеделанием и редким спокойствием перед выходными. Мы знаем друг друга уже лет 15, так что разговоры наши лишены напыщенности и ненужных тем. А потому говорили мы почему-то только о детях, о тех самых детях, от которых так устали за день и неприсутствием которых и тишиной мы наслаждались в это позднее время. И вдруг, не сговариваясь, мы заговорили о наших страхах и самых сокровенных, личных, почти интимных переживаниях. И вот что получилось: оказывается мы все боимся практически одного и того же. Мы боимся за наших детей. И наши страхи за них в первую очередь не экзистенциальные, т.е. боимся мы не столько за их успеваемость в школе и не столько за их профессиональное или материальное будущее. И даже переживание за здоровье ребёнка также оказалось не первичным. А выяснилось, что наша психика самую большую тревогу испытывает за те аспекты детского взросления и бытия, которые в очень незначительной степени поддаются родительскому воспитанию и влиянию, а в большей - тому социуму, в котором ребёнок существует основную часть своего времени: школа, друзья и... средства массовой информации. Это так называемые социально-биологические страхи, когда биологическое взросление ребёнка может привести к незапланированным нежелательным тяжёлым социальным проблемам, в свою очередь вызывающим необратимые биологические (духовные или телесные) изменения и процессы.



Это и нежелательная беременность, и криминалитет и, конечно же, наркомания. Как

оказалось, эта тройка потенциальных родительских страхов занимает лидирующие позиции в опросах и анкетах во всём мире, вне зависимости от социального и образовательного статуса опрашиваемых.

Так в чём же тут дело? Почему наши переживания настолько примитивны и однообразны? Страх собственной воспитательной несостоятельности? Страх остаться наедине со своими страхами? Отголоски нашего собственного негативного жизненного опыта, проецируемые на детей?

Естественно, мы хотели бы уберечь своих детей от всего плохого, но здравый смысл подсказывает, что это не реально. Каждому человеку суждено преодолевать различные трудности на своём пути - так укрепляется характер, формируется личность. Элеонора Рузвельт, выдающаяся, мудрейшая женщина сказала: «...вы никогда не сможете прожить жизнь другого, даже своего собственного ребёнка. Влияние на других людей вы можете оказать только через свою жизнь». Именно поэтому должно быть достаточным попытаться всесторонне разъяснить взрослому ребёнку не только о всей прелести, но и о возможных нежелательных превращениях взаимоотношений между мужчиной и женщиной, а не контролировать телефонные звонки своих взрослых чад и не пытаться незаметно следовать за дочерью на первое свидание. Надо суметь показать всю опасность бездонного и безвозвратного падения наркомана, чьё здоровье и психика разрушаются с первой дозы и уже безнадежно-навсегда. Или неотвратимость наказания за любое, даже самое незначительное, даже «всё-равно никто не узнает» правонарушение, которое может разрушить всю будущую жизнь. А не докучать сравнениями «а вот в наше время, а вот мы...», несущими лишь неприятие подобных разговоров и имеющими нулевую воспитательную ценность.

Но всё это легко сказать, а на самом деле избавиться от постоянных переживаний за наших детей и наших извечных страхов ох как сложно, если вообще возможно.

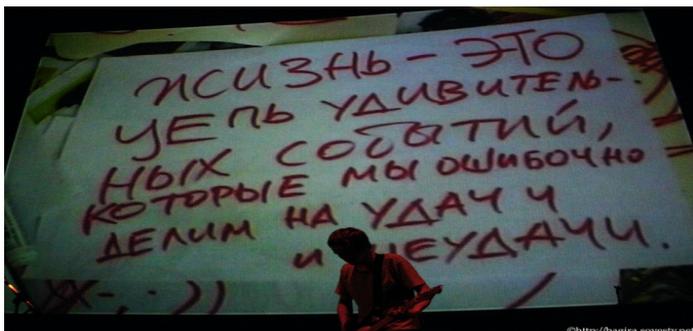
И, кстати, ещё одна подмеченная мной особенность: родители, которые воспринимают окружающий мир как враждебный и полный сложностей, стремятся подготовить своего ребенка к «тяготам» будущей жизни. Его рано начинают обучать чему-либо особенному (иностранным языкам, рисованию, музыке), отдают в спортивную секцию, тщательно готовят к поступлению в школу, и всё это делается для того, чтобы обезопасить будущее ребенка, дать ему преимущество в борьбе за жизнь. В ожидании предстоящих трудностей мы не замечаем, как, возможно, наносим вред ребенку, негативно программируя его будущее уже с раннего детства.

Можно, конечно, и возразить. Уж кому-кому, а нам, советским евреям или российским немцам, всегда помогала такая скорее всего необдуманная, интуитивная, но всё же очень продуктивная тактика наших родителей. И тем не менее, может нам всем всё же надо задуматься? Ведь слово «переживают» похоже на «проживают» и означает, что мы, взрослые,

пытаемся прожить за нашего ребёнка его жизнь, а нужно, чтобы свой путь он проходил самостоятельно. Необходимо хотя бы мысленно отпускать его в свободное плавание и во взрослую жизнь. И может не нужно думать, что такое воспитание толкнёт его на неверный путь, а надо пытаться научиться доверять своим самым дорогим существам - детям, любовь к которым беспредельна, безусловна и абсолютно безгранична.

Чем ещё опасен родительский страх? Тем, что он иррационален и контрапродуктивен, ведь страх быстро перерастает в панику и, как следствие, мешает действовать разумно. И тогда, не дай Б-г, в момент необходимости принятия решения наш мозг не сможет быть адекватным и разумным.

Так что же делать? Я и сам не знаю ответа на этот вопрос, но тем не менее, предложу такой вариант: когда страх приходит, надо не торопиться поддаваться волнению со всеми вытекающими физиологическими, эмоциональными и воспитательными реакциями, а попытаться посмотреть страху в лицо, рассмотреть его причину и возможные последствия и уже тогда формировать свою родительскую тактику. Эти действия необходимы. Мне кажется, очень важно стараться не дать ребёнку почувствовать наш страх, иначе он может передаться и ему.



А ещё мы должны знать, что мрачные или отрицательные мысли о будущем ребёнка говорят о том, что нам самим необходимо немного успокоиться. Всем давно известно: наши страхи и мысли могут материализоваться и стать нежелательной реальностью. Именно по этой причине надо

уметь настраиваться только на положительные мысли, а плохие пытаться гнать от себя. Есть очень мудрое правило: «Не произноси того, что не хочешь, чтобы на самом деле произошло». В это верить, наверное, очень метафизично, но тем не менее...

Будьте здоровы и счастливы, и старайтесь поменьше бояться и переживать.

Ваш доктор Шаевич