Уильям Поллак

Настоящие мальчики. Как спасти наших сыновей от мифов о мальчишестве

Аннотация

Профессор Гарвардского университета доктор Уильям Поллак широко известен своими исследованиями мужской психологии и проблем маскулинности. В основу книги положено его масштабное исследование "Слушая голоса мальчиков", позволившее автору сделать вывод, что в нашей культуре существует глубокое заблуждение относительно того, как растить сыновей.

Доктор Поллак называет несколько причин того кризиса сознания, который переживают сегодняшние мальчики. Одна из них - травма сепарации - преждевременное отделение мальчика от матери. Эту травму мальчик переживает дважды: сначала в младенчестве, а затем еще раз в подростковом возрасте. Другая причина - так называемый "Мальчишеский кодекс" - свод негласных правил поведения и ожиданий общества, которые основываются на устаревших и совершенно бесполезных тендерных стереотипах. Уильям Поллак не только ставит нашей культуре диагноз, но и предлагает лечение: он убежден, что мальчики нуждаются в позволении выразить свои чувства и в большей заботе, нежели они получают сейчас. Им необходимы матери, от которых их отрывают слишком рано. Им нужны отцы, эмоционально вовлеченные в их жизнь. Именно привязанность должна стать основой нового мальчишеского кодекса. Используя силу привязанности, мы можем помочь мальчикам стать самими собой, идти во взрослую жизнь своим путем - вырасти сильными настоящими мужчинами. Наша любовь - та сила, которая поможет мальчикам противостоять "кодексу". Это та сила, из которой рождается подлинная мужественность.

Книга будет полезна родителям сыновей, а также окажет неоценимую помощь воспитателям, учителям, психологам и тренерам.

Поллак Уильям - Настоящие мальчики. Как спасти наших сыновей от мифов о мальчишестве

Перевод Елены Жолниной

От автора

Все истории, рассказанные в этой книге, взяты частично из моей клинической практики, и частично - из моего исследования "Слушая голоса мальчиков", которое я провожу в Гарвардской медицинской школе. Тем не менее, имена, топонимы и другие детали были изменены для защиты личной информации героев повествования. Все совпадения и сходства имен и историй, описанных в этой книге и знакомых читателю, непреднамеренны и случайны.

Благодарности

Для работы такого масштаба недостаточно усилий и идей одного человека. Автор постоянно ищет разнообразные личные, профессиональные, творческие опоры, которыми оказываются его друзья, члены семьи, коллеги. Поэтому я хотел бы высказать свою искреннюю благодарность тем, кто помог "Настоящим мальчикам" состояться.

Во-первых, я хочу поблагодарить моего редактора в издательстве "Рэндом Хаус" Кейт Медина. Без ее пронизательности, энергии, искренней поддержки и критических замечаний

эта книга не могла бы появиться на свет. С нашей первой встречи в Кембридже я ощущал ее глубокую заинтересованность в моей работе и надежду, что мое исследование и эта книга смогут изменить то, как мы понимаем и как мы воспитываем мальчиков. Ее редакторские комментарии и предложения были блестящи, и я буду вечно признателен ей за то, как ее творческое руководство превратило груды идей в единое целое - эту книгу. Ее увлеченность и профессионализм, которые проявились в процессе издания книги, невозможно переоценить.

Также я глубоко признателен Меган Рэйди из "Рэндом Хаус" за ее огромную роль в подготовке книги. Сотрудники "Рэндом Хаус" неизменно демонстрировали свой высочайший профессионализм.

Эта работа вряд ли бы стала даже статьей, не говоря уже о книге, без проницательности, энергии и любви моих литературных агентов из "Захари Шустер" - Тодца Шустера и Лэйн Захари. Они первые увидели в моей работе с мальчиками идею для книги и оказали мне неоценимую помощь на пути от исследовательских заметок до связного текста. Их сотрудники, особенно Дженнифер Гэйтс Нэйес, Эсмонд Хармсворд и Элисон Мюррей, оказали мне и "Настоящим мальчикам" такую поддержку, какой автор никак не ожидал, но получал ее регулярно, практически ежедневно.

Хотя автор - единственный, кто несет полную ответственность за все гипотезы, находки, предположения и результаты своей работы, существует долг интеллектуальной благодарности, который невозможно оплатить, но нельзя не признать. Доктор Фран Гроссман впервые пригласила меня работать с семьями в ее проект в Университете Бостона, посвященный родительству, и это привело меня к исследованию мира отцов в тот период, когда осмысление роли мужчины в жизни семьи только начиналось. Затем доктор Роналд Левант, на мое счастье, пригласил меня присоединиться к его исследованию того, с какими трудностями сталкиваются мужчины в нашем обществе, и, объединившись с единомышленниками, изучать мужчин, помогать им, работать с ними. Итогом нашего сотрудничества стал выход двух научных книг о проблемах пола, а также продолжающееся исследование мужчин и мальчиков, и дружба, за которую я очень благодарен. Я также ценю совместную работу с доктором Биллом Бетчером, в соавторстве с которым я выпустил книгу, а сейчас мы совместно возглавляем Мужской центр в больнице Мак-Лин.

Международная ассоциация школ для мальчиков оценила значение моей работы для современной психологии и оказала мне щедрую поддержку. Я бы хотел поблагодарить Джона Фар-бера, который впервые пригласил меня выступить, бывшего президента Рика Хоули, который оказывал мне неизменную интеллектуальную поддержку, и Неверенд Тони Джарвис, чье понимание мальчиков было одновременно глубоким и ободряющим. Я должен особо поблагодарить доктора Рика Мелвуин из школы Белмонт Хилл, который вместе со своими сотрудниками (особенно Конни Мак-Гилливари) открыл передо мной многие двери и помог реализации проекта. Диана Хале и Джон Баднэлл предложили ряд полезных идей. Я бы хотел упомянуть и поблагодарить Исследовательский комитет Ассоциации за грант, на средства которого частично были проведены первые исследования проекта "Слушая голоса мальчиков".

Также я должен выразить свою признательность директорам и управляющим учебным процессом небольших городов и пригородов Новой Англии (хотя и не могу назвать их имен), за их неоценимую помощь в формировании представления об образовательных нуждах сегодняшних мальчиков.

Я сердечно благодарю своих студентов, которые помогали собирать и анализировать данные на разных стадиях работы - Джуди Чу, Чака Мак-Кормика и Роберто Оливардия. Отдельно я бы хотел выразить свою признательность Джону Бутману, Нэнси Руса, Бекки Шустер, Джону Деланси и Марку Зангеру за их участие в сборе данных и подготовке материалов для книги.

Также я хочу поблагодарить своих коллег из Гарвардской медицинской школы и больницы Мак-Лин за их существенный вклад, особенно бывшего директора, доктора

Стивена Мирина, и его преемника - доктора Брюса Коэна, за их поддержку Мужского центра, доктора Джозефа Кофла, главу отделения психиатрии в Гарвардской медицинской школе за его признание мужской психологии как допустимого направления специализации и поддержку отделения дополнительного образования в больнице Мак-Лин, особенно Кэрол Браун и Кэти Тун. Помощь Кэрол Браун и Пэтти Браун в перепечатке рукописи я вспоминаю с благодарностью, равно как и деятельное участие Линна Битриха и Анны Менаши, ведущих специалистов библиотеки больницы Мак-Лин и Бостонского психоаналитического института.

Мои коллеги и учителя в области психоанализа также сыграли действенную, формирующую роль в углублении и обогащении моих представлений о внутренней жизни мальчиков. В этом отношении, я особенно хотел бы поблагодарить докторов Дэвида Берковица, Арнольда Моделла, Джарелда Адлера, Дэна Бюи, Джима Херцога, Ральфа Энгла, Тону Криса, Линн Лэйтон, Пола Линча, Ризу Вейнрит, Диану Фэйдер, Лору Вейсберг, Риту Теуш и Стива Розенталя.

Я должен также выразить свою признательность доктору Шерверту Фрейзеру, ведущему психиатру, заслуженному деятелю больницы Мак-Лин, который стал для меня подлинным учителем, помогая мне найти свой "голос" в сфере психологических исследований, которая доселе оставалась в тени. Нигде более я не встречал такого проникновения во внутренний мир мальчиков и мужчин.

Я должен сказать о том, как много я получил от своих коллег, занимающихся исследованиями пола и подростковости, в особенности от моих друзей из Общества психологических исследований мужчин и маскулинности: Гари Брукса, Сэма Кочрана, Макла Даймонда, Ричарда Эйслера, Джефа Фишера, Марион Джиндес, Глена Гуда, Кори Хэббен, Марти Нисакер, Ричарда Лазура, Ричарда Маджорса, Нейла Массота, Ларри Морриса, Джилла Ноама, Джима О'Нила, Марлина Роташа, Джерри Шапиро, Дени Тоху, Ленор Уолкер и многих других. Джим Баррон оказал мне честь, предложив редактировать его журнал "Пол и психоанализ", мои коллеги-консультанты Джеф Коннор и Кэн Сеттел терпеливо выслушивали мои теории о мальчиках. Кроме того, участники семинара по изучению мужчин, сотрудники игровых групп и групп профессионального и личностного развития образовали плодотворную среду, в которой я могу обсуждать свои идеи и узнавать о чужом опыте. Особенно я хотел бы поблагодарить Джоела Эйшлера, Алана Гурвита, Стива Кругмана, Рона Леванта, Давида Лисака, Джона Рейссера и Боба Вейсса.

Как только книга появилась, выяснилось, что "настоящие мальчики" имеют много общего с "настоящими девочками" - значительно больше, чем мы привыкли думать. А потому исследователи, занимающиеся новой психологией мужчин и мальчиков, находятся в долгу у тех ученых, которые до нас совершили "революцию" в исследовании женской психологии. Хотя мои выводы сделаны на основе многолетней работы с мальчиками и мужчинами, важно осознавать, каким мощным было влияние "новой" женской психологии в этой области. Я бы хотел упомянуть, насколько ценной была для меня работа Кэрол Джиллиган о "голосах" девочек, влияние которой прослеживается в этой книге, и труды рабочей группы из Стоун-центра в Уэллсли - Джина Бэйкера Миллера, Ирэн Стивер, Юдифь Джордан и Джэнет Сюррей, каждый из которых помог сформироваться представлению о "центре привязанности" у женщин, что повлияло на формирование моей теории о преждевременной сепарации мальчиков и способах компенсации этой травмы. Доктор Юдифь Джордан, моя коллега, сотрудница, друг и "попутчик"

оказала на меня колоссальное влияние. Ее подлинная интеллигентность и умение вдохновлять чувствуются во всей моей работе.

Моя научная работа и работа над книгой были бы невозможны без терпения, любви и понимания моей семьи. Я в долгу перед своей женой, доктором Маршей Падва, за ее бесценные мысли о подростках и роли семьи, а также важные замечания в самом начале работы над книгой. Я в долгу перед Маршей и нашей дочерью, Сарой Фэй Поллак, за их неизменную любовь и поддержку - они постоянно утрясали мой график, одалживали мне

ноутбук и подбадривали меня в периоды стресса.

Всем мальчикам, которые участвовали в исследованиях, их родителям, всем моим пациентам, которые открыли нам свою душу, которые так многому научили меня своей борьбой, я приношу свою личную глубокую благодарность.

"Настоящие мальчики" никогда бы не увидели свет без чрезвычайной заинтересованности, настойчивости, креативности и поддержки, которая исходила от моего агента, Тодда Шустера. Начиная с того самого обыкновенного завтрака в Белмонте и продолжая вычиткой, редактурой, обсуждениями и советами, Тодд принимал в этом проекте самое сердечное участие. В этой книге больше его труда, чем он сам готов признать. Но его вклад должен быть назван и оценен. Как литературный агент и критик, порой яростно споривший со мной о некоторых моментах книги, Тодд работал без устали, чтобы поддержать меня в этом проекте, который, как я надеюсь, может сыграть важную роль в жизни мальчиков. Я не в силах отблагодарить его в полной мере за все, что он привнес в эту книгу.

Предисловие

Когда я рассказываю о своей книге "Воскрешая Офелию", мне чаще всего задают вопрос: "А что же мальчики? Разве у них нет таких же проблем?" Я отвечаю, что я писала о девочках, поскольку сама была девочкой и обладаю своим собственным женским опытом, и к тому же в то время, когда я писала "Офелию", моя дочь была подростком, а ко мне на терапию приходили девушки-подростки. Я объясняю, что мне не нравится это соревнование "кому больнее". Я никогда не сравниваю страдания мальчиков и девочек. Невозможно эмпирически установить, какая демографическая группа является наиболее проблемной, и подобные сравнения лишь разделяют людей. Я призываю всех присоединиться ко мне и помочь изменить нашу культуру.

Я убеждена, что воспитание мальчиков в нашей культуре никуда не годится. Доказательство тому - это шокирующая жестокость в Падьюке, Доунсборо, Шайенне и Эдинборо. Это наши переполненные тюрьмы и приюты для людей, подвергающихся домашнему насилию. Это наши книжные магазины и расистские сборища. Это наши дошкольники, сидящие на риталине, и студенческие кампусы, погрязшие в алкоголизме. Поэтому я рада, что кто-то написал книгу в ответ на вопрос "А что же мальчики?"

В "Настоящих мальчиках" сотрудник Гарвардского университета Билл Поллак пишет о том, какие мальчики на самом деле, как помочь им и что происходит, если им не помогать. Он утверждает, что в нашей культуре существует глубокое заблуждение относительно того, как растить сыновей. Ссылаясь на книгу "Воскрешая Офелию", Поллак напоминает нам, что Гамлету было не легче, чем Офелии. Гамлет отчужден от родителей и от себя самого, его раздирают внутренние противоречия, он не может ни поделиться своей болью, ни решить свои проблемы. Он действует импульсивно и жестоко, а его смерть трагична.

Поллак называет несколько причин того кризиса сознания, который переживают мальчики. Одна из них - это раннее и жесткое отделение от семьи, которое происходит в возрасте 2-4 лет, а затем еще раз в подростковом возрасте. Другая причина - это то, что он называет "Мальчишеским кодексом". Это правила и ожидания, которые проистекают из устаревших и совершенно бесполезных тендерных стереотипов. Он рассказывает о мальчике, над которым жестоко насмеются в школе, и он все глубже увязает в депрессии, хотя и говорит родителям и учителям: "Все отлично". Или о маленьком чувствительном мальчике, который не готов расстаться с матерью в свой первый день в детском саду. Джонни застыдили до того, что он отпустил ее руку, но, недели спустя, он по-прежнему плачет и бросается за оставляющей его мамой.

Поллак показывает, как мальчиков учат стыдиться своей уязвимости, своих чувств, как начинают называть их "нюнями" и "мамсиками", если они остаются по-прежнему чувствительными и открытыми. Недавно я наблюдала в офисе своего врача, как двое мужчин

средних лет сопровождали своих матерей. Эти люди, крепкие, мужественные, оба были очень нежны и заботливы со своими матерями. Они открывали дверь, помогали надеть пальто, приносили газеты или напитки. По иронии судьбы, только в конце жизни мужчинам позволяется демонстрировать на людях свою любовь к матери.

Мальчики получают противоречивые указания "будь мужественным, но и сострадательным, будь крутым, но и дружелюбным, будь сильным, но и чувствительным". Их не понимают, когда они ведут себя жестко, и не понимают, когда они нежны. Столько мальчиков растет под лавиной образов "мачо", которую не может смягчить даже влияние близких добрых людей, таких, например, как их бабушки.

Поллак показывает, какую цену платят за "Мальчишечий кодекс" мальчики и наша культура в целом. Он доказывает, что, пересмотрев наши взгляды на девочек, мы должны сделать то же самое и для мальчиков. Наши устаревшие модели, правила и представления вредят нашим мальчикам.

Поллак верит в мальчишечью "скрытую жажду отношений".

Он убежден, что мальчики нуждаются в позволении выражать свои чувства и в большей заботе, нежели они получают сейчас. Им нужны отцы, эмоционально вовлеченные в их жизнь, с такими незаменимыми дарами, как игры отца с сыном. Им необходимы их матери. Поллак подчеркивает, что матерей принуждают отделять сыновей от себя и в то же время именно они несут ответственность за эмоциональное здоровье и поведение своих детей. Матери оказываются перед дилеммой: "Как я могу дать мальчику всю ту любовь, которая ему нужна, и одновременно подготовить его к суровой мужской жизни?" В отношениях между родителями Поллак видит спасение для мальчиков. Его главный совет прекрасен: "Оставайтесь вместе, несмотря ни на что".

Поллак прекрасно описывает любовь через действие и то, как мальчики и мужчины добрыми поступками, а не словами, показывают глубину своей привязанности. Я вижу это постоянно. Однажды я почувствовала себя плохо после обеда в одном местном ресторанчике, и мой сын-подросток позвонил в этот ресторан и стал угрожать владельцам полицией за то, что они "отравили его мать". Я чувствовала себя неловко, но была тронута тем, как он переживает за меня.

Конечно, у мальчиков и девочек разные проблемы. Мальчики не беременеют, они менее склонны к пищевым расстройствам, реже подвергаются сексуальному насилию. У девочек же меньше риск быть избитыми или застреленными. Но все подростки отчаянно пытаются остаться собой в мире жестоких фильмов, оружейных магазинов, огромных моллов, рекламы сигарет и MTV. Все дети растут в обществе, где взрослые учат их любить неправильные вещи.

Поллак ставит нашей культуре диагноз и предлагает свое лечение, например, более дружелюбные к мальчикам школы и информированные родители. "Настоящие мальчики" дополняют все то, что мы знаем о мальчиках, сведениями об их специфических нуждах, давлении общества и сверстников, о тех противоречиях, которые мы должны разрешить, чтобы помочь им вырасти сильными настоящими мужчинами. Эта книга подкупает своей добротой и ясностью. В "Настоящих мальчиках"

сочетаются наука и душевная беседа, теория и практика, эта книга заставляет о многом задуматься, и она просто полезна. Я бы хотела, чтобы у меня была такая книга, когда мой сын был маленьким.

- Мэри Пифер

Введение

Услышать голоса мальчиков. Спасая братьев Офелии

У современных мальчиков проблемы, даже у тех, кто, по всей видимости, "в полном

порядке". Многие из них чувствуют грусть и разобщенность, которую им сложно описать, из-за противоречивых представлений общества о том, какими должны быть мальчики, а впоследствии - мужчины. Недавние исследования показывают, что мальчики хуже учатся в школе по сравнению с предыдущими годами и по сравнению с девочками, что у многих мальчиков нестабильная самооценка и что частота самоубийств и депрессии у мальчиков пугающе растет. Многие из наших сыновей прямо сейчас переживают кризис.

Мы теперь знаем, что девочки теряют себя, входя в подростковый возраст, что это потеря не только для них, но и для нас, и что причина этого - тендерные стереотипы нашего общества. Эти открытия изменили нас, мы уже сейчас стараемся дать девочкам свободу говорить открыто и искренно, быть услышанными, чтобы могли развиваться их индивидуальные способности и женская сила.

А как же их братья? Что с нашими сыновьями?

В течение нескольких лет я и другие специалисты, работающие с мальчиками, осознали, что даже те мальчики, которые внешне выглядят успешными, молча страдают внутри - от растерянности, одиночества и отчаяния. Они в разладе с собственным внутренним Я и часто чувствуют себя отчужденными от родителей, родственников и сверстников. Многих мальчиков чувство одиночества сопровождает весь период мальчишества, и они уносят его во взрослую жизнь.

В своей работе я пытался услышать, что мальчики на самом деле говорят о своей жизни и что скрывается за маской мужественности, той маской, которую большинство мальчиков и мужчин носят, чтобы скрыть свои подлинные внутренние переживания, и представить миру образ сильной, жесткой, выносливой мужественности, в то время как на самом деле они чувствуют невыносимое одиночество и страх. Эта книга - плод разговоров с мальчиками и размышления о том, что мы можем сделать, чтобы помочь им стать более счастливыми, более успешными мальчиками и мужчинами.

Какова природа мальчиков? Чем они отличаются от девочек? И чем они похожи? Чего мы можем ожидать от них и что можем дать им в школе, на игровой и спортивной площадке, в общении с их друзьями, во время подросткового периода, в кругу семьи? И что происходит, когда мальчики сталкиваются с такими сложностями, как развод родителей, депрессия, жестокость и т.п.? Это те вопросы, на которые я искал ответ и которым посвящена эта книга.

Я думаю, что, когда речь заходит о мальчиках, у многих из нас возникают затруднения, так как наше представление о мальчиках слишком искажено мифами, распространенными в нашем обществе. с течением времени тысячи моделей мальчишества соединились и растворились в одном на всех стереотипе.

Этот миф рисует нам мальчика непослушным озорником, который любит носиться и шуметь, чьи карманы набиты мусором (а он считает этот мусор сокровищами), а его постоянная компания - это шустрый щенок. Он считает девочек "противными". Ему нравится рыбачить и кататься на велосипеде. Мифический подросток помешан на самом себе, спорте, машинах, сексе и больше всего - на идее крутизны. Он жесток. Он нарушает правила. Он дерзит учителям. Он предпочитает тусоваться со своими выпендренными друзьями, а не проводить время со своей "занудной" семьей.

И все-таки, если вы знаете мальчиков, если вы родитель или учитель мальчиков, вы сердцем чувствуете, что эти стереотипы неверны, как и все стереотипы. Но даже в этом случае, сила мифов и связанных с ними стереотипов оказывает влияние на мальчиков и на ваши взаимоотношения с ними. Они мешают развитию мальчиков, они мешают нам растить их, а им - достигать максимума своих возможностей.

Эти мифы начинают таять в свете той новой информации о мальчиках, которая сейчас появляется, но значительная часть этой информации недоступна за пределами академических научных кругов. Я покажу, что, хотя подчас в этих мифах есть рациональное зерно (и в этом причина их долголетия), истинная картина гораздо сложнее и определенно позитивней.

"Настоящие мальчики" основываются на результатах моей двадцатилетней работы и размышлениях о мальчиках и мужчинах на посту содиректора Мужского центра больницы Мак-Лин и сотрудника Гарвардской медицинской школы, участника и основателя Общества психологического изучения мужчин и маскулинности Американской психологической ассоциации. Значительная часть книги выросла из моего недавнего исследования "Слушая голоса мальчиков", в котором я и мои коллеги из Гарвардской медицинской школы исследовали тысячи мальчиков и подростков, наблюдали их в различных ситуациях, проводили тестирования, беседовали с их родителями. Целью исследования было собрать достаточное количество информации, связанной с психологией сегодняшних мальчиков, и добиться от них искренних ответов на вопросы не только об их повседневной жизни дома, в школе и в дружеской компании, но и об их внутренней эмоциональной жизни, интенсивной и сложной.

Сведения, полученные в проекте "Слушая голоса мальчиков", дали мне дополнительные аргументы и подтвердили мои эмпирические наблюдения, что многие мальчики находятся в трудной ситуации. Картина становится еще более тревожной, когда рассматриваешь результаты исследований в свете других доступных статистических данных.

Судите сами: когда речь заходит об образовании, мальчики вдвое чаще, чем девочки, объявляются "неспособными к учебе", они составляют 67% наших классов для "отстающих", а в некоторых школьных системах у них в десять раз чаще, чем у девочек, диагностируются серьезные эмоциональные расстройства, в особенности СДВГ (из-за которого многие мальчики принимают сильные лекарственные препараты с потенциально возможными серьезными побочными эффектами). В то время, как успехи девочек в естественных науках и математике стабильно растут, оценки мальчиков за чтение меняются мало, они так и плетутся в хвосте. Недавние исследования показали, что самооценка мальчиков гораздо уязвимей, чем девочек, и что их уверенность в своих учебных способностях тает; кроме того, мальчики чаще оказываются участниками дисциплинарных конфликтов, их чаще выгоняют из класса, а порой вообще исключают из школы.

За стенами школы мальчиков также ждут серьезные испытания. Уровень депрессии среди сегодняшних мальчиков шокирующе высок, и статистика говорит, что мальчики в три раза чаще, чем девочки, становятся жертвами преступлений (помимо сексуального насилия) и в 4-6 раз чаще совершают самоубийства. Летом 1997 г. целая серия самоубийств произошла в нескольких милях от того места, где я живу, в маленьком рабочем предместье, известном как Южный Бостон, или "Юг". Все эти смерти случились в одном социальном кругу и в одно лето. И все жертвы - мальчики.

Почему? Что происходит? Это главная тема моей книги.

Я пишу о том, как и почему общество натягивает на мальчиков "смирительную рубашку пола". Не сознавая того, общество судит мальчиков по устаревшим представлениям о мужественности и о том, как мальчик становится мужчиной. Эти модели (многие из которых датируются девятнадцатым веком) просто не имеют ничего общего с современным миром.

А если мальчики не соответствуют этим моделям, общество может их пристыдить и заставить подчиниться. Связывая мальчиков этой смирительной рубашкой пола, общество ограничивает его эмоциональные возможности и его способность думать и действовать так свободно и открыто, как это необходимо, чтобы преуспеть в том ежеминутно меняющемся мире, в котором мы живем.

Мальчиков слишком рано отделяют от матери. От матери ждут, что она "перережет пуповину", которая связывает сына с ней и, фактически, со всей семьей. Уже в возрасте пяти-шести лет многих мальчиков выталкивают из семьи и ждут от них независимости в школе, в лагере, в разных видах деятельности и в ситуациях, с которыми они, возможно, еще не готовы справляться самостоятельно.

Проблема не в том, что родители знакомят мальчиков с миром - это то, что родители должны делать - а в том, как они это делают. Мальчиков отделяют от семьи слишком

внезапно, недостаточно подготовленными, без эмоциональной поддержки, не умеющими выражать свои чувства и часто без возможности вернуться назад или передумать. Мы не выносим проволочек, не слышим жалоб. Все потому, что мы верим: разрыв важен, даже необходим, чтобы мальчик повзрослел и стал мужчиной. Мы не ждем того же от девочек. На самом деле, если бы мы подталкивали девочек к сепарации таким же образом, как и мальчиков - почти без помощи и поддержки - следовало бы ожидать травмирующих результатов.

Я вижу, что мальчики, стыдясь своей уязвимости, прячут свои эмоции и, в конечном счете, свое подлинное лицо. Ненужное отделение от семьи и от своего подлинного Я приводит к тому, что многие мальчики чувствуют себя одинокими, беспомощными, испуганными. Царящие в обществе мифы не оставляют мальчикам права на эти эмоции, и мальчик чувствует, что он не соответствует ожиданиям окружающих. Он не может говорить об этой своей неудаче, он стыдится ее, но и о стыде своем он не может говорить. Со временем его чувствительность подавляется настолько, что он теряет связь со своим внутренним Я. И тогда мальчик "закаляется", делается таким, каким общество хочет его видеть.

И даже если мы продолжаем "закалять" наших мальчиков по старинке, мы ждем, что они будут удовлетворять современным и противоречивым ожиданиям, особенно когда дело касается взаимоотношений. Мы хотим, чтобы они были "новыми мужчинами" в создании отношений, уважительно обращались с девочками, делились своими переживаниями в эмоционально трудных ситуациях и трансформировали свой "мачизм" в мужскую силу, ответственность и сексуальность. Коротко говоря, мы хотим, чтобы наши мальчики были чувствительными ребятами "Новой эры" и в то же время оставались крутыми чуваками. Стоит ли удивляться, что мальчики теряются перед лицом этих двойных стандартов?

Все это впитывается мальчиками и пропагандируется обществом в целом как неписанный Мальчишеский кодекс, именно он лежит в основе названных противоречий. Кодекс - это комплекс поведенческих стратегий, правил поведения, культурных предрассудков и даже языковых норм, которые внушаются мальчикам в нашем обществе с самых первых дней жизни. Это выглядит так, как будто мы держим перед мальчиками зеркало, в котором отражается размытый и устаревший образ идеального мальчика - тот образ, которому наши мальчики изо всех сил стараются соответствовать. Когда мальчик пытается увидеть в зеркале свои собственные черты, свое подлинное Я - он не может этого сделать, он видит лишь, что он не дотягивает до этого недоступного и старомодного идеала. Так зачем удивляться, что потом он чувствует себя подавленным, злым, что у него депрессия и низкая самооценка, что у него не получается строить межличностные отношения, что он становится жестоким?

Этой книгой я хочу помочь семьям, обществу и самим мальчикам лучше понять, какой он - настоящий мальчик и, что еще важнее, показать, как мы можем помочь мальчикам развить свои способности и преуспеть в жизни. В первой части книги, "Настоящие мальчики", я расскажу о мифах и покажу подлинную душу мальчиков, передав слово им самим. Во второй части, "Контакт с мальчиками", я покажу что и как мы можем сделать, чтобы помочь мальчикам выбраться из рамок общественных стереотипов, выразить весь спектр своих чувств и стать успешными, уверенными в себе, открытыми и заботливыми мужчинами в нашем непростом мире. В третьей части, "Когда рвется нить", я остановлюсь на наиболее серьезных последствиях воздействия Мальчишеского кодекса - депрессии и суициде, агрессии, разводе - и расскажу, как распознать эти проблемы и что мы можем сделать для мальчиков, чтобы их жизнь стала светлее, несмотря на эти трудности. В Эпilogue я говорю о том, как мы можем укрепить нашу связь с мальчиками и заменить правила старого Мальчишеского кодекса представлениями, соответствующими нашему новому пониманию мальчиков.

По внешнему виду не скажешь, но многие мальчики-подростки, как и девочки-подростки, тяжело переносят кризис самооценки и поиска собственной идентичности.

Однако между поведением мальчиков и девочек есть существенная разница. Даже когда их голоса заглушаются обществом, с глазу на глаз девочки обычно могут говорить о своих переживаниях и неуверенности. Мальчики, напротив, могут вести себя дерзко и вызывающе, но при этом им гораздо труднее делиться своими чувствами даже в узком кругу друзей и родных. Их голоса, как бы сильно и громко они ни звучали, часто не отражают то, что на самом деле творится в их душе. Наоборот, многие мальчики, будь то на публике или при личном общении, склонны вести себя уверенно и самоуверенно, бравировать своими способностями. И сколько бы мы ни шутили о том, какой процент мужчин никогда не спросит дорогу, сбившись с пути, нет ничего смешного в чувствах наших мальчиков, что не могут найти в мире эмоций тот компас, в котором отчаянно нуждаются.

Что мы можем сделать, чтобы изменить ситуацию? Как мы можем помочь мальчикам вписаться в сегодняшний мир и социальную ситуацию, найти пути взаимодействия с другими людьми? Что мы можем сделать, чтобы наши мальчики заговорили, чтобы они доверяли нам, чтобы позволили нам войти в их мир и помочь им стать еще лучше?

Как вы увидите далее в этой книге, мы можем сделать многое, чтобы поддержать наших мальчиков и укрепить отношения с ними. Мы можем понять, какие стереотипы держат в своей голове даже лучшие из нас, и сознательно работать над тем, чтобы искоренять их в нашем обществе, сознании и языке. Мы можем научиться слышать те слова, которыми мальчики прикрываются, когда их тревожит что-то, о чем они не могут говорить, - то самое "все в порядке", которое на самом деле означает, что ничего не в порядке. Мы можем научиться вызывать сыновей на разговор, не требуя, не угрожая, а создавая безопасное пространство, где они могли бы раскрыться и говорить откровенно. Мы можем предугадывать, какие ситуации могут вызвать чувства уязвимости и страха (первый день в школе, важная контрольная, первое свидание, тренировка, школьная поездка, болезнь друга, разрыв отношений, переезд в новое место, посещение врача, наступление пубертата) - и подготовить к ним мальчиков заранее, а потом обсудить с ними случившееся. Но главное, мы можем начать говорить о привязанности как об основе новой модели маскулинности.

Мальчики сами поведут нас за собой, если только мы позволим им. В своей книге я хочу дать вам послушать настоящие голоса настоящих мальчиков. Они о многом могут рассказать нам, многому могут нас научить: какие они, каков их внутренний мир, какую жизнь они ведут на самом деле. Вы услышите в этой книге многих мальчиков. Они будут нашими проводниками, расскажут о том, насколько они нуждаются в нашем внимании, любви, заботе и готовности слушать. Когда вам удастся заглянуть под маску, которую носят мальчики, окажется, что они прекрасно осознают, кто они на самом деле, как они ощущают себя и что видят в окружающем их мире.

Часть 1. Настоящие мальчики

*Я помню молнии дерзких дум,
Восторг и печаль в душе,
И гул предчувствий, и крови шум,
Надежды, обуревавшие ум,
Которым, не сбыться уже.
И вещей песни слова
Доносятся из тишины:
"Мальчишечьи сны, как ветер, вольны,
И юность всегда права".*

*Есть то, о чем нельзя рассказать -
И позабыть нельзя;
Туман, что прокрадывается, как тать,
И заставляет сердце дрожать,
И застилает глаза.
И старой песни слова*

*Тоскою напоены:
"Мальчишечьи сны, как ветер, вольны,
И юность всегда права".*

*Г. Лонгфелло. Моя утраченная юность
(пер. Г. Кружкова)*

1. В мире мальчиков. Под маской мужественности

*"Вообще-то мне тяжело, - рассказывает Адам, - но я отлично умею это скрывать. Это как носить маску.
Даже когда ребята обзываются или говорят гадости, я не показываю, как это меня задевает. Я держу все в себе".*

Мальчишеский кодекс. "Все в порядке"

Мама четырнадцатилетнего Адама подошла ко мне после моего семинара о мальчиках в семье. Адам, по ее словам, хорошо учится в школе, но она чувствует: там что-то не так.

Успехи Адама были настолько впечатляющими, что он получил возможность участвовать в специальной программе для одаренных учеников, однако учиться по этой программе можно было только в другой школе, в академическом отношении более престижной, чем та, где учился Адам. Новая школа находилась в благополучном районе города, более богатом, чем родной район Адама. Его мама была очень довольна, что сын участвует в этой программе, и еще больше ее радовало то, что ему дадут стипендию. Так у Адама началась новая жизнь.

На момент нашего разговора, радость миссис Харрисон сменилась тревогой. В новой школе Адам учился не блестяще. Его оценки были средними, а в середине семестра его предупредили, что он может провалить алгебру. Между тем Адам продолжал твердить: "Я в порядке. Все отлично". Он говорил это и в школе, и дома. Мама Адама была растеряна, как и его куратор в новой школе. "Адам выглядит очень довольным и ни на что не жалуется, - сказал он ей, - но что-то тут не так". Мать пыталась поговорить с Адамом, понять, что тревожит его и почему он стал плохо учиться. "Но чем больше я расспрашивала его о том, что с ним происходит, - рассказывает она, - тем решительнее он отрицал, что у него какие-то проблемы".

Адам был спокойным и даже застенчивым мальчиком, невысоким для своего возраста. В его ярко-голубых глазах я увидел затаенную боль, недуг, причину которого я не мог сходу понять. Я видел похожее выражение на лицах мальчиков разных возрастов, в том числе у участников проекта "Слушая голоса мальчиков". Адам выглядел осторожным, ранимым, закрытым, обороняющимся. Но сильнее всего бросалось в глаза его очевидное одиночество.

Однажды, продолжила рассказывать его мама, Адам пришел домой с синяком под глазом. Она спросила его, что произошло. "Да так, ударился", - буркнул Адам. Она заметила, что он опустил глаза, словно стыдясь или извиняясь. Мама не успокоилась. Она сказала ему, что знает, что происходит что-то неприятное для него, но, что бы это ни было, они смогут справиться, они разберутся с этим вместе. И вдруг Адам разрыдался, и все, что он скрывал, вышло наружу.

Адама травили в школе, насмехались над ним в автобусе, провоцировали на драки в школьном дворе. "Эй, белая шваль¹!" - кричали ему другие мальчики, "Тебе не место тут

¹ Презрительное прозвище белых американцев, не имеющих образования, безработных или получающих низкую зарплату. (Прим. редктора).

рядом с нами!" - травил его старшекласник. "Почему бы тебе не убраться в свою часть города!" Травля часто переходила в физическое нападение, и Адам вынужден был отвечать, чтобы защитить себя. "Но я никогда не начинал первым,- оправдывается Адам перед в мире мальчиков

матерью,- я даже не показывал, что они причиняют мне боль. Я не хотел унижаться перед ними".

Я повернулся к Адаму. "Как ты себя чувствовал? - спросил я. - Как ты справлялся со своей злостью и разочарованием?" Его ответ был, к сожалению, тот же самый, что я часто слышал, когда мне удавалось добраться до внутренней жизни мальчиков.

- Мне было плохо,- рассказывает Адам,- но я отлично умею это скрывать. Это как носить маску. Даже когда ребята обзывают или дразнят меня, я никогда не показываю, как это меня задевает. Я держу все в себе".

- Как ты справляешься с грустью? - спросил я.

- Я обычно даю ей бурлить внутри, пока могу это вынести, а потом все взрывается. Это похоже на срыв, с криками и воплями. Но я выпускаю это только в своей комнате дома, когда никто не слышит. Когда никто не узнает об этом. - Он немного помолчал: - Я думаю, я перенял это от папы. К сожалению.

Адам поступал так же, как и многие другие мальчики: он прятался под маской, чтобы спрятать свои подлинные мысли и чувства - свое подлинное Я - от всех, даже от самых близких людей. Эта маска мужественности давала Адаму возможность предъявить миру ясный (хотя и ложный) образ: "Я справляюсь. Все отлично. Я неуязвим".

Адам, как и другие мальчики, прикрывался невидимым щитом - маской, маска демонстрировала миру самоуверенность и браваду, а за ними прятался стыд. Адам стыдился своей уязвимости, беспомощности, одиночества. Он не мог справиться со школьными проблемами в одиночку - очень немногие четырнадцатилетние юноши и девушки смогли бы - и он не знал, как попросить о помощи даже тех людей, которые, он не сомневался, любили его. В результате, Адам был несчастен и его успеваемость ухудшалась.

Многие мальчики в наше время, как и Адам, сжились с маской "мужественной бравады", под которой они прячут свое подлинное я, чтобы соответствовать ожиданиям общества. Они считают, что совершенно необходимо избавиться от чувств, которые, как учит их общество, непозволительны для мужчин и мальчиков: страха, неуверенности, чувства одиночества и нехватки общения.

Многие мальчики, как и Адам, убеждены, что они должны решать свои проблемы сами. Мальчик не должен идти к кому бы то ни было - к родителям, друзьям, советникам, тренерам - за помощью, успокоением, пониманием и поддержкой. Именно поэтому он не настолько близок, как мог бы, к людям, любящим его и готовым дарить ему любовь, заботу и внимание, в которых нуждается каждый человек.

Мы все, те, кто хочет помочь в этой ситуации, сталкиваемся с одной проблемой: страдающий мальчик внешне может выглядеть веселым и жизнерадостным, в то время как внутри он прячет чувства, не соответствующие мужской модели - тревогу, одиночество, страх, отчаяние. Мальчики умеют носить маску настолько виртуозно (порой они и сами не подозревают об этом), что бывает очень трудно понять, что на самом деле происходит, когда они страдают в школе, когда у них не получается найти друзей, когда их травят, когда они уже настолько подавлены, что настроение граничит с суицидальным. Скрытые проблемы выходят на поверхность лишь тогда, когда мальчик "доходит до предела" и ввязывается в проблемы в школе, начинает драться, принимать наркотики, пить, когда ему ставят диагноз "клиническая депрессия" или синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), когда он становится агрессивным или вдруг приходит домой с подбитым глазом, как Адам. Мама Адама, к слову, не могла ничего узнать от своего сына, пока Адам не пришел домой с синяком; вся информация, которой она располагала,- это его подозрительно плохие оценки.

Смирительная рубашка пола

Много лет назад, когда я начинал изучать мальчиков, я заметил, что с тех пор как Америка начала пересматривать свои взгляды на девочек и женщин, началась и переоценка традиционных представлений о мальчиках, мужчинах и маскулинности. Но все эти годы мои исследования показывали, что старый Мальчишеский кодекс - устаревшие и ограничивающие представления, ролевые модели и правила "для мальчиков", которые наше общество вынесло еще из XIX века, - по-прежнему в силе. Я был поражен, когда обнаружил, что даже в самых прогрессивных школах и в самых идеологически корректных социальных кругах по всей стране, в самых разных семьях Мальчишеский кодекс продолжает управлять поведением каждого из нас: самих мальчиков, их родителей, учителей и общества в целом. Он настолько укоренился, что ни у кого из нас нет к нему иммунитета. Я сам себя ловил на том, что действую в соответствии с этим кодексом, несмотря на то, что знаю о его искусственности: я отрицал, что мне плохо, когда это было правдой, я настаивал, что все в порядке, когда все было не так.

Мальчишеский кодекс опутывает мальчиков и мужчин смирительной рубашкой пола, которая ограничивает не только их, но и все общество, оказывая влияние на нас как на человечество и делая нас чужими и себе, и другим, или, как минимум, не настолько близкими друг другу, как нам хотелось бы.

Братья Офелии

В "Гамлете" Шекспира Офелия - возлюбленная молодого принца Датского. Подавленный смертью отца, Гамлет отворачивается от Офелии. Она, в свою очередь, чувствует себя опустошенной и совершает самоубийство. В последние годы книга Мэри Пифер о девочках-подростках "Воскрешая Офелию" сделала Офелию символом страдающей, неслышанной девочки. Но как же Гамлет? А братья Офелии?

Ведь Гамлету не легче, чем Офелии. Чужой самому себе, равно как и своим родителям, он мучается сомнениями и подвержен вспышкам неконтролируемой ярости. Его изоляция, отчаяние и одиночество только растут, и никто из близких не в силах помочь ему. В конце его ждет трагическая и бессмысленная смерть.

Мальчики, о которых мы заботимся, как и девочки, которых мы лелеем, часто ведут, как кажется, наполовину не свою жизнь, жизнь, в которой значительная часть их чувств и подлинного Я, скрыта. Исследования показывают, что они поступают так, чтобы вписаться в среду и быть любимыми. Мальчики, с которыми я работал - в проекте "Слушая голоса мальчиков", в школах, в своей частной практике - часто скрывают не только многообразие своих чувств, но и свои творческие способности и свою незаурядность, демонстрируя лишь набор основных цветов вместо богатой палитры своей индивидуальности.

Влияние Мальчишеского кодекса настолько мощное, и в то же время неуловимое, что мальчики могут и не догадываться, что живут в соответствии с ним. На самом деле, они могут не осознавать, что это такое до тех пор, пока не нарушат кодекс или не попытаются его проигнорировать. А когда это происходит, общество сразу, мгновенно и чувствительно, напоминает им о нем: насмешкой сестренки, нагоняем от родителей или учителей, остракизмом одноклассников.

Но все это совсем не обязательно. Я знаю, что Адам мог бы избежать значительной части своих переживаний, если бы родители и благожелательно настроенные сотрудники школы знали, как помочь ему, как создать такую обстановку, чтобы он почувствовал себя в безопасности и смог выразить свои истинные чувства, начиная со вполне естественного волнения, связанного с новой школой. Они могли бы облегчить переход из одной школы в другую, а не бросать Адама справляться в одиночку, даже если он говорит: "Все в порядке".

Как заглянуть под маску

В этой книге мы будем постоянно говорить о том, что существует много способов научиться понимать истинные чувства и переживания мальчиков, узнать, что они на самом деле собой представляют, и помочь им любить себя такими, какие они есть. Первое, чему нужно научиться родителям, учителям и всем, кто работает с мальчиками, - это распознавать первые знаки маскировки чувств. Такими знаками может служить все, что угодно: от плохих отметок до буйных выходок, от подозрительного спокойствия до симптомов депрессии, от знакомства с наркотиками и алкоголем до насилия (как в роли агрессора, так и в роли жертвы), иногда, как в случае с Адамом, маска может сопровождаться мантрой "все отлично".

Второй шаг - научиться говорить с мальчиками так, чтобы они не боялись и не стыдились делиться своими настоящими чувствами. К примеру, когда мальчик вроде Адама приходит домой с синяком под глазом, вместо "Бог мой! Да что такое стряслось с тобой в школе?" или "Что, черт побери, с тобой случилось?" лучше говорить менее устрашающим тоном: "Что происходит? Ты можешь со мной поделиться?" или "Я заметила, что в последнее время ты изменился. Теперь я вижу ясно - что-то не так. Давай поговорим об этом".

Третий шаг - научиться принимать индивидуальные эмоциональные ритмы. Как мы еще увидим в этой книге, даже тем мальчикам, которые готовы делиться своими чувствами, обычно нужно для этого больше времени, чем девочкам. Если девочка может рассказать все сразу, как только ее спросят, что не так, мальчик может отказаться или проигнорировать вопрос. Мы должны научиться давать мальчикам время и замечать в их словах и действиях сигналы готовности к разговору.

Необходимость паузы и следующую за ней готовность говорить о чувствах мы назовем синдромом необходимого молчания (timed silence syndrome). Мальчик должен сам установить свои "часы", чтобы понять, сколько времени ему нужно помолчать перед тем, как открыть душу. Если мы научимся слышать, чувствовать уникальные внутренние ритмы мальчика, мы будем глубже понимать и ценить то, как он справляется с эмоциями, а он с большей вероятностью будет честен с нами, когда речь идет о том, что он скрывает под маской.

Четвертый шаг - это то, что я называю сближением через действие. Вместо того чтобы принуждать мальчика сесть и поделиться с нами, мы просто включаемся в его действия. Порой просто совместная деятельность - поиграть в его игру, сыграть с ним дуэтом на фортепиано, пойти с ним в парк развлечений - создает ту связь, которая поможет ему открыться. Посреди игры, дуэта или аттракциона мальчик часто чувствует достаточную безопасность и близость, чтобы поделиться ранее скрытыми переживаниями.

Наконец, часто мы можем помочь мальчикам снять маску, рассказывая о своем собственном жизненном опыте. Мы можем рассказать им о нашей борьбе, когда мы сами были молодыми и жизнь бросала нас вверх и вниз, или поговорить о совсем недавней сложной ситуации. Даже если мальчик со стоном закатывает глаза, когда мы начинаем говорить, он так или иначе почти всегда получит пользу от опыта сопереживания, которое непременно возникает в таких разговорах. Обнаружив, что мы тоже, да, тоже бывали напуганы, озабочены, разочарованы, мальчик узнает, что его уязвимые чувства не так уже и постыдны. Он ощутит наше сочувствие и поймет, что мы понимаем, любим и уважаем в нем настоящего мальчика.

В школе, чтобы помочь мальчикам вроде Адама и проникнуть под маску, сотрудникам понадобится предпринять некоторые дополнительные специфические меры. Во-первых, как мы будем повторять не раз на протяжении книги, учителя, школьная администрация, школьные психологи и др. должны знать о том, как действует Мальчишеский кодекс. Они должны понимать, как этот кодекс отрывает мальчиков от их собственного Я и как он заставляет их носить маску. Во-вторых, я часто советую, чтобы школы прикрепляли к

каждому мальчику взрослого наставника, который бы разделял его интересы. Например, наставником для мальчика, который любит спорт, мог бы быть один из учителей физкультуры, а если мальчик любит поэзию - это был бы учитель литературы. Так у мальчика появится взрослый друг, с которым он мог бы поговорить, кто-то, с кем бы он чувствовал себя комфортно и мог поделиться своими мыслями и чувствами. В-третьих, школа должна пристально следить за теми областями, где Мальчишеский кодекс особенно силен. Это поездки на школьном автобусе (где ребята обычно предоставлены сами себе), спортзал, каникулы, спортивные занятия. В этих ситуациях учителя и другие сопровождающие должны быть особенно бдительны, чтобы каждый мальчик был в порядке. В-четвертых, когда учителя или кто-то еще вмешиваются, чтобы помочь мальчику, который выглядит страдающим, очень важно, чтобы они действовали мягко (я выше говорил об этом), не стыдили его. Например, когда мальчика дразнят, вместо того чтобы резко вмешаться со словами: "Эй, что тут происходит? А ну-ка прекратите!" - взрослому лучше отозвать в сторону этого мальчика, поговорить с ним индивидуально в другое время и выяснить, что за ситуация там сложилась. Наконец, как я еще скажу в этой книге, школе следует давать мальчикам опросники, которые касались бы не только их академических успехов, но и социальной жизни. Осведомленная о степени социальной адаптированности мальчиков, школа лучше будет себе представлять истинные переживания мальчиков.

Готовим мальчика к переменам

В дополнение к нашему знанию о том, какой мальчик на самом деле, важно, чтобы мы, взрослые, предвидели итоги некоторых ситуаций, например, серьезных жизненных перемен (переезд, развод, рождение младшего ребенка), которые могут вызвать болезненные переживания и вынудить мальчика прикрыться маской. Например, учителя в новой школе, зная, что мальчик вроде Адама пришел из менее благополучного района, могли бы предугадать его трудности, назначить Адаму наставника или старшеклассника, который мог бы ввести его в курс дела, познакомить с другими ребятами, помочь ему стать своим вместо того, чтобы оставаться чужаком, стать ему другом, скрасившим первые недели школы. Школьный психолог мог бы связаться с матерью Адама при первых признаках академической неуспеваемости. Учителям тоже следовало бы помочь ему освоиться. Родители Адама могли бы проводить с ним больше времени в течение первых недель, а также подготовить его заранее к его новой жизни, поговорить с ним о том, чего следует ожидать, встретиться с другими родителями и мальчиками, которые участвовали в той же программе, познакомиться с родителями мальчиков в новой школе, чтобы Адам мог с ними подружиться, или поговорить с родителями о школе, сходить вместе с Адамом в школу накануне его первого дня и погулять по району, чтобы он мог заранее осмотреться. Как только начались академические сложности - первый сигнал неблагополучия - его родители могли бы постараться создать безопасное пространство или организовать занятие, в котором Адам чувствовал бы себя готовым открыться и поделиться своими чувствами, они могли бы рассказать о том, как сами уезжали когда-то в колледж или чувствовали себя одиноко на новом месте.

Материнский инстинкт

Мое внимание в истории Адама особенно привлекло то, что встречалось и в историях других мальчиков, - верность материнского инстинкта: мать знала сердцем, что не все в порядке. Но она не доверяла своему знанию и действовала заодно с кодексом, когда Адам говорил: "Все отлично". В своем отрицании того, что она на самом деле знала, и в следовании общественному кодексу для мальчиков, она отворачивалась от своих

собственных инстинктов, не верила, что она знает лучше; она не позволяла себе слушать голос собственной интуиции или предпринять какие-то действия, выходящие за рамки Кодекса, которые могли бы помочь Адаму до того, как ситуация стала критической. С самыми лучшими намерениями все участники - родители и учителя в обеих школах - отталкивали Адама от источника помощи и привязанности, от возможности выразить себя в полной мере. Все верили, что особая школьная программа даст ему потрясающие возможности, как это на самом деле и было, но они не осознавали, что это также и перемена его социального окружения, которую надо переживать вместе с мальчиком.

Адам пытался справиться с проблемой в одиночку - именно так, как поступают мальчики. Это часть кодекса.

Под маской мужественности. Стыд и травма сепарации

Адам и его родители непреднамеренно следовали Мальчишескому кодексу, подобно большинству родителей и учителей. Он так глубоко укоренился в нашем обществе, что мы его не замечаем. Один специалист в сфере образования недавно заявил, что равенства в обучении можно достигнуть, "развивая девочкам голос, а мальчикам - слух". Конечно, мальчикам нужно учиться слушать. Но им надо и говорить открыто, своими индивидуальными голосами. Я убежден, что это не мальчики не слышат нас - это мы не умеем их слушать.

Ученые обнаружили, что с рождения и в течение первых месяцев жизни, *младенцы-мальчики более открыто выражают эмоции, чем младенцы-девочки*. Но к младшему школьному возрасту эта способность утрачивается. Мальчики пяти-шести лет меньше, чем девочки, показывают свою боль или неудовольствие, как родителям, так и учителям. Многие родители спрашивают меня, чем вызвана эта трансформация, это подавление природной эмоциональности мальчиков. Что заставляет мальчика, который был открытым и непосредственным, скрывать полный спектр своих эмоций?

Недавние исследования выявили две первопричины таких изменений, и обе произрастают из представлений о мальчиках, принятых в нашем обществе.

Первая причина - использование стыда для "закалки", без которой, как считается, нельзя растить мальчиков. Мальчиков учат стыдиться своих чувств, особенно слабости, уязвимости, страха, отчаяния.

Вторая причина - это сепарация в том виде, как проходят через нее мальчики. Общество настаивает на эмоциональном отделении мальчиков от матери в слишком раннем возрасте, обычно до достижения ими 6 лет, а затем еще раз в подростковом возрасте.

Стыд используется как инструмент контроля повсеместно, он настолько разрушителен, что я решил посвятить ему отдельную главу этой книги. Мальчиков снова и снова заставляют стыдиться, через весь процесс взросления проходит то, что я называю "общественная закалка стыдом". Это идея, что мальчиков нужно дисциплинировать, "закалять", учить быть "настоящими мужчинами", быть независимыми, сохранять хладнокровие. Мальчик слышит, что "большие мальчики не плачут", что он не должен быть "маменькиным сынком". Если даже об этом не говорится прямо, эти установки доминируют в отношении к мальчикам - и, следовательно, в том, как мальчики воспринимают себя. Пристыживание - то, что находится в самом сердце обращения с мальчиками на детской площадке, в школьном классе, летнем лагере и дома. К этому старомодному процессу "закалки стыдом" подключаются и другие социальные факторы, о которых я расскажу в следующей главе.

Вторая причина того, что мы под маской мужественности теряем из виду настоящего мальчика и в конце концов теряем и самого мальчика,- это преждевременное отделение мальчика от матери и материнской сферы в начале школы. Матерей побуждают отрываться от сыновей, и эта насильственная сепарация настолько распространена, что уже

воспринимается как норма. Но я вижу, что форсированное отделение настолько болезненно для мальчиков, что само по себе может быть названо травмой. И я уверен, что это ненужная травма. Мальчики, как и девочки, станут независимы от матери естественным образом, если им позволить отделяться в их собственном темпе.

Но даже если травма сепарации в шестилетнем возрасте не была слишком разрушительной, мальчики часто переживают вторую травму сепарации, когда они достигают половой зрелости. Как только мальчик становится подростком, наше общество начинает волноваться за отношения мать-сын. Мы не знаем, насколько близкими должны быть отношения матери и ее половозрелого сына. Мы беспокоимся, что насыщенные и любящие отношения между ними как-то повлияют на способность юноши завязывать отношения с девушками-ровесницами. В результате родители идут на поводу у общества и отталкивают мальчика от семьи и в особенности - от женской ее части. Общество говорит нам, что так "лучше" для юноши, что его нужно вытолкнуть из гнезда, а иначе он никогда не научится летать. Но я убежден, что верно обратное: мальчик совершит прыжок, когда он будет готов, и он будет успешнее, если почувствует, что есть кому поймать его, если он вдруг упадет.

Эта двойная травма сепарации приводит к чувствам скорби и грусти, которые могут сопровождать человека всю жизнь.

Противоречивые требования. Чего ждет общество от мальчиков

Есть и другая проблема: те новые требования, которые общество ставит перед мальчиками, расходятся с тем, чему учит Мальчишеский кодекс, и мы ничего не делаем для того, чтобы разрешить это острое противоречие. На словах мы хотим, чтобы мальчики делились своими уязвимыми чувствами, но в то же самое время мы ждем, что они будут скрывать свою необходимость быть зависимыми и спрячут свою природную любовь и заботу под маской мужской независимости и силы. Эта задача не по силам ни одному мальчику, да в принципе и любому человеку.

Молчание потерянных мальчиков

Зачастую в результате слияния этих противоречивых сигналов мальчики решают молчать. Они учатся страдать тихо, прятаться под маской мужественности. Они не могут говорить, а мы не можем услышать. Эта тишина сбивает с толку тех, кто беспокоится о благополучии мальчиков, так как создает ошибочное представление, будто все хорошо, мальчик не нуждается в нас, в то время как на самом деле мы очень ему нужны.

Хорошая новость: мы теперь знаем много способов помочь мальчикам, основанных на знании поведенческих схем, типичных для них. Понимание этих поведенческих паттернов, которым следуют мальчики в своей обычной жизни, я думаю, поможет нам успешнее растить мальчиков любого возраста. Ведь на самом деле, стоит нам однажды помочь мальчикам сбросить смирительную рубашку пола, услышать наконец и понять, что он хочет до нас донести, почувствовать и увидеть - и стена молчания будет сломана, а на ее месте потечет живой поток коммуникации. Разрыв обернется воссоединением. А как только мы воссоединимся с мальчиком, мы установим сильную связь со всеми мужчинами в нашей жизни - нашими братьями, отцами, мужьями, сыновьями. Одновременно это поможет мальчикам снова обнаружить свои глубочайшие чувства, свою подлинную сущность.

Жить наполовину. "Героическая" сторона

До сих пор многие мальчики могут открывать и выражать только половину своей эмоциональной жизни: они уверенно демонстрируют свою "героическую", сильную, активную сторону, свою физическую выносливость, равно как злость или гнев. Мальчишеский кодекс велит им подавлять другие эмоции и скрывать нежную, заботливую, уязвимую сторону души. В ходе исследования "Слушая голоса мальчиков" многие мальчики рассказывали мне, что они напуганы и жаждут контакта, но не могут. "В школе и даже часто с родителями,- рассказывает один мальчик,- ты не можешь вести себя как слабак. Если ты испугаешься или начнешь ныть, как сопливый младенец, родители начинают злиться, а другие ребята бросят тебя или скажут, чтобы ты заткнулся и убирался отсюда". Одна мама рассказала мне, какого поведения она ждет от своего девятилетнего сына: "Я не против, если Тони немного жалуется,- сказала она,- но если он начинает хныкать и ныть всерьез, я говорю ему, чтобы он прекратил. Так для него же лучше, потому что если другие мальчики в округе услышат, что он плачет, они будут дразнить его. К тому же его отец такое поведение просто не выносит!"

Мальчики также подавляют чувства отвержения и потери. Один шестнадцатилетний парень рассказал, как его первая девушка через месяц встреч сказала, что больше его не любит: "Это такая тоска,- признается Кэм. - Но ты просто держишь это в себе. Ты никому не расскажешь об этом. А потом, через какое-то время, боль постепенно отпускает".

"Должно быть, это невыносимое бремя, остаться с этим одному",- замечаю я.

"Ага,- вздыхает Кэм, борясь со слезами. - Но все парни так делают, так ведь?"

Пятнадцатилетний Джейсон недавно написал в эссе о выражении чувств:

"Если что-то происходит с тобой, ты должен сказать: "Да ладно, ерунда",- даже если тебе на самом деле очень плохо... Если случилась трагедия - как когда у моего приятеля умер отец - ты можешь подойти к парню и обнять его. Но если все не так серьезно... ты должен забить и махнуть на это рукой. За свою жизнь я уже столько шкафчиков исколотил, это совсем не весело. Когда я прихожу домой, я плачу".

Я убежден, и мои исследования это подтверждают, что многие мальчики мечтают быть услышанными, и мы, родители и специалисты, должны задействовать все свои ресурсы, чтобы достичь понимания и помочь им. Мы, взрослые, обладаем и возможностью, и дальновидностью, чтобы смотреть через декоративный фасад мачизма, особенно когда мы знаем, что это такое, и понимаем, для чего это нужно - чтобы выглядеть крутым и уверенным.

Четырехлетний малыш пожимает плечами, моргает, чтобы сдержать слезы боли, и пытается улыбнуться после того, как бейсбольный мяч попал ему в глаз. Десятилетний мальчик, чьи родители только что развелись, так бурно и искрометно ведет себя в классе, что его называют "классным клоуном", но за его бравадой скрывается боль, он тоскует по тем дням, когда его родители были вместе и ему не нужно было такое внимание. Четырнадцатилетний подросток вяло листает спортивный журнал, пока школьный психолог говорит о его плохом поведении. Когда психолог предупреждает его, что за такое поведение его могут исключить из школы - пытается дисциплинировать его через стыд, через угрозу отторжения - мальчик огрызается в ответ: "Ну и что?"

К сожалению, мы порой верим маске, потому что она так хорошо сидит и ее надевают так часто, что она стала уже больше, чем просто барьером для искреннего и откровенного общения. Трагедия заключается в том, что маска прирастает к лицу, оставляя мальчиков эмоционально опустошенными и уязвимыми перед неудачами в школе, депрессией, наркотиками, насилием и даже суицидом.

Нынешние мальчики остаются позади

Нам может казаться, что мы живем в "мире мужчин" - по крайней мере, это касается власти и благосостояния в обществе - но наш мир определенно не "мир мальчиков". В целом

мальчики не преуспевают в школах, особенно в государственных школах. Именно в школьном классе заметнее всего, насколько разрушительно на мальчиках сказывается непонимание общества. Вынужденные конкурировать со сверстниками, некоторые мальчики тратят так много энергии на поддержание своего эмоционального равновесия и маскировку своих глубочайших и наиболее уязвимых чувств, что у них остается совсем немного (или не остается вовсе) сил на учебу. Несомненно, иногда мальчики попадают в списки отличников и становятся "звездными" учениками. Но гораздо чаще мальчики составляют "дно" в рейтинге успеваемости. В последние десять лет мы наблюдаем ошеломляющие статистические данные. От начальных классов до старших мальчики получают худшие, чем девочки, оценки. Мальчики-восьмиклассники отстают на 50% чаще, чем девочки. К старшим классам мальчики составляют две трети учеников в классах для отстающих. Меньше мальчиков, чем девочек, поступает в колледжи и заканчивает их. 59% обладателей диплома бакалавра - женщины, а процентная составляющая мужчин в области высшего профессионального образования уменьшается с каждым годом.

Таким образом, существует тендерный разрыв в области академической успеваемости, и мальчики оказываются в самых неблагоприятных условиях. Причины этого - и отсутствие у мальчиков уверенности в своей способности хорошо учиться, и объективная невозможность быть успешными.

Когда восьмиклассников спрашивают об их будущем, в два раза больше девочек, чем мальчиков, говорят о том, что они хотят сделать карьеру в области управления, стать профессионалами, заняться бизнесом. Мальчикам значительно труднее приспособиться к школе, они в десять раз чаще, чем девочки, страдают от "гиперактивности", на их долю приходится 71% всех школьных недоразумений. За последние годы девочки совершили огромный прорыв в освоении математики и естественных наук. В то же самое время мальчики по-прежнему отстают в чтении и письме.

Самооценка и самонадеянность мальчиков

Установлено, что *учебная самооценка у мальчиков гораздо более хрупкая, чем у большинства девочек*. Недавно в Северной Каролине состоялось исследование учеников 6-8 классов, которое показало, что "мальчики гораздо ниже оценивают себя как учеников, нежели девочки". Проведенное доктором Уильямом Перки, это исследование опровергает миф, что мальчики-подростки чаще, чем девочки, считают себя достаточно умными, чтобы добиться успеха в обществе. По мнению Перки, мальчики бахвалятся, чтобы "спрятать глубоко укоренившуюся неуверенность". Это опять работает маска: за фасадом уверенности и бравады мальчики скрывают чувство уязвимости, признанное постыдным. Девочки, с другой стороны, меньше хвалятся и лучше учатся. Не удивительно, что, по данным Министерства образования США, среди старшеклассников меньше мальчиков, чем девочек, собираются получать высшее образование, планируют заниматься юриспруденцией или медициной.

Что нам нужно - это добиться такого же подъема учебной самооценки мальчиков, какой мы добились для девочек, определить специфические академические потребности мальчиков и девочек для того, чтобы стать гендерно-компетентным обществом.

Поразительно: недавние исследования показывают, что девочки не только обгоняют мальчиков академически, но и чувствуют себя гораздо увереннее и смелее. Действительно, в моем проекте мальчики снова и снова говорили о том, что быть слишком умным в классе - это "не прикольно", что за это тебя могут назвать занудой, зубрилой, тряпкой, "шестеркой". Как сказал один мальчик, "я не такой идиот, чтобы сидеть на первой парте и вести себя, как некоторые учительские любимчики. Если так, к концу урока у меня бы вся голова была заплевана жеваной бумагой, а меня бы самого запинали". При совместном обучении девочки вынуждены подавлять в себе уверенность и прямоту, а мальчики - скрывать свою тоску по

искренним отношениям и свою жажду знаний. Чтобы добиться признания сверстников и защитить себя от насмешек, мальчики часто фокусируются на сохранении своей маски и занимаются чем угодно, только бы не показаться заинтересованными чем-то творческим или интеллектуальным. Чтобы отгородиться от вещей, которые в силу действующих стереотипов считаются "женскими", многие мальчики просто отсиживаются в классах, не принимая никакого участия в занятиях, и подкалывают тех ребят, которые отвечают. Остальные устраивают всякие выходки и потасовки, прогуливают уроки или вообще бросают школу.

Школы и необходимость компетенции в вопросах пола

К сожалению, вместо того, чтобы работать с мальчиками и убеждать их, что хорошо учиться приятно и на самом деле "круто", учителя слишком часто обманываются маской и верят стереотипу, а это лишь делает ситуацию похожей на замкнутый круг. Если учитель считает, что неуспевающий мальчик просто незаинтересованный, неспособный или ленивый, и не скрывает свое мнение, то в результате мальчик на самом деле таким становится. Действительно, когда мальчикам плохо в школе, они порой надевают маску и ведут себя вызывающе. Учителя, вместо того, чтобы задуматься об эмоциональных причинах плохого поведения, применяют дисциплинарные методы контроля, которые каким-то образом должны "цивилизовать" мальчиков.

Сол, третьеклассник, пришел домой с запиской от учительницы. "Сол был наказан сегодня за плохое поведение,- написала учительница. - Обычно он очень прилежный ученик, и я надеюсь, что такое поведение не повторится".

Мама Сола, Одри, спросила сына, что произошло.

- Я болтал на уроке,- ответил мальчик.

- И что дальше? - спросила она. - Как учительница наказала тебя?

- Она не отпустила меня на перемену. И велела написать сочинение о том, почему болтать в классе плохо и недопустимо,- Сол опустил голову.

"Я была потрясена,- говорит Одри. - Если бы учительница потратила одну минуту на моего ребенка, пытаясь понять, почему он ведет себя плохо, этого всего можно было бы избежать". Тем более, учительница знала, что Сол - "очень прилежный ученик". Накануне ночью Сол узнал, что его любимый дядя погиб в автокатастрофе. "Я сказала сыну, что я понимаю, каким тяжелым был для него этот день из-за вести о дяде, но срывать уроки все-таки нехорошо. Ему стало легче от того, что я не сержусь,- сказала Одри. - Этот случай заставил меня задуматься о том, как с мальчиками обращаются в школе. Я думаю, учительница решила, что Сол - "просто мальчишка". И унизила его, в то время как все, что ему было нужно - это немного понимания и чуть больше внимания. Я подумала о том, как Сол, должно быть, чувствует себя, когда что-то подобное происходит, потому что он часто отказывается говорить о том, что его тревожит, пока мы не подтолкнем его к рассказу".

Частый гость в разных школах страны, я наблюдал приемы, которые считаю недопустимыми и даже опасными, и все они проистекают из непонимания мальчиков. Учителя начальных классов часто награждают мальчиков специальным "призом", таким как более высокая оценка, разрешение пораньше выйти на перемену или дополнительная "звездочка" в листочке с оценками "за поведение", если мальчики не будут поднимать руку больше одного раза за урок. Они считают, что некоторые мальчики так хотят отвечать и так неистово требуют, чтобы их спросили, что это нарушает порядок в классе.

Учителя в старшей школе часто перенимают подобную практику для работы с мальчиками-подростками, особенно с теми, кто способен на выходки или выкрикивает с места. Учителя позволяют мальчикам уйти пораньше или передохнуть посреди урока, если они докажут, что могут сидеть тихо и вести себя "хорошо". Другими словами, вместо того, чтобы попытаться увидеть настоящего мальчика под маской его поведения, понять, что происходит у него в душе, учителя поступают противоположным образом и просят

мальчиков стать еще более незаметными, еще глубже спрятать свою подлинность. По иронии судьбы, они просят мальчиков действовать в соответствии со стереотипным образом пассивной, "девочковой" девочки. Учителя добьются того, чего хотят - тишины в классе - но какой ценой? Такой подход заглушит в мальчиках голос сопротивления, борьбы, индивидуальности, и заставит их добиваться внимания неуважительными выходками.

Нам нужен новый кодекс для настоящих мальчиков, разбирающиеся в половых различиях школы и осведомленное о тендерной специфике общество, в котором мальчики и девочки смогут быть собой.

Если мы хотим, чтобы мальчики нам сочувствовали, нам нужно самим научиться сочувствовать им.

Сила привязанности - новый кодекс для мальчиков и девочек

Жизнь мальчиков сопряжена со специфическими трудностями, но есть хорошая новость: мальчики могут преодолеть

их, если они почувствуют себя связанными с семьей, друзьями, обществом. Моя работа показывает, что, несмотря на травмирующее давление общества, разъединяющее мальчиков с их внутренним самоощущением, у многих, если не у большинства, сохраняется внутри устойчивая эмоциональная привязанность, которая их поддерживает. Иногда такие надежные узы связывают их с особенными друзьями-мужчинами (настоящая "мужская дружба"). Мальчики могут искренне дружить с девушками и молодыми женщинами, отношения с которыми остаются платоническими.

Правда в том, что мальчики испытывают глубокую подсознательную жажду привязанности - скрытую тоску по отношениям,- и поэтому они стремятся к близости с родителями, учителями, наставниками, друзьями и семьей. Мальчики полны любви и сочувствия к другим и хотят быть "привязанными" к родителям и значимым взрослым. Эта жажда, в свою очередь, может помочь родителям и специалистам установить более глубокую связь с мальчиками, как того добивались для девочек профессор Кэрол Джиллиган из Гарварда и ученые из группы Стоун-центра колледжа Уэллсли. Эта "сила привязанности" должна оказаться в центре нового мальчишеского кодекса. Используя силу привязанности, мы можем помочь мальчику стать самим собой, идти во взрослую жизнь своим путем - быть поистине "настоящим мальчиком", тем, кем он является.

2. Истории о стыде и травме сепарации. Как установить связь с мальчиками и изменить Мальчишеский кодекс

"Быть парнем - реально тяжело,- объясняет мне пятнадцатилетний Кэлвин Брэнфорд,- потому что ты не должен говорить о своих чувствах. Ты должен со всем справляться сам. Девчонки - это понятно - пойдут и поболтают с кем-нибудь. Если ты парень, то ты не можешь так поступить. Я думаю, что быть парнем довольно трудно, потому что есть куча вещей, которые сделал бы нормальный человек, но только не ты".

Джонни: травма сепарации и стыд

Джонни Мартину было без малого пять лет, когда он впервые пошел в подготовительный класс начальной школы. Он был одним из самых маленьких мальчиков в группе. Я тайно наблюдал за тем, как он появился в комнате, заполненной пяти- и шестилетними детьми, в сопровождении родителей в его первый день в школе в

благополучном пригороде для образованного среднего класса.

Из громкоговорителя раздался голос директора школы, приветствующего новых учеников. Он напомнил им основные правила школы: учеба, уважение к себе и другим, разнообразие. Родители и дети были одинаково ошеломлены и смущены важностью происходящего, чтобы уловить всю информацию сразу. Я начал вслушиваться, когда директор сказал, что все родители должны уходить по звонку, который раздастся через 10 минут, но сегодня, и только сегодня, родители могут остаться на дополнительные пять минут, чтобы попрощаться с детьми. Я думаю, что в этот момент Джонни все понял. Он начал карабкаться на свою мать, а та оживленно шептала ему что-то, чего я не слышал.

По своему прошлому болезненному опыту я знаю, что у ребенка все будет в порядке, если ему позволят оставаться с матерью столько, сколько ему нужно, позволят оставаться рядом с ней так долго, как ему надо, каждый день или вплоть до того момента, когда он будет готов совершить такой скачок в развитии, как отделение, по своей воле.

Джонни не повезло. В группе из пяти мальчиков, которым не терпелось бежать играть с грузовиками и фломастерами, Джонни выглядел белой вороной, слишком маленьким и чувствительным мальчиком, который не был готов уйти, который боялся расстаться с мамой.

Когда прозвенел звонок, большинство родителей исчезли, остались только те, кто по опыту знал, что их детям нужно, чтобы они побыли подольше вместе, и те, кто, видимо, чувствовал, что уйти сейчас будет неправильно. Я спросил маму другого маленького мальчика, Шона, который увлеченно играл, но продолжал через плечо поглядывать, здесь ли мама, о чем она думает.

"Я не очень в этом разбираюсь, но Шон просто выглядит так, как будто ему нужно побыть со мной еще немного, поэтому я осталась", - сказала она.

Мама Джонни была очень растеряна. Она смотрела на Рэйчел, воспитательницу Джонни, которая предложила традиционное решение: "Просто уходите, с ним все будет хорошо".

Мама шептала Джонни: "А теперь будь большим мальчиком, не как твоя сестренка-плакса, и все будет хорошо". У нее в глазах стояли слезы, когда она поцеловала его в макушку и направилась к двери. Но прежде чем она вышла, Джонни заплакал, его крик было слышно во всем здании, даже в кабинете мистера Бартлетта, директора школы. В мгновение ока он оказался здесь и предложил вмешаться воспитательнице, миссис Фридленд.

Миссис Фридленд, женщина лет шестидесяти, пришла и посоветовала Рэйчел быть строже с учениками.

"Ты увидишь, Рэйчел, что установить жесткие границы - это самый лучший метод, особенно с мальчиками".

Когда Рэйчел спросила: "Почему именно с мальчиками?" - миссис Фридленд выдала идеальный пересказ Мальчишеского кодекса: "Разлука трудна для девочек, - авторитетно объяснила она, - потому что они очень близки с матерями. Мальчики, наоборот, должны быть более независимыми, иначе приятели их задразнят мамсиками. И наша работа - помочь мальчикам справиться с этим, особенно если их мамы не позаботились об этом заранее". Она повернулась к маме Джонни: "Вы ведь не хотите, чтобы Джонни стал слишком зависимым, не так ли? - спросила она. - Давайте посмотрим, сможет ли он справиться с этой ситуацией сам".

Теперь, когда была привлечены "эксперты", маме Джонни сказали, что она может уходить. Джонни все еще плакал, хотя и не так неистово, и, пока воспитательница читала ему книжку, его мама ушла.

Через несколько дней, когда я снова пришел понаблюдать за классом, я спросил Рэйчел, как идут дела. "Некоторые родители ждут, пока дети не дадут им понять, что они могут идти, - рассказала она. - Большинство детей прекрасно адаптировались, и с каждым днем они отпускают родителей все раньше и раньше. Я бы хотела, чтобы то же можно было сказать об остальных детях. Некоторые мальчики, особенно те, которые казались такими храбрыми в первый день, много плачут, скучая по маме, и мне часто приходится утешать

их".

- Как поживает Джонни Мартин? - спросил я.

- Вы сами увидите через минуту... Я должна идти готовиться к занятиям.

Прозвенел звонок, и почти все родители ушли. Мама Шона все еще была здесь и сейчас утешала нескольких мальчиков, которые грустили из-за того, что их папы и мамы ушли в 9:05. Я услышал звук, который сначала принял за громкий кашель в углу, а когда обернулся, то увидел Джонни Мартина, отделенного от других ребят. Его тошнило в мусорную корзину.

- В чем дело, Рэйчел? - спросил я.

- Это происходит каждый день после того, как его мама уходит - он плачет до рвоты.

- Что говорит воспитательница?

- Миссис Фридленд считает, что он "слишком привязан к матери", и что если это будет продолжаться, то мальчика придется отправить в специальную группу или на психотерапию.

Пока мы говорили, Джонни все еще тошнило, и в классе было тихо, как будто дети были напуганы этой картиной. И тогда я нарушил данное самому себе обещание никогда не давать учителю советов, если меня пригласили только "понаблюдать". Но Джонни был травмирован, и Рэйчел, новичок в своем деле, но чуткая сердцем, чувствовала, что здесь что-то не так. Я объяснил, что рвота - это уже вторая стадия реакции на непереносимую сепарацию, которая возникает, если не последовало адекватной реакции на плач, и что за ней могут возникнуть более опасные симптомы. Тогда воспитательница и директор смогли изречь самоисполняющееся пророчество о мальчике "с особыми потребностями". Я объяснил Рэйчел, что все дети отделяются в своем темпе, и что мальчиков не нужно принуждать к более ранней, чем у девочек, сепарации. Сначала я волновался о том, как она отреагирует на мое резкое замечание, но действия Рэйчел ободрили меня.

Она вздохнула с облегчением, и когда миссис Фридленд пришла с проверкой, Рэйчел сказала, что так как действующий план не работает и поскольку это ее группа, она попробует свой метод: мама Джонни будет оставаться здесь до тех пор, пока малыш не почувствует себя достаточно уверенно, чтобы отпустить ее.

Через месяц я снова встретил Рэйчел. "Спасибо за ваш совет, - сказала она. - Он сработал прекрасно. Мама Джонни перестала чувствовать себя виноватой, Джонни стал более уверенным и дней через десять совершенно спокойно отпустил ее. Теперь, если только я наберусь храбрости второй год противостоять порядкам мистера Бартлетта и миссис Фридленд, я буду во всеоружии".

Мальчишеский кодекс. Четыре императива

Мальчики осваивают кодекс в песочницах, на игровых площадках, в классах, лагерях, церквях и на вечеринках, их учат ему сверстники, наставники, учителя и все кто угодно. В исследовании "Слушая голоса мальчиков" даже малыши говорили, что они должны "держаться молодцом", "не показывать свои эмоции", "действовать твердо", "не быть слишком милыми", "быть крутыми", "просто смеяться и отмахиваться, если кто-то обижает тебя". Это были не мягкие рекомендации, как мальчики могли бы вести себя. Это были жесткие правила, которым они должны подчиняться, правила, которые большинство из них искренне боится нарушать.

Основываясь на хорошо известном исследовании, профессора Дебора Дэйвид и Роберт Брэннон разделили эти жесткие правила, или императива, в стиле "умри или сделай" на четыре группы стереотипных мужских идеалов и поведенческих моделей. Эти четыре правила лежат в основе Мальчишеского кодекса.

"Крепкий орешек" . Мужчины должны быть стойкими, непоколебимыми, независимыми. Мужчина никогда не показывает свою слабость. Следовательно, мальчики не жалуются и не огорчаются. Мальчик считается нарушившим этот закон, если он, например,

хнычет, плачет или жалуется, а порой даже если он всего лишь просит объяснений в трудной или пугающей ситуации. Мальчик из исследования "Слушая голоса мальчиков" рассказал: "Если кто-то бьет тебя по лицу, лучшее, что ты можешь сделать, - улыбнуться и сделать вид, что тебе не больно. Ты не должен плакать или что-то говорить". Закон о "крепком орешке" высасывает из мальчиков энергию, потому что требует постоянно быть настороже: притворяться уверенным, когда боишься, твердым - когда неуверен, независимым - когда отчаянно нуждаешься в любви, внимании, поддержке.

"Покажи им!" Это позиция спортивных тренеров и персонажей Джона Уэйна, Клинта Иствуда и Брюса Ли, позиция, для которой характерны притворство, экстремальный риск, бравада, тяга к насилию. Этот закон идет от мифа "мальчики остаются мальчиками" (мы еще поговорим об этом мифе) - ложного представления о том, что мальчики каким-то образом биологически запрограммированы вести себя как мачо, быть энергичными, даже жестокими суперменами. Это требование Мальчишеского кодекса заставляет мальчиков вызывать друг друга на рискованное поведение, а их родители просто пожимают плечами, когда их дети наносят травмы себе или другим.

"Большая шишка" . Это требование заставляет мальчиков и мужчин добиваться высокого статуса, влияния, власти. Или, иначе, определяет то, как мальчики и мужчины учатся избегать стыда любой ценой, носить маску "крутизны", вести себя так, будто "все идет по плану", "все под контролем", даже если это не так. Этот закон кодекса приводит к тому, что многие мальчики и мужчины загоняют себя в рамки академической деятельности или карьерных достижений, пытаясь подавить ощущение неудачи и недовольства.

"Не будь девчонкой!" Пожалуй, наиболее травмирующий и опасный закон, загоняющий мальчиков и мужчин в смиренную рубашку пола, которая удерживает мальчиков от выражения своих чувств, от проявления черт, ошибочно считающихся исключительно феминными, - зависимости, сочувствия, нежности. В соответствии с требованием "Не будь девчонкой!" эти чувства становятся табуированными. Вместо того чтобы помочь пережить эти эмоциональные состояния, мальчиков заставляют "затыкать" их, быть самоуверенными. А если мальчики не выдерживают и, несмотря ни на что, проявляют "женские" эмоции, их ждет не сочувствие, а насмешки, подколы и угрозы, так что они стыдятся своей "неспособности" чувствовать и действовать "по-мужски". и тогда мальчики зарекаются поступать так вновь - и хоронят свои чувства.

Таким образом, в самых основных своих чертах кодекс оказывает влияние на способность мальчиков и взрослых устанавливать контакт.

Во-первых, он отделяет мальчиков от родителей слишком рано, до того, как большинство мальчиков оказываются эмоционально готовыми к сепарации. Когда мальчики оказываются в распространенной в раннем детстве ситуации - когда первый раз спят одни в своей кроватке, когда их отправляют на две недели в летний лагерь одних или они остаются первый раз в детском саду без родителей - их зачастую подталкивают к псевдонезависимости до того, как они к ней готовы.

А когда мальчики восстают против этой насильственной сепарации - когда они плачут, болеют или говорят друзьям, что они лучше бы остались дома, чем идти гулять и играть на улице - кодекс заставляет их стыдиться самих себя. Стыд преследует мальчиков на протяжении всей их жизни, подрывая их веру в себя, нанося урон их хрупкой самооценке, оставляя их наедине с одиночеством, грустью, разобщенностью. Более того, он влияет на нашу способность оставаться в контакте с мальчиками.

Даже когда мальчик показывает, что ему грустно или он напуган, наша культура недвусмысленно дает ему понять, что ему следовало бы взять себя в руки и справиться с этим в одиночку. Те чувства, которые мальчики подавляют, бывают настолько тревожащими, что выливаются в симптомы СДВГ и серьезные поведенческие отклонения,

мальчики переживают депрессию и, когда они становятся старше, обращаются к алкоголю и наркотикам. По сути, тот же самый стыд, что удерживает девочек-подростков от того, чтобы выражать свои чувства, на мальчиков влияет в гораздо более раннем возрасте - в 5-6 лет.

Хорошая новость: я убежден, что ни мальчики, ни взрослые, которые заботятся о них, не обязаны жить по этим правилам. Мальчики могут восстать против них и пересмотреть кодекс для мальчиков и девочек, чтобы они могли переживать весь широкий спектр эмоций. Родители вовсе не обязаны сдерживать свои глубокие чувства и позволять мифу о мальчиках заглушать мудрость их собственных инстинктов. Вместе мы сможем забыть Мальчишеский кодекс. Вместе мы сможем отстоять право на близкие, эмоционально насыщенные отношения, основанные на близости, а не на разобщении.

Роджер. Летний лагерь одиночества и стыда

Джей Уотерс впервые отправила своего сына Роджера на три недели в летний лагерь. "Мне кажется, я вообще не задумывалась о том, насколько это может быть тяжело для него, в семь лет оказаться далеко от меня,- рассказывает она. - Потом, когда я все проанализировала, я поняла, что я в его возрасте определенно не была бы к этому готова. Мне казалось, что мальчику может понравиться такое "независимое" приключение. Я воспитываю его одна, и я, конечно, хотела получить несколько недель для себя лично. Я забыла, что он так же привязан ко мне, как я была привязана к своей маме, когда мне было семь лет".

Роджер был несчастен с того самого момента, когда мама оставила его в лагере. "Я никого там не знал. Я смотрел на фотографию мамы, но этого было мало. Я ненавидел лагерь",- рассказывал мне Роджер со слезами на глазах.

Джей сохранила душераздирающее письмо, которое Роджер написал ей на третий день пребывания в лагере. "Дорогая мамочка,- писал он. - Я ненавижу это место. Меня тошнит от этой еды. Тут нет никаких веселых занятий. Я плачу каждый день, потому что очень по тебе скучаю. Я постоянно думаю о тебе. Я знаю, ты любишь меня, поэтому, пожалуйста, забери меня прямо сейчас. Люблю, твой сын".

"Я собиралась поехать и забрать его в тот же день (это три часа езды), но решила подождать до родительского дня, до выходных. Я хотела посмотреть, не привыкнет ли он и не понравится ли ему в лагере по прошествии нескольких дней,- объяснила Джей. - Я хотела поговорить с ним по телефону, но директор лагеря сказал, что будет лучше, если мы дадим ему справиться самому".

Она забрала Роджера в субботу. "Я никогда не думала, как тяжело ему было провести там целую неделю. Я надеялась, что он сможет что-то извлечь из этого опыта, но я боюсь, что все, что он получил - это только боль от мысли, что, если бы он был девочкой, ему бы не пришлось это терпеть. Я знаю, что отделение может быть болезненным и что порой оно необходимо детям, но у нас оно произошло слишком рано и никто ничего не заметил, даже так называемый эксперт в лице директора лагеря!"

"Я не хочу больше ехать в лагерь,- заявил Роджер.- Я лучше буду где-нибудь тут, пока мама на работе, чем где-то еще".

Преждевременная сепарация - травма мальчишества

И Роджер Уотерс, и Джонни Мартин пережили травму преждевременной сепарации - источник их боли из-за разъединенности, и страха стыда. Из всех требований, которые общество предъявляет мальчикам (быть неуязвимыми супергероями, подавлять свою грусть и боль) преждевременная сепарация - наиболее болезненна.

В самом сердце общественных представлений о мальчиках лежит идея о том, что мальчикам надо с раннего возраста стремиться к "мужской автономии" и что даже сейчас это

необходимо для здорового психологического развития мальчика.

Как только мальчикам внушат, что находиться рядом с матерью - это что-то постыдное, их естественным порывом будет идти за любовью к отцу. Между тем, для некоторых мальчиков мама - это совершенно особенный источник заботы и любви, которую не в состоянии воспроизвести даже самый нежный отец. А у многих мальчиков папы просто нет рядом в нужный момент. Папы часто работают допоздна, переключают родительство на маму или просто не могут заниматься эмоциональным развитием сыновей. Многие папы хотели бы принимать участие, но боятся, что это только добавит их сыновьям стыда и неловкости. В последующих главах я еще расскажу о доверительных отношениях отцов и сыновей.

В самом раннем возрасте мальчик может чувствовать себя заброшенным, хотя и не осознавать, что именно он чувствует. А может и осознавать, как одиннадцатилетний Джейк, так описывающий свое раннее детство: "Я чувствовал, что меня оставили на холоде. Я был совсем один и должен был думать о себе сам". Или как пишет семнадцатилетний Джелл мал: "Мой отец был ревнивым и мог устроить настоящий скандал, если мама меня поддерживала. И, когда мне было пять, уже ни тот, ни другой не вели себя так, как будто они понимали, что со мной происходит, даже если на самом деле понимали".

Такое болезненное отделение от матери, которое сопровождается стыдом, и которое лишь частично может быть компенсировано отцом,- это настоящая катастрофа для эмоциональной жизни мальчика. Его слишком часто яростно защищают и преподносят как естественный процесс, как необходимый шаг от детства к так называемой "здоровой" мужской идентичности. При этом те же самые люди, которые защищают эту практику по отношению к мальчикам, уверены, что такой раскол стал бы трагедией, случись он слишком рано с девочкой.

Этот разрыв отношений, эта травма навсегда оставляет глубокий след в душе мальчиков и мужчин. Чтобы понять, на что это похоже, не нужно далеко ходить за примером, потому что и во взрослой жизни бывают периоды, когда наше сердце разбито,- это драма неразделенной любви. В своей клинической практике я обнаружил, что старание поддерживать в себе мужскую независимость в раннем возрасте является формирующим для психики юношей и мужчин. Этот маленький мальчик не разрывает свою тесную связь с мамой, а наоборот, вечно стремится вернуться к ней, вновь обрести ту "удерживающую" привязанность, которую она дарит ему, связь, которая, он чувствует, никогда не восстановится. Если мальчику дать отделиться в свое время, этого стремления и этой грусти не будет или они будут не такими сильными.

Желание оставаться в материнской орбите - нормально

Хотя многие мальчики детсадовского возраста всю играют в своего любимого супергероя, увешанные космическим оружием и другими высокотехнологичными игрушками, есть мальчики, которые в это время играют в уголке вместе с девочками в куклы и маленькие машинки. Когда родители спрашивают меня, "нормально" ли это, я обычно рассказываю им о новаторском исследовании нью-йоркского психоаналитика Джона Росса. Изучая фантазии мальчиков о беременности и родах, Росс обнаружил, что здоровые мальчики - мальчики с ясным осознанием своей принадлежности к мужскому полу - верят, что, как и их матери, они могут забеременеть, выносить ребенка "в животике" и родить. В этом нет ничего удивительного, если мы вспомним, что львиная доля ухода за ребенком, будь то мальчик или девочка, приходится на мать или другую женщину, поэтому совершенно естественно, что в раннем возрасте мальчики идентифицируют себя с ними. А значит, совершенно нечему удивляться, если вы видите маленького мальчика, играющего с куклами или даже надевающего мамино платье. Беспокоиться следует только в том случае, если такое поведение сохраняется после 5-6 лет.

К тому времени, когда мальчики идут в школу, они получают огромное количество сигналов - из средств массовой информации, от того, какие игрушки им дарят, от старших мальчиков, родителей и воспитателей - что они должны отличаться от своих матерей, чтобы стать нормальными мужчинами. Фабрики игрушек вкладывают деньги в создание "мальчишеских игрушек" - оружия, солдатиков, игр, направленных на разрушение. В школах предлагают разные виды занятий для мальчиков и девочек, даже когда для такого разделения нет разумной причины. За насильственной сепарацией стоит выдвигаемое обществом требование дифференциации.

Нэнси Чодороу, феминистка и социолог, изучала то, как мальчики и девочки связаны с матерью. Она показала, что, поскольку в нашем обществе за заботу о детях по большей части отвечают женщины, мальчикам сложнее, чем девочкам, установить свою мужскую идентификацию, свою изначальную тендерную принадлежность. Девочки могут оставаться в зоне комфорта рядом с матерью, но мальчиков пугают тем, что затянувшаяся близость таит опасность для формирования "иной", мужской части натуры. Развивая эту мысль, можно сказать, что бытность мальчиком или мужчиной основывается не на позитивной идентификации с отцом, а на отрицании связи ребенка мужского пола с матерью. Становление мужественности определяется как избегание женственности. Понятие "быть мальчиком" растет из отрицания "не быть девочкой". И это требует жесткой сепарации от уютного материнского мира и всего того, что ассоциируется с женским, материнским, включая теплоту, нежность, уязвимость, эмпатию, сострадание.

Некоторые специалисты до сих пор считают, что толчок в сторону независимости - это хорошо и необходимо, что он представляет собой нормальную стадию на пути от мальчика к мужчине. Этот вид сепарации называется "деидентификацией", так как мальчик через сепарацию отказывается от своей ранней идентификации с матерью и заменяет ее предположительно более "здоровым" мужским образом, взятым от отца. Но, по моему мнению, эта модель деидентификации не только не здорова, но и разрушительна. Если бы девочки в раннем возрасте были отчуждены от заботливых взрослых и брошены в мир, равнодушный к их эмоциональным нуждам, мы скорее всего сказали бы, что эти девочки в беде, что они пропадут, что их нужно спасать. Если же мы рассматриваем развитие мальчика, то такая прерванная связь будет поощряться и гордо именоваться "здоровой".

Мальчики одиноки

Давайте представим, как маленький мальчик чувствует себя, переживая разрыв связей. Представим то чувство утраты, которое испытывает мальчик, когда его заставляют отделиться от самого заботливого, нежного и любящего человека в жизни, тот стыд и замешательство, когда его принуждают "вести себя по-мужски", а он не чувствует себя готовым к этому, те разрушительные чувства - ненависти к себе, негодности, одиночества - которые глубоко внедряются в его представление о собственной зарождающейся мужской идентичности.

Недавний опрос, в котором участвовали дети девяти лет, показал, что только 40 процентов мальчиков проводят выходные с родителями, в отличие от 50 процентов девочек.

В то время как каждая десятая девочка говорила, что проводит в выходные от нуля до нескольких часов вместе с семьей, почти 25 процентов мальчиков сообщили, что они предоставлены сами себе. Учитывая возраст мальчиков, принимавших участие в исследовании, эти цифры поражают. Они означают, что пропасть между мальчиками и родителями, которую принято связывать с подростковостью, на самом деле появляется значительно раньше. И чем раньше мальчик переживает сепарацию, тем травматичней проходит этот процесс.

Кристофер. Одиночество и грусть, скрытые под маской

Порой неожиданное и болезненное отделение мальчика от заботящегося о нем взрослого не связано ни с первым днем школы, ни с поездкой в лагерь.

Десятилетний Кристофер Бенсон пришел на беседу с моим коллегой. Его родители тщетно пытались понять, почему он так подавлен. В детстве энергичный, радостный, всеобщий любимец, Кристофер годом раньше перенес несколько операций после серьезной травмы правой ноги. После аварии он несколько месяцев проходил физиотерапию и другие медицинские процедуры. Он много пропускал школу, и вся семья объединилась вокруг него, чтобы помочь ему в этот период.

Его родители недоумевали, почему только сейчас, год спустя, когда Кристофер окончательно выздоровел, он вдруг так загрустил. По словам родителей, Кристофер все время после аварии и во время лечения был настроен оптимистично. Он почти не жаловался на острую боль, никогда не пытался избежать лечебных процедур, постоянно шутил о своем состоянии с докторами, медсестрами и родственниками. Кристофера все любили. В течение года, который потребовался на восстановление, родители навещали его каждый день и часто оставались с ним на ночь в больнице.

Через одиннадцать месяцев после аварии Кристофер владел правой ногой почти на сто процентов и в целом был совершенно здоров. Доктора сказали ему, что он может вернуться в школу и учиться в обычном режиме. Его родители снова вышли на работу, а Кристофер отправился в школу. Но вместо того, чтобы наслаждаться выздоровлением и радостно окунуться в свою прежнюю школьную жизнь с друзьями, Кристофер впал в депрессивное состояние. Он почти перестал есть, вел себя необычно тихо и не шел на контакт ни с родителями, ни с учителями. Он утратил всю свою энергию, не отвечал, когда с ним разговаривали и артачился каждое утро, когда родители пытались разбудить его и отправить в школу.

Несколько недель Кристофер отказывался говорить на встречах с психотерапевтом. Когда ему задавали вопросы, он либо игнорировал моего коллегу, либо просто отмахивался, что "все отлично". Но на шестой неделе терапии Кристофер наконец-то открылся. Когда его спросили, как его нога, он вскочил, пнул стул той самой травмированной ногой и закричал: "Я хочу снова ее сломать. Я хочу ее сломать! Я ненавижу это все!"

- Расскажи, что именно ты ненавидишь. Тебе невыносимо делать вид, что все ОК, если это не так? - спросил его мой коллега.

- Все было ОК, пока я был в больнице,- ответил мальчик со слезами на глазах. - Но теперь все паршиво. Я ненавижу школу... Я ненавижу все.

- Ты говорил об этом своим родителям?

- Им плевать. Они заботились обо мне, только пока я был в больнице. Теперь я в порядке, и они проводят все время с моей младшей сестренкой, Джессикой. Они почти не разговаривают со мной.

- Ты скучаешь по времени, которое родители проводили с тобой?

Вместо ответа Кристофер всхлипнул.

Родителей Кристофера пригласили прийти на следующие сессии. Во время этих встреч выяснилось, что, вернувшись из больницы, Кристофер по-прежнему ждал повышенного внимания родителей, как во время лечения. Кристофер хотел так же чувствовать их любовь, заботу, поддержку, как это было в больнице. Но хотя они очень его любят и хотят видеть его счастливым, они были озадачены этой очевидной потребностью Кристофера в особом родительском внимании. Поэтому вместо того, чтобы обеспечить ему это внимание, вместо того, чтобы дать ему убедиться в том, как сильно его любят и как волнуются о нем, они оба начали его отталкивать. Фактически, они делали то же самое, что и мамы Джонни и Роджера со своими малышами: они заставляли его "резко все обрубить" и "терпеть", без должной подготовки и без поддержки. Оба они считали, что если они и дальше будут "нянчиться" с ним, то он станет слишком зависим от них. "Я не хочу больше обращаться с ним, как с его

младшей сестренкой,- объяснил его отец Чип,- потому что я думаю, что ему надо учиться управляться самому. Одно дело, когда он был в больнице. Но сейчас он дома, и я не думаю, что ему нужно, чтобы я или мама обращались с ним как с маленьким мальчиком.

"Я хотела взять дополнительные отгулы и проводить время с Крисом днем,- добавила мама,- но Чип убедил меня, что это только все усложнит, и Кристоферу будет труднее вернуться в школу. Я не знаю. Может, мы были неправы, что не побыли с ним подольше".

Родители Кристофера - добрые, заботливые люди. Они желают Кристоферу добра. Но у них не получилось чувствовать себя комфортно в эмоциональном контакте с сыном после того, как опасность миновала. Что-то заставило их думать, что пришло время подтолкнуть мальчика к независимости. Я думаю, этот позыв чувствуют почти все родители и действуют в соответствии с ним. Но несмотря на распространенность этого явления, я считаю, что подталкивать мальчиков к сепарации, к самостоятельности, когда они показывают, что им нужно совсем другое,- это ошибка, вызывающая серьезные эмоциональные последствия. Это настолько травматично, что может привести к депрессии, как это случилось с Кристофером.

Стыд - следствие эмоционального разделения

Когда мальчики достигают подросткового возраста, травмы раннего детства могут выражаться в форме, которая не похожа на обычную грусть или чувство потери. Чувства, которые были скрыты под маской в течение десяти лет, прорываются в необъяснимых вспышках гнева или неконтролируемом поведении, которые могут быть отчасти вызваны ранней неутоленной жадью контакта и страхом стыда, вызванным этой жадью.

Стыд, в свою очередь, сопровождает многих из нас на протяжении всей жизни. Он появляется очень рано и, вероятно, это одна из самых первых эмоций. У младенцев заметны предшественники стыда - такие физические реакции, как болезненное покраснение или "жар" - когда их просьбы о родительском внимании остаются непонятыми. В некоторых психологических исследованиях стыд первоначально ассоциируется с этими ранними физическими ощущениями. Но я также соглашусь с моей коллегой из Гарвардской медицинской школы, Джуди Джордан, что стыд можно определить как чувство, сопровождающее эмоциональное разделение.

Мы все переживаем подобную эмоциональную разобщенность. Мне приходят в голову два примера. Первый, подсказанный несколько лет назад одним пациентом,- это пример того, что происходит, когда мы видим знакомого на оживленной улице, машем ему рукой и таким образом иницилируем контакт. Но вместо того, чтобы ответить на приветствие, этот человек смотрит на вас удивленно, потом отворачивается и идет дальше, словно говоря: "Ты вообще кто такой?" Мы понимаем, что он мог нас не заметить. Но при этом тайком поглядываем на людей вокруг. Они заметили, как глупо мы выглядели со своим приветствием? Мы краснеем и пытаемся раствориться в толпе. Мы не хотим, чтобы кто-то нас видел, потому что чувствуем неловкость. Отверженность и униженность, которые мы испытываем, а также следующий за ними результат в виде эмоциональной разобщенности,- это то, что психологи называют стыдом.

Второй пример - когда нам приходится стыдиться на работе. Вы подготовили важную презентацию. Но ключевые положения презентации отвергнуты, и начальник высмеял их на глазах у ваших коллег. Вы чувствуете себя идиотом, вы хотите исчезнуть. Вы не хотите, чтобы другие усугубили ваше чувство уязвимости, поэтому избегаете любой помощи. Вместо этого вы замыкаетесь и эмоционально отделяетесь от других.

Эти примеры - ерунда по сравнению с тем, что испытывает мальчик, когда он не соответствует Мальчишескому кодексу, но они помогают понять, что такое стыд. Это чувство, когда страх унижения и неловкости так силен, что мы предпочитаем остаться наедине со своей болью.

Девочки чувствительны к стыду, мальчики боятся его

Из-за того, что стыд - это очень неприятное переживание, большинство мальчиков (и мужчин) сделают все, чтобы его избежать. Я помню случай на игре малой бейсбольной лиги, когда друг моего сына, Питер, участвовал в одной из своих первых игр. Перед второй подачей Питер получил сильный удар в голову мячом. Маленький для своего возраста и всего лишь первоклассник, он выглядел совершенно раздавленным. Сползший на бровь шлем делал его похожим на крохотного побитого боксера, едва стоящего на ногах.

Его мама бросалась к нему на поле, чтобы утешить его. "Не здесь, мам,- прошептал он ей, сдерживая слезы,- большие парни не плачут на поле".

Много лет психологи-традиционалисты считали, что обостренная чувствительность к стыду характерна для женщин, особенно в зрелом возрасте. Но, годами работая с мальчиками, я обнаружил, что тот подавляющий индивидуальность стыд, который заставляет девочек молчать и сдерживать свои чувства в подростковом возрасте, настигает их братьев в более раннем возрасте. И в то время как девочки чувствительны к стыду, мальчики его боятся: они подсознательно улавливают любой намек на "потерю лица" и делают все, что угодно, чтобы избежать стыда.

Дабы избежать этой мучительной неловкости, мальчики, сталкиваясь с чувством стыда, реагируют на него разными типами поведения от избегания любой зависимости до импульсивных действий, от хвастовства и яростных вспышек до изощенной жестокости.

Гэйб. Остаться "крепким орешком" среди шелкунчиков

У мальчиков может остаться чувство разьединенности и одиночества - а в итоге и стыда - как от кратковременной изоляции, так и от длительной, вроде похода в детский сад.

Шестнадцатилетний Гэйб всегда был сообразительным мальчиком, живым и веселым. Но в то утро он ерзал на стуле, как маленький ребенок, и этим напоминал мне малыша из детского сада, которому с трудом дается неподвижное сидение в классе. Родители привели ко мне Гэйба из-за появившихся вспышек раздражительности и слезливости. Они упомянули о планах поездки в спортивный лагерь для теннисистов в другой город. У Гэйба было много друзей и прекрасные оценки, никогда раньше у него не возникало эмоциональных или поведенческих проблем, и к занятиям теннисом он относился серьезно. Тогда откуда такое поведение, куда исчезло его привычное спокойствие?

Гэйб был так же растерян, как и все, Я старался найти новый подход к нему и вспомнил, что мы как-то обсуждали сны, и он сказал, что обычно не помнит их. Сегодня, однако, Гэйб смог вспомнить, что ему снилось прошлой ночью.

"Было страшно, я думаю, что это был кошмар,- рассказывает он. - Странное место, темнота и тишина, может быть, лес. Я чувствовал себя одиноким, хотя там были и другие люди, мои родители, я думаю. Мы устроили поход. Все лежали в спальнях мешках, и только моего спальника не было. И вдруг раздался странный шорох в углу палатки - может, дикий зверь? Я вздрогнул и закричал, и на этом месте проснулся".

Живость, с которой он рассказывал свой сон, интенсивность его эмоций, по сравнению с его обычной сдержанностью, вызвали у меня подозрение, что этот сон - не просто бессознательная фантазия. Здесь, наоборот, мы имеем дело с подавленным воспоминанием. "Гэйб,- спросил я,- этот сон ничего не напоминает тебе из случавшегося с тобой, может, не в последнее время, а когда-то давно?" - "Нет". Гэйб задумался. "Хотя,- продолжил он,- приходит в голову один случай, когда мы ездили в путешествие с палатками в горы Адирондак, тем летом мне было пять. Я впервые оказался далеко от дома, впервые жил в палатке, но вся семья была рядом. Я вспоминаю теперь. Дверь палатки была затянута сеткой от комаров, и тот, кто спал у двери, должен был смириться с холодом, жужжанием комаров,

доносящимися из леса звуками диких животных - вероятно, волков или летучих мышей. В первую ночь рядом с дверью спал отец. Но на второй день он сказал, что теперь моя очередь спать у двери: я должен "быть на посту" и охранять семью от незваных гостей. Я не хотел. Я ныл. Но они сказали, что мне надо быть "большим мальчиком" и терпеть. Я старался быть храбрым, но потом я услышал шум. Я подумал, что это медведь или еще кто-то, я испугался и закричал. Папа сказал мне, чтобы я не ныл и был мужчиной. Кажется, он даже рассказал мне историю о том, как он со своим отцом жил в лесу".

- Тебе было страшно? - спросил я.

- Думаю, там было довольно безопасно, иначе бы они не оставили меня одного, но я помню, что был напуган до смерти еще несколько дней после. Забавно, кстати, мама рассказывала, что после этой поездки я перестал просить ее и папу посидеть в моей комнате перед сном, и папа сказал ей, что я повзрослел за этот поход. Бог мой, я, должно быть, безумно боялся и держал это в себе вплоть до сегодняшнего дня.

Снова Гэйб. Как родители могут помочь облегчить боль сепарации

Сон Гэйба и воспоминания, которые его вызвали, показательны как пример того, что мальчик был испуган, но боялся показать свои чувства, он стыдился их уже в таком раннем возрасте. Хотя у большинства мальчиков может не быть таких ярких кошмаров или пугающих воспоминаний о палаточных походах, многие из них, как и Гэйб, могут в подсознании хранить воспоминания о преждевременной сепарации, о том, как их подталкивали к псевдонезависимости через стыд. Все трех-пятилетние дети чувствуют подобное, когда начинают проводить больше времени вдали от людей, которые о них заботились. Но общественные тендерные стереотипы позволяют девочкам задержаться рядом с матерью, в то время как маленькие мальчики изгоняются из зоны комфорта в преждевременную независимость. Когда мальчик сопротивляется, другой набор стереотипов - что мальчику якобы надо быть стойким - нагружает их ношей внутреннего стыда.

Когда они вырастают и сталкиваются с другими трудностями, касающимися их самооценки и уверенности в себе, эти подавленные эмоции раннего детства выходят на поверхность символически (как у Гэйба, когда он рассказал о своем кошмаре) или симптоматически (когда Гэйб стал необычно раздражительным и слезливым) в том случае, если его чувство страха, подавленности и грусти становится настолько нестерпимым, что пробивает выстроенную психологическую защиту. Но в большинстве случаев мальчики прячут эти чувства под маской "крутизны". А когда мальчики становятся мужчинами, они продолжают скрывать свои чувства, и все растущее чувство стыда и одиночества усугубляется.

Неуправляемое поведение - синдром дефицита внимания или утрата контакта?

Для Джонни, Кристофера и Гэйба травма сепарации и мощное чувство стыда, вызванное возникшими из-за нее чувствами, обернулись уходом в себя, попытками справиться с проблемой незаметно и в одиночестве. Между тем, часто мальчики ведут себя вызывающе, когда пытаются справиться со своей болью сепарации и стыдом; своим провоцирующим поведением они просят о помощи. Я убежден, что растущее количество детей с поведенческими отклонениями или диагнозом СДВГ на самом деле не биологический дисбаланс и дефицит, а попытка детей привлечь внимание, заполнить вакуум, созданный матерью и отцом. Их сложности с удержанием внимания или самоконтролем - это не "сбой в системе" и не "тестостероновый взрыв", а результат нескольких лет работы парализующего стыда и накопившиеся душевные раны. Эти отчаянные попытки успокоить свою боль или сопротивление преждевременному отделению часто ошибочно считаются

симптомами болезни, а не закономерной реакцией на травму сепарации. Когда мальчики ведут себя буйно, когда их действия идут по нарастающей в сторону агрессии и жестокости, то, что мы видим на поверхности - это вовсе не жажда власти или самоутверждения, а стремление быть обласканным, услышанным, понятым, иметь возможность вести себя, "как девочка", - нуждаться и быть зависимым.

Конечно, есть мальчики со значительными психическими отклонениями, которые нуждаются в своевременной диагностике и лечении. СДВГ - это реально существующее заболевание (на самом деле, за этим названием скрывается целый комплекс психологических симптомов). В 1995 году у более чем пяти миллионов детей были выявлены отклонения, связанные с учебой. Это на 25% больше, чем десятилетием ранее. В рамках отклонений такого рода, СДВГ - это самое быстрорастущее заболевание, количество детей с этим диагнозом удвоилось за последние пять лет.

Пожалуй, самое поразительное то, что соотношение мальчиков и девочек с диагнозом СДВГ составляет десять к одному.

Но если миллионы мальчиков больны СДВГ, и этот диагноз ставят значительно меньшему количеству девочек, я задумался, не является ли сам этот диагноз неадекватной интерпретацией нормального для мальчиков поведения. Я также предполагаю, что этот диагноз отражает ошибочное представление общества о том, как травма сепарации воздействует на мальчиков школьного возраста. Диагноз "гиперактивность" часто ставится на основании наблюдений за поведением, которое, в действительности, может выражать печаль ребенка об утрате эмоционального контакта - печаль, которую он не может выразить иначе, чем через действие или злость. Коротко говоря, комбинация биологически обусловленного "мальчишечьего темперамента" плюс сопротивление Мальчишескому кодексу могут привести к диагнозу СДВГ.

Расти. Мир в огне

Расти был моим первым "поджигателем". Дети, которые любят разводить огонь, пугают психологов даже больше, чем изошренно жестокие дети, потому что их мотивы неясны, а действия могут привести к тому, что пострадает сразу много людей. Но это никак не вязалось с грустными глазами малыша Расти, его кроткими манерами и теми потоками слез, которые вызывало упоминание его "преступлений".

Отправленный к психиатру после того, как он подговорил двух мальчиков старше себя полить связку дров за домом зажигательной смесью и поджечь, семилетний Расти ничего не отрицал. И ничуть не раскаивался. Скорее казалось, что Расти находится в каком-то полусне и не осознает серьезность произошедшего. Люди начали сыпать диагнозами и вариантами лечения, и было установлено, что поведенческое расстройство Расти включает в себя в том числе и СДВГ.

От родителей Расти помощи ждать не приходилось, так как его мама считала, что Расти "чересчур прилипчивый", ведет себя в семье как "младенчик", и потому она заставляла его проводить больше времени в школе и в спортивной секции малой бейсбольной лиги. Родители Расти развелись, когда мальчику было пять лет, и отец его почти не навещал.

Я предложил собрать в одной комнате Расти и его родителей и поговорить о переживаниях мальчика. Устроить такую встречу было непросто, но в конце концов это удалось. Как и следовало ожидать, Расти крепко вцепился в маму, как только она появилась, а она мягко пыталась перенаправить его внимание. Потом появился отец. Весь облик Расти мгновенно изменился: он просто сиял, когда бежал обнять отца. На груди у отца Расти был какой-то значок, что меня не удивило, так как нам сказали, что он работает в полиции следователем. И вдруг на меня сошло озарение. "Мистер Мак-Донелл, а чем именно вы занимаетесь?" - спросил я.

"Разве Расти не сказал? - ответил он. - Я расследую причины подозрительных

возгораний в городе. Вот это да! Я удивлен, что Расти вам об этом не рассказывал - я часто брал его с собой, когда он был маленьким. Мне казалось, что он был в восторге".

Не жертва СДВГ и не ветеран-поджигатель, Расти - просто несчастный маленький мальчик, который утратил эмоциональную связь с матерью и с отцом, и своим поведением - обычный для мальчиков ход - молит о любви и внимании. К счастью, большинство мальчиков с диагнозом "поведенческие расстройства" не разжигают костры. Но, возможно, своими выходками, эти мальчики пытаются разжечь огонь в нас, языком действия рассказать нам о своей боли и отчаянии, о ранах, которые не лечатся медикаментами и дисциплинарными техниками.

Медленный яд преждевременной сепарации. Мальчикам и мужчинам по-прежнему нужна связь

Слушая мальчиков, я понял, что травма сепарации проявляется мириадами вариантов. Во многих случаях она снижает самооценку мальчиков или делает ее нестабильной. Они становятся несчастными и недовольными, как Гэйб. В некоторых случаях развивается клиническая депрессия, как у Кристофера. Иногда она проявляется в психосоматических расстройствах, как тошнота и неостановимый плач маленького Джонни. Порой, как Расти, мальчики пытаются восстановить связь своим неуправляемым поведением, которое мы спешим определять как "гиперактивное" или СДВГ. Но чаще всего мальчики показывают, что все прекрасно, скрываясь под маской личной неуязвимости. Годами они подавляют свою тревогу и часто становятся настолько искусны в вытеснении этой травмы из своего сознания, что пройдут годы, прежде чем они, уже будучи взрослыми, смогут вспомнить, что же с ними произошло.

Многие взрослые пациенты-мужчины, с которыми я работал, до сих пор борются с последствиями травмы сепарации. Многие мужчины все еще бессознательно стремятся вернуться к матери, в ту питающую, обволакивающую заботой среду, которую она создавала.

Когда у тридцатипятилетнего Пола от рака умерла мать, он сказал мне, что хотя он не чувствовал себя зависимым от матери во взрослом возрасте, ее смерть вызвала в нем ужасные чувства. Его мать, которая жила в Италии, где родился Пол, не получила высшего образования и во многих отношениях отнюдь не являлась центральной фигурой во взрослой жизни Пола. Несмотря на это, Пола охватило чувство невосполнимой утраты. "Я почувствовал, как будто единственная опора в моей жизни исчезла",- сказал он мне и добавил, что после смерти матери он утратил желание заниматься любовью с женой и ходить на работу. В дальнейшем разговоре обнаружилось, что та боль, которую испытывал Пол, была связана не с его отношениями с матерью в последнее время, а с воспоминаниями о том, как она заботилась о нем в детстве. Тот образ согревающей любви, который она когда-то олицетворяла для него, ушел с ней навеки. Я поделился с Полом своими мыслями о том, как травма сепарации воздействует на мальчиков и мужчин на протяжении всей жизни, и Пол ответил: "Доктор Поллак, вы попали в яблочко. Я поверить не могу, но я, действительно, живу много лет с этой проблемой и только сейчас вдруг осознал, как это связано с моей матерью. Я забыл, как я страдал, когда отец разлучил меня с ней и отправил в школу. Я никогда не задумывался о том, что это до сих пор во мне живет".

Для Пола следствием травмы сепарации стало снижение сексуального интереса и первые признаки депрессии. Другие мои пациенты переживали и более серьезные последствия.

Например, сорокалетний Дэвид попал в больницу после того, как на фоне "нормальной" жизни попытался совершить самоубийство, выпив успокоительные и целую пачку аспирина. На терапевтической сессии Дэвид рассказал, какую невыносимую боль он испытал, когда его подруга Хелен, с которой он прожил три года, сказала, что "он ее больше

не интересует". Дэвид жаловался на то, что каждый раз в отношениях с женщинами возникает ощущение, что чего-то не хватает. "В каждой девушке,- поясняет он,- есть что-то, как минимум одна черточка, которая мешает продолжать отношения".

- Так это ты был инициатором разрыва с Хелен? - спросил я.

- Нет,- шепчет он, и его голос дрожит. - Впервые это был не я. Хелен бросила меня, и я не знаю, как жить без нее.

Впоследствии Дэвид рассказал больше о его отношениях с женщинами и что именно шло не так в каждом случае. Все его романы заканчивались, по его признанию, потому что он всегда находил как минимум один критически важный недостаток у своей подруги. Одну женщину он считал слишком независимой и самодостаточной, другая вела себя слишком покровительственно в своей любви к Дэвиду, а в случае с Хелен, как ему казалось, она не была так же заинтересована в создании семьи, как Дэвид: она хотела иметь максимум одного ребенка, в то время как ему хотелось много детей. Когда мы сложили вместе все те качества, которые Дэвид считал недостающими у своих партнерш, он понял, что все эти искомые качества на самом деле ассоциируются у него с его идеализированной матерью.

"В каком-то смысле,- говорит он,- я всегда сравнивал своих подруг с образом своей матери, и никто из них не дотягивал до идеала".

Когда я начал объяснять Дэвиду, какие раны причиняет травма сепарации и как она воздействует на нас на протяжении жизни, он был взбешен: "Я не собираюсь жениться на своей матери! Я просто хочу быть с женщиной, которая была бы такая же нежная, заботливая и любящая, как она, кто-то вроде Хелен".

Эмоциональные реакции матери. Как детей начинают загонять в тендерные шаблоны

Я считаю, что травма сепарации - одно из самых ранних и значимых испытаний, через которые проходят мальчики; испытание, которое играет огромную роль на том пути отчуждения, где страх общественного порицания заставляет мальчиков подавлять сострадательную и уязвимую часть своей природы. И лишь немногие люди понимают, что этот пусть ожесточения, основанный на стыде, начинается уже в первые месяцы жизни малыша ограничением возможностей эмоциональной экспрессии и затем продолжается все раннее детство, сопровождает мальчиков в подростковом возрасте и во взрослой жизни. Это, иными словами, путь длиною в жизнь.

Исследование взаимодействия матерей с детьми показывает, как этот путь начинается, когда, не задумываясь о последствиях своих действий, искренне любящие люди подавляют эмоциональную сторону своих детей. Младенцы-мальчики с рождения и несколько месяцев после, в эмоциональном плане более экспрессивны, чем девочки: они пугаются, возбуждаются, плачут и беспокоятся больше, чем девочки, и эта детская эмоциональность часто трактуется скорее как знак их "незрелости" и недостатка самоконтроля, нежели развернутая коммуникация на уровне чувств. Хэвилэнд и Малатеста из Университета Ратджерса в своем исследовании обнаружили, что матери неосознанно пытаются контролировать самые бурные эмоции своих сыновей, активно поощряя улыбки и неодобительно реагируя на негативные эмоции. Так, не отдавая себе в этом отчета, своими попытками "утешить" матери впервые надевают на эмоции мальчиков смирительную рубашку: они учат их улыбаться, когда дети на самом деле не чувствуют радости. Даже младенцы оказываются подчинены Мальчишескому кодексу.

В целом, исследование показало, что матери редко "зеркалят" негативные чувства детей, а мамы мальчиков более других сопротивляются признанию негативных эмоций у детей. Когда девочки "не в духе", матери отвечают на их эмоции только в 22% случаев, но когда мальчики демонстрируют негативные чувства, они вообще их игнорируют. Хэвилэнд и Малатеста пришли к выводу, что когда мамы замечают в мальчиках сильную эмоциональность, многие из них начинают бояться, что у их сыновей несбалансированная и

нездоровая психика. Чтобы успокоить сыновей, многие матери, часто не отдавая себе в том отчета, предпринимают действия, подавляющие способность мальчиков выражать свои эмоции.

Хотя разница в том, как матери отвечают на эмоции мальчиков и девочек, поразительна, я считаю очень важным верно интерпретировать это открытие. По моему мнению, матери в исследовании не были безразличны или бесчувственны к эмоциями своих сыновей. Они не пренебрегали их болью. Наоборот, эти матери, основываясь на бытующих в культуре представлениях о мальчиках и маскулинности, поступали так, как считали лучшим для мальчиков, это была спонтанная реакция на дистресс² у мальчиков. Они пытались смягчить эмоции мальчиков не от бессердечия или невнимания, а из сострадания, потому что они любят своих сыновей и хотят видеть их счастливыми и удовлетворенными. Вовсе не бесчувственные или небрежные, эти матери боялись того, что, если дать мальчику выразить слишком часто гнев, боль или уязвимость, он каким-то образом может стать менее "настоящим", полноценным мальчиком, удовлетворяющим жестким требованиям нашего общества.

Профессора Хэвилэнд и Малатеста также исследовали, как матери реагируют на выражение удивления и особого интереса у детей. Здесь матери чаще "зеркалили" чувства своих сыновей, делая в ответ удивленные и заинтересованные лица. Так, когда мальчик поднимал от удивления брови, мама делала то же самое. Когда он проявлял интерес, она поступала так же. Иными словами, она не добавляла дополнительных стимулов, сохраняя ситуацию комфортно нейтральной. И наоборот, в ответ на выражение удивления и интереса у девочек мамы не просто копировали своих дочерей. Мамы дополняли это приятной стимуляцией, расширяя способности девочек проживать эмоции и углубляя их эмоциональную отзывчивость. И снова ученые рассматривают эту разницу не как материнское пренебрежение к мальчикам, а как старания матерей как можно дольше удерживать мальчиков в состоянии довольства. Иными словами, подобно тому, как матери игнорировали озабоченные лица мальчиков в надежде, что они его "переживут" и успокоятся, матери старались точно копировать удивление и интерес, чтобы не подтолкнуть их к более болезненным эмоциям, как то озабоченность, печаль или страх.

Но, с моей точки зрения, поощряя мальчиков жить в этом "лимитированном" удовлетворении, матери (не подозревая о том) в действительности искусственно сужают их внутренний эмоциональный опыт и учат, что испытывать определенные эмоции - излишне и недопустимо. Подавляя яркие проявления уязвимых чувств, матери посылают сыновьям завуалированный сигнал, что демонстрировать эти чувства - стыдно и опасно, что эти чувства могут повлиять на их отношения. Безо всякой задней мысли, матери подталкивают сыновей на этот путь, неосознанно подгоняя широкий спектр испытываемых мальчиками эмоций под узкий репертуар "мужских" переживаний - это еще одно ограничение, накладываемое полом.

Это особенно печально, если учесть результаты моего исследования, которые показывают: *то, в чем "настоящие" мальчики, в действительности, нуждаются - и что матери искренне хотят им дать - это полное и безусловное принятие и осознание всего спектра чувств*. В идеале, когда мама видит, что ее кроха сын выглядит несчастным, она должна просто нежно посмотреть ему в глаза, обнять его и спросить: "Что такое? У тебя все в порядке? Ты устал, так ведь?" Такое выражение любви и сочувствия - это то, что большинство мальчиков (как и большинство девочек) хотели бы увидеть, когда они растеряны или испуганы.

К сожалению, исследование показывает, что подавление эмоций у мальчиков продолжается все детство. Например, матери не только позволяют девочкам демонстрировать разные типы эмоций в детстве, но и когда эти девочки подрастают, матери

² Дистресс - стресс, связанный с выраженными негативными эмоциями. (Прим. переводчика).

больше общаются с ними, нежели с мальчиками. Лесли Броуди из Бостонского университета, обобщив результаты разных исследований, показала, что матери не просто больше разговаривают с дочерьми о чувствах, но и сами показывают им большее количество разнообразных эмоций. Матери, разговаривая с дочерьми активнее (по сравнению с сыновьями) задействуют мимику, и это помогает им обоим развивать свои навыки распознавания чужого эмоционального состояния. Но с сыновьями, пишет Броуди, вероятно, с тем, чтобы нейтрализовать более интенсивные эмоции мальчиков (такие, как гнев или раздражительность), матери ведут себя сдержанно, отвечают менее эмоционально. Броуди объясняет, что это целый комплекс признаков, призванный утверждать "социальный стереотип, согласно которому девочкам следует быть более эмоциональными, а мальчикам - сдержанными".

По мере взросления детей, взрослые разговаривают с девочками и мальчиками разным по эмоциональной нагрузке языком. Исследования показывают, что матери больше говорят о грусти и страданиях с девочками, и о злости - с мальчиками, пытаясь свести к минимуму ситуации, когда их сыновья задумываются о печали. Например, если девочка плачет от того, что получила в школе плохую оценку, ее родители, вероятно, скажут что-то вроде: "О, ты, должно быть, чувствуешь себя ужасно" или "У тебя все в порядке?", в то время как на аналогичные жалобы мальчика они, вероятно, отреагируют так: "Какая несправедливость, просто позор" или "Иди прямо к ним и скажи, что это неправильно".

Нечаянно надетая, эта смирительная рубашка пола связывает мальчиков по рукам и ногам. К школьному возрасту девочки ждут от своих матерей сочувствия в ответ на выражение грусти, в то время как мальчики не ждут сочувствия в такой ситуации ни от матери, ни от отца. Кроме того, к этому возрасту мальчики просто реже выражают печаль, чем девочки, и, таким образом, сами "регулируют", как часто они позволяют себе показать негативные эмоции или свою уязвимость. Действительно, исследование показывает, что чем старше становится мальчик, тем менее эмоционален он становится и тем сложнее ему рассказать матери о своих чувствах.

Чтобы не складывалось впечатление, будто только матери ответственны за этот процесс эмоциональной "огранки", важно указать на то, что когда отцы активно участвуют в жизни детей они так же, и даже более очевидно, заставляют мальчиков ограничивать выражение эмоциональной уязвимости. Отцы чаще используют эмоционально насыщенные слова в разговоре с дочерьми, нежели с сыновьями, с одним единственным исключением. С сыновьями они употребляют слово, которое редко говорят дочерям: "отвратительно". Отцовская речь в целом, будь то с мальчиками или с девочками, содержит больше требований и поддразниваний, чем материнская, и эти требования и поддразнивания встречаются чаще, когда отец обращается к сыну. Эти словесные поединки отцов и сыновей, вроде насмешливого "ну ты псих", обычно шутивы. Но если мы задумаемся о том, как такое "поддразнивание" может повлиять на мальчиков в сочетании с общественным давлением, с которым они сталкиваются в раннем возрасте, трудно избежать мысли, что такие шуточки служат только дальнейшей "закалке" мальчиков, добавляя лишний слой брони к их и без того весомым доспехам и загоняя их нежные чувства внутрь.

Злость - одобренная обществом мужская эмоция

Хотя исследования показывают, что мальчиков с раннего возраста стимулируют подавлять чувства уязвимости и грусти, они также демонстрируют, что мальчиков поощряют выражать одно дозволенное сильное чувство - злость. Несколько исследовательских центров отметили, что родители говорят с дочерьми о печали, а с сыновьями - о злости. В проекте профессора Эстер Грифф и ее коллег из Бостонского университета матерям предлагалось придумать вместе с детьми историю. Выполняя задание, матери никогда не использовали слово "злой" с девочками, и часто - с мальчиками. В лаборатории профессора Робина

Фиваша в Университете Эмори родители не только чаще фокусировались на злости с мальчиками, но также, когда стояла задача вывести сыновей и дочерей из конфликтной ситуации, с девочками они предпочитали восстановить гармонию, а с мальчиками считали наказание приемлемым решением.

К сожалению, именно через гнев - этот последний приемлемый путь для сильных чувств мальчиков, который профессор Дон Лонг из Университета Вашингтона назвал "эмоциональной воронкой" - большинство мальчиков выражает свою уязвимость и беспомощность. Столкнувшись с преждевременной сепарацией, мальчики обращаются к злости, чтобы заглушить и сдержать весь тот шквал эмоций, который они бы в противном случае выказали. Более нежные чувства кажутся им постыдными - и мальчики обращаются к злости. Когда я работал над этим проектом и размышлял о том, как трудно большинству мальчиков-подростков и знакомых мне мужчин проживать эмоционально напряженные состояния, я понял, почему злость всегда была самым легким для выражения мужским чувством. Очевидно, что большинству мужчин трудно выражать или переживать какие-то эмоции помимо гнева и злости, так как еще мальчиками их приучали сводить к ним весь свой эмоциональный опыт.

Сэм и Оскар. Как страх стыда аеает мальчика "закаленным" мужчиной

Начинаясь в младенчестве с травмы сепарации и сопровождая мальчика на протяжении всего детства и юности, процесс "закалки стыдом" проходит через всю жизнь наших мальчиков и мужчин. Это то, что заставляет мальчиков и мужчин становиться толстокожими, избегать демонстрации любых эмоций, которые могут повлечь за собой стыд. Эта закалка идет не от собственного желания мальчика быть храбрым или хладнокровным, а из стремления защитить себя от "потери лица" и не почувствовать себя опозоренным.

Иногда, особенно со взрослыми мужчинами, эту закрытость можно неверно истолковать как мужскую браваду и хвастовство. Сэм Гэш, которого называют "свирепым" защитником футбольной команды "Патриоты из Новой Англи", горюет, что травма колена вынуждает его просиживать матч на скамье. Наблюдая за игрой со стороны, он говорит: "Это самое худшее, что когда-либо случилось со мной". Когда его спросили, как бы он жил, если бы получил более серьезную травму, означающую конец карьеры, не говоря о параличе, он дает ожидаемый мужской ответ, словно из-под маски: "Ну, если это Божья воля, то этого не миновать. Я начинаю играть, как будто меня защищает огромный щит - Божий покров. Я не боюсь никого и ничего". Если бы мы приняли слова Сэма Гэша за чистую монету, мы бы подумали, что он необычайно сильный, смелый, уверенный в себе мужчина.

Но если мы понаблюдаем за поведением юношей и внимательно выслушаем их, мы поймем, что то, что в мужчинах часто интерпретируется как "мачизм", суровость, самонадеянность, в действительности является отчужденностью. Так работает "закалка", и маска появляется не потому, что мальчики и мужчины чувствуют себя сильными или уверенными, а наоборот - они пытаются защититься от ран, которые причиняют их хрупкой мужской психике. Как только их достаточно пристыдили за нехватку мужественности, как только они услышали достаточное количество раз, что надо бороться с уязвимыми чувствами, как только они *физически ощутили*, что это такое - не дотягивать до образца, их раны начинают затягиваться, и мальчики закрываются и ведут себя, как будто все в порядке.

Взгляните, например, на Оскара Де Ла Хойя - "золотого мальчика" бокса и олимпийского чемпиона. Маленького Оскара папа отправил заниматься спортом после одного неприятного эпизода. Оскар рассказал, что на своем третьем дне рождения его напугала жестокость традиционной игры в пиньяту. В этой игре ему и его друзьям завязали глаза, а потом мальчики должны были крутиться с длинной деревянной палкой в руках и бить разноцветную, набитую игрушками куклу, подвешенную над ними. "Я испугался,- вспоминает Оскар,- истерично закричал и убежал". Родители Оскара не только угрожали, но

даже наказали его, однако ничто не могло заставить его вернуться на это ужасное место.

Позднее его отец увидел, как Оскар удирает от мальчиков, которые грозили поколотить его. Отец решил, что недостаток мужественности у Оскара - это унижение и позор семьи. Лучшим "лекарством" для сына, как он считал, будет бокс. В конце концов, это именно то, что дедушка Оскара одним поколением раньше "прописал" отцу Оскара, когда тот показался ему "не мужественным".

Оскар в подробностях запомнил свою первую тренировку, когда ему было всего пять лет. Занятие началось, рассказывает он, и "в следующую минуту - бах! - удар пришелся прямо мне в нос". Оскар в слезах убежал домой. Но с этого времени он, по его словам, "научился контролировать свои страхи".

Как и многие другие мальчики, Оскар научился сдерживать себя, в данном случае с подачи отца. В спорте, где он должен был противостоять одновременно и эмоциональной, и физической боли, не имел права позволить себе обнаружить свой страх, Оскар уже в пять лет совершенствовался в ожидаемой от мальчиков твердости.

Результат "закалки" - нечувствительность к боли

Когда мальчик становится "закаленным", у него появляется тяга к эмоциональной и физической боли, вплоть до того, что он готов рисковать своей жизнью, если таким образом можно заслужить одобрение сверстников. Результат процесса отчуждения состоит в том, что мальчики становятся в буквальном смысле нечувствительны к боли. И так как их оставляют одних в более раннем, чем девочек, возрасте, а взрослые обычно не одобряют, когда мальчик обращается за помощью, мальчики привыкают молчать о своих потребностях, несмотря на страдания.

Исследования показывают, например, что хотя каждый десятый старшеклассник когда-либо получал удар в пах, и у 25% мальчиков это сопровождалось болью и травмированием паховой области, большинство из них никогда не рассказывали об этом взрослым. Через год после травмы, у 25% детей возникают симптомы депрессии и у 12% - признаки посттравматического синдрома. В недавнем исследовании, проводившемся на базе Морского ведомства и посвященном изучению сексуального насилия над девочками, ученые неожиданно обнаружили, что почти 39% мальчиков становятся жертвами физического насилия (помимо шлепков) от рук родителей до достижения 18 лет. Хотя эта статистика шокирует сама по себе, особенно поразительно, что, если бы Морское ведомство не инициировало это исследование, то насилие родителей над сыновьями так бы и оставалось необнаруженным. Как только мальчики становятся "закаленными", они так мастерски скрывают свою боль, что мы не в силах заметить ее.

"Быть парнем - реально тяжело,- объясняет мне пятнадцатилетний Кэлвин Брэнфорд,- потому что ты не должен говорить о своих чувствах. Ты должен со всем справляться сам. Девчонки - это понятно - пойдут и поболтают с кем-нибудь. Если ты парень, то ты не можешь так поступить. Я думаю, что быть парнем довольно трудно, потому что есть куча вещей, которые сделал бы нормальный человек, но только не ты".

Возвращаем контакт. Памятка для родителей

Но как ни сильны императивы Мальчишечьего кодекса, подталкивающие мальчиков к отделению от родителей, требующие от них твердости и ограничивающие их эмоциональную жизнь, мы многое можем сделать, чтобы помочь мальчикам преодолеть это повсеместное давление. Я бы предложил предпринять следующие шаги:

Как минимум, один раз в день, уделите мальчику свое безраздельное внимание . Это означает, что в это время вы не говорите с кем-то другим, не готовите, не моете, не

читаете, не занимаетесь чем-то еще. Вы внимательно слушаете. Все ваше внимание направлено на мальчика. Иногда он не хочет говорить, а, может быть, хочет поиграть, или пожаловаться на трудное задание, или хочет, чтобы вы помогли ему с домашней работой, - пойдите ему навстречу, дайте ему понять, что вы рядом, что вам не все равно и что у вас всегда найдется время для того, чтобы заняться чем-то вместе. Это ничего, что он всегда срывается на вас. Может, он предложит обсудить какие-то моменты позже. Ему просто нужно чувствовать, что вы рядом и действительно хотите знать, что происходит в его мире.

Поощряйте проявление полного спектра эмоций . С самого рождения и на протяжении всей жизни очень важно давать мальчику понять, что все его эмоции имеют право на существование. С маленьким ребенком это означает, что нам следует "возвращать" ему, копировать все чувства, которые ребенок выражает. Вместо того чтобы вызывать постоянно улыбку или смех, нам нужно показать ему, что мы готовы принять его грусть, страх и другие болезненные эмоции. Поэтому, когда малыш начинает хмуриться, зевать, пинаться или плакать, вместо того чтобы "веселить" его и "отвлекать", строя забавные мордочки или игнорируя проявления дискомфорта, покажите ему свое сочувствие, дайте ему понять, что вы понимаете, как он себя ощущает, и своими словами, выражением лица, жестами покажите, что вы уважаете и понимаете его подлинные чувства. Детям двух-четырёх лет и школьникам надо задавать вопросы: "Что случилось?", "Ты о чем-то грустишь?", "Расскажи, отчего тебе грустно". А потом показывать свое сочувствие: "М-да, это нечестно", "Мне жаль, что так обидно получилось". Мы и сами должны говорить о самых разных эмоциях - радости, грусти, усталости, разочарованности, испуге, раздражении - вместо того, чтобы сводить все наши разговоры об эмоциях к словам типа "злость" и тем самым провоцировать мальчиков все свои переживания сводить к одному слову и одной эмоции.

Каждый день, общаясь с сыновьями, мы должны обращать пристальное внимание на то, что они говорят и как они себя ведут. Если сын жалуется, демонстрирует страх или озабоченность, плачет и так или иначе выказывает эмоции, связанные со скрытым страданием, расспросите его, что с ним происходит и выслушайте все, что он расскажет о своих переживаниях. Юношу обязательно спрашивайте о его отношениях с девушками, с другими ребятами, с братьями и сестрами, учителями, друзьями и знакомыми. Просите его рассказывать не только о том, что идет хорошо в отношениях, но и о сложных моментах. Спросите его, что ему нравится больше всего и что он считает сложным. Разговор о "положительных" и "отрицательных" сторонах взаимоотношений может вывести вашу беседу на более глубокие темы.

Когда мальчик выказывает уязвимые чувства, не дразните и не насмехайтесь . Игривость и веселость естественна в отношениях с сыновьями, и веселая шутка иногда помогает пережить неприятные чувства и ситуации, однако в большинстве случаев важно не "обрубать" болезненные эмоции смехом и подтруниванием. Например, если сын приходит домой и жалуется, что учительница сказала, что ему нужно подстричься, вместо того, чтобы пошутить "точно, ты похож на меховой шарик", спросите, как он отреагировал на замечание, что он почувствовал, выслушайте его и скажите, что вы не придаете особого значения мнению учительницы. Или когда ваш сын-подросток уныло сообщает, что его подружка его бросила, вместо того, чтобы пошутить, что это ее отпугнул его запах изо рта или что его сердце "вероятно, разбито", спросите, не хочет ли он поговорить об этом, и, если так, выслушайте его и постарайтесь ответить сопереживанием на те чувства, которые он пытается передать. Насмешки и шуточки вряд ли помогут мальчику. Сочувствие, напротив, будет учить его выражать эмоции и справляться с самыми разными переживаниями.

Избегайте "языка стыда" в разговорах с мальчиком . Исследования, равно как и простое наблюдение, показывают, что родители, пусть и неосознанно, вызывают у мальчиков чувство стыда чаще, чем у девочек. Очень важно найти способ разговаривать с мальчиками так, чтобы не стыдить их, и чтобы они могли реагировать. Если мальчик сделал что-то, что вас удивляет или беспокоит, естественна реакция: "Как ты мог сделать это?" Но это подразумевает, что сделанное, что бы то ни было, было ошибкой и ставит мальчика в

позицию злоумышленника. Вместо этого можно спросить: "Что происходит?" или "Что случилось?" Такая формулировка предполагает, что вы еще не составили своего мнения об обсуждаемой ситуации.

Если ребенок приносит домой не богатый на прекрасные оценки дневник, родитель - вполне естественно озабоченный - может начать угрожать ему и выдвигать ультиматумы: "Ты должен больше заниматься. С такими оценками ты не попадешь в хороший колледж". Разумеется, мальчик и сам знает, что он учился не так хорошо, как другие, и не так хорошо, как ему самому хотелось бы. Более конструктивной реакцией родителя могли бы стать слова: "У тебя по-прежнему трудности с математикой, ведь правда? Что мы можем сделать, чтобы помочь тебе?"

Или, предположим, мальчик отказывается от приглашения навестить друга или пойти на вечеринку. Вместо того чтобы сказать: "Тебе бы не помешало куда-нибудь сходить. Да и парень он хороший",- можно попытаться выяснить, почему ваш сын не хочет больше дружить с тем мальчиком: "Между вами что-то произошло?" или узнать, почему ему не хочется идти на вечеринку: "Там будет кто-то, кто тебе неприятен?"

Язык стыда обладает огромным влиянием на мальчиков, подпитывает их самоощущение "я плохой".

Загляните за гнев, агрессию и непослушание . Во многих случаях мальчик, который кажется злым, выказывает много агрессии или не слушается, таким образом просит о помощи. Если вы заметили у мальчика такое поведение, постарайтесь создать условия, при которых он почувствует себя комфортно, и спросите, как у него дела. Маленькому ребенку вряд ли получится задать конкретные вопросы, а он вряд ли сможет ясно описать свои чувства, но постарайтесь сделать все для того, чтобы понять, что он чувствует. Например, если вы заметили что ваш сын уже сильно разозлился, вы можете сказать: "Боже мой, ты выглядишь очень расстроенным. У тебя все хорошо? В последнее время тебе пришлось нелегко?" Или, если учитель в школе или вы сами обратили внимание на мальчика, который постоянно грубит и задирает других детей, вместо того, чтобы наказать его, спросите, как идут дела у него дома. Спросите, чем он расстроен. Постарайтесь понять, что может стоять за этим поведением, какими именно уязвимыми чувствами вызваны его грубость и раздражение. Вы даже можете прямо сказать ему, что порой мы ведем себя вызывающе и агрессивно, когда на самом деле расстроены и грустим.

Будьте открыты и щедры на любовь и сочувствие . Несмотря на все советы, что вы должны "отпустить" сына, не быть слишком привязанными к нему или не "нянчиться" с ним, дать слишком много любви или сочувствия - невозможно. Как мы уже обсудили в этой главе, вы можете нанести ему травму, если лишите своей близости и поддержки, поощряя "самостоятельность".

Как можно чаще говорите мальчику, что вы любите его. Обнимайте его. Говорите, что вы гордитесь им и волнуетесь за него. Вовлекайтесь в его эмоциональную жизнь. Устраивайте совместные игры и делитесь своими эмоциями. Если он хочет побыть один, дайте ему такую возможность, но и скажите, что вы очень любите его и будете рядом, если понадобится ему. Близкие отношения не сделают его "девчонкой". Слишком много любви не бывает!

Убедите мальчиков, что они не должны быть "крепкими орешками" . Так много мальчиков, даже самых маленьких, убеждены, что они должны быть "крепкими орешками". Когда у него проблемы дома, когда он переживает неудачи, или когда ему просто нужен рядом кто-то сильный, на кого можно физически опереться и у кого можно найти поддержку, мальчика часто призывают "быть мужчиной", быть уверенным и решительным. Не нужно заставлять мальчика быть сильным. Не надо "закалять" его. Всегда и всюду, несмотря ни на что, говорите мальчику, что он не обязан быть "крепким орешком". Говорите с ним искренно о своих собственных страхах и уязвимости, позволяйте ему тоже их иметь. Чем естественнее он будет вести себя с вами, тем свободнее он будет в выражении своей уязвимости и тем сильнее он станет.

Создайте для него широкую и многогранную модель мужественности . Вопреки тому зауженному представлению о мужественности, которое создается школой, средствами массовой информации и т.п., помогите мальчику вывести свою собственную модель. Помогите ему создать модель широкую и продуктивную. Постарайтесь сделать для мальчиков то, что мы делаем для девочек, оценивая их достижения в первую очередь как человеческие, а не принадлежащие определенному полу. Это значит, что нужно поддерживать все их интересы, отношения, занятия. Это значит, нужно объяснять им, что большие мальчики тоже плачут. Это значит, что нужно знакомить мальчиков с людьми, выходящими за рамки тендерных стереотипов: мужчинами-медбратьями, женщинами-сантехниками, девушками, которые занимаются атлетикой, юношами, которые любят готовить и т.д. Особенно полезно для мальчиков познакомиться с таким человеком ("ролевой моделью"), чья мужественность абсолютно несомненна и многогранна. Когда вы даете сыну ощущение, что не существует одного единственного способа "быть мужчиной", вы помогаете ему развить в себе уверенность. Он понимает, что независимо от того, чем ему нравится заниматься, с кем он проводит время и какие чувства испытывает, он остается "настоящим мальчиком" и станет "настоящим мужчиной".

3. Настоящие мальчики мифы и реальность

"Иногда люди обращаются с тобой, как с бандитом, только потому, что ты парень. Я думаю, что если бы они протерли глаза, то увидели бы что многие из нас - отличные ребята".

Дирк, 17 лет.

Хотя стереотипные представления о том, как мальчики должны себя вести и кто они на самом деле, не ослабевают, в глубине души многие из нас понимают, что эти устаревшие идеи несправедливы. А сейчас у нас есть исследования, подтверждающие то, что большинство из нас всегда знало.

Существует три основных мифа о мальчиках, которые неизменно возникают во всех ситуациях и независимо от социальной среды (в них верят даже самые вдумчивые и прогрессивные семьи, школы и общественные объединения). Они укоренились в нашей культуре так глубоко, что часто, независимо от наших намерений, мешают нам видеть и любить того мальчика, который находится рядом с нами, того настоящего мальчика, которого заслонили эти старомодные идеи.

Миф 1. Мальчишки есть мальчишки: природа и тестостерон победят воспитание

Первый миф, который развенчивают недавние исследования, в том числе и мое собственное,- это миф о том, что поведение мальчиков определяется их физиологией. В частности: где мальчишки - там тестостерон, а где тестостерон - там агрессия, а где агрессия - там насилие, по крайней мере - потенциальное. Фраза "мальчишки есть мальчишки" означает, что мальчишки - узники биологии, что их поведение предопределено, является врожденным. "Типичное" мальчишеское поведение предполагает нечувствительность и любовь к риску. Так говорят, когда маленький мальчик разбивает окно бейсбольным мячом и со смехом убегает. Или когда подросток на скейте выскакивает на дорогу, чудом уворачивается от машины, и несется дальше. Или когда парень до четырех утра играет в "Doom", а потом еле плетется в школу.

Но почему-то никто не говорит, что "мальчишки есть мальчишки", когда маленький мальчик приносит подарок любимой учительнице или обнимает плачущую мать. Или когда подросток мучается чувством вины перед девушкой, с которой перестал встречаться, несмотря на то, что как мог старался смягчить боль разрыва. Или когда парень остается в

палате с умирающим родителем, хотя мог бы пойти смотреть футбол в больничной комнате отдыха.

Опасность этого мифа в том, что он заставляет людей думать, будто бы они не в силах повлиять на личность мальчика, его поведение и эмоциональное развитие, хотя на самом деле это возможно.

Реальность 1. Поведение мальчиков определяется в большей степени воспитанием, нежели природой

Миф "мальчишки есть мальчишки" основан на непонимании роли тестостерона. Тестостерон действительно влияет на формирование поведенческих паттернов, но тестостерон - это далеко не самый главный фактор, определяющий поведение мальчика.

Это правда, что многим мальчикам нравится быть активными. Для малышей бегать по площадке, пинать футбольный мяч или кататься с горки -- достаточный уровень активности. Я могу добавить, что многие девочки тоже получают удовольствие от таких занятий. Мы не применяем формулу "мальчишки есть мальчишки" к такому "типичному" поведению до тех пор, пока оно не становится опасным - пока беготня не превращается в бешеную гонку, пока мячик кидают просто так, а не в кого-то, или пока мальчик не перегибается через бортик качелей, рискуя упасть.

Неприятное следствие этого мифа - то, что мы не обращаем внимания, когда поведение мальчика превращается из активного в агрессивное. Мы привычно разводим руками и говорим: "А что тут поделаешь - таковы мальчишки!" Но я совершенно уверен в том, что на поведение мальчика можно влиять, что его природная жажда активности должна поощряться и удовлетворяться, а любое отклонение в сторону жестокости и агрессии надо пресекать и перенаправлять в созидательное русло. Случай Кайла иллюстрирует мою позицию.

Кайлу было шесть лет, когда родилась его сестренка Шарлотта. "Мы предполагали, что Кайл будет ревновать,- рассказывает его мама, Роберта. - Но действительность превзошла самые худшие ожидания. Кайл был совершенно не рад появлению нового члена семьи, и показывал это. Он мог стукнуть ее игрушкой и при взгляде на нее морщился так, как будто ему было противно ее присутствие".

Однажды мы уложили Шарлотту спать. Она спала дольше, чем обычно, и мой муж Дон пошел взглянуть на нее. Он застал в ее комнате Кайла, который руками держал ее за шею. Кто угодно подумал бы, что Кайл пытается задушить свою сестренку. Дон бросился к нему и схватил его, и только тогда понял, что Кайл притворяется. Малышка была в порядке, она даже не проснулась, но Дон и я, мы оба потеряли контроль над собой.

Я редко кричу на детей, но в тот раз я просто вышла из себя. Мне казалось, что с моим сыном что-то не так, что у него от природы жестокая натура или что-то в этом роде, и что этот случай открыл его настоящее лицо. Я не пыталась понять, что стоит за этой ситуацией. Я представляла свою девочку-малышку беззащитной жертвой, а своего мальчика - агрессором".

Роберта рассказала своим друзьям о том, что произошло, и попросила у них совета. "Я беспокоилась о Шарлотте. Дон был единственным ребенком в семье, а я была самой младшей, поэтому никто из нас не проходил через те испытания, которые выпали Кайлу. Наконец, моя подруга Глория помогла мне понять, как чувствует себя Кайл".

Глория, старшая из трех детей, рассказала, как изменилась ее жизнь, когда появились ее братья. Она не участвовала в принятии решения о появлении новых детей в доме - детей редко об этом спрашивают. Когда появился второй ребенок, Глория утратила свое особое положение единственной. Ей стали уделять меньше внимания, чем раньше. Она должна была делить своих родителей и их небесконечный запас энергии с двумя другими детьми. "Глория помогла мне понять, насколько лучше было Кайлу до того, как появилась Шарлотта, и я не могла не признать, что это правда. Кайл получал все наше внимание. Теперь было трудно

найти время и силы, чтобы поиграть с ним".

Роберта и Дон решили потрудиться вместе с Кайлом над тем, чтобы изменить его отношение к Шарлотте, чтобы справиться с его "агрессией" и помочь ему понять, что его родители по-прежнему очень любят его. Втроем они читали истории об отношениях старших братьев и младших сестер, много об этом говорили. "Наконец мы убедили Кайла, что мы не хотим обвинять его или наказывать за его естественные чувства,- вспоминает Роберта,- и он открылся. Мы очень хорошо поговорили с ним, и сказали, что он всегда будет нашим любимым и особенным мальчиком".

"Кайл стал очень заботливым братом,- продолжает Роберта. - Однажды он целый час рисовал большой портрет нашей семьи, включая Шарлотту, и сказал мне, что он хочет подарить эту картинку своей сестренке. И сейчас он именно такой брат, каким я надеялась его видеть. Он знает, что мы не бросим его ради Шарлотты, и спокойно делит с ней наше внимание. Мне сейчас смешно вспоминать, как он воображал, что душил Шарлотту, потому что я знаю, что он никогда бы не сделал и не сделает ничего подобного. Он вовсе не жестокий. Он просто был в очень трудной ситуации и не мог сам сформулировать свои чувства, а мы ему ничем не помогали".

Моя клиническая практика и научные работы, равно как и другие исследования, показывают, что большинство мальчиков, которых любят и о которых заботятся, сами начинают заботиться о других. Мы знаем теперь, что то, как родители растят своих сыновей, влияет на поведением мальчиков гораздо сильнее, чем мы привыкли думать, это влияние ничуть не слабее природной предрасположенности. То, как вы обращаетесь с мальчиком, влияет на то, кем он станет. Он в гораздо большей степени результат воспитания, нежели комплекс природных задатков.

Миф о тестостероне

Идея о том, что высокий уровень тестостерона эквивалентен высокому уровню агрессии, идет от ошибочного утверждения, что тестостерон - это единственная причина мальчишеской активности, их склонности к подвижным и беспорядочным играм и жестокости. На самом деле все выглядит иначе. Мальчики действительно играют не так, как девочки, но стиль их игры вовсе не определяется тестостероном и тем более не делает их склонными к жестокости. Мальчики в массе своей любят игры, где много соревновательности, где необходима физическая выносливость и сила. Им нравятся игры в больших компаниях и на большом пространстве (вроде футбольных полей, гимнастических залов, стадионов), равно как и те игры, где надо следовать правилам и выстраивать иерархию. Девочки, напротив, предпочитают играть в узком кругу, часто один на один, в их играх меньше физического напора.

Хотя ученые давно описали разницу между игрой мальчиков и девочек и продолжают обсуждать ее эволюционные и гормональные истоки, они так и не нашли четкой связи между бурными играми мальчиков и агрессией или жестокостью.

Тестостерон действительно отвечает за склонность мальчиков к действию, и ученые несколько лет безуспешно пытались установить существование несомненной связи между тестостероном и жестоким поведением. В действительности, тестостерон лишь один из многих биологических факторов (включая серотонин), который определяет агрессию. Помимо этого, тестостерон оказывает разное воздействие на поведение мальчиков. Высокий уровень тестостерона у одного мальчика может не давать ему усидчивости, чтобы высидеть шахматную партию; а другому мальчику может придать достаточно энергии и концентрации, чтобы тщательно спланировать избирательную кампанию. В третьем случае, он может толкнуть его в самую гущу ожесточенной драки. Уровень тестостерона у мальчиков меняется в зависимости от того, когда проводятся измерения и чем он занимался непосредственно перед анализом; это похоже на изменения частоты пульса. У взрослых

мужчин воздействие тестостерона изменяется от женщины к мужчине. Исследование также показывает, что когда взрослым мужчинам вводят тестостерон дополнительно, они становятся более спокойными и менее агрессивными. И наоборот, когда атлеты принимают анаболические стероиды - препараты, родственные тестостерону, - они становятся раздражительными и вспыльчивыми. Наука не выявила непосредственной связи между уровнем тестостерона и тягой к агрессии и жестокости.

Уровень тестостерона у мальчика, и то, каким образом он влияет на него, имеет гораздо меньшее влияние на его поведение, чем то, как о нем заботятся родители, и то, как его воспитывает семья и общество, в котором он живет. Гормон может предсказать определенный тип энергии мальчиков. Но способы реализации этой энергии - в наших руках.

Сила контакта. Как стиль родительства влияет на развитие мозга мальчиков

Родителям и другим взрослым, которые окружают мальчиков, придает силу стремление мальчиков к близости. Я называю это силой контакта. Сила любви может развеять миф о том, что в мальчиках природа и воспитание неравноценны, или что сферы их влияния на мальчика и его жизнь не пересекаются. То, как мы взаимодействуем с мальчиками, та связь с ними, которую мы устанавливаем, может иметь постоянное влияние на биологию мальчиков, их мозг и социальную позицию. Ученые обнаружили, что ранняя эмоциональная связь в действительности может изменить биологические процессы в мозгу.

Когда мальчик (или девочка) рождается, его мозг - в отличие от мозга других приматов - развит не полностью. В первые годы жизни мозг ребенка удваивается в размере, и затем удваивается еще раз. К двум годам в мозгу ребенка такое же количество синапсов (связей между клетками мозга), как и у взрослого. В течение всего периода развития человеческий мозг чрезвычайно гибок и пластичен (гораздо более, чем у других видов) и поэтому восприимчив к обучению посредством эмоционального и познавательного опыта. Фактически, человеческий мозг может совершенно измениться под воздействием окружающей его среды в первые годы жизни. Ученые доказали, что в момент рождения человеческий мозг приспосабливается к предлагаемому типу взаимодействия, и это оказывает влияние на его функционирование в течение всей жизни.

То, как мы отзываемся на потребности наших малышей - как мы их обнимаем, целуем, поддерживаем, учим, успокаиваем, любим - не просто закладывает основу для здорового эмоционального развития, но оказывает глубокое влияние на характерный для мальчика стиль поведения и развитие его мозга. Наше отношение воздействует на нервные связи, химию мозга и развитие мозга мальчика фундаментально и порой необратимо. Языковые способности, способности справляться со стрессом, показывать и называть чувства, робость или жажда открытий - все эти черты несут в себе след влияния эмоциональной обстановки, в которой мальчик находился в раннем детстве. Природа создала мальчиков так, что их поведение несет в себе определенные биологические склонности - больше, чем мы привыкли думать, но природа также сделала мальчиков более восприимчивыми к взаимодействию со взрослыми, чем мы можем себе представить.

Брюс Перри, нейробиолог и специалист по развитию из медицинского колледжа Бэйлора, сформулировал это следующим образом: "Способность ребенка думать, смеяться, любить, ненавидеть, говорить - это все продукт взаимодействия с окружающей средой. Сенсорные ощущения (например, прикосновения) - в буквальном смысле стимулируют активность мозга и рост нейронных структур".

Все люди в жизни мальчиков - мамы и папы, учителя и си-блин ги, тренеры и священники, воспитатели в детском саду и врачи - могут оказывать на формирование характера мальчиков воздействие, равное эффекту тестостерона, не только внешними воспитательными практиками, но и воздействуя на структуру мозга и нейротрансмиттеры. Сила контакта - это не просто те возможности, которые взрослые имеют для создания

безопасной, развивающей среды, "достаточно хорошего окружения". Это то, каким образом эта воспитывающая среда, в свою очередь, воздействует на биологическое развитие мозга ребенка. Современная наука демонстрирует, как легко воспитание становится натурой, и то, что они не противоположны друг другу.

Итак, давайте отбросим миф о том, что мальчик никуда не денется от своей биологической "судьбы". Правда в том, что мы можем повлиять на то, как он будет себя вести. Мы можем найти способы направить энергию мальчиков в созидательное русло. Если он хочет драться, дайте ему боксерскую грушу и научите боксировать. Если он хочет кричать, поиграйте в игру, которая требует криков. Если он хочет спорить, начните разговор, в котором он может развивать умение дискутировать. Если он отказывается делать то, что запланировано семьей, предложите ему придумать альтернативный план.

Миф 2. Мальчики должны быть мальчиками

Миф "мальчики должны быть мальчиками" - то есть должны соответствовать стереотипу доминантного "мачо" - мешают некоторым родителям и их сыновьям жить так, как было бы для них более естественно. Мальчишеский кодекс говорит, что мальчик должен быть сильным, требовать от других уважения и никогда не действовать, "как девчонка". Если поведение мальчика признается "немужественным", противоречащим Мальчишескому кодексу, он, скорее всего, встретит сопротивление общества - его будут разглядывать или шептаться за спиной, унижать, подкалывать, он, вероятно, будет чувствовать себя опозоренным.

Когда восьмилетний Этан сказал учителю физкультуры, что он лучше будет прыгать через веревочку, чем играть в баскетбол с мальчиками, некоторые из его одноклассников не смогли сдержать смех. Учитель улыбнулся снисходительно, но твердой рукой направил Этана в сторону баскетбольной площадки.

Тринадцатилетний Стивен пришел в школу с толстым слоем лосьона против акне, покрывающим "неприлично" большой свежий прыщ на носу. Его одноклассники задразнили его "милашкой". Ему были унижительны их вопросы, не "забыл ли он накрасить губы" или какое платье он наденет на танцы сегодня вечером.

Когда семнадцатилетний Брэд прочитал с выражением стихотворение на уроке английского языка, с задней парты донеслось хихиканье. Потом кто-то передразнил его, преувеличенно сюсюкая, и прошептал достаточно громко, чтобы все услышали: "Педик".

Когда мальчики ведут себя недостаточно "мужественно", их сверстники - и мальчики, и девочки - мгновенно затянут покрепче узлы его смиренной рубашки пола. Некоторые родители, учителя, тренеры и другие педагоги тоже работают над укреплением мифов о маскулинности, ставя мальчикам на вид нарушения Мальчишеского кодекса.

Дженнифер тридцать шесть лет, она изучала развитие ребенка в Уэллсли и Гарварде, а теперь работает педагогом в детском саду в Бостоне. Она попросила у меня совета относительно одного из ее подопечных, четырехлетнего Бенджамина. "Он до сих пор хочет играть роль мамы в играх и примеряет украшения в раздевалке",- рассказала она. "Когда я предлагаю ему заняться чем-то другим, он начинает плакать на глазах у других детей. В остальном он выглядит абсолютно здоровым,- уточняет она,- но у меня сомнения относительно его готовности к детскому саду".

- Я, кажется, однажды видел, как Лиза надела ковбойскую шляпу и хлопала себя по бедрам, как будто едет на лошади,- спросил я.

- Конечно,- сказала Дженнифер,- но все девочки так делают.

Даже эта прекрасно образованная, очень компетентная и внимательная учительница находилась под влиянием мифа "мальчики должны быть мальчиками": быть в игре мамой и примерять бижутерию - не соответствует канонам "здорового" мальчишеского поведения.

Я наблюдал похожие ситуации в другой частной школе, которая гордилась своей

прогрессивностью. Некоторое время назад они подготовили программу для детей обоих полов под названием "Деремся безопасно", призванную помочь детям выпускать свою злость. Я был на одном таком боксерском матче и наблюдал, как пятилетний Майкл, ростом не более трех футов, сделал неловкую попытку нанести удар. "Не так, Майкл,- сделал замечание тренер,- ты раскачиваешься, как девчонка".

Трудно себе представить, насколько травмирующими для мальчиков могут быть такие замечания. Как терапевт, работавший и с молодыми людьми, и со взрослыми, я провел бесчисленное количество консультаций, на которых взрослые мужчины делились со мной болезненными воспоминаниями, о том, как в детстве их стыдили, что они недостаточно "мужественные" или "не такие, как другие мальчики". Особенно страшно это для маленьких мальчиков, так как подобное унижение вызывает у них чувство, что им некуда бежать.

Без надежного места, где они могли бы поговорить о своей боли и стыде, поделиться своим смущением, многие мальчики начинают черстветь и превращаются в маленьких мужчин. Они отрицают свои собственные чувства, и их голоса больше не связаны с их эмоциональной сущностью.

Насколько труден этот процесс "закалки стыдом" для мальчиков, настолько же трудно родителям увидеть его. Зачастую мифом "мальчики должны быть мальчиками" мы, взрослые, защищаемся от нашей собственной боли и озабоченности тем, как наши мальчики проходят этот невероятно драматичный путь. Возможно, принимая миф, что мальчики должны сами понять, как действовать, должны быть "мужественными" и "держаться твердо", мы чувствуем себя лучше от мысли, что этот процесс необходим, что это естественная стадия взросления. Взрослые мужчины особенно доверяют этому мифу, потому что он защищает их от собственных болезненных воспоминаний.

Реальность 2. Существует много способов быть мальчиком. Разнообразие мужественности

Правда в том, что Мальчишеский кодекс основан на стереотипах нашей культуры и нашего времени. Не существует единственного правильного пути к мужественности. Представления о мальчиках различаются в разных странах, разных культурах и разных эпохах. Например, в одной стране нет ничего странного в том, что мальчики и мужчины плачут, в то время как в другой это может быть категорически запрещено. Многие родители чувствуют себя ужасно, когда сражаются с мифами Мальчишеского кодекса, сердцем зная, что эти мифы не отражают подлинную натуру их мальчиков. Другие, которые взяли на себя труд поразмышлять над справедливостью этих мифов, отказываются принимать

Мальчишеский кодекс и активно ищут способы уйти от него. Часто эти родители действительно способны помочь своим сыновьям освободиться от Кодекса.

Многие мальчики получают огромное удовольствие от участия в самых разнообразных игровых, экспрессивных и творческих занятиях, когда они уверены, что над ними не будут смеяться девочки или другие мальчики. Вот как юноша по имени Кип сделал свою жизнь совершенно волшебной. В старших классах Кип проводил каждую свободную минуту, когда он не делал домашнее задание или не помогал отцу в его небольшом бизнесе, на баскетбольной площадке. Он жил и дышал баскетболом. Он мечтал стать новым Ларри Бердом, Майклом Джорданом или Шакилом О'Нилом. Хорошая игра позволила ему войти в команду штата и получить стипендию в Университете Дьюка. В первой же игре сезона на всех баскетбольных мечтах Кипа пришлось поставить крест. Удар локтем в ребра и неудачное падение вызвали серьезную травму колена. Той ночью доктора пришли к Кипу с плохими вестями: его колено никогда не восстановится. Он должен забыть о карьере в НБА. Много месяцев Кип страдал и жалел себя, он вызывал в памяти тот момент, когда он получил удар, и спрашивал себя, мог ли он увернуться от рокового удара или сгруппироваться при падении, чтобы избежать травмы. Наконец он признал тот факт, что он

не станет новым Ларри Бердом. Он решил, что ему необходимо "найти себя" заново. Но, поскольку Кип учился посредственно, он понимал, что не поступит в бизнес-школу и что деловая карьера - не для него.

Однажды его осенило. У него было еще одно увлечение, помимо баскетбола, хотя он никогда не считал его чем-то серьезным. Он был изобретательным поваром. Он вырос в дружной и любящей итальянской семье и часто помогал маме на кухне. Она всегда говорила, что у него кулинарный талант, и любила рассказывать своим друзьям, как отлично ему удаются брускетта, паста и оссобукко. Кип задумался о карьере шеф-повара. Он размышлял о том, можно ли считать это занятие подходящим для бывшего баскетболиста и атлета.

Кип рассказал об этой идее отцу и поделился своими сомнениями. "Знаешь, Кип, в том, чтобы надеть фартук, нет ничего такого,- ответил его отец. - Это просто униформа, как и баскетбольные шорты. Может быть, даже лучше. Те, кто думают, что невозможно быть мужчиной и шеф-поваром одновременно, просто никогда не пробовал по-настоящему отличных феттучини Альфредо".

В следующем месяце Кип поступил в кулинарную школу Кордон Блю в Париже. Пять лет спустя он уже был одним из самых знаменитых шеф-поваров в Денвере, а у него в кармане оказались предложения о работе от трех ресторанов Нью-Йорка. Известный журнал о ресторанном бизнесе называет его звездой американской кухни. Если бы вы сказали Кипу в его 10 лет, что он мог бы стать поваром, он бы, скорее всего, просто расхохотался в ответ. А сейчас он пришел к пониманию того, что его умение обращаться с большим круглым мячом не слишком сильно отличается от его умения творчески подходить к готовке.

"Я занимаюсь не тем, о чем мечтал в детстве,- говорит Кип. - Но я думаю, что тогда у меня было очень ограниченное представление о том, чем мужчина может заниматься в своей жизни. Сейчас я не считаю, что быть поваром - это менее мужественно, чем быть форвардом".

Нет единственного пути к здоровой и зрелой мужественности. Хорошая школа и семья учат тому, что занятия спортом, участие в школьной постановке и волонтерство в местной больнице - это одинаково достойные дороги от мальчика к мужчине.

Когда я консультирую родителей мальчиков, я убеждаю их следовать своим инстинктам, когда это касается заботы о мальчиках. Матери и отцы должны быть уверены в том, что не бывает слишком много любви. Оставаясь в разумных границах, вы никогда не избалуете мальчика тем, что будете показывать ему свою привязанность и предоставите ему свободу самому выбирать свой путь.

Почтенный Тони Джарвис, директор одной из самых престижных в Бостоне независимых школ для мальчиков, заканчивает частные беседы с проблемными учениками-старшеклассниками - возможно, буяном весом в 250 фунтов и ростом в 6 футов - словами: "Ты знаешь, что я люблю тебя". Мы все в состоянии создать такое пространство заботы, в котором мысли и чувства будут выражаться свободно, и мальчики будут проживать свое детство совершенно естественным образом. Сделав это, мы позволим нашим сыновьям открыто говорить, грустить и скорбеть о том стыде, который они испытывают, когда не могут жить в соответствии с Мальчишечьим кодексом. Сделав это, мы покажем мальчикам, что мы любим их такими, какие они есть.

Миф 3. Мальчики опасны. Анти-мальчик

Третий миф о мальчишестве связан с первыми двумя, но может быть даже более разрушительным. Общество не только рассматривает мальчиков как заложников своей биологии ("мальчишки остаются мальчишками") и связывает их смиренной рубашкой пола ("мальчики должны быть мальчиками"), но также склонно считать, что в мальчиках есть какая-то врожденная опасность, что они психологически и эмоционально нестабильные, асоциальные создания. Этот миф потенциально опасен для социума.

Карен решила отправить свою дочь Элисон в школу для девочек, а сына оставила в смешанной школе. Причина, как она ее объяснила, заключается в том, что ее дочь должна знать: "Все социальные роли открыты для женщин". Ее сын, с другой стороны, должен учиться вместе с девочками, чтобы они сделали его "более восприимчивым и культурным". Иными словами, она говорит о том, что присутствие мальчиков может быть опасно для ее дочери, в то время как девочки могут смягчить опасные наклонности ее сына. Барбара, другая мать, выразила эту антимальчишескую позицию более ясно и прямо: "Девочки облагораживают".

Такие взгляды могли бы быть расценены как дискриминирующие мальчиков, но они редко ставятся под сомнение другими родителями и учителями из-за мифа, что мальчики действительно опасны. Этот миф проявляется то подспудно, то открыто. Когда семилетний мальчуган неожиданно целует сопротивляющуюся одноклассницу, то это считается сексуальным отклонением, а мальчика исключают из школы. Когда пятиклассник по пути с урока "сексуальной культуры" подшучивает над девочкой, что свисающий конец ее ремня похож на пенис, его обвиняют в "сексуальных домогательствах". Похоже на то, что мы находимся в самом центре иррациональной, охватившей все общество волны нападков на мальчиков и молодых мужчин.

Добавьте сюда очевидную двойственность стандартов: когда девушки-подростки шутят о "выпуклостях" на шортах футболистов это не трактуется как сексуальное домогательство. Вопрос, почему мы путаем детские исследовательские игры с хищническим поведением взрослых. Без сомнения, некоторые элементы игр девочек и мальчиков переходят допустимые границы, и их следует перенаправлять и пресекать. Хотя, когда перед нами мальчик, мы, кажется, забываем, что ему надо играть, экспериментировать, проигрывать, чтобы расти. Наоборот, мы реагируем так, как будто он законченный агрессор.

Реальность 3. Мальчики чувствительны

Хотя эмпатия считается одним из самых сильных свойств девочек, очевидно, что мальчики также эмпатичны. В одном интересном исследовании участвовали мальчики из полных семей, где отец был тем родителем, на которого возложен основной уход за ребенком. В дополнение ко всем другим особенностям, которые характеризуют хорошо развитого мальчика - уверенность в себе, энергичность, активность - эти мальчики также демонстрировали большую личностную гибкость, доброжелательное отношение к девочками и умение контактировать с ними. Иными словами, мужчины способны вырастить своих сыновей чувствительными во всех отношениях. Даже выросшие в условиях, где женская забота не является доминирующей, мальчики научились чувствовать и глубоко заботиться о других людях (в том числе девочках) и их чувствах.

Друзья Сета - такие же, как и он сам, обычные мальчишки.

Сет - худощавый семнадцатилетний парень, который отлично играет в футбол. В предпоследнем классе школы Сета выбрали вторым капитаном футбольной команды колледжа. Его уважали одноклассники, он был образцовым и успешным учеником. Но у Сета были грустные глаза, и в его манере держаться ощущалась неуверенность, очень странная, учитывая его популярность и физическую ловкость. Тем не менее, нетрудно было заметить, что его что-то угнетает. У его матери Синди, доброй и энергичной женщины, обнаружили тяжелую и быстро прогрессирующую форму рака груди.

Вся семья - Сет, его тринадцатилетняя сестра Эми, их отец и сама Синди - были у онколога. Сет рассказывал об этом, сильно волнуясь. Его отец, владелец страховой компании, сломал лед, задав доктору несколько прямых вопросов о состоянии Синди и ее шансах. "Трудно говорить об этом,- сказал доктор. - У вашей жены очень серьезная форма рака груди. Мы сделаем все, что в наших силах, но средняя продолжительность жизни с опухолью таких размеров - менее пяти лет".

Вся семья объединилась вокруг Синди. У Сета особенно хорошо получалось поддерживать и утешать ее. На помощь ему неожиданно пришли ребята из футбольной команды. Мальчики подключились, помогая с непростыми ежедневными задачами по уходу за тяжелобольным человеком. Они организовали продажу выпечки, чтобы собрать деньги для больницы, и все вырученные средства перевели на имя Синди. Но самое главное, наверное, то, что друзья Сета подставили ему свои плечи, чтобы он мог выплакаться. И он плакал. Когда после химиотерапии у его матери выпали волосы, когда облучение не помогло, Сет, не скрываясь, плакал в обеденный перерыв, в школьном коридоре или по дороге на футбольную тренировку. Рядом с ним были один или двое, иногда трое или четверо его друзей - и по их щекам тоже бежали слезы.

Его мама умерла через четыре года, когда Сет учился на втором курсе Йельского университета. Хотя новость не была неожиданной, она ударила по нему, как кулаком в грудь. Он согнулся пополам от боли, и казалось, что он не переживет похорон. Той ночью он позвонил своему лучшему школьному другу, Биллу, студенту Стэнфорда.

"Не переживай, Сет,- ответил Билл. - Мы будем с тобой".

Сет решил, что Билл имеет в виду, что его друзья будут думать о нем, что они мысленно будут с ним. Но в день похорон почти вся его прежняя футбольная команда - 25 молодых парней - появились в церкви на отпевании. Выйдя из церкви, они стали кругом любви и горя, изливая свою скорбь друг другу, и передавая Сету силу пережить похоронный ритуал.

Священник сказал мне, что он никогда не видел ничего подобного. "Я поражен не только их искренней заботой и вниманием,- сказал он мне,- но фактом, что это исходит от мальчиков".

"Они уже мужчины, святой отец,- ответил я. - Настоящие мужчины".

Это всего один пример того, каким нежным, заботливым и сочувствующим может быть мальчик по отношению к своим любимым людям - родителям, друзьям, родственникам, и я видел таких мальчиков в самых разных ситуациях и жизненных обстоятельствах.

4. Любовь через действие. Как мальчики устанавливают отношения

"Мы не так уж сильно отличаемся от девочек,- сказал подросток Тик. - Мы просто ведем себя немного иначе".

Любовь и достижения настоящих мальчиков

Мальчики могут быть безмерно любящими, и близкие отношения нужны им намного сильнее, чем мы можем себе представить.

Существует две причины того, почему любящая природа мальчиков и их жажда отношений остаются незамеченными в обществе. Во-первых, когда они ведут себя в отношениях таким образом, что это расценивается как "женское" поведение (когда они нежны и ласковы, когда они эмоциональны, когда они искренне рассказывают о трудностях дружбы), общество не одобряет их, так как это выглядит как нарушение Мальчишеского кодекса с его представлением о мужественности как о жесткости и независимости. Во-вторых, мальчики часто устанавливают контакт таким образом, что мы не воспринимаем это как выражение любви. Мальчики выражают любовь и дружественность иначе, чем девочки, и мы слишком часто не понимаем этого, потому что привыкли к традиционной "женской" модели выражения любви. И, следовательно, мы не чувствуем, когда мальчики стремятся к отношениям с другими людьми.

В этой главе речь пойдет о том, что, хотя некоторые мальчики выражают свою любовь и нежность "традиционно", многие мальчики используют для этого их собственный

"мальчишеский" подход. Во-первых, вместо того, чтобы выражать любовь словами, многие мальчики делают это через действие. Так, вместо того чтобы говорить прямо о своей любви, мальчики используют "косвенные" способы передать свои чувства - делают что-то ради других или вместе с другими людьми. Например, вместо того чтобы сказать маме в День матери, что он ее очень любит, мальчик может спросить ее, не хочет ли она сходить с ним в этот день в кино. Мальчики также показывают свою любовь через защиту и покровительство. Когда они видят дорогого им человека в опасной ситуации, они бросаются на помощь и делают все, что от них зависит, чтобы помочь другу выбраться из беды. Третий способ выразить любовь и установить взаимоотношения - это работа: вместо того, чтобы словами рассказать родителям, как они важны для него, мальчик может выразить эти чувства, предложив отремонтировать подтекающий туалет, починить крышу или отвезти младшего брата на урок музыки. Наконец, многие мальчики выражают свою любовь и стремление к взаимоотношениям через акты доброты и справедливости. Будь то помощь пожилому человеку на оживленной улице или отстаивание прав темнокожего ученика в школе "для белых", мальчик показывает свою любовь и симпатию, отстаивая то, что ему кажется правильным, честным и справедливым.

Любовь через действие

Даже в раннем возрасте мальчики могут выражать свою любовь не словами, а действиями. Раннее становление того, что психологи называют привязанностью, связано со способностью ребенка установить глубокие и сильные эмоциональные связи с другими - с отцом, матерью, сверстниками. Исследования показывают, что у мальчиков и девочек тут равные способности, хотя их способы установления привязанности могут отличаться.

Например, мальчики и девочки показывают свои чувства к родителям по-разному. Когда девочка ищет контакта с матерью, она прижимается к ней, целует, гладит ее волосы или просто разговаривает. Мальчик скорее предложит маме сделать что-нибудь: поиграть в игру, прокатить его на велосипеде. Или он может действовать намеками: игриво толкнуть и отбежать в сторону, рассчитывая на то, что мама будет его догонять. Девушка-подросток, чтобы установить контакт, обнимет мать или подарит ей маленький подарочек просто так, без повода. Юноша-подросток попытается сделать то же самое, предложив помощь в делах, которых обычно избегает - вынести мусор, прибраться в своей комнате, выполнить какое-то поручение, выстирать белье. Он может предложить поделаться что-нибудь вместе, например, прокатиться на велосипеде или сходить в кино. Для девушки способом установить контакт с отцом будет просьба помочь с домашним заданием. Юноша в то же самой семье может поддразнивать отца - это тоже способ продемонстрировать свою любовь - или предложить устроить домашний матч по армрестлингу.

Точно так же, мальчики и девочки по-разному подходят к взаимодействию с другими близкими людьми, например, с учителями. Если девочка попытается снискать симпатию, делая комплименты учительскому профессионализму, то способ установить контакт для мальчика - это предложить остаться после урока и помочь вымыть доску. В целом, мальчики реже прибегают к прямым просьбам, когда речь идет о привязанности, и предпочитают действовать обходными путями либо через поступки.

Любовь в действии. Класс миссис Козловски

Преподаватель английского языка миссис Козловски была поражена, когда ребята из класса для мальчиков стали задавать вопросы о ее предстоящей свадьбе. Она рассказала поразительную историю о том, как мальчики проявляют свою любовь через действие.

"Я знала, что для этих мальчиков записаться на курс поэзии - отчаянно смелый

поступок, но такого, такого я совсем не ожидала". Мальчики переживали, что у нее нет возможности купить подходящие к свадебному платью туфли и фату. И поэтому они сами вызвались вымыть класс и прочитать дополнительную главу из учебника, чтобы она могла взять выходной. Двое мальчиков предложили пойти с ней.

"Я знала, какие они внимательные,- говорит она,- но я и представить себе не могла, что они настолько привязаны ко мне, что мои заботы волнуют их!"

Матери тоже рассказывают о том, как мальчики действием показывают свою привязанность. Миссис Шварц рассказала мне о том, как ее сын Джейми нашел способ оставаться на связи с ней каждый день. Прилежный ученик и капитан школьного футбольного клуба, четырнадцатилетний Джейми каждое утро находит время, чтобы оправить ей ласковое письмецо со школьного компьютера, а на большой перемене он звонит ей, чтобы узнать, как идет ее рабочий день. "Он знает, что моя работа в больнице эмоционально очень тяжелая, и мы настолько близки, что он просто звонит сказать: "Я думаю о тебе"".

"Когда он только родился,- продолжает миссис Шварц,- его бабушка сказала мне: "Он прекрасный малыш, но мальчики, когда повзрослеют, относятся к матерям совсем не так, как девочки". Я молилась, чтобы моя мама ошиблась в этом, и теперь я знаю, что она была не права".

У мальчиков есть их собственные уникальные способы показать свою жажду привязанности, но какими бы разными не были их подходы, мальчики, как и девочки, только выигрывают от взаимодействия с мужчинами и женщинами, которые растят и учат их, и во многом рассчитывают на свои взаимоотношения с ними.

Окольные пути, и как это работает с друзьями

Чтобы познакомиться или укрепить дружеские связи девочки предпочитают вербальную коммуникацию, а мальчики пойдут другим путем - путем действия, как сделал Брайан. Желая подружиться с Дейвидом, Брайан придумал занятие и как бы между прочим спросил Дейвида, не хочет ли тот присоединиться, делая вид, что ему не особенно важно, согласен Дейвид или нет. Этим занятием могла стать игра в баскетбол, репетиция джазового ансамбля или просто посиделки в местном клубе. Подход другой, но чувство, которое за ним стоит - желание близости - то же самое.

Маленькие мальчики тоже могут идти к эмоциональным связям окольными путями. С другими мальчиками такие связи могут устанавливаться через бурные подвижные игры. Девочек они могут начать поддразнивать - это тот способ установления отношений, который обычно связан отнюдь не с вредностью, а с глубокой потребностью в дружбе.

Иногда мальчики удивляют нас своими неординарными подходами к взаимоотношениям. Вот пример такого креативного подхода.

"Только для мальчиков"

Джейсон - настоящий чемпион, в старших классах он с успехом занимается четырьмя разными видами спорта. Он предложил выделить в школе место, где мальчики из его класса могли бы после уроков собирать свой "клуб поддержки". "К нам предъявляется столько требований, а нам негде поговорить. Я думаю, если бы у нас было такое место "только для мальчиков", где бы действовало правило, что никто не имеет права приходить туда и смеяться над тем, что другие скажут, а только выслушивать и помогать,- это могло бы облегчить нашу жизнь".

Руководство школы осуществило эту идею, и вскоре она стала так популярна, что к ним присоединились и другие группы. Мистер Хэнритти, директор школы, удивлялся: "Кто

бы мог подумать, что мальчикам нужно их собственное пространство для общения!"

Аарон Спенсер, еще один старшеклассник, создал свой собственный проект для укрепления отношений. Десятиклассник Аарон - талантливый и чудаковатый знаток естественных наук

- устал от того, что его постоянно называли "ботаником" и, будучи старостой класса, решил организовать форум, на который пригласил девочек и мальчиков, популярных ребят и изгоев, умников, раздолбаев, феминисток, чирлидеров, "ботаников", "креативщиков", либералов и консерваторов. Он собрал их всех вместе, чтобы общаться и иметь возможность устанавливать отношения, которые стояли бы выше всех различий. Программа Аарона, в свою очередь, имела большой успех. Но, возможно, наиболее поразительным результатом было то, что сам Аарон нашел нового друга - Джейка, еще одного "ботаника", увлеченного естественными науками.

"Мы просто пришли на форум,- рассказывает Аарон. - Потом мы ходили в кино, и теперь мы все на свете делаем вместе. Я понял, что для того, чтобы найти настоящего друга, надо проявить гибкость".

Как показывают эти истории, мальчики - если мы правильно воспринимаем их сигналы и поддерживаем их - не только хотят близких отношений, но, действительно, могут быть очень изобретательны и успешны в них. И только устоявшиеся привычки заставляют нас думать, что близкие отношения не играют центральной роли в нормальном развитии мальчиков и что единственно возможный путь к мужественности пролегает через самостоятельность, независимость и одиночество. В то время как на самом деле мальчики нуждаются в близких отношениях не меньше девочек.

Защищающая любовь

Мальчишеская любовь и забота могут проявить себя совершенно неожиданным образом. Одна учительница рассказала мне такую историю. Ее ученик Джереми услышал, что из кафе доносится нарастающий гул голосов, похожий на ссору. Он направился туда, пробираясь через толпу, и в центре увидел двух девочек, которые кричали друг на дружку, дрожа от злости, и были уже на грани драки. Одной из девочек оказалась сестра Джереми - первокурсница Кэсси. Другая девушка, Тара,- одна из самых популярных девушек колледжа, была старше и крупнее. Джереми пару раз ходил с ней на свидание и хотел бы продолжить отношения, но Тара начала встречаться с другим парнем.

Это была очень трудная ситуация для Джереми. Он волновался за сестру, но она была очень самостоятельная и вряд ли бы поблагодарила его за вмешательство. И ему совсем не хотелось устраивать такие сцены перед Тарой. Все знали, что она нравится ему, и что она его "отшила". Он не хотел оказаться в неловком положении. Но ссора становилась все более яростной, и он знал, что Тара, которая сама была тренером и играла в женской баскетбольной команде, легко могла причинить Кэсси боль, если бы захотела.

Противостояние достигло апогея. И вместо того, чтобы позволять своей сестре ввязаться в драку, Джереми вышел в центр круга:

- Привет, Тара! - прокричал он. Тара посмотрела на него с изумлением

- Чего тебе?

- Может, сходим куда-нибудь в субботу? - спросил ее Джереми.

Тара вышла из себя:

- Я говорила, что я никуда с тобой больше не пойду,- сказала она. В толпе нервно захихикали.

- Нет. Я думаю, что ты с большим удовольствием поколотишь мою сестренку,- спокойно сказал Джереми. Зрители засмеялись вместе с ним.

- Ага, я бы так и сделала, на самом деле,- съязвила Тара. - Это намного веселее, чем проводить время с тобой. - Толпа разразилась громким смехом.

- Но, Тара, что такого сделала Кэсси, что ты хочешь подраться с ней?

- Не твое дело,- ответила Тара.

- ОК. Я просто не представляю, зачем тебе, такой умнице, вдруг понадобилось поколотить новичка. Почему ты не хочешь рассказать?

- Иди отсюда,- сказала Тара и повернулась к Кэсси. Джереми посмотрел на сестру. Она держалась молодцом, но

он понял, что она не возражала бы, если бы кто-то помог ей выбраться из этой затруднительной ситуации. Джереми просто взял ее за руку и сказал ей:

- Пойдем отсюда. Это глупо. Пошли.

Они вдвоем прошли через толпу, оставив Тару за спиной. Она смотрела на них, а зрители ждали, что она будет делать. Наконец, она сказала, с завистью и почти восхищением:

- Если он так любит свою сестру, может, он не так уж и плох. - Ребята в толпе засмеялись.

Пока они шли, Кэсси сказала брату:

- Я бы и сама справилась.

- Я знаю,- ответил Джереми.

- Но все равно спасибо. Это было здорово.

- Я должен был что-то сделать,- улыбнулся он. - Ты ж моя сестра. Я ведь люблю тебя, не так ли?

- Думаю, да,- сказала Кэсси с удивлением. Она никогда не задумывалась об этом.

Вы можете сказать, что брат должен защищать свою сестру, особенно младшую, но в современном мире мальчик может чувствовать себя очень неловко, проявляя свою любовь и заботу. Он мог испугаться, что его будут критиковать за излишний "манизм", или решить, что мальчики не должны вмешиваться в девичьи разборки. Но Джереми почувствовал, что у него нет другого выбора, кроме как вмешаться и поддержать свою сестру, и он нашел способ сделать это так, чтобы самому не оказаться в дурацком положении.

Другой мальчик, Ким, проявил тот же тип защищающей любви по отношению к больному соседу. "Когда мне было десять,- рассказал мне Ким,- я помогал ухаживать за Майклом, он жил на нашей улице. У него были какие-то проблемы с позвоночником, и он целый год должен был ходить в гипсе. Я даже не был с ним знаком, но его мама спросила мою маму, не мог бы я изредка заходить к нему просто перекинуться парой слов, и я согласился. Когда я первый раз увидел Майка, я решил, что все это очень странно, и мне захотелось уйти домой. Я подумал, что мы никогда не подружимся. Он болен и не может ходить. Но потом мы обнаружили, что нам обоим нравится одна и та же настольная игра - "Магия". Это было единственное, что Майк мог делать, помимо того, чтобы смотреть телевизор. Когда мы начали играть и я узнал его поближе, он мне понравился. Ну и потом я на самом деле стал заботиться о нем. Иногда я приходил, чтобы почитать ему. Он не мог ходить, но ему нравилось бывать на улице. Поэтому я иногда возил его в коляске вдоль дороги и по улице. Если кто-нибудь странно смотрел на него, я делал в ответ страшные глаза. Если кто-нибудь говорил о нем что-то плохое в школе или смеялся над ним, я говорил, чтобы они заткнулись и что он на самом деле отличный парень".

Киму было приятно помогать и оберегать своего друга. Он был очень привязан к Майку и показывал это своей помощью и защитой от нападок других ребят. "Мне было от этого очень хорошо,- говорит Ким. - Показывать другим, кто твой друг - это важная часть дружбы".

Любовь - в сердце каждого мальчика.

Показываем любовь делом. Миссис Саммерс

Еще один способ, которым мальчики (и мужчины) выражают свои чувства,- это то, что

мы называем работой. Желание мальчика заниматься тяжелой работой, брать на себя обязанности и ответственность - достоинства, традиционно считающиеся "мужскими" - могут стать сильной мотивацией не только в плане академических успехов, но и там, где речь идет о заботе о других.

Точно так же, как мужчины готовы трудиться ради достижения цели, которая, по их мнению, будет благом для их любимых, мальчики будут выполнять какой-то проект или задачу, чтобы выразить свою привязанность. Хотя мы порой фокусируемся на самой задаче, нам следовало бы помнить о том, что за этой работой часто стоит преданность мальчика, для которого его труд - это акт бескорыстного великодушия, акт любви.

Боб и Тим всегда любили миссис Саммерс - самую равнодушную и заботливую учительницу пятых классов в начальной школе Кинга. Ей нравилось радовать своих учеников рассказами о ее летних приключениях, и она всегда приносила в класс каких-нибудь животных, чтобы показать ребятам. С годами ее класс стал походить на маленький зоопарк, где в клетках сидели маленькие пушистые зверьки, чьи латинские имена мальчики никак не могли запомнить. Миссис Саммерс шутила, что если она принесет еще какое-нибудь животное, то детям придется уйти. В классе была теплая, доброжелательная, мотивирующая обстановка.

Однажды зимой, в выходной день, в школу проникли вандалы. Когда ученики миссис Саммерс вошли в понедельник утром в класс, там был хаос. Многие животные были выпущены из клеток и сбежали, некоторые убиты. Миссис Саммерс была очень расстроена, как и дети. Они обсуждали, что там произошло и почему. Несколько девочек взяли фотографии животных и сделали коллаж, который прикрепили на доску в классе. Другие ребята предложили организовать праздник, чтобы ободрить миссис Саммерс. Но у Тима и Боба появилась другая идея.

Оба мальчика подрабатывали в своем районе - убирали снег, подстригали газоны, выгуливали собак, присматривали за детьми. Они решили откладывать по пять долларов в неделю и класть их на особый счет; они пообещали родителям, что будут копить деньги, чтобы помочь своей учительнице. Мальчики сначала планировали отдать деньги миссис Саммерс, чтобы она купила новых животных. Но потом они обсудили это еще раз, и решили, что было бы неразумно так потратить заработанные с трудом деньги, но они уже дали обещание родителям.

Наконец им пришла в голову разумная мысль. Они поняли, что в их расписании есть время, которое они могли бы посвятить работе. Они пригласили еще нескольких мальчиков из класса и написали объявление, где предлагали свои услуги. Весь заработок должен был пойти в "Фонд дикой природы миссис Саммерс", организованный для восстановления "царства животных" в ее кабинете. Они даже сделали веб-сайт, где подробно описывали свои услуги и приглашали одноклассников присоединиться к их проекту.

Три месяца Боб, Тим и их друзья каждую субботу и воскресенье после обеда трудились для "Фонда дикой природы". К июню они заработали 75 долларов. В последний день учебного года, они преподнесли изумленной миссис Саммерс чек. Она была поражена. "Ребята, вы невероятные! - воскликнула она, обнимая их, а по ее щекам текли слезы. - Я никогда не видела таких трудолюбивых, заботливых мальчиков". Боб и Тим были совершенно счастливы, что человек, к которому они были так привязаны, высоко оценил их непростой труд.

Боб и Тим нашли способ выразить свою любовь к миссис Саммерс через действие, их желание выполнять тяжелую работу было вызвано желанием помочь другому человеку. И она совершенно верно прочла их послание. Семьдесят пять долларов, даже для учительницы в государственной школе, не такая уж значительная сумма. Но три месяца работы пяти мальчиков в свободное время - это не только настоящая жертва, но и огромное вложение любви и энергии - и все ради нее. Неудивительно, что она заплакала.

И родителям, и всем нам очень важно помнить о том, что мальчики часто выражают свою любовь через действие и работу, мы должны замечать это и отвечать на нее. Когда отец

и сын объединяются, чтобы вместе помогать бездомным или когда братья берутся расчистить занесенную снегом дорожку для соседа-инвалида, перед нами - традиционная мужская работа, питаемая любовью и заботой.

Восстановление справедливости как вид заботы

Другой способ выражения любви, который расходится со стереотипными представлениями о мальчиках, это их сильное чувство законности и справедливости. Мальчики часто жертвуют своими личными интересами, чтобы быть справедливыми по отношению к тем, кто им небезразличен. Эта особенность часто удивляет меня, когда я с ней сталкиваюсь. "Да, я очень хотел пойти на игру,- говорит мальчик. - Но маме надо было, чтобы я присмотрел за сестренкой. Это справедливо, потому что она ушла с праздничного ужина в прошлые выходные, когда я заболел".

Когда мальчики анализируют свои собственные поступки в свете того, насколько они были справедливы по отношению ко всем окружающим, они показывают, насколько эти отношения важны для них, и что они готовы отказаться от своих личных интересов, пожертвовать ими ради того, чтобы сохранить эмоциональную связь с теми, кого они любят, уважают, хотят защитить или чтобы отстоять принципы, воздействующие на жизнь близких людей.

Эрик пришел ко мне, когда оказался перед моральной дилеммой. Он пытался решить, можно ли прогулять школу, чтобы пойти на митинг против американского военного вторжения в Ирак. Любящий сын и блестящий ученик, он много размышлял о политических и этических проблемах. Его родители всегда учили его поступать по совести и "нести добро". И хотя они разделяли в данном случае его позицию, они не хотели, чтобы он пропускал школу и ходил на этот митинг. Предполагалось, что он должен был нести плакат и раздавать листовки.

- Почему обязательно ты должен это делать? - спрашивала его мама. - Кто угодно может этим заниматься.

- Это может быть опасно,- поддержал ее отец. - Там могут применить слезоточивый газ. Могут начаться беспорядки.

Эрик мучился в поисках ответа. С одной стороны, он не хотел, чтобы невинные женщины и дети гибли из-за того, что США атакуют Ирак. С другой стороны, он не хотел идти против желаний своих родителей. Он любил их и понимал их беспокойство.

Он обсудил этот вопрос со своими сестрами. Они тоже не остались равнодушны и очень сочувствовали жителям Ирака, которые могли стать невинными жертвами.

Но Эрик не хотел плакать или обсуждать эту проблему. Он на самом деле хотел отстаивать то, что считал правильным. Он хотел подкрепить свою позицию действием.

- Я надеюсь, вы поможете мне разобраться с этим,- сказал мне Эрик. - Я на самом деле чувствую, что должен делать то, что считаю правильным. Как сказал мой папа, "Поступки говорят громче, чем слова".

Чувство справедливости, личной моральной ответственности, которые воспитывались в нем с раннего детства, кипели в нем и толкали его на участие в акциях протеста. Рядом с этим чувством справедливости потенциальный урон его школьной репутации и размолвки с любящими родственниками ушли на второй план.

Как и Эрик, многие мальчики восстанавливают справедливость, когда пытаются решать проблемы, принимать решения, и особенно - совершать смелые, решительные поступки. Девочки свое чувство справедливости выражают порой иначе, например, говорят о своем возмущении со взрослыми или между собой. Взрослые иногда ждут подобного поведения от мальчиков и поэтому ошибочно принимают за позерство их действия, направленные на поиск справедливости. Когда мы внимательно наблюдаем за мальчиками, мы начинаем понимать, насколько важно для многих из них участвовать в жизни близких

людей и "делать то, что правильно" для них. Они делают это в большинстве случаев "ощутимыми", активными поступками. Это их способ проявить свою любовь через действие.

Настоящие мальчики бережно относятся к девочкам

В благоприятных условиях мальчики уважительно относятся к окружающим, и их отношение к противоположному полу также бывает платоническим, дружественным. При смешанном обучении мальчики поставлены в условия, когда им нужно бороться друг с другом за внимание девочек, и мальчики начинают вести себя так, как будто они не уважают девочек. В таких обстоятельствах они дразнят девочек, смеются над ними или хвалятся другим мальчикам своими связями с девочками или женщинами. Но если они оказываются в обстановке, в которой они могут не бояться быть высмеянными за уважительное отношение к девочкам - в школе для мальчиков или среди бой-скаутов, где они временно освобождаются от необходимости бороться за внимание девочек - многие мальчики приходят к пониманию того, насколько уязвимыми и незащищенными чувствуют себя девочки и женщины. При правильном подходе, мальчики демонстрируют природную склонность уважать эти чувства в девочках и женщинах, относиться к ним с сочувствием.

Я беседовал с шестнадцатилетним Гаем, очень успешным учеником из школы для мальчиков, и он рассказал мне об Эллен, девушке, с которой его познакомила на танцах его младшая сестра и которая стала его первой и лучшей "подругой". Там были и романтические порывы с обеих сторон, но Эллен, по его словам, "слишком нервничала из-за прикосновений, и я понял, что ей нужно личное пространство, поэтому мы просто разговаривали". Но эти разговоры оказались такими, какие он и представить себе не мог.

- Эллен так умеет слушать, она вникает во все, что я говорю. Я никогда не думал, что найду такого человека. Мне так хорошо с ней рядом - я чувствую, что меня по-настоящему ценят. И поэтому мне хочется делиться с ней. Это совершенно новое для меня чувство, и оно прекрасно.

- Ты рассказывал своим друзьям об Эллен? - спросил я.

- Некоторые ребята меня понимают. У них тоже есть девушки, с которыми у них близкие отношения, но это не роман, не "девушка". Некоторые парни дразнят меня, они подначивают меня сказать, что мы встречаемся, что у нас был секс. Я говорю, что это не их дело. Эллен потрясающая девушка, и я счастлив, что познакомился с ней, на сегодняшний день этого для меня достаточно.

Не все мальчики так устойчивы к давлению сверстников, как Гай, и они часто пытаются обмануть себя и других, что девушки - это что-то вроде предмета, который надо использовать в своих интересах. Верят ли они сами в это? Зачастую - нет. Прессинг требования быть "крутым", "твердым", быть "со всеми" заставляет многих подростков и молодых мужчин прятать свои переживания, скрывать свою природную склонность к эмпатии, и вместо этого играть роль бездумного секс-хищника. Если мы уберем из жизни мальчиков это давление, я уверен, они почувствуют себя свободнее в выражении присущего им уважения к девочкам и женщинам и своей потребности строить с ними близкие и глубокие отношения.

Каждый мальчик уникален

Не существует единственного здорового пути к мужественности. Самоощущение мальчиков, которое, разумеется, критически значимо для их эмоционального развития и академических успехов, равно как и для девочек, зависит не от способности играть роль "мачо" и не от агрессивной соревновательности, а от того, насколько хорошо мы слышим их

настоящие голоса и отвечаем на них глубоким пониманием.

Если мы создадим "зоны комфорта", свободные от стыда и унижений, если мы даем им понять, что их потребности и нужды не только допустимы, но достойны заботы - мальчики откроются нам с той стороны, о существовании которой мы и не подозревали. Мальчик, которого мы всегда считали "тихим", страстно и выразительно прочтет шекспировский монолог. Мальчик, который никогда не был близок с отцом, построит с ним крепкую связь. Известный хулиган вдруг расплачется и расскажет о матери-алкоголичке и о том, как ему страшно и одиноко. Когда мы дадим мальчикам шанс делиться всем, о чем они думают и о чем мечтают, когда мы осознаем, какими разными способами они показывают свою жажду близости и отношений - будь то традиционно "женские" подходы или те специфические способы, о которых мы говорили в этой главе,- и когда мы предоставим им нашу полную безусловную поддержку в поисках того, что они сами хотят для себя, их маска спадет и мы увидим настоящих мальчиков. И тогда же мы поймем: все то, что мальчики делают для нас и вместе с нами - это больше, чем просто случайная "мальчишеская" активность. Это то, как они устанавливают отношения. То, как они любят.

Еще одна история о любви через действие

Кевин Лоуранджер, долговязый, светловолосый двенадцатилетний паренек, играл с двумя своими лучшими друзьями, Джоном Дж. и Чарли, на калифорнийском песчаном пляже, который был в то утро почти пуст. На берег налетали пугающе высокие волны, слишком сильные для того, чтобы плавать, и на спасательной станции в миле отсюда были вывешены красные флажки, предупреждающие об опасности. Чарли, веснушчатый, рыжеволосый и отчаянно смелый паренек, стал подбивать трех своих "амигос", как называли их родители, раздеться и устроить заплыв. Кевин не успел и слова сказать, как Чарли был уже в воде. Джон Дж., нерешительный и тревожный, и Кевин, осознавший степень риска, сразу же начали звать на помощь. Кевин видел, как волны разбивались о берег и как Чарли молотил руками по воде, пока его кидало, как поплавок, то вверх, то вниз.

"Помогите! Помогите!" - пронзительно кричал Чарли.

Кевин велел Джону бежать за помощью, а сам, ни секунды не думая о собственной безопасности, скинул ботинки, бросился в воду и поплыл в сторону друга.

Несколько раз он сам захлебывался в бурном потоке, но все же с огромным трудом Кевину удалось вытащить Чарли из воды на берег. Он увидел, что тот едва дышал. Картинки из их общего прошлого замелькали в сознании Кевина: как они бой-скаутами ходили в поход и мерзли вместе в горах Сьерра Невада; тот ветренный и холодный воскресный день, когда их команда выиграла местный чемпионат по бейсболу; как сестра Чарли Амелия умирала от лейкемии, и он стоял рядом с плачущим Чарли в коридоре госпиталя Маунт Зион. Пока эти образы проносились в его голове, он очистил рот Чарли от воды и начал делать искусственное дыхание рот в рот. К счастью, вскоре подросли врачи, которых привел Джон Дж.

В этот же день у Кевина брали интервью для выпуска новостей. Смущенный Кевин отвечал на вопросы журналиста о том, как он решился рискнуть собственной жизнью ради спасения друга.

"Тут нет ничего такого,- сказал он. - Чарли - мой лучший друг, и когда ему понадобилась помощь, я просто сделал то, что должен был сделать. Я знаю, он сделал бы то же самое для меня. А искусственному дыханию нас научил тренер Ларсон в секции по плаванию, и я просто делал все по инструкции. Я рад, что все в порядке".

И хотя в некоторых отношениях история Кевина демонстрирует те достоинства мальчиков, которые мы принимаем как нечто само собой разумеющееся - их неистощимую энергию, то, какое удовольствие они получают от физического контакта и соревновательности - она также отражает те особенности их любви, которые мы обсуждали.

Кевин действует, чтобы показать, как он любит Чарли.

Он предан своему другу и готов сделать все, чтобы защитить его. Мальчики, как показывает нам эта история, готовы рисковать своей жизнью ради друга. Мальчики очень нуждаются в друзьях и готовы ради них поставить свою жизнь на кон.

Часть 2. Контакт с мальчиками

*Nigh and day arrive and day after day goes by
And what is old remains old and what is young remains young and
grows old.*

*The lumber pile does not grow younger nor the two-by-fours lose their
darkness*

*but the old tree goes on the barn stands without help so many years;
the advocate of darkness and night is not lost.*

*The horse steps up swings on one leg turns its body
the chicken flapping claws onto the roost its wings whelping and
walloping*

*but what is primitive is not to be shot out into the night and the dark.
And slowly the kind man comes closer loses his rage sits down at
table.*

*So I am proud only of those days that pass in undivided tenderness
when you sit drawing or making books stapled with messages to the
world*

*or coloring a man with fire coming out of his hair.
Or we sit at a table with small tea carefully poured.
So we pass our time together calm and delighted.*

*Robert Bly
For My Son Noah Ten Years Old*

5. Сила матерей

*"Не знаю, как бы я жил без нее".
Клинт Вестфилд, 15 лет.*

Хорошего много не бывает

Матери помогают мальчикам стать мужчинами.

В противовес привычным общественным опасениям по поводу близких отношений между матерью и ребенком я выяснил, что на самом деле мальчики получают колоссальную пользу от материнской любви, особенно при том подходе "нестыдящего" родительства, который мы обсуждаем здесь как способ развить лучшее в мальчике.

Я убежден, что, поддерживая мать, мы поддерживаем ребенка. И я считаю, что уверенные матери - это ключ к решению общественных проблем, касающихся мужественности, и к созданию нового кодекса настоящих мальчиков.

Материнская любовь не имеет ничего общего с изнеженностью, она, в действительности, делает мальчиков сильнее, эмоционально и психологически. Она не делает их зависимыми, а создает безопасный фундамент любви - связь, на которую мальчик сможет опираться всю свою жизнь, которая дарит ему смелость исследовать окружающий

мир. И самое главное: отнюдь не делая мальчика "женоподобным", любящая мать играет ведущую роль в становлении его мужественности, ведь самооценке и силе характера необходима уверенность в своей мужской самости.

Двойные стандарты мужественности

В современном мире старый Мальчишеский кодекс ставит наших мальчиков перед двойными стандартами мужественности: с одной стороны, мальчикам говорят, что они должны действовать жестко, "по-мужски", с другой стороны - мы упрекаем их в том, что они недостаточно "чувствительны" и "заботливы". Мои исследования показывают, что лучшее решение - это активная, смелая, сопереживающая мать, которая поможет мальчику примирить это противоречие между тем, каким он должен быть и как он должен/не должен себя вести. Иными словами, именно матери - первые женщины, вовлеченные в эмоциональную жизнь мальчиков - "учителя" маскулинности. Именно они учат мальчиков объединять оба компонента нашей противоречивой модели маскулинности, именно они внушают мальчикам чувство уверенности относительно собственных чувств, поступков и переживаний, из которых складывается эмоционально устойчивый и удовлетворенный мужчина.

Таким образом, в целом именно мать ответственна за создание дома теплой, любящей атмосферы, в которой мальчик может восстановиться, если он пал духом или окружающий мир слишком давит на него. Как мы увидим в следующей главе, у отцов есть свой арсенал средств для установления связи с сыном - активные, энергозатратные занятия, которые тренирует его умение справляться со слишком интенсивными переживаниями. Матери, напротив, сближаются с сыновьями самим фактом своего присутствия, тем, как они дарят им свое безраздельное внимание, своим умением быть неиссякаемым источником любви, психологического комфорта и поддержки.

Как было показано в первой части книги, я не считаю, что отделение мальчика от матери в раннем возрасте и еще раз в подростковом возрасте может быть оправдано. Напротив, я убежден, что матерям надо оказывать поддержку, чтобы они могли доверять своим инстинктам больше, чем общественным установкам. Материнская любовь в большинстве случаев - это то, что поможет мальчикам впоследствии прожить здоровую мужскую жизнь.

Мои исследования также показывают, что отсутствие близких отношений с любящей матерью ставит ребенка в невыгодное положение, когда речь заходит о свободе, уверенности, независимости, о мужчине, который любит себя, способен рисковать и выстраивать близкие отношения с людьми во взрослой жизни. В раннем детстве, как и в отрочестве, по-моему мнению, мальчики только выигрывают от того, что проводят время в теплой обстановке, созданной матерью и ее подругами - в счастливом, обогащающем мире женщин. Словом, я сторонник подхода "как можно больше матери", особенно в то время, когда наше общество обычно настаивает на преждевременном отделении мальчика от матери.

Клинт. Сильный мальчик, которому по-прежнему нужна мама

Пятнадцатилетний Клинт Вестфилд с блеском в глазах рассказывает о том, как мама придает ему сил и храбрости для встречи с будущим.

- Когда я начинаю сдаваться, моя мама откладывает все в сторону и приходит ко мне на помощь. Она говорит со мной обо всем - в общем, успокаивает меня, и я снова чувствую себя сильным. Иногда мне бывает так плохо, что не хочется выходить на улицу, хочется просто закрыться в своей комнате. Мама говорит мне, что мои желания - это нормально. И после

того, как мы с ней побудем вместе или посидим с кем-то из ее подруг, я чувствую, что снова могу выйти и общаться со своими друзьями.

- Чего ты боишься больше всего? - спрашиваю я, удивленный искренностью этого высокого, крепкого подростка, которого по внешнему виду можно легко принять за самого крупного и сильного парня в округе.

- Мой отец... Нет, он самый лучший. Но он работает в ФБР, и часто он встает рано утром и уезжает выполнять опасные поручения. Я нервничаю, как и моя мама, потому что он надевает бронежилет и пристегивает к поясу кобуру. Он рассказывает нам эти страшные истории по вечерам. В его друзей стреляют. Я люблю эти истории, но мы боимся за него потому что его жизнь всегда в опасности. Иногда папа уходит на работу в офис, и тогда нам не о чем волноваться. Но в те дни, когда он надевает бронежилет, я знаю - что-то может случиться. Когда я захожу в его комнату, и вижу, что бронежилета нет на месте, я знаю - что-то не так.

- Ты когда-нибудь бывал у него на работе?

- Это запрещено. Но в любом случае, я не хочу быть агентом ФБР. Мой дед работал там, а теперь и мой отец.

- Значит, на тебя оказывают некоторое давление, чтобы ты стал агентом? Это тоже может пугать тебя.

- Ну, я много наблюдаю за своим отцом и вижу, что он, вероятно, хочет, чтобы я стал агентом. Но мама говорит, что я могу делать то, что я хочу. Когда мы разговариваем о моем будущем, она всегда говорит: "Ты не обязан быть таким, как твой отец, и рисковать своей жизнью, чтобы быть мужчиной. Ты будешь мужчиной настолько, насколько ты сможешь быть собой и заниматься тем, что тебе кажется наиболее приятным - именно это ты и должен делать".

- Справедливо.

- Ага. У меня классная мама. Она всегда знает, что сказать, чтобы мне было легче. Я не знаю, как бы я жил без нее.

- У тебя есть идеи, чем заниматься в будущем?

- Я подумываю о юридической школе, может быть, я стану специалистом по уголовному праву. Мне нравится мысль о защите закона, хотя и не в той форме, как это делает мой отец. Но я сейчас не особенно много думаю о карьере.

- Вполне разумно,- сказал я Клинту.

- Ну да,- говорит он,- сейчас я больше озабочен тем, как найти хорошую девушку. Если бы мне удалось найти такую, как моя мама, я был бы счастлив.

История Клинта очень показательна в том отношении, что мать может не только откровенно говорить с сыном и помогать ему справляться с его наиболее уязвимыми эмоциями, но и помогать ему чувствовать себя уверенным, хорошим, компетентным, "нормальным" мальчиком. Более того, поощряя его самостоятельный выбор профессии (несмотря на фамильную профессиональную традицию), она дает Клинту понять, что его мужественность не зависит от рода деятельности.

Что делать матери? Мальчик будущего

К счастью, большинство сегодняшних матерей не являются бездумными защитницами тендерных стереотипов. В конце концов, уже целое поколение матерей выросло в освобождающей атмосфере феминизма. Многие приняли идею равенства полов, стараясь отыскать в себе свой собственный голос, свою настойчивость, уверенность, азарт. Сегодняшние матери успешно сражаются за право работать, думать и конкурировать с мужчинами. Они отстаивали право своих дочерей высказывать свое мнение, быть сильными, учиться в математических классах и даже играть в футбол, если им того хочется. Дома эти женщины убеждали своих партнеров строить личностные взаимоотношения на основе

равенства. Сегодняшние мамы ожидают, что их партнер будет не только менять ребенку памперс и пылесосить, они ждут от него поддержки и душевного участия.

Но при этом я обнаружил, что эти женщины, так успешно решающие многие тендерные вопросы, часто не доверяют себе, когда дело касается воспитания их собственных сыновей.

Время от времени женщины приходят ко мне со своими сомнениями и замешательством. Да, говорят они, мы хотим растить мальчиков, которые будут нежными и восприимчивыми, которые будут играть с девочками, которые не будут бояться иметь и выражать уязвимые эмоции. Но, добавляют они, мы не хотим, чтобы наших мальчиков называли нытиками, чтобы от других мальчиков им доставались только насмешки и побои, мы не хотим растить мальчиков, у которых не будет друзей и подружек. Как нам растить сына тонко чувствующим мужчиной, с которым хотелось бы общаться, и знать, что ему придется выживать в жестокой атмосфере давления сверстников в подростковый период и в старших классах школы? Насколько далеко мы можем отклониться от установленных графиков тендерного развития? Такие вопросы задают они себе.

Матери, которые пытаются игнорировать тендерные стереотипы, оказываются в трудной ситуации. Обществу не терпится сообщить им, что Мальчишеский кодекс еще в силе и что матерям надо держаться в рамках закона. Будь то маленький мальчик, который бежит домой, плача о том, что сверстники дразнят его за его длинные вьющиеся волосы, подросток, который жалуется, что мамы альтернативные способы разрешения конфликтов не работают в школе, или муж или другой член семьи, который умоляет ее прекратить эти попытки сделать мальчика "милашкой" - мать постоянно получает напоминания, что она должна подчиниться общественным представлениям о мальчиках и мужественности.

Элен и Джек

Вот история Элен, муж которой, Джек, был обеспокоен ее отношениями с сыном. Когда я познакомился с ними, они стремились "установить границы" для Кристофера, их четырнадцатилетнего сына, но при этом родители придерживались разных представлений о том, как следует дисциплинировать мальчика, когда его поведение становится неуправляемым.

Однако когда Элен и Джек стали обсуждать друг с другом сложившуюся ситуацию, они поняли, что за проблемой дисциплины скрывается разница убеждений, внешне почти не заметная, но эмоционально переживаемая очень интенсивно. Элен и Джек не сходились в вопросах, касающихся правил Мальчишеского кодекса относительно нежностей между матерью и сыном и того, как это может повлиять на развитие Кристофера.

Джек упрекает Элен: "Ему все сходит с рук. Все эти обнимашки на публике. Он постоянно липнет к тебе, как озабоченная обезьянка. Это никуда не годится".

Элен отвечает: "Это одна из самых потрясающих черт характера нашего сына. В этом мире оружия и насилия, Кристофер умеет не стесняться своей любви, обнимая меня и своих друзей. Мы должны ценить это, радоваться его нежной, любящей натуре".

Я попытался примирить противоречие: поддержать храбрую позицию Элен и помочь Джеку понять ее преимущества. Джек хмуро согласился с тем, что ему бы хотелось, чтобы Элен любила сына. При этом он никак не мог избавиться от страха за мужественность мальчика и своего смутного ощущения, что есть что-то "неприличное" в этой физической демонстрации привязанности.

Грейс и Дино

Матери рассказывали мне о том, какое сильное давление они испытывали со всех

сторон: от друзей, учителей, тренеров, свекров, родственников, отцов. Матерей принуждают обрубать близкие отношения с сыновьями. Но многолетние психологические исследования подтверждают то, что все мы знаем: чем больше любви маленькие дети получают от своих матерей, тем больше они уверены в себе как в индивидуальности. Материнская любовь помогает мальчику стать самодостаточным и пытливым.

Исследование за исследованием показывает, что маленькие дети, у которых близкие отношения с основным объектом привязанности - так называемые "надежно привязанные дети" - психологически более здоровы и сильны. Чем больше заботы получает ребенок, тем отважнее он может стать. Надежная привязанность к матери, заключает Магин Ганнар из Миннесотского университета, работает как буфер против новых, пугающих ситуаций. А коллега Ганнар, Алан Строуф, установил, что у тех, кто в детстве был близок с матерью, развивается большая уверенность в себе, риск развития психопатологий ниже, формируется более высокая самооценка, и эти дети лучше учатся в школе.

Между тем, перед лицом неослабевающего социального прессинга, направленного на отделение от сыновей, даже самые нежные матери чувствуют необходимость "умерить" свою любовь.

Грейс, мама двоих сыновей, рассказала мне о том, какой растерянной и виноватой она себя чувствовала: "Мой первый сын и я были так близки, насколько это вообще возможно между двумя людьми. У меня была трудная беременность и тяжелые первые месяцы после рождения. Но мы ощущали свою связь.

Потом, когда Александру исполнилось четыре, я заметила, что иногда у него возникает эрекция, когда мы с ним вместе находимся в ванной. Я забеспокоилась. Неужели я сделала что-то неправильно, совершила что-то ужасное?"

- Как вы справились с этим, с этим волнением? - спросил я Грейс.

- Я обратилась к своему мужу, Дино. Но от него было мало проку. И он, и его родители как будто ждали момента, чтобы поймать меня.

- Что вы имеете в виду?

- Дино сказал мне: "Конечно, а чего ты ждала? Ты слишком нянчишься с ним. Он до сих пор играет с той куклой, которую ты давным-давно купила ему. Если мы не предпримем что-либо прямо сейчас, он станет слюнтяем. Ты должна дать ему больше свободы. Я запишу его в секцию карате, а если он попросится к тебе на колени или попросит полежать с ним ночью, попытайся отказать ему, хотя бы попытайся". И его родители говорили мне, что я должна перестать "нянчиться" с Александром.

- Что вы тогда почувствовали?

- Я последовала их совету, и Алекс, вроде бы, стал немного более независимым. Он меньше капризничал, когда мы прощались с ним в детском саду, перестал просить меня вымыть ему волосы, и забросил ту куклу, когда папа купил ему костюм Бэтмена. Но в его глазах и в своем сердце я видела грусть, как будто потух какой-то огонечек. Он сейчас учится в колледже, он прекрасный, здоровый молодой мужчина, но наши отношения довольно поверхностны, и мы, кажется, все меньше и меньше говорим о важных для него вещах.

"Уловка-22" для мамы

В результате воздействия общественных установок матери вроде Грейс и Элен, которые стараются вырастить здоровых сыновей, оказываются в неразрешимой двойственной ситуации. Мать несет ответственность за эмоциональное развитие мальчика, и в то же время общество ждет, что она оторвет его от себя, чтобы он мог учиться выживать в обществе, которое будет стыдить его за любое проявление тех чувств, которые мать учила его выражать. Предполагается, что она должна сдерживать физические проявления своей привязанности к нему и ограничивать эмоциональную насыщенность взаимодействия с ним,

особенно когда мальчик подрастет - и в то же время от нее ожидается, что она будет подпитывать самооценку своего сына, чтобы он знал, как следовать с Мальчишескому кодексу.

Это очень болезненное для матерей противоречие. Снова и снова матери вроде Элен и Грейс спрашивают меня: "Как я могу дать моему мальчику всю ту любовь и заботу, в которой он нуждается, и одновременно подготовить его к жизни в жестоком мужском обществе?"

Кто не прав - мамы или мы?

Многие знакомые мне мамы готовы сражаться за право оставаться рядом со своими сыновьями, но их отчасти удерживает собственная растерянность перед лицом мифов о мальчиках - особенно тех мифов, о которых мы говорили ("мальчики остаются мальчиками" и "мальчики должны быть мальчиками").

Некоторые мамы качают головой, бормочут что-то о тестостероне и спрашивают у мужей и "экспертов", как им растить сыновей. Советы, которые они слышат, обычно похожи на те, что получили Грейс и Элен: "не надо этих интимностей и сантиментов", "хватит нянчиться с ним", "дай ему больше самостоятельности". Матерям бывает легче вступать в сражения ради дочерей. "Мы знаем, что нужно маленьким девочкам",- решительно говорят они. Но мальчики, мальчики - это другая история. И поэтому матери учатся не доверять своим инстинктам, сдерживать любовь и нежность, которую они чувствуют к своим сыновьям, и сами принимают участие в преждевременной сепарации от своих сыновей.

Майкл Гуриан, лидер нового исследовательского направления по изучению маскулинности, говорит, что матери просто недостаточно информированы: "Мы не обучаем мам, как растить детей, особенно - как растить мальчиков. Мамы не росли в мужском обществе и не жили в мужском теле, им сложно это представить. Мы не рассказываем им о том, насколько активны маленькие мальчики и как тестостерон влияет на них. Капризы мальчиков кажутся им бессмысленными".

Я не согласен с этим. Беда мальчиков не в том, что матери их не понимают. Матери - сейчас и всегда - это часть общества. И это весь наш социум не понимает, что такое мужественность и как следует растить мальчиков. Матери так же теряются от противоречивых мнений о мальчиках и мужественности, как и учителя, тренеры, духовенство, бабушки и дедушки, дети и сами мужчины. Таким образом, если матерям надо помогать - тем самым матерям, которые больше других ответственны за воспитание мальчиков в первые годы жизни и которым приходится пробиваться через противоречивые сведения о мальчиках и мужественности, то общество в целом должно поддержать мальчиков и расчистить для них дорогу к зрелой мужественности.

Новые мамы - новые мальчики

Если задуматься, то многие качества, которые современные мамы стараются развивать в своих мальчиках - не имеющие ничего общего с "женскими" чертами или чертами, которых женщины не приемлют в мужчинах - это в действительности те самые качества, которые современные женщины страстно желают видеть в своих партнерах. Я твердо убежден, что пришло время обществу поощрять женщин следовать своим инстинктам, когда это касается воспитания мальчиков. Ибо для общества, которое делает ставку на мужчину с развитым эмоциональным интеллектом, умеющего ясно выражать свои мысли, чуткого, любящего, вероятно, нет лучшего способа получить такого "нового мужчину", чем начать растить его из "нового мальчика". Таким образом, если мы официально начинаем пересматривать Мальчишеский кодекс, эти особые качества будут считаться достоинствами мальчиков и

мужчин, и, следовательно, как положительное явление следует рассматривать близость мальчиков и людей, которые их этим качествам учат,- их матерей.

Но что можно сделать? Как, спросите вы, как мы изменим кодекс? Что делать, когда я учу своего сына сочувствовать, а он приходит домой с разбитым носом?

Это, конечно, непросто, но многие матери находят способы сопротивляться кодексу и растить сыновей, которые одновременно близки со своими матерями и успешны в своем современном окружении.

Сара и Эван

Сара, сорокалетняя мать двух мальчиков, позволила кодексу г.зять над собой верх, сдерживая свои чувства по отношению к Макс, своему старшему сыну Многие ее друзья (включая и первого мужа) ворчали, что она слишком "цепляется" за Макса, и она решила отдалиться от мальчика, быть с ним "пожестче". Макс вырос отчужденным человеком, связался с наркотиками, и все закончилось тем, что он уехал в колледж за тысячи миль от дома. Упрекая себя за то, что позволила старомодным социальным правилам указывать ей, как растить своего сына, Сара решила, что если у нее во втором браке родится еще один сын, она будет слушать свою материнскую интуицию.

"В этот раз я все делала по-другому Эван был очень похож на Макса - такой же непокорный, независимый, полный энергии. Но при всех своих бурных играх он всегда любил прибежать ко мне, забраться на колени, чтобы я перебирала его волосы и рассказывала ему истории о своем детстве. С Максом мне такое баловство не позволялось. Мой первый муж никогда бы такого не допустил. Но мой второй муж, Джим, поддерживал меня, и сейчас Эвану двенадцать, и мы очень близки".

- Кажется, вы все сделали отлично,- сказал я Саре, и она с гордостью улыбнулась в ответ.

- Да, это не всегда было легко, но мы справились. Я никогда не забуду, как в третьем классе учительница написала мне записку. Она беспокоилась о том, что Эвану нравится играть в "девчачьи" игры на перемене и что он хочет играть в школьной постановке "Волшебника из страны Оз" роль Злой Волшебницы. Я подумала: "Боже мой, до чего мы дошли".

- Непростая ситуация. Что вы сделали?

- О, я разобралась и с учителем, и с другими родителями, все прошло хорошо. Наши с Эваном отношения слишком много значили для нас, чтобы пожертвовать ими из-за чьей-то ограниченности. Все, что мне нужно было сделать - это вспомнить о том, какими стали наши отношения с Максом, и у меня сразу появилась смелость пойти и сказать им, что Эван, насколько мне известно, смог бы сыграть Волшебника, Страшила или Дороти.

- Похоже, вы прекрасно вышли из ситуации.

- Да, но один на один я объяснила Эвану, что порой общество более требовательно к мальчикам, что девочкам обычно позволено большая изобретательность и экспрессивность. Сами знаете: если девочка захочет играть Волшебника, вы можете себе представить, что кто-то начнет жаловаться? Если кто-то и найдется, то его, вероятно, назовут сексистом. Тогда почему Эван не может играть женскую роль, если она ему кажется наиболее интересной? Я сказала ему, что его, возможно, будут дразнить, если он сыграет Злую Волшебницу, но о моем мнении он может не волноваться.

- И что он в итоге решил?

- Ну, на самом деле он решил сыграть Льва. После того, как мы с ним обсудили, какие чувства может вызвать у него реакция других людей, он решил, что игра не стоит свеч. Я была довольна собой, потому что вместо того, чтобы обмануть его и сказать, что он должен выбрать другую роль, мы откровенно поговорили о ситуации, и он сам решил, как ему лучше поступить.

- Совсем не плохо для мальчика, который был тогда только в третьем классе,- сказал я Саре.

- Еще бы! - сказала она. - На самом деле и сейчас, когда он уже подросток, он все тот же потрясающий мальчишка. Приятели любят его больше, чем любили Макса, у него есть близкие друзья среди девочек, а учителя говорят, что он один из самых воспитанных и неравнодушных мальчиков в классе.

Разумеется, Сара и другие матери, которые выступают против тендерных стереотипов, переживают о том, как такой удивительно нежный мальчик выживет среди подростков, где конформность и идеалы мачизма могут просто выдавить из этой среды мальчика, чья эмоциональная открытость и умение заботиться сохранились в первозданном виде. И хотя это очень трудная миссия для мам, Сара показывает нам, что она выполнима.

Мы с Сарой говорили о том, что когда она не стыдила Эвана его зависимостью, отвечала на его потребность в близких отношениях с матерью, поддерживала его, когда учительница пыталась воздействовать на него при помощи Мальчишеского кодекса, Сара преподнесла своему сыну удивительный дар, который будет с ним всю жизнь: сильные социальные навыки, умение сочувствовать другим и ту позитивность и уверенность в себе, которая привлекает друзей. А благодаря тому, что Эван сохранил близкие отношения с матерью и ему легко с ней говорить, Эван, вероятно, сможет создать более глубокие, полные отношения с женщинами, чем на то способно большинство мужчин. Эван будет мобильнее и свободнее в своем поведении, так как его не связывали по рукам и ногам канонами маскулинности.

Не секрет, что мягкость и так называемые "женственные" черты у мальчиков все еще не получили широкого признания, особенно среди подростков, многие из которых прячут свою собственную ужасающую неуверенность в собственной мужественности за маской уверенности и готовы высмеивать и нападать на любого, кто отказался притворяться крутым. Но я верю, что даже с мальчиками-подростками, матери, подобные Саре, могут по-прежнему играть очень важную роль, помогая мальчикам в здоровой манере приспособиться к подростковой культуре и Мальчишескому кодексу.

Очень важно помнить, что если такие мальчики, как Эван, могут быть мягкими и сдержанными, это вовсе не означает, что они всегда должны такими быть. Короче говоря, Эван научился сам определять, когда и как демонстрировать свою эмоциональность. Например, Эван сознательно отказался играть роль Волшебницы, чтобы избежать насмешек, которые могли бы последовать за его первоначальным решением. Точно так же Эван может научиться временно скрывать свои уязвимые эмоции, когда он играет с ребятами из футбольной команды и раскрываться свободно в более безопасной ситуации, например, когда он среди своих ближайших друзей или с мамой.

Это аналогично тому, как женщины научились добиваться успеха в ранее исключительно мужских областях, усвоив новые правила поведения, которым они подчиняются в определенных ситуациях, например, на работе. Когда женщина - глава банка, она не плачет на работе, но вполне может заплакать, если ее близкий друг разорился и не может расплатиться с долгами. Словом, женщины научились расширять свой эмоциональный репертуар и выбирать стиль поведения, адекватный ситуации. Мальчики, очевидно, тоже смогут.

На самом деле, Эван будет, вероятно, чувствовать себя свободнее, чем другие подростки, которые связаны смиренной рубашкой пола. Он свободнее, чем другие, в выборе интересов - футбол, готовка или даже исполнение женских ролей в театральных постановках. Если его увлечения уведут его за жесткие рамки того, что считает приемлемым Мальчишеский кодекс, он, вероятно, будет достаточно уверен в себе, чтобы грациозно и с юмором переступить через стереотипы.

Когда я говорю о том, что мальчик выбирает, когда открывать свою наиболее чувствительную сторону, это совсем не то же самое, что маска, притворство, за которым скрывается стыд и неуверенность. Разница между ними критическая. Эвана не вынуждают

надевать маску из-за страха или стыда, потому что ему была дана возможность развить в себе подлинное, глубокое ощущение самости, которое позволяет ему свободно и взвешенно выбирать, в какой ситуации будет безопасно обнажить ту часть своей личности, которая не вписывается в Мальчишеский кодекс.

Некоторые родители отстаивают интересы своих мальчиков и помогают другим взрослым увидеть обратную сторону тендерных ограничений. Например, во время нашего разговора, Сара рассказала, что когда она столкнулась с сопротивлением со стороны учительницы Эвана в третьем классе, она организовала встречу с ней и другими учителями Эвана. Она тщательно обдумала, как объяснить ей свою позицию. Она говорила с учителями о том, как она ценит изобретательность Эвана и его заботливость и что она много работала над тем, чтобы сохранить эти качества. Она привела в пример поступки Эвана, которые были ей особенно дороги, и через какое-то время учителя согласились с ней. Она поговорила о том, какой Эван контактный, искренний и веселый. Потом Сара попросила учителей помочь ей развить в нем эти качества и в любой момент обращаться к ней. "На самом деле я не думаю, что хоть немного изменила их мнение,- сказала Сара. - Я не уверена, что мне это удалось. Но я дала им повод для размышлений. И сейчас у Эвана все прекрасно".

Как и Сара, другие матери могут начать с того, что будут помогать советом менее восприимчивым к новым идеям людям и тем самым делать мир безопаснее для чувствительных мальчиков. Любовь и безусловная поддержка могут стать для мальчиков мощным контраргументом против основанных на стыде методов воздействия, которые использует общество.

Мама растит мальчика одна

Среди тех, на кого следует обратить внимание,- женщины, которые растят мальчиков без отцов, после развода, смерти отца или сознательно выбрав такое материнство. Такие матери чаще, чем женщины в полных семьях, оказываются в дискомфортных ситуациях из-за близких отношений мать-сын, а потом они очень внимательно наблюдают за тем, что они делают в процессе воспитания сына и как это влияет на мальчиков, когда они становятся мужчинами.

Одинокие мамы говорят, что всем им дают советы найти для мальчика мужчину, который стал бы для них ролевой моделью, как будто бы мать не в состоянии одна вырастить своего сына, как будто она не сможет открыть ему какой-то жизненно важный секрет мужественности. Их также часто предупреждают от физических проявлений привязанности к сыну, как будто любой физический контакт автоматически становится сексуальным только потому, что в доме нет отца. Многим одиноким мамам, которых я консультировал, было невыносимо трудно выдерживать эти советы, верить в свою способность вырастить сына и проявлять свою любовь естественно. В результате, они оказывались более, чем другие матери, склонны избегать близости со своими сыновьями, к несчастью для мальчиков, растущих без второго родителя, к которому они могли бы пойти за доверительными отношениями.

Но я считаю, что большинство одиноких матерей прекрасно знают, что им следует говорить и делать, и когда надо просить других о помощи, чтобы их сыновья стали здоровыми мужчинами. Я убежден, что всем нам есть чему поучиться у одиноких матерей в том, что касается мальчиков и мужественности.

Оливия и Джордж

У Оливии лишь однажды возникла необходимость позвонить бывшему мужу и попросить его помочь Джорджу, которому сейчас уже 14 лет.

- Я помню, как позвонила мужу, когда Джордж учился пользоваться туалетом и сказала: "Когда ты будешь здесь, не мог бы ты показать Джорджу, как писать стоя? Он уже в том возрасте, когда может это освоить, но если он никогда не видел обнаженного мужчину, то как он об этом узнает?"

Разумеется, были и другие моменты, когда Оливии хотелось бы, чтобы ее муж был рядом, чтобы решить какие-то родительские задачи, но кто из нас, мужчин или женщин, не хотел бы иногда разделить с кем-то груз родительской ответственности? Например, Оливия вспоминает свое нежелание говорить с сыном о сексе.

- Я никогда это не забуду. Год назад, когда Джорджу было тринадцать лет, я однажды вернулась домой с работы и обнаружила, что он и его девушка были наедине в его комнате. Я понимала, что должна поговорить с ним о сексе снова, и время не ждет. Вот тогда я очень, очень хотела, чтобы его отец был рядом. Как было бы хорошо просто накрыть ужин и уйти со словами: "Милый, у тебя получится. Ты знаешь, как говорить с мальчиками". Но у меня не было этого варианта.

- Что вы в итоге сделали? - спросил л.

- Самое главное, что это был просто хороший разговор - о сексе, об отношениях. Мы пережили это. Если мы смогли пережить это, мы сможем пережить что угодно!

Еще одна история одинокой мамы

Оливия не единственная одинокая мама с таким даром. Еще одна мама рассказала мне, что для нее, как для женщины, было трудно подступить к такому бастиону мужественности, как спорт. Но она отлично справилась. Когда тренер словами обидел ее сына Чада, после того, как мальчик упал и получил травму, Дебора стала действовать.

- Я позвонила заведующему по физической культуре в школе, чего матери обычно не делают,- рассказывает она. - Конечно, это не так-то просто. В течение года после этого случая, я встречала родителей, которые говорили, как смело и как рискованно я себя вела.

- Это, действительно, смело,- согласился я.

- Итак,- продолжила Дебора,- заведующие физической культурой и тренеры терпеть не могут, когда матери вмешиваются в их дела. С матерями они ведут себя высокомерно и покровительственно. и я думаю, родители боятся, что это может отразиться на их сыновьях. Но мой итог был благоприятным. Тренер раскаялся, что так поступил с Чадом, а заведующий начал работать над методиками преподавания. Им еще многое предстоит сделать, но я рада, что поддержала своего мальчика.

Деборе, кроме того, удалось справиться со склонностью Чада брать на себя ответственность быть главой семьи.

- Иногда Чад пытался давать мне советы, как обращаться с семейными деньгами или говорил мне, как следует вести бизнес. Я думаю, что он где-то подхватил мысль, что в доме мужчина должен быть главным. Я решила потерпеть, и он сам довольно быстро это перерос. Он понял, что я справляюсь.

Очевидно, что эти мамы справились, и справились хорошо. Вызов компетентности одиноких мам бросают учителя, другие родители и особенно сами сыновья. Отвечая на эти вызовы и ломая тендерные стереотипы, утверждающие, будто женщины не могут растить сыновей, одинокие мамы открывают перед нами двери.

Конечно, любой родитель знает, что вторая пара рук, второй взрослый рядом очень помогает выживать и благоденствовать, а еще лучше, если эти двое взрослых дополняют друг друга и могут разделить работу и подать детям пример разных вариантов поведения. Но во многих отношениях пол этих двоих взрослых менее важен, чем мы себе представляем.

Настоящая проблема для сына одинокой матери - да и для сына любой матери, в каком-то смысле - это не наличие или отсутствие мужчины в доме, а отношение матери к мужчинам в целом. Женщина, которая источает враждебность к мужчинам, может подорвать

у сына его формирующееся чувство своего пола. Сына также может сбить с толку ситуация, когда мать пассивно зависит от мужчин и вступает в отношения с деспотичными и агрессивными мужчинами. (И таким же образом аналогичный вред наносят развитию сына отцы, которые демонстрируют нездоровые аспекты маскулинности, такие как агрессия, установление контроля над женой). Коротко говоря, одинокая мама с адекватной самооценкой и здоровым отношением к мужчинам может быть прекрасным родителем для мальчика.

У нас перед глазами есть примеры замечательно организованных семей, возглавляемых женщинами во время Второй Мировой войны, когда отцы мальчиков отсутствовали годами. Мальчики не растеряли мужественность и не стали женоподобными в том преимущественно женском мире, в котором они жили, а наоборот оказались способны сформировать здоровое представление о своей мужественности. Я могу предположить, что им помогало исключительно позитивное отношение матерей к их солдатам-отцам. Вся страна, и матери в том числе, гордилась своими мужчинами, пребывала в уверенности, что их могучая мужественность даст им силы успешно сражаться за правое дело.

Матери с позитивным отношением к мужчинам естественным образом введут его в свои отношения с сыном, тем самым предоставляя ребенку варианты "заменителей" отца. Это полезно не потому, что одинокое материнство оказывает влияние на развитие мужественности или потому, что мальчикам нужна "тестостероновая" модель, а потому лишь, что появление взрослого друга-мужчины в жизни мальчика просто означает, что рядом с ним будет больше любви. Вводя сына в круг заботливых взрослых, одинокая мама сопровождает его на пути к здоровой мужественности.

Внутренние противоречия. Работа над своими представлениями о мальчиках

Большинство матерей, одинокие или замужние, знают, какого мальчика они хотят вырастить, и все их старания направлены на то, чтобы примирить свой идеал с тем, который преподносит им Мальчишеский кодекс как более достойный. Но порой не общество влияет на представления матери, а ее собственная внутренняя неуверенность в том, что считать хорошим, здоровьем, "мужественным" поведением. Порой самые прекрасные идеи о равенстве полов портят ее собственные нерешенные вопросы о мужественности. Мать может говорить, что она хочет, чтобы ее сын был чувствительным, но ее глубокие, иногда подсознательные, желания рисуют его суровым атлетом. Так, женщина хотела бы иметь доброго, мягкосердечного мужа, но на свидание предпочла бы ходить с Реттом Баттлером. Двойственность общественного представления о мужественности может настолько подчинить ее себе, что ей будет трудно дать сыну непротиворечивый, полезный ориентир. Противоречивые установки усиливают замешательство сына, и у него появляется чувство стыда за свой пол, так как он оказывается не в состоянии оправдать неясные материнские ожидания того, каким мужчиной он должен быть.

Чтобы избежать этой болезненной дилеммы, я советую мамам заглянуть в себя и уточнить свои представления о мужественности. Это исследование будет неполным, пока они не проанализируют свои собственные истории и не подумают о тех мужчинах, которые научили их тому, что такое мужественность - о своих отцах. Если женщина выросла с молчаливым отцом (или его вообще не было), как это было распространено, например, в 1950-е годы, она будет чувствовать себя некомфортно с экспрессивным мужчиной. И бессознательно будет блокировать попытки своего сына выражать свои чувства.

Другая распространенная роль, которую часто играли отцы предыдущего поколения, - это одержимый папочка, который обожает свою маленькую девочку и постоянно комментирует ее внешность, одежду, фигуру. Как доказала Элин Касчак, такая одержимость испортила многих женщин в нашем обществе, внушив им идею, что их самооценка зависит от их умения нравиться мужчинам. Мать с такой жизненной историей может бессознательно

флиртовать со своим подрастающим сыном, так как глубоко уверена, что это единственный способ общения с мужчинами.

Мама, которая отстраняется от отношений с мальчиком из страха, что они "недозволенные", встречается чаще, чем сексуально озабоченная мама. Самые благонамеренные мамы чувствуют, что они не знают, как сохранить близость с мальчиками, особенно когда те входят в пубертатный период и вдруг их внешность становится совершенно мужской. Призрак Эдипова комплекса преследует даже самые здоровые отношения между матерью и сыном. А именно в это время, на этом важном этапе мальчику жизненно необходима мать в качестве наставника.

Большинство материнских внутренних конфликтов может быть разрешено, я уверен, если мы как общество проясним наши ожидания и сформулируем, что означает сегодня быть мужчиной, чего мы на самом деле ждем от мальчиков и мужчин. Мой опыт консультанта показывает, что мы на самом деле не хотим, чтобы наши мальчики уезжали на другой конец страны, жили далеко от нас и никогда не звонили, хотя частью мифа о мальчиках является картинка, что мальчики должны пройти через некий "закаляющий" ритуал, героическую миссию, чтобы доказать свою храбрость и укрепить мужественность. Например, Одиссей двадцать лет не видел свою семью и своего сына Телемаха, так как его путь домой с Троянской войны затянулся из-за разнообразных приключений. В наших современных легендах есть Одинокий Рейнджер, который странствует по всему Западу, совершая героические поступки, не обремененный женой или детьми. Реклама рассказывает нам, что любой мальчик на флоте станет настоящим мужчиной, сильным и закаленным в боях.

Но эти легендарные образы мужчин-одиночек больше не актуальны. Мы живем в мире взаимозависимостей, и даже лучшие управляющие крупных компаний, героические мужчины "слова и дела", тонут или выплывают в зависимости от своих способностей работать с людьми. Мы живем в мире, где путешествовать на большие расстояния быстро и легко, а общаться по ходу этих путешествий - еще быстрее и легче, и следовательно, нам не нужно тренировать наших мальчиков (и кого угодно еще) выдерживать долгие, одинокие, опасные путешествия. Пришло время пересмотреть древние мужские архетипы - отстраненный воин, одинокий бродяга, бесстрашный герой - и понять, чего мы на самом деле хотим от наших мужчин.

Могу предположить, что большинство людей выберет образ здорового мужчины, который успешен в работе, в спорте, в отношениях, которому нетрудно сменить ребенка памперс. Чего мы на самом деле хотим - это чтобы наши мальчики были сильными, верными себе, могли действовать героически и создавать искренние отношения с супругами, детьми, родителями, коллегами, соседями и друзьями. Матери - ключ к этому, и чтобы помочь мальчикам превратиться в зрелых мужчин, не нужно рвать соединяющие их узы. Если матери откажутся следовать устаревшим мифам о необходимости сепарации и вместо этого открыто и громко будут говорить о том, что они хотят воспитывать мальчиков эмоционально открытыми людьми, они тем самым дадут понять юношам и подросткам, что больше нет причин рвать связь мать-сын, нет причин ожесточаться, нет причин становиться тем эмоционально отчужденным типом мужчины, который неприятен большинству женщин.

Карл. Настоящий мальчик

Хорошим примером может служить история настоящего мальчика Карла, талантливого, общительного, спортивного старшеклассника, у которого очень близкие отношения со своей многочисленной семьей русско-еврейского происхождения и который стал настоящим экспертом во взаимоотношениях внутри нее. Карл рассказал о том, как он выбрал учебу в престижном колледже в ближайшем штате.

"Мой куратор сказал мне, что с моими оценками и достижениями в футболе у меня большой выбор, и это отлично, хотя принять решение было непросто,- говорит Карл. - Когда

я передал его слова моим родителям, за ужином начался переполох. Отец сказал, что я должен попробовать поступить в университет из "Лиги плюща"³. Я хочу сказать, что это человек, который в двадцать лет тайно пробрался на корабль, чтобы попасть в эту страну, и вкалывал все это время. Я видел, как при мысли о Йеле у него загорелись глаза".

"Потом вмешалась мама,- продолжает Карл. - Она начала превозносить N, местный университет, который, конечно, хорош, но не настолько, как ей хотелось бы думать. Я почти читал ее мысли: "Мой малыш уезжает от меня"".

Мой брат Дэнни закричал, что я должен выбрать университет с хорошей футбольной командой. Понятно, что было у него на уме. Он мечтал, чтобы я стал звездой, и он мог бы хвастаться перед своими друзьями. Слушайте, это было довольно забавно, то, как все эти люди говорили одновременно, и каждый пытался сказать, чего они хотят для меня. Я решил пошутить над ними. Я сказал: "Да ладно, пап. Ты просто хочешь приклеить на свою машину наклейку с эмблемой Йеля. А ты, Дэнни, просто хочешь увидеть меня по телеку. И мам, ты что, думаешь, что я помру с голода без твоих обедов?" Все засмеялись, и, конечно, в конце концов я не выбрал ни один из тех университетов, которые они называли. Но я учусь в университете, которым гордится отец, и он находится достаточно близко, чтобы приезжать домой на выходные. Что касается футбола, то кому он нужен? Это становится слишком сложно, когда учишься в университете".

Карл доказал нам, что наличие доверительных отношений не препятствует способности мальчиков развивать свою индивидуальность. Карл знает свои потребности и действует в своих интересах, несмотря на то, что вся его семья рядом и все готовы выступить со своим предложением.

Долгосрочные преимущества близких отношений с родителями

Когда я консультирую пары, я часто отмечаю тот факт, что многие навыки, которые необходимы для гармоничных отношений между взрослыми,- это те самые навыки, появлению которых у подрастающих мальчиков мы сопротивляемся: сотрудничество (эмпатия, умение договариваться и идти на компромисс) вместо конкуренции; умение быть зависимым и уязвимым и разделять чужие проблемы вместо того, чтобы сжимать зубы и переживать боль в одиночестве. Это именно те качества, которые мать, по мнению общества, не должна поощрять в мальчиках, а они, в свою очередь, став мужчинами, начинают настаивать, чтобы сыновья обходились без них.

Я не знаю, как еще подчеркнуть тот факт, что это не матери калечат в мальчиках мужественность, это мифы о мужественности мешают воспринимать мальчиков и растить их целостными людьми, способными успешно работать и жить в гармонии с окружающими.

Исследования показывают, что мужчины с богатой эмоциональной жизнью физически и психологически здоровее. Например, в исследовании, которое проводилось в колледже Уэлл-сли, Розалинда Барнетт установила, что у мужчин, сохранивших близкие отношения со своими родителями, ниже уровень психологического дистресса. Кроме того, эти мужчины сообщили, что они не считают своих родителей слишком навязчивыми. Ясно, что эти мужчины нашли способ сохранить близкие отношения с родителями и смогли положиться на эту близость в своей взрослой жизни.

Другие западные культуры показывают нам интересные аспекты мужественности и положительное влияние матерей на жизнь сыновей. Например, для взрослых сыновей в Италии, "мамизм" - означающий "быть мамочкиным сыном" - это совсем не стыдно. Согласно Итальянскому национальному институту статистических исследований, в 1997 г.

³ "Лига плюща" - объединение восьми старейших привилегированных учебных заведений на северо-востоке США.

более 58% итальянских "мальчиков" в возрасте между 18 и 34 годами жили со своими мамами. И эти мамы и сыновья яростно защищают свое право оставаться вместе. Как выразился один молодой мужчина: "Лучше быть любимым в старости, чем брошенным в молодости... Дети в Англии, которые уезжают из дома в 13 или 14 лет, теряют что-то в понимании любви". Одна итальянская мать с ним согласилась: "Больше проблем возникает от нехватки внимания, чем от избытка. Вы не найдете человека, который был бы психически неуравновешен лишь потому, что получил слишком много любви и заботы дома".

Взаимозависимость. Тонкий баланс между родителями и сыном

В здоровых отношениях матери и сына не может быть слишком много любви. Да, некоторые матери и сыновья могут потенциально оказаться в отношениях, в которых родитель и ребенок качаются между полюсами нездоровой зависимости и независимости. Но я уверен, что большинство матерей и их мальчики способны создать сильные, здоровые отношения, основанные на взаимозависимости, понимании того, что каждый из них связан с другим и полагается на другого, но при этом каждый несет ответственность за свои собственные действия и себя самого. Родителям просто нужно быть осторожными и не ставить свои собственные нужды и желания выше потребностей сына, не пытаться манипулировать его эмоциями - принуждать его к чему-либо через чувства вины или стыда. Рядом с требовательным и деспотичным родителем у сына может просто не оставаться иного выбора, кроме как подчиниться или уехать на другой конец страны, не оставив адреса.

Короче говоря, материнство (и отцовство) - это тонкий баланс между поддержкой ребенка и позволением ему расти "по-своему". Для матерей наиболее продуктивно опираться на свой инстинкт, который подскажет, когда пора вмешаться, а когда - отойти в сторону. Практически всегда лучший ориентир - сам ребенок. Мать естественно учится понимать сигналы ребенка, оставаясь надежной, стабильной опорой, когда ребенок переходит на новый этап взаимозависимых отношений. Она не вмешивается, когда ребенок справляется самостоятельно. Она не уходит, если ребенок пришел за поддержкой. Она не исчезает, если он вдруг отталкивает ее. Лучший материнский советчик - это ее собственные знания о ее ребенке, полученные из бесчисленных ежедневных контактов.

Но этот процесс обучения здоровой взаимозависимости, который выглядит так просто в теории, может быть легко нарушен, если мальчик или его мама терпят поражение от неизбежного Мальчишеского кодекса. Как мы видели во второй главе, маленький Джонни Мартин совершенно очевидно нуждается в поддержке матери, но ему не позволено нуждаться в ней в первый день в детском саду. Он унижен за нормальную степень зависимости, которую другие, в том числе и эксперты, считают ненормальной для его возраста. И тогда происходит то, что мальчик сам начинает отдаляться от матери. Это не только мама под давлением общества считает, что "должна уйти" и уходит. Мальчик тоже чувствует это давление, и он тоже отталкивает мать - и те эмоциональные навыки, которым она пытается научить его - все дальше и дальше от себя. Так то, что могло бы стать процессом обучения сына здоровой взаимозависимости становится вместо этого уроком внезапной, нездоровой, даже травмирующей независимости. По вине Мальчишеского кодекса вместо обучения близости мы учим разъединенности.

Разные стили и языки любви. Говорить или делать

Еще один результат действия Мальчишеского кодекса у мальчиков, как мы видели, - это их собственный стиль демонстрации любви и привязанности, отличающий их от девочек (и, следовательно, от мальчиков). Очень важно, чтобы мамы помнили об этом, потому что, хотя это совсем и не похоже на то, что она сама сделала бы для восстановления отношений,

мальчики, даже после травмирующей сепарации, могут стремиться к воссоединению.

Мальчик может вместо слов предложить маме составить ему компанию в играх. Как мы уже обсуждали, естественный язык мальчиков - это язык действий. Им нет равных в демонстрации любви, привязанности и сочувствия через действие. Так, у мальчиков, которые начинают дружить, затеяв какую-то совместную деятельность, их эмпатия и привязанность будут проявляться в игре в бейсбол, в общем проекте или в прогулке по окрестностям.

Порой матери недооценивают эти занятия, потому что в них очень мало вербальной интимности - разговоров, которые так ценят женщины. Но многие мальчики от этих занятий получают значительную поддержку и чувство комфорта. И, в идеале, мама это понимает.

Именно поэтому я считаю, что мамам следует учиться быть в контакте со своими сыновьями просто находясь рядом с ними и участвуя в их занятиях.

"Как мне поговорить с ним?" Автомобильная терапия

Гвен совершенно случайно поняла, как общаются мальчики. Она переживала, что Дэвид, ее тринадцатилетний сын, больше не говорит с ней так откровенно, как раньше, и ни одна из ее попыток изменить эту ситуацию не удавалась. Однажды, когда ее муж задержался на работе, она вместо него повезла Дэвида на тренировку по хоккею. На обратном пути, после рассказа о сражениях за шайбу, Дэвид начал говорить о своем друге, и в конце концов разговор скатился к обсуждению марихуаны.

Гвен была поражена его откровенностью. "Все дело в машине,- размышляла она,- темно снаружи, уютно внутри, в любой момент можно замолчать и посмотреть в окно, если ему так хочется,- это все создает условия, в которых ему комфортно разговаривать". С того времени, сказала она, они с мужем возят сына по очереди. "Это автомобильная терапия для нас обоих",- говорит она, смеясь.

Многие матери обнаруживают, что стоит им заняться чем-то вместе с сыновьями, их мальчики начинают раскрываться и говорить. Клаудия, например, рассказала мне о своем десятилетнем сыне Скотте, который часто возвращался из школы в "реально плохом настроении". Когда он в таком состоянии, говорит она, "он, кажется, хочет просто включить телевизор и отключиться от реальности". Если она спрашивала, что не так, он "либо игнорировал вопрос, либо говорил, чтобы я отстала". Но Клаудия скоро разработала стратегию, как вызвать доверие Скотта: "Я заметила, что он обычно более разговорчив, когда я предлагаю ему поделаться что-нибудь вместе. Поиграть в пинг-понг, покидать фрисби - неважно что. И тогда его настроение начинает меняться. Часто после того, как мы немного поиграем, он приходит ко мне и начинает разговор. Он не всегда рассказывает мне обо всем, что с ним происходит, но я часто чувствую, что он получает эмоциональную разрядку, в которой нуждается".

Синдром необходимого молчания

Матери обычно хотят сесть и поговорить по душам, и часто способы мальчиков устанавливать отношения срывают их планы. Но на самом деле их поведение можно и предсказывать, и режиссировать. И оно будет не таким, как у девочек.

Самое трудное для коммуникации время - тот момент, когда матери и сыновья с большей вероятностью разъединяются (хотя в сердце они могут жаждать близости) - это момент страдания. Я обнаружил, что когда мальчики переживают удар по своей самооценке или грустят, или разочарованы, они часто выбирают такую линию поведения, которую я называю "синдром необходимого молчания" (timed-silence syndrome).

Первая реакция мальчика - это уединиться и в одиночестве зализать раны. Если мама в этот момент обрушивается на него с вопросами, это только усиливает его чувство стыда и

заставляет его скрываться все глубже или яростней. Во многих случаях только после того, как он проведет какое-то время со своей болью, он бывает готов вернуться и поговорить о ней. В этот момент его намек может быть настолько тонким, что маме легко его не заметить. И мои наблюдения показывают, что если родители упустили момент, возможность поговорить о произошедшем может представиться только через какое-то время.

Заботливая мама может неверно истолковать такое поведение. Когда ее сын приходит домой очевидно расстроенным, внимательная мама захочет поговорить об этом немедленно. Когда мальчик говорит: "Оставь меня в покое",- она может почувствовать себя отвергнутой или настаивать на разговоре тогда, когда это невозможно. Потом, когда мальчик вернется к ней и начнет осторожно прощупывать почву, намекая, что он хотел бы поговорить, она может не заметить его тонких сигналов, особенно если она все еще расстроена его прежним отпором, рассержена на сына за его грубость, подавлена своей неспособностью помочь ему. На самом деле, его сердитое "оставь меня в покое" может лишь показывать, насколько ему сейчас плохо и может служить знаком для матери, что он нуждается в ее близости, но позже.

Мария и Карлос

Мария Кортис из Бостона, которая участвовала в моем исследовании, рассказала мне такую историю:

- Карлос однажды пришел домой и рассказал мне, что они проиграли в школьном футбольном матче. Раньше, когда случалось что-то подобное, я пыталась вызвать его на разговор. Он мог мне сказать: "Отстань. Я не хочу об этом говорить". Я пыталась настаивать, но он только злился, убежал в свою комнату и хлопал дверью.

- И как вы с этим справились? - спросил я. Мария продолжила:

- В этот раз я решила попробовать иначе. Я просто сказала: "Мне жаль",- и стала ждать возможности побыть с ним. После того, как он принял душ и переоделся, я спросила, не хочет ли он прогуляться и съесть где-нибудь по мороженому. Мы пошли вместе и шутили над глупо одетыми людьми на улице. Когда ситуация стала располагающей, я просто сказала: "Слушай, так жаль, что игра сегодня не удалась".

- Как он отреагировал? - спросил я.

- Это невероятно,- сказала Мария, и ее глаза расширились,- Карлос посмотрел на меня, вот так, прямо в лицо, с таким собачьим выражением в глазах, и сказал: "Мам, мне так плохо. Я чувствую себя неудачником". Я обняла его. Я поняла - лучшее, что я могу сделать, чтобы он поговорил со мной, это просто пойти вместе гулять или что-то вроде того. С тех пор я всегда так поступаю.

Как догадалась Мария, мальчики легче идут на контакт со своими матерями, если они сами могут определить время, если у них есть свобода помолчать. Мария поняла, что бесполезно вызывать сына на разговор, когда он того не хочет. И это особенно верно для подростков с их обостренной жадой личного пространства. Матерям надо внимательно прислушиваться к тонким сигналам мальчиков, их ориентированному на действия языку и быть готовыми подстроиться под ритм мальчика, а не настаивать на своем.

Материнский язык

Разумеется, более типичный для женщин стиль общения через разговор, тоже эффективен. Порой мать может устанавливать контакт с мальчиком, рассказывая о своих переживаниях, и ее умения помогут мальчику. Я думаю, что матери надо использовать любую возможность, чтобы научить мальчика "материнскому языку" (как называет его психоаналитик Джим Херцог), осторожно расширяя его умения говорить о чувствах. В идеале, начинать заниматься этим надо с самого раннего возраста. Мать может сказать: "Я

помню, как отвратительно себя чувствовала, когда не попала в команду по футболу. Я казалась себе ужасной недотепой". Или мать может в повседневной жизни проговаривать неприятные эмоции, такие как грусть или стыд: "Я была так расстроена, когда мой начальник у всех на глазах раскритиковал меня сегодня на собрании". Таким образом мать показывает, что грусть, стыд и уязвимость - это естественные, неизбежные чувства, часть жизни, и что их немного легче пережить, если облечь в слова и разделить с друзьями. Наконец, мать может пользоваться своими особыми умениями и помогать сыну найти слова для передачи его глубочайших чувств. Например, когда сын приходит домой и колотит стену, чтобы выпустить гнев, она может помочь ему увидеть и другие чувства, такие, как печаль или разочарование: "Ты в порядке? Ты чем-то разочарован? Тебя что-то расстроило?"

Матери и отцы. Разрушаем стереотипы вместе

Очевидно, самое лучшее воспитание для мальчиков - когда матери и отцы разрушают тендерные стереотипы как на словах, так и на деле. К сожалению, в реальной жизни, роли обычно разделены, и каждый занимается тем, что ему привычнее. Это приводит к появлению однобокой схемы: мать - это забота и уход, а отец - это дисциплина. Проблема этой схемы заключается в том, что она укрепляет жесткие тендерные стереотипы, преодолению которых мы надеемся научить наших мальчиков.

Еще один путь к укреплению тендерных стереотипов - это ситуация, когда матери неосознанно берут на себя роль "вратаря", и не допускают отцов к участию в родительстве.

Нина и Марк

Нина и Марк, появившиеся однажды в моем кабинете, олицетворяли проблему "вратаря" (этот феномен мы подробно рассмотрим в Главе 6), а Нина горько жаловалась, что Марк больше не занимается детьми.

Марк взорвался:

- Что ты от меня хочешь? Каждый раз, когда я хочу помочь, она говорит мне, что я делаю неправильно.

- Как именно это происходит? - спросил я Марка.

- Например,- объяснил он,- как-то я менял ребенку памперс. Застежка-липучка приклеилась к его ножке и он вскрикнул. В мгновение ока Нина оказалась рядом, чтобы выхватить ребенка у меня из рук с вопросом: "Что ты с ним сделал?" - Боже мой, как будто я его пытаю.

- Как вы отреагировали?

- Я оставил Нину с малышом, а сам пошел помочь Мэтью, нашему девятилетнему сыну, с домашним заданием по математике, и не успел я начать, как она стала и это критиковать, якобы я слишком много помогаю и подсказываю ему ответы. Стоит мне что-нибудь сделать, я тут же вижу ее за спиной, трясущуюся, как будто я ломаю детям жизнь.

- Вы чувствуете, что у вас есть важная роль в жизни мальчиков? - спросил я.

- Единственная роль, которую она мне разрешает играть,- это роль "плохого полицейского". Я прихожу домой, и она говорит мне, что я должен поговорить с Мэтью о его поведении. Почему она сама не может этого сделать?

- Ты его отец,- вступает Нина,- ты лучше меня знаешь, как разговаривать с мальчиками.

В этой семье Нина одержима желанием быть идеальной матерью своим детям. Она была успешной женщиной, которая решила остаться дома со своими двумя мальчиками, и ей было трудно принять мысль о том, что ее муж, который видит детей только вечерами и по выходным, может быть таким же хорошим родителем, как и она. По правде говоря, она была права, когда говорила, что Марк не так ловко управляется с малышом или не так хорошо

понимает эмоциональные нужды детей.

Марк, в свою очередь, понял, что порой он подыгрывал Нине и притворялся негодным для ухода за детьми, чтобы она взяла все на себя, а он мог вернуться к своей газете. Мы подчеркнули то, что у Марка есть право - и желание - найти свой собственный стиль взаимодействия с детьми. В течение нескольких недель Нина училась просить Марка помогать ей с детьми и не контролировать, как он справляется. Лучше всего это получалось, если Нина просто выходила из комнаты и не могла морщиться и пожимать плечами за спиной у Марка, а у Марка не было возможности попросить о помощи. Ему пришлось самому прикладывать усилия, и он в конце концов получил чувство удовлетворения от близости с детьми и от того, что он справляется.

Нина и Марк также должны были обратить внимание на то, какой опыт разделения родительских ролей они вынесли из собственных семей. Отец Нины был строгим, отстраненным мужчиной. Она помнила, что ее отец мог накричать на нее или наказать, а потом она всегда бежала к маме за утешением и лаской. Она поняла, что она воспроизводит эту модель, которая позволяла ей быть хорошим, любящим родителем, а Марка она толкала на роль авторитарной фигуры. Но это, в конечном счете, лишало Марка возможности быть близким человеком для детей. Марк, в свою очередь, сопротивлялся роли авторитарного отца, потому что его собственный отец был совершенно "никаким". Когда отец Марка приходил домой, что случалось редко, он читал детям книжку или желал им спокойной ночи с таким отсутствующим видом, что Марк не был уверен, что он вообще понимает, кто из детей сейчас перед ним. Мать Марка вела дом твердой рукой. Поэтому Марк на самом деле бессознательно чувствовал, что это Нина должна решать все дисциплинарные проблемы.

Нина и Марк смогли увидеть эти схемы и постепенно преодолеть их. Нина научилась эффективней устанавливать границы. Марк научился принимать больше участия во всех сферах родительства. Конечно, они не стали вдруг равными партнерами. Нина всегда будет в некоторой степени слишком опекающей по сравнению с немного апатичным стилем Марка. Изменение типичного поведения требует постоянной работы. В данном случае, как и во многих других, наградой за работу будет чувство партнерства между родителями и большая близость с детьми. Кроме того, мальчики учатся нормальным тендерным ролям: тому, что и мать, и отец, могут быть ответственными и за ласку, и за установление границ. Такая модель поможет мальчикам смотреть на тендерные роли непредвзято.

Родителям следует обсуждать вопросы мужественности и придерживаться общих представлений о том, как растить сыновей, но им можно не волноваться о том, что они не делают все абсолютно одинаково. Как показывает пример Нины и Марка, у родителей могут быть очень разные стили. Сын, который может учиться разным вещам от каждого родителя, в конце концов получает больше.

Секреты современного материнства: как сохранить контакт и подготовить ребенка к встрече с "реальным миром"

Все мы видим, что современные мамы сталкиваются с некоторыми трудностями при воспитании мальчиков. Во-первых, им трудно противостоять мысли, что им и их мальчикам необходима сепарация, тогда как сердцем они чувствуют, что должны быть вместе. Во-вторых, они оказываются в логической ловушке, так как от них ждут, что они вырастят мальчиков нежными и любящими, и в то же время готовыми к жизни "реального мира", где они могут столкнуться с насмешками, травлей, позором, если повернутся к миру своей любящей и чувствительной стороной. В-третьих, когда мальчики становятся старше, мамам приходится столкнуться с тем, что их сыновья - в ответ на общепринятые представления о маскулинности - начинают ожесточаться, и это противостоит попыткам матерей сохранить доверие и близость.

Я часто предлагаю матерям придерживаться следующей стратегии, чтобы справиться с

этими сложностями и добиться успеха в формировании близких отношений с сыновьями.

Говорите открыто о Мальчишеском кодексе . Невозможно решить проблему, если о ней никогда не говорить. Поэтому говорите открыто со своим сыном о Мальчишеском кодексе. Говорите о том, что вам нравится и что не нравится. Обсуждайте двойные стандарты мужественности, которые призывают мальчиков быть "хорошими ребятами", но принуждают их действовать как "непробиваемых". Говорите своему мальчику о том, что связывает вас как родителя. Объясните, как сильно вы хотите, чтобы он стал добрым, заботливым мужчиной, но не забывайте говорить, что вы знаете о "реальном мире" и понимаете, как трудно ему приходится. Если ваш сын верит, что вы действительно понимаете, каково ему приходится в мальчиковой подростковой культуре, понимаете, что его могут дразнить, что с ним могут плохо обращаться за нарушения Мальчишеского кодекса, то ему будет легче научиться сочувствию и другим эмоциональным навыкам, которые вы, вероятно, мечтаете передать ему.

Иногда это может означать, что надо признать поражение. Иными словами, иногда вы можете предложить свое решение проблемы, которая возникла у мальчика со сверстниками, и ваш вариант не сработал. Например, представьте, что лучший друг вашего сына вдруг начал дразнить и травить его, вместо того, чтобы дружить с ним. Представьте также, что ваш сын поделился с вами этой проблемой, и вы посоветовали ему напомнить другу о том, как много их дружба значит для него, и настаивать на том, чтобы друг прекратил насмешки. И, наконец, представьте, что ваш сын приходит домой и говорит, что он пытался сделать так, как вы ему посоветовали, но от этого насмешек стало только больше.

И вот в чем трудность. Ваш сын почувствует себя преданным и брошенным один на один со своей болью, если вы будете продолжать настаивать на том, что ваш план сработает. Вместо этого скажите сыну, как вам жаль, что ваш совет не помог. Предложите другие идеи и, еще лучше, спросите его, как, по его мнению, можно выйти из этой ситуации и сделайте все, что от вас зависит, чтобы помочь ему. Его вариант может отличаться от вашего. Может быть, он решит игнорировать своего друга какое-то время. Может быть, он скажет этому приятелю, что, если тот не прекратит насмешки, он сам начнет дразнить его! Способ вашего сына может быть совсем не из тех, которые кажутся вам удачными, но не стоит забывать, что ваш сын делает все, что может, чтобы справиться с Мальчишеским кодексом со всеми его суровыми императивами о мужественности. Поэтому насколько важно обсуждать и критиковать Мальчишеский кодекс с вашим сыном, настолько же критично помнить, что ваш сын находится под его тяжелейшим давлением. Поэтому говорите открыто о Мальчишеском кодексе и оставайтесь на стороне своего сына, пока он делает все возможное, чтобы сражаться против него и добиваться успеха внутри этой системы.

Рассказывайте другим о проблемах Мальчишеского кодекса . Столкнувшись с Мальчишеским кодексом, матери часто говорят мне с обреченным вздохом, что они чувствуют: ничего невозможно изменить. Я постоянно слышу фразы типа "Вы не измените мальчиков!" или "Если они услышали это в школе, то это все!" или "Как стукнет пубертат, это все у них в крови". Все эти расписки в собственной беспомощности происходят от тех мифов о мальчишестве, которые мы обсуждали.

По моему мнению, матери много что могут сделать, чтобы изменить ситуацию. Первое и главное - рассказывайте вашим друзьям, соседям и родственникам о Мальчишеском кодексе. Рассказывайте им о том, как он действует и как он ограничивает мальчиков. Рассказывайте, как вы сами справляетесь с ним.

Во-вторых, делитесь информацией о кодексе с педагогами. Мы еще поговорим позднее о том, что учителям и школьной администрации необходимо знать о жизни мальчишеского сообщества. Мальчики проводят годы в образовательных учреждениях. Если вы видите, что школа, в которую ходят ваши мальчики, не обращает внимания на их эмоциональные потребности либо эти потребности игнорируются из-за навязанных обществом критериев мужественности, найдите время, чтобы поделиться своими знаниями с теми мужчинами и женщинами, которые проводят целые дни, обучая ваших сыновей.

Наконец, показывайте другим жесткость требований общества к мальчикам и мужественности своими протестами и бунтом против этих требований. Иными словами, недостаточно просто рассуждать о них. В этой главе мы услышали истории нескольких матерей, которые успешно ломали стереотипы. Точно так же, как матери прокладывали дорогу, чтобы у их дочерей появились новые возможности, мамы мальчиков могут подать нам идеи, как помочь мальчикам стать свободнее и превратиться в мужчин.

Учите своего сына мужественности, рассказывая о мужчинах, которых вы любите, и объясняя, почему вы их любите. Один из лучших способов, который может помочь вашему сыну составить ясное и здоровое представление о мужественности - это рассказывать ему в позитивном ключе о мужчинах, которые вам и ему дороги - о вашем муже, вашем отце, дяде, близком друге семьи или любом мужчине, к которому вы с вашим сыном хорошо относитесь. Как только у вашего сына возникают сложности при попытках соответствовать противоречивым ожиданиям общества, вы можете внести ясность разговором о том, какие качества вы цените в этих мужчинах. "Какой добрый человек твой дядя Чарли",- можете вы сказать сыну. Или: "Что я особенно люблю в твоём отце - он не обращает внимания на то, что другие говорят о том, как он одевается, и поступает так, как ему удобно. Тебе нравится его забавная шляпа?" Или: "Ты знаком с соседом Питом? Я только что подумала, что это просто здорово, что он слушает оперу через открытые окна, пока косит лужайку. Такой классный и изобретательный парень!" Когда ваш мальчик будет знать о том, какие качества вы цените в мужчинах, у него будет формироваться собственное представление о том, каким мужчиной он хотел бы стать, и он будет чувствовать себя увереннее, когда столкнется с жесткими стереотипами, которые бомбардируют его целыми днями.

С другой стороны, будьте осторожны и не пугайте мальчика еще больше перечислением того, что вам не нравится в знакомых мужчинах, во всяком случае, не делайте этого враждебным тоном. Хотя порой в очень ограниченном количестве ситуаций может быть уместно поговорить о чертах, которые вас раздражают, это может негативно отразиться на чувстве собственной мужской значимости, если он будет постоянно слышать о том, что вам не нравится в мужчинах. Например, время от времени можно сказать что-то вроде: "Я очень переживаю, когда твой дедушка становится таким тихим и отстраненным" или "Я не понимаю эти мужские журналы о бодибилдинге - неужели эти ребята не понимают, как хорошо они бы выглядели сами по себе". Но просто недопустимо и, повторюсь, может это пагубно сказаться на развитии мальчика, если вы допускаете негативные комментарии о мужчинах, которые ему близки: "Твой отец выглядит дураком, когда ведет себя как всезнайка" или "Твой старший братец мнит себя Геркулесом, хотела бы я, чтобы он перестал тратить столько времени на поднятие гирь и посмотрел на себя". Или намеки вроде: "Твой приятель Джон думает, что он классно выглядит в этих дурацких незашнурованных ботинках?" или "Эти цветы, которые твой отец купил мне, совершенно не компенсируют его поздние возвращения с работы". Такие негативные комментарии о мужчинах только мешают тому, чего вы хотите для своего мальчика. Поэтому избегайте их, насколько это возможно.

Меняйтесь родительскими ролями. Если у вас полная семья, меняйтесь обязанностями со своим супругом. Например, не всегда муж должен быть "дисциплинирующей" стороной, а женщина - заботящейся о тех, кому трудно. Когда каждый родитель играет нейтральную в половом отношении роль, это учит мальчика, что быть заботливым и сопереживающим - это не "женское дело", а быть строгим и твердым - не исключительно мужское. То, как мы делим родительские обязанности, дает мальчику настоящий пример тендерных ролей и мужественности. Просто подумайте: если мы говорим мальчикам, что они должны быть мягче и отзывчивей, но при этом в семье возлагаем эту роль на маму, не удивительно, что наши сыновья начинают считать это исключительно женским занятием. И наоборот, если папа может быть примером отзывчивости, а мама берет на себя некоторые обязанности, традиционно считающиеся папиными, самым естественным

образом у мальчика сформируются гибкие взгляды и он будет чувствовать себя гораздо увереннее в своей мужской идентичности.

Когда ваш сын страдает, не стесняйтесь спросить его, хочет ли он об этом поговорить . Даже если ваш сын не ответит сразу, нет ничего страшного в том, чтобы спросить его, как идут дела и не хочет ли он поговорить с вами о чем-нибудь. Часто само предложение поговорить может помочь ему справиться с трудными переживаниями. Порой хорошо срабатывает не прямой подход. Например, вместо того чтобы сказать: "Эй, похоже, у тебя ужасное настроение. Хочешь поговорить о том, что случилось?",- лучше сказать что-нибудь вроде: "Слушай, мы давно с тобой не сидели вместе и не болтали. Как насчет того, чтобы побыть вместе сегодня вечером?" Отвлекая внимание от того, что это ваш сын "тот, у кого проблемы", и мягко предлагая провести время вместе и поговорить по душам, вы как минимум показываете, что вам не все равно, что вы хотите быть с ним. В зависимости от конкретной ситуации и чувств, которые он переживает в это время, он может принять ваше предложение или, вероятно, ответить, что он не может или его это не интересует, и ему надо побыть одному. Главное - ждать, когда он сам будет готов поговорить с вами.

Но не стыдите мальчика, если он отказывается говорить с вами . Если ваш мальчик показывает, что он не хочет говорить с вами прямо сейчас, постарайтесь не говорить ничего, что может вызвать у него чувство стыда за свой отказ. Фразы типа "О, ты совсем как твой отец" или "Если бы ты знал, как для тебя лучше, ты бы сразу сел и рассказал мне все прямо сейчас" - это типичные "стыдящие" примеры. Аналогичный эффект имеют хлопанье дверью и уход с оскорбленным видом. На самом деле, нет ничего плохого в том, что ему нужно время наедине с собой. Это может быть лучший способ справиться с трудными переживаниями или это может быть то, что, по его мнению, ждет от него Мальчишеский кодекс. Как бы вы ни чувствовали себя отвергнутой, как бы ни хотелось вам помочь ему - постарайтесь не наказывать его за его решение побыть одному. Вместо этого дайте ему понять, что любите его, что это ничего, что он не хочет говорить с вами прямо сейчас, и что вы будете рядом, если он захочет поговорить позднее.

Уважайте его право на молчаливую отсрочку . Если ваш сын предпочитает не говорить прямо сейчас, дайте ему шанс побыть наедине с самим собой. Он может быть в молчаливом настроении - сидеть перед телевизором, слушать музыку или пойти прогуляться. Не мешайте ему. Как почти всегда случается, он выберется из своей скорлупы и придет искать вашего внимания.

Если ваш мальчик ищет контакта, сделайте все, что можете, чтобы быть с ним . Очень важно быть неподалеку, когда ваш мальчик наконец выйдет из установленного для себя периода тишины и изоляции. Возможность установить контакт может существовать недолго, поэтому вам лучше быть внимательными к нему и не пропустить тот момент, когда он к вам потянется. Это может быть очень тонкий намек, он может просто спросить: "Во сколько будем ужинать?", или прямое обращение: "Мам, мы можем сейчас поговорить?". В любом случае, лучший ответ - это дать ему понять, без всяких усложнений, что вы будете счастливы провести с ним время.

Экспериментируйте со "связью через действие" . Когда вы ищете контакта с мальчиком или он приходит к вам после "молчаливой отсрочки", может быть эффективно установление контакта через действие. Поэтому вместо того, чтобы призывать его поговорить с вами прямо сейчас, пригласите его поделаться что-нибудь вместе. Будь то помощь по дому, спортивная игра, прогулка - совместная деятельность часто предоставляет возможности для беседы. Это не только хороший способ восстановить контакт с большинством мальчиком, это также дает им понять, что вы понимаете их особый стиль установления взаимоотношений, что вы уважаете его и готовы его принять.

Не сдерживайте чувства . Наконец, самое важное - не думайте, что вам надо сдерживать чувства. Это прекрасно - говорить сыну о том, как сильно вы его любите. Это только сделает его более сильным и готовым встретиться с внешним миром. Когда речь заходит о проблемах, которые возникают, если родитель слишком зависимый,

контролирующий или доминирующий, в психологической литературе преувеличивается количество таких родителей. Мой многолетний опыт работы с мальчиками и их родителями показывает, что мамам не о чем волноваться. Их любовь бесценна, и на самом деле помогает мальчикам стать уверенными в себе, сильными, успешными мужчинами.

Сила матерей

Самыми разными путями Западная цивилизация традиционно прославляла силу связи между матерью и сыном. Например, Фрейд - чьи последователи часто искажали многие из его блестящих открытий - осознавал позитивную силу матерей, мощь материнской привязанности. Он писал: "Если мужчина был безусловно любим матерью, он пронесет через всю жизнь ощущение триумфа, уверенность в своем успехе, которая редко не приносит с собой сам успех". В прошлые века от сыновей действительно ожидали, что они будут близки своим матерям. По словам историка Энтони Ротундо, "матерей призывали сохранять близкие отношения с сыновьями до конца жизни, так как они должны были формировать моральный облик своих сыновей".

Сегодня мы почему-то утратили эту мудрость, при том, что матери могут оказывать на эмоциональную жизнь мальчика такое глубокое положительное влияние, которое будет длиться всю жизнь. Матери обладают огромной силой смягчать основанный на стыде процесс ожесточения, который предьявляет права на души наших мальчиков, и они моделируют - и влияют на то, как их сыновья дают выход чувствам - уязвимые эмоции, такие как грусть, страх, тревога.

Я абсолютно убежден, что и естественное стремление мальчиков получить материнскую любовь, и глубокое материнское желание любить своего сына должны быть разрешены, должны найти подходящий способ выражения. Матери должны свободны следовать тому пути, правильность которого им подсказывает сердце: когда мальчик сохраняет связь со своей матерью, он делает важный, естественный шаг в сторону мужественности.

Как мы видели, мать часто оказывается экспертом в том, как убедить мальчика быть более экспрессивным эмоционально, чувствовать себя уверенней, помочь мальчику честно и смело найти свой собственный образ. Но они еще и обладают даром показать, как мальчики могут объединить эти "чувствительные" качества с теми, которые традиционно считаются типично "мужскими".

Своей любовью и поддержкой, которая так нужна мальчику, чтобы ужиться в обществе с двойственными правилами мужественности и при этом остаться собой, мать помогает ему стать мужчиной, который может естественно делиться своими чувствами, мужчиной, который твердо знает, что ему нравится и что не нравится, мужчиной, который может быть равно искренним с друзьями, семьей, коллегами. Своей глубокой связью с сыном, она дает ему энергию, уверенность в себе и здравый смысл, которые необходимы, чтобы соответствовать запросам общества, старым и новым, и в то же время сохранять свою подлинность, сохранять настоящего мальчика под маской.

6. Настоящие отцы, настоящие мужчины. Доверительные отношения отцов и детей

"У меня есть пара хороших приятелей, на которых я могу положиться в каких-то мелких вопросах. Но если случается что-то серьезное или мне плохо, я иду к человеку, который на самом деле все понимает и который реально может помочь, - к моему папе".

Тайлер Уильяме, 12 лет.

Особая роль отца

Отцы - это не матери мужского пола.

Отношения между отцом и сыном, как нам известно, чрезвычайно важны в жизни мальчика, но они не всегда выглядят так, как отношения между матерью и сыном. Отцы находят свой собственный способ учить, направлять и играть со своими мальчишками.

Увлеченность. Как отцы играют с мальчиками

С самого раннего возраста мальчиков отцы обнаруживают особое умение разнообразить игры, расширять сферу игровой активности мальчиков и учить их испытывать и выражать определенные эмоции. Исследования показывают, что в то время как матери стремятся успокаивать детей и защищать их от излишней стимуляции, отцы обычно стараются пробуждать эмоции и стимулировать мальчиков, подбадривать их, увлеченно с ними играть.

В своем исследовании взаимодействий между отцами и детьми профессор Росс Парк из Риверсайд-центра исследований семьи Университета Калифорнии обнаружил, что отцы так же восприимчивы к сигналам малышей, как и матери, хотя их стиль общения с сыновьями совершенно иной. Профессор Парк установил, что когда отцы проводят время наедине со своими маленькими мальчиками, они демонстрируют уникальное умение вызывать у малышей эмоциональные переживания, разнообразные по своей интенсивности, и помогать малышам привыкать к разного рода людям и социальным ситуациям.

Когда малыши начинают ходить, папы еще более усиливают стимуляцию, активизируя эмоциональную систему мальчиков играми типа догонялок или борьбы. Мартин Гринберг, детский психиатр, охарактеризовал эмоциональную включенность отца в жизнь новорожденного как "занятость". Я называю активную игру отца с сыном "увлеченностью", потому что, по моим наблюдениям, ребенок оказывается увлечен любящим, веселым вниманием своего отца, а отца увлекают реакции сына.

Этот отцовский дар - его замечательное умение вызывать разнообразные эмоциональные реакции у сына - бесценен для мальчиков. С отцами мальчики учатся переживать разнообразные виды деятельности в социально приемлемой форме. Фактически, те мальчики, с которыми в раннем детстве самозабвенно играли отцы, в подростковом возрасте реже нуждаются в руководстве взрослых для того, чтобы справиться со сложными чувствами и умеют выходить из эмоционально сложных ситуаций вежливо, в социально приемлемой форме.

Преимущества игр с отцом. Учимся читать чужие эмоции

Несмотря на то, что некоторые бурные папины игры - то, что психиатр из Гарварда Джим Херцог называет "игры камикадзе" - сводят мам с ума, исследования показывают, что эти игры, это полное сумасшествие способствует развитию детей, потому что мотивирует их (и это особенно важно для мальчиков) учиться регулировать и переживать свои чувства в процессе взаимодействия со значимым взрослым, осознавать эти чувства яснее, адаптироваться к разнообразным сложным социальным контекстам.

Как происходит это обучение? Энергичная и оживленная игра с отцом заставляет мальчика учиться распознавать эмоции отца. "Папа шутит или он действительно собирается устроить кавардак?" - спрашивает себя мальчик, пытаясь по выражению лица и жестам определить настроение отца. Также игры с отцом вынуждают мальчика учиться передавать свои изменчивые эмоциональные состояния взрослым и другим детям. "Эта потасовка зашла

слишком далеко?" - может он спросить себя. Если так, мальчик начинает плакать. "Стало скучно?" - может он спросить. Если так, мальчик начнет показывать, что ему требуется большая стимуляция.

И, вероятно, самое главное: во взаимодействии с отцом, мальчик учится "слушать" свои собственные внутренние эмоциональные состояния, определяя, являются ли они слишком сокрушительными, неконтролируемыми, приемлемыми или невыносимыми.

Управление эмоциями

Игры с отцом совершенствуют важные эмоциональные навыки. Поскольку отец убеждает сына попробовать занятия, в которых проверяются пределы его возможностей и расширяется его эмоциональность, мальчик чувствует себя в силах менять что-то вокруг себя, анализируя свои чувства и транслируя эти чувства родителям и другим взрослым.

Как объяснил девятилетней Брэди в одном из моих недавних проектов: "Когда мы с папой играем, мы бегаем и скачем, иногда мы боремся, и тогда кто-то из нас останавливается, должен остановиться. Иногда это я, и иногда я смеюсь, а иногда плачу. Но это здорово, потому что в школе я не боюсь никого и ничего, и я почувствую, если зайду слишком далеко".

Эти первые уроки управления эмоциями могут иметь жизненно важное значение. Они влияют на будущую способность справляться с фрустрацией, ориентироваться в новых обстоятельствах, преодолевать трудности в решении учебных задач. Еще важнее, что они связаны, как выяснил Росс Парк и другие ученые, с умением мальчиков устанавливать социальные контакты и в ситуации соперничества прибегать к коммуникации и сотрудничеству вместо борьбы. Скажем проще: игровые потасовки между отцом и сыном, которые, вероятно, раздражают маму, на самом деле - основы будущей способности мальчика управлять своей агрессией и умения заменять силовые методы эмоциональной компетентностью и сотрудничеством. Как пошутил Джей Белски из Университета штата Пенсильвания: "Если бы Адам был лучшим отцом, у Каина и Авеля все могло бы сложиться иначе".

Отцы и дети. Эмпатия в отношениях

В дополнение к обучению ключевым навыкам эмоционального самоконтроля, отцы своими теплыми, открытыми, чуткими отношениями с сыновьями внушают мальчикам важное чувство безопасности и благополучия, что в свою очередь поддерживает в мальчиках чувство мужской уверенности в себе. Двенадцатилетний Джексон сказал мне: "Мне приходится ходить в школу по субботам на дополнительные занятия по чтению. Я не думаю, что эти дурацкие уроки так уж необходимы. Но когда мой папа отвозит меня туда и ждет, пока я закончу, я совсем не против туда съездить". А семилетний Томми объяснил это так: "Больше всего мне нравится, когда папа приходит посмотреть игру нашей малой лиги, потому что он болеет за меня и тогда я чувствую себя чемпионом, даже если я пропустил мяч".

Понимание чувств ребенка, как показывают исследования, к большинству отцов приходит естественным образом. Хотя они выражают его иначе, чем матери, согласно данным исследований, многие отцы испытывают эмпатию по отношению к своим (сыновьям и хотят оставаться с ними в близких отношениях. Это было установлено не сразу. Например, в более ранних исследованиях, где измеряли, как отцы и матери реагируют на плач ребенка, мамы показывали себя более чувствительными и заботливыми, чем отцы, в том, как они реагировали на плач малыша. Но в недавних исследованиях, где учитывали биологические (а не поведенческие) маркеры эмпатичного ответа - такие факторы, как частота и ритм

сердцебиений, изменения артериального давления, чувствительность кожи и т.д. - ученые обнаружили, что реакция на резкий плач младенца одинакова у мужчин и женщин. Хотя со стороны женщины могут выглядеть так, как будто они более чувствительны и внимательны к чувствам малыша, чем мужчины (или по крайней мере исследователи воспринимали их таким образом), в действительности и мужчины, и женщины обладают полным набором биологически обоснованных эмпатических реакций по отношению к своим детям.

Из-за принятых в нашем обществе реакций на мальчиков и мужчин, ведущих себя открыто, заботливо или экспрессивно, многие отцы, особенно в публичных местах, стесняются показывать свою эмпатию сыновьям, которую они на самом деле чувствуют. Таким образом, на поверхностный взгляд, может показаться, что отцы не могут быть так близки с сыновьями, как матери. Но за двадцать лет работы с отцами и сыновьями я не видел ничего более удивительного, чем те искренние и глубокие чувства друг к другу, которые мальчики и их отцы проносят через всю свою жизнь. Я верю, что мальчики и их отцы одинаково испытывают друг к другу огромную эмпатию и стремятся создать близкие, крепкие отношения.

Двенадцатилетний Марко выразил это так: "Мне нравится каждый день ходить в школу. Но больше всего я люблю приходить домой, делать домашнее задание с мамой, а потом ждать, когда папа придет с работы. Когда он входит в дверь, это совершенно особое чувство".

Джек, один из отцов, который принимал участие в моем проекте, сказал: "Ненавижу, когда начальник заставляет меня задерживаться на работе. Мне невыносимо чувство, что я упускаю возможность видеть своего сына, пойти домой и поиграть с ним, а потом видеть тот особый блеск в его глазах, когда я укладываю его спать".

А когда двенадцатилетнего Тайлера Уильямса попросили рассказать, к кому он идет, когда чувствует себя несчастным, он сказал: "У меня есть пара хороших друзей, на которых я могу положиться в каких-то мелких вопросах. Но если случается что-то серьезное или мне плохо, я иду к человеку, который на самом деле все понимает и который реально может помочь,- к моему папе".

Как мальчики хотят получить то особое ощущение дружеского общения и заботы, которое дают им отцы, так и отцы, в свою очередь, хотят иметь шанс направлять и воспитывать своих сыновей, участвовать в их эмоциональной жизни, и через эту глубокую связь со своими мальчиками, возможно, получить ту любящую отзывчивость, которой им, вероятно, не хватало в их детских отношениях со своими отцами. В современных социальных и семейных условиях так или иначе по ряду причин эти естественные взаимные потребности остаются неудовлетворенными или лишь частично удовлетворенными. Тем не менее, мое исследование показывает, что многие отцы и сыновья находят новые пути к тому, чтобы создать близкие, активные, полные любви взаимоотношения.

"Вот я!". Генеративный отец

Отцы (как и матери) от природы обладают способностью, которую хорошо известный психоаналитик Эрик Эриксон назвал генеративностью. Генеративный отец очень заботится о следующем поколении, стремится направлять своих детей и давать им все, что им нужно для того, чтобы быть продуктивными, креативными и счастливыми. Генеративный отец наслаждается своей нужностью детям, он счастлив давать им то, что им требуется. Хотя некоторые отцы могут претворять свои генеративные импульсы более традиционным способом - упорным трудом и стремлением достичь финансового и профессионального успеха ради своей семьи, многие отцы используют свои генеративные возможности для создания близких, основанных на глубокой привязанности и любви отношений со своими дочерьми и сыновьями.

Когда я думаю о значимости отцов и о том, какого рода эмоциональная связь

устанавливается между ними и сыновьями, я вспоминаю библейский сюжет об Аврааме и его первенце, Исааке. Рожденный в старости, вымоленный у Господа Сарой, Исаак - это образ любимейшего, особенного сына, упование еврейского народа, начало новой родословной линии, которая идет от Старого Завета в Христианский мир Нового.

Хотя эта история все еще воспринимается сегодня как образец веры человека в Бога, как пример монотеистической этики, не требующей жертвоприношения во имя Господа, она также может символизировать связь между отцами и сыновьями. После того, как Бог подверг испытанию любовь Авраама к Исааку, их воссоединение было глубоким и значительным⁴.

Прекрасная поэтическая фраза звучит неоднократно в древнем еврейском тексте, когда Бог призывает Авраама стать его духовным сыном, и тот отвечает: "Heneini - вот я". На другом уровне Авраам не просто отвечает Богу, он объявляет Исааку, его первому и единственному сыну, "Heneini - вот я!"; и, вероятно, сегодня, очень похожим образом многие отцы пытаются сказать своим сыновьям, что они здесь, готовы любить, утешать, защищать их.

Современная статистика говорит о том, чего отцы хотят. В масштабном социологическом опросе, проведенном недавно журналом Newsweek, 55% опрошенных мужчин говорили, что родительство более значимо для них, чем было для их отцов; и хотя 60% считают, что они справляются лучше, чем их отцы, 20% сказали, что их папы "были лучше". 70% сказали, что они проводят больше времени со своими детьми, чем их отцы проводили с ними; и 86% матерей, которые делят родительские обязанности со своими мужьями, оценили их родительский труд как "хороший" или "очень хороший".

Как указывают эти данные, современные отцы не просто хотят быть ближе своим сыновьям, они уже близки им. Отцы более уверены в эмоциональных связях и помогают женам формировать их. Мое исследование показывает, что больше, чем когда бы то ни было, современные отцы отказываются от старой позиции пассивного отцовства, уверенно обращаются к своим сыновьям и громко и ясно восклицают: "Heneini - вот я!" Это декларация генеративного отца, отца, который счастлив делить с сыном любовь и привязанность.

"Папин эффект" длиною в жизнь

Мальчик, чей папа был рядом с ним в младенчестве и раннем детстве, всю свою жизнь будет выигрывать от этой фундаментальной связи "отец-сын". Исследования показывают, что эмпатия отца и его вовлеченность в жизнь сына в раннем возрасте приносят плоды на протяжении всей жизни мальчика - особенно в трудные годы подростковости. Из работы Лесли Броуди из Бостонского университета мы знаем, например, что когда отцы принимают активное участие в жизни сыновей, мальчики становятся менее агрессивными, меньше стремятся конкурировать и лучше выражают уязвимые чувства и грусть. Исследование Броуди наводит на мысль, что у мальчиков деятельных, заботливых отцов просто нет нужды в том, чтобы при помощи агрессии привлекать внимание и любовь своих отцов. Оно также предполагает, что мальчики таких отцов наблюдают за тем, как их папы разрешают разные жизненные ситуации и таким образом учатся справляться с ними обдуманно и в приемлемой форме. Исследовательская группа Хардести из Государственного университета Морхед в Кентукки подтвердила эти данные историями мальчиков, за которыми наблюдали с семи до двадцати двух лет. У "внимательных и заботливых" отцов мальчики-подростки имели более

⁴ В центре истории об Аврааме и Исааке находится повеление Бога Аврааму принести Исаака, его единственного сына, в жертву. Бог велит Аврааму убить своего сына, чтобы доказать свою веру в нового Бога, В оригинальном еврейском варианте эта история называется "связывание" Исаака, имеется в виду то, что Исаак был привязан к жертвеннику до появления ангела, который послан Богом чтобы избавить отца от этой невыносимой потери и принести в жертву животное. (Прим. автора).

гибкие представления о поле и жизни. В проекте Университета Санта-Клары, мальчишки-первоклассники, чьи отцы принимали участие в уходе за малышами, показывали большую способность к эмпатии; а наблюдение за дошкольниками и их отцами в Алабаме, показало, что отцы, которые были вовлечены в уход за детьми, в итоге имели сыновей с более высокой самооценкой и низким процентом депрессий.

Глубокое и постоянное влияние отцов на эмоциональную жизнь сыновей также было продемонстрировано рядом лонгитюдных исследований - исследований, в которых наблюдение за одной и той же группой мальчиков и мужчин велось несколько десятков лет. В работе Роберта Сирза приводятся данные, что молодые мужчины, которые в возрасте двадцати трех лет лучше других умели разрешать конфликты, оказывались сыновьями отцов, которые активно участвовали в их воспитании в возрасте до пяти лет. Во взрослом возрасте, эта группа мальчиков "с хорошими отцами" также показала результаты активного отцовства в раннем возрасте, когда в 31 год снова оценивалась их способность к эмпатии, а по достижении ими 40 лет изучались их социальные связи и умение создавать близкие отношения.

Аналогично, исследование Глюка, впервые проведенное более 40 лет назад с 240 отцами и их сыновьями в Бостоне (и затем продолженное Джоном Снери в Гарварде) показал, что у отцов, которые "поддерживали социальное и эмоциональное развитие" своих сыновей в первые десять лет жизни, мальчики лучше учились в старших классах и в колледже; а когда заботливость отца длилась до подросткового возраста, это оказывало положительное влияние на будущие карьерные успехи сыновей. Действительно, невозможно отцам быть "слишком вовлеченными" в жизнь сыновей, за исключением тех случаев, когда время, проведенное вместе, тратится на очевидно "неправильные" занятия. Чем больше времени отцы проводят с мальчиками, тем лучше становятся мальчики.

Особый способ связи. Любовь через действие

Из-за того, что в прошлом относительно немногие мужчины росли с отцами, активно включенными в их ежедневное эмоциональное развитие, большинству из нас трудно представить, как положить начало близким отношениям с нашими собственными сыновьями. Многие отцы, с которыми я общался, страстно желали принимать участие в жизни сыновей, но не знали, с чего лучше начать. Они любили их, сопереживали им, но не чувствовали себя уверенно в том, как передать эти чувства.

Для отцов - и, как мы уже обсудили, это часто подходит и мамам тоже - часто самый эффективный способ - это просто включиться в занятия сына. Мальчик забивает гвоздь, моет очень грязную машину, печатает и сшивает главы просроченного реферата - чем бы они ни занимались, мальчикам нравится заниматься тем, что требует больших затрат энергии (будь то тяжелый физический труд или сложное задание), чувствуя помощь и поддержку отца. Как я обнаружил, отцы часто понимают, что они лучше включаются в эмоциональный мир мальчиков, просто присоединяясь к сыновьям, когда те заняты чем-то трудоемким, направленным на достижение цели, либо просто поддерживая их начинание. Из-за того, что наше общество фокусируется на типично женском вербальном способе формирования доверия - через проговаривание своих чувств другому - мы часто теряем из виду то, что выявляется во всех исследованиях: отцы показывают свою заботу о сыновьях через действие. Маленькие мальчики, например, любят те минуты близости и товарищества, когда они помогают папе поменять сестренке памперс, когда они идут во двор, чтобы погонять футбольный мячик, покупают вместе саксофон и т.д. Мальчикам постарше доставляет удовольствие выехать с отцом, например, в дальнюю поездку на мотоцикле, пойти в кино, или устроить в воскресенье сюрприз для всей семьи - приготовить полный бранч. Само занятие не имеет такого значения, как связь, которая устанавливается в процессе совместной деятельности. В то время как можно открыто обмениваться рассуждениями и эмоциями,

часто само по себе быть "в одно время в одном месте" и делать что-то вместе помогает отцу и сыну стать ближе друг другу.

Язык отцовской любви. Снова любовь через действие

Умение отца держаться рядом с сыном и быть участником ежедневных занятий мальчика особенно востребовано в штормовой период подростковой жизни. Исследование, в ходе которого велось наблюдение за жизнью мальчиков с 7-11 до 18-22 лет, показало, что чем больше у мальчика с отцом было совместной деятельности, тем более успешен он был в учебе, тем крепче была эмоциональная связь между ними; а чем крепче эмоциональная связь между отцом и сыном, тем ниже вероятность социальных проступков. Действительно, это исследование доказало, что когда дело касается академической и социальной успешности подростков, отцы более эффективны, чем матери, и мальчики из благополучных полных семей говорили о том, что от отцов они получают больше эмоциональной поддержки, чем от матерей.

И наоборот, когда Данджело и его коллеги из Университета Западного резервного района наблюдали за 80 мальчиками-подростками, они обнаружили, что мальчики, чьи отцы показывали наихудший самоконтроль - легко выходили из себя, часто действовали импульсивно - испытывали значительные сложности почти во всех сферах жизни. Эти мальчики плохо учились (или прогуливали школу), они плохо умели разрешать конфликты в социально приемлемой форме, им было трудно общаться со сверстниками. Также в этой группе отмечена склонность к возникновению проблем с наркотиками и алкоголем, неумение выстраивать близкие личные отношения, склонность к сексуальной неразборчивости.

Отцы создают для сыновей упругую поверхность, где они могут прыгать, игровое пространство с эластичными, но крепкими границами, надежное чувство любви, выраженное не только словами, но и поступками. Удерживаясь от того, чтобы воспитывать в сыновьях дисциплину строгостью, и от слишком бурной реакции на неизбежные провокации, которыми мальчики испытывают свою зарождающуюся мужественность, отцы тем самым они могут нейтрализовать строптивость своих сыновей и научить мальчиков (а зачастую и матерей) ориентированному на действие языку отцовской любви.

Смышленный и бойкий тринадцатилетний мальчик язвительно спорит с отцом; пятнадцатилетний препирается о времени возвращения домой, семнадцатилетний пронесется через дом с воплями о своей подружке и что-то бормочет себе под нос. Прежде чем у каждого из этих мальчиков откажут тормоза, папа перехватывает его и говорит: "Эй, приятель, пошли на двор, покидаем мяч в корзину". В каждой из этих ситуаций выходящей из-под контроля агрессии, внимательный и заботливый отец создаст "удерживающую обстановку". Он будет естественно поддерживать здравые ожидания и покажет свою любовь действием.

Мальчики и невербальная любовь

Кроме совместной деятельности с сыном, папа может передавать ему свою любовь, делая что-то для него, через невербальные жесты. Джером, сорокалетний афроамериканец и отец двух мальчиков, вспоминает о своем отце: "Мы никогда особенно не говорили... потому что мой отец никогда не был разговорчивым. Важно было то, что он делал. Я помню, когда я был маленьким, я иногда чувствовал себя настолько растерянным и беспомощным, что оставалось только уйти в свою комнату и плакать. Вскоре после этого я слышал стук в дверь, и я знал, что это папа".

- Что твой отец говорил, когда входил к тебе? - спросил я.

- Он не говорил ничего,- ответил Джером. - Не говоря ни слова, он просто сел рядом со мной на кровать и начал нежно гладить меня по спине. Это было сильное, успокаивающее чувство, как будто он знал, что именно я испытываю. Никому из нас не нужны были слова. Я не думаю, что мы могли бы говорить, на самом деле. Но я знал, что мой папа рядом со мной, что ему не все равно. Его уже нет, он умер от рака, когда мне было пятнадцать. И сейчас, когда я думаю о нем, я всегда вспоминаю те поглаживания по спине. Ему не нужно было говорить: "Я люблю тебя". Каким-то образом я просто всегда знал это.

Я был тронут историей Джерома и сказал ему, что я понимаю, почему это поглаживание по спине столь памятно ему. Он потом рассказал мне о том, как служил солдатом во Вьетнаме. Он был на передовой, и дозорные выходили на ночные задания, рыли окопы и лежали в них по двое или по трое, дожидаясь в засаде врага. Это время ожидания было настоящей пыткой, напряжение становилось невыносимым, а люди должны были молчать, чтобы не навлечь огонь противника. Поскольку Джером и его товарищи не могли говорить, все, что они могли сделать, чтобы поддержать друг друга и облегчить боль,- это хлопнуть друг друга по спине. Это воскрешало в Джероме память об ощущении отцовской любви и безопасности, которых он не испытывал уже долгие годы. Сегодня, когда у его собственных мальчиков выдаются тяжелые дни или возникает размолвка с подростком на почве влияния и контроля, он часто дожидается вечера, тихонько стучится к ним в дверь и спрашивает, не хотят ли они, чтобы он погладил их по спине. И они ни разу еще не ответили: "Нет".

Родительство в команде. Зачем отцу поддерживать мать

Папы также косвенно укрепляют свои отношения с сыновьями, поддерживая отношения мальчиков с матерью. Действительно, важный компонент эффективного отцовства - это способность непринужденно включаться в отношения сына с матерью и вовремя отстраняться от них. Это важное умение - знать, когда следует спокойно вмешаться и помочь и матери, и сыну, если, например, спор становится слишком горячим, и когда надо отойти в сторонку и дать им разобраться между собой; или в нужный момент - когда отец и сын уже поспорили - выйти из игры и дать маме шанс найти решение (один коллега однажды назвал это "командным родительством" по аналогии с командным реслингом).

Матери и отцы должны сдать свои тендерные крепости и прийти к обоюдно удобным договоренностям в воспитании сына. Одинаково необходимо, чтобы отцы были физически и эмоционально вовлечены в жизнь семьи и выделяли время для помощи своим женам и детям, и чтобы жены помогали мужьям учиться уходу за младенцем или общению с маленьким ребенком. Мужчинам надо признать, что женам есть чему научить их, когда дела касаются ухода за младенцем. В то же самое время, жены должны признать, что мужская роль в родительстве может быть достойным дополнением женской.

Как обсуждалось в предыдущей главе, матери и женщины играют центральную роль в адаптации маленьких мальчиков и подростков к маскулинности. Но один из ключевых моментов связи матери и сына - это понимание отцом, когда и как можно вмешиваться в отношения мальчика с матерью. В идеале, роль отца в воспитании сына-подростка - не подталкивать его поскорее "встать на ноги", стать независимым от матери. Наоборот, отцам нужно выстроить баланс: поддерживать растущее в мальчике чувство независимости, ощущение собственного Я и продолжающуюся необходимость контакта с обоими родителями, так как аспект "мы" - это также естественная и важная часть зрелой мужественности. Пока мальчик исследует границы автономии, он должен знать, что он всегда может вернуться назад к отцу и матери за любовью, поддержкой и близостью, чтобы сохранить связывающую их нить.

Что мешает отцовству

Начиная с раннего возраста, когда преждевременное разлучение с матерью приводит к кризису и одновременно дает шанс отцу и сыну, многие хорошие отцы - даже если они мечтают стать частью жизни своих маленьких сыновей - обнаруживают, что они не в состоянии быть теми наставниками-мужчинами, которые необходимы мальчикам. Эта сложность вызвана рядом факторов, некоторые из них внутренние (например, то, насколько мужчина уверен в своих способностях быть отцом), некоторые - внешние (насколько естественно мама принимает его отцовство). Некоторые из этих факторов преодолеваются легко, некоторые - сложнее.

Если у папы не было папы. "Голод по отцу"

Во-первых, многим отцам трудно включиться в родительство, потому что, будучи детьми, сами они были лишены отца, который искал бы такого рода близости. "Трудно быть отцом,- сказал мне Стивен, один из отцов, участвовавших в моем проекте,- потому что нередко наши собственные отцы были совсем не такими, какими мы бы хотели их видеть, и у нас было мало ролевых моделей".

Изучая мужскую сексуальность, социолог Шер Хайт обнаружил, что в его выборке из более 70 тысяч мужчин почти никто не смог сказать, что он близок с отцом. Аналогично, Джек Стернбэк, психолог из Массачусетса, недавно установил в неформальной беседе с 71 клиентом, что почти у четверти из них не было отца, еще у 40% были отцы, которые отсутствовали психологически или эмоционально, и 15% отцов вызывали у своих сыновей чувство страха и опасности. Эта статистика выглядит еще более ошеломляющей, если взглянуть на афроамериканцев. За период с 1970 по 1994 г.г. количество чернокожих детей, растущих в неполных семьях, почти удвоилось, и к 1994 г. 60% чернокожих детей жили в семье с одним родителем.

Детство без отца или с неэффективным отцом неизбежно оставляет след. В недавнем исследовании большинство мужчин-участников говорили, что они хотели бы "быть лучшими отцами", чем их собственные.

Эту неудовлетворенность, с которой жили поколения мужчин и о которой говорят отцы, психиатр Джим Херцог назвал "голодом по отцу". Но когда мужчины говорят, что они хотели бы быть лучшими отцами для своих сыновей, чем их собственные отцы по отношению к ним, я верю, что это не пустая риторика или попытка компенсировать свой собственный детский голод, а искреннее желание, исполнение которого порой сопряжено со сложностями.

Отсутствие отца можно связать с целым комплексом мальчишеских проблем: сниженной самооценкой, депрессией, преступностью, жестокостью, правонарушениями, организацией преступных группировок, академической неуспеваемостью и сложностями в эмоциональной сфере. Но также эта нехватка представляет мальчикам деформированную модель родительства - она учит их тому, что это допустимо - не иметь отца, который участвует в жизни семьи. Мальчика, выросшим с такой моделью, в будущем, когда они сами станут отцами, бывает трудно чувствовать себя уверенно в роли родителя, что не удивительно.

Таким мужчинам - мужчинам, чьи отцы не были рядом с ними - важно предпринять несколько шагов. Во-первых, этим папам надо проводить время с другими отцами. Это может быть совершенно неформальное общение с друзьями и другими семьями по соседству или можно присоединиться к клубу отцов при школе, церкви, синагоге или общественном центре. Точно так же, как многие женщины объединяются в группы поддержки в работе, родительстве и по другим поводам, многие отцы - особенно молодые отцы или отцы, чьи папы либо отсутствовали, либо "не были здесь" - извлекут много пользы из рассказанных

историй, идей и забот других отцов. В дополнение к этому, отцам надо стараться учиться у своих жен. Наблюдая за тем, как мама разрешает разные ситуации с мальчиком и "переводя" ее подход на "отцовский язык", отец часто обретает уверенность и знания, необходимые для того, чтобы справляться, когда настанет его очередь нести ответственности за сына. Наблюдение и учеба у мамы не только помогает папе стать увереннее, это еще и маме дарит порцию его любящего внимания и таким образом сближает маму и папу.

"Мать на страже"

Хотя мать и отец могут становиться ближе друг другу в родительстве, иногда они попадают в ловушку, которая разъединяет их и в итоге им труднее ощущать себя хорошими родителями. Некоторым отцам трудно принимать деятельное участие в заботе о своих сыновьях, если их жены занимают неосознанно позицию "вратаря". Как мы обсуждали в предыдущей главе, это случается, когда матери, из самых лучших побуждений, бессознательно делают свою связь с сыновьями настолько тесной, что для отца просто не остается сколько-нибудь значимого места - эмоциональные "ворота" уже закрыты. Это обычно проявляется в мелочах, как, например, когда мама передает ребенка отцу в неподходящий момент и говорит: "О, дорогой, не держи его так" или "Его не так надо качать". Часто отец, который и так чувствует свою неуместность, спешит отдать сына обратно жене и отойти. Его воображаемые или предполагаемые недостатки вызывают у него чувство стыда, и он избегает последующих контактов с сыном. В мире, где мужчины и женщины все чаще делят традиционные сферы влияния друг друга и часто вносят равный финансовый вклад, вполне объяснимо, что некоторые женщины стремятся, порой не отдавая себя в этом отчета, сохранить за собой контроль за исторически женской областью домашнего хозяйства и ежедневного родительства. Это может вызывать заметную напряженность и жертвенность, особенно у тех амбициозных женщин, которые и так жонглируют гириями "работа" и "дом". Но это может оказать и совершенно ненужное и прискорбное воздействие на отцов, особенно на тех, чьи отцы не были слишком заботливы: они будут чувствовать себя испуганными, неумелыми и нежеланными.

Способ избежать такой ситуации состоит из трех частей. Во-первых, очень важно маме уметь отделять те поручения, которые потребуют дополнительных инструкций, от тех, с которыми отец справится. Например, если ребенок находится на искусственном вскармливании, а не на естественном, папе надо показать, как разводить смесь в первый раз. Но если он уже освоил эту задачу и хорошо с ней справляется, вероятно, нет нужды инструктировать его снова, когда придет время кормить ребенка. Второй полезный шаг: мама и папа делятся всем, что они узнают о родительстве. Если двери коммуникации широко открыты и это "обучение" происходит на взаимной, позитивной, постоянной основе, оба родителя могут научиться новым подходам без того, чтобы думать, будто другой ведет себя покровительственно или излишне критично. Так, вместо того чтобы говорить: "Милый, ты убьешь его, если будешь так хлопать его по спинке",- более грамотный родитель может сказать это иначе: "Знаешь, милый, посмотри, какой удобный способ я нашла помогать ему срыгнуть. Это очень просто и отлично работает". Наконец, я считаю хорошей идеей, когда у каждого родителя есть свое время наедине с ребенком, чтобы каждый чувствовал себя увереннее в своей родительской роли. Так, если надо покормить малыша или успокоить, когда он плачет, иногда самое лучшее - это взять задачу на себя одному из родителей, в то время как второй дает ему возможность решить ее самому, без свидетелей. Когда у отца есть такой опыт как "сделай и научись сам", проблема "мать на страже" часто испаряется, поскольку отец и мать начинают доверять себе и друг другу.

Еще одна помеха полноценному отцовству. Роль "добытчика"

Подобно тому, как некоторые мамы неосознанно встают в позицию "вратаря", многие отцы вовлекаются в параллельный бессознательный процесс, начало которого приходится на время появления первенца и продолжается первые годы жизни малыша. Я называю это "отец-добытчик". Мое исследование показывает, что молодые отцы часто чувствуют, что быть хорошим родителем - это быть успешным "кормильцем", "отцом семейства", работать не покладая рук, чтобы заработать больше денег и достичь карьерных высот, чтобы обеспечить комфортабельный дом для своей жены и сына.

Но у этого стремления есть и обратная сторона. Как сказал мне один руководитель: "Я думаю, что на самом деле я порой сбегая на работу. Я знаю, как собрать команду и написать бизнес-план, но поменять памперс малышу или поговорить с сыном о его переживаниях? Его маме это так хорошо удается, а я чувствую себя тупицей".

Хотя подобное поведение на самом деле для многих отцов является частью инстинктивной программы, это определенно противоречит желаниям большинства женщин и определенно противоречит тому, чего хотел бы мальчик. Матери говорят, что больше всего в период раннего детства сыновей их расстраивает эмоциональная отстраненность отцов. И в моем опроснике для отцов, многие из них сожалели о том, что у них нет времени на общение с сыновьями. Все выглядит так, будто мужья жертвуют собой ради жен, а жены приносят жертвы ради них, причем эта взаимная жертвенность не отражает их подлинные желания и усиливает разобщенность.

Из этой затруднительной ситуации можно выйти двумя путями. Во-первых, отец и мать должны регулярно и открыто говорить о своем недовольстве друг другом. Если мать жалуется на эмоциональную отстраненность отца, когда они едут отвезти сына в колледж, - это уже слишком поздно. Если мама и папа регулярно следят за тем, насколько успешно их совместное родительство, говорят честно о том, как они могут разделить сферы ответственности в родительстве и о том, насколько хорошо (или плохо) обстоят дела, отцу будет значительно труднее заниматься исключительно "добыванием", так как любое его недовольство тем, как тяжело ему приходится работать, или любое ее недовольство, вызванное его отсутствием, будут известны.

Во-вторых, чрезвычайно важно, чтобы мать и отец вместе определились с тем, как именно они хотели бы работать, каковы их карьерные и финансовые цели, насколько для каждого из них важно проводить время с детьми и т.д. Часто оказывается, что оба родителя, например, готовы легко отказаться от расширения жилплощади или новой машины, если это означает, что они смогут провести больше времени с семьей. Но если нет таких разговоров о ценностях, каждый родитель может сформировать свое собственное, часто защищающее себя самого, мнение, вместо того, чтобы достичь взаимопонимания, основанного на общих цепях и стремлениях. Папа может круглосуточно работать, чтобы заработать на более просторный дом. Мама может продолжать смотреть на входную дверь каждый вечер в надежде, что папа придет домой пораньше и побудет с семьей (вместо того, чтобы думать о том, как заработать еще денег). Простым обсуждением того, что для них является более значимым, и определением того, к чему оба они стремятся, мать и отец смогут избежать трагедии, которая сопровождает схему "отец-добытчик".

Миф об отце-мачо

Кроме соблазна поддаться образу "отца-добытчика", для некоторых отцов препятствиями для участия в жизни своих сыновей могут служить те мифы о мальчиках, которые мы уже обсудили. Многие отцы боятся, что если они не будут следовать старому Мальчишескому кодексу и не будут строги со своими сыновьями, не будут с самого раннего возраста подталкивать их к независимости и решительности, то сыновья станут отверженными слюнтяями, а не "настоящими мальчиками", созданными для жизни в общем

потоке. Этот страх тесно связан с собственным опытом отца, его представлением о том, что это такое - быть мальчиком, сыном. Исследования ясно показывают, что многие мужчины чувствуют себя "ранеными", когда речь заходит о том, какими были их отцы. Это могут быть болезненные воспоминания, и большинство мужчин приходит к тому, что прежде чем они смогут работать над тем, чтобы стать "отцами нового типа", им надо осмыслить эти воспоминания.

В то время как некоторую часть этой эмоциональной работы лучше проделать под руководством квалифицированного психотерапевта или в группе поддержки отцов, отцы также часто могут сбросить смирительную рубашку пола всего лишь осознанным решением сражаться с ней. Вот, например, история Билла Сэндберга, которому удалось смело посмотреть в глаза своим внутренним "демонам", найти способ победить их и тем самым помочь одновременно и своему сыну, и себе самому избежать навязанных обществом жестких идей о мальчиках и маскулинности, а в процессе стать ближе как отец и сын.

Отец Билла был алкоголиком. Когда он напивался, он обычно становился тих и неприметен, и забывал про Билла. Несколько раз - редко, насколько Билл помнит, - его отец набрасывался на него с дикими криками, и раз или два ударил его веслом от каноэ. В дружеской беседе Билл рассказал, как он до сих пор помнит до мелочей, как однажды, когда ему было шестнадцать лет, он спросил родителей, можно ли ему пойти на курсы керамики в местном досуговом центре вместо секции футбола, которую он посещал каждую осень. Его отец, вероятно, беспокоясь о том, что могут подумать люди, не только запретил Биллу пойти на эти курсы, но как-то, напившись, начал донимать Билла вопросами о том, почему его интересует керамика и не думает ли Билл, что он может быть голубым. Билл защищался тем, что старался игнорировать порожденные мифами (и отчасти вызванные алкоголем) вопросы отца и тем, что забыл о лепке и сосредоточился на футболе.

Но сейчас, будучи гордым отцом четырнадцатилетнего Алекса, Билл признался, как тяжело ему было смириться с новым интересом его сына - живописью и скульптурой. Билл признал, что воспоминания об отце ожили и что он начал беспокоиться, по иронии судьбы, что, вероятно, Алекса ждут полные позора годы вместо полноценной "мальчиковой" юности. Билл также признал, что он чувствовал горькую зависть к Алексу, потому что его сын казался таким счастливым и беззаботным, когда занимался той творческой "ручной" работой, которую однажды запретили Биллу. Из-за своего раздражения Билл старался, как ни больно об этом думать, держаться подальше от своего сына.

"Как бы я на самом деле ни желал быть рядом с Алексом, в тот момент я чувствовал, что между нами выросла непреодолимая стена. Я знаю, что ему надо позволить делать то, что он хочет, но мне хочется накричать на него, когда он приносит домой свои скульптуры или картины. Кажется, будто ему все так легко достается, и порой я слышу слова моего отца и думаю: может быть, если я буду бездействовать, Алекс станет женоподобным. И я чувствую себя лицемером. Я знаю, что я должен любить своего сына, кем бы он ни был".

Соль этой истории заключается в том решении, которое Билл нашел для себя и для Алекса. Заручившись моей дружеской поддержкой и любовью и одобрением жены, Билл решил купить гончарный круг, печь для обжига и записаться на курсы по керамике для начинающих. Он также решил привлечь Алекса к своей учебе, чтобы Алекс мог днем после школы проводить сколько угодно времени в его гончарной мастерской, работая на круге. Долгое время отец и сын проводили чуть ли не каждый вечер в их домашнем "гончарном подвале", работая вместе. Теперь Билл не только подлечил раны, нанесенные ему в детстве его отцом, но и получил возможность заслуженно гордиться тем, как он смог преодолеть свои собственные иррациональные чувства к Алексу. А главное, он и его сын нашли хобби, в котором они оба преуспели и которым с удовольствием занимаются вместе.

Рыночная ошибка

Разумеется, не только внутренние переживания удерживают отца от эмоциональной близости с сыном. Традиционные представления общества о мужчинах и то, как организована во многих случаях их работа, часто не позволяют мужчинам найти достаточно времени и энергии, чтобы побыть с сыновьями. Несмотря на самые благие намерения, общество порой мешает отцам непосредственно участвовать в воспитании детей. Семейные программы преимущественно нацелены на женщин, и когда возможность предпочесть семью работе предоставляется мужчине, они часто не решаются из-за страха (основанного на реальном опыте), что этот выбор в пользу семейных радостей помешает их продвижению по карьерной лестнице.

Когда десять лет назад родилась моя дочь Сара, я работал в одном из достаточно лояльных заведений - учебной больнице при Гарвардской медицинской школе, где в то время не существовало "отцовского отпуска по уходу за ребенком", да и фактически, никаких программ для молодых отцов. Я помню, какое облегчение я испытал, когда коллеги в клинике по секрету сообщили мне, что я могу взять больничный, чтобы присутствовать при рождении моего дочери и быть рядом в первые месяцы ее жизни.

Действительно, одно недавнее исследование показало, что имеющие степень MBA мужчины, которые работают всего на два часа в неделю меньше, чтобы помочь растить своего ребенка, оказываются на карьерной лестнице на 20 позиций ниже, чем те мужчины, которые приносят своих сыновей в жертву работе. Такая социально детерминированная система удерживает мужчин от участия в семейных делах, и должна быть изменена, если в следующем поколении мы хотим видеть здоровых, любящих мужчин.

Другие внешние ситуационные факторы также могут разделить отца и сына. Когда модель семьи менее традиционная - например, когда мама и папа в разводе, и отец живет далеко, удовлетворить жажду контакта между отцом и сыном становится, несомненно, еще труднее. По предположительным подсчетам, из детей, рожденных в период бэби-бума, 59% сыновей будут жить без отцов как минимум часть своего детства. В 1990 г. более 36% детей жили отдельно от своих отцов, и среди этих отцов, которые не наблюдали за своими детьми, большинство начало терять связь с сыновьями в первые три года после отъезда из дома, порой уезжая навсегда. По данным переписи населения, в 1994 г. более 16 миллионов детей жили только с матерью, и 40% этих детей не видели отцов как минимум год. Даже в традиционных, полных семьях и отцы, и сыновья жаловались на то, что им не хватает совместно проведенного времени.

Но как бы ни ошеломляли нас печальные выводы из этой статистики, есть и хорошие новости. Например, если ранее исследования показывали, что большинство отцов проводит значительно меньше времени со своими маленькими сыновьями, чем матери, сейчас намечается изменение тенденции: участие отцов в делах семьи увеличилось более чем на 20 процентов за последние 10 лет. Сейчас отцы проводят приблизительно 30 процентов своего времени (при 70% материнского) в общесемейных занятиях. И если, анализируя статистические данные, мы вычтем из общего времени матерей то время, которое они тратят на домашние дела, лишь косвенно связанные с уходом за ребенком, такие как стирка детской одежды или покупки, получится, что участие отца в жизни детей пропорционально окажется еще больше.

Еще важнее то, что все больше и больше отцов - даже если их время вне работы очень ограничено - предпринимают решительные шаги навстречу близким отношениям и эмоциональной связи со своими сыновьями, используя все имеющееся у них время. Мое исследование показывает, что поскольку отцам по-прежнему непросто добиться баланса между работой и родительством, все большее значение приобретает не количество времени, которое они могут провести с детьми, а качество этого времени. Например, многие отцы, увлеченные и довольные своей работой - то, что я называю "удовлетворенные работой отцы" - могли непосредственно и положительно повлиять на самооценку и эмоциональную устойчивость сыновей. Один молодой адвокат в моем проекте, чрезвычайно загруженный и стремящийся стать партнером, всегда оставлял незанятым время для ужина со своим сыном в

среду вечером и для завтрака в воскресенье утром. Это было особое время, священное, как религиозный ритуал, и никогда не нарушаемое, кроме экстренных случаев или болезни. Хотя нет сомнений, что для них обоих проводить больше времени вместе было бы еще лучше, и отец и сын чувствовали свою особую связь во время этих ужинов на двоих дважды в неделю. Благодаря тому, что такие "удовлетворенные работой отцы" проводят время со своими сыновьями качественно, они способны оказать огромное влияние на благополучие сыновей, несмотря на то, что много времени проводят не с ними.

Папа дома. Когда папа - номер один

Еще одна любопытная современная тенденция - это рост количества отцов, которые не только являются активными игроками семейной команды, но становятся "основными" родителями. Кайл Пруэтт, детский психиатр из Йеля, более 10 лет изучал таких отцов-"основных" родителей и их семьи. Это ситуация, когда отец остается дома, а мать идет на работу. Его находки были ошеломительны: наблюдая за этими активными отцами, он обнаружил, как один мужчина, отец, оказывает формирующее эмоциональное воздействие на другого - своего сына. Во-первых, он заметил, что даже в большей степени, чем "традиционные" отцы, эти домашние папы использовали игру как средство преподать моральные уроки, внушать уважение, учить справляться с эмоциями и чувством утраты. Он обнаружил, что мальчики, которые получили большую дозу любящего отца, рано сами входили в роль заботящегося и демонстрировали заботливое поведение по отношению к друзьям и братьям с сестрами.

У этих мальчиков, установил Пруэтт, был иной тип дисциплины. Один мальчик в его проекте рассказал: "Когда я обижаю младшего брата или не слушаю маму, она говорит: "И как ты думаешь, я себя после этого чувствую?". Иными словами, мама мальчика акцентировала внимание на том, как его поведение влияет на нее. Фокус ее вопроса - то, как плохо она себя чувствует, если мальчик продолжает дразнить брата или не хочет ее слушать. Формулируя вопрос таким образом, она заставляла сына думать о том, как он повлияет на ее состояние, если будет и дальше плохо себя вести. Отец мальчика, наоборот, фокусировался на том, как последствия поведения мальчика здесь и сейчас отразятся на других. Мальчик объясняет: "Папа говорит, чтобы я остановился, потому что это выглядит, как будто я не люблю своего брата или не думаю о маминых чувствах... Иногда папа просто говорит: "Нет",- в то время как мама ударяется в эмоции". В отличие от жены, которая связывает поведение мальчика со своими собственными эмоциями и своим вопросом заставляла мальчика пересмотреть свою мотивацию, папа в проекте Пруэтта демонстрирует то, что кажется практичным, действенным способом воздействия на мальчика. Несколько слов отца - и мальчик начинает осознавать, что именно надо изменить в его "реальном" мире.

Эти мальчики с "дополнительной порцией" папиного участия спокойней относятся к распределению тендерных ролей, они не так боятся отклониться от общепринятых правил мужественности, сохраняя при этом уверенность в себе. По всей видимости, из-за того, что отцы постоянно присутствовали в их жизни, они чувствовали себя более уверенно как мальчики и поэтому могли освободиться от смиренной рубашки пола. Когда мальчики из семей, которые исследовал Пруэтт, пошли в детский сад, им было одинаково комфортно играть вместе с девочками в куклы или строить башни из кубиков с мальчиками. Когда они подросли, они умели дружить с девочками, не исключая их из игр "только для мальчиков". Один мальчик сказал: "Мне нравится слушать, как мальчики и девочки по-разному говорят об одном и том же... Это просто круто!"

Их впечатляющая зрелость и гибкость в отношении половых вопросов, не затуманила у этих мальчиков ясное чувство собственной идентичности. "Как группа,- пишет Пруэтт,- они по большей части остаются в контакте с самими собой. У них есть уверенность в том, что их примут такими, какие они есть". Таким образом, опровергая мифы о мальчиках и мужчинах -

особенно миф, что длительное совместное пребывание представителей мужского пола создает опасный очаг агрессии - мальчики, у которых папа был "главным" родителем, могут на самом деле быть более спокойными, гибкими, эмпатичными, чем мальчики, у которых не было такой дополнительной "дозы" папы.

Активный отец - счастливый сын. Двойное преимущество отцовства

Есть две хорошие новости. Во-первых, активные, любящие отцы могут оказать устойчивое позитивное влияние на развитие сыновей, и отцы в качестве "основного" родителя могут вырастить в высшей степени уравновешенных, уверенных мальчиков. Во-вторых, эти любящие мужчины сами получают большую пользу от своих родительских усилий. Точно так же, как заботливое, генеративное отцовство создает мощную альтернативу той ограниченности любви и поддержки, с которой мальчики сталкиваются в эмоциональной жизни за пределами дома, исследование показывает, что стать таким отцом означает получить положительный отклик для самого себя. В нашем проекте отцы, которые могли уделить хотя бы немного такой заботы, времени и любви, какую они хотели бы получить от своих собственных отцов, но часто не получали, получили огромную эмоциональную подпитку для своей собственной самооценки. Они передавали что-то следующему поколению мальчиков - передавали наследство - и одновременно исцеляли что-то в своем собственном прошлом. Это был второй шанс получить мужскую любовь и заботу.

Один отец описал это так: "Отцовство помогло мне уйти от эгоцентризма. Я чувствую внутреннюю полноту".

Другой отец, который получал очень мало любви от своего собственного папы, рассказывает: "Проснуться ночью, чтобы поменять памперс сыну,- я от этого чувствую себя героем".

И третий отец, чей отец-трудоголик "никогда не бывал дома в то время, когда я не спал" - сказал, что после того, как он решил работать три четверти времени, он "почувствовал, будто какая-то пустота внутри заполнилась моим сыном. Хотя бы мой ребенок узнает своего отца!"

Мои исследования показывают, что, серьезно относясь к эмоциональному развитию сыновей, активные отцы не только удовлетворяют свои собственные потребности, делают то, что они хотели бы получить от своих отцов, но и укрепляют отношения со своими женами, разделяя труд, который слишком долго считался женским, учатся ценить этот труд и тем самым развивают свою собственную мужественность. Жены видят их более расслабленными и нежными, а сыновья обретают положительный опыт наблюдения за отцом - взрослым мужчиной, который получает удовольствие от того, что общество называет "женской" работой. И в тех семьях, где папа бывает дома и включается в общие занятия, в целом больше игр и объятий.

Но я думаю, что не имеет значения, насколько весомыми были научные изыскания, не имеет значения, насколько значительным является влияние на психологическое развитие сына, сам по себе факт появления нового типа отца - нежного, веселого, общительного, в конечном счете обусловлен отцовской "генеративностью" - чисто психологической тягой, которую испытывают отцы к своим сыновьям. Так природа помогает отцам испытать "эгоистичное счастье" быть заботливым отцом, реализуя свои природные умения любить и поддерживать и передавать это богатство следующим поколениям мужчин.

Сочетание двух этих отцовских движущих сил - мощной потребности любить и желания щедро дарить эту любовь - дает прекрасные результаты. Обогащающая помощь отца не только помогает мальчикам развиваться интеллектуально и повышает их шансы на будущие академические и профессиональные успехи, и не только дает второй шанс взрослым мужчинам снять с себя смирительную рубашку пола, но это любящее отцовство - такой "мужской успех" - сказывается в жизни мужчины еще в одном важном аспекте. Мое

исследование показывает, что любящие отцы - особенно те, кто умеет сбалансировать потребность сыновей в автономии (позволить мальчикам бушевать, показывать агрессию, самостоятельно решать какие-то задачи) и их потребность в участии отца (участвовать в играх мальчика, вмешиваться, когда мальчики становятся слишком буйными или нарушают семейные правила, поощрять связь мальчика с другими членами семьи) - это также отцы, которые наиболее успешны в работе. Иными, словами, успех дома с мальчиками коррелирует с профессиональным успехом.

Это, разумеется, совершенно логично, так как "новая" работа - как и "новая" семья с двумя родителями, как известно, требует все меньше иерархических и все больше дипломатических, межличностных подходов. Человек в наше время преуспевает, если он способен к эмпатии и поддерживает коллег и подчиненных, а в качестве лидера способен подчинить собственные интересы интересам команды, и именно эти качества развиваются у заботливых отцов. Я как-то пошутил, что генеративные отцы - это, может быть, лучшие руководители, которые будут работать в следующем столетии, и что, вероятно, отцам надо бы брать рекомендательные письма от своих сыновей. Профессор Снери, интерпретируя длительное исследование Глюка, пришел к похожим выводам: "Принимая активное участие в воспитании своих сыновей, эти мужчины - являются лучшими менеджерами, торговыми управляющими, учителями, заботящимися о следующем поколении. Это работает на жизнь общества и на сохранение ценности отдельной семьи". В дополнение, у этих генеративных отцов из проекта Глюка были очень стабильные семьи, и они были более счастливы в среднем возрасте. Успешно пережив период "бури и натиска" в подростковые годы своих сыновей, оставаясь связанными со своими тинейджерами, несмотря на их подростковые бунты и стремление оттолкнуть отца от себя, эти отцы успешнее поднимались по карьерной лестнице, равно как и получали удовлетворение от постоянной роли наставника и общественного лидера. Действительно, в масштабном исследовании Барнетта и Маршалла из колледжа Уэллсли, в котором изучались пары, где оба родителя работают, хорошие отношения отцов и сыновей были еще и признаком хорошего физического здоровья.

Это, по всей видимости, система с хорошей окупаемостью, двустороннее движение. Когда отцы с самого начала вкладываются в заботу о своих сыновьях, и продолжают делать это в подростковом возрасте и вплоть до зрелости, не только сыновья выигрывают интеллектуально и эмоционально, но и они, как отцы, повышают свою самооценку, наслаждаются вторым шансом оказаться в паре отец-сын, получают большее удовлетворение в семейной жизни и добиваются большего личностного и профессионального успеха.

Отцы-пионеры

Мужчины с любимыми жизненными историями, из всех социальных классов, с разным прошлым, представители всех рас и религий стремятся стать генеративными, включенными в жизнь семьи, "новыми" отцами. Например, Джеффри Сейлер ушел с поста президента "Американ Экспресс" в возрасте 49 лет, чтобы проводить время со своими детьми. Отец четверых детей, он оставил одну из самых престижных должностей в США, чтобы стать в большей степени отцом. Когда мистер Сейлер давал интервью шесть месяцев спустя, он по-прежнему много работал в качестве консультанта, но мог находиться дома "на 60 процентов больше времени", чаще ужинал с детьми, встречался с их учителями и чувствовал себя "гораздо более вовлеченным в их жизнь".

И это никогда не поздно сделать. Глен Мак-Клауд, управляющий одного канадского банка, чувствовал, что он слишком много проводил времени вдали от сыновей, пока они были маленькими. Поэтому однажды он решил, что каждую неделю он будет устраивать себе выходной, чтобы побыть со своими мальчиками, уже подростками. Он даже стал вожатым в их команде бой-скаутов. В течение последующих лет, Мак-Клауд увидел, как окрепли его отношения с сыновьями и почувствовал себя лучше как отец и как мужчина.

Бывший министр труда США Роберт Рейх, покидая свой высокий пост ради того, чтобы стать более активным отцом, так сформулировал свои приоритеты: "У меня будет масса возможностей, чтобы на 200 процентов посвятить себя другой работе. Но у меня никогда не будет другой возможности быть отцом двенадцатилетнего и пятнадцатилетнего ребенка".

Питер Линч, успешный менеджер фонда взаимных инвестиций компании "Файделити", объяснил, что, хотя он шокировал бизнес-сообщество своей отставкой, он получил "сотни и сотни" писем от других мужчин, которые поддержали его решение. И его решение тоже было исключительно личным: "в свой сорок шестой день рождения я вспомнил, что мой отец умер, когда ему было сорок шесть". Он вспомнил старую мудрость, ставшую знаменитой недавно благодаря сенатору Полу Цонгасу: "Нет ни одного человека, который сказал бы на смертном одре: "Я сожалею, что не проводил больше времени в офисе!" Эта перемена в жизни Питера Линча также выпустила наружу его собственный голод по отцу, который стал для него мотиватором нового отцовства. Его отец умер, когда Линчу было всего десять лет. "У меня очень расплывчатые воспоминания о нем. Он всегда был очень занятым человеком, профессором математики... потом старшим аудитором... Я ничего не делал со своим отцом. Мы никогда не ходили в поход и не забирались в горы вместе. Я помню, как встречал его с поезда иногда и мы шли вместе... Может быть, я так много фотографирую, потому что у меня даже нет ни одной фотографии, где он с семьей".

Черльз Мак-Даффи, разведенный афроамериканец, который отдалился от своей жены и потерял контакт со своим собственным сыном, каждый год ходит на демонстрацию "отец и сын", приуроченную к Дню отца в Роксби, Массачусетс. Он объясняет: "Я решил пойти... потому что я хочу снова стать отцом своему сыну, но не могу этого сделать. Я думаю, что я должен помогать детям других людей, насколько я могу, потому что кто-то, может быть, помогает моему". Восемнадцатилетний Уэсли Брэйсвейт идет рядом с ним, чтобы показать, что молодые афроамериканцы хотят чувствовать себя связанными со своими отцами и с обществом: "Я представляю мой район... криминальный... Я хочу, чтобы люди видели, что в наших руках нет оружия".

У Куртиса Джонса в руке сэндвич. Он пришел на ежегодный "Папин ланч" в школу, где учится в начальных классах его сын, и говорит: "Отцам следует принимать больше участия в образовании детей. Это время, когда наши сыновья... смотрят на своих отцов как на героев, так, как они смотрят на известных спортсменов". Совладелец небольшой санитарной фирмы, он организовал свою работу так, чтобы приходить в школу и читать детям. Директор школы, женщина, говорит о значимости мужского присутствия: "Мы хотим, чтобы мужчины знали, какую важную роль они играют в жизни своих детей и как важно, чтобы мужская ролевая модель присутствовала в раннем обучении ребенка".

Как стать "хорошо контактирующим отцом". Что может сделать отец?

У многих отцов этот новый тип генеративного, заботливого отцовства все еще вызывает растерянность. Часто на моих проектах или мастер-классах для отцов и сыновей, папы подходят ко мне и задают массу вопросов: как восстановить контакт с сыновьями, как показывать свою любовь, что делать с дисциплиной, как учить, как заботиться? И хотя невозможно коснуться всех этих вопросов в книге, дать персональные ответы всем отцам, которые в этом нуждаются, я постараюсь осветить некоторые важные области, выделенные после бесед с мальчиками и их отцами, а также мамами, братьями, сестрами, учителями и другими экспертами.

Оставайтесь на связи - по любому поводу

Мое исследование и клиническая практика сходятся в одном центральном пункте: заботьтесь и сохраняйте привязанность. Я снова повторю: мальчикам никогда не повредит слишком много любви! Любовь и привязанность, которую вы испытываете, будет изменяться по мере того, как ваш ребенок из малыша превратится в подростка, и может отличаться от любви и привязанности значимых для вашего сына женщин, но ваше постоянство принципиально. Не бойтесь нехватки опыта или разрыва с матерью вашего сына. Природное стремление, которое у вас есть, плюс то, чему вы научитесь у других заботливых родителей или на курсах для отцов, помогут вам.

Даже мельчайшие знаки любви и привязанности творят чудеса. Даже если вы очень заняты карьерой или другими обязательствами, постарайтесь выделять каждый день хотя бы несколько минут для того, чтобы побыть с сыном и дать ему знать, что вы любите его и заботитесь о нем. Если вы не можете появиться лично, скажите это по телефону. Как ни банально это может прозвучать, даже крошка любви принесет плоды. Провести совсем немного времени с сыном каждый день гораздо лучше, чем бросить все попытки и вообще не бывать с ним вместе.

Потерявшийся отец или потерянный отец? Воссоединение после сепарации

Одиноким отцы особенно рискуют потерять контакт с сыновьями, но сделайте все возможное, чтобы это не произошло с вами. За одним исключением (насилие в отношениях), отцы всегда необходимы своим сыновьям! Многие мужчины, у которых сложились сложные или отстраненные отношения с их бывшими женами, делились со мной болью, которую они испытывают из-за разлуки со своими сыновьями, но их разными способами убедили, что "так лучше для всех". Это редко оказывается правдой. Вы и ваш сын мечтаете об этом контакте всем своим сердцем - и для вас обоих важно не отрицать это.

Марк Брайан из Гарвардского отдела образования, выразительно говорит о "блудном отце": 50 процентов разведенных отцов видят своих детей раз в год и 30 процентов делают это еще реже или никогда. По словам Брайана, дети этих отцов, даже почти взрослые мальчики, мечтают снова обнять своих пап. Он цитирует одного из своих респондентов: "Если бы только этот старый сукин сын извинился и сказал, что он любит меня, я бы простил его за все".

В действительности, я считаю, что большинство из тех, кого мы называем потерявшимися отцами - это на самом деле потерянные отцы, находящиеся в депрессии и сбившие с пути разлукой с их мальчиками. Многие из них хотели бы найти естественный и простой способ вернуться. Если бы они смогли воссоединиться со своими сыновьями, они бы лучше почувствовали себя, психическое и эмоциональное состояние их сыновей улучшилось бы, и, в конечном счете, они бы смогли изменить мир для "настоящих мальчиков" и для всех тех, кто любит их.

Поэтому, если вы временно разлучены со своим сыном, сделайте все возможное, чтобы найти новый способ связи с ним и работайте над тем, чтобы поддерживать связь. Это, разумеется, непросто, но если вы уясните для себя важность отношений с сыном и подойдете творчески к тому, как их сохранить, вероятность успеха, по меньшей мере, через какое-то время, велика.

Посмотрите, например, на Патрика Линна, отца трех мальчиков, жена которого, Дебора, ушла от него к другому мужчине по имени Арт. После того, как супруги разъехались и развелись, Патрик впал в депрессию. Он все еще любил свою бывшую жену, но знал, что эти отношения лучше было разорвать, и хотя он очень надеялся на то, что получит единоличную опеку над мальчиками, в особенности из-за того, что это не он был инициатором разрыва с Деборой, удалось добиться только совместной опеки.

Поначалу три мальчика курсировали между домом Патрика и домом Арта, где теперь жила Дебора. Поскольку Арт жил в том же городе, мальчики могли проводить несколько

ночей у Деборы и Арта, и несколько - у Патрика. Но через полгода Дебора и Арт переехали в город в нескольких милях отсюда, и мальчики переехали к ним, потому что школы там были, пожалуй, лучше, чем там, где жил Патрик. Патрик, как было оговорено, мог приезжать к мальчикам через выходные.

Эта договоренность прекрасно выполнялась поначалу, но со временем Патрика стали терзать обиды. Он чувствовал, как увеличивается эмоциональная дистанция между ним и его сыновьями, и решил, что Дебора и Арт ничего не делают, чтобы у мальчиков улучшалось мнение об их отце. Когда они встречались в выходные, Патрику казалось, что они больше не любят его. Они были тихими, отстраненными, скучными. Несколько месяцев таких визитов - и Патрик стал чувствовать себя еще более несчастным. Он не только перестал ездить к ним, но и перестал регулярно посылать деньги на содержание детей.

Когда Патрик пришел ко мне за помощью, он рассказал о своем главном страхе: "Я не в силах больше видеть моих мальчиков. Они ведут себя так, как будто не любят меня. Это слишком больно, и я этого не заслужил".

У Патрика была серьезная депрессия, и понадобилось несколько месяцев терапии, прежде чем он смог смириться с переездом мальчиков. Как только Патрик принял эту перемену, пришло новое решение, новое сильное желание углубить свои отношения с каждым из мальчиков. Патрик понял, что недостаточно видеть мальчиков только по выходным, что это только приводит к тому, что они и он чувствуют отстраненность и разобщенность. И хотя ему было трудно уехать из дома, где он, Дебора и их дети жили все вместе, Патрик пришит смелое решение снять квартиру в том городе, где жили Дебора и Арт. Патрик начал проводить каждый свободный вечер с мальчиками и забирал их к себе на выходные.

Когда прошла депрессия, Патрику понравилась его новая жизнь. "Как бы ни было трудно пережить все эти перемены,- сказал он мне,- я на самом деле чувствую себя сейчас ближе к своим сыновьям, чем раньше. Когда мы были вместе, у нас с Деборой было столько разногласий по поводу воспитания, что трудно было спокойно посидеть с мальчиками. Сейчас, когда я вижу их чаще и без свидетелей, мы с мальчиками отлично ладим. Я безумно их люблю, и сейчас я чувствую, что и они меня любят".

Будьте с мамой

Помимо поддержания своей собственной связи с мальчиками, важно, чтобы отцы поощряли близкие отношения сыновей с матерями. Отец, ценящий ту любовь, которую мать дарит сыну, и который не стыдит мальчика, принимающего эту любовь, помогает нейтрализовать или смягчить травмирующее давление социума, настаивающего на преждевременной сепарации. Уважая и поддерживая отношения мальчика и мамы, отец учит сына тому, как важно мужчине уважать девочек и женщин.

Быть с мамой не означает всего лишь, что надо быть на ее стороне, когда она наказывает или ругает сына. Наоборот, в идеале отец использует любую возможность, чтобы поддержать отношения мамы и сына. Например, если вы боитесь, что пятимесячный мальчик начнет скучать по маме и плакать, вместо того, чтобы дразнить мальчика его страхом, скажите ему, что мама рядом, принесите его к ней, если ему нужна ее любовь и внимание. Если ваш трехлетка нарисовал картинку для мамы, скажите, что вам нравится картинка и как здорово, что он приготовил для мамы подарок. Если вы пришли однажды домой и застали своего двенадцатилетнего сына плачущим на плече у мамы, не говорите ничего, что вызовет у мальчика чувство стыда. Спросите, что вы можете сделать для него, чтобы помочь, и если он предпочтет мамину помощь, согласитесь с ним, что это хорошее решение, что его отношения с мамой ценны и важны, что это настоящее везение быть рядом с ней в трудный момент. Своим любящим одобрением и поддержкой его желания быть рядом с матерью, вы учите сына тому, что его отношения с мамой ценны, что в ваших глазах это не делает его

менее сильным или мужественным, и что это ничего не изменит в его отношениях с вами.

Цените сына, а не то, что он делает

Насколько это возможно, старайтесь ценить сыновей просто за то, что они есть, а не за то, что они делают. Это означает, что вместо того, чтобы любить сына за какое-то качество или умение, которым вы хотите, чтобы он обладал, в идеале вы будете любить его за качества и умения, которые у него уже есть, которые ему присущи от природы.

Для любого ребенка разочарование родителей невыносимо болезненно, а для большинства мальчиков разочаровать отца - особенно разрушительное чувство. Когда вы как отец формируете жесткие ожидания, каким мальчик должен быть, что считается "хорошим" или "мужественным", ему очень легко оказаться в положении "я постоянно его разочаровываю". И наоборот, если вы ясно дадите понять, что вы всегда будете любить его просто за то, что он есть, и что не существует единого определения "хорошего" или "мужественного", вы избавите его от мучительного чувства, будто бы он постоянно не оправдывает ваших ожиданий.

Приняв за основу этот подход, отцы могут сломить силу Мальчишеского кодекса. Так, вместо того, чтобы раскручивать "чертово колесо" стереотипов, которые подстрекают мальчиков демонстрировать бесконечную агрессивность и конкуренцию, вы можете вывести свои собственные правила сотрудничества, партнерства и дружбы. Вместо того чтобы огорчаться, что ваш сын недостаточно сообразительный, недостаточно спортивный, недостаточно настойчивый, сфокусируйтесь на тех качествах, которые делают вашего мальчика особенным - его талант пошутить вовремя, скорость реакции, когда надо помочь другим, его обворожительная улыбка, все что угодно - и подчеркивайте их. Как первая и, вероятно, самая важная мужская ролевая модель мальчика, чем больше безусловной любви и одобрения вы подарите своему сыну и чем больше вы будете убеждать его, что он, действительно, на сто процентов мужественный, "настоящий мальчик", тем лучше он будет себя чувствовать, тем более уверенно он будет вести себя в жизненных испытаниях, тем ближе вы с ним будете друг другу.

Найдите свой собственный стиль

Не стесняйтесь искать собственный стиль игры, обучения, ухода за сыном. Как показывает исследование, ваш персональный стиль - то, что вы делаете иначе, нежели ваша жена - особенно ценно для мальчика. Это отличная идея - перенимать родительские приемы у мамы мальчика или у друзей, в знакомых семьях, но тот стиль общения с сыном, который у вас появится, - это ваше собственное изобретение, и он вовсе не должен совпадать с чьим-то еще.

Если вам нравится проводить с сыном время за спокойной беседой - просто наслаждайтесь этими особыми разговорами отца с сыном. Если язык "действенной эмпатии" - использование действия для установления эмоционального контакта - лучше работает в вашем случае, значит, используйте этот подход. Как прояснило исследование, о котором я рассказывал, самое главное - просто делать что-то, что-то позитивное, вместе со своим сыном. В идеале, постарайтесь найти занятия, которые нравятся вам обоим. Если же ему нравятся контактные виды спорта, а вы предпочитаете спокойные вроде гольфа или боулинга, найдите компромиссный вариант, такой как теннис, в котором вы оба будете чувствовать себя комфортно. Если ему нравится искусство, а вы бы предпочли спорт или рыбалку, выберите компромиссное занятие - сходить в кино или встать рано в воскресное утро, чтобы понаблюдать за птицами - которое вы оба найдете веселым и интересным. Вам "засчитывается" не само действие, а то, что вы рядом с сыном, что вы предлагаете ему свою

дружбу, утоляете жажду контакта, которую испытывает большинство отцов и сыновей.

Не будьте "плохим полицейским"

Избегайте роли "строгого" или "плохого полицейского"; вместо этого сотрудничайте со своей женой в вопросах дисциплины. Установив вместе с ней четкие правила и границы, вы избежите предательской ситуации, когда наказание всегда исходит от одного родителя, который всегда находится в позиции принуждающего, ограничивающего чувство личной свободы мальчика. Если дисциплинарную сферу вы разделите со своим партнером, вы, вероятно, заметите, что вам будет легче установить близкие и нежные отношения с сыном.

В исследовании профессора Ани Джейн, Джея Белски и Кейс Крник из Университета Пенсильвании были выделены четыре категории отцов: заботливый, приятель-учитель, дисциплинирующий и обособленный. Из них только заботливый отец и приятель-учитель оказывали положительное влияние на сыновей. А дисциплинирующему и обособленному отцам, напротив, было очень трудно устанавливать близкие отношения со своими сыновьями. По моему мнению, у отца нет никаких оснований становиться единственным родителем, занимающимся взысканиями. Обоим родителям следует участвовать в воспитании сына в полной мере, не только для того, чтобы мальчик воспринимал и уважал полномочия своей матери, но и для того, чтобы отец не был для него стереотипным образом "сурового парня", родителем, который понимает его меньше.

Учите примером, а не словом

Еще один важный признак хорошо контактирующего отца, наравне с умением избегать роли "полицейского" в семье, это учить детей своим примером, а не словами. С мальчиками особенно важно организовать учебный процесс так, чтобы он стимулировал мальчиков делать "как я", а не так, "как я сказал". Показывая, как что-то следует делать, обнаруживая свой собственный интерес к делу и демонстрируя собственные умения в совместных занятиях с мальчиками, вы сумеете избежать покровительственной или опекающей позиции, а вместо этого будете работать над близкими отношениями взаимного доверия со своим сыном.

Приведу пример. Если вы надеетесь внушить сыну уважение к девочкам и женщинам, фразы "не говори так со своей матерью" или "так вот как ты обращаешься с сестрой?" будут не так эффективны, как наблюдения сына за тем, насколько уважительно вы обращаетесь со своей женой или дочерью, насколько мягко и терпимо вы с ними говорите, когда они вас расстроили или огорчили. Точно так же, говорить сыну "оторвись от телевизора и займись домашним заданием" не так действенно, как если бы вы г. место телевизора сели почитать книгу или составили сыну компанию, пока он занимается уроками. Демонстрируя желаемое поведение (вместо проговаривания), вы снижаете риск того, что однажды ваш сын сочтет ваши слова деспотизмом и лицемерием, а также создаете ситуацию, когда ваш сын видит во взрослом, которого он больше всего любит и уважает, - в вас - модель того поведения, которой вы бы хотели, чтобы он следовал.

Осознайте свой собственный "голод по отцу".

Из-за того, что наше детство оказывает сильное влияние на то, как мы ведем себя в качестве родителей, важно, чтобы вы как отец, осознавали свою собственную "тоску по отцу" и ту боль или замешательство, которые вы можете испытывать из-за того, как с вами обращался ваш отец. Столько мужчин скрывают воспоминания о том, как их дразнили или

обижали их отцы за то, что они не были достаточно "мужественными" или как-то иначе не оправдывали ожиданий своих отцов. Как бы тяжело это ни было, нужно попытаться набраться мужества, извлечь уроки из этих воспоминаний и не повторять этот недалекий, основанный на стыде подход к воспитанию с вашими сыновьями. Во многих отношениях вы находитесь в лучшем положении, чтобы помочь вашему сыну выбраться из смиренной рубашки пола, которую надевает на него общество. Отцы часто обладают особым талантом раскрывать эмоциональные возможности мальчиков в полной мере, и это великолепно, если вы, отец, сможете дать вашему сыну чувство безопасности и уверенности, которые нужны ему, чтобы открыться и снять маску.

Настоящие мужчины показывают эмоции

Чтобы помочь сыну чувствовать себя комфортно в этой сфере, постарайтесь, в разумных дозах, делиться с ним своими собственными чувствами и переживаниями со всей возможной полнотой. Покажите ему, что даже будучи взрослым, вы иногда чувствуете себя одиноким, уязвимым, испуганным, что вы плачете, что вам нужны объятия, что порой вам хочется спрятаться к кому-нибудь под крыло, что даже такой "настоящий мужчина", как вы, может испытывать и испытывает самые разные виды эмоций. Объясните своему мальчику, что все мужчины, как и все мальчики, могут ошибаться, что у каждого героя есть своя Ахиллесова пята, и что признак мужской зрелости - это умение принять свои неизбежные недостатки и осознание того, что ему нужны другие люди, их любовь и поддержка. Объясняя это своему сыну, открываясь ему с этой стороны, вы показываете ему, что вам он может доверить все свои чувства и переживания, и что ему не надо далеко ходить, чтобы найти любящего,

заботливого друга.

Осознавая эти человеческие ограничения, отцы и сыновья вместе меняют понятия "настоящий мальчик" или "настоящий мужчина". В "Одиссее" Гомера, этом всеобъемлющем эпическом произведении об отсутствующем, странствующем, верном долгу отце и обездоленном сыне, история Одиссея и Телемаха читается как поэтическое представление этой мужской борьбы. Созданы ли мы и наши отцы быть непобедимыми, или мы простые смертные и, следовательно, уязвимы? Древний поэт предлагает иное решение - мужское смирение. Одиссей говорит сыну: "Вовсе не бог я. Зачем меня хочешь равнять ты с богами? Я твой отец... К вам Одиссея сюда никакого другого не будет: Это сам я таким - исстрадавшийся, много блуждавший - В землю родную сюда на десятом году возвращаюсь". Затем его сын, "заливаясь слезами, сердцем печалась, отца обнимать благородного начал. И у обоих у них поднялось желание плакать. Плакали громко они ... жалостно слезы струились из глаз у обоих" (пер. Н. И. Гнедича).

В этом предвестии воссоединения и перемен, в этом эхе Авра-амова "Heneini - Вот я!" - узнавание отца и сына, возрождение связи.

7. Испытания подросткового возраста. Рост, изменения, сексуальность

"Я думаю, это какой-то бзик - что мальчики должны быть жесткими и упрямыми... Девчонки бывают жесткими, и то, что ты мальчик, вовсе не означает, что ты должен быть самым сильным парнем в мире или хулиганом". Кен, 15 лет.

"Нужно постоянно быть настороже. Если расслабишься, парни разстреляют всех, что ты не крутой". Ян, 14 лет.

Вторая травма сепарации, или первый шаг к взрослой индивидуации

В подростковом возрасте мальчик пытается определить, кто он есть, утвердить свою независимость и понять, каким мужчиной он хочет быть. Наше общество считает, что для этого мальчик должен отделиться от семьи и научиться твердо стоять на ногах. Моя позиция, однако, заключается в том, что мальчик может стать отдельной и уникальной индивидуальностью без отделения от семьи. Я считаю, что лучший и, вероятно, единственный путь, который приведет к появлению сильной, независимой, самостоятельной мужской идентичности - это поддержка, помощь и любовь семьи, друзей, учителей и наставников.

Вы не ждете, что ребенок встанет и сделает свои первые шаги без поддержки, справится сам, независимо от того, сколько раз он упадет и сколько раз ударится. Вы не посадите своего пятилетку на мотоцикл и не отправите его в соседний округ. Вы будете рядом с малышом и с начинающим мотоциклистом, чтобы защищать его, поддерживать, учить держать равновесие, поощрять новые попытки, хвалить за успехи, радоваться вместе с ним растущему мастерству. При этом многие из нас ждут, что подростки переживут столкновение с гораздо более пугающими сложностями - сексуальностью, отношениями, выбором карьеры, давлением сверстников, учебной - без аналогичной поддержки, руководства и уверенности, что вы будете рядом.

Представление о подростковости колоссально изменилось в последнее время. В начале века, когда впервые появился этот термин, подростковость считалась тихой гаванью - периодом между детством и взрослостью, когда мальчика необходимо защищать и укрывать от бурь, мягко переводя его из мира игрушек и книг в мир работы и семейной жизни.

Но сегодня подростковость не имеет ничего общего с этим периодом безопасности и защищенности, часто это, напротив, самое опасное и запутанное время в жизни мальчиков. Это годы, когда мальчик пытается сформировать стойкое чувство самости, того, кто он есть, что им движет, на что он надеется в своей жизни. Психолог Эрик Эриксон писал, что в течение подросткового периода ребенок должен либо стать полноценной личностью, либо пасть жертвой чувства отчаяния и потерянности.

Мои недавние исследования мальчиков-подростков показали, что эти подростковые сложности и риски произрастают из двух главных психологических факторов. Во-первых, мальчики получают противоречивые послания о мужчинах и мужественности от общества, сверстников и даже родителей. В это время они становятся особенно восприимчивы к двойным стандартам мужественности, которые, как мы уже выяснили, преследуют мальчиков всю жизнь. С одной стороны, общество говорит мальчикам, что они должны быть крутыми, уверенными, сильными. В то же время, общество говорит им, что надо стремиться к равенству (особенно по отношению к девочкам), быть чувствительными, открытыми в своих чувствах.

Это возможно - быть одновременно мужественным и эмпатичным, "крутым" и открытым, сильным и уязвимым - но это, определенно, сложная задача. Большинству мальчиков стоит огромного труда разобраться в этих конфликтующих посланиях и определить, какой модели маскулинности надо следовать. Это болезненный процесс самоопределения, значительная часть которого, однако, протекает бессознательно.

Во-вторых, мальчики испытывают противоречивые чувства о том, что есть мужская взрослость - они вовсе не уверены, что быть мужчиной - это прекрасно. Возможно, они не встречали ни одной мужской роли, которая показалась бы им привлекательной и в то же время достижимой. Неужели они должны потратить всю свою жизнь на работу, чтобы обеспечивать семью? Они могут предполагать, что двойные стандарты не ослабят своего влияния и в будущем, когда они станут взрослыми и должны будут пройти через этапы ухаживания, свадьбы, работы и семейной жизни (или решить избежать этих этапов), под ударами подобных конфликтующих между собой требований о том, как действует идеальный мужчина.

Двойственные ощущения по поводу мужской зрелости и растерянность перед лицом двойных стандартов усугубляются взрывом сексуальности и сопровождающими ее опасностями в виде отцовства, заболеваний, передающихся половым путем, особенно СПИДа. Так неужели удивительно, что мальчикам особенно нужна сейчас помощь, советы и любовь родителей?

Но, каким бы трудным ни было это время для мальчиков и их семей, оно может стать для них волшебным и насыщенным. По мере того, как мальчик развивается эмоционально и интеллектуально, родители обнаруживают, что их отношения с сыном стали по-новому интригующими и вознаграждающими. Мальчик начинает высказывать свои собственные, оригинальные идеи о людях, обществе и мире, которые могут вдохновить родителей на размышления в новом ключе. Мальчик может найти себе занятие, которое родителям будет приятно наблюдать и поощрять - будь то спорт или волонтерство, научная деятельность или творчество. Мальчик может по-настоящему преуспеть в каком-то деле, и новое чувство гордости и уважения может стать сюрпризом для родителей. В подростковом возрасте мальчик начинает вносить свой персональный вклад в окружающий мир; родители увидят, что их сына искренне ценят его друзья, учителя, соседи. Именно в период подростковой все предшествующие годы родительства начинают приносить ощутимый результат - вы увидите абрис того мужчины, которому помогли появиться. Мальчик тоже по-новому ощущает себя в подростковом возрасте, он понимает, что он независимая личность и что его ценят - не только как члена семьи, но как представителя общества в целом.

Двойной стандарт мужественности

Как мы уже обсуждали, наше общество неосознанно создало два доминантных и противоположных образа мужественности. Традиционный образ - это мужчина, который не показывает своих эмоций и покровительствует женщине; и "новый мужчина" - эмпатичный, приветствующий равенство, чувствительный. Как бывает с любыми стереотипами, никто целиком и полностью не верит в них, и ни один мужчина не может полностью им соответствовать. Хотя трудно спорить с тем, что эти образы существуют и оказывают влияние на наш образ мыслей. Наши мальчики постоянно сравнивают свое поведение и поведение окружающих с этими образцами, чтобы увидеть сходства и различия. В то же самое время их сверстники, учителя, родители и общество в целом занимается тем же самым: мы оцениваем, в какой мере наши мальчики соответствуют этим стереотипам. Этот процесс по большей части бессознателен, и даже если мы его осознаем и стараемся не сравнивать, от этой привычки очень трудно избавиться.

Как будто наши мальчики невольно зеркалят нам нашу собственную взрослую неуверенность относительно мужественности и тщетно пытаются принять и интернализировать два диаметрально противоположных взгляда на мужественность.

Мое исследование показывает, что многие подростки оказываются раздавлены под грузом наших двойственных представлений о мужественности, и та неуверенность и растерянность, которую они ощущают, разрушает их самооценку.

- Часто мне кажется, как будто я должен быть двумя разными людьми,- сказал мне шестнадцатилетний Джейми.

- Что ты имеешь в виду? - спросил я.

- На уроке социологии мы обсуждали тендерные роли. Учитель привел женщину-пилота самолета и мужчину-визажиста. После того, как мы послушали их рассказы, мы разделились на группы для обсуждения и потом написали сочинение. Я написал то, что, как я думал, понравилось бы учителю, что-то про равенство и все такое.

- Но почему ты при этом чувствовал себя как два разных человека? - настаивал я на ответе.

- Потому что в моей группе были только парни. Наша настоящая реакция на этого

визажиста была: "Боже мой! Ну и слизняк!" Никто из нас никогда бы и не подумал о такой работе. Но я знал, что я не могу написать об этом в сочинении. Я знал, что я должен написать, будто я понял, что мужчина и женщина могут выбрать любую профессию, что мужчины и женщины должны быть равны, когда дело касается работы и зарплаты, и что куча людей занимаются таким делом, какого вы от них не ожидали бы. Моя настоящая реакция была такой, что я ни за что бы не хотел быть визажистом, а этот парень просто придурок, но я знал, что хочет услышать учитель. Поэтому я и должен был раздвоиться: один человек - с друзьями, другой - с учителем.

Я думаю, что эта идея учителя заслуживает одобрения, так как расширяет представление учеников о профессиональных тендерных ролях. Но усвоить этот урок Джейми помешал дискомфорт от необходимости играть две конфликтующие друг с другом роли. Возможно, этот дискомфорт заставит его потом задуматься основательно над своей реакцией на мужчину-визажиста, но в тот момент он только раздражал его и мешал. Напряжение, связанное с этой внутренней борьбой, может быть еще более острым у других мальчиков из-за того, что многие из них вообще не понимают, что происходит. А поскольку они не смогут рассказать, откуда происходит их несчастье, они будут чувствовать себя еще более потерянными и испуганными.

Двойной стандарт и сексуальность

Особенно трудно справляться с двойными стандартами, когда это касается сексуальности. Какая другая сфера делает мальчиков настолько уязвимыми, настолько открытыми, настолько незащищенными перед девочками? В какой другой области мальчики настолько испуганы, хотя в них видят агрессоров?

С одной стороны, мальчик становится мужчиной, у него появляется мужское тело и мужские сексуальные аппетиты. На него давят - общество и его сверстники, он должен показать себя мужчиной - флиртовать, завести подружку, заниматься сексом. С другой стороны, родители и учителя учат мальчиков обращать больше внимания на эмоциональную связь, которая возникает между ними и девушками или женщинами. Мы просим их уважать представления их сверстниц о том, какое сексуальное поведение считается допустимым, комфортным, правильным, просим уважать их чувства. В результате, у подростков много вопросов о том, когда и как можно начинать сексуальную жизнь и как она должна выглядеть. Что их приятели подумают о них, если они будут уважать желания девочек и согласятся "ждать"? Что подумают родители, если они оба, и мальчик, и девочка, решатся на секс?

- В школе,- рассказывает мне шестнадцатилетний Ральф,- нас учат уважать девочек. Мы должны обращаться с ними как с женщинами. Нам рассказывают о СПИДе, и это очень страшно. Нам говорят, что не надо спешить с сексом. Но, если у вас есть интимные отношения, то, говорят нам, надо надевать презерватив. В классе все внимательно слушают и соглашаются. Но потом многие ребята хвалятся тем, как много девочек у них было. Все хотят знать, ты уже или еще нет. Это очень напряженная тема - заниматься сексом с девушкой.

- Как ты справляешься с этим давлением?

- Ну, я думаю, что хочу еще подождать, но я не знаю, почему. Я, кажется, немного запутался.

Решение, стоит ли и когда начинать интимную жизнь, вероятно, одно из самых кутающих решений, с которыми сталкивается подросток, в том, что касается сексуальности. Но его жизнь состоит из тысячи других проблем и вопросов, как следует себя вести в ситуациях, включающих девочек и сексуальность.

Неуверенность и много страхов приносят ему различия в уровне физической зрелости мальчиков и девочек в целом. Особенно в возрасте от 12 до 15 лет, девочки физически и нередко эмоционально более зрелые, чем мальчики. В отличие от девочек, у которых

наступление половой зрелости ясно маркируется началом менструаций, у мальчиков нет никаких четких признаков, что они физически способны начать сексуальную жизнь. Начало пубертата у мальчиков более медленное, физические изменения менее заметные. Изменяется голос. Начинают расти волосы на лобке. Мускулы и торс увеличиваются в размерах. Но нет ни единого телесного "знака", говорящего, что мальчик готов к сексу и репродукции. В действительности, единственный способ для мальчика узнать, готов ли он к половой жизни - заняться сексом. Это увеличивает прессинг, желание заняться сексом, чтобы доказать свою взрослость, и увеличивает тревогу по поводу первого опыта. Мальчики переживают, что они не будут достаточно хороши, и страх импотенции - глубочайшее унижение - проходит через сознание каждого мальчика.

А теперь возьмите такого запутавшегося мальчика и девочку, которая психически созрела несколькими годами раньше, и представьте, какой страх он переживает. К сожалению, как мы знаем, чем более неуверенно мальчик себя чувствует, тем больше компенсаторной бравады в его поведении. Отсюда и все эти разговоры в раздевалках, где девочек низводят до вещей и хвалятся своими победами.

Еще хуже то, что у мальчиков и девочек отличаются мотивы, по которым они впервые вступают в интимные отношения. Девочки считают секс знаком любви и предельной близости. Мальчики склонны воспринимать его, во всяком случае частично, как способ подтвердить свою мужественность. Мальчики только тогда могут расслабиться и стать эмоционально открытыми, когда они смогут почувствовать себя уверенными в отношении своих сексуальных возможностей и убедиться, что секс не будет для них чем-то постыдным. Девочки хотят, чтобы мальчики были эмоциональным и любящими до секса. Мальчики, с их иными скоростями и философией эмоциональности, часто обнаруживают, что они могут открыться только после секса, да и в этом случае им часто требуется много времени. А пока это время не настало, девочкам кажется, что мальчикам все равно.

Скрытность подростков в этих эмоционально трудных вопросах и их защитный "мачизм" снискали им скандальную репутацию среди девочек и подростков, которые слишком поспешно увидели в них сексуальных хищников, ищущих любой возможности похитить сердце и невинность юной девы, а потом нырнуть в кусты. На фоне наших постоянных обсуждений безопасного секса, изнасилований, сексуальных преследований, мальчиков сейчас более чем когда либо, воспринимают как сексуальных агрессоров, которых неистовая животная жажда секса может толкнуть на любого рода варварское деяние.

Поэтому очень важно понимать отношение подростков к сексу. Важно помнить, что они действуют в рамках другого, подчас трудного для понимания поведенческого кодекса. Их поведение - это компромисс между жаждой близости и страхом быть отвергнутым, который дополнительно подпитывается бессознательными "стыдными" страхами ранней брошенности, которую мальчики рационально не осознают. Они переживают необычайно сложный период жизни, когда вероятно глубочайшее мужское унижение и при этом допускается лишь незначительная доля честности.

Итак, я не предлагаю, в соответствии с нашим сочувственным подходом, сообщить мальчикам, что быть сексуальным агрессором - это нормально. Моя позиция заключается в том, что если мы хотим достучаться до наших мальчиков и помочь им обрести зрелость и ответственность в вопросах секса, нам надо понимать их мотивацию. Как общество мы гораздо больше знаем о давлении, которое испытывают девочки в вопросах сексуальности, и относимся к ним с большим сочувствием. Мальчики прячут свое замешательство, прячутся под маской мачизма и за нашими собственными заблуждениями об опасности мальчиков. Мы готовы давать советы девочкам и обвинять мальчиков. Если вы сомневаетесь в этом, сходите, как я, на любое занятие в старших классах школы или в колледже, посвященное безопасному сексу, насилию или изнасилованиям на свиданиях. Очень часто девочек вполне разумно призывают прислушиваться к своим чувствам и настаивать на своем. Мальчикам, между тем, говорят, что их дело - уважать девочку, когда она говорит "нет". Такое впечатление, что у мальчиков нет своих собственных сложностей, как будто они

сексуальные машины, всегда готовые к действиям.

Семнадцатилетний Мартин ушел с такого урока недоумевая, какое же поведение является приемлемым, и со страхом, что его могут посчитать опасным. "Нам говорят, что надо всегда спрашивать девушку, даже если ты просто собираешься ее поцеловать. И это только в одну сторону. Девушки не спрашивают. Как будто все движения - ответственность парня. Только парень должен следить, как бы не сделать чего-либо, чего девушка не хочет, и только парень должен думать о том, чтобы сделать так, как девушка хочет. Все так думают. Знаете, это странно и очень старомодно считать, что парни - это активная сторона, которая все делает, а девушки только либо принимают, либо отвергают это". Мартин считает себя бессильным изменить ситуацию. "Надо просто приноровиться к этому, принять и жить с этим, если не хочешь проблем".

Здесь мы снова сталкиваемся с двойным стандартом мужественности, который заставляет мальчиков чувствовать, что им надо "проверить себя" сексуально и затем наказывает их, если они на это решились. Послушайте Питера: "Быть парнем, вау. Никогда не знаешь, не оскорбляешь ли ты кого-нибудь, надо постоянно следить за собой. Еще труднее с отношениями. Ох, по-прежнему первый шаг должен всегда делать парень. Раньше, когда тебе тринадцать или четырнадцать, да может и сейчас тоже, ты не знаешь, что именно надо делать. Но желание есть. Ты хочешь поговорить с девушкой, но не знаешь, как. Ты никогда не делал этого раньше. На тебя давит то, что ты должен это сделать".

Я не говорю о том, что мальчики не используют свои физические преимущества и силу, чтобы совершать сексуальное насилие над девушками. И образовательные программы, разумеется, должны осуждать физическое принуждение в любом случае. Но большинство мальчиков не такие. Большинство мальчиков искренне ищет близости и пути к настоящим взаимоотношениям.

Например, Митчелл - сын моих друзей Дика и Дженнифер Харрингтон, живущий в прогрессивном, благополучном пригороде Бостона. И Дик, и Дженнифер работают полный день, Дик - бухгалтер, а Дженнифер специалист по связям с общественностью в крупной бостонской фирме.

Однажды в субботу Митчелл и его одноклассница Лиз пошли вместе поесть пиццу и сходить в кино, для обоих это было первое "настоящее" свидание. Когда Митчелл вернулся домой, отец спросил его, как все прошло.

- Хорошо,- сказал ему Митчелл, хотя вид у него был слегка озадаченный и встревоженный. - Немного странно.

- Что значит "странно"? - спросил его отец.

- Я не знал, должен ли я заплатить за пиццу или мы должны платить пополам.

- Как ты поступил?

- Мы скинулись, но мне кажется, она ждала, что я заплачу.

- Ну,- сказал отец,- это не так уж и странно.

- Нет, но потом, когда я вез ее домой, у нас прервался разговор. Кажется, она думала, что я буду приставать к ней или что-то в этом роде.

- Почему ты так думаешь? - спросит его отец.

- Я не знаю. Понимаешь, все эти поцелуйчики на ночь. Но иногда мне кажется, что даже коснуться девушки запрещено, если она не хочет этого. Я не был уверен, что она хотела. В общем, я подумал, что если бы я попытался поцеловать ее, она бы обвинила меня в сексуальном домогательстве,- Митчелл вздохнул. - Теперь я понимаю, как себя чувствовал Билл Клинтон.

Митчелл не мог разобраться, играть ли ему сильного, уверенного мужчину, который склоняется над трепещущей девушкой, или демократичного, нежного, чувствительного мужчину, который ждет. Пожалуй, самое печальное, что он на самом деле не знает, что он на самом деле чувствует. Хотел он поцеловать ее или нет? Она ему на самом деле нравится или нет?

Митчеллу повезло, что его родители постарались ему помочь. - Знаешь,- сказал ему

отец,- наш новый руководитель на работе - женщина. У меня возникла похожая проблема, когда она только пришла к нам. Я не знал, должен ли я открыть ей дверь. Я думал, что если я задену ее плечо, она подаст на меня в суд. Я не знал, можно ли предложить ей пиво. Я не шутил с ней, потому что я боялся, что она неправильно поймет мои шутки. Прошло немало времени, прежде чем мне удалось со всем этим разобраться, и я все еще работаю над этими вопросами.

Когда Дженнифер рассказали о свидании, она предложила: "Слушай, Митчелл, может, тебе надо просто спросить Лиз, что она думает об этом? Спроси ее, как насчет того, чтобы ты заплатил за пиццу. Спроси, как она отнесется к тому, что ты поцелуешь ее. Поговори с ней. Я почти уверена, что она тебе ответит".

Ободренный этими советами, Митчелл пригласил Лиз на следующее свидание на рок-концерт. Он спросил Лиз, можно ли заплатить за ее билет, и она с радостью согласилась. Когда вечер подходил к концу, и они свернули на ее улицу, им было совсем не сложно выяснить, что поцелуй вполне уместен.

Итак, хорошая новость: когда родители, как в случае с Митчеллом, показывают, что они понимают, насколько трудно мальчику приходится в мире двойного стандарта, и мудро и с любовью поддерживают его, это не только помогает сыну справиться с трудной ситуацией, но и сближает всю семью.

Мы просто не говорим об этом

Митчеллу повезло, что его родители готовы обсуждать вопросы сексуальности. Многие мальчики рассказывают, что к началу пубертатного периода, им не говорили ничего или практически ничего о мужественности, свиданиях, сексе и сексуальности. Еще огорчительнее то, что они чувствовали, будто нет никого, кто может понять, что с ними происходит, и с кем они могли бы обсудить свои переживания и физиологические изменения. В одном недавнем исследовании, почти половина мальчиков-подростков в возрасте от 15 до 19 лет сказали, что они не считают, что современный молодой человек получает достаточно информации о сексе и репродуктивной сфере.

Но нехватка информации о сексе не удерживает подростков от него. Недавнее исследование, которое использовало данные Института Алана Гуттмахера из Национального центра статистики здоровья, показало, что большинство подростков начинает половые отношения с середины и до конца подросткового периода. К восемнадцати годам 56 процентов молодых женщин и 73 процента мужчин имели сексуальные контакты (в начале 1970-х годов 35 процентов женщин и 55 процентов мужчин говорили, что занимались сексом до 18 лет). Количество тех, кто имел сексуальные контакты, выросло с 9 процентов для всех двенадцатилетних до 70 процентов всех восемнадцатилетних. Таким образом, четверо из пяти подростков имеют сексуальные контакты до достижения 20 лет. Только один из пяти решает ждать.

Но даже если родители знают об этой статистике, их знание, но всей видимости, не мотивирует их обсуждать секс и сексуальность. Многие мальчики рассказывают, что они чувствуют, что должны сами справляться со сложностями полового созревания и решений, касающихся секса. "Когда у меня впервые случилось семяизвержение во сне,- рассказывает семнадцатилетний Чад,- я не имел ни малейшего представления, что происходит. Я думал, я намочил постель. Это было очень странное чувство. Я помнил, что сон был приятным, но мне было тревожно. Я думал, что, может, у меня какая-то психологическая проблема. И кого я мог об этом спросить, мою мать?"

Шестнадцатилетний Рамон рассказал мне такую историю: "Когда я переехал в Соединенные Штаты из Доминиканской Республики, мне было тринадцать лет. Я приехал с матерью и старшей сестрой, мой папа умер, когда мне было шесть. Я вообще не говорил по-английски. Когда я впервые начал мастурбировать, я не знал, нормально ли это. Я думал,

что, может быть, я ненормальный. Я не понимал, почему это так приятно и что будет, если я буду продолжать. Не было никого, с кем я мог бы поговорить об этом. Я не говорил по-английски, у меня не было друзей здесь, и я не собирался рассказывать об этом маме или сестре. Я был по-настоящему одинок и я боялся, что со мной что-то не так. Я думал, что вдруг это плохо и может доставить мне или моей маме какие-то проблемы. У меня не было ни единой подсказки".

Шестнадцатилетний Лайонел рассказал: "Мама начала работать, когда мне было около восьми лет. Ее не было рядом, поэтому по большей части я переживал пубертат в одиночку. Я нечасто бывал с родителями, разве что по вечерам иногда и в выходные. Но в основном они разговаривали со мной тогда, когда хотели, чтобы я что-то сделал, или когда сердились на меня".

Это все свидетельства того, что с начала полового созревания и на протяжении всего подросткового периода мальчики чувствуют, что у них больше нет тех отношений, которые у них были раньше (или о которых они мечтали), с их родителями. Многие ощущают дистанцию между собой и родителями, или что их родители постоянно злятся на них. И большинству неловко говорить с родителями о сексе и сексуальности.

Но я верю, что эта пропасть между подростком и его родителями, те трудности с разговорами о сексе, и фрустрация, из-за которой мальчикам их родители кажутся отстраненными и недовольными, не имеет ничего общего с тем, чего на самом деле хотят родители от отношений с сыновьями. Как сказал мне один отец о своем сыне-подростке: "Я бы сделал все что угодно, лишь бы снова сблизиться с ним. Я не знаю, что с нами произошло. Между тем, что происходит с ним в школе и тем, чем они занимаются с друзьями, кажется, не остается места для наших дел".

Так не должно быть. Я знаю, что родители и сыновья могут открыто говорить о сексе, и в их отношениях может сохраняться та близость, которой они продолжают желать, если они знают о своей взаимозависимости. Им необходима и желанна независимость, но им не нужно отделяться друг от друга. Правда в том, что мальчику-подростку по-прежнему нужны его родители, и его родителям он тоже нужен. Если каждый научится понимать потребность другого в свободе без разобщения, я уверен, что стену молчания, окружающую вопросы секса, заменит живой диалог, а боли и изоляции, которые испытывают наши мальчики на пороге взросления, станет значительно меньше.

Что происходит, когда мы не говорим об этом. Призрак наркотиков

Когда мы не говорим о том, что волнует наших подростков, когда мы отделяемся от них вместо того, чтобы поддержать, пока они учатся самостоятельности, они могут так надежно спрятаться под маску, что она затвердеет и прирастет. Они могут однажды обнаружить, что не могут снять маску и - как Митчелл не мог понять, что он на самом деле чувствует к Лиз - утратят связь со своими внутренними подлинными чувствами.

Маска мешает родителям и сыновьям говорить открыто о сексе и сексуальности; что еще хуже, как мы увидим, - она увеличивает риск того, что мальчик обратится к алкоголю и наркотикам. А поскольку маска создает видимость, что все прекрасно, родители могут не увидеть (или не принять) то, что мальчик на самом деле в зоне риска. Но - видят это родители или не видят? - многие подростки пробуют наркотики. По данным недавнего национального лонгитюдного исследования здоровья подростков - масштабного, охватившего всю страну демографического исследования физического и психического здоровья подростков - в дополнение к более чем 25 процентам подростков, которые в настоящий момент курят, около 10 процентов опрошенных сообщили, что они употребляют алкоголь по меньшей мере раз в неделю и около 18 процентов сказали, что они пьют чаще, чем раз в месяц. В то время как более четверти подростков в этом исследовании сообщили, что они курили марихуану хотя бы один раз, более 12 процентов сказали, что они курили ее

как минимум один раз в предыдущем месяце.

В проектах, где изучается, что подростки говорят о других подростках, данные еще более тревожащие. Например, в 1997 Г. исследование, проведенное Комиссией по злоупотреблению наркотиками и алкоголем среди американских подростков из Национального центра изучения зависимости и злоупотреблений наркотиками Колумбийского университета, 56 процентов подростков сказали, что они знают кого-либо, кто употребляет кокаин, героин или ЛСД (против 39 процентов в 1996 г.). Среди двадцатилетних участников опроса, 23,5 процента респондентов сообщили, что у них есть друзья или однокурсники, которые употребляют серьезные наркотики.

С этим масштабным исследованием связаны другие статистические отчеты, в которых содержится факт, что среди восьмиклассников употребление героина в период с 1991 по 1996 г. удвоилось. Также среди восьмиклассников регулярное употребление алкоголя (т.е. постоянно до состояния опьянения) увеличилось с 12,8 процентов в 1992 г. до 15,6 процентов в 1996 г. Исследование также выявило, что у тех подростков, которые курят, пьют или употребляют марихуану - так называемый "легкий" наркотик - в семнадцать раз выше вероятность перейти на более тяжелые и опасные наркотики, и подчеркивается, что мальчики, если рассматривать их отдельно, в 29 раз чаще переходят на этих вещества (в то время как у девочек эта вероятность составляет 11 раз).

Многие мальчики прибегают к наркотикам и алкоголю просто чтобы заглушить свою внутреннюю боль - чувство разьединенности с родителями, свою низкую самооценку, проблемы в школе, с ровесниками, свою растущую сексуальность. Некоторые мальчики начинают употреблять марихуану или кокаин в тщетных попытках смягчить боль от переживания периода подростковости, чтобы сбежать от его опасностей и сомнений, чтобы выскользнуть из-под маски и восстать против старого Мальчишеского кодекса с его правилами о том, какими должны быть мальчики и что является и не является "мужественным". Полагаясь на искусственное, вызванное наркотиком чувство эмоциональной безопасности, им легче бывает открыть свои подлинные внутренние переживания, особенно любовь, привязанность и желание близости. Я люблю тебя, чувак.

Проблема, разумеется, в том, что наркотики и алкоголь дают лишь кратковременную и иллюзорную передышку от забот и тревог мальчиков. Когда опьянение проходит, мальчик вновь прячется под маску, на смирительной рубашке пола затягиваются узлы и он снова начинает умирять свою подлинную сущность. Только теперь к этому добавляется зависимость от химических веществ, необходимых, чтобы почувствовать себя настоящим. Наркотики и алкоголь не решают главных проблем, но приносят с собой массу новых сложностей и рисков: неспособность успешно учиться, депрессию, низкую самооценку, необходимость скрываться от непьющих приятелей, травмы и несчастные случаи, исключение из школы и другие.

Что значит разобщенность для родителей

Родителям и воспитателям довольно трудно иметь дело с маской; когда мальчик обращается к наркотикам и алкоголю, которые помогают ему снять ее, отношения становятся еще более сложными. Для родителей часто бывает неожиданностью то, что мальчик, который был таким дружелюбным и открытым для разговоров, вдруг начинает казаться отсутствующим. Многие родители рассказывают мне о том, как они чувствуют себя оторванными и отвергнутыми сыновьями, или что их сбивает с толку внешняя грубость и строптивость мальчиков. "Он ведет себя как распетушившийся идиотик, он не говорит со мной больше ни о чем существенном,- жалуется родитель на своего шестнадцатилетнего сына. - Мне хочется сказать ему: "Ты был таким славным, а теперь ты превратился в кусок льда. Почему бы тебе не оттаять и не стать снова настоящим!""

Или как описал это другой родитель: "Каждый день мой мальчик приходит домой,

забрасывает вещи в свою комнату и уносится тусоваться со своими друзьями в ближайший парк. Я подозреваю, что он употребляет наркотики. Иногда, когда он приходит домой, он выглядит очень уставшим и сразу уходит в свою комнату, чтобы сидеть там в одиночестве. Учитывая то, каким отстраненным и раздраженным он стал в эти дни, бессмысленно говорить ему что-либо, потому что он, скорее всего, только сильнее разозлится и разбушуеться".

Иногда самым естественным выходом кажется бросить все и просто позволить мальчику делать то, что ему нравится, но это не срабатывает. Годы работы с подростками и их родителями научили меня, что всегда лучше быть рядом, сказать сыну, как сделал это Авраам: "Вот я!" Как родители, мы просто обязаны быть рядом с нашими сыновьями, потому что риск слишком велик: нам, может быть, придется иметь дело с наркотиками, депрессией, СПИДом, насилием и всем остальным. Необходимо дать нашим мальчикам понять, что насколько мы уважаем их стремление к независимости, настолько же мы всегда рады им дома; как они могут надевать свою защитную маску, выходя во внешний мир, так они могут и снять ее дома или в другом безопасном месте.

Наши мальчики должны знать, что мы будем с ними, что мы всегда сделаем все, чтобы создать место, куда они могут вернуться за любовью, заботой и воссоединением. Мы должны помочь им понять, что только сила привязанности - и уж точно не наркотики или алкоголь - может превратить годы подростковости во время, когда закладывается стойкая индивидуальность и когда настоящие мальчики становятся настоящими и успешными мужчинами.

Это прекрасно понимал Роберт Фрост: "Дом - это то место, где тебя всегда примут, когда бы ты ни приплел".

Давление сверстников

Даже если родители поддерживают мальчика в борьбе за индивидуальность, его ровесники могут оказаться не столь понимающими. Когда подросток начинает проводить время со своими сверстниками, он чувствует, будто входит в новый мир со своими собственными законами и языком.

"Когда я перешел в среднюю школу, - объясняет один мальчик, - все изменилось. Ребята, с которыми я дружил и которые были такими славными, вдруг стали крутыми. В седьмом классе некоторые начали пить и курить. Они были совсем не такими, каким я знал их в начальных классах. Понимаете, если ты не будешь вести себя так же, то станешь изгоем". Или другой мальчик: "Когда тебе исполняется тринадцать или больше, ты уже не можешь быть одним и тем же человеком в школе и дома. Это не считается "классным"". Сверстники высмеивают или отвергают тех мальчиков, чье поведение кажется им женственным или гомосексуальным. В результате, мальчики ожесточаются и избегают любых людей или ситуаций, которые могут заставить их стыдиться.

Вероятно, самому большому унижению подвергается подросток тогда, когда нарушает Мальчишеский кодекс. Пятнадцатилетний Кен объясняет: "Я думаю, это какой-то бзик - что мальчики должны быть жесткими и упрямыми... Девчонки бывают жесткими, и то, что ты мальчик, вовсе не означает, что ты должен быть самым сильным парнем в мире или хулиганом". Четырнадцатилетний Ян так сказал об этом: "Нужно постоянно быть настороже. Если расслабишься, парни будут называть тебя придурком и разболтают всем, что ты не крутой".

Требование кодекса быть крутым может подтолкнуть подростков к опасному и саморазрушительному поведению. Один мальчик объяснил: "На вечеринках я видел, как крутые парни пытались заставить других ребят пить. Они говорят, что если эти не пьют, то они не могут быть с ними в одной компании".

Одно из самых печальных последствий действия Мальчишеского кодекса заключается

в том, что под его давлением мальчик скрывает под маской свою подлинную идентичность и теряет представление о том, кто он есть на самом деле и что ему приносит в жизни радость. Чтобы быть уверенным в том, что он выглядит крутым, мальчик может избегать каких-то занятий, которые больше не считаются приличными. Иными словами, намеренно изменяя свое поведение, чтобы не испытывать сложностей из-за нарушения Мальчишеского кодекса, он приносит в жертву свою подлинность.

Мы с сестрой часто устраивали соревнования по прыжкам через веревочку,- рассказал двенадцатилетний Стюарт,- но потом меня начали дразнить, и я прекратил. Это перестало быть приличным".

Пятнадцатилетний Лайонел рассказал мне: "Я всегда много творил - ну, знаете, что бы ни происходило, чем бы я ни занимался. Но в школе, если ты слишком много болтаешь, тебе велят заткнуться. Всем девочкам нравятся парни, которые ведут себя жестко и не говорят много. Поэтому в школе я стараюсь не болтать. Зато дома я своему брату все уши прожужжал".

"Кажется, мне тогда исполнилось одиннадцать,- вспоминает семнадцатилетний Джейк,- когда ребята стали всех оценивать и задирать младших. Если ты пришел в смешной рубашке - все, ты попал, каждый постарается задеть тебя. Мой папа работает в газете, и он давно предлагал мне писать что-то вроде дневника. Мне нравилось это, потому что я мог писать о людях и о том, что происходит и что я чувствую. Но когда в школе все так переменялось, я перестал писать. Я боялся, что кто-то узнает об этом, и тогда у меня будут проблемы".

В подростковом возрасте Мальчишеский кодекс становится особенно жестким и разделяет тех, кто соответствует шаблону, и тех, кто не может быть достаточно твердым. Это не только может привести мальчика к потере ощущения собственного я, но также и разрушить его отношения с ближайшими друзьями.

Мэтт и Закари. Дружба, разрушенная кодексом

Мэтт Грин, вежливый пятнадцатилетний мальчик, рассказал мне примечательную своим драматизмом историю о том, как Мальчишеский кодекс разлучил друзей.

В начальной школе и вплоть до перехода в старшие классы Закари Миллер был лучшим другом Мэтта. Но в старших классах Мэтт и Закари начали отделяться друг от друга.

"Закари ходит в театр и странно одевается,- объясняет Мэтт,- его не интересует спорт. Он не смотрит телевизор. у него нет девушки, и он не ходит на танцы. Это бы еще ничего, но он слишком серьезно все воспринимает. Если ребята его задевают, он не умеет нормально реагировать. Он начинает суетиться и психовать. Он мне очень нравится, но многие считают его гомиком, и я не думаю, что смог бы с ним общаться".

Мэтт считает слишком сложным продолжать дружить одновременно с Закари и другими ребятами. "Я думаю, что я мог бы тусоваться с ним, если бы он как-то получше себя вел. Но однажды он пошел к учителю, когда ребята украли его шапку и отказывались ее вернуть. Ему бы надо бы рассмеяться или стукнуть кого-нибудь, как-то защититься самому. А он покраснел и ушел".

Можно ли восстановить отношения?

"Мне все равно, что Закари ходит в театр или носит фиолетовые штаны. И другим тоже, на самом деле. Но ему надо найти способ оставаться собой и при этом контактировать с другими тоже,- говорит Мэтт. - Мне это все не нравится. Я все еще здороваюсь с ним в коридоре и все такое. Но я не могу с ним сейчас дружить. Если я вдруг начну, все сразу накинется на меня"

Как выстоять против давления сверстников

Одно из самых воодушевляющих открытий, которые я сделал в проекте "Слушая голоса мальчиков",- то, что многие мальчики-респонденты выказывали желание противостоять тому давлению, которое вынудило Мэтта и Закари разойтись, желание снять маску и бросить вызов Мальчишескому кодексу с его апелляцией к стыду. Для некоторых мальчиков это означает создать безопасное место, где они все смогут быть собой. Например, в четвертой главе, я рассказал о Джейсоне, который организовал в школе комнату "только для мальчиков", куда мальчики разных нравов и интересов приходили поговорить о своих переживаниях и найти новых друзей.

Айза, семнадцатилетний сообразительный парень, посоветовал мальчикам: "Просто будь собой и не делай ничего, чего тебе не хочется. Потому что в долгосрочной перспективе все, что ты делаешь через силу (например, проводишь время с парнями, которые тебя на самом деле не нравятся), того не стоит. Молодость бывает лишь один раз. Делай то, что тебе хочется и получай удовольствие, потому что это то, что сделает тебя счастливым. Будь собой!"

Джон, еще один подросток из проекта, объяснил: "Есть несколько вещей, в которых мальчики якобы должны преуспевать. Мальчики должны заниматься спортом. Мальчики должны хотеть сделать это с девочками. Мальчики должны пить пиво. Но куча парней не такие! Многие парни увлекаются компьютерами, некоторым нравится рисовать, кто-то занимается музыкой, многие участвуют в волонтерских программах или ходят в походы и живут в палатках. Я думаю, что стереотипы неверны. Чем бы человек ни занимался, это достойно уважения. Я не думаю, что парень должен заниматься спортом, если он не хочет. Я думаю, он может делать то, что ему нравится".

Подобный ход мысли и у шестнадцатилетнего Арона, который продемонстрировал глубокое понимание тендерных ограничений и проблемы, когда мальчики называют кого-то "гомиками" или "слизняками".

"Некоторые из моих друзей считают, что ты должен быть гомофобом, чтобы доказать, что ты не гей. Ты должен говорить, что ненавидишь голубых, чтобы всем доказать, что ты точно не гей и с тобой все в порядке".

Сначала, говорит Арон, он и его друзья участвовали в травле. Но потом один из его приятелей, Бобби, предстал перед ним в новом свете. "Бобби прекрасный спортсмен и отличный парень. Все любят и уважают его. Бобби не гей, но он сказал мне, что неправильно унижать голубых. Он сказал, что быть геем нормально. Почему мы насмехаемся над ними? И я подумал: а ведь он прав".

Арон продолжает: "Сейчас я пытаюсь продвигать эту мысль. Я говорю людям, что травить геев глупо. Чем больше людей будет об этом говорить, тем больше людей поймет и остановится".

Действительно, мальчики вроде Айзы, Джона, Арона и Бобби чувствуют, что неправильно заставлять мальчиков действовать по заданному "мужественному" образцу, и показывают, что они готовы отстаивать свою позицию против общества, которое загоняет их в узкие тендерные рамки. Но противостоять общественному кодексу маскулинности непросто. Мальчики в моем проекте говорили, что им приходится быть осторожными в своих действиях.

"Я не лезу на рожон,- говорит Арон, имея в виду, что он очень осторожен, и берется только за то, что не несет в себе риска оказаться в неудачном месте с другими ребятами. Иметь хорошие отношения со сверстниками много значит для подростков. Многие мальчики говорят, что иметь близких друзей - мальчиков и девочек - которые поддерживают их и их репутацию, и которые останутся с ними, если они рискнут бросить вызов Мальчишескому кодексу, меняет все в мире. Мальчики подчеркивают, что когда они сталкиваются с насмешками сверстников или набираются храбрости, чтобы сразиться с Мальчишеским кодексом, больше всего им помогает мысль о том, что их друзья и их семья останутся с ними.

Истинное и показное "я". Раздвоение

Несоответствие между тем, как мальчик хочет себя вести, и тем, как он, по его мнению, должен себя вести на публике может удивлять и смущать его. Его смущает то, что как он ведет себя дома, когда он среди своей семьи и ближайших друзей, часто отличается от того поведения, которого ожидают от него сверстники. То, что нормально для личного пространства дома, не годится для внешнего окружения. Как в той фразе, которую мы уже цитировали: "Ты не можешь быть одним и тем же человеком в школе и дома". Школьная культура крутизны и силы и домашняя культура открытости и искренности противоречат друг другу.

Истинное "я" - то, кем мальчик на самом деле является,- то "я", которое укрепляется взаимодействием с девочками и с родителями дома, может стремиться к дружелюбию, веселью, игре, любви, демонстрации широкого спектра эмоций. Но есть еще и запрос от общества в целом, от сверстников и в особенности от других мальчиков быть сильным, спортивным, неразгорчивым. Мальчиков призывают не делать и намека на уязвимость.

Когда давление становится слишком сильным, некоторые мальчики прибегают к экстренным мерам - начинают дразнить других, рисуют граффити в школьной раздевалке, даже нападают на других учеников, чтобы заработать репутацию крутого и заслужить уважение единомышленников, быть примятым за своего. Проплывая между Сциллой "уважай желания Других, оставайся в контакте" и Харибдой "расслабься, думай о себе", наш современный Одиссей то тут, то там садится на мель, пытаясь справиться со своей растерянностью, фрустрацией и Желаниями.

Мои исследования показывают, что подростки хотят сохранить свою внутреннюю подлинность, не желая заглушать свой внутренний голос, и в то же время хотят "сохранить лицо" перед школой и баскетбольной командой. Например, семнадцатилетний Скотт Адаме рассказал мне о том, как в школе принуждают драться с другими мальчиками и как он справился с этой ситуацией, учитывая то, чему родители учили его в отношении драк.

- Самое ужасное, что со мной происходило,- начал он,- это драка из-за Шэрон с Дутом Сантосом. Шэрон встречалась с Дутом, но решила пойти на свидание со мной. Дуг - очень популярный парень, и он ужасно разозлился. Однажды Дуг в компании других ребят из его района окружили меня на школьной парковке, на глазах у Шэрон. Его приспешники стали подначивать: "Давай, Дуг, вмажь Скотту. Дай ему! Он по-любому не станет драться!"

- И что ты сделал?

- Я стараюсь не ввязываться в такие разборки. Мама всегда говорит, чтобы я работал словами, а не руками. Поэтому я сказал Дугу, что я не хочу драться. Я сказал, что мы можем обсудить проблему.

- Отличный ответ,- сказал я. Скотт закатил глаза:

- Ничего подобного. Скотт начал толкать меня со словами "Ты, гребаный урод, педик, давай дерись".

- И что потом?

- Ну, поблизости не было ни одного учителя, а я никогда не учился боксу или чему-то подобному, поэтому я размахнулся и ударил Дуга изо всех сил. Я думаю, я ударил в какую-то болевую точку, потому что он закричал и согнулся, а потом отошел, хромя. Его друзья стали говорить: "Вау, Адам, круто! Ты неплохо ему вмазал".

- Ты рассказал родителям?

- Да, они узнали. Моя мама начала читать мне мораль, но папа только улыбнулся. Я немного растерялся. Я не считал, что поступил правильно. Мама не считала, что я поступил правильно. Но папа решил, что это было забавно. И Дуг никогда не приставал ко мне больше.

Этот конфликт между поведением дома и на публике может привести к более

серьезным последствиям, нежели перепалка на школьной парковке. Исследования показывают, что те мальчики, которые "раздваиваются", более предрасположены к появлению проблем с учебой, серьезных депрессий, импульсивного и компульсивного поведения, от злоупотребления наркотиками и небезопасного секса до выходов в классе и самоубийства.

Мое собственное исследование демонстрирует, что хотя мальчики очень стараются сохранять свою целостность, сохранять верность своему внутреннему мальчику, проживать уязвимость и болезненные чувства, все это происходит с ужасным напряжением - стремлением "хорошо выглядеть" в глазах сверстников, необходимостью носить маску.

Тебя не понимают, если ты действуешь жестко

Все выглядит так, как будто, какую бы модель поведения не выбрал мальчик - мачо или чувствительного человека - она все равно окажется проигрышной. Когда мальчик демонстрирует жесткий тип поведения, которого, как он думает, ожидает от него общество, взрослые (особенно родители) упрекают его в отстраненности, грубости, бесчувственности. Иными словами, как только они принимают ту модель поведения, которую, по их мнению, от них ждут, многие мальчики обнаруживают, что вместо восхищения их мужественностью их отталкивают и порицают. В результате подростки часто занимают оборонительную позицию, ощущая, что другие считают их бесчувственными, жестокими, равнодушными. Они не понимают, почему взрослые выглядят такими разочарованными, когда они так стараются вести себя именно так, как от них ожидают.

Шестнадцатилетний Росс сказал: "Быть современным парнем? О! Никогда не знаешь, не оскорбляешь ли ты кого-нибудь. Нужно постоянно следить за собой. А это не расстроит этого человека? А того? Так что быть парнем - это чувствовать себя врагом народа".

Двойной стандарт озадачивает и злит вдумчивых молодых мужчин вроде Крэйга, выпускника школы. С одной стороны, его сверстники считают, что он должен быть решительным:

- В принципе, в школе всегда так. Ты пытаешься вести себя как крутой чувак. В спорте или если кто-то унизил тебя, ты не отступаешь, ты идешь в атаку,- делится своими наблюдениями Крэйг.

В другой ситуации Крэйгу кажется, что юношу-подростка считают слишком неуправляемым:

- Люди ведут себя так, как будто в парне моего возраста и на половину нет ничего хорошего,- утверждает Крэйг.

Крэйг рассказал о двух недавних происшествиях:

- В прошлые выходные я зашел в банк, а так как у меня не было с собой моей банковской книжки, они не поверили, что я это я. Случилось бы такое, если бы я был девушкой? Не думаю. Мне задали все возможные вопросы о том, кто мои родители, где я живу, сколько мне лет. Через какое-то время я психанул:

Почему вы сомневаетесь во мне? Я совершил преступление?" Они считают, что подросток не способен ни на что хорошее.

В другой раз я выезжал с парковки у Фенвей-парка после игры с Ред Соке, и полицейский остановил меня. Я встал у обочины и, я думаю, из-за того, что я парень и подросток, он прогнал меня через весь опросник. Он спрашивал, не скрываюсь ли я от ареста и все в таком роде, и я думаю, что это вполне привычно для него. И вряд ли бы такое произошло с девушкой.

Тебя не понимают, если ты действуешь мягко

У мальчиков могут возникать проблемы, если они пытаются быть эмпатичными, мягкими и контактными - иными словами, выбрать такую модель поведения, которую феминистское преподавание сочло бы естественной и продуктивной.

"Со всеми этими феминистскими идеями и равенством парни порой оказываются в затруднительном положении, - говорит шестнадцатилетний Тоби. - Они делают что-то, что, я думаю или они думают, не так уж и плохо, но потом подвергаются нападкам".

"Если ты невнимателен к девушке, она считает, что тебе все равно. Если ты внимателен, он считает, что ты ведешь себя слишком церемонно. Девушки не понимают парней, а парни не понимают девушек".

Я попросил Тоби привести пример из его жизни. "Например, моя бывшая девушка пришла однажды на нашу игру в баскетбол. После игры я подошел и сказал "привет" ей и еще нескольким друзьям. Потом мне сказали, что в тот момент, когда я повернулся, чтобы сказать кому-то еще "привет", она потянулась обнять меня. Я даже не заметил этого, но она подумала, что я по-хамски проигнорировал ее.

И знаете, если бы я первым обнял ее, она бы могла психануть, якобы я сделал что-то, чего она не хотела. Вместо этого она разозлилась, что я не обнял ее, хотя я даже не знал, что происходит.

Очень сбивает с толку то, что мы все разные и воспринимаем все по-разному. Иногда они хотят, чтобы мы были мужественными или типа того, а иногда они не хотят, чтобы мы были мужественными. Никогда не угадаешь, как девушка отреагирует. Ее реакция может разительно отличаться от реакции другой девушки.

Девушки хотят, чтобы вы были чувствительными и все такое, но парни решают, что ты педик или тряпка, если ты будешь так себя вести. Ну вот как у меня, я уважаю всех моих учителей, и уважаю взрослых, я всегда вежлив, потому что меня так воспитали. Но часто мои друзья говорят, что я лижу всем задницы и подхалимничаю, а я просто вежливый и нормально разговариваю со взрослыми. Я говорю, что это вежливость, а они отвечают: "Ну нет, ты просто слабак". Это меня доводит".

Но как тогда быть? Как следует вести себя?

Большая часть моего проекта состояла из длительных интервью, фрагменты которых приведены выше. Но я также провел серию психологических тестов со 150 мальчиками от 12 до 18 лет. Это исследование включало в себя два теста, которые позволяли мне выявить сознательные и бессознательные представления мальчиков о том, как мальчик становится мужчиной и как они себе представляют поведение здорового мужчины в обществе. Первая группа мальчиков, которых я тестировал, состояла из городских мальчиков из среднего по величине города на восточном побережье, поэтому я предполагал, что в их ответах будут I измышления о равенстве мужчин и женщин, юношей и девушек. И действительно, мои подозрения подтвердились.

В тесте, именуемом "Шкала тендерного равенства", созданном Кингами, они набрали много баллов в разделе о мужчинах и женщинах, принимающих "новую мужественность". Это означает, что они одобряют такие положения, как "у мужчин и женщин должны быть одинаковые возможности профессионального роста", и "на курсы по ведению домашнего хозяйства должны допускаться как женщины, так и мужчины", и совершенно не согласны с высказываниями типа "муж должен быть главой семьи" или "мать больше, чем отец, годится на то, чтобы поменять ребенку памперс". Здесь не было неожиданностей, а только подтверждение того, что мальчики переходят от тендерной ограниченности к новой модели мужественности, доброжелательной к мужчинам, которые иначе ведут себя или работают в областях, которые традиционно считаются более женскими, чем мужскими.

Но затем я сделал нечто не совсем обычное. Раньше, большинство исследований строилось по принципу "или-или": либо концентрировалось на том, насколько мальчики

продвинулись в сторону гендерного равенства (для этого используется "Шкала тендерного равенства" и ей подобные тесты), либо анализировалось то, насколько мальчики поддерживают или опровергают те или иные характеристики, ассоциируемые с традиционной мужественностью. Иными словами, большинство исследований проверяло своих интервьюеров лишь по одному параметру: где их место на шкале гендерного равенства (они эгалитарны или неэгалитарны) или поддерживают ли они традиционные идеалы маскулинности.

Но моя теория - что мальчиков заставляют быть одновременно и эгалитаристами и традиционалистами - требовала другого подхода. Я решил посмотреть, что получится, если мы протестируем их сразу на обе характеристики. Поэтому в дополнение к "Шкале гендерного равенства" мы провели с той же самой группой мальчиков тест Плека "Шкала восприятия традиционной мужской роли". Проводя с одними и теми же мальчиками оба теста, мы получили параллельные данные вместо дихотомии "или-или".

Результаты такого тестирования показали, что те же самые мальчики, которые поддерживали идеи равенства были в равной мере категоричны в своих ответах на тест о восприятии традиционной мужской роли. Они поддерживали утверждения "Я уважаю мужчину, который абсолютно уверен в себе", "мужчине нужно уважение окружающих", "мужчина всегда достоин уважения своей жены и детей", "меня раздражает, когда парень ведет себя, как девушка" и "мужчины всегда готовы к сексу".

Таким образом, получив возможность раскрыть свою душу, эти подростки, не осознавая того, показали свой внутренний раскол, разлом в их представлении о том, что такое - быть мужчиной. В тесте, который измерял их открытость идеям эгалитарности, они приветствовали равенство. В тесте, который определяет, насколько традиционны их взгляды на маскулинность, они демонстрируют традиционалистские черты. Эти результаты прямо указывают на внутреннее неосознаваемое противоречие в представлениях о том, чего общество ждет от мужчин. Поскольку общество заставляет мальчиков быть одновременно традиционалистами и эгалитаристами, мальчики не в силах примирить свои представления о мужественности. Если бы они имели твердые и ясные представления о мужественности, мальчики оказывались бы на верхних строчках на традиционной шкале и внизу - на эгалитарной, либо высоко на эгалитарной и низко - на традиционной. Но набирая много очков в обоих противоположных друг другу тестах, мальчики показали глубокий внутренний хаос.

В Главе 10, где я расскажу о своем исследовании представлений мальчиков о самих себе и о том, как полученные данные коррелируют с их успехами в школе, мы увидим, что этот хаос сам по себе требует маски, чтобы скрыть неуверенность и защитить хрупкую самооценку. В частности, мое исследование показывает, что по мере того, как мальчики проходят период подростковости, они все больше и больше склонны представлять в ложном свете то, как они ощущают свою мужественность. Все больше и больше они ощущают необходимость говорить, что они принимают общественный идеал "мужественной" самоуверенности, даже если внутри они совсем в этом не уверены.

Печальные перспективы взрослости

Вероятно, из-за этой отравляющей внутренней неопределенности, у многих подростков возникают двойственные чувства относительно взросления и превращения в мужчину. Если они не твердо представляют, что такое быть мужчиной, откуда, спрашивается, возьмется у них представление о взрослости? Одна из частей моего исследования была посвящена выяснению того, как мальчики на самом деле относятся к перспективе стать взрослыми мужчинами. Выяснить это было нелегко, конечно, потому что, как мы видели, мальчики привыкли скрывать свои глубочайшие, наиболее болезненные чувства.

Одна из техник, которые психологи используют для определения бессознательных или

подавленных эмоций - это демонстрация картинок с изображениями людей в разных эмоционально насыщенных ситуациях. Эти картинки созданы специально, чтобы вызвать определенные чувства и потом попросить человека описать, что, по его мнению, происходит на той или иной иллюстрации. В моем последнем проекте я показывал мальчикам две такие карточки и потом просил их написать историю о главном персонаже каждой картины, уделяя внимание его чувствам. Видоизменив известный инструмент психологической оценки, известный как ТАТ (тематический апперцептивный тест), разработанный десятилетия назад Генри Мюрреем, я использовал эту методику, чтобы проделать окошко в скрытый мыслительный процесс мальчика, заглянуть через него под маску.

И я обнаружил, что многие мальчики испытывают глубокую тревогу о своем "мужском" будущем.

Как мальчики видят мужскую работу

Одной из картинок, которая вызывала сильную реакцию, было черно-белое изображение мужчины в белой рубашке и галстуке, очевидно, на работе, склонившегося над бумагами. Он сидит за столом, у него на лице - выражение безразличия, отсутствующим взглядом он смотрит в направлении стоящей на столе фотографии женщины и двух детей (мальчика и девочки), которая может представлять его семью. Послушайте историю семнадцатилетнего Гамильтона, отражающую то, как он себе представляет "следование правилам" в мире взрослых мужчин:

"Этого парня,- говорит он -достала работа, и он не хочет больше видеть ни свою работу, ни свою семью. Он думает о том, какой бы могла быть его жизнь, если бы он не женился, и как это паршиво - работать все время. Он хотел бы бросить нее, быть собой и радоваться. Он будет работать еще 25 лет, ненавидеть все, а потом выйдет на пенсию. Дети уедут, и он поймет, что его жизнь была бессмысленной и скучной. Он уже будет стариком, и что он за все это будет иметь? Не так уж и много".

Удручающая история Гамильтона рисует образ депрессивной, эмоционально истощенной "рабочей лошади", прикованной к семье и оторванной от себя. Вспоминаются эти ломовые лошади, которые еще работали в цирке, когда я был ребенком, с шорами на глазах, они тянули ужасающе тяжелые повозки, волочились миля за милей с чувством выматывающей регулярности и угнетающей неизбежности. К несчастью, картинка Гамильтона не так уж разительно отличается от реальности разочарованных управленцев средних лет, которых я консультирую после того, как их попытки самоубийства не удаются и их принудительно отправляют в больницу.

Девятиклассник Роджер, вместо того чтобы сосредоточиться на напряженности рабочего дня мужчины, обратился к тому, как профессиональные обязательства отделяют мужчин от семьи и разрушают самые важные отношения:

"Это история разведенного мужчины, занятого в строительной сфере, он рассматривает чертеж. Сейчас он смотрит на фотографию и думает о своей семье и о том, как ее вернуть. Возможно, к разводу привело то, что он работал допоздна и его никогда не было дома".

У восьмиклассника Брюса похожая реакция:

"Мужчина на работе, смотрит на фотографию своей семьи. Может быть, ему одиноко или он скучает по своей семье... потому что их убили или они в разводе... может быть, он мог бы спасти их".

Как показывают эти ответы, хотя мальчики не теряют надежду, она смешивается со страхом, что как только они повзрослеют, работа может со временем оторвать их от эмоционального, интимного мира их семьи. У подростков, как показывает мое исследование, крайне двойственное представление о том, что такое стать мужчиной и иметь дело с ответственностью, ограничениями и одиночеством, которые приходят вместе со взрослостью.

Что подростки думают о работе

Анализируя интервью с мальчиками, я заметил, что результаты можно разделить по меньшей мере на пять тематических категорий, одна из которых отражает положительные эмоции, а остальные рисуют надвигающуюся боль от непосильной ноши работающего взрослого мужчины.

Счастливым, довольным семьянином . Пятнадцать процентов мальчиков рассказали истории, которые относятся к первой и единственной позитивной категории. Эти мальчики увидели счастливого, довольного женатого мужчину, который замечтался на работе. Они говорили так:

"Это Джон, он успешный инженер. Сейчас он решил сделать перерыв, потому что у него был тяжелый день; он задумался, он думает о своей семье. Скоро рабочий день закончится, и он окажется дома со своей женой и детьми".

"Этот мужчина доволен, что он может содержать свою жену и детей".

Одиноким карьеристом . Рассказы тридцати пяти процентов мальчиков попали в эту категорию. Они увидели на картинке атрибуты отца, который ориентирован на карьеру, эта роль, по их мнению, ведет к независимости, но также и к временному отделению от семьи. В этой группе такие рассказы:

"Он в командировке и поэтому скучает по семье. Ему приходится быть вдали от них".

"Ему приходится работать сверхурочно, допоздна, чтобы заработать больше денег, поэтому он скучает по семье".

"Архитектор смотрит на фотографию своей семьи... он с тревогой думает о том, как заработать достаточно денег, чтобы оплатить колледж своим двум детям".

Отдалившийся добытчик . Двадцать четыре процента мальчиков, чьи рассказы попали в эту категорию, увидели отца, которого роль добытчика отдала от друзей и семьи. В отличие от мальчиков из предыдущей группы, эти мальчики подчеркивали неблагоприятные аспекты необходимости выполнять эту роль. Например:

"Мужчина на работе... смотрит на фотографию своей семьи. Он ужасно скучает по ним, потому что работа занимает все его время. Его жена хочет больше внимания... Он хочет проводить больше времени с детьми, но не может. Он чувствует себя подавленным и не может перестать думать об этом... может быть, он попытается попросить выходной... он еще не совсем отчаялся".

"Он очень любит свою семью, но должен работать, чтобы содержать ее... поэтому не может проводить с ними достаточно времени... он чувствует себя виноватым".

Потерявший семью . Около 21 процента мальчиков описывали отца, который пережил утрату - смерть семьи или подобную трагедию - или каким-то образом отрезан от семьи (из-за развода или по другой причине). Большинство мальчиков описывали отца чувствующим собственную уязвимость, ищущим примирения и воссоединения. Послушайте, например, эту историю:

"Он на работе смотрит на фотографию своей семьи... он чувствует себя очень одиноким. Может быть, их убили, или они развелись. Он хочет вернуть свою семью. Может быть, он попытается спасти их".

"Он работал слишком много, и судья отнял у него семью. Он очень грустит. Он бы хотел получить второй шанс. Он попытается вернуть свою семью".

"Алан смотрит на фотографию и думает, каким счастливым он был, когда у него была семья. Из-за того, что он работал, мама села за руль пьяной, и она и дети погибли. Он убит горем и хочет вернуть свою семью".

Разлучены навеки . Наконец, около 5 процентов интервьюеров рассказали историю об отце, который не по своей воле навсегда разлучен со своей семьей. В некоторых случаях мальчики рассказывали эту историю в нейтральном ключе, а в некоторых - как в истории

Джейми (21 год) - она была связана с глубоким чувством боли и неутолимого желания.

"Билл смотрит на фотографию семьи, которая должна была оставить его. Он пишет им письмо, рассказывая о том, как сильно по ним скучает, мечтает снова быть с ними вместе, говорит о своих чувствах. Он говорит: "Я надеюсь, что мы снова сможем встретиться, жить снова вместе, и я смогу доказать вам свою любовь"".

"Гарри видит людей, которых он любил. Они умерли, и он мучительно думает о том, что он мог бы сделать, чтобы спасти их. Он хочет жить дальше, но он не может. Вероятно, ему следует обратиться к доктору".

"У меня чувство, что этот человек потерян, он далеко от своей семьи... Он испытывает боль... может быть, он страдает, потому что его лишили опеки над детьми".

За редким исключением, большинство мальчиков рассказывали истории о сепарации, изоляции и одиночестве. Я думаю, что эти мальчики говорят о том, как они ощущают себя и какими они видят своих отцов и других знакомых мужчин. Здесь есть также воспоминания о чувствах, которые они испытывали, когда их преждевременно отделили от матерей и тех, кто о них заботился в раннем детстве; они выражали свою тоску, которую они, подростки, по-прежнему испытывают из-за трудности поддержания близких отношений с родителями, с другими родственниками, тоску по привязанности, которая заглушается ради следования общественному кодексу мужественности, и то, о чем они на самом деле говорят нам - это "мне страшно... я не готов становиться мужчиной и идти на работу... я не готов оторваться от друзей и семьи".

Как мальчики видят себя

Чувство тревоги и скрытая потребность в контакте, а также глубокое чувство потери и одиночества, которое сопровождает мальчиков, становятся заметны, когда мы анализируем их реакции на вторую картинку, которая предлагалась им как тема для размышления. Это была фотография маленького светловолосого мальчика, сидящего у открытой двери, на пороге старого деревянного дома. Солнце ярко освещает мальчика и фасад дома, но то, что находится внутри дома, за открытой дверью, скрыто густой тенью. Мальчик сидит один, опираясь на косяк двери, локти на коленях, подбородок упирается в ладони. Выражение его лица трудно интерпретировать - то ли он задумался, то ли турится от солнца.

Размышления подростков об этой картинке тоже можно разделить на пять основных категорий. Первые две категории нейтральны и развивают темы, которые не связаны с резко позитивными или негативными эмоциями, а три остальные - как и большинство интерпретаций первой картинки - раскрывают чувство тяжелой утраты.

Мальчик на пороге нового . 13 процентов мальчиков, чьи истории вошли в первую категорию, развивали тему перехода. Они говорили о том, что:

"Это мальчик, который вот-вот переедет в другое место".

"Мальчика сфотографировали в тот момент, когда он ждет поездки куда-то".

"Мальчик кого-то ждет".

Размышляющий мальчик . Истории около 27 процентов мальчиков, отнесенные ко второй категории, посвящены теме размышлений. Мальчики говорили, что:

Маленький мальчик сидит на крыльце, задумавшись о чем-то... он обдумывает что-то важное".

"Это мальчик, который напряженно размышляет... он сидит и пытается разобраться в своих мыслях".

"Он просто хочет посидеть в тени и подумать".

Мальчика оставили одного . Истории мальчиков, которые отнесены к третьей категории (24 процента), акцентировали тему брошенности. Например:

"Мальчика оставили одного, и он ждет, когда его близкие вернуться".

"Арни совсем малыш, его оставили одного, и он сидит в дверном проеме, совсем оголодавший... Его родители бросили его... Псе, чего он хочет - это еда и любовь. Неужели он умрет один на улице?"

"Его родители сбежали из города и оставили его... Его потом нозьмут в приют".

"Маленький мальчик, забытый и брошенный. Его родителям не хватает денег, поэтому они бросили его. Он напуган и одинок. Ему нужен кто-то, кто будет любить его и заботиться о нем. Может быть, его усыновят".

"Сидящий мальчик подавлен и расстроен... Он был питчером и сыграл ноу-хитгер⁵, а его отец не пришел посмотреть на него. Папы других мальчиков были там... Папа извинится, но ничего не изменить".

"Он скучает по маме и плачет".

Одинокий мальчик . В четвертую группу вошли истории об одиночестве - 19 процентов опрошенных.

"Этот мальчик... одинокий и грустный"

"Маленький мальчик сидит один... чувство одиночества... очень серьезный"

"Этот мальчик одинок... у него нет друзей"

"Он грустит и плачет, совсем один".

Мальчик-жертва . Мальчики из последней категории увидели в мальчике на фото жертву, около 17 процентов опрошенных интерпретировали фото подобным образом:

"Мальчик, которого постоянно наказывает отец. Мальчик не любит своего отца".

"Этого мальчика обвинили в каком-то проступке, и отец снял ремень и сильно выпорол его; сейчас он напуган до смерти". "Его отец - пьяница, он бьет его и его мать". "Этого мальчика бьют и не обращают на него внимания... у него нет мамы и никого, кто мог бы утешить его... он будет теперь избегать людей".

"Джона обидели, и он прибежал в эту будку, чтобы спрятаться от обидчика. Он очень расстроен... Ему в голову пришла мысль о самоубийстве".

Как следует из этих историй, у многих мальчиков-подростков переход от мальчишества к взрослости заполнен глубоким чувством внутренней боли. Мальчик размышляет о своей судьбе в одиночестве. Он тревожится, он одинок. Он чувствует себя покинутым, возможно, брошенным на произвол судьбы своими родителями. Он напуган, и он боится несправедливых оскорблений, депрессии и суицидального настроения. Это голоса наших мальчиков, ужасно напуганных грядущим превращением в мужчину.

Мое исследование не единственное в этой области. Например, и национальном опросе тинэйджеров для Ассоциации Горацио Алгера⁶ в 1996 г., гораздо больше девочек, чем мальчиков, оказались способны представить, что счастье - это именно то, чего они больше всего ждут от жизни (32 процента девочек и только 23 процента мальчиков), и когда детей спрашивали о планах на будущее, в колледже собирались учиться 67 процентов девочек и только 54 процента мальчиков. Как сказал пятнадцатилетней Келвин из второй главы, ожидания, которое общество предъявляет мальчикам-подросткам, не только базируются на

⁵ Питчер - в бейсболе игрок, который подает мяч. Ноу-хиттер - игра без единого пропущенного удара (хита), довольно редкое достижение питчеров. (Прим. переводчика).

⁶ Горацио Алгер - известный американский писатель конца XIX века, автор множества книг для мальчиков. Ассоциация Горацио Алгера - некоммерческая организация, занимающаяся поддержкой талантливой молодежи (создана в 1947 г.) (Прим. переводчика).

двойном стандарте, они часто бесчеловечны: "Я считаю, что быть парнем трудно, потому что есть столько вещей, которые нормальный человек сделал бы, а тебе это не позволено". Или позаимствуем фразу, которую одно из индейских племен Америки использовало для характеристики обряда посвящения подростка в мужчину: Большая Невозможность.

Сближение поможет преодолеть проблемы второй травмы сепарации, равно как и первой

Я установил, что то, в чем мальчики нуждаются для прохождения Большой Невозможности - выжить среди давления сверстников, смиренной рубашки пола и других несчастий подростковой жизни - это знать, что у них есть значимая связь не только со своими друзьями, но также с родителями и другими членами семьи. Хотя нам часто говорят, что подростки, особенно мальчики-подростки, жаждут самостоятельности и нуждаются в независимости от семьи, это еще один опасный миф о мальчиках. Конечно, подростки мучительно решают проблемы идентичности и взросления, и будут временами отталкивать нас, даже сбегать от нас. Разумеется, они хотят проводить время вне дома и утверждать свою индивидуальность. Но наши сыновья редко хотят рвать связывающие нас узы, жить сами по себе, отделяться от нас. На самом деле большинству мальчиков отчаянно необходимы их родители, их родственники, их окружение - тренеры, учителя, священники, рабби, которые всегда рядом, которые демонстрируют постоянство и в то же время гибкость, которые образуют живую стену любви, на которую можно опереться, а потом оттолкнуться от нее. Они жаждут не сепарации, а индивидуализации. Зрелость достигается в среде любящих взаимоотношений: здоровая мальчишеская подростковая жизнь - это растягивание, а не разрыв психологической пуповины.

Мое исследование показывает, что наши мальчики об этом прекрасно знают. Сет, описывая, как он справляется с болью сепарации, которую испытывают многие мальчики, сказал с радостью:

"Я думаю... это просто крепость моей семьи. То, как родители растили меня частью семьи. Я люблю приходить домой и проводить время с мамой и папой.

Для меня не проблема прийти и провести все выходные с моей семьей вместо того, чтобы потусоваться с друзьями,- объясняет Сет. - Иногда я предпочитаю побыть с семьей. Когда я с друзьями, я иногда думаю, что предпочел бы оказаться дома".

Для подростка знать, что у него есть дом с любящими людьми, куда он может постучаться, чтобы набраться сил от теплоты семейных отношений,- это то, что помогает пережить подростковый период. Я убежден, что сила семейных связей охраняет наших мальчиков-подростков от эмоциональных травм и придает им уверенности в подростковом мире "крутизны".

У других психологов мы находим подтверждение центральной роли семейных отношений во время подросткового периода. Фелдман и Венцел из Стэнфордского университета установили, что восприятие подростками родительской удовлетворенности браком непосредственно влияет на их социализацию в подростковом возрасте. Блэйк Боуден из Детской больницы Цинциннати обнаружил, что подростки, которые ужинают с семьей пять раз в неделю, менее склонны к депрессии и употреблению наркотиков, зато чаще преуспевают в учебе и ведут здоровую социальную жизнь. Помимо того, недавнее национальное лонгитюдное исследование здоровья подростков пришло к выводу, что на поведение подростков воздействует главным образом социальное окружение, особенно семья. По данным этого исследования, "близость с родителями и семьей" значительно влияет на уровень эмоционального дистресса, который испытывают подростки, на то, как часто они употребляют наркотики и алкоголь, и даже, в некоторой степени, на то, будут ли они вовлечены в насилие. Это исследование выявляет и другие важные факторы, влияющие на поведение, такие, как присутствие родителя в важное время рядом с ребенком в течение дня,

насколько высоки (или низки) ожидания родителей в отношении академической успеваемости. Но значимость этих факторов бледнеет на фоне "фактора близости". Эта близость, по материалам исследования, включает в себя "близость к матери и/или отцу, чувство, что они заботятся о тебе, а также чувства любви и желанности со стороны других членов семьи".

Как мы уже обсудили в предыдущих двух главах о матерях и отцах, все это не означает, что нужно взять на себя роль полиции нравов или надсмотрщика. Скорее нужно стать для мальчика оградой от жестокого мира и создать для него убежище, где он может выразить свои самые уязвимые и нежные чувства открыто, не боясь быть осмеянным.

Ролевые модели. Настоящие герои мальчиков

Любому родителю или члену семьи, интересующемуся тем, какого рода положительное влияние он или она могут оказать на подростка, надо узнать, на кого равняются наши мальчики, кого они считают своими героями. Несмотря на господствующий миф о том, что кумиры мальчиков - это недостижимые олимпийцы, спортсмены, космонавты и мускулистые звезды боевиков, мое исследование показало, что в действительности большинство подростков ищет себе образцы для подражания неподалеку от дома: это их братья, сестры, матери, отцы. В семьях менее традиционной структуры - в семьях с одним родителем или там, где родители разведены или живут отдельно - мальчики часто находят себе героев среди родственников (это их дяди, тети, дедушки и бабушки). Это подтверждается данными других исследований, например, уже цитировавшегося проекта ассоциации Горацио Алгера, который показывает, что не только большинство тинейджеров уважают своих родителей, но что более 10 процентов из них считают своих родителей достойными подражания.

Послушайте голоса мальчиков из нашего проекта, которые отвечают на вопрос, на кого бы они хотели походить, кого они считают героями и почему. Куртис, шестнадцатилетний сын разведенной матери, назвал ее главным образцом и источником вдохновения:

- Моя мама - все для меня. Она многим пожертвовала, чтобы я мог ходить в хорошую школу. Она привела меня заниматься живописью, это то, что вдохновляет меня и что, я надеюсь, когда-нибудь станет моей профессией. Она открыла передо мной столько дверей! Всеми возможностями, которые у меня есть, я обязан ей.

Майкл рассказывает о чисто мужском наставничестве и привязанности, которая связывает его с братом:

- Кто мой герой? Мой брат, определенно, мой брат. Он старше, и я всегда тянусь за ним. Я пытаюсь повторить то, что он делает. Когда он пошел в школу Хиллсайд, у меня не было сомнения, что я тоже пойду в Хиллсайд. Я говорю с ним больше, чем родители. Сейчас он в колледже, и я чаще звоню ему, он со мной больше делится. Он мой лучший друг, и я всегда равняюсь на него. Он самый настоящий образец для подражания для меня.

Гарри благодарен своей матери:

- Моя мама сделала все. Она отдала меня в бейсбол. Она повсюду меня возила. Он все время работала, но о чем бы я ни попросил - она все делала, она всегда была рядом.

Но у некоторых мальчиков из моего проекта было меньше возможности общаться с мамой и папой, и старшее поколение семьи стало образцом для подражания, героями нового поколения. Как рассказал один мальчик, когда я спросил его, кто его герой:

- Пока моего папы не было рядом... мой дедушка научил меня бейсбольным подачам... он был... и я, и мой папа равняемся на него, даже сейчас. Он на самом деле мой учитель... он просто классный.

Другой подросток рассказывает:

- Я обожаю дедушку и бабушку, они для меня - целый мир. Я провожу с ними столько времени, сколько могу. Я обожаю моего дедушку... и бабушку тоже. Я люблю их за совершенно разные качества. Мой дедушка был полицейским. Он просто потрясающий

человек. Он все время читает. Он просто фонтанирует шутками, чтобы разрядить обстановку. Он абсолютно открытый человек, и все его любят. Он никому никогда дурного слова, не сказал. Мы с ним ходили в парк, и он играл со мной в бейсбол и другие игры. Когда у меня были неприятности в малой лиге, он помог мне с ними справиться, и когда у меня были проблемы. В школе, он тоже мне помогал.

Моя бабушка,- продолжает он,- совсем другая. Она очень умная. Она тоже постоянно читает, и она всегда заставляла меня читать. Когда я был совсем маленький, она могла не переставая читать мне книги, разные рассказы. Моя бабушка потрясающе готовит'. Когда я прихожу к ним, она кормит меня шесть или семь раз в день,- и можно не сомневаться, что это и духовная пища тоже.

Как подтверждают эти высказывания мальчиков, подростки ищут пример для подражания поблизости к дому. По большому счету, они испытывают неподдельное восхищение перед наставниками из собственной семьи, и чаще, чем среди других людей, они находят своих героев и героинь среди своих родственников.

Поэтому родители и другие взрослые, кого волнует вопрос, насколько сильное влияние они могут оказать на своего стремительно растущего сына, могут быть спокойны: именно они, и никто иной,- те самые люди, к которым обращаются мальчики за примером, любовью и поддержкой. Как бы ни были подростки переменчивы и каким бы изнуряющим ни был порой для родителей и детей этот период испытаний, я верю, что для родителей очень важно слышать голоса своих сыновей-подростков и использовать любые возможности, чтобы укрепить свою связь. Когда родители поступают так, они закладывают основу для более значительных отношений с мальчиками, которые позже, когда мальчики станут мужчинами, расцветут еще большей искренностью и близостью.

Что родители и семья могут сделать

Когда родители спрашивают меня, что можно сделать, как выстроить надежные, динамичные, прочные отношения с сыновьями-подростками, я акцентирую внимание на нескольких моментах.

Честно обсуждайте трудности подросткового возраста . Хотя совершенно нормально стараться избегать сложных чувств, которые появляются между мальчиками и взрослыми в этот период, постарайтесь честно признать эти чувства. Будьте честны не только в том, что касается тех неясных эмоций, которые, как вы думаете, испытывает ваш мальчик, но и в том, что касается ваших собственных смешанных чувств. Например, если вы вдруг почувствовали зависть, что ваш сын уходит на выпускной ве чер, скажите ему: "Ты не поверишь, но часть меня хочет, чтобы я снова стал молодым и пошел с тобой на выпускной". Или если ваш сын постоянно куда-то бежит, а вам не хватает общения с ним, скажите ему, что вы уважаете его стремление к независимости, и будете ждать его позже. Существует большая разница между родителями, которые пытаются контролировать подростка или манипулировать им, и теми родителями, которые искренне хотят установить связь. Не важно, насколько жестко и независимо он себя ведет "снаружи", вы можете быть уверены, что ваш мальчик, даже когда он станет мужчиной, будет очень ценить ваши слова о том, что вы хотите провести с ним время. Как только вы и он научитесь уравнивать ваши потребности и оставаться взаимозависимыми, вам обоим станет легче проживать период его подростковости.

Устраивайте регулярные "свидания" со своим сыном . Родители много играют с сыновьями, пока те еще совсем маленькие, но позже, когда мальчики подрастают, забывают находить время для игрового взаимодействия с ребенком. Во время подросткового периода особенно важно устраивать регулярные "свидания" для общесемейного досуга. Будь то поход в кафе, чтобы поесть мороженого, спортивная игра или посиделки на диване за просмотром любимого телешоу - регулярный совместный отдых с сыном создает благоприятные условия для глубокого общения и доверия. Как мы уже говорили, многие

мальчики эмоционально раскрываются и лучше идут на контакт, когда у них есть возможность делать что-то вместе с тем, кого они любят. При том, что важно уважать потребность вашего сына в независимости (и давать ему необходимое время для реализации его интересов и исполнения обязательств), организуйте регулярную совместную деятельность.

Не тяните с разговором о сексе, наркотиках, не избегайте скользких тем . Как мы уже выяснили, игнорирование сложных тем, таких, как секс и сексуальность, СПИД, наркотики, депрессия, самоубийство не поможет оградить от них ваших сыновей. На самом деле, игнорирование этих тем может вызвать у вашего мальчика чувство стыда и подтолкнуть его к неверным решениям. Поэтому не теряйте времени. Как только вы увидите, что он достаточно зрел (это может произойти в разном возрасте), выберите подходящее место и время, убедитесь, что ваш сын не против разговора и приступайте к делу. Расскажите сыну откровенно обо всем, что вы знаете - и чего не знаете - об опасностях и сложностях подростковости. Предложите ответить на любые вопросы.

Если вы чувствуете себя неловко или боитесь говорить на эти темы, скажите ему об этом. Ваше честное признание в собственном смущении только предаст ему смелости говорить с вами. Если вы считаете, что не справитесь с разговором в одиночку, действуйте вместе с вашим супругом или организуйте семейный вечер вместе с другими вашими детьми (если у вас есть другие дети), или сходите куда-нибудь вместе с близкими друзьями и соседями, чтобы обсудить эти темы в компании.

Конечно, для вас обоих и для вашего мальчика совсем не просто начать обсуждать темы секса у подростков или наркомании. Вы оба будете мучительно думать, как далеко может зайти разговор, и переживете минуты стыда и неловкости. Но в конце концов, пережить это и справиться с неприятными чувствами намного легче, чем сражаться с мальчиком, который принял ошибочное или даже роковое решение, потому что никто не поговорил с ним об этом заранее. То, что вы подаете хороший пример, играет большую роль в передаче мальчику ваших ценностей. Предоставляя ему возможность поговорить с вами, задать множество вопросов, честно поделиться своими сомнениями - это именно то, что лучше всего поможет вашему сыну узнавать и уважать ваши ценности, которые вы хотели бы передать ему.

Чаще поощряйте . Как можно чаще находите возможность сказать сыну, как вы его любите, подчеркивайте все те черты, которые вы в нем особенно цените. Умейте чувствовать стыд, который он может носить в себе. Даже мальчик, который ведет себя уверенно и смело внешне, чувствует себя уязвимым и нуждается в одобрении своих родителей. Как мы уже видели, часто внешняя броня мальчика, состоящая из бравады и мачиз-ма, скрывает глубокие чувства незащищенности, одиночества и низкую самооценку. Один из самых эффективных способов помочь мальчику победить этих демонов - это искренне и подробно говорить ему обо всех тех качествах, которые вы в нем цените.

Важный аспект процесса подтверждения связан с зарождающимся у мальчика чувством своей мужской идентичности. Нашим мальчикам необходимо, чтобы мы дали им ясные и надежные ориентиры мужественности и поддерживали их, и тогда по мере приближения к мужской зрелости их уверенность будет расти. Как только у вашего подростка начинается период экспериментов с разными моделями поведения, которые он считает "мужественными" и "мужскими", подчеркивайте его успехи, вместо того, чтобы допускать комментарии, которые могут его смутить или пристыдить. Так например, скажите ему, что по вашему мнению, он хорошо выглядит (даже если его ранние усы слегка пушатся), похвалите его личные достижения (неважно, относятся ли они к типично "мужской" или "женской" сфере), и поддержите его, когда он начнет встречаться с девушкой. Будет лучше, если вы не будете поддразнивать его, когда он приведет домой свою подругу, напоминать ему, как тихо и отстраненно он порой ведет себя в присутствии сверстников, обвинять его, что он ведет себя как мужлан или стал совсем бесчувственным. Точно так же, в идеале, не стоит тащить его на аркане в спорт, если ему не хочется, говорить, что от него забавно

пахнет, когда он воспользовался отцовским одеколоном, или говорить ему, чтобы он взял себя в руки, если он однажды придет домой в слезах. Такого рода смешанные послания - некоторые предлагают ему следовать новому идеалу мужественности, некоторые подталкивают его в сторону общепринятых идей, а некоторые высмеивают его смелые попытки придать всему этому смысл - затрудняют формирование у мальчика его собственного здорового, сбалансированного ощущения мужественности.

Покажите, что вы понимаете трудности, с которыми сталкивается подросток . Очень полезно дать вашему сыну понять, что вы, как и его друзья по выживанию в пубертате, понимаете, какими жесткими могут быть испытания подростковой жизни. Если вы не знаете, какова жизнь современного подростка, очень важно, чтобы вы составили об этом наиболее полное представление как можно скорее. Люди, которые пропагандируют подход "просто скажи нет" или "никогда не соглашайся драться", абсолютно неправы, потому что их упрощенные директивы не имеют никаких точек соприкосновения с тем, с чем сталкиваются мальчики в своем мире, где авторитетны сверстники. В идеале вам нужно понять, что в сегодняшнем мире мальчиков считается классным, постараться войти в круг подростков и не быть при этом в их глазах "тряпкой". Чтобы защитить своего мальчика, вы должны постараться прочувствовать, что такое мир подростков.

Мальчикам очень помогает, когда вы показываете, что понимаете, как трудно ему иметь дело с давлением сверстников, общественными ожиданиями и другими испытаниями подростковой жизни. Поэтому, если вам удастся не сбиваться на снисходительную проповедь и удерживаться от того рода сожалений и сарказма, которые только усугубят у мальчика чувство стыда, часто лучший способ показать вашу любовь и понимание - это рассказать "боевые истории" из вашей собственной юности. Открывая свою собственную уязвимость как взрослый, вы помогаете подростку почувствовать, что он не одинок, что его чувства нормальны. К тому же это часто помогает мальчику начать делиться своими переживаниями. "Но то, что происходит со мной - это совсем другое", - может начать он, но потом углубится в описание своих переживаний, а это так важно для его счастья и благополучия.

Слушайте с пониманием . Если ваш мальчик начал делиться своими чувствами, постарайтесь слушать внимательно, с сочувствием, не перебивать. Если мальчик нашел в себе мужество снять маску и обнаружить свои уязвимые чувства, то больше всего ему нужен терпеливый, не осуждающий, внимательный слушатель. Когда вам хочется встрять с советом прямо сейчас или "ободрить" мальчика, просто попытайтесь слушать и дайте мальчику понять, что вы действительно понимаете то, что с ним сейчас происходит. Это поможет убедиться, что он не скрывается под маской и не прячет внутреннюю боль, что, как мы знаем, может означать депрессию. Сами по себе вопросы о том, что он переживает или вопрос "что я могу сделать, чтобы твоя ситуация улучшилась?", могут помочь мальчику самому увидеть способы улучшения ситуации.

Сделайте дом безопасным местом . Наконец, сделайте все возможное, чтобы ваша семья и дом стали убежищем, где можно спрятаться от подростковой культуры и двойственных требований общества. Оставаясь в зоне доступа, подходя ближе или дальше в зависимости от ситуации, вы сможете создать безопасное место, где ваш мальчик, защищенный от стыда и насмешек, сможет переживать свои подлинные эмоции, свою уязвимость. Иногда самый мудрый совет - это совет Хаима Гинота: "Не делайте ничего. Будьте рядом!" В идеале, вы создадите для мальчика то, что я называю "вращающейся дверью". Не настаивайте, не принуждайте, не приставайте к нему, когда он не готов к разговору, но дайте ему знать, что когда он почувствует, что момент пришел, его ждет за этой дверью время доверия. По мере взросления вы сможете передать контроль за этой сферой вашему сыну, предоставляя ему выбирать, когда и как происходит общение "родитель-сын", вы дадите мальчику индивидуализироваться в его собственном темпе. Хотя порой это может выглядеть как эмоциональные "американские горки" - давать вашему сыну отталкиваться и притягиваться, держаться и уходить, искать контакта и скрываться - это гораздо эффективней, чем ударяться в политику невмешательства, которая выдаст

отсутствие у вас интереса, или ставить ваше собственное желание близости и товарищества выше стремления молодого мужчины самостоятельно стать самим собой. Поэтому сделайте ваш дом тихой гаванью для настоящих мальчиков, где и вы, и ваш сын сможете наслаждаться теми возможностями, которые дает под-ростковость для роста, обновления, общения. Ибо я верю, что, сделав это, вы заложите фундамент для нового качества близости, которое обретет окончательную форму, когда ваш мальчик станет мужчиной.

8. Мальчики и дружба

"Я ему рассказываю обо всем. Что происходит хорошего, что плохого. Все. Это так важно, чтобы был кто-то, с кем можно поговорить". Шон, 17 лет, о своем лучшем друге Джоне.

Но поводу мифа о мальчике-одиночке

Из-за того, что наше общество преследуют стереотипные тендерные представления о мифических мальчиках и мужчинах как стоических одиночках, которые расцветают в одиночестве, мы неверно понимаем и недооцениваем мальчишескую дружбу. Психологи часто не замечают тех специфических мальчишеских способов показать свое стремление к человеческой близости и контакту. Они недооценивают то, насколько жизнь мальчиков зависит от их ближайших друзей женского и мужского пола. Мое исследование показывает, что, возможно, гораздо больше, чем мы когда-либо подозревали, близкие дружеские отношения имеют первостепенную важность для мальчиков.

Мы недооцениваем мальчишескую дружбу отчасти потому, что, на первый взгляд, она может показаться не такой значительной и эмоционально глубокой, как дружба между девочками. Однако при ближайшем рассмотрении оказывается, что мальчишеская дружба невероятно глубокая и насыщенная. Она просто живет по другим законам и выражается иначе, чем у девочек.

Чтобы оценить мужскую дружбу в полной мере, мы должны отбросить все традиционные женские критерии интимности и привязанности. Сделав это, мы будем удивлены тем, что психиатр Гарри Стэк Салливан назвал "настоящей мужской дружбой" - это особое чувство товарищества и любви, которое связывает мальчиков. Например, на публике, и особенно среди наблюдательных сверстников, мальчики часто показывают свою привязанность к другим мальчикам через активное поведение. Они могут гоняться друг за другом, вместе залезать на дерево, играть друг с другом в теннис. Это поведение можно назвать совместной деятельностью или симпатией через действие. В таких ситуациях мальчики обычно воздерживаются от тех задушевных бесед один на один, с которыми у нас ассоциируются девочки. У мальчиков тоже бывают такие моменты задушевных разговоров, но они случаются в приватной обстановке, подальше от компании, где подобное общение может привести к стыдной или затруднительной ситуации.

Более того, мое исследование показывает, что в дополнение к чисто мужской дружбе, большинство мальчиков способно устанавливать нормальные, позитивные и глубокие отношения с девочками. Это открытие опровергает миф, что мальчики пред-подросткового возраста "менее зрелые", чем их ровесницы-девочки и что из-за разницы в подходах к игре мальчики и девочки не могут устанавливать значимые контакты друг с другом. Это также развенчивает миф, будто мальчики-подростки не способны на дружбу с девочками, не проявляют к ней интереса и что мальчики в этом возрасте воспринимают любовь, привязанность и эмпатию только в контексте сексуальных побед. В моем исследовании обнаружилось, что мальчики не только способны на глубокую платоническую дружбу с девочками, но что они хотят этого и ценят такую дружбу за эмоциональную поддержку и

повышение своей самооценки.

Положись на меня. Мальчики помогают мальчикам

Выражение лица семнадцатилетнего Шона смягчается, когда я спрашиваю его о друзьях. "Мои друзья на самом деле мне помогают",- говорит он, и в его голосе слышится нежность. Как афроамериканец, живущий в преимущественно "белом" городе, Шон сталкивается с предубеждениями и невежественностью. Он невысокого роста, и другие мальчики часто дразнили его.

"В последние два года стало легче,- говорит Шон,- потому что у меня появилась компания друзей, которые знают меня настоящего и принимают меня. Мне не нужно меняться, чтобы угодить им".

Шон особенно благодарен своему лучшему другу Джону, с которым он знаком с пятого класса. Шон и Джон каждый вечер говорят по телефону. "Я ему рассказываю обо всем. Что происходит хорошего, что плохого. Все. Это так важно, чтобы был кто-то, с кем можно поговорить".

"Мы выпили пива, я был очень пьян и меня мутило. Я потерял сознание и упал, а Джон позаботился обо мне. Он взвалил меня на спину и отнес домой. Он принес меня к себе домой и уложил в свою кровать. Это был поступок. Он фактически спас меня. Мне было реально плохо той ночью. Если бы он оставил меня среди тех взрослых парней, которых мы почти не знали, кто знает, что могло бы случиться. Я мог умереть".

Джон, очевидно, центральная фигура в жизни Шона. Джон - его доверенное лицо, его лучший компаньон, а порой и его защитник. Он бы доверил Джону свою жизнь. Наверное, самое удивительное в истории Шона - то, что это совсем не редкость для сегодняшних мальчиков. Практически все мальчики, которых я интервьюировал для своего проекта "Слушая голоса мальчиков", говорили как минимум об одном друге, который им особенно близок. Они охотно описывали этих друзей как людей, которые поддерживают их, заботятся о них и понимают! так, как никто другой.

Мальчики стремятся дружить с другими мальчиками. Когда мы спрашивали их в интервью: "Исходя из собственного опыта, что бы ты посоветовал мальчикам младше себя?" Ответы неизбежно сводились к дружбе:

"Найди себе близкого друга пораньше... потому что люди вокруг болтают всякое, и если у тебя есть хороший друг, они не будут слушать эту ерунду, у тебя может быть немного друзей, но сила вашей дружбы важнее количества".

"Пока ты молод, постарайся дружить с разными людьми. Я думаю, что это мне очень помогло... понять, какие люди на самом деле, без ярлыков"

"Не связывайся с дурными людьми. Уважай своих друзей, это те, кто прикроет твою спину. Если ты теряешь их, то ты теряешь все". Эти мальчишеские связи следуют кодексу честности и существуют сами по себе. Наше исследование показало, что в этом кодексе скрыты правила дружбы, такие как "сохраняй спокойствие", "не горячись", "защищай своих друзей".

Семнадцатилетний Майкл описывает, как его лучший друг помог ему пережить самые тяжелые дни тинейджерства. Он познакомился с Крисом пять лет назад, когда они начали ходить в одну школу. "Это была первая дискотека в седьмом классе. Я озирался вокруг: "Боже мой, повсюду девчонки!" Я долго вел уединенную жизнь. Все девочки были у одной стены, мальчики --у другой, знаете, как это бывает на детских дискотеках. А Крис был рядом с девочками. Он был одним из двух или трех мальчиков, которые общались с девочками, и я подумал: "Вау, мне бы у него поучиться". И Майкл решил завязать дружбу с этим сообразительным мальчишкой, надеясь с его помощью стать более общительным.

И хотя поводом для дружбы послужили утилитарные цели, она выдержала личностные испытания и проверку временем. В прошлом году, когда у Майкла была черная полоса в

жизни, Крис поддерживал его. Он выслушивал его, не стыдя. "Крис был тем человеком, которому я всегда мог доверять и который всегда был готов помочь мне. Он был рядом. Я знаю, что могу доверять ему". Позже, когда Майкл почувствовал, что не может довериться своим родителям, он во всем полагался на поддержку Криса. "Я многого не говорил им, потому что они обращались со мной, как будто я маленький. Они все время хотят защищать меня. Они бы не поняли, почему мне грустно, и это только расстроило бы их".

Майкл почувствовал, что его дружба с Крисом спасает его от новых приступов меланхолии. "Когда случается что-то по-настоящему плохое, ты неизбежно чувствуешь себя плохо, но твои друзья - это что-то вроде страховочной сетки, которая не дает этому изначальному порыву развиваться и тащить тебя за собой вниз".

Отношения между Крисом и Шоном иллюстрируют, как мальчики ценят своих друзей и заботятся о них. Мое исследование показывает, что мальчики очень полагаются на своих друзей, которые помогают им переживать эмоциональные взлеты и падения. В противоположность образу замкнутого антисоциального мачо, у большинства мальчиков есть несколько хороших друзей, которым они доверяют.

Гендерные стереотипы и гомофобия

В нашей культуре мальчиковая дружба недооценивается потому, что мы недооцениваем все эмоциональные потребности и возможности наших мальчиков. Как мы уже обсуждали, даже малышей стыдят за любые проявления зависимости, грусти, уязвимости. В соответствии со старым Мальчишеским кодексом, мы ждем, что мальчики будут маленькими мужчинами: сильными, независимыми, автономными. Мы ограничиваем то, насколько сильно они могут проявлять свои чувства перед другими. Общество учит нас, что мальчики (и мужчины) не так уж и нуждаются в друзьях, близких личных отношениях и связях. Более того, общество часто воспринимает открытое проявление мальчиками эмпатии и приязни как нечто неприличное.

Один мальчик, Мэтт, рассказал нам, что у него в прошлом году была депрессия, но он не мог обратиться за помощью из-за неписаных законов мужественности:

"Трудно быть парнем, потому что ты не можешь рассказать о своих чувствах. Ты должен справляться со всем в одиночку. Девочки могут пойти и поговорить с кем-нибудь. Мальчикам это не позволено". Мэтт мог поговорить со своим лучшим другом, Джимом, и это давало ему облегчение, но он никогда не показывал свою хрупкость ни своим родителям, ни другим друзьям. Он говорил только с Джимом, один на один, где их не могли подслушать родители или кто-то еще.

Мальчиков с раннего возраста учат ограничивать способы инициирования и выражения дружбы. Не одобряются разговоры о проблемах, особенно о таких проблемах, которые сопровождаются сожалениями, сомнениями, грустью. Фактически, их учат не говорить ни о чем серьезном из страха создать впечатление слабого, уязвимого, нуждающегося - словом, немужественного. Двенадцатилетний Алан объясняет так: "Я рассказываю Кевину о своих делах, но только в выходные, когда мы не в школе. Если мы будем обсуждать такие вещи в школе, про нас будут говорить, что мы ведем себя, как девчонки". По словам четырнадцатилетнего Скотта, "тебя назовут слабаком, если ты начнешь говорить сентиментально, как какая-нибудь Опра⁷". Питер Эган, автор ТВ-шоу для подростков "Школа в Ласковой долине", согласен с ним. Он говорит, что в его шоу в нескольких сценах мальчики говорят о своих эмоциях. Эган продолжает: "Такого просто не может быть. Мальчики так себя не ведут. Мальчик знает, что если он начнет говорить так слащаво, то его засмеют и обзовут педиком".

⁷ Опра Уинфри - известная американская телеведущая. (Прим. переводчика).

Действительно, страх - страх быть названным педиком, рохлей, мальчиком на побегушках, быть заподозренным в женственности или гомосексуальности - удерживает мальчиков от того, чтобы свободно вступать в серьезные эмоциональные разговоры с другими. Порой это даже мешает мальчикам сказать, что им кто-то небезразличен. Это мешает им выражать свою симпатию другим физически. Взрослые не ценят ту нежную, искреннюю дружбу между мальчиками, какую, за редкими исключениями, мы поощряем у девочек.

Меня недавно посвятили в один грустный эпизод из жизни двух третьеклассников. Этот инцидент показывает, как неверно воспринимается открытое выражение привязанности среди мальчиков. Томми и Чарли очень сдружились за летние каникулы после третьего класса. Когда они узнали, что в следующем учебном году будут учиться в одном классе, они не могли дождаться осени.

В первый день их новая учительница, миссис Хатчинс, попросила учеников переписать домашнее задание и начать решать задачу по математике. Чарли опоздал, и вошел, когда класс уже сидел. Томми увидел, как входит его друг. И, прежде чем Чарли успел сесть, Томми радостно бросился через весь класс и сердечно обнял друга. Миссис Хатчинс обернулась, чтобы посмотреть на них, и ей это показалось "потасовкой" на глазах у всего класса. Пораженная, она отправила их обоих в кабинет директора.

"Мы не дрались,- объясняли мальчики директору мистеру Аткинсу,- мы просто обнимались".

В доказательство Чарли запечатлел поцелуй на голове Томми и добавил: "Мы лучшие друзья. Мы любим друг друга".

Это не произвело впечатления на мистера Аткинса. "Я думаю, миссис Хатчинс ошиблась, когда подумала, что вы деретесь. Но такое чувственное поведение недопустимо в школе. Сейчас вы пойдете обратно в класс, но я хочу, чтобы ваши родители подписали вот эти письма".

Мистер и миссис Симмонс, родители Чарли, потом рассказали мне, что содержание письма поставило их в тупик. "Чарли, как понять, что твое поведение в классе недопустимо сексуальное? Что именно произошло?"

"Я просто обнял Томми".

"В этом нет ничего плохого",- сказали родители Чарли.

На следующее утро миссис Симмонс сидела в кабинете мистера Аткинса. "Нам нравится искреннее поведение нашего сына. Почему вы наказали его за это?"

"В уставе школы сказано, что неприличные касания и проявления сексуальности строго запрещены",- сказал директор.

"Вы хотите сказать, что если две девочки из четвертого класса делают что-то вместе и одна обнимет другую, миссис Хатчинс испугается насилия, и вы отправите их домой за сексуальную активность?"

Глаза мистера Аткинса расширились, он колебался. "Мы должны учитывать обстоятельства конкретной ситуации",- Сказал он наконец.

Миссис Симмонс ушла, надеясь, что директор переосмыслит Свою позицию. Но ей было грустно, она размышляла, должна ли она поговорить с сыном о том, что ему следует сдерживать Проявление своей привязанности к Томми в школе, чтобы избежать в дальнейшем проблем.

К сожалению, убеждения мистера Аткинса, что дружба Между мальчиками - это нечто сексуальное и недопустимое, Не являются чем-то необычным. Тендерные ограничения в сочетании с абсурдом приводят к параллели между мальчишеской симпатией и взрослой мужской гомосексуальностью и к Созданию ограничивающей среды. Мальчиков разводят, если они демонстрируют хотя бы толику искренней любви или привязанности друг к другу. Это ошибочное восприятие - форма гомофобии - прискорбно еще и тем, что оно может разрушить мальчишескую дружбу до того, как она возникла. А это, по иронии судьбы, в свою очередь может заставить нас сомневаться, Способны ли мальчики на глубокую дружбу.

И, как мы видели в Седьмой главе, это толкает мальчиков к наркотикам и алкоголю как средствам временно заглушить стыд, который они испытывают из-за своей потребности в дружбе, любви, привязанности.

Стоит ли удивляться тому, что общество, которое не ценит дружбу мальчиков, воспитывает мужчин, которым не удастся "дружить" во взрослых отношениях с женщинами? Если мы разлучаем и стыдим мальчиков, которые показывают привязанность друг к другу, как мы можем винить мужчин в том, что они не способны проявлять несексуального рода симпатию к женщинам? Аналогично, почему мы ставим мужчинам в вину их неумение сочувствовать женщинам, если мы не даем мальчику обнять друга, который нуждается в поддержке? Ответы на эти вопросы надо искать в наших тендерных стереотипах и позоре, которым мы давим мальчиков, восстающих против них. Я Давно думаю о том, что мальчик, способный открыто выражать свои эмоции, не только не тряпка и не мамсик, а герой, и его поступок - это настоящая храбрость. В идеале, такого рода незадавленная любовь и забота между мальчиками должны быть привычными и не требовать отваги. В идеале, это должна быть черта каждого "настоящего мальчика", то, что мы ценим в нем.

Как мальчики играют

Я недавно ходил на игровую площадку начальной школы и наблюдал, как мальчики шумно играли в кикбол⁸. Невысокий мальчик по имени Брайан с волнением ждал своей очереди бить. С другого конца поля мальчик постарше дразнил его: "Эй, Брайан, Брайан! Ты мячик ударил?" Порадовавшись своему остроумию, он продолжил: "Ты от нас не уйдешь. По мячу не попадешь". Вскоре другие мальчики из его команды подхватили. Рэппер-обидчик был явно доволен собой, пока кто-то из команды Брайана не закричал: "Эй, Крузи, заткнись".

Когда Брайан пнул маленький грязный мяч, его противники разразились уничижительными криками.

Девочки играют по-другому. В гимнастическом зале четыре девочки взбираются наверх по веревочной лестнице и потом спускаются с горки, обычно парами, они крепко держатся друг за дружку и кричат в унисон. Еще три девочки играют рядом с домом. Одна с серьезным лицом показывает танец: руки подняты, ноги притопытывают, голова картинно запрокинута назад. Школьная королева румбы. "Так, теперь вы",- говорит она подругам, закончив. Подруги с хихиканьем и не так уверенно повторяют ее шаги. "Учительница" хлопает в ладоши и восклицает: "Отлично!" Вскоре они уже танцуют и кружатся вместе.

Подобные сцены можно увидеть на любой игровой площадке по все стране. Исследователи, изучавшие игру младших школьников, выявили повторяющиеся элементы. Мальчики и девочки на игровых площадках объединяются в группы по половому признаку. Игра этих групп отличается разительно. Мальчики предпочитают активные, соревновательные игры. Девочки, напротив, обычно играют сообща в небольших группах. Мальчикам нравятся структурированные игры, с установленными правилами и ходами. Насмешки, хвастовство, соперничество - это часть игры. Мальчики часто спорят во время игр, но их споры редко прекращают игру. Когда не удается договориться, они обращаются к книге с правилами или начинают игру сначала. Они уважают правила, по которым ведется игра и стараются поддерживать справедливость по отношению ко всем участникам. Они учатся, как сказал один учитель, "спорить и не держать зла". Другими словами, мальчики "согласны на несогласие". Их дружба упруга и выдерживает даже самые жесткие игры и споры.

Игры мальчиков соревновательны и всеохватны. В их игре создается площадка, на которой каждый соизмеряет свои навыки с навыками других. Конкуренция проникает во все

⁸ Кикбол - подвижная игра, что-то среднее между бейсболом и футболом (Прим. переводчика)

сферы жизни мальчиков. Как нам сказал один мальчик из школы для мальчиков: "Мальчики всегда соревнуются, в классе или на спортплощадке. Вы везде увидите эту гонку за позицией. Кто кого лучше? Кто лучше всех выглядит? Кто номер один? Не важно, что ты делаешь, ты всегда соперничаешь с другим парнем за что-то".

Дух соперничества, однако, - это не триумф над другим, а взаимный вызов. Трудясь бок о бок, мальчики, как мы увидим в Главе 11, пытаются достичь своего собственного личного максимума. Соревнования среди мальчиков - это соревнование с другим, а не против. Мальчикам доставляет удовольствие утвердиться перед другими ребятами. Им нравится, когда их присутствие замечено и оценено. Им нравится ощущать свою компетентность в действиях и заданиях, где участвуют другие мальчики. Действительно, исследование показывает, что мужчины, которые помнят ощущение собственной силы в игре с другими мальчиками, в будущем формируют более высокую самооценку. И наоборот, мужчины с низкой самооценкой рассказывают, что в детстве они чувствовали свою ненужность в отношениях с другими мальчиками, они не ощущали, что их любят и ценят другие мальчики, или чувствовали себя так, как будто они проигрывают соревнование. Донни, один из юных участников проекта, выразил это так: "Мне кажется, что наша дружба возникла из-за того, что у нас общие интересы, творческие, и мы оба довольно умные, поэтому нам интересно разговаривать... Но... у меня с моим лучшим другом есть некоторая конкуренция, так как мы учимся в одной школе... но это мягкая конкуренция, очень сдержанная".

Прочные узы, которые возникают между мальчиками в совместной игре, не так очевидны, как соревновательность и соперничество. Много примеров замечательной дружбы родилось в общих играх на баскетбольной площадке или в бойскаутских походных лагерях. Это прекрасно иллюстрирует немного странный фильм "Война пуговиц", действие которого происходит в маленьком ирландском городке. В фильме мальчики разделились на два враждующих лагеря. Их псевдосражения серьезны и длительны. Когда мальчику не везет, и он попадает в руки противников, он лишается пуговиц, галстука и ремня. Ближе к концу фильма, лидеры команд - Джером и Фергюс - остаются одни. Они сидят вместе, и Джером спрашивает Ферпоса: "Почему мы враждуем?", - на что Фергюс отвечает мимоходом: "Да просто так, нипочему". За этим следует отчаянная битва подушками. Финальная сцена - это кадр, где Джером держит Ферпоса, и оба мальчика хохочут. Зритель чувствует, какая мощная связь между ними. Мужская дружба может возникнуть при самых невероятных обстоятельствах. В этих стычках, ссорах и заговорах друг против друга растет привязанность и уважение мальчиков друг к другу.

Игры девочек обычно завязаны на разговоры и социализацию внутри небольшого круга подруг. Откровенность укрепляет дружбу девочек. Девочки скорее будут спокойно обсуждать, нежели кричать или спорить. Когда возникает конфликт, девочки обычно прекращают игру до тех пор, пока проблема не будет решена, и решение удовлетворит всех участников. Девочки будут проговаривать ее, прежде чем обратиться к сборнику правил. Чувства подруг заботят их больше, нежели продолжение игры. Исследование показывает, что в ответ на вопрос, в каких ситуациях они бывают особенно довольны собой, девочки вспоминают о случаях, когда они помогали подругам. Кроме того, если мальчиков больше заботит справедливость и следование правилам, девочки больше беспокоятся о том, чтобы остаться в кругу друзей. Для девочек очень важно, нравятся ли они другим и возьмут ли их в игру.

Я беседовал с дочерью друга о клубе "Бини бэби"⁹, и она рассказала: "Мы организовали наш клуб для Бини Бэби. Нам нравится собирать их и торговать ими,- сказала семилетняя Джесси Стритер. - Это очень весело, потому что мы можем собираться вместе и играть с Бини Бэби, даже если родители мне их больше не купят".

Сестра-близнец Джесси, Элисон, продолжает: "Мы думаем о количестве участников. У

⁹ Бини бэби (Beanie Baby) - популярные мягкие игрушки, набитые шариками. (Прим. переводчика).

нас уже есть четыре участницы, и мы хотим принять еще одну, но так, чтобы никого не обидеть. Мы не хотим, чтобы нас было слишком много, потому что тогда не будет так весело".

"Весь процесс довольно сложен,- рассказывает их мама. - С тех пор, как эта идея возникла у них несколько недель назад, они каждый вечер на телефоне, обсуждают действия, выбирают даты, принимают непростые решения о приеме новых членов".

"Я хочу позвать Сару, и Элли хочет Сару, но Элисон хочет Перри,- говорит Джесси. - Если мы возьмем Сару, то тогда Синтия может разозлиться, потому что Сара и Синтия - лучшие подруги. А если мы возьмем Перри, тогда Элли и я будем недовольны, потому что считаем, что Перри слишком командует".

Миссис Стритер удивлена и впечатлена происходящим. "У нас было несколько очень хороших разговоров о людях, о компромиссах и о человеческих чувствах".

Как сестры Стритер и их друзья, многие девочки легко обго-навивают и обсуждают условия игр, в которые они играют. Результат их интересует меньше, чем то, кто будет участвовать и как это отразится на других играющих.

Разумеется, игры мальчиков и девочек не всегда вписываются в узкие категории. Мы все знаем мальчиков, которые избегают шумных игр и девочек, которые легко включаются в Подвижные соревновательные игры типа баскетбола, футбола, хоккея. У многих девочек развито чувство соперничества, а многие мальчики чрезвычайно заботятся о том, чтобы нравиться другим и быть принятыми в "центральную" игровую группу. Между тем, понимать общие тендерные различия в подходах к игре важно, потому что эти различия способствуют появлению неверных представлений о детской дружбе.

Что касается мальчиков, часто в этих буйных играх и рождается их дружба. В процессе шумной беготни, когда мальчики ищут, куда можно приложить свою энергию и стремятся к превосходству в компании приятелей, они строят свои отношения. Гарри Стэк Салливан говорит о важности этой близкой дружбы для мальчиков. Он описывает мальчишескую дружбу как форму любви. Посредством этих "любовных" связей, говорит он, мальчики формируют более адекватный образ себя, сильное чувство личностной значимости и обогащают самооценку.

Что есть близость для мальчиков и для девочек

Близость является неотъемлемой частью дружбы. Как мы уже видели, мальчики достигают значительной близости в своих взаимоотношениях с другими мальчиками, хотя они воспринимают это иначе, чем девочки. Из-за социальных табу, которые удерживают мальчиков от открытого выражения своей привязанности, глубина их связей оказывается скрыта. Их близость тиха, уединенна, почти невидима. Ученый Скот Свэйн определил мужской тип близости как "тайная интимность", это интимность, которая проявляется незаметно и беззвучно.

Когда лучший друг мальчика уезжает из города на все лето, он, скорее всего, обнимет приятеля на прощание, когда никого нет рядом. Когда куортербек¹⁰ делает отличный бросок и решает исход игры, игроки из его команды скорее на бегу хлопнут его по спине или кратко похвалят: "Отличный бросок" или "Хоро шая работа",- нежели скажут ему, как они им гордятся. Чтобы прояснить особенности мальчишеской близости, Свэйн говорит о "дружеском поведении, которое транслирует позитивное и обоюдное чувство значимости и важности его участникам". Иными словами, интимность заключается в поведении, помогающем людям почувствовать свою близость другим.

¹⁰ Куотербек (quarterback) - распасовщик, играющий помощник тренера в американском футболе. (Прим. переводчика).

Важно поддерживать мальчиков в этом опыте близости. Я со-петую родителям мягко стимулировать их. Папы могут рассказывать истории об их собственных друзьях. Мамы могут поделиться своим опытом особенной детской дружбы с девочками или мальчиками. Родители могут поощрять это поведение слонами вроде "здорово, что ты похвалил Бобби за его отличный бросок" или "пригласить Хэла на ужин - это прекрасная идея, ОН, должно быть, очень рад вашей дружбе, особенно сейчас, когда его папа уехал". Не создавая неловкости, мы даем ему понять, что привязанность между мальчиками драгоценна и что та близость, которую он испытывает, не только допустима, но и достойна восхищения.

Мальчики тоже говорят

Одно из самых удивительных открытий, к которым я пришел после интервью,- это то, как много эти якобы невербальные мальчики говорят. На самом деле, если верить некоторым из них, они соперничают с сестрами за телефон.

Гай сказал, что он разговаривает со своим лучшим другом Конором по меньшей мере дважды в день. "Когда я прихожу домой ИЗ школы, перед тем, как ложиться спать. А потом утром мы идем в школу, и он звонит мне из машины, когда они подъезжают. В общем, мы много болтаем". Эти мальчики обсуждают все с "девчачьей" разговорчивостью. "Мы говорим обо всем: о спорте, девчонках, школе, родителях. Мы очень схожи, и он воспринимает многое так же, как и я".

Шестнадцатилетний Эд, говорит, что его дружба с Джамалем держится на шутках и разговорах: "Мы одинаково думаем и много смешим друг друга. Я думаю, что он самый прикольный парень из всех, кого я знаю, а он думает, что я самый веселый из всех его знакомых. С ним очень легко говорить. Я знаю, что я могу позвонить ему и рассказать практически обо всем. Иногда я хочу говорить ни о чем - просто шутить и смеяться, И порой мне бывает нужно что-то с ним обсудить: что мне делать и что он об этом думает. Есть вещи, о которых не будешь говорить с кем попало, и это здорово, что я могу поговорить с мим".

Снова заметим, что у этих разговоров есть скрытый смысл. Эд рассказывает Джамалю то, что не может рассказать никому другому. Гай и Конор разговаривают дома. Никто не знает, насколько глубоко эти мальчики общаются, кроме, пожалуй, телефонной компании и родителей, которые оплачивают телефонные счета.

Порой ожидания мальчиков и девочек от разговора отличаются. Например, они могут выражать свою симпатию разными способами. Когда мальчикам грустно, они часто ждут, что друзья будут в разговоре подбадривать их. "У меня всегда есть рядом кто-то, кто мог бы подбодрить меня, поэтому я не так часто расстраиваюсь. Когда что-то идет не так, я рассказываю об этом своим друзьям и снимаю камень с души",- говорит пятнадцатилетний Куртис.

Шон рассказывает: "Когда моим друзьям плохо, я стараюсь поговорить с ними, подбодрить их, потому что я знаю, как это мне помогает. Нет ничего хуже, чем грустить и расстраиваться, когда рядом нет никого, с кем можно поделиться".

При этом, когда мальчики грустят, они не всегда ждут, что друзья подставят им плечо, чтобы поплакаться. Наоборот, мальчики часто начинают поддразнивать и задирать друг друга, если эмоции слишком накаляются. Когда у Пола была черная полоса, он обратился к Тиму. "Обычно все заканчивалось тем, что мы справлялись с проблемами при помощи юмора,- говорит Пол. - Мы всегда их высмеивали. Так легче с ними справиться".

Джереми рассказывает, как Бретт подшучивает над ним, чтобы подбодрить. "Как-то у меня было ужасное настроение. Тем утром я разбил свою машину и из-за этого опоздал на час. Бретт начал задирать меня. Дразнить по-всякому. Это совсем не было связано с машиной. Я снял кроссовки и через секунду они исчезли. Я разозлился и хотел уйти: "А ну отдай их мне". Он поднял их повыше и в конце концов я расхохотался и напал на него с кулаками".

Действительно, часто мальчики ждут от своих приятелей несогласия. Несогласие - это способ отточить умение воспринимать эмоционально нагруженные темы. Как объяснил Тони: "Я думаю, что это важно (разговаривать)... Ну, я считаю, что это полезно, потому что это определенно хорошо увидеть чужую точку зрения, и полезно знать, почему они не согласны... это помогает пересмотреть свое решение, и это очень полезно".

Мальчики могут избегать прямых выражений симпатии. Фразы типа "ох, бедняга" некоторыми мальчиками будут восприняты как покровительственные, подразумевающие неполноценность "бедняги". И, хотя может быть нормально показать слабость близкому другу, это вовсе не лучшее решение для мальчиков с их чувствительностью к стыду. Мальчики предпочтут, чтобы друг сказал: "Дело дрянь" или "Не может быть! Это просто бред!" или "Да, хреново! Пошли погоняем мяч" вместо "Как и могу тебе помочь почувствовать себя лучше?" или "Как ты это все переживаешь?"

А когда мальчики растеряны или расстроены, они предпочтут откровенный совет. Джереми говорит, что он обращается к Бретту за советом, когда у него возникают сложности. "Я могу поделиться с ним, потому что он сам переживает почти то же самое. Куча ситуаций, когда я рассказываю ему о чем-то, а он дает мне честный ответ. Я знаю совершенно точно, что он даст мне лучший совет, на какой способен".

Предубеждения и "слепые пятна". Причины, по которым мы не пеним дружбу мальчиков

Как мы видели, наши трудности в оценке значимости мальчишеской дружбы проистекают отчасти из наших предубеждений и "слепых пятен". Исследования детского поведения, разумеется, тоже не свободны от их влияния. В целом, многие исследователи не заметили важность взаимоотношений мальчиков, потому что использовали знания об отношениях девочек или о взрослой женской дружбе.

Формула мальчишеской дружбы: энергия, преданность, смех и совместное действие в качестве инструмента для понимания отношений между мальчиками. К сожалению, эти исследователи неверно понимали поведение мальчиков, а мы как общество часто принимаем эти неверные выводы.

Чтобы понять, как высокообразованные исследователи искажают наше представление о мальчиках, вспомним работу известного психолога Элеанор Маккоби, которая в широко известном исследовании 1990 г. изучала различия в способах вербальной коммуникации у мальчиков и девочек. В этом исследовании Маккоби пришла к выводу, что мальчики используют речь, чтобы достичь эгоистических целей, таких как очерчивание и защита своей "территории". Среди девочек, по ее словам, диалог - это процесс социального сближения, используемый для создания чувства близости, а не соперничества.

Речевые паттерны мальчиков она назвала рестриктивными, стремящимися к срыву интеракции. "Примером тому - утрашение напарника, прямое несогласие или вмешательство, резкий иронический ответ на чужую историю, хвастовство или другие формы саморекламы", - пишет она. Для сравнения, она называет речевые паттерны девочек активизирующими, что означает, что "принимая чужое высказывание или выражая согласие", девочки стимулируют развитие разговора. Она приходит к выводу: "Я полагаю, активизирующий стиль является причиной того, что женщины и девочки способны устанавливать более близкие и сплоченные взаимоотношения. Также я считаю, что за рестриктивной интеракцией мальчиков и нехваткой у них раскрепощенности, стоит мужская озабоченность сферами влияния и доминированием".

Утверждения Маккоби, разумеется, основываются на ряде допущений. Она говорит, что активизирующий речевой паттерн девочек стимулирует продолжение диалога и тем самым приводит к большей интимности. Эта позиция исходит из гипотезы, что разговор равен интимности. Как мы видели, близость может возникнуть из любой общей

деятельности, которая объединяет людей. Интимность может родиться из совместной деятельности, в которой находят выражение забота и эмпатия. Маккоби также исходит из того, что "несогласие" или "иронизирование по поводу чужой истории" обязательно лимитируют взаимодействие. Между тем, по моему мнению, у мальчиков, вероятно, привыкших к поддразниваниям, противодействие, наоборот, может продлить оживленное обсуждение. А подтрунивание над чужой историей может оказаться приглашением продолжить рассказ.

Другие исследователи также поспешно объявляют маленьких девочек экспертами в деле отношений, а мальчиков - отстающими. Дебора Таннен, автор книги "Ты просто не понимаешь", предложила девочкам и мальчикам из второго класса поговорить "о чем-нибудь серьезном". Девочки рассказывали истории о несчастных случаях и болезнях, которые случались с их любимыми людьми. Мальчики при этом не могли усидеть на месте и поддерживать "серьезный" разговор. Они бегали по комнате, отпускали грязные шуточки, искали во что бы поиграть и чем бы заняться, высмеивали и дразнили друг друга. Таннен интерпретировала происходящее как демонстрацию девочками их врожденного умения быть в отношениях, и потребность мальчиков в статусе, независимости и действии, которая подменяет собой отношения.

Таннен и Маккоби, по всей видимости, уверены, что мальчики настолько озабочены конкуренцией друг с другом и собственным превосходством, что бывают грубы с чужими чувствами и теряют способность к значимой близости с другими.

Если мы поймем этапы развития мальчиков, мы взглянем на это поведение по-другому. Например, я бы предположил, что мальчики в исследовании Тэннен не столько юные последователи Макиавелли, озабоченные лишь властью и доминированием, а те самые наши "настоящие мальчики". Эти мальчики стараются подружиться, быть принятыми группой, избежать отвергнутости и унижения. Если мы переместим фокус с дружбы на то, что психологи называют "просоциальным поведением" - действиями в интересах друга или производимые совместно с другом - мы обнаружим, что эти мальчики на самом деле находятся на ранней стадии того процесса, который я называю "совместной деятельностью", а психолог Рональд Левант описывает у взрослых мужчин как форму "эмпатии через действие".

Мальчик знает, что если он сядет и расскажет о своих незавидных оценках, о болезни матери или одиноких выходных, он нарушит Мальчишеский кодекс, кодекс мужественности. Отвечая на требование исследователя говорить серьезно, он может испытать стыд и унижение. Зачем мальчику снимать свою защитную маску мачо для исследователя, которого он едва знает и которому он вряд ли доверяет? Что большинство мальчиков сделает вместо этого - они будут энергично не подчиняться. Строптивость мальчиков, их сквернословие могут отражать их напряженность из-за невыполнимого задания.

Фактически, в большинстве наблюдавшихся случаев групповое поведение мальчиков происходило из этого компенсаторного ответа. Мальчики знают, что им надо притворяться, чтобы выйти из этого положения, что надо носить маску кругого парня, чтобы избежать травли. "Когда кто-то дразнит тебя, ты знаешь, что нельзя отступать,- говорит Шон. - Ты должен шагнуть вперед и показать, что ты еще круче, чем он".

Почему эмпатия через действие не так глубока и значима, чем задушевные разговоры девочек и женщин? Почему полураздетые, склонившиеся над мотоциклом Джон и Хол, занятые ремонтом тормозов и время от времени похлопывающие друг друга по спине и поливающие друг другу голову водой, являют собой менее значимую модель дружбы, чем Эми и Элен, которые на тренировке в женском спортзале обсуждают трудности Андреа, которая не может сказать своему приятелю, что еще не готова к сексуальным отношениям?

Мальчики, по-видимому, вывели свою формулу дружбы: начни с поступка и энергичности, подкрепи верностью, юмором и совместной деятельностью. Добавь секретные слова поддержки и понимания и тайные физические знаки привязанности - и у тебя есть хороший друг. Эта формула разительно отличается от дружбы между девочками, но она

такая же настоящая и глубокая.

Я совершил свое личное открытие о том, какие слепые пятна мешают исследователю увидеть мальчиковую дружбу, когда посмотрел фильм "Останься со мной". Я ходил на этот фильм вместе с женщиной-исследователем. Среди всех книг и фильмов о дружбе между мальчиками, этот фильм 1986 года, по моему мнению, один из самых искренних и правдивых. Четыре друга отправляются на поиски тела пропавшего мальчика. Мальчики сталкиваются с чрезвычайными опасностями, как внешними, так и внутренними. Они говорят о смерти брата, о предательстве учителя, о своем страхе перед будущим. Они утешают и защищают друг друга, и становятся еще ближе.

Коллега, с которой я смотрел этот фильм, была поражена дружбой мальчиков в фильме и даже отрицала ее. Ее удивило то, как эти, по их собственным словам, лучшие друзья обзывают и обижают друг друга. (Согласен, я тоже был впечатлен количеством и разнообразием унижительных кличек, которым мальчики награждали друг друга). Однако ее особенно поразила фраза: "Найти новый и особенно отвратительный способ оскорбить чью-то мать особенно ценится". Она была, в ужасе от того, как часто эти так называемые лучшие друзья физически обижали друг друга, сталкивая друг друга в грязное болото, зажимая друг другу головы и демонстрируя широкий репертуар шлепков, пинков и тычков. Словом, она увидела в этом фильме, 13 этих мальчиках, предшественника "Повелителя мух".

Я не спорил с ней. Но то самое поведение, которое отталкивало ее в мальчиках, как раз и делало фильм реалистичным изображением того, как общаются двенадцатилетние. Я видел их взаимодействие в совершенно ином свете. Я вышел из зала с теплым воспоминанием о дружбе этих мальчиков. Судя по последней фразе фильма - "у меня никогда не было таких друзей, как когда мне было двенадцать" - у автора были такие же чувства. Меня вдохновила поддержка, которую эти мальчики оказывали друг другу, и та теплота, которая чувствовалась в их отношениях. Обзывательства, обиды, физические нападки были для них способом выразить свои чувства - через действие. Я увидел за ними привязанность.

Мы должны оценить дружбу между мальчиками и степень ее близости по заслугам. Мальчики не будут ходить за ручку и говорить "я тебя люблю", но они придумали компенсирующую стратегию, которая эффективна для них и понятна им. Определенно, мы должны попытаться тоже понять ее.

Как уже говорилось, вероятно, одно из самых стойких слепых пятен, мешающих понять дружбу между мальчиками,- это привычка общества видеть мальчиков проблемными и опасными. В результате, некоторые родители переживают о возможном пагубном влиянии других на их сына вместо того, чтобы увидеть в мальчишеской дружбе конструктивное, исцеляющее воздействие. Родители волнуются, когда их сын узнает первое матерное слово или первый приемчик каратэ в начальной школе. Когда он становится подростком, они переживают, что старшие мальчики заставят его принимать наркотики, заниматься сексом, садиться пьяным за руль, нырять с отвесной скалы, ложиться на рельсы или втравят в еще какие-нибудь невероятно рискованные мероприятия, которые у нас ассоциируются с мальчиками-тинэйджерами. Есть у людей неприятное свойство считать любую группу мальчиков старше десяти "бандой", если не доказано обратное.

И хотя мальчики, действительно, могут связаться с дурной компанией, Томас Берндс из Университета Пердью считает, что в целом мальчики оказывают друг на друга здоровое, позитивное влияние. Бернд установил, что мальчики, в жизни которых есть крепкая дружба, на самом деле гораздо реже оказываются вовлечены в рискованное поведение и лучше учатся в школе. Своей дружбой мальчики защищают друг друга.

Кодекс мальчишеской дружбы

Итак, что же такое кодекс мальчишеской дружбы? Сторонний наблюдатель может не увидеть его, но мальчики его знают. Как мы уже говорили, в моем исследовании "Слушая

голоса мальчиков" тема дружбы фокусировалась на том, что мальчикам нравится делать вместе, на их разговорах, способах справиться с грустью и разочарованием, на том, как они разрешают конфликты и конкурируют друг с другом, на том, как они доказывают свою верность, оставаясь рядом. Представляется, что разговоры - отнюдь не единственное, что удерживает мальчиков рядом друг с другом. Как это сформулировал шестнадцатилетний Фил: "Мы разговариваем, но это не означает, что мы садимся и заводим беседу. Мы говорим, пока заняты чем-то еще. Мои друзья сделают все, чтобы помочь мне". Поэтому основа мальчишеской дружбы - это поиск того, кому ты можешь доверять настолько, чтобы быть рядом с ним. По словам Шона, его друзья "знают, кто я такой, и принимают меня". Дружба - это место, где можно снять маску или по крайней мере немного приспустить ее. Другу мальчик может показать свои слабости и не быть осмеянным за них. И да, мальчики ожидают определенного количества добродушного поддразнивания, потасовок и беззлобных обзывательств от своих друзей. В своих играх мальчики учатся не принимать разногласия слишком близко к сердцу. Им нравится обращаться к сборнику правил или следовать каким-то принципам для разрешения спора отчасти потому, что это быстро и справедливо. На самом деле, их развитое чувство справедливости - один из путей позаботиться друг о друге.

Мальчики и мужчины должны научиться ходить по тонкой грани: это близость без сентиментальности, доверие без долгих разговоров, эмпатия без слов. Как только мы поймем этот кодекс мальчишеской дружбы, мы увидим, что мальчики на футбольном поле вовлечены в социальные действия, они строят дружбу, которую ценят.

Как я уже говорил, если мы хотим вырастить мальчиков, которые сочувствуют нам, мы должны сначала показать им свое сопереживание. Мы должны уважать мальчишескую дружбу. Она удовлетворяет их и жизненно важна для них. Учитывая то, каким количеством стыда общество нагружает мальчиков, когда они пытаются достичь той или иной степени близости, высоты, которых достигает их дружба, заслуживают нашего восхищения и признания.

Платоническая, но глубокая. Мальчики дружат с девочками

Один из самых охраняемых секретов - то, что многие мальчики и девочки подростки замечательно дружат, что они искренне и неромантически увлечены друг другом. Беседуя с мальчиками, я увидел, что почти у всех из них есть друзья среди девочек, и это ценные и особенные друзья. Для многих мальчиков близкие и несексуальные отношения с девочками восполняют и возрождают "утраченную половину" их эмоциональности, которую они похоронили, когда пережили травму преждевременной сепарации с матерями. Платоническая связь с девочками помогает мальчикам снова обрести давно забытые и подавленные свойства своей природы и дает им возможность развиваться эмоционально. Кажется невозможным переоценить значимость этих глубоких платонических отношений мальчиков и девочек.

Джулиан и Алиса

В среду после футбольной тренировки Джулиана ждали плохие новости. Его родители попросили его сестру и сообщили, что они разводятся. Джулиан был подавлен. Когда он открыл этот "стыдный секрет" Джону Симпкинсу, надежному школьному психологу, мистер Симпкинс предложил ему походить на психотерапию вместе с другими девятиклассниками, у которых была та же беда. Джулиан, которому вовсе не нравилась идея сидеть в кружочке и рассказывать о своих чувствах этой "горстке лузеров", решил, что он попробует пережить свою боль иначе. В субботу утром он пошел в школьное кафе на встречу клуба "Поболтаем", где уже были три мальчика, три девочки и школьный советник. Его нервировало то, что

придется говорить о своих проблемах перед девчонками, но он расслабился, когда увидел там Алису Гэррити, девочку из дома напротив, которая в дошкольные годы была его лучшей подружкой.

"До школы мы так дружили, что даже вместе праздновали дни рождения, но потом, вы понимаете, я начал тусоваться с мальчишками, она занялась танцами, я - футболом, и не заметил, как все превратилось в "привет, как дела?" раз в несколько месяцев,- рассказывает Джулиан. - Когда я снова увидел ее на уроке английского, где-то глубоко внутри у меня появилось странное чувство. Она была как сестра или кузина, кто-то, кого я потерял, даже не заметив этого. В группе, я увидел, что она не такая, как все, особенно в том, как она говорит. У нее получалось выражать словами ту боль, которую я всегда чувствовал внутри. Мы начали проводить вместе время как друзья. Мы часами говорили по телефону, особенно после того, как один знакомый разозлил нас. Это было похоже на возвращение в прошлое. Что-то важное вернулось. Она помогает мне выговориться и облегчить душу. Я думаю, я тоже ей помогаю, потому что иногда мне кажется, что она слишком много о чем-то думает. Она заикливается, и тогда я говорю: "Пошли съедим по мороженому". Я даже научил ее играть в двадцать один¹¹. Кажется, это радует ее. Наша дружба на самом деле помогает мне".

Мальчики и девочки. Две половинки целого

Дружба с девочками помогает мальчикам снять маску, прочувствовать и испытать то, что обычно запрещено Мальчишеским кодексом. Как мы видим, мы живем в обществе, в котором комплекс важных качеств, который мы высоко ценили бы в одном идеальном ребенке, разрушен полом на две части. Как заметила Кэрол Джиллиган, в воспитании мальчиков акцент делается на таких ценностях, как честность и справедливость, в то время как в воспитании девочек особое внимание уделяется ласке и заботе. Исторически сложилось, что представитель каждого пола может прожить только половину того, чем может обладать гармонично развитая личность.

В то время, как девочек с недавнего времени поощряют проживать широкий спектр ранее недопустимых типов поведения, мы продолжаем держать мальчиков в тисках моделей мужественности позапрошлого века. Возможность дружить с девочками дает мальчикам шанс выразить "вторую половину" себя. Она освобождает их от устаревших ограничений и создает для них возможность прорваться из-за фальшивой маски к самодостаточности.

Хотя мальчики боятся отношений с девочками, они отчаянно ищут их. Они боятся быть отвергнутыми и уязвленными, пожалуй, даже больше, чем девочки. "Большинство моих друзей - парни,- говорит четырнадцатилетний Брайан,- но мне нравится одна девушка, Рэйчел. Она просто классная. Но, понимаете, если я попытаюсь задружиться с ней, а она откажется, то другие начнут говорить, что "Брайан просто лузер", а я буду чувствовать себя по-идиотски".

У мальчиков открываются старые раны преждевременного отделения от матери, когда они узнают, что быть мужчиной означает презирать все эти женские штучки. Быть мужчиной означает быть одиноким. Когда мальчики дружат с девочками, просыпаются старые страхи и открываются незажившие раны. Страхась обнаружить свои сдерживаемые желания, они боятся, что их снесет потоком воскрешенной жажды близости. Между тем, когда мальчики дружат с девочками, они вновь начинают чувствовать себя целыми.

Дружба мальчиков и девочек очень значима для жизни подростков, это сердцевина их эмоциональной жизни. Она дает мальчикам возможность снова выразить свои чувства. Кроме того, она дает им шанс вернуться в мир женской заботы, из которого они были

¹¹ Двадцать один - популярная в Америке версия уличного баскетбола. (Прим. переводчика).

преждевременно и трагично изгнаны в детстве.

Процесс развития. Воссоединение требует времени

Между тем, есть значительные различия - часто относящиеся к развитию - в том, что из себя представляет эта "межполовая" дружба. Для многих мальчиков, особенно младше четырнадцати лет, дружить с девочкой означает вместе заниматься чем-то спокойным, но веселым, вербальное общение в этих случаях ограничено и в основном связано с общими интересами и трудностями с родителями. Для других мальчиков, постарше, дружить с девочкой - это возможность говорить по душам и получать глубокую эмоциональную поддержку, свободную от романтических сложностей и сексуальных нюансов.

Десятилетний Роберт дружит с Марианной. Они достаточно близко знакомы, чтобы просто быть вместе и делать что-то без слов. "Нам обоим нравится смотреть забавные фильмы, поэтому она приходит, и мы смотрим. Нам нравится одинаковая музыка. Она, на самом деле, своя в доску".

Некоторые мальчики, между тем, вступают в продолжительные разговоры о чувствах. Шестнадцатилетний Питер говорит, что его разговоры с друзьями-мальчиками предметные, а с его давней подругой Элизой он чувствует себя свободнее в спонтанных рассуждениях. "Элиза может позвонить мне два или три раза за вечер, и никому из нас не нужен повод для разговора. Она просто начинает говорить о чем-нибудь, и я начинаю говорить, и мы оба просто говорим о том, что пришло в голову. Грегу и не могу позвонить и сказать: "Здорово, что делаешь?" А Элизе я могу позвонить и сказать: "Привет, мне скучно"

В сущности, чем старше становится мальчик и чем сильнее начинают давить на него устаревшие социальные правила маскулинности, тем больше он обращается к девочкам за дружбой, чтобы хотя бы ненадолго окунуться в атмосферу свободы, когда можно нарушить правила и быть собой.

Целый новый мир. Другая дружба

После того как проводишь годы в компании только мальчиков, потребуется время, чтобы привыкнуть к повадкам девочек. Некоторые мальчики рассказывают, что они не так комфортно и расслабленно чувствуют себя рядом с девочками, как в мальчишеской компании. Пятнадцатилетний Двэйн говорит: "Не то чтобы я сильно волнуюсь, когда говорю с девушками, но лично мне проще открыться другому парню, чем девушке. Иногда ты испытываешь дискомфорт из-за каких-то вещей, которыми бы поделился с другом мужского пола".

Майкл понимает, что ему надо проводить больше времени за разговорами, чтобы поддерживать дружбу с девушками. "Похоже, надо предпринимать усилия, чтобы сохранять дружеские отношения с девушками. Надо не забывать звонить: "Привет! Как поживаешь?" Иначе они злятся на тебя".

И хотя поначалу это казалось ему неприятным - постоянно помнить, что он должен делать, чтобы дружить с девушками - результаты, по его мнению, того стоили, так как сейчас среди его ближайших друзей есть несколько девушек, и он очень ценит их представления о жизни, отличные от его собственных. Приложив усилия, чтобы пересечь тендерную границу, он теперь гораздо легче говорит на темы, которые можно назвать женскими "С девушками мы больше говорим и делимся нашими проблемами. Мы утешаем друг друга". Некоторые мальчики, как Джастин, которые поначалу сопротивлялись дружбе с девочками, вскоре оценили ее преимущества. "Иногда мне кажется, что девочки находятся на ином, нежели я сам, интеллектуальном уровне, поэтому они понимают мои эмоции лучше, чем мои мысли". Но на самом деле это не так. Может быть, я сильнее открываюсь с ними, потому что они

больше сосредоточены на эмоциях и более наблюдательны. Если я скажу, например, что меня совсем загрузили в школе, очень вероятно, что они предложат неожиданное решение". Первый порыв Джастина - отрицание умения девочек помогать ему справляться с его чувствами и взгляд на это особое умение как на знак их более низкого интеллектуального положения. Хотя он удивляется своей рефлекторной реакции и признает, что да, девочки чертовски хорошо понимают его и, возможно, это умение надо ценить. Как заметил Алекс: "Они видят ситуацию немного иначе. Реакция девочек всегда другая".

Другие мальчики отдают себе отчет в том, что дружить с девочкой - это огромное преимущество. Шестнадцатилетний Патрик говорит: "За последние несколько лет я подружился с девочками. У девочек совсем другая точка зрения, не как у мальчиков. Они иногда дают более точные советы. Когда тебе что-то советует парень, ты видишь только половину картинки, а когда советует девочка - ты получаешь другую половину. Когда у тебя есть советчики с обеих сторон - у тебя целая картина".

Шестнадцатилетний Чан считает Лиз своим лучшим другом. "Мы говорим друг с другом обо всем и ни о чем. Она замечательный друг. Девочкам я могу высказать все свои чувства, те, о которых я не расскажу парням-приятелям, и все будет в порядке. Я думаю, я больше доверяю своим друзьям-девочкам".

Те родители, которые узнают о дружбе между мальчиками и девочками, бывают удивлены их новым тендерным "раскладом". Синтия Ривс гордится друзьями своего тринадцатилетнего сына Грега. "У меня просто нет слов. Я особенно рада, что среди его ближайших друзей есть девушки, эти девушки ему как сестры".

Синтия не знала подобной дружбы, когда сама была юной. "Они общаются друг с другом совсем не так, как мы общались. Все выглядит привычно и искренно. Они обнимают друг друга. Его подруга Нина побежала к нему, обняла и поцеловала после футбольного матча. Радостно видеть такие естественные отношения между полами".

Несколько родителей рассказали мне о том, что подростки ходят на вечеринки с ночевкой, и эти вечеринки, по словам присутствующих там родителей, совершенно платонические. Рассказывает отец: "Когда Андерс сказал мне, что его пригласили к девочке на вечеринку с ночевкой, я вздрогнул. Я подумал, что это будет какая-то сексуальная оргия. Я сказал решительное "нет", ни в коем случае он туда не пойдет. Ему только пятнадцать. Но потом я поговорил с другими родителями и узнал, что они отпускают своих детей и что там все невинно. Трудно поверить? Когда я был ребенком, это было просто невозможно", - говорит он, качая головой.

Такая дружба между мальчиками и девочками позволяет мальчикам быть свободнее в своих эмоциях и чувствах. В ситуации, когда на них не давит общество и нет рядом других мальчиков, которые могут пристыдить их, мальчики чувствуют свободу словесно приоткрыть нежную, любящую часть своей натуры. Они могут, по словам Майкла, утешить друг друга. У дружбы мальчиков с девочками есть черта, которая делает эти отношения эмоционально исцеляющими: она создает уникальную безопасную зону, где не действует Мальчишеский кодекс, где мальчики могут быть честны относительно того, кто они на самом деле и что чувствуют. В общении с девочками один на один, мальчикам часто легче предстать шаловливыми, общительными, чуткими.

Важно, чтобы мальчики и девочки понимали, что они получают от этой дружбы. В девочко-мальчиковой дружбе представители обоих полов осознают хрупкость другого пола. Это то, что Джуди Джордан из Гарварда называет "гендерной эмпатией". Девочки учатся за буйством видеть затаенные страхи мальчиков и их уязвимость. Мальчики начинают меньше бояться девочек и восхищаются их умением передавать эмоции. Такая основанная на гендерной эмпатии дружба - это проект будущих гетеросексуальных любовных отношений.

Когда расцветает любовь

Хотя большинство подростковых отношений остаются платоническими, они закладывают в подсознании фундамент для будущих гетеросексуальных любовных отношений. В исследовании "Слушая голоса мальчиков" я вывел зависимость зрелости и глубины романтических отношений между юношами и девушками от участия их в новых моделях дружбы между полами.

В частности, я обнаружил, что юноши чувствовали себя комфортно в романтических связях, но, как и в случаях с платоническими отношениями, их романы отличались друг от друга масштабами. Юноши помладше, в особенности в любовных отношениях, не чувствовали уверенности в себе. Порой их приводила в замешательство и совершенно изматывала потребность девушек в разговоре и близости, предшествующая интимности. Четырнадцатилетний Тони расстался с девушкой после двух лет отношений, потому что, по его словам, "совершенно вымотался. Я не могу это выносить. Я могу твердить ей, что мне пора идти, а она упрашивает задержаться еще чуть-чуть".

Ребята постарше начинают лучше понимать девушек отчасти потому, что участвуют в их делах, но также и потому, что начинают ценить женскую способность говорить о чувствах и оказывать эмоциональную поддержку. Джастин считает, что его общение с подругой Терезой очень поддерживает его и является важным дополнением к его взаимодействию с друзьями-юношами. "Я звоню ей каждую ночь и мы обсуждаем все, что происходит в моей жизни. Если что-то произошло, мы поговорим об этом. У меня есть с кем поделиться, кто не отмахнется "ну да, ага", а постарается понять, что ты имеешь в виду. Я бы не рассказал своим друзьям-мальчикам то, что рассказываю Терезе".

Тереза удовлетворяет многие эмоциональные потребности Джастина. Джастин рассказал мне, что встреча с ней в прошлом году помогла ему пережить подростковую меланхолию. Ее забота о нем дала ему эмоциональную устойчивость, которой ему не хватало. Он старался объяснить мне, почему она так важна для него: "У тебя есть человек, который всегда думает о тебе. Это кто-то, кто заботится о тебе и кто будет всегда рядом. Друзья приходят и уходят, а твоя девушка всегда рядом с тобой".

Здесь, конечно, мы ясно видим тень, эхо преждевременно разорванной связи с заботливой матерью, появляющейся в новом облике подростка. Эта параллель поможет понять, почему некоторые девушки имеют такую "сексуальную" или любовную власть над некоторыми юношами. В исследовании Торни и Мишле было установлено, что наиболее разрушительный эффект на самооценку⁷ мальчиков оказывает неразделенная любовь. Мальчики, таким образом, не самодостаточные одиночки, а скорее искатели привязанности, ищущие безопасности, чтобы не пережить снова травму ранней сепарации.

Как только у мальчика завязываются глубокие отношения с девочкой, родителям следует поддерживать эти отношения. Мы должны предоставить безопасное пространство для них, не придавать им сексуального значения. Старайтесь говорить с мальчиком без напористости. Пригласите девочку в свой дом, на экскурсию и т.д. Отцам следует побороть искушение увидеть тут начало сексуальных связей, в то время как мальчик явно в них не состоит. Матерям нужно смирить свою естественную ревность, когда их маленькие мальчики уходят к другим женщинам за поддержкой и заботой.

Наша задача, в конце концов, состоит в том, чтобы разрушить стереотипы, найти новые пути расширения наших способностей быть искренними друг с другом. Мальчикам следует учиться выражать свои уязвимые чувства перед другими и показывать свои симпатии. Точно так же и девочкам хорошо было бы узнать об эмпатии через действие, невербальном контакте, ударах "любя" и товариществе, которое произрастает из соревновательных игр.

Джон Биднэлл, который пишет о раздельном обучении мальчиков и девочек, призывает к "билингвальности" полов, или обучении представителей одного пола говорить на языке другого. Обучение мальчиков должно включать в себя вторым языком язык любви и дружбы. Биднэлл поясняет: "Это будет язык, который учит их вступать с пониманием и уважением в диалог с женщинами, учиться в этом диалоге, принимать женскую точку зрения как обогащающую и значимую для их роста как полноценных мужчин. Но они не забудут

свой собственный мужской язык. Вместо этого они научатся тендерной билингвальности, научатся слышать и говорить по-женски с тем же пониманием и свободой, как они слышат и говорят по-мужски".

Я считаю, что когда мы все научимся говорить на мальчишеском языке невербальной близости, мальчики почувствуют, что их ценят. Когда мы научимся помогать мальчикам вербально выражать чувство близости в нестыдящем обществе, они станут здоровее. Когда мы научимся ценить дело так же, как и слово, наши тендерные ценности станут более гибкими. Когда мы научимся понимать и говорить на обоих языках, наши отношения друг с другом станут богаче и насыщеннее.

9. Быть другим. Быть геем

"Я думал что они откажутся от меня.

Я думал, они скажут мне, что я больше не член их семьи".

Роберт 14 лет.

"Я всегда знал, что я не такой, как другие ребята",- рассказывает мне семнадцатилетний Билл. - Когда мы ходили в кино с друзьями, все ребята стремились сесть рядом с хорошенькой девушкой. Никто, кажется, не подозревал о том, что я надеялся, что моим соседом станет симпатичный парень. Я не думаю, что кто-то догадывался о том, каково мне приходится".

Восемнадцатилетний Дэвид делится очень похожими, хотя и более ранними воспоминаниями. "Когда мне было около десяти лет, я пошел посмотреть школьную постановку в ближайшей школе. Это были сцены из мюзикла "Оливер". Как только я увидел мальчика, который играл главную роль, Оливера, как только я услышал его песню о любви, о поиске себя, я больше не мог оторвать от него глаз. Месяцами я не мог ни о чем думать, кроме как о том мальчике. Я мечтал познакомиться с ним. Я думал, что я хочу подружиться с ним, быть рядом. Это было такое тягостное, тоскливое чувство. Я помню, как думал, что никто в мире не чувствует того, что чувствую я".

Шестнадцатилетний Найджел рассказал свою историю изоляции и одиночества: "Я знал, что я другой приблизительно с двенадцати лет. Я не знал, что я гей, но я знал, как мне нравится проводить время с другими парнями и что я всегда мечтал обнять кого-то из них, приблизиться к кому-то. Это было очень трудно. Все ребята в моем классе смеялись надо мной. Кажется, они что-то подозревали, потому что обзывали меня по-всякому. Я знал, что не могу поделиться с родителями, потому что они баптисты, очень религиозные люди. Я думал, что они отошлют меня подальше, может быть, в клинику для душевнобольных. Мне казалось, что больше никто этого не чувствует, и поэтому очень старался задавить свои чувства. Это привело к тому, что мне хотелось убить себя".

Девятнадцатилетний Джексон рассказал мне немного иную историю. "Я долго был высокого мнения о себе. Я был капитаном школьной футбольной команды. Довольно высокий, я определенно пользовался успехом. В предпоследнем классе школы я выиграл в номинациях "самый привлекательный" и "самый многообещающий". А потом я начал пить. Сначала я думал, что это от того, что я крут - знаете, как другие парни, но потом я понял, что я пью от того, что я не такой, как другие парни. Много времени ушло на осознание, но в течение трех лет я сходил с ума по одному парню из нашей футбольной команды. Я думаю, это была настоящая любовь. Если бы кто-то узнал об этом, я думаю, они бы отвернулись от меня. Я никогда не вел себя как типичный гей, поэтому никто ничего не подозревал. Я думаю, что если бы я рассказал своим друзьям о том, что влюбился в парня, они бы прозвали меня педиком и перестали со мной общаться. Я надеялся, что, может быть, я и не гей. Поэтому вместо того, чтобы поделиться с друзьями или что-то с этим сделать, я просто начал много пить".

Среди всего нашего мужского населения, среди всех наших "настоящих мужчин" всех религий, национальностей, рас и этносов около 5-10 процентов обнаружат в подростковом возрасте, что они гомосексуальны. Быть гомосексуалистом, или геем, означает, что мальчик, когда он повзрослеет, будет испытывать романтическое влечение к другим мужчинам. Вместо того чтобы влюбляться в женщин и стремиться к браку с женщиной, геи влюбляются в других мужчин и надеются найти мужчину, с которым они могли бы разделить свою взрослую жизнь. Как и мальчики-гетеросексуалы, или "натуралы", не решают, будут ли они гетеросексуальны и, повзрослев, не выбирают гетеросексуальный стиль жизни, так и мальчики-гомосексуалисты не решают, быть геями или, повзрослев, не выбирают гомосексуальность. После многих лет консультирования взрослых и подростков я пришел к убеждению, что быть натуралом или быть гомосексуалистом, для мальчиков и девочек, для мужчин и женщин - это то, что мы узнаем о себе. Это просто часть нашего естества.

И хотя гомосексуальность по мере взросления приводит мальчиков к ощущению, что они "не такие", как их сверстники, мы теперь знаем, что большинство мальчиков, узнавших о своей гомосексуальности, если получают такую же любовь, поддержку, участие, как и гетеросексуальные мальчики - имеют такие же шансы стать счастливыми, здоровыми, успешными людьми. При этом в подростковом возрасте, когда большинство молодых людей начинают интересоваться собственной сексуальной идентичностью, многие мальчики-гомосексуалисты не могут спокойно говорить с друзьями или родителями о своих страхах и волнениях. В этом возрасте мальчикам кажется, что они должны держать свои чувства в секрете, и часто им кажется, что нет никого, кто захотел бы поговорить с ними в безопасной и конфиденциальной обстановке об их переживаниях. Некоторые мальчики в этой ситуации подвергаются нападкам сверстников, членов семьи, учителей или школьной администрации. Многие из них со страхом думают о том, что может случиться, если их ближайшие друзья или родственники узнают, что с ними на самом деле происходит. Почти все они отчаянно боятся быть отвергнутыми.

К счастью, в некоторых школах и сообществах есть специальные программы, которые просвещают детей по вопросам гомосексуальных и лесбийских связей. В некоторых штатах, например, в Массачусетсе, рабочей группой в масштабе штата осуществляется проект, посвященный разработке социальных и образовательных программ для подростков-геев. В некоторых школах есть внешкольные дискуссионные клубы для учеников-геев и тех, кто сомневается на свой счет. Некоторые группы ведут учителя, которые сами являются геями и становятся ролевыми моделями для своих учеников. Некоторые группы ведут сочувствующие родители, которые хотят помочь детям пережить этот трудный период.

Но в большинстве школ и большинстве сообществ нет специальных программ, нет рабочих групп, нет внешкольных дискуссионных клубов и тем более учителей, не скрывающих свою гомосексуальность. Эти школы и сообщества не владеют ресурсами для разработки таких программ или, что вероятнее, не видят в них необходимости. К сожалению, во многих сообществах гомосексуальность до сих пор считается позором, и к геям относятся с озлобленностью и даже омерзением. Многие юноши-геи (или гетеросексуалы, которых принимают за геев) рассказывают о том, как им угрожают насилием или на самом деле избивают, подчас жестоко. Для мальчика подростка, который начинает подозревать в себе гомосексуальность, жить в таком обществе невероятно трудно.

"Казалось, что мне совершенно некуда пойти,- вспоминает Эрик, ныне первокурсник Гарварда. - Я вырос в маленьком городке в Айове, где люди не знали даже, как произносится слово "гомосексуальный". Когда я в тринадцать лет впервые подумал, что я гей, я чуть не сошел с ума. В целом городе был только один человек, которого считали геем, этот парень работал в небольшом магазине видеотехники, и над ним невероятно издевались все кому не лень. Я не осмеливался рассказать родителям о своих ощущениях, и понимал, что поговорить с учителями тоже не могу, потому что они, вероятно, рассказали бы родителям. В городской библиотеке не было книг о геях. Я думал, что я единственный парень во всей

школе, кто с этим столкнулся. Не было никого, с кем бы я мог об этом поговорить и к кому мог бы обратиться за поддержкой, в которой нуждался. Я помню, как приходил каждый день домой из школы, шел в свою комнату и часами плакал. Это было страшное для меня время".

Мальчики испытывают глубокое чувство одиночества, страха, стыда, ненависти к себе, когда думают или узнают, что они гомосексуальны, особенно если они знают, что нет места, куда они могли бы прийти за любовью и поддержкой, и это заставляет их искать свои собственные средства справиться со своей внутренней болью. Они убегают из дома, начинают пить или принимать наркотики, буянят в школе, ввязываются в драки, вступают в беспорядочные половые связи, впадают в депрессию или, хуже всего, совершают (или пытаются совершить) самоубийство.

Количество самоубийств среди геев-подростков внушает беспокойство и, по моему мнению, не должно игнорироваться. По недавним данным, среди подростковых суицидов 30 % приходится на долю геев. По другим данным, каждый третий из них предпринимал хотя бы одну попытку самоубийства.

Когда мы слышим эту печальную статистику, когда мы понимаем, какими одинокими и испуганными чувствуют себя молодые геи, некоторые из нас могут подумать, что гомосексуальность является главной причиной этих проблем. Это вполне естественная, рефлекторная реакция: думать, что если эти подростки сталкиваются с трудностями, то эти трудности вызваны их сексуальной ориентацией. Но я пришел к мысли - и это то, что я говорю родителям, которые ко мне обращаются - что эти проблемы вызваны не гомосексуальностью, а неверным представлением общества о гомосексуальности. Стереотипы и предубеждения, обрушивающиеся на геев - и, по моему мнению, ничем не отличающиеся от стереотипов и предубеждений, преследующих другие меньшинства - евреев, афроамериканцев, азиатов - приводят к тому, что многие взрослые начинают испытывать иррациональный страх перед геями и даже ненавидят их без каких-то рациональных причин. Я считаю, что эта гомофобия, а не сама по себе гомосексуальность, - то, что делает жизнь геев такой трудной.

Если мы хотим помочь мальчикам, неуверенных в своей сексуальности, если мы хотим показать им, что мы любим их, независимо от того, что они о себе узнают, если мы хотим, чтобы они ясно осознавали, кто они есть, лучшее, что мы можем сделать - это научить наших мальчиков, геев или не геев, что гомосексуальность - не то, чего следует бояться и что нужно ненавидеть. Мы должны помочь нашим мальчикам, в частности, развеять старые мифы о гомосексуальности и сообщить им, что не важно, какова их сексуальная ориентация, они могут быть успешными, сильными, счастливыми, настоящими мужчинами.

Многим родителям трудно учить этому своих сыновей, потому что у них у самих есть страхи и сомнения о гомосексуальности, но нехватка этой информации у мальчиков чревата психологическими, если не физическими, опасностями. Я никогда не забуду слова Сьюзан Уоллас, матери двенадцатилетней Джессики и Алекса, который повесился в свои пятнадцать лет: "Как бы я хотела, чтобы Алекс рассказывал нам о том, что с ним происходит. Если бы он рассказал, я бы сказала ему, что мы с папой очень любим его. И Джессика его любит. Что мы будем любить его, несмотря ни на что. Если он будет счастлив, то и мы будем счастливы".

Гомосексуальность. Нормальная разновидность человеческой сексуальности

Долгое время эксперты в психологии и психотерапии не понимали гомосексуальность. В то время, когда не скрывать свою гомосексуальность было невероятно трудно или даже невозможно, психологам и психиатрам также трудно было узнать и понять геев и лесбиянок. Из-за того, что они по большей части не имели представления о том, что значит расти геем или взрослому быть геем или лесбиянкой, психологи и психиатры годами делали выводы, основанные на очень ограниченном количестве информации. Многие из этих представлений были опровергнуты современными психологическими и биологическими исследованиями.

Основываясь на многочисленных исследованиях, проведенных ведущими учеными в Соединенных Штатах и в мире, мы теперь знаем, во-первых, что гомосексуальность не является психологическим расстройством или заболеванием. Хотя еще в 1935 г. Фрейд заявлял, что гомосексуальность "не может считаться болезнью", годами большинство традиционных психоаналитиков, основываясь на глубоком убеждении, что здорово то, что социально приемлемо, решали, что так как гетеросексуальность более распространена, и следовательно, нормальна, то гомосексуальность - ненормальна и должна быть вылечена. Но несколько десятилетий назад многие специалисты по психическому здоровью (включая наименее консервативных психотерапевтов) начали пересматривать свои представления о гомосексуальности, и к 1980 году Американская ассоциация психиатров исключила гомосексуализм из Руководства по диагностике и статистике психических расстройств (DSM), психиатры больше не считают его поведенческим отклонением. Сейчас даже самые консервативные психиатры начинают соглашаться с тем, что гомосексуальность - это нормальная часть человеческой жизни, и что это не тот случай, когда специалистам необходимо что-то менять (или когда они могут что-то изменить).

Вероятно, два фактора привели к перевороту во взглядах научного сообщества на гомосексуальность и, соответственно, на то, что нам следует рассказывать о ней мальчикам и юношам. Первый фактор - научный, это то, что мы узнали о гомосексуальности. Второй фактор - социологический, социальный, благодаря его действию мы узнали больше о геях, а они стали более открытыми и лучше интегрируются в наше общество. Хотя ученые не установили точное происхождение гомосексуальности, они в целом пришли к консенсусу, что гомосексуальность "конституциональна", иными словами, быть геем, как и быть натуралом - это естественная, неизменяемая часть личности. Это очень важно, потому что это предполагает, в числе прочего, что, воспитывая наших сыновей, мы как родители не можем сделать или не сделать чего-то, что каким-то образом сформирует нашего ребенка гомосексуальным или гетеросексуальным. Хотя факторы среды, такие как стиль воспитания, разумеется, оказывают влияние на развитие мальчиков, равно геев и натуралов, они очень слабо воздействуют на то, какой будет их сексуальная ориентация, на то, будет ли во взрослом возрасте женщина или мужчина объектом его любви и страсти.

Эти научные открытия, как я покажу чуть позже, дополняются изменением в отношении общества к гомосексуальности в целом. По мере того как все больше мужчин и женщин "выходят из подполья" и рассказывают о победах и поражениях своей гомосексуальной жизни не только друг другу, но и своим гетеросексуальным друзьям, родственникам и коллегам, наша предубежденность относительно гомосексуальности тает. Многие из нас сталкиваются с геями в профессиональной и деловой сферах: может быть, наш семейный доктор, депутат, почтальон, сантехник, священник, бухгалтер, адвокат или учитель - не скрывающийся гей. У некоторых из нас есть гомосексуальные родственники или друзья: брат, сестра, мать, отец, тетя, дядя, сын, дочь, лучший друг, сосед в университетском кампусе или сосед по дому могут оказаться геями. Некоторые из нас не знакомы с геями близко, но слышали о знаменитостях, которые не скрывают свою ориентацию (Эллен Дедженерес или Элтон Джон), или которые открыто поддерживают геев (Були Голдберг, Ричард Гир или Элизабет Тэйлор). Кажется, во всем мире все больше и больше людей не только относятся толерантно, но и поддерживают гомосексуальных мужчин и женщин. Действительно, в недавнем исследовании более семидесяти шести государств по всему миру, ученые Глеллан Форд и Фрэнк Бич обнаружили, что в большинстве обществ гомосексуальность считается социально приемлемой либо нормальной. Сейчас даже католическая церковь обращает к ним слова поддержки, в недавнем обращении к прессе Национальная конференция католических епископов США призвала родителей дарить любовь своим гомосексуальным сыновьями и дочерям и признать, что "гомосексуальная ориентация есть данность, а не свободный выбор".

Действительно, насколько мы знаем, гомосексуальность, вероятно, гораздо больше связана с биологическими факторами, нежели с психологическим развитием или выбором, и,

по мере того, как мы будем знакомиться с геями с самых разных жизненных дорог, я думаю, нам придется менять то, как мы говорим с молодыми людьми о том, что такое быть геем. Из своего опыта работы с родителями я понял, что, даже если поначалу им бывает трудно, они искренне хотят любить и поддерживать своих сыновей, независимо от того, будут они геями или гетеросексуалами. Когда родители подозревают, что их мальчик может оказаться геем, или он сам им сообщает, что он гей, большинство из них приходит к выводу, что лучшее, что можно сделать - не пытаться изменить его. Вместо этого, как только родители оказываются к этому готовы, они обычно обнаруживают, что самое эффективное - это сфокусироваться на том, чтобы слушать, что их сын рассказывает о его взаимоотношениях с другими, оказывать ему полную поддержку, помогать ему, насколько это возможно, вырасти эмоционально сильным, уверенным в себе, мужественным мужчиной, с гордостью принимающим то, кем он является - будь то гомо- или гетеросексуалист.

Почему наш сын голубой? Корни гомосексуальности

Начинать разговор о том, почему люди становятся гомосексуальными или гетеросексуальными, вероятно, лучше всего с обзора того, что, как мы знаем, не влияет на сексуальную ориентацию. Одно из недоразумений, которое сейчас по большей части опровергнуто,- это представление о том, что гомосексуальность обычно вызывается некоторыми нарушениями в развитии или патологией, что мальчики становятся геями из-за каких-то психических или психологических расстройств. Это заблуждение вполне объяснимо, так как в течение многих лет те геи, которые обращались к психотерапевтам, действительно, подвергались насилию, пережили травму или серьезное эмоциональное потрясение. Многие терапевты, консультировавшие этих мужчин, логично предположили, что такого рода потрясения привели их пациентов к гомосексуальности. Но то, чего эти терапевты не замечали, и о чем мы знаем сейчас - в большинстве случаев не потрясения вызвали данную сексуальную ориентацию, а, скорее, сексуальная ориентация косвенным образом, из-за отношения общества к гомосексуальности, послужила причиной полученных травм.

В частности, из-за исторических предрассудков против гомосексуалистов во многих странах, долгое время мальчики-геи или те, кого считали "активными геями", подвергались нападкам со стороны сверстников и общества в целом. Из-за этой ненависти, из-за того, что они сами стыдились того, кем они являются, эти мальчики, из которых только некоторые на самом деле были геями, оказались особенно восприимчивы не только к насилию и травмам, но и к целому ряду эмоциональных и психологических расстройств. Многие из этих расстройств - тревожность, депрессия, зависимость от алкоголя или наркотиков - только усугублялись, если мужчины обращались к психотерапевтам, потому что терапевты, вместо того, чтобы помочь этим мужчинам принять то, кем они являются, заставляли их отречься от собственной натуры, попытаться "стать" гетеросексуалом, в то время как в реальности гомосексуальность была для них единственным способом быть счастливыми и самодостаточными.

Другое заблуждение, которое также в значительной мере развенчано,- это представление о том, что то, как родители обращаются с мальчиком, может сделать его гомосексуалистом. Действительно, традиционная психоаналитическая теория связывает гомосексуальность мужчины с тем, как мать и отец мальчика взаимодействовали с ним, когда он был ребенком. Психоаналитики исследовали ранний детский опыт своих пациентов-гомосексуалистов, чтобы узнать, не было ли у мальчика, например, доминирующей матери, которая задушила его мужественность, либо слабого или жестокого отца, который препятствовал попыткам мальчика отделиться от своей всемогущей матери. Основываясь на этих рассуждениях психоаналитиков, многие специалисты по психическому здоровью, а за ними и широкая общественность пришли к заключению, что мать, если она

слишком много играет с сыном, вовлекает его в "женское" поведение или просто слишком любит его и зависит от него, может каким-то образом сделать его геем. И хотя некоторые психоаналитики и психотерапевты по-прежнему объясняют возникновение гомосексуальности подобным образом, сейчас преобладает точка зрения, согласно которой, тип раннего взаимодействия родителей и ребенка не оказывает значительного влияния на то, будет ли мальчик геем или гетеросексуалом. Несмотря на то, что родители могут очень значительно повлиять на то, насколько безопасно и уверенно будет чувствовать себя мальчик относительно самого себя и своей сексуальности, у нас просто не существует доказательств, что опыт раннего детства может каким-либо образом сделать прирожденного гея гетеросексуальным или наоборот.

По мере того, как исследователи изучают истоки человеческой сексуальности, становится ясно, что люди, вероятно, рождаются с доминирующим типом влечения либо к противоположному, либо к своему полу. И хотя факторы среды, такие как воспитание и образование, могут повлиять на то, насколько быстро и успешно человек примет свою врожденную сексуальность и начнет действовать в соответствии с ней, он или она, но всей видимости, не в состоянии изменить или отменить ее. Таким образом, хотя внешние влияния, такие как пассивный отец, доминирующая мать или противный старший брат, могут привести к тому, что мальчик, рожденный геем, объявит, например, о своей гомосексуальности раньше или определеннее, чем к этому приходят другие геи, или вместо этого попытается совсем проигнорировать и подавить свою сексуальность, ни один из этих факторов в действительности не определяет, будет ли мальчик гомосексуалистом или гетеросексуалом.

Сейчас у нас есть доказательства, что сексуальная ориентация часто (хотя не всегда) является наследственным признаком. Например, существует исследование, в ходе которого ученые наблюдали за близнецами, чтобы понять, будет ли один из них гомосексуалистом, если другой гомосексуалист. В своем проекте профессор Каллман наблюдал за 85 мужчинами-геями, у каждого из которых был однояйцевый, или монозиготный, близнец (близнец, который развивается из той же яйцеклетки и генетически идентичный другому близнецу) или разнойцевый, или гетерозиготный, близнец (близнец, который развивается из другой яйцеклетки и имеет лишь некоторую генетическую общность с другим близнецом). Каллман обнаружил, что в случае с однояйцевыми близнецами, если один близнец гей, то его брат тоже будет геем. Совпадения в этом случае составляли 100%. И наоборот, у разнойцевых близнецов, если один из них был гомосексуальным, только 11,5 процентов их братьев были геями. В дальнейших исследованиях близнецов высокое (хотя и не абсолютное) соответствие сексуальной ориентации однояйцевых близнецов наблюдалось снова и снова.

В исследованиях второго рода ученые наблюдали за однояйцевыми близнецами, которые были разлучены при рождении и росли отдельно, не встречаясь друг с другом, в двух совершенно разных семьях. В одном из первых таких исследований, оба близнеца, хотя они и были разлучены, стали гомосексуалистами. Это было чрезвычайно важное открытие, потому что это помогло исключить вероятность того, что в предыдущих исследованиях близнецов, живущих вместе, решающим был фактор среды. Знаменательно, что еще две пары однояйцевых близнецов, которые росли порознь, были исследованы недавно, и вновь была замечена совпадение сексуальной ориентации: в одной паре оба близнеца были исключительно гомосексуальны, а во второй паре, один был исключительно гомосексуален, а второй женился на женщине, но имел гомосексуальный опыт. Хотя надо подчеркнуть, что эти исследования не доказывают, что гомосексуальность - на сто процентов врожденное явление, они лишь дают доказательство того, что на сексуальную ориентацию главным образом влияет наследственность.

Некоторые ученые считают, что наследственный или биологический характер гомосексуальности подтверждается наблюдениями за типичными играми детей, которые во взрослом возрасте проявили себя как гомосексуалисты. Связав эти игровые особенности с

теми знаниями, которыми мы, на основании исследования животных и человека, располагаем о тестостероне и других гормонах, некоторые ученые собрали впечатляющие доказательства того, что присутствие или отсутствие этих гормонов в критические периоды до и сразу после рождения и в раннем детстве могут играть могущественную роль в прогнозировании (и объяснении) не только того, как дети играют с другими, но также и их сексуальной ориентации. Хотя это исследование сложное и не поддается краткому и точному пересказу, оно в целом показывает, что в ранние годы мальчики, которые станут в будущем гомосексуалистами, обычно избегают шумных игр, которые, как мы сейчас знаем, вызываются, по крайней мере отчасти, влиянием тестостерона и других мужских гормонов. Эта разница между тем, как играют "пре-гомосексуалисты" и "пре-гетеросексуалы" наблюдается в играх мальчиков из разных стран и культур. (Хотя, как я объясню позже, пристрастие к определенному стилю игры не означает, что мальчик обязательно станет гомосексуалистом). Аналогично, значительный процент гомосексуальных женщин в детстве характеризовались более активным участием в подвижных играх, чем другие девочки. Объединив эти данные с тем, что мы знаем о выработке гормонов в мозге и о том, как эти гормоны влияют на сексуальное развитие в целом, ученые сообщают, что гормоны и подобные им биологические факторы, вероятно, также играют значительную роль в формировании сексуальной ориентации.

Наконец, ученые начали изучать, есть ли отличия в работе мозга геев и гетеросексуалов. В одном недавнем исследовании, которое вызвало сильный общественный резонанс, профессор Саймон Ли-Вей продемонстрировал, что количество определенных клеточных ядер гипоталамуса (часть мозга, отвечающая за производство гормонов, сексуальность и эмоции) у гетеросексуальных мужчин было больше, чем у гомосексуальных мужчин или гетеросексуальных женщин. В целом считается, что исследование Ли-Вей само по себе не дает достаточных доказательств того, что есть значительные структуральные или функциональные различия мозга гомосексуальных и гетеросексуальных мужчин и женщин. Но его проект значим постановкой вопроса о том, что такого рода различия могут существовать, и таким образом, открывает перспективы для дальнейших исследований того, как биология определяет развитие мозга и как это, в свою очередь, воздействует на нашу сексуальную ориентацию и поведение.

Если мы посмотрим на имеющиеся на сегодня исследования, то придем к выводу, что биология играет значительную роль в формировании сексуальности человека. Исследования однояйцевых близнецов, могущественного влияния гормонов и возможных отличий в структуре мозга показывают, что наша сексуальная ориентация, хотя и не является генетически неизбежной, как, скажем, цвет глаз, в значительной мере определяется биологическими процессами. Есть основания предполагать, в рамках эволюционной биологии, что гомосексуальность возникла как важная и нужная адаптивная особенность человечества. Биолог-эволюционист Е.О.Уилсон, например, считает, что гомосексуальность может быть "нормальным" качеством, которое, по его словам "возникло как важный элемент ранней социальной организации человечества. Гомосексуалисты могут быть носителями редкого человеческого гена альтруизма". Согласны мы или нет с профессором Уилсоном, что геи биологически более "альтруистичны", чем негеи, кажется несомненным то, что гомосексуальность была частью жизни человечества, начиная с зари его существования, что мальчики-геи есть во всех странах и культурах, и что геи, если растут в семье, щедрой на любовь и заботу, могут вырасти во взрослых, которые ведут здоровую, нормальную, насыщенную жизнь и вносят такой же важный вклад в существование общества, как и гетеросексуальные люди.

Я думаю, что мой сын - гей. Что мне делать?

- Я очень беспокоюсь,- недавно пожаловалась моему коллеге одна мама. - Мой

шестилетний Тимми до сих пор предпочитает играть с девочками. Он ненавидит грязные руки и отказывается играть с другими мальчиками.

- Вероятно, прямо сейчас Тимми нравится играть с девочками. В этом нет ничего плохого. Всегда есть мальчики, которых не очень интересуют подвижные игры, равно как и есть девочки, которые начинают скучать от спокойных игр и стремятся играть с мальчиками,- объяснил мой коллега.

- Да,- начала мама Тимми, краснея,- но я боюсь, не станет ли Тимми гомосексуалистом, вы понимаете, геем или что-то в этом роде.

Если принять во внимание устоявшиеся страхи и сомнения о гомосексуальности, учесть яростные антигомосексуальные настроения и гомофобию, нет ничего удивительного в том, что многие родители переживают, не станет ли их мальчик гомосексуалистом. Родители хотят сделать все, что в их силах, чтобы позаботиться о счастье своих детей, и многие из них боятся, что гомосексуальность заставит их мальчика страдать во взрослом возрасте больше, чем если бы он был гетеросексуалом. Как клиницист, работающий преимущественно с подростками и взрослыми, я часто встречаюсь с родителями мальчика-подростка, которые подозревают, что их сын может быть геем. Некоторые родители замечают, что их мальчика привлекает то, что в обществе считается "женским" занятием, например, чтение модных журналов, кулинария, пение. Другие удивлены, что их сын показывает свою привязанность к другому мальчику или смотрит на других мальчиков так, что это вызывает мысли об их романтической притягательности для него. В некоторых случаях, родители старших тинейджеров находят у сына тайно купленную порнографию с геями или застают своего мальчика за сексуальной игрой с другим мужчиной. К моим коллегам, которые работают преимущественно с маленькими мальчиками, часто приходят родители, у которых возникают вопросы о гомосексуальности, когда их мальчики проводят больше времени с девочками, регулярно избегают участия в активных подвижных играх, кажутся слишком привязанными к матери или демонстрируют мягкость, спокойствие, послушание или подобные качества, считающиеся типичными для девочек.

В тех случаях, когда ко мне или к моим коллегам родители обращаются с подобными вопросами, наиболее эффективным способом помочь им, на наш взгляд, являются два следующих шага.

Во-первых, почти всем родителям бывает полезно собрать нею доступную информацию о поле и гомосексуальности. Как и еще объясню подробнее, люди часто делают выводы о сексуальной ориентации, хотя во многих случаях это всего лишь вопрос тендерных ролей и отношения общества к этим ролям. Во многих случаях, так называемое "женоподобное" поведение мальчиков не имеет ничего общего с гомосексуальностью, а всего лишь показывает желание мальчика остаться рядом со своей матерью, заслужить любовь и внимание отца или просто быть таким, какой он есть.

Во-вторых, как только родители научатся отличать то, что связано с полом, от того, что связано с сексуальной ориентацией, я советую им обратить внимание на то, что они чувствуют сами и как эти чувства отражаются на их отношениях с сыном. Слишком часто терапевты концентрируют внимание на мальчике и забывают спросить родителей о том, что они чувствуют. Как только становится ясно, что их сын действительно гей, я обычно советую родителям общаться с другими родителями мальчиков-геев. Если они не знакомы с такими родителями или считают неудобным обратиться к ним, как часто бывает, многие находят полезным ходить на встречи клуба "Родителей и друзей лесбиянок и геев" (P-FLAG), национальной организации, которая оказывает поддержку друзьям и родственникам гомосексуалистов.

Свою работу с родителями я обычно начинаю с того, что знакоблю их с исследованиями гомосексуальности и помогаю им понять, что они не являются причиной сексуальной ориентации своего сына, он них не зависит, будет ли он геем или натуралом. Я рассказываю об исследованиях, которые выявили биологические факторы в определении сексуальной ориентации и подчеркиваю, что у мальчиков и подростков "женоподобное)

поведение или склонность к "девчачьим" играм не может быть верным признаком гомосексуальности. Хотя, действительно, многие мужчины-геи вспоминают, что в детстве они предпочитали тихие игры шумной беготне, есть геи, которые не помнят таких предпочтений. Более того, многие гетеросексуальные мужчины также в детстве предпочитали спокойные игры буйным "мужественным" мальчишеским играм. Также, хотя некоторые подростки с "женоподобным" поведением на самом деле гомосексуалисты, среди них есть и гетеросексуалы. В то время как некоторые подростки встречаются и вступают в половые отношения с девушками, впоследствии они могут осознать себя гомосексуалистами, равно как и некоторые подростки с гомосексуальным поведением во взрослом возрасте могут обнаружить, что они гетеросексуалы.

Когда мы пытаемся увидеть связь между поведением маленьких мальчиков и их сексуальной ориентацией во взрослом возрасте, мы часто пытаемся увидеть в них причинно-следственные связи, хотя наука говорит нам, что их нет. Мальчики, которые любят спорт, которым доставляют удовольствие игровые потасовки и суровые мужские дела, став взрослыми, могут оказаться всецело и счастливо гомосексуальными. Мальчики, которые предпочитают оставаться рядом с заботливой мамой, которым не нравятся шумные игры, которых привлекают те же самые занятия, что и девочек, могут впоследствии стать абсолютными и счастливыми гетеросексуалами. Когда мы заставляем наших "женоподобных" сыновей вести себя жестко и "по-мужски", мы, вероятно, не делаем ничего, что могло бы увеличить или уменьшить шансы мальчика стать гомосексуалистом. А раз так, получается, что мы просто загоняем их в тендерные шаблоны и, таким образом, заставляем их стыдиться самих себя и того, что им доставляет больше всего радости.

Например, почти двадцать лет назад ко мне за помощью обратилась тридцатипятилетняя Джеки Джефферсон, мама пятнадцатилетнего Кении, которого сверстники постоянно дразнили девчонкой и педиком за его любовь к необычным шелковым рубашкам. Джеки попросила меня встретиться с Кенией и помочь ему в "вопросах половой принадлежности". На нашей первой общей встрече мы говорили только о том, как тяжело Кенией выдерживать издевательства в школе, и как мучительно для Джеки видеть такое обращение с ее сыном. Кенией много говорил о том, как он устал от обзывательств, а Джеки рассказала, насколько беспомощной она себя чувствует, когда не знает, как ей поддержать сына. Встреча оказалась полезной и для мамы, и для сына.

Через несколько недель наших встреч и бесед, Кенией и его мама сказали, что ситуация улучшилась и решили закончить терапию. В итоге, мы так и не заговорили о сексуальной ориентации, потому что на самом деле то, с чем сражались Кенией и его мама, - это тендерные тиски, Мальчишеский кодекс и позор, которым давят мальчиков, ему не подчинившихся. В наших беседах Кенией никогда не говорил о том, что он любит других мальчиков или они его привлекают. Он говорил только о том, как его дразнят за его личностные особенности и персональные интересы.

Кенией, как уже стало очевидно, гетеросексуал. Недавно я встретил его маму в магазине. Она показала мне не только фотографию симпатичного, счастливого двадцатисемилетнего мужчины, но и снимки его жены Эми, и их новорожденной дочери Кристал.

История Кенией показывает, как родитель, волновавшийся о сексуальной ориентации сына, в действительности боролся с представлениями общества о тендерных ролях. Конечно, бывает и по-другому. Из-за того, что мы привыкли ставить знак равенства между "женоподобный" и "гей", некоторые родители не замечают, что их мальчик, который внешне выглядит образцом мужественности, на самом деле мучается из-за своей сексуальной идентичности.

Недавно ко мне пришли Деннис и Шэрон Коттон и попросили меня встретиться с их сыном, Оуэном, который, по их словам, "выглядит подавленным". Семнадцатилетний Оуэн "выглядит слишком похудевшим,- рассказали они,- и он проводит много времени каждый день в своей комнате, будучи в дурном настроении". Когда я начал заниматься с Оуэном,

источник его депрессии был для меня загадкой. Передо мной сидел высокий, отлично сложенный молодой мужчина, который выглядел, скорее, как школьный футболист, нежели как изнуренный подросток, чьи родители убедили меня, что он нуждается в моей помощи.

- Родители отправили тебя сюда, потому что они боятся, что твоя потеря веса может быть признаком эмоциональных трудностей.

- Ага,- начал Оуэн,- я перестал ходить на лакросс¹², и по этому в последнее время не особенно голоден.

- Почему ты бросил лакросс, что-то случилось на игре? У тебя возникли проблемы с ребятами в команде или с тренером?

- Нет, вовсе нет. Меня признали самым ценным игроком за последние два года, и у меня со всеми отличные отношения. Я просто расхотел заниматься.

Прошли недели, прежде чем Оуэн почувствовал себя достаточно комфортно, чтобы открыться, и оказалось, что его мучили не проблемы с лакроссом, не сложности "подстройки" под сверстников или травля за "женоподобность", как то было с Кении. У Оуэна была депрессия и анорексия, как я вскоре понял, потому что он в одиночку страдал от влечения к одному из своих приятелей, влечения, которое было не дружбой, а чем-то более интимным, романтическим, сексуальным. Он чувствовал это, когда был в раздевалке с другими парнями, когда они выиграли матч и обнялись, когда они пошли выпить с друзьями и кто-то начал "вести себя заигрывающе". Оуэн, после недель разговоров со мной, понял, что для счастья ему нужна любовь и привязанность других мужчин. Оуэн, как выяснилось, был геем.

Оттенки серого: бисексуальность, сексуальные эксперименты и мальчики в замешательстве

Когда мальчик впервые задумывается, не гомосексуалист ли он, ответ ему дается непросто. Хотя отчасти его неуверенность вызвана страхами и тревогой о том, на что похожа жизнь гея, она может происходить также из его неуверенности в том, действительно ли он гомосексуалист. Для нас было бы очень удобно думать, что каждый человек либо стопроцентный гомосексуалист, либо стопроцентный гетеросексуал, и надо всего лишь решить, к какой категории ты относишься. Но есть причина полагать, что гомосексуальность и гетеросексуальность не абсолютны, что существует "серая зона". Не все на сто процентов гомосексуальны или гетеросексуальны. В дополнение к "бисексуалам" - людям, которые чувствуют сильное романтическое влечение к людям обоих полов - есть множество геев, которые имеют гетеросексуальные чувства и опыт, и множество натуралов, которые порой испытывают гомосексуальные чувства и опыт.

Действительно, если мы признаем, что гомосексуалисты, по определению, преимущественно испытывают влечение к людям своего пола, это подразумевает, что некоторые гомосексуалисты, а вероятно, в какой-то незначительной мере и почти все гомосексуалисты, могут порой испытывать влечение и к людям противоположного пола. Аналогично, если мы признаем, что гетеросексуалы, по определению, преимущественно испытывают влечение к людям противоположного пола, то тогда некоторые гетеросексуалы, или в какой-то незначительной мере и почти все гетеросексуалы, так или иначе чувствуют притяжение к людям своего пола. Определиться с сексуальной ориентацией, в конце концов, это не найти конкретный ответ. Наша сексуальная индивидуальность практически всегда сложна, неясна, запутанна. И если нам, взрослым, трудно определиться со своей настоящей сексуальной ориентацией, то наши подростки в период полового созревания чувствуют настоящий страх, неуверенность, смущение.

¹² Лакросс - спортивная командная игра. (Прим. переводчика).

Значительная часть этих переживаний вызвана широко распространенным убеждением, что сексуальную ориентацию можно определить по сексуальному поведению человека. Это заблуждение, потому что в действительности гомосексуальность или гетеросексуальность имеет дело с тем, что человек чувствует, а не с тем, что он делает в тот или иной момент времени. Гетеросексуал не перестает быть гетеросексуалом, если у него не было сексуальных отношений с представителями противоположного пола, равно как и гомосексуалист не перестает быть гомосексуалистом, если у него не было отношений с людьми своего пола. Причина замешательства многих мальчиков (и часто их родителей) в том, что часто мальчик может делать одно, а чувствовать другое. Когда так происходит, он неизбежно испытывает неуверенность в своей подлинной сексуальной ориентации.

Взгляните, например, на семнадцатилетнего Скотта Шиндлера, которого его мама Арлен застала вместе с Бенсоном Хоуторном, еще один подростком, живущим по соседству, за тем, как они провели вместе вечер: выпили пива, а затем занялись взаимной мастурбацией. Несколько лет назад Арлен появилась у меня в кабинете для предварительной беседы. Она пришла без Скотта и умоляла меня "сделать все возможное, чтобы заставить Скотта прекратить это недостойное поведение".

Я ответил Арлен, что буду счастлив помочь Скотту разобраться в его чувствах, но подчеркнул, что я не собираюсь менять Скотта, кем бы он ни был на самом деле.

- Если ваш сын гей, что совсем не очевидно, я не буду пытаться сделать его натуралом.

- Хорошо,- ответила она. - Я просто хочу, чтобы Скотт пережил это, потому что ни я, ни мой муж Дэвид не знаем, что с этим делать. Мы с Дэвидом хотим, чтобы у Скотта было с кем поговорить и разобраться во всем. И я признаю, что не хочу, чтобы Скотт продолжал встречаться с Бенсоном.

- Если Скотт согласится прийти ко мне, это будет хорошо, и я буду рад познакомиться с ним,- ответил я.

На первой встрече Скотт казался нервным и не особенно стремился поговорить со мной. Но постепенно мы пришли к взаимопониманию, и он начал открываться и рассказывать, на что похожа его жизнь. Он рассказывал о том, что ему нравится и не нравится в школе, о девушках, с которыми он пытался встречаться, о его относительно умеренном употреблении алкоголя, о ближайших друзьях. На третьей встрече Скотт сам начал разговор о Бенсоне:

- Я знаю, почему мама отправила меня к вам. Она застала нас с Бенсоном, и совсем взбесилась от этого.

- Ты сожалеешь о случившемся? - спросил я.

- Да в общем, нет,- ответил Скотт. - Я имею в виду, мы занимались этим только пару раз, ничего особенного.

- То есть ты нормально воспринял ваши с Бенсоном занятия, ты не страдаешь от этого?

- Ну,- протянул Скотт,- первый раз, когда мы остались вместе и начали заигрывать друг с другом, я подумал, что я, наверное, гей. Это было очень странное ощущение. Но по правде говоря, когда я вместе с Бенсоном и мы вместе что-то делаем, это все весело, но я определенно за девчонок. Я имею в виду, что и думаю о девушках, когда мы с ним вместе.

Хотя поначалу я думал, не пытается ли Скотт подсознательно утаить правду, что, возможно, он действительно гей, спустя несколько недель я окончательно убедился, что Скотта в первую очередь привлекают девушки. Когда он касался тела Бенсона и позволял Бенсону ласкать себя, этот эксперимент был вызван скорее желанием Скотта выпустить "сексуальную энергию", нежели реальным физическим влечением к Бенсону. Все фантазии Скотта были о женщинах. Когда подошло время выпускного вечера, Скотт, не колеблясь, решил пригласить Шерон, одноклассницу, на которую он уже несколько месяцев как "глаз положил". Встречи Скотта с Бенсоном прекратились еще до окончания школы и, как я слышал, Скотт счастливо живет с женщиной, с которой встречался несколько лет. Скотт, насколько я могу судить, гетеросексуал.

Когда я вспоминаю о своей работе со Скоттом, на ум сама приходит история Самсона

Кима, моего тридцатидвухлетнего пациента, который работал рентгенологом в местной больнице. Самсон пришел ко мне, когда он еще был со Сюзан, его девушкой, с которой он прожил шесть лет. Всю жизнь у Самсона были сексуальные отношения только с женщинами. Ему нравилось быть с женщинами, но, по его словам, он "никогда не чувствовал себя абсолютно целым, всегда было ощущение, что чего-то не хватает".

В подростковом возрасте и в юности Самсон, по его воспоминаниям, чувствовал "настоящую тягу" к другим мужчинам. "Я думаю, я никогда не отдавал себя в этом отчета,- добавляет Самсон,- но когда я сейчас думаю об этом, я понимаю, что по-настоящему любил я только мужчин. Я влюблялся во многих женщин, и я влюблялся искренне, но я никогда не любил их, я никогда не стремился к ним так, как к некоторым своим друзьям-мужчинам".

- Вы когда-нибудь говорили о своих чувствах этим мужчинам?

- Я пытался,- начал Самсон,- но я всегда слишком боялся. Кроме того, я думал, что поскольку мне нравится секс с женщинами, то, вероятно, я не гей. Я думал, что я просто испытываю "симпатию" к этим ребятам, но что на самом деле я натурал.

Самсон решил прийти ко мне после того, как он встретил Джейсона, привлекательного, талантливого кардиохирурга, который работал в той же больнице, что и Самсон. Его чувства к Джейсону были настолько сильными, что он понял, что больше не может их скрывать. В ходе терапии выяснилось, что Самсон, действительно, гей. То есть он был искренним, заботливым партнером всем женщинам, с которыми встречался, в его жизни было несколько значимых сексуальных отношений с женщинами. Но в том, что касалось его глубинного Я, того, что давало ему наибольшее счастье и удовлетворение, Самсону нужен был мужчина. В результате Самсон стал партнером Джейсона, продолжая в то же время дружить со своей бывшей девушкой.

Так как мы размышляем о том, как помочь мальчикам, которые не уверены в своей сексуальной ориентации, истории Скотта и Самсона важны для нас, потому что они показывают, как часто люди вступают в сексуальные отношения, на самом деле не удовлетворяющие их истинных потребностей. Такие отношения, в некоторых случаях, могут продолжаться всю жизнь. И если у некоторых людей они вызывают лишь смутное ощущение потери, то других это заставляет искать тайных отношений "на стороне", приводит к тревоге и депрессии, сложным физическим или психологическим проблемам, таким как мигрень, бессонница, пищевые расстройства, наркотическая или алкогольная зависимость. В целом это чрезвычайно болезненно и нездорово, когда человек подавляет свои истинные желания. Так, хотя совсем не редки случаи, когда гомосексуалист женится на женщине и ведет жизнь, которая окружающим кажется жизнью гетеро сексуала, было бы чрезвычайно необычно, если бы эта жизнь приносила ему счастье и удовлетворение. И точно так же, если первый сексуальный опыт гетеросексуала связан с другим мужчиной, в то время как в действительности его привлекают женщины, вряд ли он будет чувствовать себя удовлетворенными и самодостаточным в однополых отношениях.

Когда родители спрашивают меня, как говорить с мальчиками об их возможных сложностях с определением сексуальной ориентации, я советую им говорить с мальчиками не только о том, кто их привлекает или с кем они вступали в сексуальные отношения, но так же и о том, кто им нравится, кого они любят. Наши мальчики узнают правду о своей сексуальной ориентации лишь тогда, когда поймут, кого они на самом деле жаждут любить, а не будут просто смотреть на тех, с кем они встречались или устраивали сексуальные эксперименты. Поскольку сексуальная ориентация - это то, что скрыто в наших сердцах, мы можем помочь мальчикам, поощряя их быть честными с нами и с самими собой о том, кто их влечет, кого они на самом деле любят и чего на самом деле хотят.

Как реагировать, если он признался мне, что он гей?

Для мальчика-подростка, который обнаружил, что он гей, вероятно, самый трудный шаг в признании своей сексуальности - это набраться храбрости рассказать об этом своим ближайшим друзьям и семье. Из-за того, что общество до сих пор не совсем принимает гомосексуальность, из-за того, что тинейджер-гей не может не замечать полных ненависти гомофобных замечаний, которые он слышит повсюду, он обречен страдать от чрезвычайно низкой самооценки, но так же и волноваться о том, как его признание примут другие. Когда он впервые поймет, что его сексуально привлекают другие мужчины, он может решить подавить эти чувства, в надежде, что они исчезнут. Он может замкнуться, постараться скрыть любые внешние признаки своей ориентации или предпринять попытку самоубийства. Невозможно противостоять страху, что твои ближайшие друзья и семья отвернутся от тебя. Разговор с родителями особенно пугает, потому что от этих людей он больше всего зависит, это не только любовь и одобрение, но и сам дом, куда он возвращается каждый день.

"Я думал, что они откажутся от меня,- сказал мне четырнадцатилетний Роберт. - Я думал, они скажут, что я больше не член семьи".

"Прямо перед тем, как я собирался рассказать им,- вспомнил Питер,- я приехал на велосипеде к мосту на реке Чарльз. Я столкнул велосипед и смотрел на реку, казалось, что прошли часы. Я думал, что было бы лучше покончить со всем прямо здесь и сейчас, просто прыгнуть в реку. Это казалось легче, чем рассказать родителям".

"Я не мог рассказать отцу до тех пор, пока у него не обнаружили рак,- говорит Джером. - Когда он заболел и мы знали, что он умирает, я захотел, чтобы он знал, кто я на самом деле. Мне было почти восемнадцать лет, отличник, получивший стипендию в Бейтсе¹³ - и я был безумно влюблен в Скипа Томсона, парня из моего класса. Папа знал Скипа, и тот ему очень нравился. Я не хотел, чтобы папа умер до того, как узнает, насколько мы со Скипом счастливы и близки".

Ричард помнит, как трудно ему было рассказать матери, что он гей:

- Когда я однажды пришел из школы в слезах, мама спросила меня, что случилось. Правда была в том, что я не мог это больше скрывать. Я знал, что я гей и что я еще не сказал об этом тем двум людям, которых любил больше всего на свете. Моя мама

- отличный социальный работник, а мой папа - священник, которого все любят. Они оба спокойно относятся к геям, но я знал, что они будут разочарованы тем, что именно я оказался геем. Но когда я посмотрел на маму в тот день,- продолжает Ричард,- я просто не мог сдержать слезы. Когда она увидела, как горестно я плачу, кажется, она сразу почувствовала, что нужно сделать. Она отвела меня на диван в гостиную, обняла и сказала, как сильно она меня любит. Когда я выдавил: "Мам, я гей",- у меня началась истерика. Наверное, я боялся, что она велит мне убираться из дома или что-то в этом роде. А она вместо этого сказала: "Мы так тебя любим, Ричард. Мы всегда будем любить тебя, что бы ни случилось. Мы очень гордимся тобой".

И хотя нет идеального ответа в ситуации, когда ваш сын-подросток сообщает вам, что он гей, вероятно, нет ничего более важного, чем напомнить ему, как это сделала мама Ричарда, что вы любите и цените его, что вы гордитесь им, что ничто не изменит ваше отношение к нему. Больше всего мальчик боится, что вы начнете стыдиться его, накажете его или прогоните прочь. По-моему мнению, такая реакция будет чудовищной ошибкой, т.к. скорее всего нанесет ему травму, причинит боль, которую он, вероятно, никогда не сможет забыть или простить.

- Я не общался со своими родителями уже десять лет,- с грустью сказал мне Эван,- потому что, когда я сказал им, что и гей, они вышвырнули меня из дома. Мне было только пятнадцать, и мне было некуда идти. Я остановился у друзей, которые понимали, каково мне

¹³ Бейтс - престижный частный колледж Свободных искусств, входящий в так называемую "Малую лигу плюща". (Прим. переводчика).

приходится. Когда мои родители спустя несколько месяцев разрешили мне вернуться домой, ничего уже нельзя было вернуть. Мой отец не разговаривал со мной, а моя мать снова и снова говорила мне, что для нее я просто "жилец", что я больше ей не сын. Я так и не смог это пережить, и долгие годы чувствовал себя ничтожеством. Единственный способ справиться с этим - это перестать встречаться с родителями.

- Мои родители уже старики,- говорит Эван,- и иногда они оставляют сообщения на автоответчике, умоляя меня приехать домой и повидать их. Но как бы они ни хотели увидеть меня сейчас, я просто не могу заставить себя сделать это. Особенно тяжело бывает, когда наступают праздники.

Хотя легко можно подумать, что родители Эвана поступили бездумно и жестоко, в действительности они, вероятно, думали, что если они откажут сыну в любви и поддержке, он как-нибудь "решит" не быть гомосексуалистом. Но сексуальная ориентация конституциональна, это важная часть личности, а не "решение", которое можно контролировать или изменять ради (или под давлением) родителей. В особенности из-за чрезвычайно эмоциональной уязвимости мальчика в то время, когда он набрался храбрости сообщить о своей сексуальности, я считаю чрезвычайно важным убедить его, что он по-прежнему любим, что его сексуальная ориентация ничуть не умалит вашей любви и уважения к нему. Это то, что мальчику больше всего нужно услышать.

Не сказать этого - значит, вероятно, поставить его в опасную эмоциональную или даже физическую ситуацию. И рисковать потерять его, так или иначе. Но если мальчик получает любовь и поддержку, которая ему так отчаянно нужна в это переломное время, если он убежден, что его сексуальная ориентация никогда не изменит отношения к нему, то это лучшее, что мы можем сделать, чтобы восстановить его чувство собственной ценности, сохранить его веру в то, что нам можно доверить самые трудные чувства и испытания, и убедить его, что его взрослые романтические отношения, независимо от того, окажется ли он геем или натуралом, будут, насколько это возможно, счастливы ми, здоровыми и насыщенными.

Только в этом случае он поймет, что быть настоящим мальчиком и стать нормальным мужественным взрослым, в отличие от мифов мальчишеской культуры,- не имеет никакого отношения к сексуальной ориентации.

Несколько размышлений о мальчиках и СПИДе

Как только мы поднимаем тему секса и сексуальности в разговорах с сыновьями, мы не можем обойти тему СПИДа.

Как ни тяжело это признавать, синдром приобретенного иммунодефицита, или СПИД, это чрезвычайно тяжелое заболевание, которым больны уже миллионы молодых людей по всему миру. С какой бы неохотой некоторые родители и школы ни относились к необходимости говорить с детьми о сексе, сексуальности и, в особенности, о гомосексуальности, реальность СПИДа, та реальность, которая усложняет, ломает и даже отнимает человеческую жизнь, заставляет нас обсуждать с детьми эти чрезвычайно важные темы. Мы должны говорить с ними, и говорить с ними откровенно.

Статистика распространения СПИДа в мире шокирует. В декабре 1997 г. приблизительно 30,6 миллионов людей в мире - 29,5 миллионов взрослых и 1,1 миллиона детей младше 15 лет - являлись носителями ВИЧ или СПИДа. В течение 1997 г. общее количество смертей, вызванных эпидемией ВИЧ/СПИДа, составило 11,7 миллиона - 9 миллионов взрослых и 2,7 миллиона детей. С начала эпидемии ВИЧ/СПИД, приблизительно 8,2 миллиона детей младше 15 лет остались сиротам из-за преждевременной смерти своих ВИЧ-инфицированных родителей.

Статистика по США также ужасает. С начала июня 1997 г. в Соединенных Штатах Центры по контролю и профилактике заболеваний США зарегистрировали 612 078 случаев

заболевания СПИДом. Из них 511 934 (84 %) - люди мужского пола от 13 лет, 92 242(15%) - люди женского пола от 13 лет, и 7 902 (1 %) - дети младше 13 лет.

Хотя сейчас мы все знаем, что ВИЧ не смотрит на сексуальную ориентацию, он поражает и геев, и натуралов одинаково, в Соединенных Штатах большинство заболевших СПИДом мужчин заразились им через гомосексуальные контакты. По данным исследования 1996 г. в США у больных СПИДом мужчин причиной заражения в 50 % случаев были сексуальные контакты с мужчинами, за ними следовала инъекция наркотика (23 %).

Но чтобы не складывалось впечатление, что СПИД в Соединенных Штатах это преимущественно "болезнь геев", я подчеркну, что в США увеличивается количество случаев заболевания, в которых распространителями ВИЧ являются гетеросексуалы. С 1988 по 1995 г. количество заражений СПИДом в США через гетеросексуальные контакты выросло с 4,8 % до 17,7 %. В данный момент СПИД - вторая по частотности причина смерти в Соединенных Штатах среди людей от 25 до 44 лет.

Вся эта статистика указывает на один неопровержимый факт - мы должны беспокоиться о наших детях и о том, что они знают о СПИДе. Учитывая то, что многие взрослые до сих пор не решаются поговорить с детьми о сексуальности и СПИДе, Глава службы здравоохранения США Антония Коэльо Новельо в 1993 г. в своем отчете о СПИДе и ВИЧ написала: "Да, страшно думать о тех соблазнах и опасностях, которые поджидают их каждый день. Но секс и наркотики - это реальности нашей жизни, мы не можем их больше игнорировать, иначе мы сами выйдем. Мы должны готовить наших детей к тому, что СПИД - это реальность нашего мира".

Действительно, поскольку каждый пятый диагностированный случай СПИДа приходится на возрастную группу от 20 до 29 лет, и поскольку мы знаем, что в среднем инкубационный период от инфицирования вирусом ВИЧ до диагноза СПИД составляет около 10 лет, становится очевидно, что большинство этих больных СПИДом людей, которым, сейчас от 20 до 29 лет, заразились, скорее всего, будучи еще тинейджерами. Это означает, что множество наших сыновей и дочерей заражаются ВИЧ каждый год, и что к тому времени, когда им исполнится 20, многие из них заметят у себя симптомы СПИДа.

В этой главе мы узнали, что многие мальчики боятся говорить о своей сексуальности. Если они гомосексуалисты, многие из них страшатся того, как их родители, друзья, учителя и другие могут отреагировать на это. Они боятся быть отвергнутыми, брошенными. И поэтому они молчат. А мы никогда не говорим с ними о том, что они чувствуют в глубине души.

Но если мы, вступая в сговор с их молчанием, "позволяя проблеме разрешиться самой", считаем избегание темы приемлемым, я не понимаю, почему. Мы не только обязаны честно говорить с нашими сыновьями и дочерьми об их страхах и тревогах, связанных с сексуальной жизнью и о том, какова их сексуальная ориентация, но сейчас мы обязаны объяснить им, что угроза СПИДа одинакова для гомосексуалистов и гетеросексуалов, рассказать, как он передается и что нужно делать для профилактики заражения. Принять необходимые меры предосторожности легко. Говорить об этом может быть труднее. Но я убежден, что мы просто обязаны перешагнуть через свое малодушие и поговорить с ними. Это вопрос жизни и смерти.

10. Школы. Суэта вокруг доски

"Девочкам легче поднимать руку и отвечать, чем парням... Многие ребята боятся говорить, потому что не хотят показаться дураками".

Кевин, 14 лет.

Школа: целый новый мир

Это был первый день Александра в третьем классе. Он спешил к автобусной остановке и тянул за собой своих родителей, хотя до автобуса оставалось еще минут 10. Он начал радостно болтать с другими ребятами на остановке, и когда подошел автобус, сел туда, ни медля ни минуты, для проформы прикоснувшись к щекам родителей. Он прошел по проходу и грохнулся на сиденье рядом с мальчиком, которого его родители не узнали. Родители махали ему, когда автобус тронулся, но Александр был так увлечен разговором со своим неизвестным соседом, что даже не обернулся. "Как не похоже на его первый день в детском саду,- сказала его мама отцу, когда они смотрели на отъезжающий автобус. - Тогда я переживала, что бросаю его. Теперь мне кажется, что это он бросает нас". После школы мама спросила Александра, с кем он сидел в автобусе. "А, это просто мальчишка, которого я знаю с прошлого года",- ответил Алекс и направился к двери. "Куда ты идешь?" - спросила мама. "Да так, никуда,- сказал Алекс,- не волнуйся".

Родители быстро понимают, что школа - это гораздо больше, чем чтение, письмо и математика. Школа представляет собой отдельный новый мир, место, где наши мальчики встретятся с главными социальными, эмоциональными, психологическими испытаниями мальчишества. Это то место, где мальчик будет получать новые знания, строить отношения, испытывать свои возможности и их пределы и, как мы надеемся, сформирует ясную самооценку.

Родители смотрят на новый мир школы с воодушевлением, потому что они хотят видеть своих детей повзрослевшими и успешными. Тут есть место и беспокойству - ведь они знают, что теперь им придется делить обязанности по воспитанию ребенка с профессионалами: учителями, администрацией, психологами и другими сотрудниками школы. С 6 до 18 лет наши мальчики будут проводить большую часть своего времени в школе. В любую из этих недель мальчик чаще видит свою учительницу математики, чем мать или отца. Он, вероятно, проводит больше времени на школьном спортивном поле, нежели в собственной гостиной. (особенно у сегодняшних деловых и слишком загруженных на работе родителей, которые часто работают допоздна, или в семьях, где только один родитель, школа становится полигоном большинства испытаний в жизни растущего мужчины.

Я полагаю, что при той колоссальной роли, которую школа играет в жизни мальчиков, родители должны задаться вопросом: Школа, где учится мой сын, проявляет достаточное понимание того, через какие эмоциональные испытания проходят мальчики, чтобы стать уверенными, успешными мужчинами? Знают ли учителя и администрация о Мальчишеском кодексе? Они знают о маске? Они сочувствуют! мальчишкам? Мальчику интересно то, о чем и как говорит учитель? Учителя стараются стимулировать его интерес к учебе? Школа - это место, где мой сын уверен в себе, счастлив, увлечен, это место, где ему нравится бывать?"

Я думаю, что слишком часто ответ на все эти вопросы - "нет". Наши школы в большинстве своем недостаточно гостеприимны по отношению к мальчишкам и не делают того, что могли бы, для того, чтобы удовлетворить их социальные, академические и эмоциональные нужды. Учителя типичных современных школ часто равнодушны к потребностям мальчишек, они используют программы, учебные материалы и методы, которые не подходят мальчишкам, и многие из этих школ оказываются местом, где мальчишки хотели бы проводить время в последнюю очередь. Проще говоря, я считаю, что большинство наших школ не подходят мальчишкам.

Они им не подходят, по крайней мере, по четырем основным причинам. Во-первых, они не справляются со своей задачей, как только речь заходит о некоторых академических дисциплинах - особенно о письме и чтении. В результате, многие мальчишки очень слабы в этих сферах (слабее, чем девочки) - и их учебная самооценка падает.

Во-вторых, наши школы и учителя слабо осведомлены о специфических социальных и эмоциональных нуждах наших сыновей и часто реагируют на эти нужды неадекватно. Многие из этих специфических нужд, которые мы уже обсуждали в этой книге,- жесткий

Мальчишеский кодекс, маска, замкнутый круг стыда и "закалки" - либо не осознаются, либо игнорируются в большинстве школ.

В третьих, атмосферу в большинстве школ трудно назвать благожелательной и дружелюбной к мальчикам. Особенно в тех случаях, когда возникают проблемы с поведением, школа скорее интерпретирует эти проблемы как дисциплинарные, не пытаясь понять их истинную эмоциональную природу. Из-за мифа об опасности мальчиков, многие учителя и администрация часто относятся к мальчикам неприязненно - и таким образом толкают наших сыновей еще дальше в сторону академической неуспеваемости, низкой самооценки, трудностей самоконтроля и целого клубка эмоциональных и поведенческих проблем.

В-четвертых, материал и методики наших школ не отвечают специфическим потребностям и интересам мальчиков. В большинстве школ никто не стремится сделать уроки интересными для мальчиков. Не разработаны пособия, учитывающие мальчишеские особенности восприятия. Они не пытаются творчески подойти к уже имеющимся материалам, чтобы заинтересовать ими мальчиков. Они не учитывают особенности того, как мальчики учатся, не разрабатывают эффективные для них методики. В большинстве наших начальных и средних школ не хватает учителей-мужчин. Это само по себе несет нашим мальчикам послание: образование и учеба - это для девочек и женщин.

Вполне объяснимо, что учителя возлагают много надежд на школы и людей, которые в них работают. В зависимости от того, как структурирован учебный план, как проводятся уроки, какое отношение к мальчикам превалирует, школа может оказать позитивное влияние на поведение наших мальчиков и их развитие. С другой стороны, она может окончательно запутать их и сбить с пути. Исследование показывает, что школа, имеющая представление о том, кто такие мальчики и что им нужно, может стимулировать не только академические успехи мальчика, но и формировать у него позитивную самооценку и уверенность в собственной мужественности. Позитивный школьный опыт, иными словами, может укрепить самооценку мальчика.

И наоборот, посещение школы, которая не обращает внимания на специфические потребности мальчиков, приводит к тому, что наши сыновья не осознают в полной мере свой академический потенциал, даже если они будут успешны в неакадемической сфере (в спорте и в творчестве) или найдут возможности вести насыщенную социальную жизнь. Хуже всего - негативный школьный опыт может привести к тому, что наши мальчики будут вести себя неконтролируемо в классе, будут страдать от депрессии, начнут принимать наркотики или алкоголь, вести беспорядочную половую жизнь или сами станут жертвами или организаторами насилия. Качество школы решает все в академическом и эмоциональном успехе наших мальчиков.

Многие школы, в которых я был, стараются изо всех сил. Учителя и администрация внимательны к мальчикам. Но часто из-за недостаточности ресурсов, знаний или понимания, многие школы просто не знают, как решать специфические задачи обучения мальчиков. Их усилия сходят на нет, когда им не хватает знания о мальчиках, в особенности когда они путают психологию мальчиков с психологией девочек. Это тема настоящей главы. Нам может казаться, что с точки зрения власти и богатства мы живем в "мужском мире", на самом деле в школах наши мальчики проигрывают.

В последние годы много обсуждаются сравнительные успехи мальчиков и девочек в школе. Нам говорили, что школы несправедливы к девочкам, что они не создают условия для тендерного равенства и справедливости, что они тормозят интеллектуальное продвижение женщин в обществе. И хотя эти обвинения вполне обоснованны, я думаю, что в пылу дебатов о девочках мы забыли о мальчиках, о том, как они себя чувствуют в наших смешанных школах. На самом деле, многие мальчики учатся неважно.

Одна из причин, по которой создается впечатление, что мальчики успешны в школе, это тот факт, что многие школьные звезды - мальчики, особенно если речь идет о математике или естественных науках. По данным одного авторитетного исследования,

проведенного специалистами по обучению из Чикагского университета, мальчики в три раза чаще, чем девочки, занимают верхние позиции в таблице успеваемости по математике и естественным наукам. В некоторых тестах по естественным наукам в верхние три процента успеваемости не входит ни одна девочка. Наш взгляд направлен на успевающих мальчиков, "суперзвезд", и это, по моему мнению, искажает наши представления о том, как мальчикам в целом дается учеба.

По данным того же исследования Чикагского университета, были обнаружены еще несколько областей, в которых мальчики показывали наихудшие результаты. Проект, который объединил результаты шести исследований учебных достижений тысяч детей на протяжении тридцати лет, показал, что мальчики особенно часто сталкиваются с трудностями в области чтения и письма, этих базовых для существования в социуме навыков. В понимании прочитанного, скорости восприятия, словесной ассоциативной памяти мальчики уступают девочкам, и в два раза больше мальчиков оказываются в самом низу шкалы успеваемости, и гораздо меньше мальчиков, чем девочек, входят в 10 % лучших учеников по этим предметам.

Другой отчет, названный "Состояние образования" (1997), выпущенный Министерством Образования США, подтверждает данные исследований Чикагского университета. Во всех возрастных группах, говорится в отчете, "девочки продолжают превосходить мальчиков в навыках чтения". Это отставание особенно беспокоит, потому что, как подчеркивается в том же отчете, чтение - это навык, абсолютно необходимый не только для успехов в учебе, но и в дальнейшей жизни.

В дополнение к проблемам с чтением, письмо тоже дается мальчиком с трудом. Исследование Чикагского университета обнаружило такую колоссальную разницу в навыках письма у мальчиков и девочек, что Ларри Хедж, который возглавлял проект, пришел к выводу, что "мальчики, в среднем, очень отстают в овладении этим базовым навыком". Отчет Министерства образования подтверждает это: по его данным, за последние тринадцать лет девочки всех возрастных групп "превосходят мальчиков в умении писать". В отчете говорится о том, что письмо - это фундаментальный навык, овладение которым необходимо не только для того, чтобы воспринимать и осмысливать информацию, но и для поддержания мотивации. Это объясняет, каким образом отставание в письме может разрушительно воздействовать на академическую успеваемость, равно как и на шансы в будущем сделать успешную карьеру.

Ознакомившись с этими данными, вы можете подумать, что успехи в письме и чтении у девочек, и в математике и естественных науках - у мальчиков - предопределены природой. Но год от года девочки демонстрируют стабильный прогресс в изучении математики и естественных наук. И хотя они еще не добрались до "верхнего эшелона" в этой области, их прогресс стабилен. Сказать того же о мальчиках и чтении нельзя.

Министр образования Ричард Райли на выступлении в Конгрессе в 1997 г. назвал базовые навыки чтения и письма судьбоносными, так как они оказывают влияние не только на дальнейшее образование детей и карьерные достижения, но и на их будущий жизненный выбор. По словам Райли, "учителя могут рассказать вам, как те, у кого плохо с чтением, часто недовольны собой, подавлены и нередко выходят на дорогу прогулов и последующего исключения". И ситуация может ухудшиться: "Некоторые выбирают наркотики".

Слабость мальчиков в чтении и письме влечет за собой целый набор школьных проблем. Например, в восьмом классе вероятность остаться на второй год у мальчиков на 50 % больше, чем у девочек. А к старшим классам две трети учеников специализированных классов для отстающих - мальчики. Статистика также показывает, что в целом мальчикам труднее приспособиться к школьной жизни, и на их долю приходится 71 % временных отстранений от учебы в школе.

Более того, резко снизилось количество мальчиков, поступающих в высшие учебные заведения. Двадцать лет назад в колледж шло больше мальчиков, чем девочек. Сейчас только 58 % выпускников школ мужского пола решают продолжить обучение в колледже, по

сравнению с 67 % процентами девушек-выпускниц. На долю женщин приходится 55 % всех выданных дипломов бакалавра, и их процентная доля растет.

Поразительно, но недавние исследования показывают, что девочки не только чувствуют себя увереннее в учебе, но и более решительны в своем движении к будущей карьере. Например, когда восьмиклассников спрашивали об их планах на будущее, девочки в два раза чаще, чем мальчики, говорили, что мечтают об управленческой, профессиональной, деловой карьере. В 1993 г. Министерство образования США провело исследование, которое показало, что среди выпускников школ меньше мальчиков, чем девочек, собирается продолжать учебу в высших учебных заведениях, в юридических или медицинских школах. 59 % процентов выданных магистерских дипломов принадлежат женщинам, и доля мужчин в университетском и постуниверситетском образовании уменьшается с каждым годом.

Эти статистические данные показывают, что на нижних ступенях лестницы академических достижений находится гораздо больше мальчиков, чем мы когда-либо могли себе представить или готовы были признать. Реальность такова, что, несмотря на горстку привлекающих внимание школьных звезд, многие мальчики барахтаются где-то в группе заурядностей, считаются "средними" учениками и что "на дне" класса гораздо больше мальчиков, чем девочек. И хотя проблемы девочек с математикой и естественными науками признаются Министерством образования США, многочисленными частными образовательными фондами, и на их решение направлены силы исследователей, проблемам мальчиков и их отставанию по чтению и письму почти не уделяется внимание.

Плохая успеваемость мальчиков - это общемировая проблема

Эти "мальчиковые проблемы" в учебе распространены не только в Соединенных Штатах. Они есть и в Восточной Европе, и в Австралии. В Англии и Уэльсе девочки стабильно показывают лучшие, чем мальчики, результаты в стандартизированных тестах, проводимых в возрасте 5, 7, 9 и 11 лет. И хотя у мальчиков есть еще некоторое преимущество в оценках по математике в подростковые годы, по большей части результаты стандартизованного тестирования по итогам обучения в средней школе (GCSES¹⁴) показывают, что 48 % девочек против 39 % мальчиков получают высшие баллы как минимум по пяти предметам.

Когда имеет место бедность, неравенство мальчиков и девочек удваивается в пользу девочек. В Евросоюзе больше девочек получают среднее образование, и в большинстве западноевропейских стран они продолжают учебу после средней школы. В Новом Южном Уэльсе (Австралия), по данным исследования, которое вызвало бурные обсуждения в педагогической среде, мальчики в большинстве в "особых" и "коррекционных" классах. Оно также показало, что мальчики хуже, чем девочки, сдают тесты на грамотность, набирают меньше баллов при поступлении в высшие учебные заведения, уходят из школы раньше, чем девочки.

Плохая успеваемость приводит к кризису самооценки

За этой тревожащей статистикой стоит, я считаю, неопровержимый, хотя и замалчиваемый факт: у мальчиков серьезные проблемы с восприятием себя как учеников.

Несколько получивших широкую огласку масштабных исследований свидетельствуют о кризисе низкой самооценки у девочек-подростков. Они показали, что неуверенность в себе в школе заглушает уникальные голоса девочек, они страдают эмоционально и страдает их

¹⁴ General Certificate of Secondary Education.

успеваемость. И хотя внимание к этой проблеме радует, я боюсь, что оно может привести нас к убеждению, что пока у девочек трудности, у мальчиков все прекрасно, пока девочки страдают от низкой самооценки, мальчики уверены в себе и в своих учебных способностях.

Я считаю, что другой причиной того, что мы не сумели увидеть низкую самооценку мальчиков, является то, что наши тесты на выявление самооценки не дают точных ответов именно о мальчиках. Они задают слишком прямые вопросы о самооценке, такие, как: "Ты думаешь, тебе хорошо дается математика?" или "Как бы ты оценил свою способность читать?" Мальчики в большей степени, чем девочки, склонны отвечать на эти вопросы, исходя из представления о чужих ожиданиях. Другими словами, мальчики знают, какие ответы будут говорить об их уверенности в себе (это то, что диктуется кодексом) и отвечают соответственно.

В исследовании Эдита Нотлмана из Национального института психического здоровья мальчиков и девочек просили оценить их успеваемость в течение переходного периода подростковой жизни. Учителей также попросили оценить их успехи. Больше всего несоответствий между ответом ученика и оценкой учителя было в случаях с мальчиками. Мальчики завышали свои оценки, хвастались и преувеличивали, возможно, потому что стыдились своей учебной слабости. Самооценка девочек, наоборот, были очень близка к учительской. Но существует много способов измерения самооценки, и некоторые из них могут обойти стремление мальчиков бравировать и переоценивать свои способности. Шкала оценки Я-концепции ученика (Self-Concept as Learner Scale), разработанная Уильямом Перки из Университета Северной Каролины, использует непрямые методы оценки образа себя как ученика, то есть показывает, насколько комфортно дети чувствуют себя в школьной обстановке.

Когда Перки провел этот тест с самыми разными учениками - одаренными и ординарными, городскими и деревенскими, в шестом, седьмом и восьмом классах - он обнаружил два важных факта. Во-первых, он заметил, что у всех учеников - одинаково у мальчиков и у девочек - самооценка снижается, как только они достигают середины подросткового возраста, с шестого по восьмой класс. Но он также заметил значительную разницу "учеников мужского и женского пола". На всех уровнях, по всех категориях девочки набирали больше баллов, чем мальчики. Перки попросту показал, что учебная самооценка мальчиков более подвержена риску, чем учебная самооценка девочек.

Джон Фингер, один из аспирантов Перки, провел похожее исследование среди афроамериканских учеников средней школы. Он не обнаружил значительной разницы в самооценке белых мальчиков и афроамериканцев. Однако он заметил, что мальчики-афроамериканцы в целом имели более низкую самооценку, чем девочки-афроамериканки. Иными словами, самооценка скорее связана с полом, нежели с расовой принадлежностью.

Результаты Перки отличаются от выводов широко известной публикации "Обделенные девочки", выпущенной Американской ассоциацией женщин в университетах (AAUW - American Association of University Women). В этой работе утверждается, что у девочек самооценка ниже, чем у мальчиков, в то время как исследование Перки показывает, что именно девочки, а не мальчики, считают себя достаточно умными, чтобы добиться успеха. Перки считает, что причиной несоответствия является склонность мальчиков к бахвальству. По его словам, "мальчики много рисуются, чтобы произвести впечатление на друзей", в то время как девочки "хвелятся меньше, а учатся лучше". Мальчики, подчеркивает он, просто своей бравадой "прикрывают глубоко укоренившуюся неуверенность". Это прикрытие, разумеется, именно то, что я называю маской, механизм эмоциональной защиты, с помощью которого мальчики прячут свой стыд.

Выводы Перки совпадают с моими работами. Я тестировал группу мальчиков, используя методику Куперсмита (Coopersmith Self-Esteem Inventory). Это ряд вопросов, цель которых - определить самооценку ребенка. Я обнаружил, что хотя мальчики в моей группе внешне держались хорошо и их самооценка была по большей части средней, многие из них давали ложно-положительные ответы. Ложно-положительный ответ означает, что внешне

ответ на вопрос показывает высокую самооценку, а на самом деле из него проистекает вывод, что подлинные чувства ребенка иные. Когда ребенок дает несколько ложно-положительных ответов в тесте на самооценку, исследователь знает, что ребенок не может, по той или иной причине, отвечать искренне. Не случайно ложно-положительные ответы называют "мерой лжи".

Хотя мальчики в моем тестировании показали среднюю самооценку, не запредельно высокую и не катастрофически низкую, не только многие из них давали ложно-положительные ответы, но количество респондентов, дающих ложно-положительные или защитные ответы значительно возрастало у мальчиков постарше. По восьмибалльной шкале (где 1 означает искренние ответы, а 8 - ложно-положительные) мальчики поднимались все выше и выше по мере взросления. В частности, мальчики 7-9 классов находились в промежутке 1,53 -1,95; десятиклассники получали 2,45 балла, одиннадцатиклассники - 3, и ученики двенадцатого класса - 5.

Это наводит на мысль, что чем старше мальчики-подростки, тем более они склонны показывать свою уверенность в собственной мужественности в ложном свете. Иными словами, по мере взросления у подростков растет потребность говорить, что они соответствуют общественному идеалу "мужской" уверенности в себе (даже если внутри они вовсе не чувствуют себя уверенно).

Эта маскировка реальных чувств, которая становится все более распространенной с годами, согласуется с данными исследования профессора Нотлмана из Национального Института психического здоровья. Он исследовал подростков в период перехода в старшие классы, оценивая то, как они сами определяли свои способности и свою самооценку в сравнении с тем, как их характеризовали учителя. "Мальчики,- пишет Нотлман,- постоянно оценивали себя выше, чем их оценивали учителя". Его материалы, как и мои, показывают, что мальчики прибегают к позерству, чтобы избежать стыда, который они могут испытать, если покажут свой страх несоответствия. Вместо того, чтобы принять или выразить свое чувство неуверенности, мальчики "делают хорошую мину". Эта "хорошая мина" обманывает многих взрослых и самих мальчиков, по крайней мере, на какое-то время.

Эти исследования также показывают, что чем дольше мальчики живут в обществе, то есть чем сильнее на них воздействуют его двойные стандарты тендерных ролей и мужественности, тем сильнее они чувствуют, что должны скрывать свое замешательство, "заставить поверить", что они себя ощущают прекрасно, когда на самом деле это не так, и притворяться, что все отлично, хотя на самом деле это не соответствует действительности. Годы идут, и маска стягивает лица многих мальчиков все сильнее и сильнее.

Итак, хотя это не всегда легко заметить, мальчики-подростки, как и девочки-подростки, переживают кризис самооценки, который серьезно угрожает их способности учиться, добиваться целей и быть успешными.

Школьная система не подходит нашим мальчикам. Эмоциональная пропасть между учителями и мальчиками

Способ выйти из этого затруднительного положения, разумеется, не перестать заниматься девочками, а начать в то же время больше думать и о мальчиках. Это будет нелегко, потому что я считаю, что сама структура большинства смешанных школ невольно благоволит девочкам: учителя более восприимчивы к мнениям девочек, порой ценой их восприимчивости к мнениям мальчиков, и многие педагоги не понимают особенностей обучения мальчиков. Многие смешанные школы, на мой взгляд, превратились, под действием разнообразных социальных, культурных, исторических факторов, в организации, которые гораздо лучше удовлетворяют нужды девочек, чем мальчиков. Или эти школы стали пространством, которое в высшей степени слепо к тендерным аспектам. В любом случае, слишком многие школы не учитывают специфические социальные и эмоциональные

потребности мальчиков и не обеспечивают мальчиков теми учебными занятиями и методиками, которые могли бы помочь мальчикам преуспевать.

В недавнем исследовании под названием "Влияние школьного климата на половую дифференциацию в успеваемости и видах занятости младших подростков" Валерия Ли и ее коллеги из Мичиганского университета анализировали данные об успеваемости более девяти тысяч восьмиклассников. Они заметили, что влияние пола ученика на академические успехи было непоследовательным - мальчики лучше учились по одним предметам, девочки - по другим. Более важным их открытием стало, однако, то, что девочки-восьмиклассницы уделяли учебе больше внимания, чем мальчики, у них были лучше сформированы учебные привычки, у них была выше посещаемость, они лучше выполняли домашние задания и в целом демонстрировали более позитивное отношение к учебе и академически ориентированное поведение. Таким образом, хотя девочки, как мы уже видели, уступают мальчикам в некоторых сферах (обычно, в математике и естественных науках), они, по всей видимости, лучше приспособлены к школьной жизни, чем мальчики. Стоит задаться вопросом: это девочки лучше приспособились к школе или это школы больше приспособлены для девочек?

Приведу один пример. Недавно меня пригласили за город на консультацию в одну престижную начальную школу, где учителя проходили обязательный тренинг по вопросам равенства полов. Учителя с зоркостью, переходящей в одержимость, следили за тем, чтобы девочки в их классах получали достаточно внимания. Несколько раз я наблюдал за четвертым классом мисс Каллахан. Она была особенно знающа, современна, все ученики любили ее за доброту. У меня были все основания полагать, что мисс Каллахан - это тот учитель, который стремится, чтобы и мальчики, и девочки получали как можно больше пользы от уроков.

На одном уроке мальчики и девочки были объединены в группы для создания проекта о дружбе. Взрослые волонтеры были консультантами команды и помогали им с компьютерами. Я с удивлением увидел, что вместо того, чтобы сосредоточиться на проекте, мисс Каллахан все свое внимание направила на поддержание дисциплины у мальчиков. Несколько резвых мальчишек устроили возню в углу рядом с компьютером. Мисс Каллахан сделала замечание, что они слишком шумят, и велела им вернуться к своим столам и ждать своей очереди.

С унылыми лицами мальчики поплелись на свои места и сели. Через минуту один из мальчиков не смог сдержаться и выкрикнул что-то. Мисс Каллахан жестко осадила его: "Я не хочу делать вам еще одно предупреждение,- сказала она. - Еще одно предупреждение - и вы отправитесь к директору".

Я уже бывал прежде в этом классе, и поэтому заметил, что двух самых сообразительных мальчиков - Роберта и Свона - не видно. Я спросил мисс Каллахан, не заболели ли они.

- Нет,- ответила она. - Роберт слишком непоседливый, чтобы участвовать в командной работе. Он занимается совсем другим делом,- Она показала на него: он одиноко сидел на полу, незаметный, отлученный от общих занятий.

- А где Свон? - спросил я.

- Он отпускал неприличные шуточки об Альберте Эйнштейне сегодня утром и мешал всему классу. Поэтому он сейчас в коридоре работает над произношением,- миссис Каллахан вздохнула,- Некоторые дети совершенно не вписываются в спокойные командные методы обучения.

Я хотел было спросить ее, что это за шуточки об Альберте Эйнштейне, но был слишком озабочен ее отношением к этим мальчикам. Она была уверена, что эти мальчики "не вписываются" и что они "не могут" нормально участвовать в общей деятельности, в то время как я знал (и она знала), что это замечательные мальчики, которым есть что сказать. Хотя я сомневался, что мисс Каллахан согласится с этим, я подумал, что преобладающие методы обучения в этот день в классе соответствовали тому, как предпочитают заниматься девочки,

и что мальчики находились в невыгодной позиции.

Этот непреднамеренный разрыв между учителями и мальчиками растет по мере приближения подросткового возраста. В начальной школе учителям еще несложно увидеть в учениках мужского пола тех, кем они являются на самом деле - маленьких мальчиков, слабых и уязвимых. Но когда внешне мальчик превращается в мужчину - появляется щетина над верхней губой, он становится выше ростом - учителю очень трудно помнить все время о том, что в этом зрелом мужском теле живет маленький мальчик. Свои собственные чувства и представления о мужчинах и мужественности выходят на первый план, и учитель с трудом может сфокусироваться на том, чему мальчику необходимо от него научиться. Учитель может не знать о Мальчишеском кодексе или маске, он может не осознавать, насколько сильно то давление, под воздействием которого мальчики считают, что должны действовать сильно, твердо, агрессивно, и поэтому учитель оказывается не в состоянии увидеть истинную уязвимость мальчиков, а порой он даже физически их боится.

Такое отношение к мальчикам как к ученикам не ограничивается учителями. Сами девочки, копируя учителей, могут невольно усугублять трудности мальчиков. Как объяснила мне одна одиннадцатилетняя девочка: "Мальчишки все портят. Они бестолковые, и мы не хотим, чтобы они были в нашей группе".

Естественно, мальчики чувствуют враждебное отношение к себе. Четырнадцатилетний Кевин рассказал мне о том, что многие мальчики в их школе боятся себя проявить: "Я знаю, что во многих классах считается, что мальчики запугивают девочек. Но я думаю, что все совсем наоборот. Девочкам легче поднять руку и отвечать, чем мальчикам... Многие мальчики боятся говорить, чтобы не показаться глупыми".

Восьмиклассник Джейкоб рассказывает, как учеба в школе для мальчиков отличается от пребывания в смешанном классе: "Когда рядом девочки, ты неизбежно ведешь себя иначе. Что здесь хорошо, так это то, что в классе ты можешь сказать, что ты думаешь, и не чувствовать себя глупо. Мы говорим друг другу то, что думаем. Это очень важно. Еще здорово не переживать о том, как ты выглядишь в школе. Весело встречаться с девочками вне школы и по выходным, но я не думаю, что мне бы понравилось, если бы в моей школе появились девочки".

И хотя маленькие мальчики вряд ли способны ясно сформулировать, какое влияние оказывает на них такое отношение девочек, разумеется, они не могут на него не реагировать. Вот, например, история Рэнди. В первом классе Рэнди уже очень хорошо умел читать. Но когда учительница мисс Коэн делила класс на шесть групп по чтению, она решила, что Рэнди недостаточно хорошо читает, чтобы войти в группу лидеров, состоящую из трех девочек. Через шесть недель занятий, тем не менее, Рэнди так продвинулся в своих умениях, что учительница подумала, что он мог бы перейти в эту группу. Рэнди был очень рад, в отличие от девочек. Они не хотели принимать Рэнди. Лаура, по всеобщему мнению, лучший чтец в классе и лидер группы, была откровенно враждебна. Если он ошибался, когда читал вслух, она хихикала или закатывала глаза. Если надо было выбрать книгу для чтения в группе, мнение Лауры главенствовало, и она отвергала предложения Рэнди, пользуясь поддержкой других девочек.

Рэнди было трудно справляться с требованиями по чтению в группе для сильных учеников, а еще труднее ему было быть единственным мальчиком среди трех девочек, и самое трудное - выдерживать насмешки и враждебность Лауры. Но я считаю, что большинство его трудностей можно было бы облегчить, если бы учительница, мисс Коэн, вмешалась. Но она сама воспринимала участие Рэнди в группе для лучших как привилегию: он занимал место, которое, по ее мнению, естественно предназначалось девочкам. И действительно, статистические показатели по чтению и письму подкрепляли ее убежденность. Отношение к Рэнди было очень похоже на то отношение, с которым столкнулась бы девочка, если бы она вошла в спортивную команду "только для мальчиков". Он был отвергнут и чувствовал свою нежеланность. По моему мнению, с такой враждебностью по половому признаку нельзя мириться.

Гендерные стереотипы в классе

Гендерные стереотипы, которые приводят к таким ситуациям, в какой оказался Рэнди, рождаются еще в детском саду, а к тому времени, когда дети переходят в среднюю школу часто становятся общепризнанными. Под влиянием мифов о мальчиках, которые мы обсуждали, особенно мифа о том, что мальчики ведут себя всегда одинаково ("мальчишки есть мальчишки") и что мальчики каким-то образом обречены быть непослушными, асоциальными буянами ("мальчики опасны") у многих учителей возникают косные и неверные представления о том, как обращаться с мальчиками в классе.

Как и другие члены общества, учителя стараются поместить мальчиков в некий тендерный шаблон и затем ограничить, если они попытаются вырваться из него. Посмотрите, что произошло, когда Линда Бэкен, психолог и специалист по обучению из Государственного университета Уичито, посетила детский сад. Когда маленький мальчик надел женское платье, бусы и взял в руки сумочку, учительница сердито прикрикнула на него: "Мальчики не играют с бусами",- сказала она и вытолкнула его из зоны для девочек.

Друг одного моего коллеги недавно рассказал мне, как начинающаяся между дочерью моего коллеги и сыном нашего общего друга дружба чуть не расстроилась в первом классе, когда учительница в школе саркастически усмехнулась: "Адам, кажется, твоя подружка Сара хочет сидеть с тобой".

Воспринимая мальчиков так узко и не замечая нежной, творческой, чувствительной стороны мальчиков, некоторые учителя, сами того не желая, могут значительно затормозить эмоциональное и учебное развитие мальчиков, которые вовсе не обязаны соответствовать устаревшим общественным тендерным стереотипам, предписывающим, как им вести себя, учиться и расти. Бессознательно многие учителя жестко навязывают Мальчишеский Кодекс и подавляют любые попытки мальчиков восстать против него.

В дополнение к этому, многие педагога отводят мальчикам роль "плохих парней", указывая на них как на источник многих серьезных проблем, с которыми недавно девочки столкнулись в школе. И вместо того, чтобы предпринимать усилия для того, чтобы учесть специфические модели поведения, тревоги и мечты мальчиков, в образовательной системе наблюдается тенденция просто игнорировать их нужды. Мальчиков, по сути, бросают в воду: плыви или тони, спасение утопающих - дело рук самих утопающих. Когда у них возникают конфликты с учителями, администрацией или другими учениками, в них часто видят зачинщиков и провокаторов. В соответствии с мифом об "опасности", в школе мальчиков часто воспринимают как "маленьких тестостероновых монстров", чью "агрессию" надо держать в узде и контролировать, а не как уязвимых маленьких мальчиков, которым требуется забота и поддержка. Все это усложняет нашу задачу: найти новый, эффективный, творческий подход к их обучению.

И хотя это правда, что многие мальчики причиняют серьезные беспокойства в плане безопасности и дисциплины, я убежден, что большинство из них просто не получает достаточно нужного им внимания и руководства в нужном количестве. Вот что рассказала Джулия Уинслоу, учительница, которая преподавала социальные науки в средней школе ее родного города в течение восьми лет. "Когда я начала преподавать, я решила, что буду не такой, как те учителя, у которых я училась. Я хотела на самом деле слушать детей, искренне уважать их, никогда не говорить с ними свысока, не быть слишком строгой".

Реальность, жалуется Джулия, не оправдала ее надежд. "Бывают дни, когда мне самой очень нравится то, как проходят занятия. Дети построили замок, чтобы представить себе средневековье, или у нас получилось хорошее обсуждение каких-то текущих событий. Но часто я просто судья или дрессировщик в цирке для двадцати восьми тюленей. Я отдаю команды, бросаю рыбу, выношу приговоры. Никто не получает того, в чем на самом деле нуждается".

Джулия чувствует, что на мальчиков в классе обрушивается часто главный удар:

- Я постоянно ору на мальчиков. Неважно, насколько хорошо они умеют притворяться, я знаю, что их травмируют мои Срывы. Часто я уверена в том, что у их плохого поведения есть скрытые причины, но у меня просто нет времени и сил, чтобы разгадать их.

- А что с девочками? - спросил я.

- Девочки лучше умеют заботиться о себе. Мальчикам обычно требуется больше помощи в работе, но я не могу быть в десяти местах одновременно. Поэтому я обычно пытаюсь пережить как-то день, раздавая указания одному подождать, другому сидеть тихо, третьему прекратить делать то-то с тем-то.

- Вам тяжело приходится,- предположил я.

- Да, в прошлом году у меня был мальчик, с которым я никак не могла справиться. Он никогда не мог выдержать темп класса. Каждый раз, когда я смотрела на него, он тянул кого-нибудь из девочек за волосы или толкал кого-то из мальчишек. Я посоветовала перевести его в коррекционный класс. После того, как он ушел, я чувствовала себя ужасно. Он не был особенно талантлив, но он, скорее всего, мог бы тянуться за другими, если бы я больше помогала ему и была более терпеливой. Мое решение отправить его в класс для отстающих может изменить его навсегда. Мне тяжело это осознавать.

Но если Джулия жалуется на трудности, с которыми она столкнулась, пытаюсь учитывать потребности мальчиков, некоторые педагоги считают мальчиков источником всех своих проблем и обвиняют их в трудностях, которые переживают девочки. Например, недавно я получил копию школьной газеты для родителей из одной престижной смешанной средней школы, которая начиналась статьей, озаглавленной "Девочки за откровенность, мальчишки - за Звездные войны". В газете поясняли, что этот выпуск будет посвящен двум темам, потому что мальчишки и девочки не смогли договориться: мальчишки хотели писать о "Звездных войнах", в то время как девочки настаивали на теме женского равноправия. Поэтому половина газеты будет о "Звездных войнах", а другая - о том, что такое быть молодой женщиной. "Девочки этой школы,- сообщала газета,- это лучшая часть будущего". Из этого следовал неизбежный вывод, что мальчишки, разумеется, это худшая часть будущего, что доказывает их увлечение глупыми фильмами вроде "Звездных войн". Одна из статей в разделе девочек имела заголовок "Почему здорово быть женщиной". В этом нет ничего плохо, если это просто отражает позитивное отношение девочек к себе. Но в этой статье перечислялись особенности девочек в противовес особенностям мальчиков. Вот таким образом:

- Женщины превосходны в невербальной коммуникации

- Мужчины кажутся более активными и спортивными... но женщины на самом деле более активные спортсмены.

- За исключением мышц и скелета, женское тело сильнее мужского во всех отношениях.

И так далее. Безобидное развлечение, скажете вы. Но если бы мальчишки подобным образом поставили девочек ниже себя, вы бы тоже смеялись? Вы бы спокойно читали школьную газету, которая гласила бы "мальчишки - лучшая часть нашего школьного будущего"?

Реальность такова, что своими серьезными стараниями помочь девочкам обрести свой голос в школьном классе, мы нечаянно позволили могущественным "антимужским" настроениям проникнуть в наши школы. В результате многие наши образовательные учреждения ужасающе не успевают за подлинными эмоциональными и академическими потребностями наших сыновей.

На своей волне. Как мальчишки учатся

Многие наши школы отнюдь не встречают мальчишек с распростертыми объятиями,

точно так же они не осознают, что многие мальчики на самом деле учатся иначе, чем девочки, и их надо учить по-другому. Исследования подтверждают эти отличия.

Например, Ричард Хоули из университетской школы в Кливленде утверждает, что тендерное отличие в учебе заключается в различии темпов. В прошлом председатель Международной коалиции школ для мальчиков, Хоули убедил своих коллег в том, что мальчики и девочки учатся с разной скоростью и в своем стиле. "Определенные полом разновидности темпа и особенности обучения можно заметить как в дошкольном возрасте, так и в старших классах. В начальной школе девочки обычно овладевают навыками чтения и письма раньше, чем мальчики... Девушки достигают половой зрелости на год или два раньше мальчиков. Каждое обусловленное полом физиологическое различие сопровождается серьезной психологической и социальной адаптацией. Мальчики овладевают языком... развивают мелкую и крупную моторику в ином темпе, нежели девочки".

Наблюдения Хоули важны, поскольку они предполагают, что если школа хочет создать условия для успешного развития мальчиков, она должна учитывать уникальный темп и стиль каждого мальчика. Учителя и администрация должны быть осведомлены о том, на каком этапе развития находятся мальчики в их школе, и убедиться, что применяемые методики соответствуют их уровню. Сбившись с темпа, мальчики приходят к академическим неудачам и низкой самооценке.

Специфические особенности мальчиков могут потребовать повышенного внимания учителя. Например, я наблюдая за мальчиками, которые отказывались читать в классе и буквально отшвыривали от себя книги, чтобы занять чем-нибудь руки. И для некоторых из этих мальчиков достаточной мотивацией для чтения оказалась возможность читать на компьютере, так, что их руки были заняты пролистыванием страниц с помощью мыши или клавиатуры.

Я также видел, как мальчики, которые считались "ленивыми читателями", начинали успешно и с увлечением читать, когда для чтения им предлагались книги на интересующую их тему (спорт, приключенческая литература, мистические детективы). В своем потрясающем исследовании Доналд Портофф, профессор литературы в Государственном университете Эллендейла, штат Мичиган, недавно обнаружил корреляцию между слабыми навыками чтения у мальчиков и их представлением о чтении как о "женском" занятии. Очень вероятно, что чтение текстов на интересующую мальчиков тему поможет им развить хорошие навыки чтения.

Способы преподавания многих предметов не привлекают мальчиков. Как заметил один учитель старших классов, "если мальчики не увлечены, то начинаются проблемы с дисциплиной. Все дело в том, как удержать их интерес".

Психолог из Мэриленда Глория Ван Дерхорст высказывает похожие мысли, подчеркивая, что школы недостаточно задействуют детей, которых она называет "высокоэнергичными". По словам Ван Дерхорст, "организация обычного урока не подходит высокоэнергичным ученикам... На большинстве уроков ученикам не разрешают вставать со своих мест и принуждают их учиться, слушая. Это подавляет учеников, которые учились бы лучше, если бы могли воспринимать информацию визуально и физически двигаться". И хотя Ван Дерхорст не выделяет учеников одного определенного пола, очевидно, что, говоря о многочисленных ерзающих учениках, она имеет в виду мальчиков.

Ряд исследований показывает, что в то время как девочки предпочитают в учебе задействовать визуальный и аудиальный каналы восприятия, мальчики предпочитают учиться через действие, через активные занятия. Если учебная атмосфера подавляет их силу, мальчики либо отворачиваются, либо чувствуют себя подавленными и пытаются получить необходимое через негативное внимание, либо, как бы мы сказали, через непреднамеренный протест против образовательных тисков пола, которые их сжимают. А когда мальчики идут до конца в своем бунте, на них вешается ярлык "поведенческих расстройств", "нарушителей спокойствия" либо диагноз "гиперактивность". Снова нужды мальчиков - их протесты против навязанных стереотипов - остаются непонятыми.

Иногда ограничитель может принимать форму собственно физических условий в школе. Пятилетний Эрик, например, до того как попасть в прогрессивную начальную школу, посещал до этого смешанный детский сад. Учителя из новой школы наблюдали за ним раньше и нашли его очаровательным ребенком, с удовольствием принимающимся за любое задание, которое ему предлагают. Но они также заметили у него некоторую "заторможенность", в особенности, если ему предстояло заниматься чем-то в группе, и это занятие было связано с мелкой моторикой: он был настолько безразличен к кукольному представлению в детском саду, что выглядел совершенно отключившимся и почти испуганным. В новой школе учителя вовлекали Эрика в более активные занятия, такие как работа в школьном саду, где он копал землю, мульчировал ее и развозил в детской тачке. Учитель отметил, что "получив возможность свободно передвигаться в течение школьного дня, Эрик освободился от своей прежней бесшумной и неуверенной манеры держаться".

Но как бы ни были хорошо описаны особенности учебного стиля мальчиков, многие педагоги не принимают их во внимание в классе. Меня очень впечатлил случай на семинаре "Понимая мальчиков", который я проводил в очень уважаемом учебном заведении, готовящем педагогов. Я попросил опытных школьных учителей описать учебные особенности мальчиков. Я попросил их забыть о политкорректности, внешних ожиданиях, заботе о равенстве полов и говорить искренне о том, каков их личный педагогический опыт. Вот некоторых из их ответов:

- Мальчики более точные и конкретные, чем девочки.
- Мальчики чаще открыто протестуют, чем девочки.
- У мальчиков часто плохо работает аудиальный канал (восприятие речи) и гораздо лучше - кинестетический (ориентированный на действие).
- Мальчики используют больше физической стимуляции для того, чтобы убедить других в чем-либо; они могут пойти на открытый конфликт и склонны "пробивать" себе дорогу.
- Мальчики показывают свою симпатию делами или встречами с вами.
- Чтобы принять новые идеи, мальчикам может понадобиться возможность прожить их в свободной игре по самостоятельно придуманным правилам.
- Мальчики могут оглушить своей "интеллектуальной бравадой", за которой они чувствуют себя очень неуверенно, и хвастовство им нужно, чтобы добавить себе очков.

В этих комментариях меня заинтересовала их глубина и точность; эти учителя были проникательны. Но все дело было в том, как они говорили об отличиях - одобрительно или порицающе. Произнесенные с симпатией, эти характеристики могут быть восприняты как положительные черты мальчиков. Однако если говорить то же самое с меньшей любовью и меньшим сочувствием это может прозвучать как "трудности с учебой", "проблемы с дисциплиной", "физическая агрессивность", "невнимательность и гиперактивность", тут недалеко и до кодовой фразы "синдром дефицита внимания".

Я считаю трагичным то, что мы не понимаем и не ценим уникальный темп и особенности каждого мальчика, не относимся к ним с симпатией, и тем самым мешаем им чувствовать себя уверенно в учебе. Более того, когда он впоследствии отстраняется от общих занятий в классе, начинает бунтовать или вести себя вызывающе, мы часто обрушиваемся на него, объявляя его естественную реакцию признаками "неспособности учиться" или так называемой "гиперактивностью", когда в действительности это стыд, скука или беспокойство.

К счастью, до некоторых педагогов "дошло". Они понимают, что мальчики могут учиться иначе, чем девочки и что если учитывать специфические потребности мальчиков, мальчики могут наверстать все, что они упустили в таких сферах, как чтение и письмо, и к ним вернется их уверенность в своих учебных силах. Чтобы развеять сомнения, я расскажу историю о двух учителях из английской школы, которые объединились и создали условия для мальчиков.

Общество мертвых поэтов. Изменим условия для мальчиков

"Люди думают, что мальчики вроде вас не поймут поэтов-романтиков. А вы докажете, что они ошибаются. Понимаете?" - так мистер Джекеллс, учитель из Королевской школы в Винчестере, обращается к классу мальчиков.

Всего двумя годами ранее директор школы, Рэй Брэдбери, проанализировал результаты баллов, которые его ученики набрали на GCSE - стандартизированном тесте, где ученики оцениваются по шкале от А до F в самых разных областях: 78 % девочек в школе набрали пять или более А-С, а мальчики плелись позади с 56 %. Особенно плохие результаты были у мальчиков по английскому, по этому предмету мальчиков с показателями А-С было на 27 % меньше, чем девочек. Мистер Брэдбери был очень недоволен огромным разрывом между успехами мальчиков и девочек. И хотя он видел, что некоторые мальчики учатся хорошо, он заметил - как мы ранее уже обсуждали - что большинство слабых учеников в классе - мальчики. И он решил, что с этим надо что-то делать.

Поскольку он заметил, что были мальчики, которые справлялись с учебой неплохо, он решил не отделять их от девочек того же академического уровня. Но тех мальчиков, которые учились значительно хуже, он решил объединить в класс для мальчиков.

"Самым важным фактором успеха этой идеи был правильный учитель для этого класса",- говорит Брэдбери. - "Поэтому я выбрал Роба Джекеллса, который занимается спортом и к которому ребята очень хорошо расположены. Мы серьезно подошли к выбору методологии. Уроки исключительно обучающие, все внимание на учителя. Урок состоит из точных вопросов, ответов, постоянной проверки понимания. Строгая дисциплина: если домашнее задание не сделано - ученик остается после уроков. Это не обсуждается".

И хотя некоторые мальчики (и их родители) поначалу протестовали против этого подхода, мистер Джекеллс решил, что их можно разубедить, если сказать им правду.

"Я поделился с мальчиками статистическими данными, которые показывали, что они рискуют стать отстающими, и честно сказал, чего я от них хочу добиться. Когда они поняли, что являются частью экспериментального проекта, который должен удовлетворять их учебные потребности, их отношение изменилось, а заинтересованность удвоилась. Кроме того, в класс часто заходил директор, иногда с гостями-консультантами. Сейчас мальчики гордятся собой. Они чувствуют, что они особенные".

Мистер Джекеллс быстро понял, почему так хорошо идут дела в классе для мальчиков:

- В "однополном" классе вы можете создать командную атмосферу, где мальчики поддерживают друг друга. В присутствии девочек мальчики неохотно высказывают свое мнение, боясь показаться изнеженными и из-за их инстинктивного желания быть надменно мужественными. Если вокруг одни мальчики, гораздо легче преодолеть комплексы... Кроме того, я могу выбирать материал, который интересен мальчикам. Ребята из моего класса фанаты футбола... В смешанном классе они бы скучали над "Джейн Эйр", а я могу подобрать тексты вроде "Сайлес Марнер" или "Поэты войны", которые им ближе.

Мальчики в классе, по-видимому, согласны с ним:

- Мне сейчас нравится английский,- рассказывает один из них,- потому что уменьшилось давление в классе. Раньше, если ты что-то говоришь, другие мальчики могли высмеять тебя, чтобы выставить тебя дураком перед девочками. Сейчас мы поддерживаем друг друга. Мы все стараемся, чтобы доказать, чтобы мы можем учиться так же хорошо, как и другие классы.

Теперь, по прошествии двух лет, в школе говорят, что мальчиковый класс мистера Джекеллса справляется успешно. В прошлом году среди мальчиков в их параллели только 7 из 25 получили отметку С или лучше по английской литературе. А по данным недавнего репетиционного экзамена, мистер Джекеллс ожидает, что 25 из 34 мальчиков в его классе получит оценку С или выше. Еще больше впечатляет то, что хотя всего два года назад разрыв успеваемости между мальчиками и девочками был 22 %, сейчас он сократился до 1 %

разницы.

Коллег мистера Джеккелса настолько вдохновили его результаты, что недавно были организованы подобные классы для мальчиков по математике и естественным наукам.

Ищем подход к мальчикам. Как "омальчишить" школу

Действительно, мальчики будут счастливы в школе, если у них будет ощущение, что им рады, что их любят, и если они будут чувствовать, что учителя искренне принимают их такими, какие они есть на самом деле, и понимают, как они в действительности любят учиться. В национальном лонгитюдном исследовании здоровья подростков "Защитим подростков от зла" (1997) ученые продемонстрировали, что главным фактором, защищающим молодых людей от эмоционального дистресса, алкогольной и наркотической зависимости, жестокости, помимо близких отношений в семье, было "чувство сплоченности в школе".

Чем больше мальчик чувствует, что к нему тепло и справедливо относятся в школе, чувствует себя нужным, понятым, тем меньше вероятность того, что у него возникнут суицидальные настроения, тяга к наркотикам и алкоголю, никотину или беспорядочным половым связям. Мальчик добивается лучших результатов, когда он видит, что учителя заботятся о нем и понимают его и когда он чувствует, что они верят в его академические успехи. Создавая привлекательную для мальчиков образовательную среду, школы помогают им не только улучшить успеваемость и поднять самооценку, но и создают полное надежд представление о будущих жизненных возможностях.

Точно так же, как мы принимаем особые меры для того, чтобы помочь девочкам извлечь максимум пользы из школьного опыта, есть многое, что мы можем сделать, чтобы создать атмосферу сплоченности в школе и помочь мальчикам преуспеть в учебе. Самое главное, как я считаю, мы должны быть уверены в том, что для каждого мальчика созданы условия, когда школа предоставляет ему то, что способствует его личностному развитию. Например, если мальчик лучше учится, когда читает тихо для себя на протяжении какого-то времени, скажем, получаса, а потом делает перерыв и проводит его активно, например, бегает или занимается спортом, в идеале, в школе от него не должны требовать сидеть часами в классе, где ему не дают времени ни на чтение для себя, ни на физическую активность. Если другой мальчик лучше учится, когда работает в маленькой группе, где каждый учит другого, делаясь собственным опытом или в совместной деятельности, и где никого не ставят в неловкое положение, требуя правильных ответов, в идеале, такого мальчика нельзя помещать в огромный класс, где учитель использует сократовский метод, допрашивая учеников с пристрастием.

У кого из нас нет воспоминаний о том, как учителя или ситуации в классе оставляли у нас чувство тоски или обманутых ожиданий. Когда я спросил Барри Розенмана (35 лет) о его учебе в начальной школе, он тут же вспомнил миссис Рамеди, его учительницу в первом классе.

- Миссис Рамеди ненавидела меня? - воскликнул Барри. - А я ненавидел ее!

Я спросил, почему.

- Я вырос в обстановке поддержки,- рассказал Барри,- моя мама была дома, и она всю себя посвящала нам, троим детям. В хорошую погоду она отправляла меня и моего брата и сестру играть в подвижные игры на улице или исследовать пруд с головастиками рядом с домом. Когда я приходил домой весь в грязи, мама слегка качала головой, но она не сердилась. Ей нравилась моя любознательность.

В дождливые дни она ставила свой университетский микроскоп на кухне, и мы рассматривали сахар, соль или воду из пруда. У нее был рецепт печенья, которое заполнялось карамелью, а потом она плавилась в духовке и выглядела, как стекло. К тому времени, когда я пошел в школу, я привык все пробовать, бегать, куда мне хотелось, и все

испытывать на личном опыте.

Это не имело ничего общего с подходом миссис Рамеди,- продолжает Барри. - Я думаю, этого не может быть в классе из двадцати пяти - тридцати первоклашек. Она заставляла нас сидеть тихо на своих местах, заполнять таблички, которые использовались до того, как появились ксероксы. Я заполнял свою табличку за 10 секунд, а потом должен был сидеть в тишине, и, казалось, это тянулось часами. Мне было смертельно скучно.

Барри взбунтовался:

- Я начинал попискивать, когда другие ребята заканчивали свои таблички, все громче и громче, пока они не услышат меня. Я запускал бумажные самолетки. Я ерзал. Как-то она вышла на минутку, а когда вернулась, я стоял на парте и кричал во все горло. Это плохо кончилось.

В ноябре родители Барри перевели его в другой класс.

- Мои родители считали, что я немного вредничал, но они знали, что дело не только во мне. Новая учительница давала мне более сложные задания, и за их выполнением я проводил больше времени.

Воспоминания Барри показывают, что школа может проигнорировать нужды мальчиков, но может и пойти им навстречу. Барри необходим был творческий подход, его надо было занять сложными, действенными заданиями, ему нужна была такая же непрерывно развивающаяся образовательная среда, какую создала его мама для него дома. Попав в школьный класс, который навевал на него скуку и тоску, Барри начал вести себя вызывающе. Ему повезло: вместо того, чтобы отправиться в коррекционный класс как "неуправляемый" ребенок или получить ложный диагноз "гиперактивность", он попал в другой класс, к учителю, который лучше понимал, что ему нужно для успешной учебы: творческие, энергозатратные практические задания.

Подобный разговор состоялся у меня с двумя обеспокоенными родителями, которым не нравилась учебная обстановка, в которой поначалу оказался их сын. Рассказывая мне о том, что они пытались растить своих дочь и сына без навязывания им узких тендерных ролей, Регина и Доналд Линкольн признали, что они все же возлагали на детей разные надежды. "Я знаю, бессознательно я больше оберегала дочь и стимулировала самостоятельность сына,- признается Регина Линкольн. - Наши дети оба талантливые и творческие. Но Кори более ловкий и пытливый, а Марисса более исполнительная и вдумчивая".

Линкольны обнаружили, что учебный стиль их сына не вписывается в атмосферу ближайшей государственной школы. Какое бы ни было задание, Кори хотел изменить его или вообще ничего не делать. Пока Марисса с удовольствием заполняла бесконечные прописи, Кори скучал до слез. "Когда учителя начали жаловаться на его дикое поведение в классе, мы сразу поняли, что он просто не в силах вынести эту тяготину".

Линкольны перевели Кори, которому сейчас одиннадцать, в экспериментальную школу с углубленным изучением искусств. "Мне сейчас гораздо больше нравится школа,- рассказал мне Кори. - Мы лепим космические корабли из пластилина, играем на барабанах и много играем". И хотя в его новой школе столько же перемен и каникул, для Кори сама учеба стала средством самовыражения.

Линкольны довольны своим решением. "Я сомневаюсь, подходит ли Мариссе система школы, в которой она учится. Но в случае с Кори было очевидно, что мы должны забрать его оттуда, если мы желаем ему блага".

Мальчики, как и девочки, преуспевают в школе, если им дать шанс участвовать в занятиях, которые пересекаются с их личными интересами и способностями, позволяют им искренне делиться своими взглядами и развиваться как личности. Важно, чтобы мальчик чувствовал себя в школе, как дома, и ему был интересен учитель и те задания, которые он предлагает. Действительно, проведенное профессором Уильямом Перки исследование самооценки также показывает, что когда создана учебная атмосфера, привлекательная для мальчиков, проблема самооценки практически исчезает.

У кого проблемы с вниманием? У мальчиков или у нас?

Когда школа не в состоянии настроиться на учебные ритмы мальчиков и не отвечает на их нужды, последствия могут быть плачевными.

В некоторых школах нормальный активный мальчик может быть наказан тем, что его поместят в класс для детей с учебными расстройствами или будут регулярно отправлять в комнату для наказаний, где он сидит один, теряя ценное учебное время. В самом начале жизни эти невезучие мальчики маркируются как "второсортные" в экономическом и интеллектуальном отношении, их самооценка снижается до опасных пределов, и возрастает вероятность того, что в будущем им поставят ошибочный диагноз СДВГ или навесят еще какой-нибудь психиатрический ярлык. Даже для тех мальчиков, которые избегают этой печальной участи, быть в "неправильной" школе - означает провести 12 лет, чувствуя себя, как на иголках, борясь со своей энергией, которая подавляется, а не растрачивается, и показывая худшие академические и социальные успехи, нежели те, которых он мог бы достичь в школе, которая соответствует его индивидуальным потребностям и возможностям.

Габриэль. Когда активного мальчика называют "гиперактивным"

Габриэль Бауэр-Браун учился в третьем классе, когда его учительница впервые сказала, что у него синдром дефицита внимания и гиперактивности, или СДВГ.

"Она сказала, что он выкрикивает с места, слишком носится на площадке и мешает вести уроки,- вспоминает Перри, его отец. - Она сказала, что он не может сфокусироваться на задании, и это, должно быть, СДВГ".

По ее совету, Бауэр-Брауны обратились к педиатру, который немедленно прописал риталин. Перри было беспокойно. "Мне не нравилась эта идея, но если это помогает, то, вероятно, стоит попробовать. Если моему ребенку нужен риталин, чтобы хорошо учиться в школе, значит, это то, что мы должны сделать".

На риталине Габриэль изменился. На место импульсивного поведения пришла заторможенность и безучастность. "Как будто риталин уносил его на другую планету,- говорит Перри. - Да, он больше не шумел в классе, но и на заданиях он по-прежнему не мог сосредоточиться. И потом дома он был отстраненным и не таким общительным, как раньше".

Бауэр-Брауны решили прекратить прием риталина и найти для Габриэля профессионального психолога. Для начала Габриэль познакомился со школьным социальным работником. Потом, через несколько месяцев, Бауэр-Брауны нашли психотерапевта, который специализировался на детской психологии. "То, что сказала нам терапевт, шокировало нас в первый момент, но потом мы должны были признать, что давно это подозревали",- рассказал мне Перри.

"Мы усыновили Габриэля, когда ему было около года. Мы взяли его из детского дома в Бразилии, где, насколько мы знали, условия были ужасные. Терапевт сказала, что, по ее мнению, на Габриэля там не обращали внимания. Она сказала, что мы правильно поступили, отменив риталин, и что терапия может помочь ему выразить свою боль в более конструктивной форме, нежели его внезапные вспышки эмоций, которые вошли у него в привычку".

Прогресс был медленным, но стабильным, говорит Перри. "У него возникла по-настоящему сильная связь с терапевтом, и он становился все более спокойным и уверенным. Его учительница были права в том, что ему нужна помощь, но это вовсе не риталин".

Большинству психологов, которые работают с мальчиками, история Габриэля до боли знакома. В США у мальчика в 10 раз выше, чем у девочки, вероятность получить диагноз дефицита внимания - достаточно серьезного основания для продолжительного психологического консультирования и мощных лекарств. Среди миллиона детей,

принимающих риталин (сильный препарат для лечения СДВГ), мальчики составляют три четверти. По последним данным, в три раза больше мальчиков, чем девочек, участвуют в специальных образовательных программах, и почти 70 % коррекционных классов в старшей школе составляют мальчики. Многие из этих мальчиков попали в эти коррекционные классы и программы по причине диагноза СДВГ.

Как клиницист, который видел серьезные проблемы, к которым приводит не замеченный в детстве СДВГ, и великолепные результаты подходящего лечения, психологического и медикаментозного, у детей и у взрослых, я в то же время предостерег бы от необдуманного отрицания существования диагноза (СДВГ и необходимости лечения). Даже значительное тендерное расхождение (почти 10 случаев среди представителей мужского пола на 1 случай женского пола) имеет свои сложные биологические обоснования. Однако не может не беспокоить тот факт, что в огромном количестве случаев, диагнозы спровоцированы перестаравшимся учителем или школьным психологом, и есть вероятность, что многие мягко или средневыраженные случаи СДВГ - это нормальные варианты мальчишеского темперамента, которые могут быть скорректированы внимательным взрослым. Многие из этих случаев, вероятно, вообще бы не возникли в классах, если бы они были приспособлены для типичного мальчишеского темперамента: могли поддерживать их мотивацию и энергичность за счет разнообразных интересных учебных заданий, синхронизированных с индивидуальным учебным темпом мальчиков, а учителя понимали бы, что значительная часть внешней беспокойности и шума часто лишь маскирует эмоциональную боль.

Действительно, я считаю, что многие проявления характера, которые мы называем "дефицитом внимания",- это на самом деле экстернализация (проявление через действие) эмоций мальчиков. В конце концов, действие для мальчика - это часто единственный способ сказать: "Посмотри на меня!", "Мне нужно твое внимание и любовь", "Пожалуйста, помоги мне!" Когда мальчики ведут себя вызывающе, я верю, что чаще всего, они нуждаются в понимании, сочувствии, а не в диагнозах и лекарствах. Таким образом они говорят нам: "Я стесняюсь сказать тебе прямо о том, что идет не так, и я косвенно, своим поведением даю тебе знать об этом".

Официальное название недуга., который так часто сейчас диагностируется у мальчиков,- это "синдром дефицита внимания и гиперактивность", или СДВГ, и диагностика включает в себя ряд научных параметров и дальнейшую разбивку на подклассы. Идентифицируемый тип поведения настолько близок к тому диапазону, в рамках которого разворачивается поведение эмоционально здоровых мальчиков, что разграничение серьезных учебных расстройств и нормальной мальчишеской энергичности бывает сложной задачей даже для опытного профессионала.

В теории, типичный мальчик с СДВГ будет испытывать проблемы с удержанием внимания и концентрацией, ему трудно сидеть спокойно в классе или ждать своей очереди. Он может громко импульсивно кричать, слишком много говорить, вести себя непоследовательно или рассеянно, быть забывчивым. Он будет ерзать на стуле или вскакивать с него, непрерывно двигаясь, он будет постоянно отвлекать других.

Я думаю, вы видите, как трудно порой провести границу между патологической гиперактивностью или нормальной подвижной игрой мальчика. На мнение о том, как назвать это поведение и как решить имеющиеся поведенческие проблемы, влияет школа, которую он посещает, отношение его учителя, атмосфера в классе и взгляды родителей. Например, в более терпимой школе, правила которой не так ограничивают бьющую через край энергию, Джонни с меньшей вероятностью заклеили бы диагнозом, чем в переполненном классе со строгим правилом "сидите по местам" и негативным отношением к мальчишеской неусидчивости. Эти факторы могут оказаться решающими не только в том, будет ли это истолковано как "дисфункция" или норма, но также в том случае, если действительно имеет место мягкая или средняя форма гиперактивности или пониженная обучаемость, будет ли эта ситуация исправляться должным образом. Пропишут ли ему лекарства и отправят в

специальный класс, или будет применяться немедикаментозное лечение, вроде помещения ребенка в "открытый класс", где он может принимать участие в практических занятиях, или регулярные встречи с психологом. В зависимости от того, какое будет выбрано лечение СДВГ, мальчик может на выходе годами страдать от психологических проблем либо, если выбран здоровый подход, вести полноценную жизнь, наполненную творческой энергией и успехами.

Марти Уолт. Бунтовщик или "дисфункциональный" ученик

На Марти Уолта повесили ярлык СДВГ, когда он был подростком. Его мама, Бет, не верила, что у ее сына СДВГ и решила бороться с образовательной системой за то, чтобы с Марти обращались как с нормальным мальчиком. Марти был из тех мальчишек, которых обычно снабжают ярлыком "непригодный". Он без умолку болтал в детском саду. В начальных классах он гонялся за другими детьми, вел себя очень шумно и подстрекал других на разные шалости. Учителя и школьные администраторы говорили Бети, что ее сын болен и нуждается в лекарствах наподобие риталина.

Бети отрицала диагноз и способ лечения. Она добровольно решила приходить на уроки, чтобы помогать Марти успокоиться. Она перевела его в учебное заведение с более творческим подходом и более прогрессивными учителями. Она нашла симпатичного мальчику психолога, который согласился выслушать его. Она боролась за то, чтобы Марти мог сохранить свой собственный эксцентричный образ без того, чтобы считаться ненормальным.

Для Марти поддержка взрослых и их готовность слушать его решили все. Об одном из своих психологов он сказал: "Она слушала меня. Мне нравится, когда кто-то меня слушает. Да и кому не нравится?"

История Марти - история успеха. Он уже закачивает школу, собирается поступать в колледж. У него хорошие оценки, он подрабатывает и начал писать пьесы - пьесы о взрослых, которые не могут услышать детей. Никто, включая его мать, не отрицает, что его поведение порой переходило все границы. Вероятно, диагноз СДВГ и медикаментозное лечение были бы вполне оправданы. Действительно, многие мальчики, у которых есть СДВГ, не настолько деструктивны, как Марта.

И хотя Марти не из их числа, 5,4 миллиона американских детей были названы неспособными в 1995 г. СДВГ - самый стремительно растущий в количественном отношении диагноз, его уровень удвоился за период с 1990 по 1995 г. И помните, что 9 из 10 детей с диагнозом СДВГ - мальчики.

Я считаю, что очень важно, чтобы мы, родители, защищали своих мальчиков от ярлыков ненормальности и СДВГ до тех пор, пока не будем абсолютно уверены в том, что это тот самый случай. Психолог Диана Мак-Гиннесс из Университета Южной Флориды предупреждает, что многие школы склонны "патологизировать то, что является для мальчиков нормой". Хотя СДВ - это реально существующее неврологическое расстройство, и исследования показывают, что оно действительно чаще встречается среди мальчиков, чем среди девочек, я считаю, что реакция общества на трудности, с которыми сталкиваются мальчики, только обостряет проблему. В некоторых случаях ошибочно названные гиперактивными мальчики всего лишь очень активные. В других ситуациях, которые выглядят как СДВ, мальчик на самом деле демонстрирует симптомы депрессии. Некоторые мальчики, которым диагноз поставлен верно, перегружены медикаментами. Другие мальчики, которые тоже очевидно страдают от СДВ, названы буянами и вместо лечения подвергаются наказаниям. И количество мальчиков с диагнозом "гиперактивность" и явно недружелюбное отношение, которое встречают эти мальчики, обязывают нас сделать паузу и пересмотреть свои представления об СДВГ.

Хотя настоящая гиперактивность существует и нуждается в лечении, можно

обоснованно предположить, что многое из того, что мы зовем СДВ, это скорее ДВВ - дефицит внимания взрослых - и этот дефицит надо искать не в наших сыновьях, а в обществе, которое не в состоянии правильно оценивать внутренние потребности мальчиков, их желания и боль. Мы стремимся диагностировать и лечить, вместо того чтобы слушать. Действительно, очень вероятно, что всплеск "гиперактивного" поведения у мальчиков, особенно у маленьких мальчиков в начальной школе,- это симптом пережитой травмы сепарации, о которой мы говорили, и протест против тендерных ограничений с их эмоциональной узостью, которые их ожидают.

Как только мы создадим больше классов и учебных условий, которые синхронизированы с академическими ритмами мальчиков и позволят им высказывать свое мнение, мы сможем ожидать снижения количества случаев псевдо-гиперактивности, более эффективных вмешательств тогда, когда расстройство действительно имеет место и сможем уделять больше внимания потребностям наших мальчиков в признании, любви и развитии.

Уроки отдельных школ

Пока мы пытаемся "омальчишить" наши смешанные школы и адаптировать их под потребности мальчиков, будет полезно взглянуть на то, что делают школы для мальчиков, чтобы достигать своих целей. Я знаю, что большинство мальчиков не учатся в школах для мальчиков, и я не агитирую за то, чтобы их туда отправлять. Но, получив возможность проконсультировать в большом количестве школ для мальчиков в разных уголках США, я пришел к выводу, что многие из них, будучи "заточены" под мальчиков, отлично справляются с задачей создания обучающей среды, в которой мальчики чувствуют себя победителями, как в учебной, так и в эмоциональной сферах. Я работал во многих таких школах, помогая им создавать внутришкольную атмосферу, настроенную на мальчиков, осведомленную о том, как проходит процесс закалки стыдом и о том, как мальчики используют маску, чтобы скрыть свои внутренние проблемы и неуверенность. Многие из этих школ стали комфортными учебными зонами для буйного и шумного мальчишеского племени, и в них учителя отдают себе отчет в том, как тендерные стереотипы ограничивают мальчиков эмоционально, академически и профессионально. В опровержение мифа о том, что школы для мальчиков - это опасные, вредные рассадники мизогинии и агрессии, я увидел, что во многих из них растят мальчиков, которые уважительно относятся к девочкам и женщинам и которые могут так же легко вести себя нежно и заботливо, как и готовиться к матчу по регби.

Уже почти десять лет психологи и педагоги рекомендуют школы для девочек в качестве института, который поможет девочкам укрыться от недружелюбной атмосферы смешанных школ, где им приходится конкурировать с мальчиками и преодолевать предубеждения против девочек. Считается, что школы для девочек повышают их академические успехи, помогают им чувствовать себя более уверенными относительно того, кем они являются и на что способны. Я думаю, пришло время посмотреть, верно ли это также и для мальчиков и, если так, понять, чему мы можем научиться в этих школах и по возможности применить это в рамках смешанного обучения.

И хотя мы уже привыкли к существованию школ для девочек и одобряем их создание, мои наблюдения таковы, что, по крайней мере в Америке, мы еще не признали правильным аналогичный подход к мальчикам. Например, мы с подозрениемзираем на терапевтические мальчишеские группы для учеников с установленными трудностями в обучении и сниженной самооценкой, и даже посягаем на традиционные мальчишеские общественные организации типа бойскаутов. И, к сожалению, федеральный суд отказал в реализации благих намерений организовать специальные мальчишеские училища, которые бы помогали юным афроамериканцам совершенствовать свой английский, посчитав эти "выделенные, но равные" условия очевидно неконституционными. Возникает ощущение, что пока мы

реализуем план "Приведем наших дочерей на работу" и поддерживаем женские колледжи и группы поддержки, мы в то же время действуем и по плану "Ведем наших мальчиков к психиатру", насильственно интегрируя их в смешанную образовательную среду, сосредоточенную на удовлетворении потребностей девочек, и отказывая им в любой объединяющей "мужской" среде, помимо скамейки рядом с кабинетом директора или места обвиняемого в суде по дороге в тюрьму. Меня интересует, что мешает нам рассматривать школы для мальчиков в качестве альтернативы для наших сыновей или, учитывая опыт школ для мальчиков, сделать наши смешанные школы не такими враждебными по отношению к мальчикам.

К счастью, недавнее исследование показывает, что некоторые школы для мальчиков могут создать такого рода защитную среду. В 1997 г. Диана Хале, директор средней школы в школе коллегатов¹⁵ в Нью-Йорке, провела сравнительное исследование среди учащихся 5-8 классов в двух высокочастотных независимых школах - смешанной и для мальчиков. Используя широкий арсенал эмпирических методов оценки, Хале показала, что мальчики в школе для мальчиков реже демонстрируют защитное поведение, менее восприимчивы к давлению сверстников, лучше справляются со своей агрессией, увереннее чувствуют себя в отношениях с девочками, более эгалитарны в своих представлениях о мужских и женских ролях, чем их ровесники в смешанных школах.

Из этих фактов вытекает, на мой взгляд, следующее. Во-первых, в гораздо большей степени, чем полагал Ричард Хоули, ученики в школах для мальчиков учатся в обстановке, которая учитывает и поощряет их индивидуальные учебные особенности и ритмы. Подход таких школ отличается большей гибкостью и меньшей настороженностью по отношению к мальчикам, в отличие от заведений, которые пытаются подчинить их жесткому учебному плану традиционной смешанной школы, игнорирующей индивидуальные учебные особенности и темпы. Еще важнее, по-моему, то, что эти открытия предполагают, что в хорошо организованной школе для мальчиков складываются отношения между сверстниками, в которых мальчики чувствуют себя комфортнее, они более уверены в своих способностях и поэтому лучше учатся. Особенно это касается мальчиков в возрасте от 10 лет: когда рядом нет девочек, меньше причин думать, что они должны дерзить, дразнить и хвастаться. В отсутствие девочек мальчики больше не чувствуют себя такими агрессивными - или уязвимыми - и поэтому мягче относятся друг к другу. Они реже стыдят своих одноклассников. В итоге, каждый из них становится более уверенным в себе и меньше зависит от маски, прикрывающей неуверенность.

В смешанных школах, напротив, многие мальчики боятся того, что учителя или другие ученики поднимут их на смех, если их поведение будет истолковано как не целиком и полностью "мужественное". Они могут стесняться рассказать о своих эмоциях, вызванных историей или стихотворением, будут уклоняться от ответов на вопросы учителей, чтобы не выглядеть "дураками" в случае ошибочного ответа и "девчонкой" в случае правильного, они будут избегать областей, считающихся "женскими". Когда мальчики идут в школу, другие ученики и учителя энергично навязывают им тендерные стереотипы, и мальчики чувствуют себя обязанными соответствовать им. Эти тендерные оковы мешают учебной жизни мальчиков. Все это они компенсируют деструктивным поведением в классе, нападками на других учеников, или намеренным "дуракаванием" на гуманитарных предметах и уроках английского, где показать хотя бы толику заинтересованности или знаний - значит навлечь на себя общественное порицание.

Справедливости ради надо сказать, что Хале проводила свое исследование на базе только двух школ, и оно требует дальнейших разработок. Но несмотря на то, что мы не можем с уверенностью говорить о преимуществах отдельных школ для мальчиков, я думаю,

¹⁵ Школа коллегатов (Collegiate School) - независимая школа для мальчиков и одна из старейших школ в США. (Прим. переводчика).

что этот эксперимент дает некоторое начальное представление о том, что, по крайней мере, для некоторых детей, учеба в школе для мальчиков имеет ряд важных преимуществ.

Разумеется, подавляющее большинство мальчиков, равно как и подавляющее большинство девочек, продолжают учиться в привычных смешанных школах. Сделать все эти школы отдельными - это не выход и вряд ли может им стать. Но я считаю, что мы должны попробовать применить в смешанной школе все те знания о том, как мальчики учатся и как их следует учить, которые мы почерпнули в школах для мальчиков. К примеру, несколько государственных школ организовали специальные программы "только для девочек" по математике и естественным наукам, своего рода отдельное обучение в рамках смешанной школы, и я думаю, что подобные проекты для мальчиков, особенно по чтению и письму, выглядят очень многообещающе.

Чтобы привести один пример успеха в этой области, я поделюсь историей Джин Эллербе, учительницы смешанной государственной школы, которая по счастливой случайности стала преподавать английский в классе для мальчиков. Так получилось, что в девятом классе на ее урок английского на весь семестр записались только мальчики. Сначала она расстроилась и попыталась заставить школьную администрацию "разбавить" класс, но постепенно она поняла, какие уникальные возможности перед ней открываются. В то время как в смешанных классах девочки обычно более мотивированы и разговорчивы, в этом классе мальчики казались "более раскрепощенными" и "не так стеснялись высказывать свое мнение". Класс, между тем, был более распушенным и шумным, и ей потребовалось время, чтобы попать и оценить своих мальчиков. Как сказал ей один мальчик из этого класса: "Порой в мальчишеской компании становится немного шумно, но так легче сказать то, что хочешь сказать. Если бы здесь были девочки, было бы страшно показаться идиотом".

Действительно, как показывает этот комментарий, даже в традиционной смешанной школе, мальчики, оказавшиеся в классе для мальчиков, где учитываются их учебные особенности и ритмы, чувствуют себя достаточно свободно, чтобы снять свою броню и заговорить своим подлинным голосом. Среди мальчиков, с которыми я беседовал, были и те, кто посещал школу отдельного обучения или имел возможность изучать отдельные предметы в классах для мальчиков в смешанной школе, и многие из них говорили о свободе, которая позволила им сбросить маску.

Семнадцатилетний Лайэм рассказывает: "Когда в классе девочки, я думаю, что мне надо быть крутым, чтобы нравиться им. А быть умным не круто. Те парни, которых все считают крутыми, плохо учатся. Они никогда не поднимают руку в классе.

Но в классе для мальчиков я думаю об учебе,- продолжает Лайэм. - Я не беспокоюсь о том, что обо мне подумают девочки в классе, и мне не нужно переживать, не решат ли они, что я придурок или ботаник или типа того. Я сейчас много занимаюсь и на самом деле стараюсь. Мне нравится получать хорошие оценки".

Когда я разговаривал с Тоби, пятнадцатилетним подростком с горящими глазами, одетым в мятую рубашку и джинсы и посещающим школу для мальчиков, он назвал целый ряд преимуществ отдельного обучения: "В том, что касается учебы, я начал стараться, потому что не было вокруг девочек, на которых надо произвести впечатление. В классе я могу поднять руку и сказать то, что я хочу сказать, потому что я не стесняюсь, как перед девочками. Можно не волноваться об обычных вещах, о том, как выглядит твоя одежда, все ли выглажено. Намного проще заниматься, когда рядом нет девочек. Я встречаюсь с девочками на выходных, но в школе их присутствие меня не отвлекает. В школе для мальчиков я могу просто выйти к доске и пробовать. Я могу учиться так хорошо, насколько это для меня возможно".

Тоби также заметил, что учителя больше сближаются с учениками-мальчиками, если в школе нет девочек: "Учителя, особенно учителя-женщины, всегда больше любят девочек. А здесь ты сближаешься с учителями (и мужского, и женского пола), даже если ты мальчик".

Он сравнивает свою текущую жизнь с тем, что было с ним раньше в смешанной школе: "Я думаю, что люди считают девочек умнее. Поэтому мальчику трудно выделиться успехами

в учебе, просто потому что так заведено. Когда я учился в смешанной школе, меня заботила куча всяких мелочей, например, неправильно ответить на вопрос или ошибиться на спортивной площадке или язвительное замечание моего друга обо мне на глазах у других ребят".

Учителя и администрация подтверждают слова мальчиков. Например, две бывшие отдельные школы, которые давно объединились в смешанную (школы Святого Стефана и Святой Агнес в Александрии, штат Вирджиния), экспериментировали с гендерной сегрегацией на уроках математики и естественных наук. Результаты были положительные. "Мы увидели, что выиграли и мальчики, и девочки,- рассказывает руководитель. - Учителя могут изменять способы преподавания - варьировать количество работы в группе и индивидуальных заданий".

Эксперимент, который провели эти две школы, является хорошим примером творческого подхода к решению проблемы, что, на мой взгляд, самое главное, когда дело касается создания эффективных школ для мальчиков. Даже в условиях ограниченных ресурсов, школа - государственная или частная - может внедрять инновационные программы и подходы, чтобы помочь мальчикам благополучно развиваться в эмоциональном и академическом планах. Мне грустно, что школы не делают этого шага, а успокаиваются и почивают на лаврах. Ибо я считаю, что именно такого рода самодовольство привело столько мальчиков к бунту и вызвало школьную эпидемию гипердиагностики поведенческих расстройств у мальчиков и подростков.

Рецепт: как родители могут помочь сделать школы благожелательными к мальчикам

Чтобы смягчить негативное влияние гендерной стереотипизации и предубеждений против мальчиков, я настоятельно советую родителям предпринимать следующие шаги.

Хвалите мальчика за школьные успехи. Точно так же, как жизненно необходимо подчеркивать уникальные таланты и возможности девочек, я считаю, что мальчики, какими бы смелыми, неуязвимыми и уверенными они не казались со стороны, отчаянно нуждаются в наших словах поддержки и нашем одобрении их школьных дел. Надо поощрять любые успехи, не только те, которые считаются "мужскими". Маленький мальчик, который хорошо смешал ингредиенты для печенья в игрушечной кухоньке, так же достоин комплиментов, как и тот, кто выстроил четырехэтажную башню из кубиков. Мальчик, который написал прекрасное сочинение о Чосере, так же заслуживает похвалы, как и тот, кто превосходно сдал экзамен по геометрии.

Мальчика невозможно перехвалить. Когда родители и учителя замечают, что мальчик надевает маску - когда он начинает вести себя грубо или самонадеянно - бывает желание ответить ему подобным же образом. Нам часто кажется, что мы каким-то образом унижим мальчика, если не ответим ему той же невозмутимостью и холодностью. И хотя не надо давить на мальчика и требовать разговоров, если он не готов к ним, вы не должны думать, что обязаны подыгрывать его брутальному стоицизму.

Вместо этого постарайтесь противопоставить его замаскированной неуверенности свою любовь, поддержку и одобрение. Когда он недовольный приходит из школы и вы спрашиваете его, как прошла контрольная, скажите, что вы верите в него, независимо от того, какую оценку он получил.

Ищите возможности для адресной похвалы. Например, если вы прочли написанный им рассказ и обратили внимание на яркий авторский стиль, скажите, как было весело читать его рассказ. Если он провел научный эксперимент по биологии и подготовил отчет с прекрасными графиками, скажите ему, что он проделал огромную работу, и что вам особенно понравилось аккуратное оформление. Даже если он просто пожимает плечами в ответ на ваши комплименты, продолжайте их говорить. У такого рода теплой похвалы есть своя роль: она противостоит множеству менее позитивных замечаний, которые мальчик

получает в школе.

Будьте в курсе дел . Следите за прогрессом мальчика в школе. Какие у него результаты? Понимают ли учителя и администрация, с какими дилеммами сталкиваются мальчики в нашем обществе и как это влияет на мальчиков в условиях учебы? Организуйте собрания, встречи со спонсорами, посещайте внеклассные мероприятия и убедитесь, что школа регулярно оценивает собственную эффективность и ищет методики, которые подходят мальчикам. Требуйте, чтобы школа уважала индивидуальный учебный стиль и темп вашего мальчика. Если ему нужна помощь с английским, убедитесь, что он ее получает. Если он учится писать с помощью интерактивной компьютерной программы (вместо того, чтобы переписывать тексты из учебника), добейтесь, чтобы у него была возможность сидеть за компьютером, сколько ему нужно. Если ему тяжело проводить за одним видом деятельности больше определенного времени, убедитесь, что ему дают разнообразные задания.

Наблюдайте за эмоциональной жизнью мальчика . В-третьих, помимо наблюдений за его оценками, старайтесь следить за тем, как, по вашим ощущениям, мальчик чувствует себя в школе в эмоциональном плане. Делайте все возможное для того, чтобы создать для мальчика безопасное убежище дома и убеждайте школу делать то же самое. В идеале каждый мальчик должен иметь в течение школьного дня возможность пойти куда-то, где он мог бы поговорить о своих эмоциях, без страха подвергнуться нападкам или быть осмеянным. Как можно чаще спрашивайте сына, что ему нравится в школе и что не нравится. Интересуйтесь, с кем он дружит. Спрашивайте, кто из учителей ему больше нравится. Если он не готов рассказывать прямо сейчас, расскажите ему о своей собственной школьной жизни. Расскажите, как однажды забыли подготовиться к экзамену. Расскажите, как вас сводили с ума некоторые одноклассники. Расскажите, как вы терпеть не могли учителя в пятом классе. Если вы покажете свою уязвимость, мальчику будет проще показать свою. И как только вы поймете, что на самом деле происходит с ним в школе, вы сможете не только добиваться того, чтобы с ним обращались достойно, но и замечать, насколько уверенным учеником он себя чувствует. Если мы хотим преодолеть кризис низкой самооценки у мальчиков, мы должны в первую очередь дать им возможность рассказать нам, что они чувствуют и что с ними происходит.

Не позволяйте школе недооценивать вашего сына . В-четвертых, если у вашего мальчика есть проблемы с успеваемостью или любые сложности в поведении, убедитесь, что в школе их не воспринимают как нечто патологическое. Если у него есть отставание в развитии или подтвержденный синдром дефицита внимания, ему, очевидно, надо встретиться с квалифицированным специалистом по развитию, психологом или психиатром, чтобы подобрать подходящие варианты коррекции. Но чтобы не делать поспешных выводов, проводите как можно больше времени с сыном, чтобы у него была возможность открыться и рассказать вам, что такое школа для него на самом деле. Когда мальчик со смущением показывает низкие результаты теста, плохую оценку или говорит, что у него неприятности в школе, очень часто причина проблем отнюдь не патология.

Как уже говорилось, виной тому может быть школа, потому что там не создаются условия, в которых мальчик сможет быть успешным. Иногда школа слишком строга к мальчику, которому нужна более свободная среда. Иногда школьный темп не согласуется с его индивидуальными учебными ритмами и особенностями: он может быть слишком быстрым или слишком медленным, требовать слишком много пассивного слушания или однотипных упражнений, а иногда из-за тендерных стереотипов и предубеждений, школа либо препятствует его участию в занятиях, которые были бы ему интересны, или заведомо видит в нем нарушителя спокойствия. Если ваш мальчик начинает недопустимо вести себя в школе, я настоятельно рекомендую поговорить не только с его учителями, но и с родителями других учеников этой школы. Вы можете узнать, что не только ваш мальчик испытывает трудности в этой школе или с определенным учителем. Когда у вашего сына возникают проблемы с поведением, очень важно учитывать все возможные факторы и причины, прежде

чем вы позволите школе диктовать вам свои условия быстрого устранения проблемы, которые на самом деле представляют интересы школы, а не вашего мальчика.

Помогите школе определить ее функции . Убедитесь, что школе не безразличны специфические потребности мальчиков. Например, учителям и родителям следует вмешаться, если они видят, что мальчиков загоняют в узкие рамки тендерных ролей. Если учитель услышал, как один мальчик говорит другому, что "поэзия - это для слюнтяев", учителю в идеале следует вмешаться и объяснить, что не только чтение и сочинение стихов - подходящее занятие для мальчиков, но что многие знаменитые поэты были мужчинами. Если родители узнали, что элективные курсы в старших классах (технологии, хор, театральная студия) проводят отбор на основе половой принадлежности, я надеюсь, что родители найдут в себе смелость обратиться к школьной администрации и настоять на том, чтобы мальчики и девочки могли свободно выбирать себе курсы.

Я считаю, что родителям, учителям и школьной администрации очень полезно регулярно встречаться - на собраниях, мастер-классах и т.п., чтобы понимать, как мальчики учатся и насколько им подходит структура школьной программы. Мальчики не должны становиться камнем преткновения, мишенью для ответной реакции на то, что мы не смогли удовлетворить), справедливые требования девочек. Вместо этого мы должны так же внимательно и вдумчиво пересмотреть специфические учебные потребности мальчиков, как и потребности девочек.

Я также считаю, что нам нужно понять, почему традиционные школы не подходят некоторым мальчикам и оказываются неэффективными для них. Новые учебные методики, такие как "Полный вперед!"¹⁶ или другие групповые занятия на открытом пространстве, требующие физической силы, помогают мальчикам расширить свои представления об интеллекте во всем многообразии форм его проявления, как метко сформулировал это Говард Гарднер¹⁷, и, помимо этого, отвечают интересам мальчиков. Использование технических средств - видео или интерактивных программ, с их динамизмом, может привлечь интерес мальчиков, скучающих над более традиционными способами подачи литературных текстов. Появление спортивных занятий и тренеров, уроков творчества и мастеров могут стать для "незаинтересованных" в учебе мальчиков искрой, пробуждающей интерес, или пропуском к скрытому таланту, погребенному под стыдом и неуверенностью, проистекающим из его подавленности слишком традиционной, слишком жесткой программой. Какие бы цели ни преследовали творческие занятия, а их гораздо больше, чем я могу себе позволить тут перечислить, когда мы не ищем методом проб и ошибок, что отвечает потребностям мальчиков, они, в свою очередь, теряют интерес, плохо учатся и их самооценка съезжает по наклонной все ниже и ниже.

Что может сделать школа и образовательная система в целом

Подталкивают их к тому родители или нет, школы должны искать и внедрять инновационные методики, отвечающие потребностям мальчиков-учеников.

Предметы, интересные мальчикам . Когда взрослый идет в книжный магазин, он выбирает книги, которые ему интересны, точно так же и школам важно предлагать предметы, которые могут быть интересны самым разным мальчикам. Мы все знаем, что мальчики бывают разные, и поэтому не может быть одного ответа на вопрос, какие темы и

¹⁶ Outward Bound - международная некоммерческая организация образования на свежем воздухе, объединяющая примерно 40 школ и 200 тысяч участников по всему миру. Программы организации нацелены на развитие социальных навыков и стимулирование личностного роста детей, участвующих в совместных, часто довольно трудных, походах. (Прим. переводчика),

¹⁷ Имеется в виду теория множественных интеллектов Говарда Гарднера. (Прим. переводчика).

материалы заинтересуют любого мальчика, но школа может проявить изобретательность и сделать так, чтобы учебный материал охватывал самый широкий спектр тем, которые будут интересны многим мальчикам (и многим девочкам). Например, на уроках английского можно читать поэмы, рассказы, романы, новеллы на традиционные "мужские" или "женские" темы, созданные мужчинами и женщинами. На уроках истории мальчикам может быть интересно читать рассказы не просто о мужчинах, но и рассказанные с позиции мужчин. Это такой простой способ сделать уроки интересными для мальчиков, что, по моему мнению, совершенно непростительно не использовать его.

Используйте эффективные методики . Как мы уже видели в этой главе, многие мальчики учатся иначе, чем девочки. Школы должны убедиться, что они понимают эту разницу и учитывают ее.

Для маленьких мальчиков это может быть создание возможностей для работы руками, задания, ориентированные на решение конкретной проблемы, интерактивные занятия. Например, вместо того чтобы предлагать восьмилетним мальчикам решать задачи по математике из учебника, учитель может устроить "математическое шоу", в котором участники соревнуются в решении задач. Вместо того чтобы читать басню вслух маленьким мальчикам, учитель может ознакомить их с сюжетом через постановку спектакля для кукольного театра, где мальчики будут говорить и играть с куклами во время и после представления. Если тема урока - поэзия, то вместо того чтобы заставлять каждого ребенка прочесть несколько классических стихотворений и затем написать свое собственное, учитель может пригласить в класс литератора, который прочтет свои произведения, а потом попросить его написать вместе с мальчиками коллективное стихотворение (на привлекательную для мальчиков тему), пусть это стихотворение родится у них на глазах, прямо у школьной доски.

Ребятам постарше тоже нужны возможности для творчества. На уроке английского, изучая Шекспира, учитель добьется большего успеха, если будет не просто "проходить" с учениками "Ромео и Джульетту", а предложит разыграть по ролям отдельные Части пьесы. На уроке экономики, вместо того чтобы усадить учеников вписывать ответы на вопросы в рабочей тетради, учитель может разбить учеников на группы, дать им время обсу-Иить их ответы, а потом устроить в классе дебаты, на которых Выступят представители каждой группы. Если мальчик не может усидеть на месте за чтением учебника по истории, учитель Может предложить ему получить всю необходимую информацию из мультимедийной программы. Даже если ресурсы ограничены, творческий подход к обучению поможет школе поддерживать у мальчиков заинтересованность.

Уважайте учебный темп каждого мальчика . Вероятно, нет Ничего более унижительного, чем ситуация, когда тебе нужно выучить материал, осмыслить который ты еще не готов или не способен. Как мы видели, мальчики часто отстают от девочек в школе, особенно в чтении и письме. Я считаю совершенно необходимым учитывать индивидуальный учебный темп каждого Нальчика. Например, бесполезно задавать мальчику написать короткий рассказ, если он еще не может составить предложение. Точно так же бесполезно предлагать мальчику читать Гомера, шли он не может "продраться" через простейшие тексты. С практической точки зрения это означает, что школам нужно не только регулярно проверять уровень знаний мальчиков по важным предметам, но также выстраивать уроки, давать задания, тестировать учеников, используя материалы, которые соответствуют их текущему уровню знаний. Проще говоря, если кому-то нужно больше времени на усвоение материала, школа должна запастись терпением и дать необходимое время. В противном случае, как мы уже знаем, мальчики просто не будут хорошо учиться, и их оценка себя как учеников станет критически низкой.

Экспериментируйте с однородными по половому составу классами . Как я рассказал уже в этой главе, в некоторых школах поняли, что тем мальчикам, которые учатся в медленном темпе, или тем, кто чувствует себя не особенно хорошо в традиционном смешанном классе, может быть очень полезно оказаться в классе для мальчиков, по крайней

мере, на тех предметах, которые им особенно трудно даются. Организуя классы для мальчиков, школа дает возможность учителям фокусироваться на потребностях учеников и адаптировать учебные материалы, методику обучения и его темп к их индивидуальным нуждам. Кроме того, в классах, где нет девочек, с мальчиков снимается значительная часть того давления, которое заставляло мальчиков защищаться, и мальчики чувствуют себя свободнее, увереннее и в результате лучше учатся. Я считаю, что это именно так, несмотря на недавний отчет, выпущенный Американской ассоциацией женщин в университетах, под названием "Половая сегрегация: критические замечания о раздельном образовании для девочек", где отрицаются сколь-нибудь значительные улучшения в положении девочек, оказавшихся в классах для девочек (ранее, в 1992 г., та же самая организация высказывалась за раздельное обучение девочек с целью повышения качества учебы). Многие педагоги постоянно упоминают успехи программ раздельного обучения как для мальчиков, так и для девочек. Поэтому я очень рекомендую школам, государственным и частным, продолжать экспериментировать с организацией программ для мальчиков.

Нанимайте больше учителей-мужчин. Школе необходимо прикладывать усилия к тому, чтобы находить больше учителей-мужчин, особенно в начальной школе, где у мальчиков закладываются представления о допустимом для представителей того или иного пола поведении. И хотя я говорил о том, как значительна роль матери и других женщин в формировании у мальчиков здоровой мужественности, если все или почти все, их ролевые модели в начальной школе - женщины, то откуда мальчики узнают, как ведут себя мужчины, чем они занимаются? Представьте, какой бы скандал подняли родители, если бы в старших классах все учителя их дочерей были мужчинами. Так почему же тогда мы спокойно относимся к тому, что в начальной школе наших мальчиков учат преимущественно или даже исключительно женщины? Аналогично, я считаю благоприятным фактором в рамках нашей школьной системы, если в школах не будут закреплять определенные сферы знания за мужчинами или женщинами, основываясь на тендерных стереотипах, к примеру, не все предметы научно-естественного или математического цикла будут преподаваться мужчинами, а литература и искусствоведение - женщинами. Это поможет мальчикам чувствовать себя более уверенно в тех сферах, где они обычно страшатся выглядеть смешно или потерпеть неудачу, заходит ли речь о том, как написать хайку или пришить пуговицу.

Введите традицию наставничества. Бесценный опыт получают мальчики от общения со взрослыми, которые симпатизируют им и могут стать для них ролевой моделью. По причине того, что наши школы по-прежнему плохо справляются с задачей распознавания уникальных эмоциональных и учебных потребностей мальчиков, я считаю особенно важными программы наставничества. Я уже говорил о том, как важно школе приглашать больше учителей-мужчин. Но я бы хотел подчеркнуть, что наставником мальчика может быть, разумеется, и мужчина, и женщина, взрослый (учитель, психолог, кто-то из руководства школы) или даже старшеклассник. Самое главное, чтобы наставник был заинтересован в росте и развитии мальчика, и, в идеале, у них были схожие интересы (то есть, важно, чтобы наставником мальчика, увлеченного футболом, не оказался учитель, который терпеть не может спорт).

Наставник, в моем понимании, может заниматься следующими вещами. Во-первых, он может просто регулярно наблюдать за мальчиком, по меньшей мере, раз в неделю, смотреть, как идут у него дела в учебе и в эмоциональной жизни. Чтобы помочь наставнику, школа может подготовить список вопросов, которые ментор регулярно задает, например: "Как у тебя дела с английским? Что вам задали? Можешь показать, что ты сделал? Как поживают твои одноклассники? Они нормальные ребята? С кем ты проводишь время? Как тебе этот учитель? Тебе понравились его уроки?" По сути, вопросы должны быть сформулированы таким образом, чтобы с их помощью можно было составить представление не только об учебных делах, но и о внутренней жизни мальчика.

Во-вторых, ментор может помогать мальчику, насколько это в его силах, с теми предметами и уроками, которые даются хуже других. Помогать в данной ситуации означает

вместе искать ответы в тех областях, где мальчику нужна помощь. Но это также означает, что надо узнать, кто его учитель, поговорить с учителем и убедиться, что тот знает о затруднениях мальчика и готов пойти ему навстречу.

Наконец, наставник должен стать мальчику просто хорошим другом. Мысль, что у него есть старший друг, которому небезразличен его учебный и социальный успех, поможет мальчику вести себя увереннее в школе. Это особенно важно для тех мальчиков, которые дома не получают нужного им внимания, например, когда оба родителя много работают или один родитель загружен работой. В этом случае неравнодушный наставник, наблюдающий за его эмоциональной и академической жизнью, будет особенно ценен и может оказать огромное положительное влияние на успехи мальчика в школе.

Создайте безопасные "пространства для мальчиков" . Наконец, подобно тому как школы стараются создать комфортную обстановку, в которой девочки смогут быть собой и свободно высказывать свои мысли и соображения, школы должны предпринять все необходимые меры, чтобы создать такую обстановку и для мальчиков, чтобы они знали, что в школе есть для них безопасное место, где они могут выражать свои уязвимые эмоции. Создание таких безопасных "мальчиковых мест" поможет нейтрализовать вызванное стыдом ожесточение, ослабит тиски пола и позволит мальчикам снова устанавливать контакты, в которых участвует не только их возбужденный мозг, но и душа и сердце.

Что нужно сделать. Во-первых, для мальчиков всех возрастов в школе выделяется время и место, где мальчики могут расслабиться, освободиться от привычных школьных ограничений. Для малышей это может выглядеть, например, как перемены, во время которых они могут свободно поиграть в подвижные игры, задействующие крупную моторику. В некоторых школах с успехом экспериментируют с расписанием, располагая уроки физкультуры таким образом, чтобы они не приходились на конец дня. Для подростков создание "мальчиковых мест" предполагает, что у них есть в здании школы или во дворе места, где они могут (в идеале - в компании наставников, о которых шла речь выше) поговорить, поиграть, посплетничать, всласть пошуметь. В некоторых школах внутреннее помещение считается "местом тишины", а школьный двор - местом для физической активности, и мальчики в зависимости от индивидуальных склонностей могут выбирать то, что им подходит больше. Встречи в таких комнатах для самостоятельных занятий могут проходить один или несколько раз в день, в зависимости от возможностей школы и того, насколько нужными их считают. Самое главное - это дать мальчикам шанс наслаждаться того рода свободным, неограниченным действием, которое, как мы увидели в этой книге, помогает им развиваться эмоционально и интеллектуально.

Кроме того, я считаю, что школы должны быть совершенно уверены в том, что мальчики всегда знают: в школе есть место, куда они могут прийти, и куда они пойдут, поговорить о своей внутренней жизни с девочками и другими мальчиками или с учителями и другими взрослыми. Эти "безопасные места" могут быть только для мальчиков или для всех желающих, они могут курироваться взрослым или быть отданы на откуп самим ребятами и принимать форму групп поддержки, подобных тем, о которых мы говорили в главе о подростках. Школа не должна рассчитывать на то, что мальчики получают всю необходимую эмоциональную поддержку дома. По-моему мнению, это несправедливо по отношению к мальчикам и их родителям по двум причинам. Во-первых, многие родители уже делают все, что в их силах, исполняют и другие обязанности и просто не в силах "сделать все" без помощи школы. Во-вторых, некоторых родителей не бывает рядом с мальчиками, когда тем нужна эмоциональная поддержка. Они могут отсутствовать физически или эмоционально, или и то и другое одновременно.

Поэтому школа должна, я думаю, взять на себя заботу об эмоциональной жизни мальчиков. Не потребуется много средств или новых работников, чтобы организовать эффективные группы поддержки, социальные центры, дискуссионные клубы и т.п. Я считаю, что каждая школа должна задать себе вопрос: "Если ученик нашей школы недоволен чем-то

в своей жизни, связано это со школой или нет, есть ли у него место, куда он может захотеть прийти, чтобы поговорить о своей беде?" И если ответ "нет", то школа, вероятно, не справляется со своими обязанностями.

Итак, пока наши мальчики блуждают по лабиринтам школьной жизни, я убежден, что школа должна искренне и постоянно идти навстречу их эмоциональным потребностям. Только тогда мальчики и их родители смогут быть уверены, что время, которое дети проводят в школе, будет радостным и обогащающим, что здесь они вырастают в счастливых, пытливых, эмоционально полноценных и успешных мужчин.

11. Спорт. Играть и меняться

"Здесь ты получаешь много тепла. Я не знаю, как передать это. Как будто мы все - одно целое, и даже если мы проиграем - это ничего".

Мартин 13 лет.

Парадокс спорта: квинтэссенция и отмена Мальчишеского кодекса

Один из старейших видов отдыха, известный человечеству, спорт - это сфера жизни, в которой ослабляются тиски традиционных представлений о мужественности, позволяя мальчикам почувствовать ту часть собственной личности, которая не ощущается нигде больше. При благоприятных условиях спорт дает мальчикам возможность находиться в атмосфере свободы, где они могут быть собой и выражать широкий спектр эмоций - от пьянящего восторга от забитого на последней минуте гола до жгучего разочарования поражения, от счастья быть тем, кто неожиданно решает исход поединка, до смущения от собственного неловкого обращения с мячом в завершающем периоде игры.

Спорт - это сцена, на которой мальчики могут абсолютно свободно выражать свои чувства, место, где нормально быть увлеченным, эмоциональным, азартным. Как сказал двенадцатилетний Макс, "в школе приходится сидеть тихо и поднимать руку, если хочешь высказаться. Это так скучно, и порой кажется, что вообще не с кем поговорить. Я люблю заниматься спортом после школы, потому что там мы можем быть все вместе. Мы носимся, кричим, визжим, все что угодно. Там я могу быть собой".

Для многих мальчиков спорт - это форма близости и способ быть честным. Временно освобождая мальчиков от Мальчишеского кодекса, особенно от правил, запрещающих мальчикам выражать чувства, демонстрировать привязанность или показывать свою потребность в контакте, спорт становится для наших сыновей самым главным способом достижения близости с другими мальчиками и девочками.

Но как он может дать им передохнуть от Мальчишеского кодекса, прожить опыт доверия, искренности, близости, он так же может толкнуть мальчиков к одиночеству, стыду и нездоровой конкуренции. "Тут нелегко,- недавно сказал мне один старшеклассник-футболист. - Некоторые парни относятся серьезно, делают все, что могут. А другие, кажется, только для того и вышли, чтобы свалить тебя, ну, просто пытаются тебя уничтожить". Таким образом, спорт может быть и местом, где мальчики показывают свою агрессию, выпускают запрещенные чувства, такие как гнев или фрустрация, и причиняют боль другим мальчикам.

Кроме того, спорт может развить у мальчиков культ соревновательности, стремление побеждать любой ценой и получать нарциссическое удовольствие за счет других. А других мальчиков - особенно тех, кого не особенно интересует спорт или тех, кто недостаточно хорошо играет - это заставляет чувствовать себя лишними, ненужными, опозоренными.

Я считаю, что положительное воздействие спорта ослабевает, когда прекращается игра. Д. В. Винникот, выдающийся английский психоаналитик, заметил, что для детей игра - это главная составляющая здорового, гармоничного развития. Его слова особенно подходят для

описания мальчиков, чьи внутренние потребности часто подавляются: "Игра показывает... что ребенок в состоянии... найти свой путь в жизни... что он постепенно обретает целостность... что мир принимает его".

Сама по себе конкуренция между мальчиками вряд ли воспитает характер или сделает мальчиков ближе друг другу. Но спортивные игры могут принести мальчикам колоссальную пользу. Скончавшийся недавно глава баскетбольного союза и специалист по культуре Возрождения А. Бартлетт Джиаманти говорил о спорте: "это вдох... вырваться из самого себя... мгновенное касание... радость... свобода от ограничений. Это чувство не победы, нет, а полноты игры". Если спорт воспринимается здраво, как возможность собраться мальчикам вместе для вдохновенной, энергичной, приносящей радость игры, то он поможет мальчикам открыть в себе новые умения, укрепить чувство собственной значимости, они снова смогут услышать свой внутренний голос, выразить глубочайшие чувства, наполняющие их сердца, и расширить круг своих привязанностей.

Спорт как преображение

Я считаю, что с хорошим тренером и при правильном подходе спорт - это преобразующий опыт для мальчиков. Когда ослабевает Мальчишеский кодекс и исчезает маска, на смену зажатости, скованности, отчужденности приходит экспрессивность, эмоциональность, жизнерадостность. Так меняет мальчиков спорт. В спорте они раскрываются, обретают новые стимулы, новые качества личности. Спорт попросту делает их счастливее.

Послушайте, например, как братья Том и Филипп Марсоны (13 и 15 лет), рассказывают, как спорт изменил их жизнь.

- Здесь совершенно нечего было делать,- говорит мне Том, имея в виду маленький экономически неблагополучный город, в котором они с братом живут. - Здесь была одна дорожка для боулинга, но и та закрывалась в выходные.

- Нам было нечего делать, особенно летом,- соглашается Филипп.

- Чуть меньше года назад,- продолжает Том,- трое из наших лучших друзей умерли от передоза.

Действительно, осенью предыдущего года, три подростка в этом сонном городке напились до бессознательного состояния, а затем выпили смертельный коктейль из барбитуратов. Конечно, этот город всегда был проблемным: высокий уровень безработицы, слабо финансируемые школы, множество неблагополучных семей. Но сейчас все было по-другому. Три мальчика, самому старшему из которых было всего 16, ушли навсегда.

После этих смертей город пребывал в подавленном настроении, и Том с Филиппом решили изменить ситуацию.

- Мы пошли к мэру и к священнику нашей церкви и спросили, можем ли мы организовать постоянно действующую спортивную программу для ребят нашего города,- рассказывает Филипп.

- Команду по софтболу,- добавляет Том.

- Какая отличная идея,- сказал я мальчикам.

- Ага. Сначала нас было всего десять парней,- рассказывает Том.

- Но потом, кажется, все поголовно хотели записаться, даже девочки,- продолжает Филипп. - Теперь у нас даже слишком много ребят, которые хотят играть. Больше ста человек. Но мы получили поддержку от правительства штата, нам помогают деньгами и у нас появились тренеры.

- То есть организация лиги помогла? - спросил я.

- Черт побери, да! - отвечает Филипп. - Сейчас у нас есть расписание. И у нас есть чем заняться.

- Я не думаю, что я был бы сейчас тут, если бы не лига,- добавляет Том. - Я долго не

мог справиться со всем этим. А сейчас мне есть куда пойти.

Том и Филипп показывают нам, что у спорта есть много способов изменить жизнь мальчиков, а я считаю, что есть по меньшей мере четыре главные сферы, в которых спорт становится преобразующим опытом для мальчиков: спорт дает мальчикам свободу выражать широкий спектр эмоций; спорт позволяет мальчикам показывать свою любовь и привязанность, не стыдясь этого; спорт повышает самооценку; спорт учит мальчиков действовать гибко в разных ситуациях, учит переживать поражение и, в более широком смысле, потерю. Поскольку эти области в литературе для родителей остаются недооцененными, я бы хотел остановиться на каждой из них.

Спорт преобразующий. Выражение эмоций

Первая зона изменений - это выражение эмоций. Спорт может стать площадкой, где мальчики учатся справляться, не таясь, с поражением, стыдом, грустью, с осознанием человеческой ограниченности.

Будь то футбол, баскетбол, бейсбол или гольф - практически любой вид спорта связан с гигантскими скачками эмоций, положительных и отрицательных. Порой наши победы и поражения чисто индивидуальные: например, когда мы выигрываем партию в теннис, падаем, катаясь на лыжах, или постоянно играем ниже пара в гольфе. Порой они общие: защита баскетбольной команды становится вялой к концу игры, в последнем раунде игры на домашнем поле бейсбольная команда делает несколько неудачных ударов подряд - хоум-ран. Но переживаем ли мы это в одиночку или вместе с командой, эти взлеты и падения вызывают множество эмоций: радость, отчаяние, гордость, смущение, злость, торжество, униженность. Спорт помогает мальчикам переживать эти чувства, подобно тому, как отцы (мы говорили об этом в Главе 6) через бурные игры учат маленьких мальчиков справляться с интенсивными переживаниями.

Действительно, на корте и на поле освободившиеся от своей привычной маски мальчики часто показывают нам очень впечатляющие примеры этих чувств, если их от этого не удерживать насильно.

"Вообще-то я никогда не плачу при друзьях,- говорит Джош, семнадцатилетний куортербек футбольной команды старшеклассников,- но когда мы проигрываем, особенно если у нас был шанс, я вижу, что многие ребята плачут. Иногда просто невозможно сдержаться".

"Мы почти дошли до финала,- пятнадцатилетний Питер переживает, что его команда легкоатлетов проиграла другой местной команде,- на последней встрече, когда мы проиграли прыжки с шестом, а потом забег на пятьсот метров, наш капитан был так расстроен, что просто сгреб нас: всех в охапку и заплакал".

"Футбол - это довольно жесткий спорт,- говорит семнадцатилетний Уиллис,- и несколько недель назад один наш игрок получил серьезную травму, его увезли на скорой. Получился длинный тайм-аут, и вся наша команда собралась вместе, мы встали плечом к плечу и начали молиться за него. Некоторые были на самом деле потрясены случившимся".

Для многих мальчиков, спорт - это единственная возможность почувствовать, что здесь можно свободно показывать свои чувства и свою подлинную натуру. Поскольку источник этих чувств внешний и очевидный - пропущенный мяч, отличный бросок, заслуженная победа, поражение с минимальным разрывом в счете - исчезает стыд, который они обычно ощущают, если показывают свои эмоции. А если тренер не унижает их за ошибки и, наоборот, подбадривает ребят, независимо от успеха игры, мальчики начинают ощущать, как ограничения ослабевают, и делятся своими переживаниями искренне, не страшась и не смущаясь. Спорт помогает мальчикам вырваться из-под маски и позволяет им показать те стороны характера, которые они обычно вынуждены скрывать.

Спорт преображающий. Дружба и привязанность - обучающая связь

Через спорт мальчики учатся выходить из состояния замкнутости и показывать свою симпатию и привязанность сверстникам. Таким образом, спорт приводит мальчиков к дружбе с девочками и другими мальчиками, дружбе с ее собственными понятиями и кодексом любви.

Лайонел, шестнадцатилетний капитан популярной в школе баскетбольной команды, рассказал мне, как много значит для него чувство общности с другими игроками: "Когда мы выигрываем, мы бросаемся друг к другу, обнимаемся, хлопаем друг друга по спине. Когда мы выиграли однажды у непобедимой команды, один парень из моей команды подбежал ко мне сзади и крепко схватил меня. На секунду я подумал, что он хочет сбить меня с ног. Но на самом деле он просто очень сильно меня обнял. Он поверить не мог, что мы победили!"

Многим мальчикам спорт дает возможность установить с другими эмоциональную близость, которой им не хватает в других сферах жизни. В спорте можно быть преданным другим, испытывать любовь и общность в пределах комфортных границ. На самом деле, мальчикам часто проще заботиться и думать друг о друге в контексте спортивной игры, чем в какой-либо другой жизненной области, поскольку забота и привязанность здесь рассматриваются в контексте командных интересов и направлены на достижение общей цели игры. Так как мальчики чувствуют себя частью чего-то большего, чем они сами, они ощущают единство и свободу показывать свою любовь, которая кажется им неуместной в другой обстановке. Порой мальчики выражают эти чувства словесно: "хорошая игра", "не переживай", "эй, ты как?", а чаще - жестами, такими как похлопывание по спине, объятие, ободряющий шлепок, поднятый вверх большой палец. Многие мальчики самый глубокий свой опыт привязанности проживают здесь, будучи частью группы, где их нежные чувства могут быть обоснованы стремлением к известной общей цели.

В романе Марка Харриса о бейсболе "Бей в барабан медленно" один игрок так говорит о своих ощущениях: "В ваших отношениях столько теплоты, ты смотришь на них, они - на тебя, и вы так остро все чувствуете, что хочется сказать: "Неужели это не здорово? Я имею в виду, просто жить. Неужели это не прекрасно?" Если бы это была девушка, ты не мог бы не поцеловать ее, хотя об этом ты никогда не скажешь вслух, а просто будешь дальше делать свое дело".

Спорт преображающий. Повышение самооценки - ощущение мастерства

Когда тренеры и родители работают над тем, чтобы занятия спортом не были для мальчика источником эмоциональных травм, тренировки могут стать для него преображающим опытом, давая возможность добиться возрастающего превосходства в чем-то, обрести новое ощущение мастерства, и таким образом повысить самооценку. В особенности для тех мальчиков, которые не добиваются успехов в академической сфере, спорт может быть одним из немногих способов получить похвалу и одобрение. В командных видах спорта мальчики могут испытать чувство успеха, внося свой вклад в общую победу - хороший бросок, отраженный вратарем удар, умелые действия полузащитника. Даже сидя на скамейке запасных игроков и не принимая участия в конкретной игре, мальчики часто испытывают чувство гордости и сопричастности спортивному мастерству и успеху игроков своей команды.

Шон. Самооценка и хоккей

"Мне казалось, что я ни в чем не смогу быть лучшим",- рассказал мне Шон. Его

старший брат Ник - талантливый художник, победитель региональных художественных конкурсов. Его старшая сестра Маура часто поражает родителей и бабушек своими выступлениями на конкурсах для молодых танцоров. Сестра Кристина, ближе всех по возрасту к Шону, флейтистка, звезда школьного музыкального ансамбля. И только у Шона были проблемы в школе, и в свои тринадцать лет он и дома начал вести себя раздражительно и вызывающе.

И хотя родители Шона всегда были уверены, что он талантливый ребенок, его успехи в школе были очень средними. Одна из учительниц Шона в шестом классе оказалась особенно проницательной. "Она сказала нам, что Шон просто не старается,- вспоминает его мама, Лин О'Хэнли. - В классе он первым кладет ручку, хотя явно мог бы написать хорошую работу. Он делает задания второпях. Он всегда выполняет домашнее задание, но совершенно очевидно, что это только отписка. Мы даже думали проверить Шона на СДВГ, хотя дома он может спокойно сидеть часами, собирая лего или занимаясь тем, что ему нравится".

Отец Шона, Джон О'Хэнли, вспомнил, что в детстве играл в хоккей и предложил отдать Шона заниматься спортом, чтобы помочь ему обрести уверенность в себе. Мистер О'Хэнли ходил с Шоном на несколько спортивных мероприятий - на баскетбол, футбол, бейсбол, американский футбол и свой любимый хоккей, а потом предложил Шону выбрать себе занятие. "Я ви дел, что Шону было приятно просто сходить куда-то со мной вдвоем, такое нечасто случается в большой семье,- говорит Джон. - Я мог бы прожужжать ему все уши (я обожаю болтать о спорте), но я прикусил язык и рассказал ему всего несколько историй из своего детства. Я решил не давать ему никаких советов, но признаюсь, что мне было приятно, когда Шон выбрал хоккей".

Джон ходил с Шоном на все тренировки, болел за него. "Я дал себе слово никогда не критиковать Шона за ошибки, а только хвалить за старание,- объясняет Джон. - Вся эта современная система тренировок, даже для малышей, построена так, что родители выпадают из процесса, но у нас было иначе. Мои родители ходили на игры и поддерживали меня, и это все, что они говорили о хоккее. Я знал, что я не могу ходить с ним в школу каждый день, но хоккей - это то, что мы можем делать вместе".

Вскоре Шон стал одним из сильнейших игроков в команде. "По дороге домой Шон снова проживал со мной свои лучшие удары. У меня в глазах стояли слезы радости от того, что он так доволен собой",- говорит Джон.

К весне того года школьные оценки Шона улучшились. "Я лучший игрок в хоккей в семье,- гордится Шон. - Даже лучше, чем был папа в моем возрасте!"

"Хоккей дал Шону шанс испытать свои силы в том, что ему нравится,- замечает Джон. - Я не раз бывал в замешательстве, когда будил его ни свет ни заря, чтобы он мог немного потренироваться перед долгими поездками на игры в другие города. Но в результате мы стали ближе друг другу, а это бесценно".

История Шона показывает, что под правильным руководством мальчики могут развить в спорте свои природные склонности, получить признание и внимание, которых они не получают больше нигде и, таким образом, укрепить чувство собственной ценности.

Спорт преобразующий. Уроки эмоциональной устойчивости - учимся проигрывать

Наконец, спорт меняет мальчиков, когда учит их эмоциональной стойкости: как противостоять страху быть осмеянным - тому страху, который заставляет мальчиков замыкаться, особенно когда они становятся подростками. Спорт учит их стойкости

- здоровому умению справляться с чувством стыда открыто

- через неизбежный опыт поражений. Спорт ставит мальчиков лицом к лицу с поражениями и дает им шанс выразить свое разочарование и горе, с которыми они не сталкиваются в других обстоятельствах.

Умение пережить поражение связано с умением переживать стыд. Человек узнает, как

написал об этом поэт А. Э. Хаусман, что слава "увядает быстрее, чем роза". К сожалению, не все родители и тренеры учат мальчиков справляться с неудачами, так что проигрыш начинает восприниматься как нечто катастрофическое.

Если бы спорт состоял только из ошеломительных побед и торжества над противниками (или хуже тренированными приятелями), он бы не помогал мальчикам противостоять страху и уязвимости. Он бы не менял их. Но в спорте есть и поражения. И благодаря этому спорт мальчиков преобразует.

"Все не так плохо,- сказал мне шестнадцатилетний Мартин, когда я спросил его, как он себя чувствует после поражения его футбольной команды. - Нам порой бывает тяжело... и если мы играем не на своем поле и проигрываем, то потом мы едем домой в тишине. Но все равно есть какое-то теплое чувство. Я не знаю, как это описать. Как будто мы все вместе, и так можно пережить поражение".

"Ничто не сравнится с победой,- говорит Гамильтон, семнадцатилетний приятель Мартина. - Проигрывать хреново, и ты чувствуешь себя по-идиотски. Но в команде, никто не обвиняет тебя, потому что они знают, что могут сами облажаться в следующий раз... Проигрыш - это просто часть игры. Это часть командной жизни, чтобы ты научился справляться с ним".

"Это делает тебя скромнее",- добавляет семнадцатилетней Бенсон.

А шестнадцатилетний Артур подтверждает: "Это лучше, чем провалить тест в школе". "Почему?" - спрашиваю я.

"Ну, тест ты делаешь один, и если не сдашь, то, скорее всего, никому не скажешь. Просто будешь не в духе, но постарайся не показывать виду. Но когда проигрываешь игру, то это так: ОК, все в курсе, это мы все вместе проиграли. Тут нечего скрывать, и ты вместе с другими ребятами".

Как показывают эти высказывания, спорт создает круг поддержки, в котором разочарование от поражения пережить легче. В действительности, я понял, в случае, если мальчиков хорошо учат, то они однажды поймут, как случилось это с игроками одной школьной футбольной команды, с которым я был знаком, что в этот круг входят не только их товарищи по команде и болельщики, но и их противники.

"Соколы", Чему учит поражение

"Соколы" - это перспективная футбольная команда старшекласников из благополучного пригорода крупного северо-восточного города. Эти ребята не только в футбол умеют играть, многие из них еще и отлично учатся. Шести футов роста, типичный полузащитник, тренер Пол Сантанелло хвалится своей командой:

- Если вы поиграете сезон со мной и с моей командой, я гарантирую, что с вероятностью 99,9999 % вы нацелитесь на колледж.

- Это поразительно,- говорю я Полу, который, кажется, не только знает, как тренировать спортсменов, но и понимает, какие психологические механизмы стоят за занятиями спортом.

- Я знаю, как настроить их на игру,- объясняет Пол,- и я знаю, как говорить с ними о победах и поражениях.

- Что вы имеете в виду? - уточняю я.

- Например, около месяца назад, мы играли против одной городской команды. И, перед тем как та команда приехала, я проговорил с моими ребятами несколько ключевых моментов. Во-первых, те ребята приехали из школы, которая не располагает такими средствами, как наша. Так что никаких поддразниваний и смешков на тему заношенной формы, потрескавшихся шлемов и т.п. Во-вторых, это одна из лучших команд штата, поэтому не расслабляйтесь и старайтесь изо всех сил. И в-третьих, если вы проиграли, не говорите ничего дурного противниками, просто пожмите друг другу руки и скажите, что они

играли отлично.

- Это мудрый совет,- сказал я Полу.

- Ну, не знаю. Но когда пришло время игры, мальчики вели себя неплохо. Они выложились на сто процентов, сделали все, что могли, хотя противники и разбили их наголову. Но никто из моих ребят не сказал им ничего дурного. Все было очень цивилизованно, и когда игра закончилась, они подошли и поздравили ту команду.

- Это очень показательно.

- Мои ребята были настолько потрясены игрой той команды,- добавляет Пол с улыбкой,- что попросили меня организовать несколько субботних дружеских матчей с ними. И мы уже шесть недель устраиваем такие утренние игры по субботам, и парням это нравится.

- Это хорошая практика.

- Да, и не только,- с гордостью сказал Пол. - Я узнал, что некоторые ребята из моей команды начали помогать парням из другой команды писать эссе для поступления в колледж. Знаете, они на самом деле подружились и помогают друг другу. Поэтому я и говорю, что мальчишки из моей команды многому научились, проиграв ту первую игру.

История "Соколов" показывает, что хороший спорт-это умение учиться на поражениях, в особенности, ощущению предела своих возможностей. В отличие от других сфер жизни, в спорте ограничения очевидны, и последствия игнорирования осязаемы и достигают человека без промедлений. Как заметил Фил-лип Айзенбенг, психиатр Гарвардской медицинской школы и бывший капитан гарвардской футбольной команды, спорт учит людей, что они должны жить в рамках игры и возможностей своего тела, осознавать относительность своих данных. Не важно, насколько ты умел, всегда найдется кто-то сильнее, быстрее, тренированнее. Не важно, насколько сильно ты стремишься к победе, нельзя забывать о роли случая: травма игрока, болельщик, который отвлек твое внимание, порыв ветра меняет траекторию полета мяча. И не важно, насколько все случившееся справедливо, поражение - это реальность.

И это четвертая сфера, в которой спорт меняет мальчиков. Туда приходят мальчики, считающие, что они должны всегда скрывать поражение и уязвимость, а спорт показывает им: проигрыш и боль, которая его сопровождает,- это часть жизни, можно честно говорить о своем разочаровании, и все, что нужно сделать - просто снова подняться, вернуться на поле и продолжить борьбу.

Значимость тренера. С кого делать жизнь

Мое исследование показывает, что полезные и преображающие занятия спортом отличаются от плохих и деструктивных отношениями между людьми, с которыми мальчик играет, и тем, как к нему относятся в зависимости от побед или поражений в игре, и ключевую роль в обоих этих факторах играет тренер. Тренер и та эмоциональная атмосфера, которую он создает в команде, принципиально важны для развития самооценки мальчиков и их отношения друг к другу. Это задача тренера - учить мальчиков сотрудничеству и удерживать их от поведения, которое может сделать их эгоистичными, излишне агрессивными и безответственными.

Тренером может быть школьный учитель, кто-то из родителей, организовавший занятия после школы, или чей-то старший брат, который играет в спортивные игры с детьми помладше. Когда я говорю о тренерах, я имею в виду людей, которые присматривают за спортивными играми мальчиков. Многое в спортивной жизни мальчика зависит от тренера: насколько он опытен и чуток, как он учит мальчика, как работает с сильными и слабыми сторонами мальчика, в ситуациях успеха и неудачи.

Тренер - это очень важная фигура в эмоциональной жизни мальчика. Когда он или она поощряет мальчиков с любыми данными, является гарантом справедливости и излучает

энергию безудержной, веселой и справедливой игры, которая стоит выше побед или поражений, тренер делает спорт для мальчиков чрезвычайно полезным преобразующим опытом, о котором я говорил. С грамотным тренером, мальчик превратится из участника-одиночки в члена сплоченной команды, из того, кто просто хочет побить другого парня, в человека, который старается достичь своего личного максимума.

Тренер, который считает, что спорт - это объединяющее занятие, который с радостью принимает мальчиков с любыми навыками (и который убедится, что другие ребята тоже их Принимают) - может помочь каждому мальчику почувствовать, что он способный, умелый, что он на самом деле важен для команды. Под такого рода руководством мальчик не только сможет преодолеть свое одиночество и изоляцию, заменяя привязанностью свою давнюю автономность, но также укрепит свою самооценку. И наоборот, тренер, который высмеивает или унижает мальчиков за ошибки, который требует от мальчиков Непосильных для них результатов или который находит для них слова поддержки только тогда, когда они выигрывают, может стать для наших сыновей еще одним поводом для стыда и отчуждения, как мы их уже обсуждали, и они спрячутся под маской фальшивой самоуверенности.

Точно так же тренер, который учит ценить сбалансированную, дисциплинированную игру и личностные достижения, а не напряженную и яростную борьбу или победу как единственную цель игры, может сыграть жизненно важную роль и поможет мальчикам увидеть в спорте не тест на мужественность, а способ самосовершенствоваться физически и эмоционально.

"Мистер Хэнке - отличный тренер,- сказал о своем тренере по футболу один пятнадцатилетний школьник. - Перед тем, как мы начнем играть, он целый час занимается с нами гимнастикой. Мы делаем сотню приседаний, отжиманий, глубоких сгибаний колена, прыжков и кучу других упражнений. Думаете, тренер Хэнке просто выкрикивает приказы? Нет, он кричит, что делать, и сам одновременно это тоже делает! Он по-настоящему требовательный, но он и сам выполняет с нами все, чего ждет от нас".

Другой мальчик того же возраста похоже высказался о мистере Хэнксе: "Он классный, потому что он заставляет тебя работать, но при этом хорошо относится. Как он однажды сказал нам, что если мы не в состоянии тренироваться, нам надо просто показать это, и мы можем сказать ему, что устали, и в этот день он выберет для нас упражнения полегче. Некоторые тренеры просто орут и заставляют трудиться. Мистер Хэнке реалист. Он никогда не издевается и не унижает тебя, если что-то не получается. Он просто хочет помочь нам добиться того, на что мы способны".

Тренер может транслировать свои моральные установки без жесткости, наказаний или крика, а путем установления привязанности с мальчиками и, таким образом, становясь для них важной ролевой моделью. Как сказал мне один мальчик о своем тренере по футболу, "его золотое правило - не говорить другим, что они могут или не могут, а лишь улыбнуться и показать им, что ты сам можешь. Никто не совершенен, и единственное, что ты можешь,- это вести свою собственную игру. Наш тренер всегда приветливый и дружелюбный, что-то вроде вожатого в лагере. Он говорит нам, что если мы будем делать все хорошо, это вдохновит других людей, и они тоже будут делать хорошо".

"Чем хорош мистер Шредер,- сказал другой мальчик о том же самом тренере,- так это тем, что когда мы выигрываем матч, мы идем есть пончики и праздновать. А если мы проигрываем игру, мы все равно идем есть пончики, но уже не так оживленно".

Как наставник мальчика, тренер во многих отношениях заменяет мать и отца. Даже сын двух любящих родителей может проводить вечера в компании тренера, а не с родителями. В особенности для подростка, который порой чувствует себя оторванным и отчужденным от родителей, тренер может стать одним из немногих взрослых, к которому мальчик придет за советом, поддержкой или одобрением.

"Мистер Дженсен помог мне в трудную минуту,- говорит семнадцатилетний Гленн о своем тренере по баскетболу. - Мне пришлось сделать несколько операций для коррекции зрения. У меня были проблемы со зрением, и ребята смеялись надо мной, потому что один

мой глаз выглядел потешно. Тренер Дженсен сказал им, что тех, кто будет смеяться, он выгонит из команды, и что у многих профессиональных игроков бывали проблемы со зрением. Он выпускал меня играть много раз и не кричал на меня, если я фоллил. Все любят мистера Дженсена. Он классный".

У тренера есть уникальная возможность помочь мальчикам поверить в себя. Организуя занятия так, чтобы мальчики могли достигать своих личных высот, избегая стыдящих слов, внушая всем мальчикам, независимо от их умений, чувство, что они могут совершенствовать свои навыки и приносить пользу команде, тренеры помогают мальчикам понять, что спорт - это не культ соревновательности или эгоистического самовозвеличивания, а поле личностного роста.

Тренеры, которые учат стыдиться

Но, к сожалению, не все тренеры используют благожелательный, развивающий подход, и многие из них концентрируются лишь на том, как по максимуму использовать спорт для развития конкретных навыков. Вместо того чтобы помогать и поддерживать мальчиков, эти тренеры используют стыд, чтобы заставить мальчиков "играть, несмотря на боль", "не тормозить" и не "вести себя, как девчонка". Восемнадцатилетний Майкл Д'Амико поделился тяжелыми воспоминаниями о таком тренере по лакроссу: "Он вел себя, как солдафон, это была настоящая муштра. Он мог выкрикнуть твою фамилию и потом сделать замечание, вроде "Д'Амико, ты отжимаешься, как баба. Давай, работай своей задницей!" или "Д'Амико, какого черта ты делаешь? Ты что, не видишь этот гребаный гол? Ты за кого вообще играешь?"

Тренер, который заставляет своих подопечных выигрывать любой ценой, провоцирует неконтролируемый гнев, строит отношения на основе бездушной жесткости и чистой конкуренции, где исчезает главный смысл спортивной игры, а вместе с ним и возможность персонального роста. Родители должны познакомиться с тренерами своих сыновей и убедиться, что они считают спорт игрой, что они создают атмосферу тепла и понимания, которая помогает мальчикам справляться с победами и поражениями, что они ободряют мальчиков независимо от уровня их подготовки. Точно так же, как родителям не следует мириться с учителями, которые стыдят их сыновей, родители должны быть уверены, что их сыновья занимаются спортом с заботливыми, чуткими людьми.

Когда Мальчишеский кодекс вновь обретает силу. Возвращение стыда и "закалки"

И даже в присутствии мудрого тренера, у мальчиков может появиться склонность следовать требованиям Мальчишеского кодекса, приравнивающего мужественность к спортивным навыкам и успехам. Это приводит к тому, что некоторые развитые мальчики начинают унижать и даже изгонять из своей среды мальчиков, которые не так успешны.

Я думаю, что Мальчишеский кодекс вновь обретает силу в том случае, если мальчиков подводят к мысли, что хорошее выступление или победа, а не просто игра для удовольствия, - это все и вся спорта. Когда игра ведется ради победы любой ценой, и унижениям подвергаются те, кто выступал хуже или послужил причиной поражения, прессинг оказывается настолько сильным, что мальчики не только надевают свои "доспехи" и ведут себя жестко, но и начинают дразнить и осуждать других мальчиков за любое проявление слабости или уязвимости.

Таким образом, равно как спорт может создать благожелательное пространство, где мальчики с легкостью выражают свои чувства, свободно показывают свои привязанности, укрепляют свою самооценку и вместе учатся конструктивно подходить к поражениям (преображающая роль спорта), точно так же он может бросить мальчиков в мир позора и

унижений, где они будут находиться в постоянном напряжении, и их чувства будут зарыты еще глубже. Любого родителя, кто хоть раз был на бейсбольном матче в школе, слышал крики: "Он не отбил! Он не отбил!", - эхом разносящиеся над полем, и видел бэттера¹⁸, который не смущается, не плачет, не кричит в ответ, и не уходит, а лишь крепко сжимает губы, концентрируется на ударах, словно не замечая унижительных эпитетов, которые раздаются отовсюду. И многим родителям приходилось переживать вместе с сыном, который, менее талантливый, чем его сверстники, подвергался унижениям за свое вечно последнее место в команде, или его преследовали клички "тряпка", "неудачник", когда он тщетно пытался преуспеть в каком-то виде спорта. И хотя некоторые из этих мальчиков стараются избегать любых спортивных мероприятий, другие отгораживаются от боли постоянной отвергнутости и немилости своим равнодушием.

Томми. Учись, пока молодой

Когда я впервые обратил внимание на Томми, он выглядел совершенно потерянным на огромном белом катке. Я привез свою дочь на уроки фигурного катания и заметил, что среди девочек было лишь несколько пятилетних учеников-мальчиков. Одетый в костюм для хоккея, Томми выглядел так, как будто это было последнее место на земле, где он хотел бы оказаться. И тем не менее, под ободряющие комментарии отца, сидящего на скамейке болельщиков, Томми храбро сражался с коньками, пытаясь удержаться на ногах, но его дрожащие коленки предательски подводили его.

После четвертого падения, когда на и без того побитых коленях показалась кровь, Томми взмолился о пощаде: "Хватит на сегодня, папа. Коленка очень болит".

"Да ладно, не так уж и больно,- ответил его отец. - Давай, постарайся еще, ты же не хочешь сдать этим девчонкам без борьбы, не так ли?"

Стыд на лице Томми было больно видеть, он не хотел, что бы все сочли его "слабаком", слабее даже, чем девочки. Он с трудом сдерживал слезы, но заскользил прочь от отца, обратно на лед.

И тут случались авария. Прежде чем Томми обрел равновесие, на него одновременно с двух противоположных сторон налетели две девушки-подростка. Томми упал на лед, и окончательно сдался эмоционально и физически.

Отец помог ему подняться и спросил: "Ты в порядке, малыш?" Поверженный маленький мальчик, который выглядел как Мохаммед Али после сотни раундов сотой игры, промямлил: "Я думаю, да".

"Ты в порядке. Все хорошо,- сказал его отец. - Не сдавайся! Я знаю, что тебе поможет: продолжай кататься, и тебе станет легче". Маленький мальчик покорно повернулся и продолжил кататься, падать, кататься, падать.

Примерно год спустя я приехал на каток и заметил группу из приблизительно двадцати мальчишек, которые тренировались перед предстоящей игрой в хоккей. Трех футов роста, в ярко-красном шлеме и форме, которая явно была ему велика, Томми Де Сантис был на катке и вместе с другими мальчиками гонялся за шайбой.

Прошло всего несколько минут, как я увидел неизбежность повторения ситуации, которая произошла много месяцев назад. Когда Томми вел шайбу к воротам противника, трое мальчиков, гораздо крупнее его, устремились к нему с разных сторон. Когда Томми потерял равновесие, один из мальчиков помог ему довершить падение, толкнув малыша Томми на лед.

И если год назад это совершенно деморализовало его и вызвало слезы, то сейчас Томми вскочил на ноги, поправил шлем и помчался за мальчиками. Он стал значительно лучше

¹⁸ Бэттер (batter) - игрок, отбивающий мяч. (Прим. переводчика).

кататься и сейчас с азартом гнался за своими противниками. Когда Томми приблизился к мальчику, который толкнул его, он ускорился. И когда они столкнулись нос к носу, его противник отлетел к ограждению и громко ударился об него.

"Во дает! - выкрикнул мужчина с трибуны болельщиков в нескольких футах от меня. Мистер Де Сантис вскочил на ноги, громко ухнул и поднял в воздух кулаки, чтобы поприветствовать своего сына. Как будто не слыша отца, Томми смотрел только на лед и следовал за ребятами из своей команды.

Во многих родительских группах я рассказывал историю Томми и много размышлял над услышанными комментариями. Некоторые люди считали, что нет ничего плохого в таком поведении отца и в ситуации с Томми. Томми, по их мнению, надо учиться "суровой игре с большими мальчиками". Они считают спорт элементом, и положительным элементом, обучения мальчика тому, как действовать жестко, молча терпеть боль, быть напористым, немногословным, неунывающим, быть "мужчиной" в стереотипном значении этого слова. Они боятся того, что будет, если их сыновья не захотят подчиняться этим законам, страшатся унижений, которые будут преследовать их и их сыновей. И хотя им не очень приятно видеть Томми падающим на лед или слышать слова его тренера, в данном случае - его отца, призывающего его быть смелым и отомстить другим мальчикам, многие родители считают это необходимой частью "взросления", "жизни мальчика".

Другие родители не так благосклонно относятся к "закаляющему" аспекту спорта. Они считают, что Томми учат безжалостности, заставляют делать то, что противно его натуре. Поведение его отца вызывает у них неприязнь. Почему, спрашивают они, отец принуждает ребенка терпеть боль и одобряет его, когда он травмирует других? Как сказала одна мама, "я горжусь своим сыном, его успехами в спорте, но эта гордость ничего не стоит, если бы ему пришлось проходить через всю эту жестокость". Или, как выразился другой родитель: "Я могу понять, почему мальчики поступают так друг с другом. Но родители! Я терпеть не могу родителей, которые выкрикивают эти бессмысленные, "соревновательные" речевки с трибун. Неужели они не понимают, что только мешают нашим детям?"

Я вижу, что большинство родителей разрывают противоречия: они хотят, чтобы их мальчики преуспели в спорте, были готовы к жестким моментам игры и делали все, что необходимо, чтобы остаться в команде, и в тоже время хотят защитить своих сыновей от ненужной мелочности, беспощадности, эмоциональной выхолащенности многих спортивных занятий. Многие родители сожалеют о том, что спорт приводит мальчиков к эмоциональному отчуждению, и хотели бы, чтобы спорт был более позитивным, возвышающим, вдохновляющим.

Как выразился один отец, "когда мой сын Кейс вывел команду в аут, я видел, как ему было плохо. Другие мальчики почти не разговаривали с ним, а тренер не то что не разговаривал, а даже не смотрел на него. Кейс пытался успокоиться, но я видел, как он был несчастен. Я хотел бы подбежать к нему и сказать, что он хороший парень и что он очень хорошо играл, и что это питчер другой команды оказался чертовски хорош. Но я подумал, что это может только все ухудшить. Я хотел подскочить к нему и крепко обнять его. Но я знал, что, если я так поступлю, это его только смутит".

Как и отец Кейса, многие родители боятся, что если они что то сделают или скажут, это только обострит чувство стыда у их сына. Но, по-моему, именно так родители упускают возможность изменить ситуацию к лучшему. И хотя вполне естественно стремление "не раскачивать лодку", чтобы не ухудшить ситуацию, я считаю, что родители, не унижая сыновей, могут изменить ситуацию со спортом, если будут постоянно в курсе дел и будут знать, какие отношения преобладают на корте или на поле.

Действительно, я знаю группу родителей, которые посещали судейские школы, мастер-классы для тренеров, семинары по разрешению конфликтов и затем излагали свои знания в методических пособиях по организации спортивных команд. Если их участие регулярно и не вызывает подозрения, и если здоровые отношения начинают преобладать в игре, то родители могут оказать колоссальное влияние на то, как идет и ощущается спортивная игра, могут

помочь снизить количество случаев, когда тренер и другие члены команды пристыжают игрока, и сделать спорт источником положительных изменений, каким он, как мы видели, может стать.

Ненужная жестокость спорта

Кроме того, что правила жизни в обществе вынуждают мальчиков травить и упрекать друг друга за ошибки и спортивную неловкость, каноны "мужественного" поведения узаконили жестокость, которая проникла во многие мальчишеские игры. И хотя в некоторых видах спорта, таких как яхтинг, теннис, гольф нет жестокости, многие другие (футбол, хоккей, борьба) поразительно безжалостны. Даже американский футбол, относительно легкая, подвижная игра, гораздо более терпимая к слабости, чем футбол или рэгби, может в неправильных руках стать ужасно жестокой.

Послушайте рассказ семнадцатилетнего Джеймса, прирожденного защитника, шести футов ростом и весом 145 фунтов, о школьной футбольной команде: "Раньше, если кто-то задел тебя, ты не должен был отвечать ради блага команды. Сейчас, если такое происходит, ты должен отомстить, чтобы отстоять честь команды. Если меня ударили и кто-нибудь из младших игроков видел, что я отступил и не ответил, об этом узнают все. И все решат, что ты не мужчина".

Джеймс вспомнил, как однажды он чуть не набросился с кулаками на другого игрока: "Мы боролись за мяч, и он толкнул меня в спину. Я упал, было больно, и я завелся. Я повернулся всем телом и ударил его в лицо, он закричал: "Что, черт побери, ты делаешь?" А я ответил: "А ты что делаешь?" И мы начали драться".

Джеймс добавил: "Раньше говорили, что неважно, победил ты или проиграл. Я думаю, что сейчас никто больше так не живет".

Одержимость победой

Общество позволяет нашим мальчикам воспринимать спорт как способ обмена злостью, пространство для выхода неконтролируемой агрессии и жестокости, так спорт может стать и для них еще и пространством, где культивируется одержимость успехом, превосходство силы, победы. Подобная маниакальность может привести к тому, что мальчики будут давать себе непосильную нагрузку, скрывать или игнорировать серьезные травмы или будут заниматься спортом с нездоровым рвением.

Питер. Одержимый спортивным успехом

Питер Винсент, старшеклассник престижной государственной школы, говорит о себе, что он был "зачат с умыслом". Брак его родителей разваливался, и они надеялись, что появление ребенка укрепит их отношения. Старшим детям было уже 10 и 14, и, возможно, общие заботы и любовь к малышу могли перебросить мост через пропасть, возникшую между родителями.

То, что Питер - мальчик, по его словам, накладывало дополнительные ожидания, связанные с полом. "С самого раннего возраста я помню, как чувствовал, что должен быть героем для мамы и папы, даже для брата и сестры. Им нужен был гений в учебе и выдающийся спортсмен, и я всегда изо всех сил старался дать им то, чего они ждали".

После того, как в прошлом году он получил звание самого ценного игрока команды и по футболу, и по бейсболу, в этом году Питеру пришлось выбыть из футбольной команды после всего двух игр. "Я повредил колено на первой игре, но я не хотел ничего говорить

маме или тренеру. Да, оно болело на разминке перед второй игрой, но я надеялся, что это скоро пройдет. Я дол жен был играть, выигрывать и снова добиться звания самого ценного игрока".

В середине первого тайма Питер снова травмировал то же самое колено, и его унесли с поля. Чтобы иметь шанс снова стать самым ценным игроком, оставалось несколько месяцев. "Я не могу смотреть маме в глаза с тех пор, как это произошло,- говорит Питер. - Как я мог так с ней поступить? Я разрушил ее жизнь! Мои старшие брат и сестра - на другом конце страны. Мой отец давно ушел от нас, и мама с тех пор ни разу не была на свидании. И футбольный сезон - единственное, чего она задала этой осенью.

Отец приходил навестить меня в больнице, но с тех пор не был ни разу. Он сказал, что занят на работе, но я знаю, что он хотел, чтобы я снова был лучшим в двух видах спорта или хотя бы получил две грамоты, как он в мои годы.

Иногда я представляю себе, как я прыгаю в глубокий бассейн и тону,- откровенничает Питер. - Тогда я не смогу больше разочаровывать своих родителей. И еще мне не надо будет думать о том, в какой колледж я поступлю".

Как ясно из истории Питера, мальчиков часто порабощает мысль, что они обязаны быть успешны в спорте, что если они не поддерживают определенный уровень мастерства, произойдет что-то непоправимое. У Питера в жизни уже было много потерь: его травма, развод родителей, холодные отношения с отцом, чувство, что с самого его рождения его не любили за то, какой он есть. Все эти разочарования породили в нем страх того, что может произойти, если он лишится последнего способа чувствовать себя сильным и успешным - звания лучшего спортсмена.

Когда мальчики считают, что они обязаны быть спортивными, они могут не только скрывать травмы, как Питер, но и причинять пред собственному телу. История Брайана, которую я собираюсь рассказать, очерчивает круг проблем, которые мальчики берут с собой во взрослую жизнь, когда спорт становится синонимом успеха, когда спорт перестает быть игрой. При всех своих успехах в спортивной борьбе, Брайан был настолько одержим идеей победы, что перестал контролировать когда и сколько он ест.

Брайан. Одержимый весом

Учась на первом курсе колледжа, Брайан посмотрел телепередачу о женщине с расстройством пищевого поведения, и увидел сходство с собственным поведением. Брайан понял, что с того момента, как он окончил школу, он как будто постоянно участвует в гастрономическом марафоне. Он не считал это проблемой, потому что уж кто-кто, а он-то всегда умел сбросить вес, когда это было нужно. И, говорил он себе, проблемы - это у девчонок, которые морят себя голодом.

Между тем, Брайан был успешным борцом. Он не подходил комплекцией для футбола и не обладал хорошей координацией "глаз-рука", необходимой для игры в бейсбол, но ему нравилась интеллектуальная составляющая и дисциплинирующее, стратегическое противостояние борцов один на один.

Тренер Брайана дал ему четкие указания: тренируйся каждый день, отрабатывай верные движения, снижай вес - и ты победишь. Самым трудным было контролировать вес. В период активного роста, Брайану пришлось сбросить почти двадцать фунтов, чтобы добиться идеального индекса массы тела для своего роста. С тех пор он десятки раз набирал и терял все те же десять фунтов каждый игровой сезон.

"Я обычно делю бутерброд с арахисовым маслом и джемом на 50 "укусов", чтобы растянуть процесс еды как можно дольше,- рассказал мне Брайан. - Я пью галлоны воды в день. Потом, в день матча, я иду в вихревую ванну на час, чтобы вода вышла с потом. Я бы сделал все, чтобы увеличить шансы на победу.

Те, кто не занимается спортом, просто болваны. Они все пропускают в жизни. У них не

бывает друзей, не то что девушек. Я не могу допустить, чтобы это произошло со мной".

Отыграв четыре сезона, Брайан уехал в колледж и забросил спорт. "Я решил, что не могу отрывать время от занятий, и испытал облегчение от мысли, что мне больше не надо постоянно думать о том, как долго мне придется пробыть в вихревой ванне, если я возьму пончик вместо диетической газировки. Но сейчас я понимаю, что ушел в другую крайность: я перешел от анорексии к неконтролируемому обжорству. Из-за этой безумной борьбы, сегодня я не могу прекратить обжираться,- говорит Брайан. - Я боюсь, что никогда больше не смогу питаться нормально и ужасно растолстею".

И хотя история Брайана может показаться нетипичной, статистика показывает, что десятки старшеклассников-борцов причиняют вред своему здоровью, либо наедаясь сверх меры, либо прекращая нормально питаться. Из-за того, что борьба предполагает соревнование мальчиков одинаковых по весу и росту, одна из стратегий, к которой прибегают тренеры ради победы,- это сделать невысоких мальчиков "плотнее" (усиленным питанием и набором веса), чтобы они стали сильнее, а крупных мальчиков заставить терять вес (жесткими диетами, аэробными упражнениями и выводом воды из организма в саунах и парилках), чтобы они боролись с мальчиками слабее и меньше себя. Некоторые мальчики испытывают минимальные проблемы со здоровьем, в то время как другие заболевают булимией или анорексией. Еще хуже, что, как недавно стало известно, в Соединенных Штатах каждый год до трех борцов старшего школьного возраста умирают из-за расстройств пищевого поведения. Очевидно, горячее желание преуспевать и получать награды за свои спортивные успехи приводит к тому, что многие мальчики становятся настолько одержимы ими, что готовы действовать себе во вред. Наконец, новые исследования, значительная часть которых была проведена под руководством докторов Харрисона Поупа и Роберто Оливардия, моих коллег из Гарвардской медицинской школы, предоставляют доказательства того, как многие мужчины (и, следовательно, многие мальчики тоже) становятся излишне озабочены своим внешним видом, и так беспокоятся о том, достаточно ли они представительны и мускулисты, что потеря веса, диеты и т.п. становятся для них навязчивой идеей.

Что случается чаще всего, когда дело касается спортивных занятий мальчиков,- так это перегрузка. Шестнадцатилетний Скотт рассказал, что когда он наконец нашел вид спорта, который ему подходит - бег - он понял, что должен сделать все, чтобы добиться успеха:

"Чаще всего я встаю между 4:30 и 5 утра, чтобы выйти на пробежку. Обычно я пробегаю 5 миль и возвращаюсь домой. В сезон после спринтерских забегов с командой я пробегаю 10-12 миль. Вне сезона я прихожу днем домой, переодеваюсь и пробегаю около 10 миль. В выходные я пробегаю от 10 до 15 миль в день. Я всегда хотел заниматься спортом. Сейчас, когда я нашел то, что у меня получается, я не собираюсь останавливаться, может быть, даже попробую поучаствовать в Бостонском марафоне".

Семнадцатилетний Адам, который участвует в соревнованиях по боксу, борьбе и имеет черный пояс по карате, рассказал следующее: "Я по большей части ем, пью и сплю с борьбой или карате. В сезон соревнований по борьбе, я очень занят на тренировках и соревнованиях. При этом круглый год я поднимаю штангу около трех часов в день. Еще я смотрю как можно больше профессиональных матчей по борьбе. Мама все время говорит, чтобы я выключил телевизор. Она ненавидит борьбу".

На первый взгляд может показаться, что эти мальчики просто увлечены спортом. Сам по себе факт, что они посвящают себя спорту, следовало бы поощрять, так как это предполагает наличие у них мотивации, трудолюбия и стремления к успеху. Но я считаю важным, чтобы те, кто учит и тренирует мальчиков, внимательно следили за границей между нормальной увлеченностью и превращением спорта во всепожирающую, саморазрушительную одержимость - утрату баланса и неуважение к человеческой ограниченности. В идеале, занятия спортом должны развивать у мальчиков новые навыки и формировать уверенность в себе по мере обретения мастерства. Но когда спорт становится единственным источником самооценки ребенка, когда все свое время ребенок посвящает

тренировкам и спортивным выступлениям, возникает риск, что мальчик может причинить вред себе или другим.

Он может навредить себе телесной депривацией (например, отказываясь от еды или продолжая тренироваться, несмотря на травму), перегрузками (выполняя упражнения, которые выходят за рамки его возможностей) или эмоциональным истощением (когда неудачи в игре становятся мучительным источником ненависти к себе). Он может навредить другим, если в игре зайдет слишком далеко (будет слишком сильно толкать, хватать, подставлять подножки), будет словесно нападать на других игроков в команде или на противников (материться или ругать других игроков за ошибки) или будет сознательно нападать на других (например, начнет драку на игре в хоккей или кинет в кого-нибудь бейсбольный мяч, чтобы причинить боль).

Такого рода разрушительное поведение редкость, когда мы учим мальчиков, что игра - это просто игра, что спорт - это разновидность игры. Но когда мы позволяем им думать, что спорт - это жизненно важный критерий их ценности, когда они начинают слишком сильно зависеть от того, насколько они хороши в конкретной игре или в конкретный день, мальчики могут серьезно навредить себе или другим. Поэтому во многом эффект занятий спортом у наших сыновей зависит от того, какие установки мы им даем и как мы контролируем других взрослых, участвующих в спортивной жизни мальчиков.

Сильвия. Место матери

Я встретился с Сильвией Стэнтон в ее квартире на третьем этаже старого дома без лифта в Сан-Франциско. Это была миниатюрная женщина средних лет с мягкими карими глазами, в которых читалось, что она пережила немало испытаний. Вокруг бегал старенький, но любвеобильный пудель, и летали прекрасные попугаи.

"Здесь сейчас только животные, Эндрю и я,- говорит она с тенью грусти в голосе,- с тех пор, как Джонатан умер". Ее муж, всеми любимый школьный учитель, имел наследственную предрасположенность к заболеваниям сердца, и, несмотря на все усилия и предосторожности, три года назад умер от обширного и внезапного инфаркта в возрасте 49 лет. Эндрю тогда было всего 12, но он нормально пережил стресс, считает Сильвия.

Эндрю был спортсменом, который играл в американский футбол, теннис, футбол за школьную команду в средней школе и продолжает играть в старших классах. Мы обсуждали инцидент в особом футбольном летнем лагере, куда Эндрю поехал через два месяца после смерти отца. Эндрю хотелось потренироваться в этом лагере у известных тренеров из школ и колледжей, и его отец тоже хотел, чтобы он там побывал. Сильвия думала, что будет неправильно, если смерть Джонатана станет препятствием для реализации целей Эндрю, и согласилась возить его каждый день за тридцать миль от дома, чтобы он мог посещать занятия.

Легко себе представить, насколько выматывающими были занятия в футбольном лагере, и каждый день после тренировочных матчей Эндрю выглядел, как выжатый лимон, и хотел только поужинать и лечь спать. "Он никогда не жаловался,- говорит Сильвия. - Это не в его характере, хотя тем летом у него очевидно было меньше энергии, и тогда, как и сейчас, мы грустили о безвременной смерти его отца".

Однажды в пятницу, когда Сильвия приехала, чтобы забрать Эндрю домой, она не могла нигде его найти. Наконец, она нашла его в медпункте, где он сидел, скорчившись, на маленьком мяче, прижимал к ноге пакет со льдом и с трудом сдерживал слезы. "Мам, скорее, поехали отсюда",- выдохнул он. И только к концу долгой дороги домой Сильвия узнала всю историю целиком.

Сильвия была в ярости. Оказалось, что мистер Бьяджи, главный тренер лагеря, сильно давил на Эндрю. Эндрю продолжал делать все предписанные отжимания, но ему стало невмоготу, и он заплакал. Он был еще слишком уязвим после смерти отца. И в этот момент,

"мистер Босс", как называли его мальчишки, начал дразнить Эндрю, называть его "девчонкой", "слабаком", который "ни на что не способен". "Если ты собираешься стать педиком, твое место - на скамейке",- орал он на глазах у других ребят. Эндрю решил не сдаваться и продолжал выполнять упражнения. Но вдруг он услышал щелчок в голеностопном суставе: предыдущим летом у него был вывих, и, кажется, сустав снова выскочил. Эндрю обхватил ногу и упал на землю.

- Стэнтон, какого черта ты остановился? - взревел тренер Бьяджи.

- Я вывихнул сустав, тренер, в этот раз я не могу закончить.

- Это твой выбор, парень. Мужчины идут до конца. Ты можешь сделать еще пять. Ты можешь сделать еще пять отжиманий или убирайся с поля и не трудись возвращаться.

Эндрю, которого не так легко выбить из колеи, заплакал. Он не хотел, чтобы его выгоняли, и поэтому, несмотря на боль и обиду, он закончил отжимания, и потом немедленно отправился в медпункт.

Когда они приехали домой, нога Эндрю распухла. Сильвия отвезла его к врачу, который наложил повязку и сказал пару дней не ездить в лагерь. По пути домой от доктора, мать и сын разговаривали. Эндрю был так же возмущен, как и его мать, но он волновался о том, что она собирается делать. Сильвия чувствовала себя оскорбленной, и ей было больно видеть Эндрю травмированным и расстроенным. Она не знала, как реагировать. Она знала, что Эндрю надо самому справляться в его мире и решать свои проблемы. "Я всегда старалась предоставить ему свободу, но это был не тот случай. Это было больше, чем частный случай с Эндрю, это касалось того, можем ли мы хотя бы чуть-чуть изменить мир, в котором растут эти ребята. Эндрю чувствительный ребенок, мы очень близки. Дома он может положить голову мне на плечо, и мы вместе плачем о его отце. Да, я знаю, что на публике мальчишки ведут себя иначе, но никто не имеет права обращаться так с другими людьми, даже не узнав их".

Сильвия и Эндрю поговорили. Эндрю сначала расстроился и разозлился, но потом понял, что его мама права. Нужно было что-то делать. Эндрю, колеблясь, согласился, чтобы его мама поговорила с директором лагеря.

Сэм Доннетак много лет занимался с мальчиками и юношами спортом, который он любил больше всего, может, даже больше всего в мире - футболом. Перед Сильвией стояла трудная задача. Встреча с Сэмом оказалась удивительной: это не была ни битва, которую она ожидала, ни начало перемен, о которых она мечтала. Главный тренер не разделял ни возмущение Сильвии, ни ее ужас от того, что сделали с ее сыном, но он немедленно согласился с тем, что тренер Бьяджи "перегнул палку". Сэм поговорит с тренером Бьяджи, и с Эндрю больше никогда не поступят подобным образом. "Вы должны понять, миссис Стэнтон, что в отличие от вашего сына, некоторым ребятам нужен пинок, чтобы они работали. Такова природа нашего дела, мы не можем позволить им расслабляться. На то и нужны тренеры, чтобы заставить их делать то, что, они считали, они не могут, и это урок, который они усвоят на всю жизнь".

Сильвия выслушала его и сказала: "Я не согласна, Сэм. Я убеждена, что мы можем иначе мотивировать наших мальчиков, без насилия, без того, чтобы ранить их чувства или оскорблять их".

В этот день Сильвия Стэнтон вошла в руководство местной футбольной ассоциации, а ее сын, Эндрю, начал учиться на тренера младшей группы. "Тебе надо с чего-то начинать, так почему бы не так",- объяснила Сильвия.

Я рассказал историю Сильвии, чтобы напомнить о том, что родители могут влиять на ситуацию, могут изменить то, как мальчишки воспринимают спорт. И хотя не все родители могут быть такими настойчивыми, как Сильвия, я знаю, что у большинства из нас есть возможность так или иначе участвовать в "обучении учителей". Некоторым родителям для этого достаточно просто приходить на игры и поддерживать игроков позитивными комментариями с трибун. Кто-то может приходить на тренировки и, возможно, помогать в каких-то рабочих ситуациях. Некоторые изберут путь поддержки заботливых, вдумчивых

тренеров - тех мужчин и женщин, которые помогают нашим сыновьям чувствовать себя важными членами команды, которые используют позитивные способы поощрять мальчиков и укрепляют их уверенность в себе, которые помогают им научиться принимать победы и поражения как неизбежную часть жизни.

Учим учителей. Как родителям убедиться, что спорт преображает

Принимая во внимание то, каким преображающим опытом может стать спорт, я пришел к выводу, что родителям необходимо быть в курсе спортивных занятий своих сыновей. Все положительные атрибуты спорта свидетельствуют в пользу родительского вмешательства, когда его цель - убедиться, что за спортивными занятиями мальчиков стоит эта философия. Излишней конкуренции, жестокости, одержимости победой - тех побочных явлений, которые приводят мальчиков к физическим и эмоциональным травмам - можно избежать, если родители будут внимательно следить за тем, как организованы спортивные занятия мальчиков.

Я считаю, что родители могут действовать следующим образом:

Принимайте непосредственное участие в спортивных занятиях вашего сына . Поступая таким образом, вы помогаете формировать здоровое отношение к спорту, о котором мы говорили в этой главе. Неважно, играете ли вы в той же команде, выступаете в роли тренера или просто болеете на трибунах, поддерживая, а не стыдя, ваше непосредственное участие может сыграть огромную роль в поддержании верного тона, и вы будете знать, что ваш сын получает положительный опыт.

Наблюдайте за тренерами вашего сына . Даже если у вас нет времени или желания непосредственно включаться в спортивные занятия сына, вы можете помочь ему, наблюдая за тренерами, которые работают с ним (то, что я называю "учить учителей"). Точно так же, как родители не должны терпеть школьного учителя, который плохо учит детей, я убежден, что родители не должны мириться с тренером, который плохо делает свою работу на спортивной площадке.

Относитесь к спорту так же, как вы относились бы к любой другой области образования . Да, я считаю, что обучение физической культуре должно проходить с таким же терпением и вдумчивостью, как и обучение другим предметам. Поэтому с мальчиками, которые совершают ошибки или для которых труден какой-то вид спорта, следует обращаться так же, как с учениками, которым не дается математика, чтение или письмо.

Следовательно, если вы - тренер (или "тренер тренера"), убедитесь, что каждый мальчик получает взвешенную, адекватную оценку своих достижений, и у него есть возможность развивать свои навыки в удобном для него темпе. Если вы руководите спортивной секцией для мальчиков, полезным для вас может оказаться такой прием: своим поведением копировать учителя, которым вы восхищались в юности, кого-то, кто был чутким и вдохновляющим, кто на самом деле помогал вам учиться и расти.

Вспомните, например, о том учителе, с заданиями которого можно было успешно справиться, если постараться, который объяснял, почему этот ответ неверен (а не ругал за ошибки), который помогал каждому ученику так долго, как это было необходимо, поверить в то, что в его занятиях есть прогресс. И представьте, насколько иными были бы ваши чувства, если бы учитель вместо этого давал ученикам задания, не соответствующие их уровню знаний, или каждый раз, когда ученик отвечал неверно, говорил, что он "полный ноль" и "бездарь", или говорил, что любой результат на экзамене, кроме А или 100 % за тест, считается провалом. Очевидно, что первый учитель сможет помочь большему количеству учеников: способным детям и тем, кому трудно учиться, уверенным в себе и тем, кто в себя не верит. Второй учитель, напротив, подойдет только небольшой части учеников: либо очень эрудированным, либо очень толстокожим.

Аналогично, если вы преподаете физическую культуру или консультируете кого-то, кто

преподают, убедитесь, что созданы условия, при которых мальчики любого уровня подготовки могут участвовать в игре и совершенствовать свои навыки, что мальчиков щедро поощряют и что победа не провозглашается единственным смыслом всего. Помните, что пристыжение - словом или делом - ни при каких обстоятельствах не является допустимым методом обучения.

Сделайте все возможное, чтобы поддерживать преобразующие качества спорта . Это означает поощрять мальчиков выражать эмоции (но предостерегать их от излишней агрессии или враждебности по отношению к другим), поддерживать близкие, теплые отношения, которые складываются между игроками в команде (но пресекать травлю и насмешки), давать максимум положительных оценок, чтобы укрепить в мальчиках чувство уверенности в себе (но не давить на них, чтобы у них не появилось одержимости своей силой и успехом), формировать адекватное восприятие проигрыша как того, что помогает им, в хорошем смысле, учиться на ошибках. Всего этого можно добиться, независимо оттого, играете ли вы непосредственно или только наблюдаете за тем, как тренируют вашего сына.

Настаивайте на создании многоуровневых спортивных программ, которые подходят мальчикам разного уровня подготовки . Подобно тому, как школы распределяют учеников по классам, основываясь на их академических возможностях, спортивные программы в идеале должны быть организованы таким образом, чтобы в них могли участвовать все мальчики, с любыми данными. Например, в одной внешкольной футбольной программе тренеры заметили, что бывает эффективно делить игроков не на две команды (основная команда и юношеская команда), а на три, четыре и даже пять разных команд. В некоторых случаях игроки делились на команды в зависимости от уровня подготовки, в других случаях хорошо тренированные мальчики попадали в команду с менее подготовленными игроками. Еще один вариант - это создание общегородской системы, когда команды, которые еще не готовы играть с командой из другой школы, тренируются бок о бок с командами, которые готовы к такого рода соревнованиям. Добивайтесь того, чтобы школьные спортивные программы предоставляли разнообразные возможности для мальчиков любого уровня спортивной подготовки.

Старайтесь сделать школу доброжелательной к мальчикам . В 1960-1970-е годы школы предоставили возможность девочкам играть в женские варианты тех видов спорта, которыми прежде наслаждались только мальчики - бейсбол, баскетбол, хоккей - и я считаю, что пришло время школам расширить свои горизонты и "омальчишить" те виды спорта, которые считаются "девчочковыми". Например, в некоторых школах мальчики могут быть чирлидерами, и поэтому те ребята, которые неуютно чувствуют себя на поле и гораздо комфортнее - среди болельщиков на трибуне, становятся чирлидерами, не боясь быть осмеянными и не чувствуя себя вне игры.

Поощряйте совместные спортивные игры мальчиков и девочек . Подобным образом "смешанный" спорт создает великолепные возможности для многих мальчиков. Смысл заключается не только в том, чтобы позволить девочкам играть в командах мальчиков или заниматься спортом, который традиционно считается видом "только для мальчиков", но также позволить и мальчикам играть в женских командах и заниматься спортом, который традиционно считается видом "только для девочек". Я знаю о нескольких школах, где, к примеру, есть смешанные команды по хоккею, лакроссу, баскетболу и волейболу. В целом, организация смешанных команд способствует большей вовлеченности (и уверенности) ребят разных телосложений и способностей. Совместные спортивные занятия мальчиков и девочек могут иметь прекрасные результаты и должны всячески поощряться.

С помощью спорта учите мальчиков внимательно относиться к своему телу и уважать его пределы . Наконец, как мы уже обсуждали в этой главе, некоторые мальчики в своих играх и тренировках заходят слишком далеко. Некоторые перегружают себя физически. Некоторые становятся слишком агрессивными и напористыми в игре, получая травмы и травмируя окружающих. У некоторых возникают нарушения пищевого поведения, були-мия или анорексия. И самый распространенный случай - это мальчики, которые просто

перенапрягаются, пытаюсь превзойти возможности собственного тела. И хотя нет ничего плохого в том, чтобы поощрять мальчиков посвящать себя спорту и команде и пытаться выйти на новый уровень спортивной подготовки, это не то же самое, что позволять мальчикам причинять вред себе и другим. Поэтому не стойте в стороне. Включайтесь в процесс, используйте позитивную похвалу и вмешивайтесь, если дело заходит слишком далеко. Как сказал один одиннадцатилетней мальчик, только что выздоровевший после серьезной травмы: "Я понял, что все, что ты можешь сделать - это стараться. Наш тренер всегда говорит нам: "Финишной линии не существует!"

Греки, которые оставили нам в наследство Олимпийские игры, верили, что в жизни должна быть гармония, и что даже герои (в том числе спортсмены), должны знать трагедии и утраты, равно как славу и победы. Спорт, опыт которого бесценен под руководством мудрого тренера, может и возвысить, и унижить мальчиков: сейчас ты на гребне игры, и тут же - травма, поражение, утрата. Так спорт превращает настоящих мальчиков в сильных, здоровых, уверенных мужчин:

Дольщик свежего счастья
В неге широких надежд
Возносится, окрыляясь мужеством,
И заботы его - превыше богатств.
В малый срок
Возвеличивается отрада смертных,
Чтобы рухнуть в прах,
Потрясшись от оборотного помысла,
Однодневки,
Что - мы? что - не мы? Сон тени -
Человек.
Но когда от Зевса нисходит озарение,
То в людях светел свет и сладостен век
(Пиндар, Оды, пер. М.Л.Гаспарова)

"Озарения" и "сон тени" - и то и другое есть в мальчиках, и спорт помогает им проявиться. Под руководством хорошего тренера, спорт становится местом, где острые моменты мальчишеской любви могут смягчиться и выразиться полнее. Чтобы сохранить гармонию, мальчикам надо беречь дух игры, который так легко потерять в культе победы и соревнования. Тогда и только тогда, спорт исполнит свою подлинную миссию, освобождая мальчиков от пут Мальчишеского кодекса и создавая великолепные возможности для личностного преображения.

Часть 3. Когда рвется нить

*И почему бы мне не воплотиться
Еще хоть раз - чтоб испытать сполна
Все, с самого начала: детский ужас
Беспомощности, едкий вкус обид,
Взросленья муки, отроческий стыд,
Подростка мнительного неуклюжесть?
Уильям Йейтс. Разговор поэта с его душой
(пер. В.Савин)*

12. Проклятие Гамлета. Депрессия и суицид у мальчиков

"Есть такая формочка, в которую ты должен вписаться если

ты парень. Ты должен быть напористо агрессивен, общителен, силен духом и телом. Ты не должен ломаться, как тростинка на ветру".

Марк, 15 лет.

Скрытая эпидемия депрессии у мальчиков

Дункан Каснер и его мать выглядели одинаково удивленными, когда я впервые произнес слово "депрессия". Высокий, стройный, спортивного телосложения, с большими карими глазами и в стильных очках, Дункан в свои шестнадцать лет никак не соответствовал стереотипным представлениям о человеке в депрессии.

"У него куча проблем в школе,- рассказала его мать, Джойслин, прежде чем отправить Дункана ко мне. - Он прогуливает уроки и приходит домой рано. Мне и мужу он говорит, что у него ужасно болела голова. Когда мне позвонили из школы с жалобами, я спросила Дункана, что происходит, и он сказал, что, видимо, это все из-за мигреней. Но когда я прихожу домой, он всегда в своей комнате, играет на компьютере. Его оценки ухудшаются, а мне бы хотелось видеть его таким же успешным, как его старший брат, Грэхем, который учится на первом курсе в Бейтсе. Дункан всегда был хорошим мальчиком, и мы не в силах понять, что с ним случилось".

Дункан и я начали встречаться вскоре после телефонного разговора с его мамой, после того, как их семейный доктор не нашел никаких физиологических причин мигреней.

- Может, ты расскажешь мне немного о головных болях,- попросил я Дункана на третьей встрече.

- Часто в школе, во второй половине дня, у меня болит голова. Это невыносимо. Я не могу терпеть, поэтому я иду домой, ложусь и сплю. Потом я сижу в интернете или смотрю телевизор.

- Тебе одиноко? - предполагаю я.

- Да в общем-то, нет. Я вообще одиночка. Мне не нравятся большие компании. Я совершенно счастлив сам по себе. Я такой, независимый.

И тут мне показалось, что я нашел волшебный ключик:

- А как было, когда твой брат жил здесь. Я так понимаю, он сейчас в колледже.

- Кто, Грэхем? Да, Грэхем был одним из моих лучших друзей. Но он старше меня.

- Ты скучаешь по нему?

- Да нет. Ну, может, немного. Может, в школе,- Дункан выглядел смущенным и растерянным.

- Ты имеешь в виду, что в школе без него все совсем не так? Дункан заплакал, он плакал так горько, что слов было не разобрать: "Он... он помогал мне".

- Он помогал тебе общаться с ребятами? - спросил я.

- Нет, не с ребятами. С учителями.

- Что ты имеешь в виду?

- Ну, они всегда задают больше, чем реально можно сделать. И у меня все пошло наперекосяк. Я делал ошибки в написании. Я же дислексик, и поэтому у меня проблемы в школе.

- Дислексик?

- Ага.

- И Грэхем помогал тебе?

- Каждый вечер он просматривал вместе со мной домашнее задание и объяснял, где я ошибся. И потом мы проводили время вместе.

- Твои родители знают, что у тебя дислексия?

- Да. Но они не любят об этом говорить. И они не знают, как Грэхем помогал мне.

Потом из разговора я узнал, что диагноз "дислексия" Дункану поставили четыре года

назад. Из-за того, что он родился в семье занятых, очень успешных родителей, а его старший брат талантливый человек, его болезнь заметили поздно и обсуждать не любили. Родители скрывали его дислексию ото всех.

Выяснилось, что кроме прогулов и ужасных головных болей у Дункана серьезные проблемы со сном, отчего он не в состоянии сконцентрироваться в школе, он чувствует упадок сил, а учителя заметили, что он стал раздражительным. Ни родители, ни сам Дункан не заметили, что он в глубокой депрессии. Из-за того, что он не рассказывал родителям о своих проблемах в школе, не делился с ними тем, как сильно он скучает по своему брату Грэхему, всем казалось, что у него "проблемы с поведением".

- Дункан ведь просто притворяется, не так ли? - спросила Джойслин.

- На самом деле,- ответил я,- я думаю, что у него может быть депрессия. Я бы посоветовал продолжать наши консультации и, кроме того, проконсультироваться у психиатра, чтобы понять, не будет ли ему лучше от короткого курса антидепрессантов.

- Вы шутите,- сказала его мать с недоверием,- вы же не хотите сказать, что у Дункана клиническая депрессия?

- Я думаю, что вполне может быть.

- Но это же редкость для мальчиков его возраста, так ведь? - спросила она.

- Это не такая редкость, как вам представляется,- ответил я. - На самом деле, недавние исследования говорят о том, что от депрессии страдает столько же мальчиков, сколько и девочек. И это означает, что вокруг могут быть миллионы таких мальчиков, которые внешне совсем не выглядят страдающими от депрессии.

- Похоже на скрытую эпидемию,- сказала Джойслин.

- Я думаю, что вы недалеко от истины,- ответил я.

Большие мальчики не плачут

Из всех культурных ограничений, накладываемых на мальчиков, самым жестоким я считаю запрет на выражение грусти. Это самое распространенное клише: "Большие мальчики не плачут!" "Держись! Забей на это!" И хотя каждый мальчик время от времени грустит, мальчики рано учатся не плакать, не говорить о своей печали и не обращаться к другим за помощью. Мальчишеский кодекс накладывает эти ограничения.

Популярные мужские образы придают им силу. Трудно представить Майкла Джордана, Мохаммеда Али, Тома Круза, Брюса Уиллиса, Арнольда Шварценеггера или Джона Уэйна публично демонстрирующими свою печаль. Типичный герой своими действиями подтверждает идею, что настоящие мужчины не грустят! - они просто мстят. Герой видит, что враги сожгли его дом, прокололи шины его машины и жестоко убили его друга. Он кричит, плачет, падает в обморок? Нет, он смотрит вдаль, и только напрягшийся мускул на лице выдает его эмоции, в его неподвижном взгляде загорается ярость. Потом он моментально переходит к действиям, запрыгивает на высокотехнологичное средство передвижения и под рев мотора уносится вершить мсть.

Из-за того, что общество тренирует мальчиков скрывать свою грусть, становится очень трудно заметить, что у мальчика имеются эмоциональные проблемы. Добавьте сюда тот факт, что мы в принципе не предполагаем, что мальчики могут впасть в депрессию, и то, что даже если мы подозреваем депрессивное состояние у мальчиков, мы часто прибегаем для диагностики к неподходящим методам, которые разработаны для диагностирования депрессий у взрослых женщин - и вы поймете, почему мы так часто теряемся, когда наши сыновья несчастны и часто не можем распознать (или признать) депрессию, когда она случается у подростков-мальчиков.

Под депрессией я имею в виду расстройства, начиная с дистимии (которая выглядит как очень плохое настроение на протяжении длительного периода времени) до того, что обозначается как клиническая депрессия. Еще одна форма депрессии - это то, что психологи

называют биполярным аффективным расстройством, или маниакально-депрессивным психозом. Поскольку многие симптомы этого расстройства совпадают с симптомами, которые мы выделяем при клинической депрессии, наши советы о том, как распознавать и лечить депрессию у мальчиков, могут быть полезны всем, кто пытается определить и эти формы депрессии.

Как видно из истории Дункана, когда родители узнают, что их сын несчастен или у него клиническая депрессия, они бывают чрезвычайно удивлены. "Мы и не подозревали о его состоянии,- говорят они,- он казался таким бодрым и оптимистичным". Или: "Мы видели, что он выглядит недовольным и очень уставшим, но мы думали, что это обычные вещи для тинейджеров". У мальчика может быть глубокая депрессия, вплоть до суицидального настроения, а его родители, возможно, не догадываются о его состоянии.

Распознать, когда мальчик, особенно подросток, просто недоволен, а когда у него депрессия, довольно трудно. Непросто разглядеть в мальчике грусть или уязвимость, и порой трудно провести черту между временным упадком и клинической депрессией.

Взгляните, например, на восьмилетнего Девона Вашингтона. Довольно крупный для своего возраста, Девон был направлен к психологу, когда его учительница увидела, как он на перемене бьет своих одноклассников. Это не были шуточные похлопывания в игре, это были намеренно сильные удары с целью причинить боль. Учительница поняла, что ситуация проблемная, когда еще один мальчик пришел к ней и показал большой синяк на руке. Учительница сказала моему коллеге: "Девон плохо себя ведет в школе. Он не слушает на уроках. Он очень агрессивный, часто становится неуправляемым, а сейчас еще и бьет других детей. Мы предполагаем, что это может быть гиперактивность".

Предложенный учительницей диагноз выглядел правдоподобно. Девон был невнимателен на уроках, плохо справлялся с заданиями и начал проявлять агрессию по отношению к другим учителям. Но, как выяснил мой коллега, на самом деле у Девона была депрессия. У него не было ни одного из тех симптомов, которые мы ассоциируем с депрессией: например, он не был тихим, меланхоличным или замкнутым. Он не был плаксив. Он не выказывал отчаяния или безнадежности. Наоборот, Девон бунтовал и бесился - он отказывался делать задания, был дерзок и возбужден, а сейчас начал нападать на других. Только когнитивно-поведенческая психотерапия и правильно подобранные антидепрессанты помогли Девону излечиться.

Многоликость депрессии

Депрессия выражается у мальчиков по-разному. Она может сделать их грустными, раздражительными, невосприимчивыми ко всему. Мальчик в депрессии может стать замкнутым, нелюдимым или перевозбужденным, агрессивным, яростным. Он может плохо вести себя в школе или поддаться на алкоголь или наркотики. Или просто выглядеть угрюмым.

Депрессия у мальчиков сопровождается рядом поведенческих сложностей и симптомов. Любой взрослый, который когда-либо переживал клиническую депрессию, скажет вам, что его переживания не были похожи на "плохое настроение", поэтому важно, особенно в случае с мальчиками, понять, что депрессия многолика, и ее симптомы образуют широкий спектр - от слабо выраженных до экстремальных. Я считаю, что если мы будем обращать внимание лишь на ярко выраженные и потому очевидные признаки "зрелой", или клинической, депрессии, то тогда мы не сможем помочь мальчикам пережить те эмоциональные состояния, которые, хотя и выглядят не такими интенсивными со стороны, на самом деле чрезвычайно болезненны для них, и, без своевременного вмешательства, могут перерасти в глубокую депрессию или спровоцировать суицидальные настроения. Игнорируя такие поведенческие симптомы, как раздражительность или злоупотребление алкоголем, мы рискуем не заметить начала серьезной депрессии.

Биология Депрессии

Мы знаем, что помимо психологических факторов, возникновение депрессии вызывается также и биологическими факторами, главным образом, дисбалансом определенных нейротрансмиттеров, например, серотонина, оказывающего непосредственное влияние на эмоциональное здоровье. Медикаменты, которые корректируют этот дисбаланс - так называемые СИОЗС (селективные ингибиторы обратного захвата серотонина), к которым относятся "Прозак" (флуоксетин), "Золофт" (сертралин) и "Паксил" (пароксетин) - доказали свою эффективность при лечении депрессии у взрослых и детей. Но на работу нейротрансмиттеров влияют и психологические факторы, такие как: ежедневный стресс, утрата любимого человека, детская травма - каждый из которых вносит изменения в работу мозга на биологическом и химическом уровнях и делает его уязвимым для депрессии. Разные занятия оказывают разное воздействие на работу транзиттеров, изменяя наше настроение и физическое состояние.

Мы только начинаем понимать сложные взаимоотношения биологического и психологического аспектов в нашей эмоциональности. Как с сердцем: некоторые люди рождаются с генетической предрасположенностью к заболеваниям сердца, они наследуют слабое сердце, высокое артериальное давление или склонность к атеросклерозу. Некоторые прикладывают массу усилий к профилактике сердечных заболеваний. Но генетика не является единственной причиной заболеваний. Если изначально сильное сердце подвергается суровым испытаниям (скудное питание, курение, регулярная нехватка физических упражнений), оно станет мишенью для сердечного приступа. Точно так же, депрессия может быть в семейном анамнезе, но предрасположенность к ней может возникнуть в любой момент: ранняя депривация, нехватка привязанностей, регулярные удары по самооценке человека.

И хотя я считаю, что биологический, или "органический" компонент клинической депрессии (и его медикаментозное лечение) чрезвычайно важны и требуют тщательного изучения, здесь я сконцентрируюсь на том, что другие психологи и я узнали о внешних психологических факторах, которые приводят мальчиков к печали и депрессии. Это такие факторы, как обстановка в семье, ситуация в школе, наличие или отсутствие друзей, наличие или отсутствие регулярной эмоциональной поддержки.

И снова о цене социальных противоречий

По моему мнению, такая обширная симптоматика депрессий у мальчиков обусловлена той пропастью, которая лежит между внутренней эмоциональной жизнью мальчиков и нашими представлениями о ней. Как уже говорилось в предыдущих главах, мальчиков слишком часто подталкивают к преждевременной независимости от родителей, которые были для них главным источником комфорта и заботы. Я считаю, что боль от разрыва с ними, от утраты этих людей, сама по себе достаточна для того, чтобы вызвать депрессию практически у любого мальчика. И хотя ни травма преждевременной сепарации, ни "заброшенность" не приводят всех мальчиков к депрессии, обе они оставляют в мальчиках след в виде глубокой грусти, делаая их уязвимыми для депрессии позднее, в подростковом или взрослом возрасте.

Далее, я считаю, что многие мальчики становятся восприимчивы к депрессии из-за пережитого страха, который сопровождал процесс социальной "закалки". Не имеет значения, насколько стабильной была эмоциональная система мальчика в начале жизни, она быстро подстраивается под общественные требования избегать чувства стыда, отвергать (из-за стыда) уязвимые эмоциональные состояния, такие, как грусть, разочарование, отчаяние.

Каждому мальчику иногда надо поплакать, успокоиться в любящих руках, рассказать кому-то о том, как ему плохо, и найти поддержку. Из-за того, что тиски половых стереотипов удерживают их даже от того, чтобы испытывать эти чувства (не говоря уже об их выражении), и внушают, что мальчикам не нужна помощь, мальчики усердно подавляют грусть, и это может привести к одиночеству, страху или более серьезным формам депрессии.

Но эти тиски приносят с собой грусть и депрессию еще по одной важной причине. Как мы уже говорили, наши выросшие из гендерных стереотипов мифы о мальчиках создают у нас неверное представление о том, что мальчиков не особенно волнуют их взаимоотношения с друзьями и родственниками, что мальчики сами по себе довольно закрыты, "петушисты" и независимы. И хотя мы уже поняли, что в действительности большинство мальчиков ощущает неуверенность, что они чрезвычайно зависят от своих друзей и семьи, и что во многих областях (например, в школе или в личной "романтической" жизни) их самооценка очень неустойчива. Мальчики стремятся к контакту, для них очень много значат их отношения и то, насколько им симпатизируют окружающие. Но из-за того, что наш взгляд искажают старые мифы, мы не обращаем внимания на эмоциональные взлеты и падения в дружбах и романах наших сыновей и поэтому не представляем, насколько мучительное чувство стыда переживают наши сыновья, если в их отношениях с друзьями или любимыми что-то идет не так или они обрываются. Такой стыд у мальчика, если никто не заметит его и не переживет рядом с ним, может привести к чувству глубокой грусти, страха, отчужденности от всего остального мира и даже к клинической депрессии.

Депрессия из-за отношений

Исследователи неизменно подвергали сомнению насыщенность или базовую эмоциональную значимость взаимоотношений мальчиков, и поэтому считали, что возникающие в этой области проблемы вряд ли могут вызывать у мальчиков грусть или депрессию. Исследование депрессии у мальчиков и девочек подросткового возраста, проведенное Джоан Джиргус и ее коллегами в Принстонском университете исходило из предположения, что "уровень депрессии у девочек младшего подросткового возраста сильнее зависит от их популярности среди сверстников, нежели у мальчиков младшего подросткового возраста", - предположения, основанного на "часто встречающемся утверждении, что женщины в большей степени, чем мужчины, основывают свою самооценку на их отношениях с другими людьми и на оценке других людей". Но результаты исследования оказались неожиданными. "Поразительно, но депрессия у мальчиков имела значительные корреляции одновременно с популярностью и отвергнутостью, в то время как депрессия у девочек коррелировала только с отвергнутостью. Таким образом, девочки и мальчики одинаково уязвимы перед депрессией, вызываемой неблагоприятными взаимоотношениями со сверстниками".

Другое исследование, проведенное Полом Роде, Джоном Сили и Дэвидом Мэйсом в Юджине, штат Орегон, также обнаружило, что мальчики страдают, если у них нет благополучных отношений. В центре внимания этих исследователей был момент, к которому у неблагополучных подростков возникают суицидальные идеи, и ученые пришли к выводу, что мальчики склонны думать о самоубийстве, если у них была напряженная, полная стрессов жизнь, если им не хватало поддержки в ситуациях, когда они были одиноки, если у них было мало близких людей. Авторы заключают, что суицидальное поведение у мальчиков тесно связано с их социальными связями.

Сейчас мы знаем, что и обратное верно: надежные отношения могут уберечь мальчиков от депрессии, от рискованного, саморазрушительного поведения. В ходе национального лонгитюдного исследования здоровья подростков было обнаружено, что подростки, которые чувствовали связь со своей семьей, реже испытывали чувство эмоциональной подавленности. Они, кроме того, реже оказывались втянуты в ситуации, связанные с

жестокостью, попытками суицида, употребления алкоголя и наркотиков. Ключевым фактором оказались родители, которые проводили время с подростками, которые ежедневно физически были рядом в нужный момент и, что наиболее важно, выражали свою любовь, заботу, поддержку. Также, Блэйк Боудин из Медицинского центра детской больницы Цинциннати установил, что подростки, которые ужинали вместе со своими родителями как минимум пять вечеров в неделю, показывали лучшие адаптивные способности, нежели те их одноклассники, кто ужинал в одиночестве.

По моему мнению, нам просто надо не давать маске, которую надевают мальчики, себя одурачить. Мальчики - не одинокие рэйнджеры, и в любом возрасте им надо слышать, что они хорошие, что они умеют дружить, что они желанны и любимы. И, как и любому человеку, им нужна поддержка, когда их отношения испорчены или не вовремя оборвались.

Меняющаяся статистика депрессии. Мальчиков тоже касается

Возможно, одна из главных причин того, что мы часто не видим (и, следовательно, не лечим) депрессию у мальчиков заключается в том, что депрессию у девочек и женщин наблюдают гораздо чаще, чем у мальчиков и мужчин.

Реальность, между тем, не соответствует нашим гендерно-стереотипизированным предположениям.

Около 3,5 миллионов детей младше 19 лет в этой стране страдают от клинической депрессии, то есть - около 5 % детей в этой возрастной группе. По данным исследовательской компании IMS America, около 580 тысяч рецептов на "Прозак", самый популярный антидепрессант, были выписаны в 1996 г. для детей от пяти лет. В исследовании 1990-1991 гг. профессор Сьюзен Нолен-Хексема и ее коллеги из Стэнфордского университета обнаружили, что в возрасте от 8 до 12 лет депрессия чаще обнаруживается у мальчиков, нежели у девочек, и что мальчики обычно глубже погружены в депрессивное состояние, чем девочки. Любопытно, что в этом исследовании наиболее важными симптомами депрессии у мальчиков предпубертатного возраста названы изменения поведения (раздражительность, неуправляемое поведение) и ангедония (неспособность наслаждаться, особенно отношениями или дружбой). Разумеется, эти признаки, взятые изолированно, не могут быть достаточным основанием для диагноза "депрессия". Но это помогает объяснить, почему у многих мальчиков, особенно у подростков, которые могут проявить свои чувства только такого рода симптомами, так легко не заметить депрессию.

В одном из крупнейших исследований депрессии у детей в 1982 г. в сельскохозяйственных районах Пенсильвании были опрошены 2 790 детей, и Смакер из Университета штата Пенсильвания обнаружил, что нет разницы ни в количестве мальчиков и девочек, страдающих от депрессии, ни в серьезности их депрессии, и предположил, что девочки и мальчики одинаково восприимчивы к депрессии. В другом опросе, который проводил журнал MS, из 1 000 тинейджеров 28 % девушек от 15 до 21 года сказали, что они чувствуют себя подавленно ежедневно или несколько дней в неделю, и 20 % юношей той же возрастной группы ответили, что они переживают депрессию так же часто.

Эти исследования уровня и глубины депрессии у мальчиков тревожат. Вполне вероятно, что многие исследования могут недооценивать частоту депрессий у мальчиков, особенно у старших подростков, из-за их нежелания рассказывать о грусти и уязвимости. Поскольку мальчики чувствуют, что должны маскировать свою боль, многие из них в ходе психологических исследований и опросов могут не признаться (или даже не знать), что они переживают депрессию.

Такова мужская природа. Ангст и Доблер-Микола из Швейцарии обнаружили, что мужчины и женщины в депрессии очень по-разному рассказывают о своих проблемах. Мужчины склонны преуменьшать свою боль. Исследователи работали с мужчинами и женщинами, у которых эмоциональные проблемы привели к схожим неприятностям на

работе. Можно предположить, что у этих мужчин и женщин эмоциональные страдания будут примерно одинаковой силы. И тем не менее, мужчины в группе говорили о гораздо меньших симптомах депрессии, чем женщины.

Ангст и Доблер-Микола обнаружили также, что по прошествии времени, мужчины обычно забывают о пережитой в прошлом депрессии. Мужчин и женщин, которые называли одинаковое количество симптомов депрессии, опросили год спустя. Мужчины вспомнили меньше симптомов. Мужчины, по-видимому, старательно уничтожают воспоминания о времени грусти, времени уязвимости.

Точно так же многие мальчики пытаются отрицать или "забывать" свою боль, когда участвуют в опросах специалистов. И хотя некоторые опросники построены таким образом, чтобы получить более искренние ответы от мальчиков, многие (и их, вероятно, большинство) выглядят иначе. Это приводит, среди прочего, к тому, что мы недооцениваем распространенность депрессии у мальчиков.

Но важнее всего, конечно, не спорить о том, какой из двух полов более предрасположен к депрессии, а понять, что все люди, независимо от пола, в высшей степени уязвимы перед лицом депрессии и что единственный способ снизить вероятность ее возникновения - признать этот факт, научиться как можно раньше узнавать симптомы депрессии и знать, что делать, когда эти симптомы появились.

Как распознать грусть и депрессию у мальчиков

Научиться замечать грусть у мальчика - не то же самое, что научиться распознавать депрессию. Хотя между ними есть много общего, важно отличать нормальные средства, которые здоровый мальчик задействует, чтобы справиться с печалью, от симптомов депрессии. Разница тут - в степени, интенсивности: как часто он ведет себя определенным образом, насколько его поведение резкое, напряженное, как долго это длится. Например, мальчик, который изредка запирается в комнате, когда ему плохо, вероятно, просто грустит. Напротив, мальчик, который часто приходит домой из школы, идет в свою комнату, запирается и отказывается поговорить, определенно демонстрирует поведение, которое находится в рамках депрессивного спектра. Это все равно, что сравнить мальчика, который отказался от ужина потому, что у него был трудный день, и мальчика, который регулярно отказывается ужинать с семьей. Диагностика депрессий у мальчиков особенно сложна в ситуациях, когда поведение мальчиков занимает промежуточное положение между временно "плохим настроением" и очевидно неадекватным поведением. Кроме того, как мы видели, взрослые не узнают у мальчиков депрессию, когда она принимает вид гнева или возбуждения, а не грусти, тоски, безучастности и отчаяния.

Грусть, но не депрессия

Нужно признать, что заметить печаль и депрессию у мальчиков сложнее, чем у девочек. Когда девочкам грустно, они справляются со своей печалью не так, как мальчики. Девочки, по наблюдениям психолога Сьюзен Нолен-Хексема (Стэнфордский университет), стремятся "прожевать" свою грусть, ее симптомы и возможные причины. Исследование показывает также, что большинство девочек стремятся выплакать, выпустить свое разочарование, беспомощность, несчастливость и ищут поддержки друзей и семьи. В недавнем опросе ученые узнали, что когда девочки грустят, почти половина (45%) из них говорит с друзьями. И только 26 % мальчиков в ходе опроса сказали, что обратятся к другу за поддержкой.

Мальчики, напротив, не пытаются обжить, "прожевать" свое несчастье. И хотя некоторые сразу идут к друзьям или родственникам за утешением и поддержкой, большинство пытаются просто "забить" на свои болезненные переживания и вместо этого

выбирают поведенческую стратегию, основанную на действии, чтобы справиться с ними. Четырнадцатилетний Росс рассказал мне, как он поступает, когда ему грустно: "Хотя бы раз в неделю мне бывает грустно, но я довольно быстро об этом забываю. Я иду к другу и мы играем в мяч или просто тусуемся. Я отгораживаюсь от всего и живу дальше".

Иногда, по словам Росса, на него находят приступы ярости. Он рассказал мне, как однажды он подрался с другом. "Я пришел домой очень расстроенным и поднялся в свою комнату. Я просто сидел на кровати и слушал музыку. Мне было грустно, и вдруг я почувствовал ярость, такую сильную, что я с криком стал колотить подушку. Грустить и бушевать - одно и то же для меня".

Поведение Росса типично для мальчиков, которые справляются с легкой грустью, отвлекаясь от нее. Они играют в мяч, болтают с друзьями, слушают музыку или смотрят телевизор. Когда эмоции слишком сильны и отвлечься не удается, мальчики стремятся на какое-то время уединиться, чтобы в одиночестве пережить шторм и выплыть из своей грусти только тогда, когда самая сильная волна боли схлынула. Многие мальчики в проекте "Слушая голоса мальчиков" говорили о том, что проблему нужно "выбросить из головы".

Послушайте, например, Марка, талантливого и энергичного пятнадцатилетнего юношу:

- Есть такая формочка, в которую ты должен вписаться, если ты парень. Ты должен быть напористо агрессивен, общителен, силен духом и телом. Ты не должен ломаться, как тростинка на ветру.

- А что ты делаешь, когда чувствуешь себя слабым, когда не все так прекрасно? - спросил я.

- Когда я злюсь,- ответил Марк,- я пытаюсь просто отпустить проблему. Я обычно обдумываю все, чтобы объяснить себе, почему мне не стоит из-за этого злиться. Я стараюсь либо обдумать все спокойно, либо вообще не думать, чтобы это больше меня не касалось. Когда мне грустно, ищу кого-нибудь, чтобы увидеть все со стороны... Все проходит или я переключаюсь на что-то другое.

Из-за того, что он интериоризировал представление о том, что обнаружение неконтролируемых чувств нежелательно, Марк критически относится к тем мальчикам, которые не умеют сдерживать свои эмоции. "Некоторые ребята носятся с какими-то неприятностями в своей жизни, но если бы они просто выкинули их из головы, жизнь была бы намного лучше. Это не так уж трудно - выкинуть из головы. Я бы хотел, чтобы они рассуждали логически и успокоились, вели себя потише и поменьше болтали, как им все это говорят".

Марк ставит знак равенства между обнаружением уязвимости и острым чувством стыда, страха возмездия, которое настигает тех, кто не может вписаться в "форму". "Если ты не вписываешься, то ты неудачник, ты ничего не стоишь, выглядишь дураком и никому не нравишься. Люди не хотят иметь с тобой дело. Они отталкивают тебя от себя, в уголок. Через какое-то время, если ты плохо реагируешь, если ты все глубже увязаешь в депрессии, людям это не понравится". Наблюдения Марка отражают то, как любая брешь в самозащите мальчика - любое допущение, что он слаб и депрессивен,- становится для окружающих поводом отвергнуть его. И затем снова, если мальчик продолжает интериоризировать чувства грусти и боли и не учится подавлять их, у него появляется страх, что это только все ухудшит. Марк объясняет:

- Если ты пытаешься держать все в голове и никак не показывать, будет только хуже. Так от этого вообще не избавиться.

Но если некоторые мальчики, как Марк, справляются с печалью просто "выкидывая ее из головы", другие полагаются на "синдром необходимого молчания", о котором мы говорили раньше. Когда мальчик несчастен, когда его душа ранена, он предпочитает зализывать свои раны в одиночестве, где никто не сможет его пристыдить. Он выходит наружу глотнуть воздуха и может искать помощи родителей или друзей, но только после того, как закончился период тишины и одинокого горева-ния. Преимущество этой тактики для мальчика в том, что никто не видит его грусть. Он охраняет себя от стыда. Недостаток - в

том, что если родители не знают об этом синдроме, не узнают его, им будет трудно увидеть его грусть.

Мое мнение, что мальчики, которые успешно отвлекаются и отказываются от своих переживаний, все-таки нуждаются в том, чтобы другие люди помогли им восстановиться после пережитой эмоциональной боли. После того, как стратегия отвлечения помогла им пережить самые страшные бури, большинство мальчиков ищут пути воссоединения с семьей и друзьями. Когда мальчик готов вернуться, ему нужно взаимодействие с другими: погонять мяч с друзьями, услышать мамины слова "я рада, что все налаживается", сходить с отцом поесть мороженого или возобновить давний спор с сестрой о телепрограмме. Когда это происходит, мальчик знает, что жизнь продолжается. Его стыд тает. Люди, которые заботятся о нем, по-прежнему рядом и на них можно положиться.

Один десятилетний мальчик рассказал нам, что он всегда чувствует себя лучше рядом с дедушкой. После того, как у Джима диагностировали серьезное нарушение зрения, он, по его словам, был "расстроен" необходимостью носить толстые очки и ходить в специализированный класс для детей со слабым зрением. Он совсем загрустил: приходил домой и ни с кем не разговаривал. И дедушка заметил это. Он не стал спрашивать в чем дело, он просто попросил Джима принести ему пальто. Они пошли в парк и покидали бейсбольный мячик - то, чем они занимались каждый день. "Он рассказывал мне истории о своей жизни, о том, как он плавал на корабле и работал в ресторане. У него была тяжелая жизнь. И мне стало лучше",- говорит Джим. Джим не смог облечь это в слова, но дедушкины истории, вероятно, так помогли ему, потому что в них был ясный урок: у всех бывают испытания, которые нужно пережить, я тоже грустил и чувствовал себя потерянным, но я сумел с этим справиться и ты тоже сможешь, мы по-прежнему любим тебя.

Когда у мальчика есть семья и друзья, от которых он может получить такую искреннюю поддержку, он чаще всего справляется даже с самыми трудными проблемами. Следующие советы могут помочь, если мальчику нужно дополнительное внимание:

Создайте безопасное пространство . Создайте безопасное пространство, в котором ваш мальчик сможет открыто выражать свои чувства, без страха быть осмеянным или опозоренным. Обычно это означает, что надо найти время, когда вас ничто не отвлекает и объяснить мальчику, что он может говорить обо всем, что никто не будет судить его или наказывать за то, о чем он расскажет.

Слушайте внимательно . Слушайте очень внимательно все, о чем мальчик рассказывает. Возможно, он не захочет открываться сразу, и вам нужно просто терпеливо слушать и ждать, пока он не почувствует себя достаточно уверенно, чтобы честно объяснить, что с ним происходит. Если вы поняли, что это именно такой случай, просто дайте мальчику время и постарайтесь быть полностью в его распоряжении, когда период молчания закончится и он будет искать вашей поддержки (то есть в этот момент уделите ему все свое внимание, а не слушайте в пол-уха, занимаясь чем-то еще).

Будьте особенно осторожны с провоцированием чувства стыда . Когда приходит ваша очередь говорить, избегайте фраз, которые могут унижить или смутить вашего сына. Пожалуй, самое лучшее, что вы можете сказать, это то, что вы понимаете его чувства и что вы всегда готовы помочь ему всем, что в ваших силах. Дайте ему понять, как сильно вы ему сочувствуете. И хотя иногда кажется, что легче слегка подшутить над ним или сказать "все будет отлично", такие реакции могут уничтожить у мальчика способность искренне выражать свои чувства. Вместо этого, скажите мальчику "да, это очень тяжело", дайте ему понять, что вам небезразлична его боль. В конце концов, все, что вам нужно, это быть рядом, задавать продуманные вопросы, показывающие вашу заинтересованность, внимательно слушать, избегать осуждений и нравоучений и показывать свою искреннюю любовь и заботу.

Когда ситуация ухудшается

Если мальчик не находит поддержки или травмирующие обстоятельства выходят за пределы, которые он в состоянии контролировать, его обычная стратегия "пережить через действие" становится неэффективна. Он больше не может заглушить свою печаль баскетболом, битьем подушки или музыкой, которую слушает в одиночестве. Попытки задавить свое несчастье и стыд могут вместо этого толкнуть его к бурному внутреннему конфликту, болезненные эмоции смешают его мысли и скрутят желудок. Мальчик может стать неугомным, импульсивным, быть не в состоянии сконцентрироваться и вести себя адекватно. Он может стать раздражительным и недружелюбным, выражая свое внутреннее замешательство попытками причинить боль другим или рискованным поведением типа скоростного вождения. Он может выражать свои трудности физически - болеть, страдать от хронической головной или желудочной боли. Или он может отстраниться, становясь все более угрюмым и далеким от тех, кто его любит. Все это - нормальные компенсаторные механизмы, помогающие справиться с болью. Но когда мальчик ведет себя так, очень важно заглянуть под маску, задавать вопросы, выражать свою озабоченность и пытаться понять, что переживает мальчик; если такое поведение становится постоянным или ярко выраженным - мальчик, вероятно, находится на пути к депрессии.

Шестнадцатилетнему Кении Робинсону повезло: его мама увидела за его озлобленностью и агрессивным поведением крик о помощи и сделала все, что могла, чтобы помочь ему. Кении начал раз в неделю ходить к психологу. На этих встречах Кении сумел снять маску гнева и рассказал о своей скрываемой грусти по поводу того, что его отец так неожиданно бросил их.

"Без папы все не так,- сказал он. - И у мамы теперь никогда нет времени. Она слишком занята разговорами по телефону со своим адвокатом или с сестрой".

"Тебе кажется, что ты лишился одновременно и матери, и отца",- предполагает терапевт.

Глаза Кении наполняются слезами: "Да. Я не понимаю, что происходит".

Психотерапевт пригласил маму Кении на несколько консультаций и помог ей увидеть, как сильно Кении нуждается в ней в это ужасное время. Миссис Робинсон была очень сильно расстроена и обеспокоена семейным кризисом, но она также волновалась и о Кении.

Психотерапевт предложил, чтобы они установили "особое время", когда миссис Робинсон поддерживала бы любую игру, которую предложит Кении, если это безопасно для окружающих (и с оговоренной максимальной суммой расходов, если нужно). Они начали с одного часа "особого времени" в неделю. Сначала миссис Робинсон трудно было найти силы, чтобы участвовать в активных играх Кении, но она увидела, как это важно для него.

В течение нескольких недель у них родилась особая игра. Кении был детективом, который ищет пропавших людей и возвращает домой хороших людей, которые потерялись. Миссис Робинсон играла свою роль со все возрастающим энтузиазмом. Они догадалась, что Кении хочет по-своему "отыграть" уход отца.

Она также поняла, как мало она рассказала Кении о причинах ухода. Сейчас она организовала разговор и рассказала ему обо всем, что сама знала. Они воображали, как бы встретились снова с отцом. Она разговаривала с Кении и помогала ему разобраться в непонятных вопросах. Она сказала ему, что знает, что его отец старался быть хорошим человеком, но иногда люди совершают неправильные поступки, даже если они очень стараются.

Кении, его мама и психотерапевт несколько консультаций посвятили разговорам о том, как Кении прекратить драться с другими ребятами. Он прошептал: "Я дерусь, потому что они говорят гадости о папе". Миссис Робинсон заплакала и обняла Кении, который тоже начал плакать. Кении согласился попробовать поговорить с ребятами о своем отце, вместо того, чтобы бить их.

Несколько месяцев терапии, и школьные проблемы Кении пошли на убыль. Их семье предстояли непростые времена, но, по крайней мере, сейчас мать и сын будут переживать их

вместе.

Кенни повезло, что в ответ на его неуправляемое поведением мама отправила его на терапию, а не в его комнату. Слишком часто даже самых благожелательных родителей и учителей компенсаторная активность мальчиков сбивает с толку. Мы судим о поведении по внешним признакам и реагируем соответственно. Мы наказываем импульсивного и недовольного ребенка и даем таблетки гиперактивному. Мы отталкиваем "симулянта", чтобы он "закалялся", сам осваивался в ситуации. И, хуже всего, мы стараемся изолировать замкнутого или разозлившегося мальчика. Мы видим жесткую, колючую внешнюю сторону и говорим: "Он подросток, чего вы ожидали? Это такой возраст. Просто он мальчик". Мы отпускаем их дрейфовать.

Некоторые из нас не замечают признаков грусти у мальчиков отчасти потому, что не хотят. Очень больно признавать, что тот, кого мы любим, страдает. Трудно осознавать, что мальчик, которого мы хотели бы видеть уверенным и сильным, подавлен горем. Некоторые родители просто смиряются с буйным поведением, как если бы было неизбежностью, что все мальчики ведут себя импульсивно и что все подростки бунтуют. Но за многими из этих внешних выплесков мальчишеской энергии скрываются мальчики в беде, мальчики, которым больно.

Сложности диагностики депрессии у мальчиков

Диагностировать депрессию у мальчиков трудно по нескольким причинам. Во-первых, как мы уже видели, часто бывает сложно провести границу между нормальными для мальчиков способами справиться с повседневными неприятностями и разочарованиями от симптомов настоящей депрессии (к описанию этих симптомов мы еще вернемся).

Во-вторых, диагностику депрессии у мальчиков усложняет то, что мальчики часто маскируют те проявления, которые традиционно ассоциируются с депрессией - угрюмое настроение, плач, отстраненность.

Третья и, на мой взгляд, самая важная причина трудностей с диагностикой депрессии у мальчиков - то, что мы в своем анализе опираемся на критерии, более подходящие девушкам и женщинам. Некоторые из таких классических симптомов депрессии у женщин включают в себя плаксивость, нескрываемую безнадежность, беспомощность, отчаяние, демонстрацию зависимости от других либо поиск такой зависимости, а затем отказ принимать чужую помощь. Эти симптомы, действительно, не так распространены у мальчиков, а у некоторых мальчиков в депрессии их не будет вовсе.

Если мы хотим узнавать депрессию, когда она настигает мальчиков, мы должны представлять себе уникальный комплекс симптомов, который отличает мальчишескую депрессию. Когда мы поймем особенности того, как мальчики показывают (или маскируют) свою несчастливость и другие симптомы депрессии, будет легче распознать депрессию на ранних стадиях, пока она не стала серьезней и сложнее для лечения.

Вот, к примеру, пятнадцатилетней Эд, тихий мальчик, который яростно отрицал у себя какие-либо эмоциональные проблемы или внутреннюю боль. Когда я впервые его увидел, он сидел на кушетке в больничной палате, тер голову руками и снова и снова повторял: "Я не знаю, как я сюда попал".

"Ты пытался убить себя,- мягко ответил я. - Ты съел много таблеток, запил алкоголем, а потом хотел закончить дело пистолетом своего отца". К счастью, пистолет случайно выстрелил, соседи вызвали полицию, и вот он Эд - живой и без единой царапинки.

Он устало улыбнулся: "Это какая-то ошибка, просто большая ошибка".

Но я знал больше. В палате скорой помощи он проклинал докторов, когда понял, что еще жив. Это не был просто "опыт" и уж точно не "ошибка", это было осознанное стремление к смерти.

Но в отличие от некоторых девочек в этом закрытом отделении, у Эда не было ни

единого признака того, что он чудом выжил после попытки самоубийства. Ни порезов на запястьях, ни опухших от слез, покрасневших глаз, ни грусти, ни заискивающего взгляда. К тому же он отрицал у себя депрессию.

Эд неохотно отвечал на вопросы о своей семье. Отца он не видел уже три года, с тех пор, как тот женился, и в его новой семье родился ребенок. Его старшие брат и сестра были "сами по себе". Его брат работал электриком, а сестра - медсестрой. Он, младший ребенок в семье, жил с матерью. Он почти не появлялся на занятиях, и ему уже грозили исключением за прогулы.

После того, как мы поработали какое-то время вместе, Эд смог рассказать, как зол он на свою семью. Брат Грег пил и издевался над женой. Отец, тоже алкоголик, упорно не платил алименты и отказывался встречаться с Эдом и другими детьми.

- Похоже, мужчины в этой семье не думают о будущем,- сказал Эд со своей обычной ухмылкой.

- Я думаю, что многие молодые мужчины не представляют, каким будет их будущее,- возразил я.

- Да что там представлять? Дерьмовая жизнь, а потом ты умираешь, и все.

В процессе общения я понял, что Эда очень ранил уход отца. Но вместо того, чтобы горевать, Эд научился играть роль, ухмыляться и отпускать шуточки. Это было легче, чем признать, что он по-прежнему думает об отце. У него целый арсенал ругательных слов: достали, задолбали, затрахали. Но он упорно отрицал, что у него депрессия. И так же упорно отказывался от помощи. "Все, что мне нужно - это пачка "Винстона" и выбраться отсюда. Я в порядке".

Несмотря на его боль, несмотря на очевидную попытку самоубийства, психиатр, строго следуя принятой методике диагностики, изложенной в "Руководстве по диагностике и статистике психических расстройств" (DSM), не поставил бы Эду диагноз "депрессия". В этом справочнике для клиницистов диагностика депрессии осуществляется в соответствии с набором симптомов: пациент должен продемонстрировать определенное минимальное количество симптомов. Первое и главное: он должен страдать от депрессивного настроения и утратить любой интерес к жизни и умение получать удовольствие. Кроме того, он должен страдать как минимум от четырех симптомов из списка, куда входит: потеря веса, чувство никчемности или вины, трудности с концентрацией, трудности в принятии решений, суицидальные мысли.

Эти критерии не разрабатывались специально для детей, они выработаны на основе узкой разновидности депрессии и отражают главным образом то, как ведут себя женщины в депрессии. В соответствии с этими критериями, было бы трудно разглядеть у Эда депрессию, хотя мы знаем, что он настолько отчаялся, что готов был лишиться себя жизни. Это не означает, что традиционные критерии "Руководства" не помогают диагностировать депрессию у мальчиков, ибо они помогают. Это лишь означает, что они не универсальны и не отражают широкий спектр симптомов депрессии у мальчиков, о которых мы говорили.

Тем не менее, большинство специалистов сейчас используют эти "взрослые" критерии для диагностики депрессии у детей начиная с девятилетнего возраста. У детей младше девяти лет, особенно у детей дошкольного возраста, которые не всегда могут ясно определить свои чувства, выводы о наличии депрессии обычно делаются на основании внешних проявлений (насколько грустное лицо у ребенка), настроения, куда входит и поведение (особенно неконтролируемое поведение или непослушание), или жалоб на физическое недомогание (головные или желудочные боли). У детей школьного возраста, включая предпубертатные годы, учитываются также перепады настроения, раздражительность и грусть, похожая на "взрослую". Кроме того, и дошкольники, и дети предпубертатного возраста могут демонстрировать чувство собственной никчемности, низкую самооценку и особый вид апатии, который называется ангедония (неспособность испытывать удовольствие). Наконец, специалисты обращают внимание на тревоги, страхи и даже упоминания о суициде у детей этой возрастной группы.

Кроме того, что при этом подходе к диагностике депрессии у мальчиков задействован неполный список симптомов, есть еще одна проблема. Заключение о депрессии, основанное на подобных критериях, часто зависит от того, как пациент рассказывает клиницисту о своих проблемах, и от того, как клиницист воспримет информацию и отреагирует на рассказ пациента. Мы знаем, что мальчики и мужчины преуменьшают свою боль, не рассказывают обо всех симптомах и как можно скорее стараются забыть о проблемах. Мы также знаем, что медики могут "подыгрывать" нежеланию некоторых мужчин обсуждать их чувства и печали. В 1991 г. Роттс, Вернем и Уэллс из корпорации РЭНД сравнили результаты диагностики депрессии у мужчин, проведенной докторами, и ответы тех же самых мужчин на анонимную и более объективную анкету, так называемый "Список диагностических вопросов". Результаты были поразительные: около 65 % мужчин, которых доктора признали здоровыми, на самом деле страдали от депрессии, в соответствии с их ответами на опросник. Иными словами, медики не заметили три из пяти депрессий. Многие мужчины в депрессии не рассказывают докторам о своих проблемах, и многие доктора не задают нужных вопросов или не "слышат" ответы, которые мужчины дают им. Поттс, Бернем и Уэллс полагают, что медики не стараются добиться от мужчин симптомов или взглянуть на ситуацию глубже, если пациенты-мужчины говорят им, что все отлично. Доктора, считая, что они помогают мужчинам избежать чувства стыда, поддерживают кодекс молчания.

В случае с мальчиками, особенно младшего возраста, диалог между ребенком и его родителями, доктором или другим взрослым может быть еще более ограниченным. Мальчику может не хватить слов, чтобы выразить свои чувства, или взрослый может не быть "настроен" на мальчика настолько, чтобы за слабыми просьбами о помощи увидеть, как сильно ребенок мучается. Примите во внимание этот разрыв коммуникации, добавьте сюда то, что взрослые обращают внимание на признаки, более характерные для женщин (например, внезапные слезы) - и вы не удивитесь, что депрессия у мальчиков часто проходит незамеченной и, следовательно, невылеченной.

Как понять, что у мальчика депрессия?

На какие критерии следует опираться, чтобы лучше диагностировать депрессию у мальчиков? Я бы предложил создать новый диагностический инструмент, разработанный специально для выявления депрессии у мальчиков. Он бы показывал, что у мальчиков (и мужчин) есть множество поведенческих вариантов проживания депрессии, некоторые из которых выглядят так же, как симптомы, традиционно ассоциирующиеся с депрессией у женщин, но многие из них отличны. Учитывая то, что у каждого мальчика симптомы депрессии будут отличаться от симптомов другого мальчика и что эти симптомы будут также очень различаться в зависимости от возраста мальчика, я бы порекомендовал, чтобы при диагностике депрессии мы обращали внимание на следующее:

1. Растущая отчужденность в отношениях и проблемы в дружбе. Мальчик может это отрицать, но на самом деле он начинает проводить меньше времени, чем обычно, с друзьями и семьей. Он может отстраняться от них эмоционально, вести себя все больше как одиночка. Он может перестать разговаривать или неохотно отвечать на вопросы. Дома он может подолгу сидеть в своей комнате, сокращая контакты с другими членами семьи. В школе он может сторониться других учеников и учителей и избегать участия в общих разговорах и занятиях. Он может попытаться пересест за последнюю парту, отделяться от всех во время каникул или на переменах, будет сидеть один на ланче. Он может попытаться пропустить занятия в спортзале или другие курсы, или станет законченным прогульщиком. На вопрос, кто его друзья, ответит, что их мало или нет вообще. Кажется, он не умеет дорожить "лучшим" другом. Эта группа симптомов может проявиться у мальчика в любом возрасте.

2. Подавленность или импульсивность. Мальчик может выглядеть усталым, равнодушным, скучающим, истощенным. Он перестает интересоваться или получать удовольствие от занятий, которые раньше его радовали. Если обычно он оживлен и разговорчив, он становится все более пассивным, неразговорчивым, необщительным. Или напротив, он ведет себя импульсивно, непредсказуемо, раздражительно. Он может казаться более беспокойным или напуганным, чем обычно, возможно, скажет вам, что он "нервничает", "беспокоится" или "напрягается". Важно уметь различать нормальные перепады настроения, особенно у подростков, и те, которые говорят о глубоко скрытых проблемах. Тут очень тонкая грань, и я советую родителям задать мальчику лишний вопрос о его чувствах, чем игнорировать или пропускать мимо ушей изменения в его настроениях. Запомните, что безучастность - это общий симптом депрессии у мальчиков любого возраста, хотя вероятность возникновения импульсивного состояния увеличивается с годами.

3. Все более частые или интенсивные вспышки ярости. Мельчайший повод может привести мальчика в состояние ярости, и он вербально или физически набрасывается на окружающих. То, что поначалу может показаться "плохим настроением", перерастает в бурные истерики, частые вспышки ярости или постоянную раздражительность. Важно помнить, что злость или гнев - это один из основных способов, какими мальчики косвенно выражают горе, разочарование, утрату надежды. Но когда мальчик постоянно зол или чем-то недоволен, очень вероятно, что у него депрессия. И хотя вид вспышек ярости у мальчиков отличается в зависимости от возраста, этот симптом показателем для мальчиков всех возрастных групп.

4. Отрицание боли. Даже когда его прямо спрашивают о трудных ситуациях - разводе, смерти, родителе-алкоголике, проблемах с учебой - мальчик может отрицать, что он несчастен. Он повторяет, как мантру, что-то вроде: "Все отлично" или "Ну и что?" или "Все в порядке, чего ты ко мне пристаешь?" За этими грубоватыми ответами может стоять напуганный, страдающий мальчик. Важно заглядывать под маску, чтобы помочь мальчику разобраться в его настоящих чувствах. Так как этот симптом тесно связан с маской, которая нарастает со временем, он вряд ли появится у дошкольников, но постепенно он будет возникать все чаще и чаще.

5. Неконтролируемое поведение или все более жесткие требования личной автономии. Мальчик может говорить: "Оставь меня в покое". Может сопротивляться авторитету взрослых. Мальчики помладше могут отказаться следовать правилам дома или в школе. Они устраивают сцены в классе или дома. Мальчики постарше могут поздно возвращаться домой, уезжать надолго одни, отказываться участвовать в семейных событиях (и даже запираются в своей комнате) или выполнять домашние требования (например, "комендантский час" или время гасить свет). И хотя порой это просто юношеская строптивость и нормальный процесс индивидуации, это также может быть попыткой изолироваться от других, чтобы справиться с депрессией. Исследования доказали, что у многих мальчиков в состоянии депрессии появляются поведенческие отклонения. В 1986 г. Дениз Кэндил и Марк Дэйвис с факультета психиатрии медицинской школы Колумбийского университета (Нью-Йорк), установили, что депрессивность у мальчиков связана с незначительными проступками и школьными прогулами. В 1990 г. Джеф Митчелл и Кристофер Ворли из медицинской школы Вашингтонского университета обнаружили, что у 25 % мальчиков предподросткового возраста депрессия сопровождалась поведенческими расстройствами, которых не было у девочек такого же возраста. Важно не считать мальчиков с плохим поведением "дурными" или "опасными". Это могут быть чувствительные, думающие мальчики, у которых на самом деле депрессия.

6. Проблемы с концентрацией, сном, весом или другие физические симптомы. Мальчику бывает трудно сконцентрироваться на чем бы то ни было, не отвлекаться и не терять интерес, ему даже могут поставить диагноз СДВГ. Ему может быть трудно засыпать, или он может неожиданно просыпаться среди ночи или рано утром. Или большую часть времени он чувствует себя усталым и помногу спит каждый день. У него могут быть

проблемы с весом или расстройства пищевого поведения (анорексия, булимия, ожирение). Эти расстройства бывают не только у девочек. Кроме того, у него могут часто возникать головные или желудочные боли, или он может жаловаться на другие физические симптомы. Любые проблемы с концентрацией, сном, питанием, поддержанием веса или другие физические симптомы нужно всесторонне обсудить с мальчиком, так как они часто бывают связаны с депрессией или могут сигнализировать о других серьезных медицинских проблемах. В той или иной форме, эти проблемы, связанные с депрессией, могут возникнуть у мальчика в любом возрасте.

7. Неспособность плакать. Может оказаться, что мальчик не в состоянии плакать. Так, например, он травмирован физически или совершенно очевидно переживает травмирующие чувства, но не может проронить ни слезинки и ведет себя еще более стойко и твердо, чем обычно. Когда мальчик таким образом "гасит" эмоции, вероятно, он пытается "заморозить" симптомы депрессии. К несчастью, исследования показывают, что этот симптом может появляться уже у мальчиков младшего школьного возраста.

8. Низкая самооценка или суровая самокритика. Мальчик может казаться очень неуверенным в себе. Он может бросать самоуничижительные ремарки типа "я просто придурок", "я никому не нужен" и фокусироваться на своих неудачах больше, чем на успехах. Он может обвинять себя в том, в чем очевидно не виноват. Когда ему делают комплимент, он все отрицает и рассказывает окружающим о своих слабостях и недостатках. Низкая самооценка может быть одновременно и причиной, и результатом депрессии у мальчиков. Когда вы видите, что мальчик плохо к себе относится, не только попытайтесь ободрить и поддержать его, но постарайтесь также убедиться, что его неуверенность в себе не связана с более обширной печалью. Исследование показывает, что этот симптом депрессии может появиться у мальчиков начиная с третьего класса.

9. Трудности с учебой. Мальчик в депрессии может также иметь проблемы в школе, тесно связанные с низкой самооценкой. Его оценки ухудшаются, и его табель вызывает опасения, равно как и его поведение. Эти проблемы могут проистекать не только из неуверенности в себе, но также от того, что его отвлекает скрытая печаль. Он, возможно, просто чувствует себя слишком несчастным, чтобы заниматься школьными делами, точно так же как взрослый в состоянии депрессии с трудом концентрируется на своих рабочих обязанностях. Так и мальчик в депрессии испытывает сложности с концентрацией на любых заданиях, он чувствует себя уставшим и изможденным, и ему очень трудно переключиться на уроки. Этот симптом может появиться начиная с возраста, когда мальчик идет в школу.

10. Излишняя погруженность в спорт или академическую деятельность. Мальчик становится одержим своей учебой или спортом. Он может тратить все свое свободное время на уроки и безумную учебу или пропадать на спортивной площадке, избегая контактов с друзьями или семьей. И хотя старательно учиться или заниматься спортом - определенно позитивные занятия, некоторые мальчики используют их, чтобы отвлечься от депрессивных мыслей, подобно тому, как мужчины-трудооголики используют для такого отвлечения свою работу. Этот симптом проявляется у мальчиков ближе к подростковому возрасту.

11. Растущая агрессивность. Мальчик избавляется от излишков энергии агрессивности. Он ведет себя "диком" и неконтролируемо, ввязывается в драки или даже намеренно травмирует других. Его агрессивность может постепенно переходить в жестокость. Агрессивность, как и гнев, это способ скрыть свои уязвимые чувства. И опять, чрезвычайно важно, чтобы мы не делали поспешных выводов, что агрессивный мальчик - просто-напросто "плохой" и не умеет себя вести. Его грубое поведение - особенно если оно становится постоянным или ярко выраженным - может на самом деле быть просьбой о помощи. Этот симптом появляется у мальчиков в любом возрасте.

12. Нарочитая придурковатость. Возможно, с тем, чтобы замаскировать свои подлинные чувства грусти, мальчик может вести себя глупо или экстравагантно. Например, маленький мальчик становится школьным или домашним клоуном. Его самооценка снижается, он становится мишенью для чужих шуток. Возможно, это один из самых

обманчивых симптомов мальчишеской депрессии. Мальчик не только кажется благополучным, но и забавным, оживленным, веселым. Но за этой внешней веселостью скрывается чувство глубокой боли и отчаяния.

13. Отказ от чужой помощи. Синдром "я могу сделать это сам". Когда мальчику предлагают помощь или у него появляется шанс получить эмоциональную поддержку от других людей, он настаивает, что справится один. Это еще один путь изоляции и самоудаления мальчика от семьи и социальных связей. И хотя следует поощрять у мальчика инициативность, если он постоянно или в неадекватной форме протестует против чужой помощи, возможно, он скатывается к антисоциальному поведению, которое типично для депрессии. Как только на мальчика начинает давить Мальчишеский кодекс - то есть с началом школы - у него может проявиться этот симптом депрессии.

14. Возникший или возобновившийся интерес к алкоголю и наркотикам. У старших ребят может проявиться склонность к употреблению алкоголя или наркотиков. Мальчик, который мог время от времени выпить пива, начинает проводить время с друзьями, которые пьют, пока не напьются. Он может начать постоянно курить марихуану или экспериментировать с более серьезными наркотиками. По данным опроса 1997 г., около одного миллиона восьмиклассников говорят, что они бывали пьяны. Этот опрос также показал, что у 56 % детей в возрасте от 12 до 17 лет (по сравнению с 39 % в 1996 г.) есть друг или одноклассник, который пробовал ЛСД, кокаин или героин. К сожалению, часто такое саморазрушительное поведение в подростковой среде считается "крутым" и может принести мальчику социальное одобрение - ценная награда для одинокого, несчастного мальчика. Злоупотребление наркотиками и алкоголем - это классический симптом депрессии у мальчиков и мужчин, и он появляется у детей все раньше и раньше.

15. Изменение сексуального поведения. У старших подростков, ведущих половую жизнь, может наблюдаться значительное увеличение или уменьшение сексуальной активности. И хотя нормальное подростковое либидо обычно не приводит к депрессии, мальчик, у которого происходит радикальные изменения сексуального поведения, может тем самым демонстрировать обсессивно-компульсивное поведение, отражающее депрессию.

16. Более рискованное, чем обычно, поведение. Мальчики-тинейджеры берут на себя ненужный и неоправданный риск, что говорит о недостатке рассудительности. В пример можно привести недавно появившуюся и необъяснимую тенденцию вступать в незащищенные половые контакты, вождение машины на бешеной скорости или виды спорта повышенного риска (экстремальные лыжные гонки, прыжки с тарзанки, у которых высокие показатели смертности).

17. Разговоры о смерти, умирании, самоубийстве. В подростковые годы (хотя в некоторых случаях это встречается и у мальчиков из начальной школы) мальчики, у которых депрессия, могут инициировать разговоры или начать постоянно шутить на тему смерти, умирания или суицида. И хотя детский интерес к его собственной смертности (и смертности окружающих) совершенно нормален, важно внимательно прислушиваться к мальчику, который рассуждает на эту тему. Особенно в том случае, если у него проявляются и другим симптомами депрессии, его упоминания о смерти, умирании или самоубийстве могут быть средством сообщить другим о том, что ему плохо, что он в депрессии. Лучше всегда быть настороже, спрашивать его, что он имеет в виду, даже если окажется, что это просто любопытство или такой юмор.

И хотя чрезвычайно редко у мальчика проявляются все эти симптомы, также редки ситуации, когда замечен всего один симптом. Обычно у мальчика в депрессии появляется несколько симптомов из перечисленных выше. А так как депрессия существует в широких рамках от "мягкой" до "тяжелой", я считаю важным принимать необходимые меры помощи незамедлительно, сразу, как только будет замечен любой из симптомов. В случае депрессии лучше перестраховаться, чем сожалеть.

Роберт

В начале третьего класса у восьмилетнего Роберта начались неприятности в школе. Он затевал драки на переменах, дразнил других детей. В классе он не мог сосредоточиться. Полный неуемной энергии, он не мог сидеть тихо и спокойно. Роберта назвали проблемным ребенком, а его оценки покатались вниз. Вплоть до этого года Роберт был покладистым хорошистом.

Если мы проанализируем его поведение, мы заметим несколько пунктов из нашего диагностического списка: неуправляемое поведение, возрастающая агрессивность, проблемы с концентрацией, академические сложности. Отца Роберта, известного банкира, обвинили в мошенничестве, и Роберт был травмирован внезапным исчезновением отца из дома. Поведение Роберта, по моему мнению, сигнализировало о наличии у него умеренной депрессии.

Филип

Поведение четырнадцатилетнего Филипа радикально изменилось с тех пор, как он перешел в старшие классы. Он стал общаться с "крутыми" ребятами и начал курить. Вскоре он начал возвращаться домой запоздывая и не мог потом встать утром. Он часто пропускал школу и начал проваливать экзамены. Дома у него постоянно возникали ссоры с мамой, и Филип часто кричал на нее и вел себя непозволительно.

Поведение Филипа также укладывается в нашу диагностическую модель: наркотики, проблемы со сном, прогулы, трудности в школе, злость, сопротивление авторитету. Из разговора с Филипом я узнал, что его родители недавно развелись, и что он и его мать с трудом приспособились к жизни без отца и новыми отношениями один на один. Я диагностировал у Филипа депрессию, находящуюся в пределах от умеренной до серьезной.

Питер

После того, как друг Питера, Брэд, погиб в автокатастрофе, шестнадцатилетний Питер вдруг бросил заниматься баскетболом и начал каждый вечер запирается у себя в комнате и слушать громкую музыку. Он регулярно отказывался спуститься к ужину с семьей со словами "Я не голоден". У него появились мысли о самоубийстве.

Питер с его самоизоляцией, отказами от еды и суицидальными мыслями, удовлетворяет нескольким диагностическим критериям мальчишеской депрессии. В действительности, он был в состоянии серьезной клинической депрессии.

Проводя консультации в школе или разговаривая с родителями, я часто слышу истории мальчиков, похожих на Роберта, Филипа или Питера. Когда вы впервые видите такие проблемы с поведением, трудно заподозрить депрессию. Но имея под рукой наш список диагностических критериев, мы можем эффективнее распознавать, когда у мальчика депрессия. Также я понял, что, задав несколько вопросов, можно выяснить неизвестные до этого причины возникновения симптомов. Так, в дальнейшем разговоре выяснилось, что отец Роберта, видный банкир, был осужден и посажен в тюрьму за мошенничество. Филип начал курить марихуану вскоре после того, как его родители сообщили о разводе. Друга у Питера отняла автомобильная авария, когда Брэд и еще несколько мальчиков ехали пьяными домой с вечеринки.

За беспокойством и агрессией Роберта, пристрастием к марихуане у Филипа и мрачной отчужденностью Питера - грустные, напуганные и одинокие мальчики. И хотя все они

находятся на разных стадиях депрессии, эмоциональные проблемы у каждого из них достаточно серьезны, чтобы влиять не только на их сегодняшние возможности, но и на будущее. Эти мальчики пережили серьезные жизненные кризисы, но отнюдь не непреодолимые. Неспособными справиться с ситуацией, и оттого подверженными депрессии, их, как и большинство мальчиков, сделало неумение говорить о своей грусти или открыто горевать о своих потерях, принимать личностную или профессиональную помощь, в которой они нуждались.

Стив и марихуана. Когда родители упускают момент

Чтобы уберечь мальчика от саморазрушительной ловушки депрессии, родителям и другим взрослым важно вмешаться в ситуацию как можно раньше. Одна семья, с которой я работал, упустила несколько шансов поддержать сына, Стива, и он появился у меня, когда ему было шестнадцать лет и он уже был законченным наркоманом и имел проблемы с полицией. На тот момент, к несчастью, враждебность и наркотическая притупленность чувств были привычными для Стива способами смотреть на мир. "Естественно, я выкуриваю косячок каждый день,- сказал он мне. - Иногда один днем и один ночью. И что с того?" Он также сказал, что выкуривает две или три пачки сигарет в неделю.

Я спросил его, когда он начал курить. "Я не знаю. Может, три года назад начались сигареты. Два года назад марихуана. Неважно".

Несколько месяцев еженедельных встреч, а он все еще не считал свои привычки проблемой. Но он начал более откровенно и с меньшей враждебностью говорить о том, почему он курит.

"Какая разница, что я делаю,- говорит Стив. - Мама раньше была заодно со мной. Но теперь уже нет. Она только жалуется все время. Все, что она говорит, это "причешись" или "убавь свою музыку", или "учись лучше", или "уберись в комнате". Однажды, когда я принес листок с оценками, она сказала "ты ни на что не годишься, как и твой отец". Я ненавижу ее.

Мой отец не говорит. Он, может, говорит одно слово в год. Моя сестра сутками висит на телефоне, у меня есть приятели в школе, но я никогда не вижу их за пределами школы".

Я спросил Стива, действительно ли его отец ни на что не годен. "Да,- сказал он,- он работает на какой-то дурацкой работе, и мы не можем ничего купить, а он только смотрит телек каждый вечер. Без него нам было бы лучше".

Нравится ли Стиву его отец? "Я не знаю,- говорит он. - Может быть. По крайней мере, с ним иногда можно поговорить".

Стив со временем увидел тот цикл разочарований и отчуждения от родителей, который разворачивался годами. Но он рассказал мне о ключевом событии, которое случилось, когда ему было одиннадцать лет, и которое привело к его отчужденности от родителей.

"Как-то после школы моя собака выбежала на улицу. Это был мой пес, что бы ни говорила моя сестра. Мама купила мне его еще до ее рождения. Впрочем, неважно. Мама, сестра и я услышали звук сильного удара, звук тормозов и выбежали на улицу. Моя сестра заплакала. Мама разговаривала с женщиной за рулем, которая сбила Сэма. Я пошел прочь, и никто этого даже не заметил. Я ушел и спрятался в старой машине-развалюхе, которую мы держим в гараже. В горле стоял комок, но я не хотел плакать, поэтому проглотил этот ком.

Когда вечером отец пришел домой с работы, мама рассказала ему о Сэме. Отец наорал на меня: "Я же велел тебе не выпускать сто со двора!" Это была неправда. Я просто ушел. Я пошел в свою комнату и не выходил до утра".

Я спросил, поговорил ли с ним кто-нибудь. - "Нет,- сказал Слив. - Никому не было дела. Они просто поужинали без меня".

Родители Стива не были рядом, когда они были нужны ему. Когда он оплакивал свою собаку много лет назад, ему бы очень помогло одно доброе слово или сочувственное объятие. Вместо :) того на него накричали, его проигнорировали и оттолкнули от семьи.

Никто из родственников даже не заметил его горе. В этот момент печаль Стива об утрате смешалась с печалью о равнодушии его семьи. В ответ Стив начал отгораживаться от семьи и выработал равнодушное отношение, которое укреплялось все эти пять лет с момента гибели его собаки. Поддерживать эту отчужденность - идеально скрывающую его горе и стремление к эмоциональной связи с семьей - непросто, а ежедневное употребление притупляющих эмоции веществ очень ее упрощает.

Но даже если бы мы не знали со всей достоверностью об источнике горя и разочарования Стива, мы бы легко могли увидеть его депрессию, используя наши диагностические критерии. Его настойчивое отрицание боли, отчужденность от семьи, проблемы в школе, низкая самооценка и употребление наркотиков - все это говорит о том, что у Стива серьезная депрессия.

Властелины разрушения

Депрессия у мальчиков может быть фатальной. Не считая суицида, многие другие ее симптомы - злоупотребление алкоголем и наркотиками, агрессивность, поведенческие расстройства - могут привести к летальному исходу.

Вот подлинная история о так называемых Властелинах разрушения. Летом 1997 года девять мальчиков пятнадцати-шестнадцати лет, живущие в пригороде Нью-Йорка, объединились и стали называть себя Властелинами разрушения. Поначалу это казалось обычным подростковым бахвальством, потому что эти ребята были скорее бездеятельны, чем опасны. Они плохо учились, не пользовались популярностью у девочек, не были уверены в своем будущем. Их истории были похожи, но не впечатляли: диагноз "пониженная обучаемость" и неудачи в школе в сочетании с родителями, которые не достаточно уделяли им внимания или не имели достаточно времени для этого. Мальчики начали прогуливать школу, пить пиво, воровали по мелочи у местных торговцев, бросали камни в машины и стали раздражающими городскими хулиганами. Однажды ночью они слишком много выпили. Четверо из них сели в машину и, разогнавшись до ста миль в час на участке дороги с разрешенной скоростью 40 миль в час, въехали в дерево. Они умерли мгновенно.

Несколько месяцев спустя на пьяной вечеринке двое других Властелинов подрались. Один из них начал угрожающе размахивать дедушкиным обрезом и случайным выстрелом убил приятеля. Седьмого мальчика, подавленного смертью друзей, отправили в реабилитационный центр для наркоманов. Восьмого члена группы за мелкую кражу отправили в колонию для несовершеннолетних преступников. Осенью их было девять. К весне только один мальчик был жив и жил дома.

Говоря словами другого их ровесника, эти мальчики просто хотели "жить быстро и умереть молодыми".

Я спрашивал себя, что можно было сделать, чтобы спасти этих мальчиков от столь ранней смерти. Отчасти проблема в том, что мы многое в наших мальчиках поверхностно объясняем своим "мальчишки есть мальчишки". Мы реагируем так, будто тестостерон делает мальчиков биологически предрасположенными к скоростному вождению, выпивке, играм с оружием, как будто это нормально для мальчиков - носить в душе столько отчаяния, что становится уже все равно - жить или умирать.

К сожалению, порой мы видим в наркотиках и алкоголе по-г.од для морального суда. Мы обвиняем наших малышей в слабости и говорим им "просто скажи нет". Мы обвиняем сами наркотики за легкость привыкания, колумбийских наркобаронов или навязчивых наркодилеров из соседнего городка. И пока у нас есть кого обвинять, мы не можем признать, что, вероятно, всего лишь вероятно, наши мальчики принимают наркотики из-за того, что они страдают от сильной душевной боли. Но, спеша осудить, мы снова упускаем шанс понять наших мальчиков и мотивы, которые приводят их к наркомании.

Те Властелины - самые обычные мальчишки - удовлетворяют многим выделенным

нами критериям депрессии у мальчиков. Они были отторгнуты обществом, употребляли наркотики, были агрессивны, плохо учились, не признавали авторитеты, дурно вели себя в школе, и у них, очевидно, была низкая самооценка. По моему мнению, каждый из них был в тяжелой депрессии.

Суицид

К несчастью, несоразмерно большое количество наших мальчиков выбирает необратимый способ избавления от депрессии и душевной боли - суицид. С 1950-х годов количество самоубийств среди молодых белых мужчин почти утроилось, и это в два раза больше, чем количество самоубийств в целом по Америке. Среди молодых афроамериканцев количество самоубийств увеличилось на пугающие 165 % за последние 12 лет. Самоубийство - третья по частоте причина смерти молодых людей в возрасте от 15 до 24, ее опережают только аварии и убийства. Хотя и девочки все чаще совершают попытки самоубийства, в 4 раза больше мальчиков доходят в своих попытках до конца. Мы теряем почти 5 тысяч подростков каждый год, что, ко всеобщему отчаянию, приобретает характер эпидемии.

В дружном городке Эвансвиле эпидемия самоубийств шокировала всех в прошлом году. В октябре 1997 года Джеймс Скейли, вернувшись домой, нашел своего семнадцатилетнего сына Курта повесившимся в кладовой.

В состоянии шока и ужаса Джеймс и его жена не могли понять - почему? Курт был славным, дружелюбным светловолосым мальчиком, которого любили друзья и девочки. В последнее время у него в жизни все складывалось хорошо. Он получил работу, которую хотел. У него была девушка, которую он любил.

Некоторые сферы его жизни были не такими благополучными. Его брата недавно арестовали по обвинению в ограблении продуктового магазина. Сам Курт попал в небольшую аварию после того, как сел за руль в состоянии алкогольного опьянения. И все-таки, это не похоже на те события, которые толкают мальчика на самоубийство. Как - недоумевали его семья, друзья и весь городок - как мог он совершить с собой такое?

Курт был звеном в цепочке самоубийств в Эвансвиле тем летом. Он был восьмым мальчиком-подростком, который покончил с собой за период в шесть месяцев, и в то же самое время еще примерно 65 молодых мужчин из округа предприняли попытку самоубийства и находились в больницах.

Кто-то видел причину смертей в том, что для города наступили тяжелые времена. Эвансвиле - клановое, сплоченное поселение итальянско-американских семей, которое было для них источником гордости, переживало не лучший период. Но неизменной оставалась их вера в идеалы нескгибаемой мужественности и их гордость теми мальчиками, которые приближались к идеалу. Дядя одного из погибших мальчиков описал, как он учил племянника быть настоящим мужчиной. Он сказал: "Я учил его не сдаваться. Стоять за себя. Не позволять никому хамить себе. Если ты не можешь справиться с ним руками, возьми что-нибудь и действуй так".

К сожалению, этот мальчик и другие жертвы самоубийства должны были противостоять демонам, которых нельзя было прогнать палкой, демонам, сражаться с которыми, у них не было средств. За день до самоубийства Курт проговорился другу: "Я бы хотел, чтобы жизнь закончилась". Курт пытался выговорить свою боль, но, к несчастью, это осталось незамеченным.

Отчасти проблемы возникают из-за того, что мальчики не знают, как выразить свое отчаяние. Фраза Курта "я бы хотел, чтобы жизнь закончилась" накануне самоубийства в речи звучала подчеркнута, имела больший эмоциональный вес, чем расхожее выражение "жизнь - дерьмо". Конечно, Стив, перед тем как его жизнь стала жизнью наркомана и двоечника, никогда не рассказывал никому, как он грустит о смерти своей собаки. К подростковому

возрасту, мальчики умеют так хорошо подавлять свои чувства, что больше не отдают себе отчета в них и поэтому не знают, как просить о помощи, даже если отчаянно в ней нуждаются.

Что делать, если у мальчика депрессия

Чтобы предотвратить отчуждение мальчиков, избежать трагедий, подобных описанным, мы должны принимать активные профилактические меры.

Будьте внимательны к тому, как у мальчика складываются отношения с другими людьми . Старайтесь быть в курсе, как у мальчика обстоят дела со взаимоотношениями. Возьмите инициативу в свои руки и постарайтесь разрушить стену молчания вокруг тем, связанных с отношениями; спрашивайте сына, с кем он проводит время, кто его друзья, нравятся ли ему учителя в школе, как он относится к братьям и сестрам, все ли, по его мнению, хорошо в отношениях с вами. В первую очередь именно надежные отношения могут удержать мальчиков от отчаяния или рискованного поведения. Мальчикам необходима привязанность к людям, которые заботятся о них, которые уделяют им время и готовы их выслушать. Это лучшая защита, какую мы можем им дать.

Следите за первыми признаками депрессии, вмешивайтесь как можно раньше . Самые страшные семейные трагедии происходят тогда, когда сигналы депрессии присутствуют, но никто не замечает их либо не предпринимает никаких действий. Если вы заметили, что в поведении вашего мальчика появились черты, характерные для депрессии, или вам кажется, что он подавлен, не теряйте ни минуты, прежде чем спросить его, что с ним происходит. Вмешивайтесь сразу. Если ему нужно время, прежде чем начать говорить, дайте ему время. Но будьте рядом, готовые к разговору, и, когда он готов, слушайте с сочувствием все, что он скажет. Расскажите ему о том, как вам было грустно, как вы были разочарованы и как вы справлялись с этими ситуациями. Дайте ему почувствовать вашу заботу, скажите, что он хороший человек и что вы всегда будете рядом с ним.

Не стесняйтесь проконсультироваться с психотерапевтом . Если вам кажется, что симптомы не исчезают, не бойтесь проконсультироваться с психотерапевтом. Часто родители не обращаются к психотерапевту из страха, что они все преувеличивают, и из опасений обидеть мальчика предложением полечиться. Если у вас есть эти опасения, поговорите с терапевтом сами и узнайте, может ли он встретиться с вами лично, чтобы вы рассказали ему о мальчике и о проблеме. Я бы особенно настаивал на том, чтобы терапию мальчики проходили у человека, который не только понимает в целом нужды детей или подростков, но также понимает особые потребности мальчиков. Терапевт должен быть в курсе того, что мальчики растут в культуре стыда, и не стыдить мальчика. В идеале, между терапевтом и мальчиком возникают новые, безопасные отношения, в которых мальчик может расти и развиваться дальше.

Если депрессия глубокая, может быть необходимым медикаментозное лечение . Если депрессия зашла далеко, я бы настоятельно рекомендовал проконсультироваться с психиатром, разбирающимся в медикаментозном лечении. Все чаще доктора прописывают подходящие антидепрессанты молодым людям и детям. Некоторые исследования показывают, что новейшие антидепрессанты, такие, как селективные ингибиторы обратного захвата серотонина (СИОЗС), эффективны при лечении серьезной клинической депрессии. Медикаменты могут оказаться спасением для мальчика, тонущего в бездне клинической депрессии. Важно понимать, что медикаментозное лечение - это достаточно редкое явление. Терапия у психиатра, прошедшего специальную подготовку, или у психолога или другого специалиста по душевному здоровью также необходима для понимания, что мальчик осознал, какие проблемы привели его к депрессии и научился замечать ранние признаки этих проблем, если они вернуться.

Старайтесь видеть ситуацию в целом . Необходимо, чтобы мы постарались увидеть

наших сыновей в широком контексте их жизни: дома, в школе и в обществе в целом. Так легко думать, что мальчик, который подавлен и печален, каким-то образом сам виноват, что он не "настоящий мальчик" или не "хороший мальчик". Очень часто проблема вовсе не в нем. Возможно, его травят. Возможно, ему трудно в школе. Вероятно, не все хорошо с друзьями. Возможно, он страдает из-за разлада родителей или из-за их проблем. Возможно, его дразнят из-за того, что он не следует Мальчишескому кодексу в той или иной форме.

Чтобы помочь мальчикам победить грусть и избежать депрессии, мы должны быть уверены, что видим всю картину. Недостаточно просто знать мальчика и его привычки. Нам нужно понять, чем он живет. Поэтому помимо вопросов о его отношениях с другими, постарайтесь выяснить, как проходят его дни в школе. Ему нравятся уроки? Его учителя справедливы к нему? С ним хорошо обращаются другие ученики? У него недавно были какие-то неприятности? Что он делает после школы? Он доволен? Он одинок?

Кроме того, выясните, какие биологические факторы могут сыграть роль в возникновении у мальчика депрессивного состояния. Уточните, нет ли в истории семьи склонности к депрессиям. Некоторые исследования показывают, что эта склонность может быть наследственной, а потому выяснение семейной истории может быть вполне логичным шагом при диагностике депрессии у ребенка. Даже если такой закономерности нет, важно учитывать внутренние биологические факторы: например, дисбаланс определенных нейротрансмиттеров в мозгу может привести к изменениям поведения скорее, чем какое-либо значимое жизненное событие. Определение наличия химического дисбаланса, очевидно, требует консультации квалифицированного клинициста.

Помимо наблюдения за биологическими аспектами, мы должны задавать вопросы о том, какова семейная жизнь мальчика. Его родители ладят? Оба родителя живут с ними или они разъехались или разведены? У него близкие отношения и с отцом, и с матерью? Они оба хорошо с ним обращаются? Есть ли хоть малейшая вероятность насилия или небрежения в доме? У мальчика есть братья и сестры? Если так, у него с ними хорошие отношения? Они относятся к нему с любовью? В недавнее время семья переживала травмы или утраты: хроническое заболевание, авария, развод, смерть? Родители мальчика или его сиблинги в последнее время страдали от депрессии или других психологических неприятностей?

Пробраться под маску означает узнать как можно больше не только о внутреннем мире мальчика, но также и обо всех аспектах его ежедневной жизни в школе, на игровой площадке и дома - именно так мы начнем понимать, какие факторы могут приводить к грусти или депрессии. Поскольку случаи, когда причины несчастья и депрессии кроются исключительно в самом мальчике, чрезвычайно редки, важно видеть всю картину и учитывать все условия, внутренние и внешние, которые могут тащить мальчика вниз.

Будьте в курсе того, что такое депрессия, и говорите об этом открыто. Наконец, будьте сами в курсе, что такое депрессия, и предлагайте другим, кто участвует в жизни мальчика (особенно учителям и тренерам) узнавать больше об этой теме. Если у вас полная семья, убедитесь, что ваш супруг также в курсе. Как только ваши дети подросли, скажите им, что вы понимаете, как грустна порой бывает жизнь. Взрослые часто считают недопустимым говорить с детьми о тяжелых вещах. Между тем, это важно - говорить о трудностях и разочарованиях. Поэтому говорите о маске. Говорите о проблемах пола и его тисках. Говорите о том, как общество может быть несправедливо к мальчикам. Разговаривая с детьми о том, что жизнь не всегда легка и приятна, мы создаем основание для открытых и искренних отношений, где делятся эмоциями без смущения и стыда.

Каждый из этих шагов - это только начало процесса, который поможет мальчикам преодолеть боль и прогнать депрессию. И хотя эти приемы не могут быть гарантией, что мальчик всегда будет счастлив, они определенно помогут ему пережить трудные времена. И они могут стать решающими при выборе - жить или умирать.

13. Жестокость. Ты или тебя

"Лучше уметь драться. Если ты не умеешь, люди просто будут вытирать о тебя ноги".

Айн, 11 лет.

Все начинается с потери связи. Причины насилия

Сегодня в нашем обществе большинство актов насилия совершается молодыми мужчинами против других молодых мужчин. Жестокость - это наиболее очевидный и тревожащий результат того процесса, который был начат, когда мальчика вытолкнули во взрослый мир слишком рано и без достаточной любви и поддержки. Он утрачивает контакт, прячется под маской и выражает единственную "приемлемую" мужскую эмоцию - злость. Когда злости накопится слишком много, она может перерасти в жестокость - жестокость по отношению к себе, к другим, к обществу. Насилие, таким образом, это последнее звено цепи, начало которой - разьединенность.

Жестокость также связана со стыдом и честью. Для многих мальчиков неумение драться или отказ драться, когда их к этому принуждают, может быть расценено как недостойное, как знак сомнительной мужественности. Они учатся драться и уничтожать других, тех, кто может быть младше, слабее или не так искусен в борьбе, и таким образом наши юные агрессоры стараются соблюдать правила старого Мальчишеского кодекса, который призывает их делать все, что только возможно, чтобы отстоять свою честь и избежать стыда. Мы уже говорили о чрезвычайной чувствительности мальчиков к стыду и о том, что своей отчужденностью они защищаются от него. Жестокость - это попытка шагнуть еще дальше: победить стыд и бесчестье агрессией, нападками на других людей.

Мир насилия

Большинство из нас думает, что насилие - это про чьих-то чужих детей. Мы представляем себе жестокость как какой-то параллельный мир, населенный уличными бандитами, преступными группировками, серийными убийцами, порочными насильниками - такими отбросами общества, к которым не имеют отношения наши дети или дети наших знакомых. Но начните опрашивать всех подряд, и вы неожиданно узнаете, что, оказывается, с насилием сталкивался кто-то из близких любой семьи. Дядя адвоката совершил самоубийство. Студент престижного университета был загадочным образом убит. Менеджер магазина пострадал в автомобильной аварии поздней ночью. Друг семьи обвинен в издевательствах над женой. Девятилетний ребенок погиб в аварии, катаясь на велосипеде. Четверо ни в чем не повинных учеников и их учитель хладнокровно убиты посреди школьного дня утром во вторник, как говорят, от рук двух парней из Арканзаса.

Правда в том, что мы все живем в мире насилия, и наши мальчики особенно уязвимы перед разнообразными его проявлениями. Небольшое количество мальчиков принимает участие в совершении самых тяжелых преступлений или же становится их жертвой. Но почти каждый из нас становится свидетелем жестокости в той или иной форме: в школе, на улице, в выпуске новостей, в телепрограмме, в кино, на экране компьютера, в книгах и журналах и, к несчастью, слишком часто - дома.

Большинство родителей сталкивается с проблемой жестокости довольно рано, равно как и каждый мальчик сталкивается с ней сам. Задача родителей - уловить разницу между активностью, которую мальчики любят, и жестокостью, которая большинству из них чужда, и помочь мальчику держаться правильной стороны и видеть разделяющую их границу. В какой момент дружеская потасовка становится дракой? Когда подшучивание переходит в буллинг? Где смелость переходит черту, отделяющую ее от бессмысленного безрассудства?

Мы, родители, должны поощрять стремление наших мальчиков к действиям, но удерживать их от пополнения статистики, отражающей уровень насилия в нашем обществе. Мы можем сделать это, используя силу привязанности, о которой мы говорим постоянно в этой книге: быть в курсе дел сыновей, учить их справляться со злостью, которая может перейти в жестокую ярость, предоставлять им как можно больше информации, которая поможет им не стать жертвой агрессии.

Национальный кризис

Тот факт, что большинство преступлений в нашем обществе совершается мужчинами, никого не удивит. Но тревожит тот менее известный факт, что преступления в нашей стране все чаще совершаются молодыми мужчинами и мальчиками.

В качестве примера расскажу о достаточно привычном и несмертельном явлении. Американская медицинская ассоциация установила, что каждого десятого мальчика до 16 лет когда-либо били в пах. 25 % этих ударов приводят к травме. Можно пожалеть плечами и сказать, что большинство этих ударов были нечаянными и это просто часть нормальных мальчишеских буйных игр. Но Американская медицинская ассоциация также установила, что большинство мальчиков не рассказывают родителям об ударах в пах или о травмах. И, что еще важнее, почти у 25% травмированных мальчиков в течение года после травмы наблюдаются признаки депрессии. Иными словами, эти мальчики не считают пинки по промежности нормальной частью мальчишества. Это беспокоит их, они стыдятся своих травм. Они ощущают это как насилие, но считают, что не могут или не должны говорить об этом, и поэтому скрывают свои эмоции под маской. Это не означает, что кто-то из участников инцидента - тот, кто ударил, или тот, кого ударили,- станет впоследствии избивать жену или станет торговцем оружием, но они оба уже столкнулись с насилием.

В жизни молодых мужчин и мальчиков к кровопролитию может привести рискованное поведение. Майкл Кеннеди, шестой ребенок Роберта Кеннеди, погиб в конце 1997 г. во время игры в футбол на лыжах. И хотя ему было уже 39 лет, совсем не мальчик, к удару о дерево привело агрессивное поведение ("мальчишки остаются мальчишками"), которое наше общество не только принимает, но и уважает, одобряет и даже превозносит. Статистика говорит, что Майкл Кеннеди не одинок: хотя статистика утверждает, что около 60 % лыжников - мужчины, среди погибших лыжников мужчины составляют 85 %. И хотя тут нет состава преступления, нет оружия или злого умысла, Майкл Кеннеди, в действительности, стал жертвой насилия.

Хотя, разумеется, самое трагическое проявление мужской жестокости,- это членовредительство или самоубийство. Как мы уже говорили, в Соединенных Штатах показатели самоубийств среди 15-24-летних молодых людей утроились за период с 1950 по 1990 гг., и сейчас самоубийство - третья строчка в списке лидирующих причин смерти в этой возрастной группе. Среди американцев всех возрастов, количество самоубийств у мужчин в 4 раза превосходит количество самоубийств у женщин.

На самом деле, наши мальчики и молодые мужчины находятся в группе риска применительно ко всем формам насилия: драки и несчастные случаи, преступления, убийства и самоубийства. "Основная причина смертности подростков сместилась с инфекционных заболеваний к поведенческим истокам",- пишет доктор С. Уэйн Селлс, специалист факультета педиатрии Университета Калифорнии. Иными словами, молодым людям следует больше бояться своих собственных поступков, нежели болезней. Вот еще подборка статистических данных:

- 78 % случайных смертей у молодежи случается в результате транспортных аварий, 75 % погибших - молодые мужчины.

- Около трети всех жертв преступлений - люди от 12 до 19 лет.

- Убийство - вторая по частоте причина смерти среди подростков, это 22 % всех

смертей молодых людей от 14 до 25 лет по состоянию на 1991 г. Мужчин убивают на 400 % чаще, чем женщин.

- Между 1979 и 1991 гг. почти 40 тысяч детей от 14 до 19 лет погибли от огнестрельного оружия. Количество смертей от огнестрельного оружия среди подростков-мальчиков от 15 до 19 лет более чем удвоилось в период с 1985 по 1994 г., достигнув 49,2 смерти на 100 000 - высочайший уровень на настоящий момент.

- Как уже говорилось, суицид - третья по частоте причина смерти среди людей от 15 до 24 лет, и количество самоубийств в этой возрастной группе утроилось за период с 1950 по 1990 гг. Количество самоубийств среди самых юных, от 10 до 19 лет, тоже значительно выросло. Количество самоубийств, совершаемых мужчинами всех возрастов, в 4 раза превосходит количество самоубийств у женщин.

Эти факты показывают, что молодые люди все чаще оказываются участниками или жертвами преступлений, и что мальчики находятся в группе риска. Первая встреча мальчиков с жестокостью происходит очень рано. На самом деле, исследование показывает, что после 2 лет мальчики в четыре раза чаще получают травмы, чем девочки. Родители смиряются с фактом, что их мальчикам понадобится больше пластырей и поездок в травмпункты, чем девочкам.

Что удивительно, сами мальчики относятся к своим травмам довольно беззаботно. Одно канадское исследование показало, что мальчики чаще возлагают вину за травму на невезение, нежели на какие-либо поддающиеся контролю факторы, например, их собственное поведение. Привычка мальчиков обвинять в неудаче внешние факторы подтверждается и любопытным исследованием, которое недавно провела компания Жиллетт, исследовавшая особенности бритья у взрослых мужчин и женщин. Как выяснилось, если мужчина порезался при бритье, он обычно винит в этом бритву. Если это произошло с женщиной, она будет винить себя.

Но даже если мальчик никогда не сталкивался с жестокостью напрямую, будучи агрессором или жертвой (что маловероятно), он тем не менее должен найти свой путь к здоровой мужественности в мире, который наполнен жестокостью.

Все начинается с буллы

Для многих мальчиков первое столкновение с жестокостью - это встреча со школьным буллы. Первый класс Чарли был оравлен буллы по имени Бен. Бен был осмотрительным современным буллы. Буллы 1990-х отличаются от буллы 1950-х. Откровенную и неприкрытую физическую агрессию больше не терпят на американских игровых площадках. С ребенком, который толкает, бьет, пинает, быстро разберутся; ребенка, который кусается, в век СПИДа сочтут потенциально опасным для здоровья. Сегодняшние буллы используют более тонкие стратегии: они поднимают других на смех, заставляют их стыдиться или чувствовать себя неполноценными.

Поэтому вместо физического нападения Бен обычно прибегал к вербальному оружию - оскорблениям, насмешкам, глумлению, и был настолько искусен в их использовании, что Чарли чувствовал сильнейшее напряжение, несмотря на то, что он сам редко бывал жертвой агрессии Бена. Наблюдение за издевательствами над одноклассниками привело к тому, что у Чарли постоянно болел живот, из-за чего он иногда пропускал школу или его отправляли домой пораньше. Мама Чарли догадалась, что Бен - главная причина горестей Чарли, приводящих к болям в животе, и оповестила учительницу. Учительница, между тем, работала только первый год, и у нее не хватало опыта, чтобы решить проблему. Поэтому она не придавала значения болям Чарли и решила, что ему надо это просто "перетерпеть".

Чарли и его родители испробовали много разных методов, чтобы справиться с Беном, но проблема не исчезала вплоть до начала лета, когда Чарли сбежал от буллы на пляж. На

самом деле, решения вообще не было, любая мера дала разве что временную передышку. Дело в том, что разрушительность хронического буллии может стать сложной проблемой для всех имеющих отношение к ситуации лиц - учеников, учителей, родителей (в том числе родителей самого буллии), но ее можно решить частично или совсем, и мы поговорим об этом в этой главе.

Буллии вроде Бена может испортить жизнь целому классу или двору, и буллии остаются неотъемлемой частью детских площадок по всему миру. Действительно, Национальная ассоциация школьных психологов считает, что в США около 160 тысяч детей пропускают школу каждый день из-за страха перед буллии. Коллега рассказал о матери, ребенка которой буллии преследовал на детской площадке, но от школьных властей не удавалось добиться никаких действий. Она так переживала за своего ребенка, что начала прятаться за будкой на школьной площадке в надежде поймать буллии на месте преступления.

Но почему мальчики сами становятся буллии или позволяют буллии обижать себя? Буллии - это жестокий "от природы" мальчик или это мальчик, который отчаянно стремится к контакту, и не может выразить это никаким иным способом, кроме агрессии?

Активный или агрессивный?

Когда мы говорим о мальчиках и жестокости, важно различать агрессивное поведение и активное поведение. Хотя большинство мальчиков не агрессивны, они часто любят интенсивные физические занятия, активные игры, громкие и грубые игры. По большей части, однако, эта любовь к действию не переходит в жестокость. Большинство игровых потасовок прекращается сразу, как только кто-то из участников травмирован - ударился головой, вывихнул руку, получил удар локтем в живот - и не переходит в драку. Большинство поддразниваний и шуточек не приводят к физической агрессии. Большинство энергозатратных занятий, например, спортивных, заканчивается тем, что участники утомлены, а игроки жмут друг другу руки, а не начинают драться. На самом деле, спорт, как я уже обращал ваше внимание, по большей части делает мальчиков ближе друг другу.

Так что же отличает активного мальчика от агрессивного? По моему мнению, тут практически всегда вступают в игру важные психологические факторы. В редких случаях естественная потребность мальчика в действии находит выход в неестественной жестокости. В случае Бена, буллии Чарли, родители мальчика недавно пережили непростой бракоразводный процесс. Бен чувствовал себя чужим своим родителям, семье, частью которой он был, своим друзьям, своему окружению. Кроме того, у Бена были проблемы с обучением. Он испытывал стыд за свою негодность. Он к тому же недавно переехал в этот город и мало кого тут знал. Он был одинок, беспомощен и оттого еще сильнее ощущал свою чуждость. Из-за того, что отца теперь не было рядом, а мать вынуждена была работать полный день, Бену некому было помочь пережить эти сложные эмоции. Оставшись один, он пытался быть стойким, и все свои страхи обратил в злость и направил ее против своих одноклассников. Интересно, однако, что Чарли был необычайно проницательным ребенком, Бен ему нравился, когда не был в состоянии буллии, и он даже принял его приглашение прийти в гости, чтобы поиграть вместе. Возможно, таким образом Бен искал дружбы и сочувствия и увидел в Чарли мальчика, который сможет ему дать это. Как уже объяснялось выше, в некоторых случаях мальчики вроде Бена идут на жестокость не потому, что хотят причинить боль другим, а потому что думают, что это каким-то образом поможет им снискать дружбу и одобрение окружающих. И порой человек, приятель которого он мечтает заслужить, отнюдь не сообщник его, а жертва.

Разумеется, гораздо вероятнее то, что буллии ожидает отторжение со стороны жертвы, нежели дружба. Гордон, семилетний афроамериканец, во втором классе был частой мишенью для нападок Леонарда. "Леонард цепляется ко всем,- рассказал Гордон,- он дергает девочек за волосы, бьет мальчиков, плюет на всех. Я ненавижу его!"

После того, как на уроке ребята узнали об истории афроамериканцев, Леонард решил добавить к своей травле дополнительное оскорбление. Когда они с Гордоном встречались на площадке, он начал называть его "раб". "Сначала я хотел стукнуть его,- рассказал мне Гордон,- но я боялся, что у меня возникнут проблемы. Я хотел рассказать про него, но испугался, что после этого он придумает что-то еще хуже".

Гордон не ударил Леонарда и не пошел жаловаться учительнице, он терпел оскорбления несколько дней - "как мужчина - и потом решил поделиться с мамой. Она выслушала его, в душе ее росла ярость, и она дала ему свой совет. "Я сказала Гордону, что можно поколотить Леонарда,- рассказывает она. - Есть вещи, которые нельзя сносить".

Поэтому, когда в следующий раз Леонард назвал его рабом, Гордон ударил его. Обоих мальчиков тут же привели в кабинет директора, который посоветовал Гордону "решать проблемы без помощи кулаков". Родителей Леонарда вызвали в школу. После долгого разговора мальчиков отправили по домам.

На следующий день Леонард сбавил обороты. "Он по-прежнему цепляется ко мне и к другим,- сказал Гордон,- он больше не называет меня рабом". Еще Гордон подчеркнул, что вдобавок у него было полдня отдыха от школы!

Мамин совет сработал, но он не помог решить саму по себе проблему буллии и жертвы. Кроме того, Гордон получил два противоречащих друг другу совета. С одной стороны, директор убеждал его, что насилие не является ни приемлемым, ни тем более "лучшим" способом решения проблем. С другой стороны, Гордон получил весомое эмпирическое доказательство того, что, на самом деле, хороший удар в правильный момент может порой дать кратковременное решение проблемы.

Один глубокий исследователь мужской и женской злости Джин Бейкер Миллер, считает, что такого рода агрессивное поведение проистекает из страха. Мальчики "страшатся не быть агрессивными,- пишет она,- с тем, чтобы их не сочли нуждающимися, побитыми или (хуже всего) похожими на девочек. Все это угрожает глубинной части мужского чувства идентичности - тому, что принято называть мужественностью". Феномен, о котором говорит Миллер, по моему мнению, воздействует на мальчиков, по меньшей мере, в двух важных аспектах. Ито-первых, увеличивает вероятность того, что потенциальный зачинщик приступит к действиям. Не дожидаясь возможных оскорблений своей чести или урона своей "мужской" самооценке, мальчик защищает себя агрессивным поведением, нападая на других. Во-вторых, та же самая хрупкость - боязнь испытать стыд, страх, что тебя сочтут недостаточно "мужчиной",- заставляет жертву чужой жестокости молча сносить оскорбления или даже улыбаться и отмахиваться от них. Поэтому если он все скрывает и не отвечает (как поступил, к примеру, Гордон), он может попытаться тихо терпеть насилие, скрывая все признаки того, что он жертва, что он слишком напуган, чтобы дать отпор буллии. За годы работы с мужчинами я понял, что многие взрослые мужчины предпочтут стыду смерть. Поэтому нет ничего удивительного в том, что мальчики переживают похожие чувства.

Мне думается, что сегодняшний буллия, вероятно, хотя и не обязательно, завтрашний взрослый преступник. Бывает и так, что старшеклассник-буллия, взрослея, учится контролировать свою злость, и бывшие одноклассники, встречаясь с ним двадцать лет спустя, настороженно здороваются с ним, а потом с удивлением обнаруживают, что юный мучитель превратился в обаятельного и очаровательного взрослого. С другой стороны, порой бессловесная жертва, тихий одиночка или опасющийся неприятностей свидетель в будущем (в поздней юности или будучи уже взрослыми) становятся жестоким и склонным к неожиданным вспышкам ярости. Этим можно объяснить историю, когда скромный четырнадцатилетний старшеклассник из Кентукки в 1997 г. застрелил трех одноклассников из винтовки, а его родители, учителя и одноклассники не могли в это поверить. У всех на устах был вопрос: "Почему?" Этот мальчик никогда не вел себя агрессивно, он не был буллия. Но что-то ведь привело к срыву, такие жестокие поступки не случаются "просто так". Я думаю, что среди прочих причин, стыд приводит таких мальчиков к срыву. Когда внутри накопилось много стыда - когда он чувствует себя отверженным, непопулярным, не

"мужественным", возможно, даже ненавидимым - мальчик пытается справиться со своими чувствами и воссоединиться с другими посредством насилия.

Хорошая новость: мы довольно много знаем о том, как стыд питает злость, что превращает его в ярость и жестокость, знаем, как воспринимать поведение мальчиков и как вести себя с ними, чтобы они были более уверенными в себе и могли переключиться со злости и насилия на занятия определенно "мальчишеские" и сохраняющие необходимые им качества - активное действие, продуктивность, индивидуальное дерзновение, эмпатию,- все то, что мы находим в групповой игре и командном спорте.

Что мы можем сделать?

Во-первых, мы можем понять, почему мальчики копят злость и почему их потребность в действии и оживленной игре может превратить эту злость в ярость и жестокость. В третьей главе я писал о биологии мальчиков. Я говорил о том, что многие люди в своих рассуждениях о мальчиках исходят из мифа "тестостерон равно агрессивность и равно мальчишки", но ни одно исследование, включая и мое собственное, не доказало это уравнение. Мы сейчас считаем дебаты на тему "природа или воспитание" устаревшими и чрезмерно упрощенными, и понимаем, что поведение мальчиков складывается в результате комбинации биологических факторов и факторов среды. Биологически мальчики отнюдь не предрасположены быть агрессивнее, чем девочки. Биология задает направление развития, разное для мальчиков и девочек, но это не абсолютная заданность. В действительности, те качества поведения, которые мы традиционно ассоциируем с девочками, такие как эмпатия, чувствительность, милосердие - являются и базовыми мужскими наклонностями. Исследования показывают, что мальчики начинают жизнь с естественным чувством эмпатии, которое противоположно насилию. Мальчики уже в возрасте 21 месяца демонстрируют хорошо развитую, естественную, внутренне им присущую способность сопереживать, а также желание помогать людям, которым плохо.

Впоследствии, как мы обсуждали в главе о травме сепарации, уже ко второму классу мальчики становятся не так восприимчивы к чужим страданиям и боли и начинают терять способность словесно выражать свои собственные эмоции и беспокойства. Это самоотчуждение мальчиков начинается тогда, когда они чувствуют необходимость подстроиться под требования общества избегать чувств и поступков, которые могут принести с собой стыд. Так мальчиков вынуждают надевать маску бравады. И это, в конечном счете, делает их жестокими.

И поэтому статистика показывает, что жестокость - это преимущественно мужская "проблема". Молодые мужчины жестоки по отношению к другим молодым мужчинам, молодым женщинам и к самим себе. "Большинство жестоких поступков есть и всегда были делом рук мужчин",- пишет Джеймс Джиллиган. "Совершенно ясно, как с кросс-культурной, так и с исторической точки зрения, что мужчины - это более жестокий пол".

Но почему же мужчины более жестоки, чем женщины, если не существует мужского "гена жестокости"? Ответ опять кроется в тех темах, которые мы обсуждаем в этой книге. Когда мальчики чувствуют отчужденность и страх опозориться, когда они сдерживают себя и надевают маску мачо, единственная эмоция, которая остается "легальной" и потому единственная эмоция, которую они будут выражать - это злость. Злость приобретает форму рискованного поведения или, как я иногда называю его, "смертельной бравады". Страх стыда у мальчиков настолько силен, что противопоставить ему, и тем самым скомпенсировать свои чувства, они могут только демонстрацию противоположности - безрассудства, рискованности и даже жестокости по отношению к самому себе.

Злость легко превращается в жестокость к другим, когда вступают в действие определенные факторы. Некоторое представление о них дает история Бена, буллитпервоклассника. Таковы, в целом, причины любого насилия - страх, предательство,

невосполнимая потеря. Мужчина теряет работу - и идет стрелять всех подряд. Подросток избивает девушку, которая предпочла ему другого. Второклассник, которого друг не позвал на вечеринку или какое-то особое мероприятие, кричит на свою мать. Будь то безрассудное рискованное поведение или агрессия, направленная на других, проистекает это из злости, страха и стыда, которые копились годами, начиная с травмы сепарации от родителей.

Группа датских докторов провела исследования по выявлению связи между ранним отделением от матери и поведением взрослых. Они обнаружили, что "те, кто пережил осложненные роды и раннюю детскую сепарацию впоследствии чаще стано вились правонарушителями". Но если эти несчастные люди чаще становились преступниками, я думаю, что мальчиков надо избавить от осложнений при родах и несвоевременной сепарации от матери, чтобы они не испытывали чувство потери от преждевременного выталкивания в "мужской мир". Как мы видели, требование разрыва вездесуще: оно исходит не только от родителей, но от сверстников, других взрослых, от нашей массовой культуры в целом. С самого раннего возраста мальчиков выталкивают во внешний мир и болезненно и постыдно связывают смирительной рубашкой тендерного стереотипа. На протяжении всего мальчишества ремни затягиваются сильнее и сильнее, пока не лопнет рубашка или терпение мальчика.

На границе

Можно представить, что наши мальчики сегодня живут словно на приграничной территории. Писатели, историки, да и наш собственный опыт и интуиция, говорят нам, что граница, любая граница в целом место более жестокое, чем цивилизация, крупные или маленькие города, организованные сообщества. Американский Запад долго время считался наиболее типичным образцом пограничья, а американский ковбой - образцом настоящего мужчины: немногословный, самодостаточный, безэмоциональный и, прежде всего, действующий. Бесчисленные легенды, песни, книги, фильмы и телепрограммы создали образ мужчины-одиночки, выживающего в диких и жестоких местах - Человека Мальборо. Когда я рос, в пятидесятые годы, главным мужским персонажем был обычно ковбой, рэйдджер или шериф. Джон Уэйн в "Дилижансе" и "Искателях". Гари Купер и фильме "Ровно в полдень". Они не говорили много. Они занимались делом: ловили плохих парней. Женщины были, по большей части, лишь развлечением, порой необходимым и иногда приятным. Эмоции выражаются скупно. Обнаружь слабость или уязвимость - будешь убит, и довольно быстро. Отец (если он еще не застрелен или не уничтожен каким-либо другим образом) ждет, что его сын оседлает коня или расправится со злодеем или вскинет на плечо винтовку как можно скорее, без нытья и долгих наставлений.

Для мальчиков эти образы пограничья чрезвычайно привлекательны, даже если они не считают себя особенно жестокими и не мечтают стать ковбоями. Конечно, сейчас Дикий Запад не в моде, но идея границы - и ее стереотипного обитателя - одинокого, безжалостного героя - по-прежнему является источником образов самых популярных медиа. Сегодняшнее пограничье - это космос, где пришельцы играют роль плохих парней.

Я думаю, одна из причин притягательности границы для мальчиков заключается в том, что они в себе ощущают некую эмоциональную и физическую пограничность. Их заставляют отделяться друг от друга. Они чувствуют отъединенность от семьи. Их любят и поощряют за физическую силу и эмоциональную стойкость, в то время как физическая слабость и эмоциональная уязвимость высмеиваются. На границе рискованное поведение привычно. Нет ничего удивительного в том, что мальчики, которых заставляют ориентироваться на образ границы, переносят эту роль в свою реальную жизнь: дерутся, стреляют и идут на риск, который оборачивается для них смертью.

Мужские и женские стереотипы в школе

Традиционные стереотипные представления о мальчиках и девочках, мужчинах и женщинах сохраняются в школьном классе так же, как и в популярных СМИ. "Учителя и родители жалуются, что тендерные представления в школе мало чем отличаются от господствовавших сорок лет назад. Сорок лет? Сорок тысяч лет!" - пишет Лоренс Коэн в своей статье "Охотники и собиратели в школьном классе". Действительно, при всем прогрессе, который наблюдается в изменении отношения и переосмыслении ролей мужчин и женщин, особенно женщин, кажется, что из школы тендерные стереотипы никуда не делись. "Мальчики разрушают, девочки создают",- пишет доктор Коэн. Он приводит свой диалог с двумя шестилетними детьми, мальчиком и девочкой. "Что ребенку нужно делать, чтобы быть популярным?" Девочка отвечает: "Быть хорошей, предлагать интересные идеи, быть умной". Мальчик говорит: "Пускать ракеты". Мальчиков сверстники ценят за физическое мастерство - кто быстрее всех бежит, кто дальше всех пнет футбольный мяч, кто первым зазвонит в колокольчик на верху каната для лазания,- равно как и за интеллектуальную смелость и остроумие. Мальчики заслуживают одобрение или, по меньшей мере, печальную известность за рискованность. Кто не струсит перейти улицу в неположенном месте? Кто рискнет перепрыгнуть канаву? Кто не побоится поговорить с новым сторожем? Кому не слабо съесть сэндвич с арахисовым маслом, салями и кетчупом? Кто осмелится принести в школу нож, хотя это строго запрещено? Кому по силам убить прохожего?

Девочки, между тем, зарабатывают уважение созданием и поддержанием отношений, хорошим поведением, дружелюбием, красивой одеждой и аккуратным внешним видом, активностью в классе, выверенной речью, высокими оценками, чтением трудных книг, услужливостью по отношению к учителям. Иными словами, у мальчиков регулярно поощряются - их сверстниками и даже учителями и родителями - те поступки, которые соответствуют стереотипу мужского поведения.

Стереотипы предполагают оскорбления, высмеивание и травлю, равно как восхищение и награду. Как только ребенок показывается из-под маски, как только он нарушает старый Мальчишеский кодекс, у него появляются проблемы. Мальчиков, которые ведут себя "как девчонки", назовут нюнями или детками. Мальчики, которые не "могут драться" или не будут драться, окажутся на дне дружеской иерархии в глазах сверстников. Как предупредил меня одиннадцатилетний Дин, "тебе лучше научиться драться. Если ты не умеешь, люди будут вытирать о тебя ноги". И поэтому мальчики закаляют себя, учатся драться, и отказываются от себя в пользу общественных стереотипных представлений о том, как они должны себя вести.

Но как бы ни были властны стереотипы, находится множество ребят, может быть, даже большинство, которые становятся их жертвами. Многие мальчики открыто сочувствуют другим, отказываются от агрессии, когда ситуация выходит из-под контроля, говорят с другими о своих мыслях и эмоциях, принимают самых разных людей с самыми разными поведенческими, физическими и культурными особенностями.

Как им это удастся? Многие из них говорят: "Мой друг помог мне выжить". Тринадцатилетний Престон объяснил мне, когда я спросил его, как он противостоит ребятам, которые дерутся и ведут себя агрессивно: "Тут дело не в драках. Все дело в том, чтобы стоять за себя и за своих друзей". Точно так же, как сверстники объединяются в преступную группировку, они могут объединиться и в сопротивлении общественным стереотипам, найти свой собственный путь и избежать насилия. Иными словами, предотвратить насилие поможет привязанность - к друзьям, семье, родителям.

Устанавливаем связь и формируем модель

Люди, которые заботятся о других и чувствуют себя связанными с ними, редко

совершают акты насилия из-за того, что их злость вышла из-под контроля. Мальчик, который чувствует себя защищенным, больше склонен заботиться о других. Если он чувствует связь со своими родителями и семьей, он будет чувствовать себя связанным и с другими людьми тоже. Если он знает, что его родители понимают его и сопереживают ему, у него появится способность вести себя так же по отношению к другим.

Главная сложность для родителей заключается в том, что не всегда легко найти способ показать свою заботу о мальчике, установить и поддерживать контакт с ним, особенно если это ребенок подросткового возраста. Большинство мальчиков отвечают на объятия и поцелуи, но не всегда на публике. Большинство мальчиков отвечают родителям, когда те хвалят их, но не в том случае, если похвала кажется избыточной или неуместной. Некоторые мальчики хотят совместной деятельности с родителями - ходить на плавание, за покупками или в кино, а другие предпочитают менее деятельный контакт. Отцы могут прекрасно работать в паре с сыновьями, но им также надо распознавать моменты, когда мальчику нужно, чтобы отец просто был рядом и знал, чем занимается сын. Мы часто слышим о том, как сильно огорчает мальчиков, если родители не пришли на важный бейсбольный матч, выпускной бал или школьную постановку. Но мы также видим родителей, которые присутствуют на всех важных событиях, а потом все свое свободное время тратят на разговоры по телефону и чтение газеты. Все дело в том, что мальчик знает, когда родителям на самом деле не все равно и когда они просто создают видимость. Нет идеальных родителей, и у каждого ребенка свой порог чувствительности, но в голове каждого мальчика ведется счет. Когда дебит превышает кредит, мальчик начинает чувствовать нехватку любви, заботы и внимания. Именно в этот момент он начинает больше заботиться о своих потребностях, нежели о чужих, именно сейчас зарождается злость. Именно в этот момент все его уязвимые чувства вместе образуют ярость, а ярость может вспыхнуть агрессией.

Поэтому самое важное - что родители делают и как они поступают. Родитель или учитель могут до посинения говорить о заботе и важности эмпатии, но если в их действиях нет эмпатии, все разговоры бессмысленны. Самый лучший способ для родителей помочь мальчикам выражать эмоции и избегать злости и ярости является одновременно и самым трудным: они должны дать детям образец своим собственным поведением. Родители прекрасно говорят мальчикам, что нельзя кричать, бить, дразнить или высмеивать других. Но все эти разумные и проверенные временем уроки сведет на нет ситуация, когда папа сам разозлится и пнет стул, или мама скажет о соседском мальчике, что тот ведет себя, как младенец, или родительский спор закончится тем, что отец хлопнет дверью, а мать выкрикнет оскорбления ему вслед.

Линда обнаружила, что ее десятилетний сын Иона начал переносить действия своего отца в свое поведение в школе. Уже в три года Иона начал вести себя агрессивно, и ей стали звонить из детского сада с жалобами, что он кусает других детей. "Я сказала ему прекратить это и устраивала ему тайм-ауты, как мне все советовали, но все стало только хуже".

К тому времени, когда Иона доучился до четвертого класса, Линда привыкла к этим звонкам. "Иона поставил тому-то синяк. Иона выбил тому-то зуб. Я не знала, что делать. Я никогда не думала, что у меня будет жестокий ребенок".

Наконец, Линда решила встретиться с учителями Ионы и школьным психологом. Вместе они попытались найти возможным причины поведения Ионы. "Это было очень, очень трудно,- сказала она мне,- но мне пришлось признать, что Иона подражает своему отцу". Оказалось, что отец Ионы, Майк, проработал в страховой компании уже десять лет, но так ни разу и не получил повышения. Часто он срывал свои профессиональные разочарования на своей семье. На Иону были направлены главные атаки отцовского гнева в виде частых шлепков и жестоких словесных оскорблений. "Майк всегда называет Иону нашим никчемным ребенком,- призналась Линда. - Он мягче с девочками, но с Ионой он легко слетает с катушек".

Наши мальчики внимательно наблюдают за нами. К трем-четырем годам они начинают замечать несоответствия между тем, как мы велит им поступать и тем, как

поступаем сами. Как часто вы слышали ответ ребенка на слова, что нельзя повышать голос или обзывать кого-то идиотом: "Но папа так делает!"

Итак, какого рода моделирующее поведение, в дополнение к совместным занятиям с ребенком, поможет мальчикам понять, что мужчины могут сопереживать и выражать свои эмоции, и при этом оставаться "настоящими мальчиками"?

С чужой точки зрения

Развивайте врожденную способность мальчика сочувствовать другим. Для этого можно использовать метод, который называется "с чужой точки зрения". Суть его в том, что в любой ситуации, вы помогаете своему ребенку понять позицию другого человека. Почему Бен дразнит других? (Ему грустно, потому что его родители развелись. Он хочет дружить, но он не знает, как сделать первый шаг). Почему такой-то не пригласил тебя на праздник? (Может быть, он волновался, что ты откажешься). Почему учитель разозлился на детей? (Может быть, потому что его жена очень больна, и он расстроен и напуган). Почему мама сорвалась на тебя? (Потому что она пыталась закончить работу для отчета и в тот момент была напряжена). Взгляд на ситуацию с чужой точки зрения помогает развивать эмпатию. Когда мальчики сопереживают чужим бедам и заботам, они не так стыдятся своей собственной уязвимости. Мальчики действительно учатся ценности и способам проявления эмпатии, если они видят ее у родителей и окружающих.

Вы также можете выражать отличные от гнева эмоции. Исследование показывает, что и матери, и отцы чаще злятся рядом с мальчиками, нежели рядом с девочками. Кроме того, самое уязвимое для мальчика эмоциональное состояние - это стыд. В результате, как мы видели, для мальчиков злость становится привычным способом дать выход всем подавленным чувствам и наиболее приемлемым (или даже единственным) способом эмоционального самовыражения. Но когда родители, в особенности отцы, позволяют себе бояться, быть неуверенными и уязвимыми, мальчики чувствуют, что для них это тоже допустимо. Один отец, получив отказ книжного издательства, сказал сыну, как ему грустно из-за этого. Мальчик утешил его и сказал, что он очень сожалеет, что издателю не понравилась книга. Это безмерно воодушевило отца, который думал, что он уже привык к подобным профессиональным разочарованиям. И это помогло установить сильную, длительную эмоциональную связь между мужчиной и мальчиком.

Не поймите меня неправильно. Я не жду, что каждый мальчик или каждый родитель или каждая семья забудут о злости. Всем нам доводилось бывать в домах, где родители настолько поглощены искоренением "негативных эмоций" в своей жизни, что каждое их действие становится слащавым, и обстановка выглядит такой же неестественной, как и дом, полный злости и жестокости. Злость - это часть жизни, и она может быть полезной и продуктивной эмоцией, чтобы исправить ошибку, решить проблему, помочь другу или подтолкнуть других к действиям.

Как родители, вы можете в своих действиях руководствоваться эмпатией и заботой: оказывать услуги друзьям и соседям, заботиться о престарелых родителях, участвовать в общественных мероприятиях и благотворительных акциях. Вы можете замечать и одобрять чужие поступки, продиктованные заботой и эмпатией. Мальчики часто показывают чудеса сочувствия по отношению к страдающему или расстроенному другу. Скажите ему, что вы это цените. Когда вы видите или читаете о таких поступках, расскажите о них своему сыну. И, насколько это возможно, вы можете окружить вашего мальчика другими людьми - друзьями, тренерами, учителями, родственниками, поведение которых также станет для него образцом заботы и привязанности.

Где нет места злости

Все родители знают, что независимо от того, насколько любимыми и нужными чувствуют себя мальчики, они не так расположены к откровенным беседам о своих чувствах, как девочки. В ответ на прямой вопрос о том, как идут дела в школе, или что мальчик думает о фильме, или какие у него отношения с другом, родители могут услышать лаконичное "не знаю" или "отлично", или "я не хочу об этом говорить". Иногда родитель, как на перекрестном допросе, бывает вынужден настаивать на разговоре, задавая один вопрос за другим, пока участникам этого несимметричного диалога не надоест. И потом, в самый неожиданный момент (часто перед сном, когда уже пора гасить свет), вдруг выскакивает ответ. В школе все плохо. Фильм был страшный и грустный. Друг оказался вдруг "и не друг и не враг, а так".

Когда дело касается насилия, очень важно, чтобы у мальчика было пространство, "где нет места злости", пространство, где он может снять маску и говорить о драках и жестокости, не страшась стыда, наказания, чувства собственной незначительности. Такое пространство может выглядеть по-разному, и родителям надо выяснить, как создать именно такое, которое подойдет именно их сыну. На эту роль вряд ли подойдет беседа на глазах у друзей по дороге домой из кино. Вряд ли это будет и семейный ужин, если старшая сестра и младший брат находятся тут же и слушают. Вероятно, это не будет и кабинет школьного психолога или директора. Это может быть совершенно непредсказуемо. Родитель должен быть готов слушать тогда, когда мальчик готов говорить. И если это произошло через пять минут после "отбоя", гораздо важнее будет поговорить, чем уложить ребенка спать по расписанию.

Роберт рассказывает о том, как разговоры перед сном помогли его сыну, Генри, избежать агрессивного поведения. "Мой сын - мягкосердечный человек,- сказал он, намеренно используя слово, которое мы считаем уничижительным по отношению к мальчикам,- и мне это нравится.

Генри всегда был чувствительным ребенком,- говорит Роберт. - Когда неподалеку от нас сгорел дом, он собрал одежду, из которой вырос, в пакет и попросил нас отправить его семьям, которые лишились своих вещей. Он словно маленький папа для нашего годовалого сына, всегда рассказывает ему истории и укачивает его на кресле-качалке. Я всегда хотел, чтобы мой сын, став взрослым, понимал, что быть мужчиной не означает не иметь сердца".

Однако около года назад Генри начал меняться. "Как будто вокруг него выросла непроницаемая раковина. Мы видели, что Генри, которого мы знали - там, внутри, но вокруг него выросла стена,- описывает его мама, Андреа. - Потребовалось время, чтобы извлечь его оттуда. Оказалось, что ребята из нашего района постоянно приставали к нему. Мы не знали, что делать. Мы думали, что ему весело играть по вечерам с кучкой ребятишек, но вместо этого он был мишенью для жестокой травли, а иногда и физических действий - тычков, затрещин и т.п. Обидчик был достаточно умен, чтобы никогда не оставлять следов - порезов или заметных синяков".

"Когда поведение Генри изменилось, я сначала злился,- вспоминает Роберт. - Моя первая реакция была: "Что происходит? Почему ты так отвратительно себя ведешь? Я хочу моего маленького мальчика обратно!" Но моя раздражительность приводила к тому, что он все больше закрывался. Однажды я услышал, как он со злостью назвал своего младшего брата "глупая плакса", что совершенно на него не похоже, и я растерялся".

Роберт и Андреа обсудили проблему и попытались найти книги, которые могли бы им помочь. "Андреа убедила меня, что надо перестать обвинять Генри,- говорит Роберт,- и признать, что с ним происходит что-то, отчего он так себя ведет, и что это не его вина. Она знала, что мир не всегда благодетелен к нежным мальчикам".

Наконец, у них с Генри появился новый ритуал. "Если получалось, мы укладывали годовалого сына спать первым,- рассказывает Роберт,- и вдвоем шли в комнату Генри, чтобы побыть с ним. Перед тем как выключить свет, каждый из нас рассказывал что-то хорошее о прошедшем дне и что-то неприятное. Я намеренно старался показать ему, что даже у взрослых мужчин есть чувства. Я говорил о настоящих проблемах, которые были в моей

жизни, например, о том, что приходится смириться со старением моих родителей, или как я пытался понять, почему моя секретарша все время мной недовольна.

В один из таких вечеров Генри начал рассказывать о соседском мальчишке как о неприятности дня. Как только он почувствовал себя достаточно уверенно, чтобы рассказать об этом, это стало открытой темой. Теперь мы решали проблему вместе, мы были одной командой. Мы перебирали разные варианты, такие как играть дома с теми ребятами, с которыми ему хорошо, или вступить в бойскауты, чтобы меньше времени проводить дома после школы, или говорили о том, почему эти буллы так себя ведут".

"Кажется, нам удалось вернуть своего "неженку"",- говорит его мама. Она, разумеется, говорит об этом в хорошем смысле - не как о слабости, а как о способности сочувствовать.

Часто мальчишки находят место, где можно свободно говорить о своих тревогах, за стенами дома. Это может быть его выбор - школьная группа, спортивная команда, общественная организация, квартира соседа. Или это может быть программа, организованная именно с такой целью. "Голоса любви и свободы" - программа, которую разработали Патрик Уолкер, профессор педагогики из Университета Массачусетса, и Роберт Селман - психолог из Гарвардской педагогической магистратуры и Гарвардской медицинской школы. Цель этой программы - помочь детям научиться решать проблемы несиловыми методами. В программе используется вербальная методика: рассказываются истории, которые вовлекают участников в обсуждение характеров и событий, а затем участники проводят параллели с ситуациями из своей жизни. Идея заключается в том, чтобы помочь ребятам взглянуть на действия и ситуации с разных точек зрения и понять, что мы все чувствуем себя уязвимыми, что мы все боимся и что мы все люди. Как я говорил ранее, такой взгляд с чужой точки зрения приводит к тому, что мальчик начинает сочувствовать чужим слабостям и тревогам и меньше стыдиться своих собственных. Когда мальчик сочувствует другому и не стыдится своих чувств, вряд ли он сможет настолько обезличить другого человека, что захочет направить на него свою агрессию.

Защита от буллы

Еще одна программа, в районе Черри Крик города Энглвуда, штат Колорадо, помогает мальчикам бороться с насилием способом, который они называют "буллиустойчивость". Сначала дети идентифицируются с буллы и ведут себя, как буллы. Жертвы и потенциальные жертвы узнают, что делает их привлекательной мишенью для буллы. Главный атрибут жертвы, что не удивительно, Это низкая самооценка, а вовсе не такие признаки, как раса, телосложение, внешний вид, одежда или очки. Ученики тренируются разряжать ситуации, когда буллы приближается к ним. При первом приближении буллы встречают остроумными репликами. Если это не срабатывает, они работают с последствиями.

Один из самых любопытных моментов программы - то, что она помогает перенаправить энергию буллы на позитивную деятельность. "Сотрудники школы узнали, что пятиклассник терроризирует детей из подготовительной группы и первоклассников,- рассказывает психолог из Черри Крик. - Школьный психолог отвел буллы в сторонку и сказал ему, что кто-то обижает малышей, и попросил его помочь. Так буллы превратился в защитника". Возможно, он даже задумался о будущей профессии - профессиональный телохранитель! Учителя и администрация в Черри Крик говорят, что программа снизила активность буллы, уменьшила уязвимость жертв, помогла учителям совершенствовать их навыки разрешения конфликтов, а родители благодаря программе стали меньше волноваться за безопасность и благополучие своих детей.

Вы увидите, однако, что школа не претендует на решение проблемы буллы. Действительно, исследование показывает, что большинство учителей и администраторов не знают, что делать с буллы. Проблемы, которые превращают буллы в буллы часто лежат за пределами власти или компетенции школьной системы. Переводить буллы из одного класса в

другой вряд ли будет эффективным решением. Как невозможно и исключить буллы из школы.

Но что делать родителям, если их детей в школе преследует булла? Во-первых, они могут показать ребенку, что поддерживают его и понимают, с какой серьезной проблемой он столкнулся. Они могут помочь ему проанализировать методы буллы и вместе с мальчиком продумать стратегию и тактические приемы для отражения атак. Сказать ему: не злись, прими свои несовершенства, шути в ответ на словесные нападки, будь с друзьями. В действительности, ребенок, у которого есть надежные друзья, редко становится жертвой буллы.

Если мальчик не может решить проблему сам, некоторые родители считают необходимым вмешаться. Специалисты по детской жестокости Су Эллен и Пола Фрайд рассказывают о матери, которая, с согласия сына, решила встретить буллу, избивавшего ее сына, на дороге из школы. Однажды она подошла к нему и сказала спокойным и ровным голосом, что существуют законы против драк и нападений, и что если избиения будут продолжаться, она поговорит об этом с его родителями, затем - со школьной администрацией и, если необходимо, обратится к юристам. Прием сработал, и избиения прекратились.

Родителям надо убедиться, что школьные власти знают о булле. Буллы умеют скрывать свои проделки от учителей и камер видеонаблюдения на игровой площадке. Наконец, и это очень деликатная задача, и многие родители не хотели бы брать ее на себя - родитель может поговорить о происходящем непосредственно с родителями буллы. Как и Линда, чей сын Иона копировал поведение отца, родители могут не знать (или не признавать), что их ребенок терроризирует детей в школе.

Жестокость на экране

Большинство родителей, с которыми я общался, в своих попытках уменьшить количество насилия в жизни своих мальчиков бывают удручены нескончаемым потоком жестокости, заполонившим средства массовой информации, над которыми они не властны. В домах сейчас кабельное телевидение, и там десятки каналов. Переключая каналы, невозможно не наткнуться на насилие в новостях, жестокий фильм, теледраму, жестокий мультфильм или спортивное событие. Рекламные ролики, пусть они и редко бывают по-настоящему жестокими, укрепляют традиционные стереотипы, особенно касающиеся молодых, "крутых" юношей. Рискованное поведение - полеты в небе, прыжки с моста, скоростная езда - повсеместны в рекламе. Молодые мужчины в рекламе часто показаны одиночками или членами крутой мужской команды, мы вряд ли увидим их в домашней обстановке, рядом с заботливыми родителями.

Некоторые родители бывают довольны, когда их дети предпочитают телевизору видео или компьютерные игры. В конце концов, есть множество игр, которые требуют специфических навыков и несут образовательную функцию - строительство и развитие городов, словесные игры, математические программы. Но многие компьютерные игры - это не что иное, как стрельба по разнообразным плохим ребятам с помощью арсенала невиданного оружия и военной техники и невиданных летательных аппаратов. Многие игры воспевают насилие. В игре "Doom", например, уровни игры расписаны так:

- Я слишком молод, чтобы умереть (начальный уровень).
- Эй, не так грубо.
- Сделай мне больно.
- Сверхнасилие.
- Кошмар (высший уровень).

По завершении игры, компьютер насмешливо фыркает: "В следующий раз я тебя

поджарю".

Самое удивительное в компьютерных играх то, как мальчики играют, когда они вместе. Я наблюдал, как компании мальчишек от 5 до 12 лет собирались перед экраном, чтобы посмотреть, как один игрок сражается с пришельцем, монстром или нацистом. Они почти не говорят, они смотрят на экран, как загипнотизированные, иногда восклицая "да!", когда игрок делает хороший удар, или постанывая, когда он преждевременно разлетается на куски. Поразительно то, что эти мальчики, пока они смотрят, как разворачивается перед ними хаотический мир мужчин-мачо, часто кажутся связанными друг с другом, они поддерживают игрока и относятся к его игре без осуждения. Иными словами, они ведут себя совершенно не так, как большие мальчики, изображенные в игре.

Если родителю удастся убедить мальчика выключить телевизор, компьютер и почитать хорошую книгу, он может предпочесть истории, которые рассказывают о риске, убийствах, мистических происшествиях и насилии - от "Братьев Харди"¹⁹ и "Парка ужасов Гузбампс"²⁰ до истории покорения Эвереста Джоном Кракауэром ("В разреженном воздухе"). Вопрос не в том, живем ли мы в обществе, утопающем в образах жестокости. Так и есть. Вопрос в том, как влияет на наших мальчиков эта льющая изо всех источников жестокость. И, если мы считаем, что это вредно, что мы можем сделать, чтобы минимизировать ее воздействие на ребят?

Некоторые дети, разумеется, более других подвержены влиянию того, что они видят на экране, и это может оказывать на них разное воздействие. Одиннадцатилетней Рэй, к примеру, плохо спал в течение полугода. Рэй - разговорчивый мальчик и охотно рассказывает, чем была вызвана проблема. "Мои родители не разрешают мне много смотреть телевизор, в особенности программы, где бывают сцены насилия,- говорит он. - Но как-то, когда их не было, няня разрешила нам смотреть все, что угодно. Мы с братом посмотрели программу, где пришел вор и связал всю семью, а потом убил всех, кроме маленького ребенка. С тех пор мне снились кошмары, а потом я вообще не хотел спать. Я думал, что может прийти грабитель. Я прислушивался к каждому звуку и паниковал".

С тех пор ничего не помогало Рэю заснуть. К ним приехала в гости его бабушка и стала спать с ним в одной комнате, но это была только передышка. Его бессонница вернулась, и родители совершенно растерялись. "Мы снова и снова говорили ему, что такое случается очень редко, но он не верил нам,- рассказывает мама Рэя. - Эта сцена запечатлелась в его сознании и не исчезала. Педиатр порекомендовал нам сходить на несколько консультаций к психологу".

В этой области проводилось множество исследований, но выводы многих выглядят неубедительными и противоречивыми. Исследование Национального института психического здоровья показало, что дети, которые видят по телевизору доброту, стремятся имитировать ее. Даже из повседневных наблюдений становится ясно, что мальчики в свою игру переносят персонажей, которых они видят по телевизору или в кино. Они играют в Джеймса Бонда, Терминатора, Бивиса, Дарта Вейдера или Фреди Крюгера. Они подхватывают из жестоких фильмов и программ фразы и угрозы, часто включая их в репертуар травли.

Восьмилетний Эван учится в третьем классе городской начальной школы. Многие ученики здесь смотрят телевизор часами каждый день, сражаются друг с другом в сложные видеоигры дома или в зале игровых автоматов, и порой ходят со старшими братьями и сестрами или родителями на фильмы, для просмотра которых требуется разрешение взрослых. Я спросил его, как дети называют друг друга. "По-разному,- сказал мне Эван. - Я

¹⁹ "Братья Харди" - серия детских детективов, написанная разными писателями под псевдонимом Франклин У. Диксон.

²⁰ Серия книг Р.Л.Стайна.

сегодня слышал, как один мальчик назвал другого "гондоном". Гот же самый человек как-то назвал меня "членосос". Еще один парень вчера реально разозлился и сказал, что он закатает противника в цемент и бросит в реку". Откуда взялась эта идея про цемент? "Все видели по телевизору программу о том, как четвероклассника так убили",- объяснил Эван.

Есть и более жуткие примеры страшных преступлений, совершенных молодыми мужчинами, которые, будучи пойманы, рассказывали, что их вдохновила телепрограмма или фильм. Четырнадцатилетний убийца трех своих одноклассников из Северной Каролины сказал, что на него подействовал "Дневник баскетболиста". В этом фильме главный герой, которого играет Леонардо ДиКаприо, накачавшись наркотиками, стреляет в своих одноклассников. В Кентукки группа из шести молодых мужчин и женщин убили трех человек и сказали, что обожают фильм "Прирожденные убийцы". Джон Хинкли, мужчина, который пытался убить президента Рейгана, чтобы доказать свою любовь к актрисе Джоди Фостер, сказал, что его вдохновил фильм Мартина Скорсезе "Таксист". Но даже опираясь на эти примеры, невозможно утверждать, что существует непосредственная связь между жестокостью на экране и личностными жестокими наклонностями. Жестокость на экране может разжечь в человеке уже имевшийся аппетит к насилию. Но наблюдение за жестокостью может также напутать, оттолкнуть мальчика и навсегда отвратить его от жестокости.

Мы можем, тем не менее, сделать несколько выводов о соотношении жестокости на экране и насилия в реальной жизни. У мальчиков, которые видят много жестокости на экране, развивается десенсбилизация (уменьшается восприимчивость к жестокости). Жестокость им кажется "нормальной" частью жизни. Это может увеличить вероятность того, что они будут лояльно относиться к жестокости в поступках своих друзей или в своих собственных. Мальчики действительно могут подумать, что мир гораздо более жестокое место, чем он есть на самом деле. Постоянный показ убийств, авиакатастроф, аварий, грабежей, нашествий инопланетян может привести к тому, что молодой мужской мозг решит, что телевизионный пейзаж отражает пейзаж за окном. Мальчика, особенно озлобленного мальчика, это заставляет ожидать жестокости, готовиться к ней и в своих ответных действиях прибегать к насилию скорее, чем это было бы оправдано.

Но я не думаю, что мальчика, который чувствует любовь и привязанность, у которого есть возможность в безопасном месте выражать свои эмоции, жестокость на экране побудит к жестокости в жизни. Он, вероятно, будет проигрывать эти действия в игре, он может преклоняться перед этими героями и проводить перед экраном больше времени, чем того хотелось бы родителям, но вряд ли он переступит черту, отделяющую его от ярости и насилия. Но даже в этом случае, родители продолжают волноваться о негативном влиянии насилия на экране - десенсбилизации, любовании чужими страданиями и том огромном количестве времени и энергии, которое тратится на телевизор, а могло бы быть использовано более позитивно и продуктивно.

Есть ряд способов, которые могут помочь родителям лучше справляться с вечной проблемой жестокости в средствах массовой информации, особенно по телевидению:

Обсуждайте проблему. Вашим детям надо знать, почему вы считаете жестокость в средствах массовой информации проблемой и почему вы не хотите чтобы они по три часа в день проводили у телевизора, наблюдая за тем, как "настоящие мужчины" стреляют из больших ружей. Ваша злость или выключение телевизора не помогут им понять, насколько это все серьезно.

Ограничивайте и контролируйте. Некоторые родители ограничивают количество времени, которое их дети могут потратить на просмотр телевизора каждый день или каждую неделю. Другие определяют программы, которые им разрешено смотреть (это могут быть отдельные каналы или передачи с определенным рейтингом). По меньшей мере, родителям надо следить за тем, что смотрят дети. Будьте в курсе, что это, о чем и как долго дети это смотрят.

Смотрите вместе . Многие родители не имеют представления о том, какие программы

и фильм нравятся их детям. Они "что-то слышали" об этом фильме или видели пару минут шоу. Вы не сможете принять взвешенное решение о том, что вы разрешите смотреть своим мальчикам (и девочкам), если вы сами не знаете, о чем речь.

Обсуждайте увиденное . Когда вы смотрите вместе, вы можете это обсудить потом. Вспомните вместе содержание шоу. Задайте вопросы. Это было хорошо? Это было правдоподобно? Почему герои поступали так, как поступали? Ты бы смог так поступить? Как ты думаешь, какие последствия могут быть у того жестокого поступка, который мы увидели?

Делайте осмысленный выбор . Когда вы выбираете телепрограмму, фильм или книгу, берите то, что хорошо на ваш взгляд и не поэтизирует насилие. Есть увлекательные фильмы и книги, которые не пропагандируют насилие или риск и которые показывают мальчиков любящими и заботливыми людьми. "Железная воля" - один из таких фильмов. В отличие от "Один дома - 3"

Я представляю, как одни родители хихикают и качают головой, не соглашаясь с тем, что написано выше. А другие в это время опускают руки и отказываются от борьбы с теледраконом. Я призываю вас думать об этой проблеме и обсуждать ее со своими детьми. По меньшей мере, важно, чтобы они знали, насколько вас это волнует. Сила родительской вовлеченности - главная сила, способная противостоять образам насилия в средствах массовой информации. Не надо недооценивать эту силу.

Обуздание гнева и агрессии

Еще один способ предотвратить насилие я называю "обузданием". Обучая мальчиков контролировать свой гнев и агрессивность, перенаправлять их в позитивное русло, мы поможем им не причинять боль другим и себе. Обуздание, на мой взгляд, может существовать по меньшей мере в двух формах. Во-первых, мальчиков учат выпускать свой гнев и одерживаемую агрессию способом, который традиционно именуется катарсисом. Суть метода в том, что вы даете мальчику разрешение выпустить его чувства свободно и без комплексов в подходящем уединенном месте. В своем присутствии вы предлагаете ему кричать, орать, плакать, издавать любые звуки, которые он хочет и так громко и яростно, как ему требуется, чтобы он таким образом мог очиститься от болезненных чувств, которые изводят его. Если нельзя шуметь, он может взять подушку, чтобы приглушить звук. Если он захочет поколотить что-то, он может бить грудку подушек или одеял. Самое главное - чтобы он чувствовал, что может "выпустить это все": выпустить свою злость, гнев и агрессию в вашем ободряющем и любящем присутствии. Такого рода катарсис в присутствии близкого человека - нормальный здоровый процесс, он поможет разрядить ярость, которая копится в душе вашего сына.

Во-вторых, я советую задействовать спорт и физическую активность как еще один здоровый способ выражения этих чувств. При условии, что заданы четкие границы и, при необходимости, используются средства защиты, мальчик может заниматься боксом, рестлингом или просто игровой борьбой, чтобы выпустить свою злость и агрессию. Я недавно видел такую игру: один мальчик в шлеме и защитных накладках идет по гимнастическому бревну, а под бревном постелены мягкие маты, на которые безопасно падать. Другие мальчики, тоже в защитной одежде из пористой резины, поднимаются на бревно и идут ему навстречу, им разрешено даже столкнуть его с бревна. Мальчики, за которыми я наблюдал, играли в эту игру с удовольствием. Очевидно, она предоставила им шанс выпустить свою агрессию, и для некоторых из них она, вероятно, стала средством уменьшения внутренней злости. Такие безопасные занятия с низким уровнем риска, под наблюдением взрослого создают безопасные каналы для выхода этих чувств и, по моему мнению, могут сыграть важную роль в предотвращении у мальчиков желания выпустить

свою чувства менее здоровыми и более жестокими способами.

Поощряем активность, порицаем агрессию

У мальчиков в избытке присутствует энергия и желание узнавать новое, испытывать свои возможности, действовать. Когда эти стремления направлены на благие начинания и отношения, результаты бывают впечатляющие: мальчики создают удивительные вещи, завязывают и поддерживают прочные и долгие дружеские отношения и продуктивно сотрудничают. Только тогда, когда они не могут выразить весь спектр своих эмоций, когда их вынуждают носить маску, их энергия и жажда деятельности может обернуться жестокостью. От нас они должны узнать, что властвовать не означает властвовать над другим человеком, что это может означать властвовать вместе с другими людьми. Чтобы добиться этого, мы должны сначала сами понять, какую боль они переживают, позволить им говорить о своих

чувствах и избавить их от семян стыда, из которых часто вырастают шипы жестокости.

14. Развод

"Почему мои родители так ненавидят друг друга? Это я виноват?"

Винни, 11 лет.

Третья травма сепарации

Когда Оливеру исполнилось семь, у его родителей начался трудный период. Его мать, Анна-Мария, была недовольна своей работой; его отец, Кэри, много работал, чтобы организовать свой небольшой бизнес. Они оба согласились с тем, что Анне-Марии придется остаться на этой работе, пока Кэри не поставит свой бизнес на ноги. Они оба устали, денег и времени было в обрез. Сначала участились споры, а потом их отношения превратились в сплошную череду ожесточенных ссор. Дела в бизнесе Кэри шли неважно, и его привычка выпивать бокал вина за ужином разрослась до ночных попоек, когда он напивался допьяна, вел себя шумно и неадекватно.

Однажды утром Анна-Мария разбудила Оливера и прошептала:

- Оливер, сейчас мы с тобой поедem жить в нашу собственную квартиру.

- А как же папа? - удивился Оливер.

- Папа останется здесь. Не переживай, у тебя будет возможность часто навещать его.

Но прямо сейчас папе и маме надо пожить отдельно. А ты для начала поедешь жить со мной.

- Но...

- Никаких "но". Вставай и прими душ. А йотом мы поедem с тобой в нашу новую квартиру,- сказала Анна-Мария, стараясь скрыть свое раздражение за дружелюбным тоном.

Когда они уехали тем утром из дома, никто не знал, вернутся ли они когда-нибудь. Анна-Мария и Кэри так и не помирились. В действительности, их ежедневные споры просто стали происходить по телефону.

- Я не думаю, что могу это дальше выносить,- сказала Анна-Мария Кэри по телефону, в один из тех утренних разговоров, которые всегда начинались шепотом и заканчивались криком.

- Отлично,- огрызнулся Кэри,- тогда увольняйся. Это лучше, чем постоянно выслушивать твои жалобы.

- Я бы уволилась, если б не Оливер,- ответила она.

- Он тут ни при чем,- сказал Кэри.

- Разумеется, при чем,- вспылила в ответ Анна-Мари. - Если я не буду зарабатывать

деньги, как мы отправим его в лагерь? Кто будет покупать все необходимое?

Кэри воспринял ее ответ как личное оскорбление, упрек в неспособности содержать семью.

- Я делаю все, что могу,- прорычал он. - Ты знаешь, что я пытаюсь сделать.

- Ты думаешь только о себе,- сказала она со злостью. - Мне надоело. Мне все надоело! - закричала она и бросила трубку.

Анна-Мария, которая всегда старалась закончить эти утренние битвы, пока Оливер еще спит, обернулась и увидела, что сын стоит напротив, на кухне. Он очевидно слышал весь разговор, но ничего не говорил. Анна-Мария вдруг поняла, что опаздывает на встречу и ушла от разговора: "Папа и я просто говорили о работе",- сказала она. "Давай собираться". Оливер дошел до автобусной остановки, не проронив ни слова.

Анна-Мария чувствовала себя виноватой. После нескольких месяцев семейной психотерапии они с Кэри оба поняли, что их противоречия непримиримы, и что развод будет единственным возможным решением. Обоим было трудно принять это и никто из них не мог решиться рассказать Оливеру.

В тот день Оливер не разговаривал с матерью, когда пришел из школы. Он убежал в свою комнату и хлопнул дверью. Прежде чем она успела пойти за ним, звонил телефон. Звонила мама одного из друзей Оливера, мальчика по имени Ли. По всей видимости, по пути домой Оливер в автобусе бросился на Ли, сбил его с ног, сел на него сверху и начал прыгать. Водитель остановил автобус и оттащил Оливера от приятеля. К счастью, мама Ли беспокоилась об Оливере, которого прекрасно знала, так же как и о своем сыне, который в итоге не пострадал. По словам Ли, это была просто игра, которая немного вышла из-под контроля.

Наконец, Анна-Мария поняла, что ее сына что-то серьезно тревожило. Она пошла в комнату Оливера, чтобы поговорить об этом, но он ее не впустил. Она сказала ему через дверь, что она знает о том, что произошло, что она не сердится на него и просто хочет поговорить о том, что его беспокоит.

Через минуту дверь открылась и на пороге появился Оливер, по его щекам бежали слезы.

- Что такое, Оливер? - спросила она мягко. - Что тебя тревожит?

- Вы с папой собираетесь развестись? - выпалил он и, разразившись рыданиями, бросился к матери на шею.

Анна-Мария застыла. И хотя она уже несколько недель знала, что они с Кэри разводятся, она почему-то думала, что надо еще подождать, прежде чем рассказать Оливеру. Но сейчас было очевидно, что Оливер прекрасно понимал всю серьезность ситуации. Она крепко обняла его.

- Это моя вина,- сказал Оливер тоном раскаяния.

- О, милый,- утешала его Анна-Мария,- тут нет твоей вины. Это неправда.

- Ты сказала это сегодня утром,- произнес Оливер надтреснутым голосом. - Ты сказала, что это все было ради меня, и что тебе все надоело. Значит, я тебе тоже надоел. Ты и со мной разведешься?

Тут Анна-Мария начала плакать вместе с ним.

- Мне надоело то, что происходит на работе,- сказала она.

- Мне надоело то, что иногда нам не хватает денег. Но ты никогда мне не надоешь. Никогда!

Каждый день миллионы детей переживают развод родителей. И даже над теми детьми, чьи родители сейчас вместе, висит зловещая угроза развода. Пока у каждого маленького мальчика есть знакомый маленький мальчик, который видит папу только по выходным, или такой, чья мама поручает ему больше, чем большинству других маленьких мальчиков. К подростковому возрасту у редкого мальчика нет приятеля, который живет с неродным родителем, или у его мамы есть постоянный сожитель, или он живет в смешанной семье, и у

него теперь трое новых сиблингов, или его отец ушел из семьи. "Такое чувство, что все в разводе", - сказал мне девятилетний Тимми.

Развод сейчас настолько распространен, что, по моему мнению, для миллионов мальчиков, родители которых разведены, он становится третьей травмой. Все те проблемы, которые мы обсуждали применительно к первым двум травмам мальчишества, вновь возникают при разводе и часто в еще более драматичной форме: отделение от родителей, стыд, маска, скрывающая болезненные чувства утраты и одиночества, и тендерные ограничения, удерживающие мальчиков от выражения этих эмоций.

Развод сам по себе - это драматическое разъединение для мальчика. Он чувствует себя оторванным от семьи и дома, который был доселе безопасным местом. Большинство мальчиков остаются на попечении матерей, поэтому они особенно остро чувствуют свою отъединенность от отца. Мальчик видит своего папу только по выходным или вообще не видит его. В то же самое время он может дистанцироваться от матери, которая сама слишком подавлена и загружена, так что у нее не остается времени и сил на сына. По сути, мальчика отталкивают от семьи и дома - точно так же, как его отталкивали в течение двух других типичных сепарации мальчишества.

Но в случае развода этот разрыв не преследует благих целей и у общества не находится ни оправданий, ни поддержки для него. В отличие от отталкивания шестилетки, которое предполагает помочь мальчику "оторваться от юбки", или сепарации подростка, которая призвана сделать мальчика независимым мужчиной, чрезвычайно трудно увидеть какие-то благие для мальчиков последствия разъединения в результате развода. Развод может принести с собой относительный мир паре, пережившей штормовой период супружества. Или помочь одному или обоим разведенным родителям обрести эмоциональное равновесие. Но общество не скажет мальчику, что развод пойдет ему на пользу, и сам он редко воспринимает ситуацию таким образом.

Пятнадцатилетний Денис объясняет: "Все говорят мне что-нибудь типа: "Когда твои родители тебя заберут?" или "Ты поедешь куда-нибудь от родителей этим летом?" А я отвечаю: "Нет. Мои родители в разводе. Мой папа больше даже не разговаривает с моей мамой"".

Двенадцатилетний Джейк сказал мне: "Я никому не рассказываю о родителях. Это не их дело, и все равно они не скажут ничего хорошего".

Семнадцатилетний Дэвид подчеркивает: "Я парень, поэтому не болтаю о своих родителях. Потому что другие ребята сказали бы что-то типа "не будь младенцем, не забивай голову ерундой. Ты не один такой!""

Даже учитывая распространенность разводов, мальчик продолжает вести себя в соответствии с Мальчишеским кодексом. Вместо того чтобы показать свою грусть, уязвимость, беспомощность, отчаяние, утрату он прячется под маской. Начинаются выходки, трудности с поведением, драки, дерзость в адрес учителей, споры, но что бы он ни делал, он знает, что не должен показать стыд, который раздирает его - стыд, который рождает его чувство несоответствия, слабости, страх не быть настоящим мужчиной.

Развод редко оказывается простой и явной процедурой: двое взрослых разъехались, и один из них берет мальчика на свое попечение. Развод, как фигурки на шахматной доске, касается всех членов семьи, всех родственников и каждого, кто контактирует с семьей. Меняются отношения матери и сына, меняются отношения отца и сына. Меняются отношения матери, отца и других взрослых, включая учителей. Более того, в игре могут появиться новые игроки, каждый из которых меняет расстановку сил и функции игроков: консультанты и адвокаты, няни, бабушки или друзья семьи, подруги или друзья, новые "родители" и сиблинги в повторном браке. Даже домашнее животное может исчезнуть из дома.

Беда мальчиков, переживающих развод родителей, в том, что их реакции часто оцениваются или истолковываются неверно. В последние годы много обсуждалось воздействие развода на мальчиков и девочек. Юдифь Уоллерстайн, основатель Центра для

семей в состоянии перехода, говорит об "отложенном эффекте" развода в случаях с девочками. Во время развода девочки, как кажется, вполне справляются, у них все "отлично". Но спустя годы, порой долгие годы, дремлющие негативные переживания выходят на поверхность и разрушают их жизни. Мальчики, с другой стороны, больше девочек склонны к неадекватному поведению во время развода. Их голоса становятся громкими и назойливыми. Но то, что мы слышим, это не подлинный внутренний голос мальчика - это крик злости, оторванный от той боли, которую он носит в себе. Поэтому несмотря на то, что мальчики и девочки по-разному ведут себя в ситуации развода (мальчики часто бунтуют, девочки страдают бессловесно), оба типа поведения скрывают глубокую боль, которую они чувствуют.

"Я не женюсь,- сказал мне как-то семнадцатилетний Джэйсон,- эти бесконечные споры о деньгах, о том, кто сказал это и кто сказал то, ор на детей. А потом ты все равно останешься один, так зачем вообще тогда жениться?"

Если бы развод был редким явлением в нашем обществе, нам бы, вероятно, не стоило обращать такое пристальное внимание на третью травму детства. Но, по данным Лоренса Беймера из Университета штата Индиана, родители приблизительно трех тысяч детей разводятся или разъезжаются каждый день. Половина всех белых мальчиков живет в неполной семье (чаще всего - с матерью), три четверти мальчиков-афроамериканцев находятся в аналогичной ситуации. Большинству из этих мальчиков еще нет 18 лет. Многие исследования показывают, что у мальчиков разведенных родителей выше риск появления определенных проблем, чем у мальчиков в полных семьях. Так, С.Х.Кейе пишет, что они в среднем более агрессивны, чаще пропускают школу, у них хуже оценки по чтению и математике. В исследовании Д.М.Фергюссон приняли участие более тысячи новозеландских детей от рождения до 15 лет, и оно показало, что дети в разведенных семьях раньше начинают половую жизнь, более склонны к употреблению наркотиков, и они в два раза чаще бросают школу.

Хорошая новость: мальчики могут успешно пережить развод, равно как девочки и родители. Третью травму мальчишества - как и две другие - можно смягчить. Проблема возникает в том случае, если семья плохо справилась с другими двумя травмами. Если родители считают, что мальчик должен "перетерпеть", когда он идет в школу или когда становится подростком, они, вероятно, будут ожидать от него того же во время развода. С другой стороны, если родителям удалось создать крепкие отношения с мальчиком, если они давали ему возможность быть собой и выражать свои подлинные эмоции, он и через развод может пройти, не пытаясь спрятаться под маской. Для этого, однако, родители должны отделить свои чувства друг к другу и ситуацию, в которой оказались их отношения, от своих чувств к сыну, И хотя это может быть очень трудно, это необходимо сделать.

Как научиться читать поведение, как показания барометра

Эмоции, которые захлестывают семью на грани, в процессе или после развода чрезвычайно сложны и постоянно изменяются, порой постепенно, порой резко и внезапно. Поведенческие реакции мальчика на происходящие изменения могут быть разными: иногда это неожиданный и бурный всплеск активности, как в случае с Оливером в школьном автобусе, иногда это новое и навязчивое действие, например, непрекращающаяся болтовня и поддразнивание, иногда это может быть, напротив, бездействие - мальчик погружен в безмолвие и угрюм. Родителям надо научиться читать поведение мальчика, как показания барометра.

Для мальчика в ситуации развода типично испытывать такие эмоции, как стыд, чувство вины, уязвимость, тревога. Он может очень страдать от чувства стыда, что он не в состоянии быть мужчиной и пережить этот трудный период один. "Я все время себя спрашиваю: если бы я не был таким беспомощным, как младенец, может быть, мои родители были бы вместе,-

переживает шестнадцатилетний Рафаэль. - Папа всегда кричал на маму и говорил, что она слишком много мне позволяет. Он говорил, что я избалованный ребенок, что я получаю все, что хочу. Я думаю, он устал от нас обоих". Безусловно, мальчик вроде Рафаэля будет думать, будто он виноват в разрыве родителей и разрушении семьи. Он часто чувствует себя уязвимым и беспомощным: он ничего не может сделать для воссоединения семьи и восстановления привязанности. Он испытывает страх и тревогу перед будущим. Что со мной будет? Кто будет со мной? Мне придется переехать в новый дом, в новый район, пойти в другую школу? Но сильнее всего ужасное чувство оторванности. Разорваны не только семейные узы, он может столкнуться с невозможностью добиться близкого индивидуального контакта с матерью или отцом, потому что они сами слишком растеряны. Они могут быть поглощены своими обидами, угрызениями совести, сожалениями, виной, что им трудно заметить чувства сына. Все это приводит к тому, что мальчик отключается от своих собственных подлинных чувств.

Дж.В.Сэнтрок, который опросил 45 мальчиков-пятиклассников, говорит, что развод - это настолько травматичное и болезненное переживание, что мальчикам труднее справиться с ним, чем со смертью родителей. Смерть, даже трагическая и неожиданная,- это более определенная и ясная ситуация, чем развод. Мальчик будет тосковать по родителю, скучать, но родителя больше нет, нет ни единого шанса, что он вернется. Мальчики в разведенных семьях, наоборот, могут тешить себя надеждой, что родители сойдутся вновь, и могут прилагать массу усилий - порой годами - чтобы добиться воссоединения, которое так же невозможно. "Я испробовал все,- вспоминает восемнадцатилетний Кент. - Я пытался приглашать их вместе на мои теннисные матчи, я организовал рождественскую вечеринку, где мы могли бы быть семьей, однажды, когда мне было всего восемь лет, я убежал из дома, чтобы увидеть своего папу и умолить его вернуться домой и жить с нами. Ничего не помогало. Это, определенно, был конец. Я чувствовал себя изнуренным".

Общественная реакция еще больше усугубляет негативные последствия развода. Общество скорбит о смерти родителя и готово даже сделать исключения для мальчика, разрешив ему, невзирая на Мальчишеский кодекс, плакать и выражать свое горе и чувство утраты. И тем не менее, по большей части мы ждем, что мальчик, особенно подросток, встретит смерть родителя стойчески сжав губы. Вспомните принца Гарри, идущего за катафалком Леди Дианы, его спокойное и безэмоциональное лицо. Но о чем он думал, что он чувствовал внутри?

Общество, по моему мнению, далеко от принятия развода, несмотря на его распространенность, и еще меньше склонно принимать чувства мальчиков в этой ситуации. Разведенная семья часто воспринимается как неуспешная, и порой даже как угроза полным семьям, особенно тем, где есть проблемы. Другие родители не знают, что сказать разводящимся, чью сторону принять и как обращаться с их детьми. Часто итогом становится то, что соседи и друзья отмалчиваются. Они не принесут горячую еду, как это было бы после смерти. Они не свернут со своей дорожки, чтобы окликнуть разводящихся, и они вряд ли навещат горящую семью. И тогда мальчик снова испытывает чувство отверженности, на этот раз - от общества.

Для большинства мальчиков, единственный способ справиться с эмоциями, сопровождающими развод,- это выразить их через действие, как они поступают во многих ситуациях. Они будут бросать, бить и ломать вещи. Они начнут драться в школе и с соседскими ребятами. Они будут кричать и шумно играть. Они будут отказываться ложиться спать, идти в школу, будут отказываться делать все, что бы ни предложил родитель. Они будут давить муравьев, гнуть ветви деревьев, съезжать на скейте с возвышенностей, воровать в ближайшем магазине, разводить костры, рвать одежду, теряться в лесу, плевать на тротуар, бросать камни в окна, копировать жестокие и приносящие увечья действия героев видеоигр, терять тетради с домашним заданием, грубить учителю и совершать тысячи других поступков, которые будут выглядеть как поступки "дурного мальчишки", но на самом деле будут криком страдающего мальчика. Либо, как я уже говорил, мальчик может выбрать

противоположность действию. Он замкнется, перестанет говорить, закроется в своей комнате, будет часами лежать на диване, бросать тысячи бумажных шариков в мусорную корзину, слоняться по дому, много смотреть телевизор, наденет наушники и будет целыми днями слушать музыку, встанет у окна и будет смотреть вдаль.

И эти действия - или нежелание действовать - могут служить барометром настроения. Чем более вызывающе поведение - тем сильнее переживаемая боль.

Родитель-одиночка. Мать

Большинство мальчиков после развода живут с матерями, и большая часть их находится под единоличной опекой матери, и мало или вообще не контактирует с отцом. Это стоит большого труда и самоотверженности, но мать может успешно воспитать мальчика и без отца даже в том случае, если мальчик растет, не имея перед глазами значимой мужской фигуры. Но отношения матери и сына отличаются от отношений отца и сына, и матери может потребоваться время, чтобы понять, в чем разница, и приспособиться к ней.

Когда Рону было девять, его мама ушла от его отца, после многих месяцев споров, психологических консультаций, примирений и возобновления обид. Наконец, после очередного спора на привычной эмоциональной волне, отец Рона в гневе выскочил из дома, и для его матери это стало последней каплей. Она собрала Рона и двух его сестер, посадила их в машину и уехала с ними к далеко живущим родственникам.

По дороге они остановились, чтобы перекусить. Заняв столик, мама Рона пошла с девочками в женский туалет. Рон должен был идти в мужской один. "Я всегда ходил в туалет с отцом,- вспоминает Рон. - Мне не хотелось быть там одному среди всех этих незнакомых мужчин. И еще хуже мне становилось от того, что я представлял мою маму и сестер в женском туалете вместе, как они сочувствуют друг другу, болтают, обнимаются. Не думаю, что мама задумывалась об этом. Она просто решила, что я могу пойти один. Я никогда не говорил ей, что побаиваюсь общественных туалетов, потому что в том не было нужды. Но папа знал о моих чувствах. Он говорил, что испытывал то же самое, когда был ребенком.

В тот момент я почувствовал, что остался сам по себе. Мама и сестры были вместе. Они могли спрятаться в женском туалете. А я не мог. У меня не было никого, с кем я бы мог поплакать вместе, и я считал, что не должен плакать один".

Рону потребовалось несколько лет (а также психотерапевтические консультации в группе поддержки), чтобы сломать лед молчания и наконец рассказать о крушении его семьи. "Тридцать лет спустя, я могу плакать и найти поддержку не только у моей жены, но и у друзей, которым я могу доверять. Но с того момента, когда мне было девять, и вплоть до последних лет я был совершенно отрезан от своих эмоций".

Я не утверждаю, что разведенные матери намеренно избегают или игнорируют чувства своих сыновей. Но как отец никогда не сможет так же глубоко и инстинктивно понять потребности дочери, как мать, точно так же и самая заботливая и проникательная мать не в силах абсолютно прочувствовать и понять специфические особенности и тревоги мальчика. Синди, разведенная мама двух мальчиков, выразилась так: "Я знаю, что я неплохо справляюсь, и что мальчики довольны тем, как и что я делаю. Но порой я вижу, что они грустят, как будто есть желания, которые не могут сбыться. И когда я ловлю этот взгляд, я знаю, что это связано с их отцом. Они скучают по нему - по его нраву, его смеху, его привычкам. Я очень люблю моих мальчиков, но я чувствую, что в эти моменты ничего не могу для них сделать. Нам просто нужно пережить это вместе".

Отношения матери и сына в семьях, где мать - единственный родитель, могут усложняться противоречивыми эмоциями, которые испытывает мать, в особенности ее отношением к отцу мальчика и к мужчинам в целом. И хотя это не всегда так, мать может испытывать резко отрицательные чувства к отцу - разочарование, раздражение, злость, ненависть, ревность, неприязнь. Она может распространять эти чувства на мужчин в целом

какое-то время спустя, а порой и в течение многих лет после развода. Когда мальчик видит эти эмоции, направленные на главную мужскую фигуру в его жизни и на представителей своего пола в целом, он может растеряться: какой же ролевой модели ему следует придерживаться, на кого он может равняться, если все мужчины плохие?

Самая большая опасность для матери - перенос своих чувств к отцу на сына. Если она начинает думать, что ее сын "в точности как его папаша" или "он такой же, как все мужики", он может начать воспринимать сам себя как опасность. Он чувствует, что он не только не в состоянии говорить с его теперь единственным родителем, но что само его присутствие нежеланно. Ему больше некуда идти за сочувствием и помощью. Кому он может сказать, что его мать считает его плохим?

У некоторых матерей другая реакция. Они не считают, что их сын плох, а ожидают, что он должен стать "маленьким мужчиной в доме". Они ищут у него эмоциональной поддержки и даже физической помощи после развода. Они ждут, что мальчик возьмет на себя задачи и обязанности отца, такие как забота о младших детях и выполнение каких-то домашних дел. И хотя нет ничего дурного в том, чтобы мальчик помогал по дому, это может углубить травму развода у "маленького мужчины". Он не только должен привыкнуть к новой жизни с одним родителем, но он еще и должен стать мужчиной слишком рано.

В таких семьях мальчику может быть очень трудно. Стефани Кейзен наблюдала за 648 детьми в течение 8 лет после развода родителей. Ее исследование показало, что у мальчиков, оставшихся с матерями, риск серьезных депрессий выше в 5 раз, чем у девочек в таких семьях. И эта вероятность была гораздо выше, чем у мальчиков, которые поддерживали постоянные отношения со своими биологическим или приемным отцом или с другим мужчиной, например, другом матери, дядей или другом семьи.

Но определяющий фактор того, насколько хорошо будет мальчику в семье, где мать - единственный родитель, - это не присутствие или отсутствие отца или другого мужчины. Если мать сможет одержать свои чувства к своему мужу и не перенести негатив на всех мужчин в целом и на своего сына в частности, научится понимать, как мальчики выражают эмоции (чаще всего через действие) - она сможет помочь сыну пройти через развод, не безболезненно, но избежав ненужной боли.

На самом деле, есть масса доказательств того, что мальчика можно успешно растить и без отца, и без значимой мужской фигуры в его жизни. Одиноким мамам часто прекрасно растут своих сыновей без мужской помощи.

Роберта вышла замуж за Джеффа, когда они оба заканчивали колледж в Вермонте. В следующие три года у них родились двое детей, Райан и Ким. Джефф поступил учиться дальше в Университет Массачусетса, а Роберта работала неполный день и занималась детьми. Семья встречалась в основном по выходным. Когда Джефф окончил учебу, он нашел работу недалеко от дома, а Роберта вернулась в школу и получила сертификат на право преподавания. Через несколько лет после того, как она закончила учебу, Джеффу предложили хорошо оплачиваемую и интересную работу в штате Юта. Роберта не хотела переезжать, а он хотел. На седьмом году супружества, они оба поняли, что отстранились друг от друга и у них в жизни разные желания. Они разъехались по-дружески. Джефф прожил один в Юте целый год и всего 2 раза навестил семью. Еще через год Джефф и Роберта решили развестись. Райану было семь, Ким - шесть.

"Я поняла, что теперь на меня ложится ответственность за воспитание детей, - сказала Роберта. - Я могу действовать с сердцем и умом либо пуститься на путь сожалений и взаимных упреков. Когда я осознала это, я не сомневалась. Я хотела сделать так, как будет лучше для детей и для меня. Я знала, что им будет лучше, если у меня будет позитивный настрой, и я знала, что для меня тоже так будет лучше. Никому не хочется жить с нытиком".

Роберта нашла работу, которая позволяла ей проводить дома большую часть времени во второй половине дня. Она не стала создавать порочащий образ Джеффа, и хотя он никогда не приезжал к ним, она предлагала детям звонить ему, когда им хотелось. Время от времени она встречалась с кем-то, но не старалась найти другого мужчину на место Джеффа.

Кроме всего прочего, она беседовала с обоими детьми об их жизни и старалась делать то, что Райану особенно нравилось. "Когда мы пришли на нашу первую игру в хоккей вместе, он научил меня командной речевке, и, поверьте мне, никто на трибуне не кричал громче меня".

Когда Райану исполнилось двенадцать, Джефф пригласил его к себе в Юту. "Моей первой реакцией было сказать "нет", - вспоминает Роберта. - Я думала, что Райану может там понравиться. Что он захочет остаться. Что у него разовьется какая-то невероятная привязанность к отцу, и я потеряю его. Но я знала, что должна отпустить его. Поэтому я сказала ему, что буду очень по нему скучать, но надеюсь, что он хорошо проведет время.

Райан действительно хорошо провел время, попробовал все на свете: родео, верховую езду, рафтинг. Но это выглядело как каникулы. Он знал, что он не дома. Наша связь очень сильна. И надо отдать должное Джеффу, он не пытался играть на чувствах Райана. У них установились отношения, и это хорошо, но он не манипулировал Райаном и не пытался настроить его против меня.

Если бы я могла начать все сначала, я думаю, я не вышла бы так рано замуж. Я бы завела детей позже. Я бы больше старалась, чтобы сохранить семью. Но я не могу ничего изменить. И у меня двое прекрасных детей. Это многого стоит".

Отстраненный отец

В семьях, где дети остаются с мамой, роли отца могут быть очень разными. Некоторые отцы исчезают насовсем. Некоторые, как Джефф, живут на расстоянии и почти не участвуют в жизни своих детей. Тем не менее, мы можем сделать некоторые обобщения, касающиеся статуса матери и отца. Статистика показывает, что у большинства матерей финансовое положение после развода ухудшается, в то время как отцы чаще страдают от депрессии. Это связано по большей части с тем, что в семье мать отвечает за социальные контакты внутри и за пределами семьи, она служит своего рода "эмоциональным клеем", и поэтому отец чувствует, что он выпадает из привычного социального круга. Это может приводить его к унынию и депрессии и отрицательно сказывается на его способности быть с сыном. Он может продолжать выполнять свои финансовые обязательства (в отличие от так называемых отцов-неплательщиков), но он не в состоянии выполнять эмоциональные обязательства и потом становится "отстраненным" отцом, о которых мы говорили в Главе 6. Отстраненный отец - это мужчина, который участвует в жизни сына только во время предписанных визитов или ежемесячными банковскими платежами. Он не столько безответственный, сколько потерянный, угнетенный, эмоционально омертвевший из-за разлуки с сыном.

Порой, особенно в богатых семьях, мальчик пытается заставить отстраненного отца компенсировать нехватку любви деньгами. Шестнадцатилетний Мартин боготворил своего отца, состоятельного управляющего международной корпорации. Но когда его родители развелись, отец переехал в пригород, где жил, и купил роскошный пентхауз в городе. Мать Мартина получала достаточно денег, но его отец, который был ужасно расстроен разводом, вскоре начал встречаться с женщиной значительно моложе себя и часто брал ее с собой в продолжительные деловые поездки по всему миру. "Я почти не видел отца,- рассказал Мартин. - Он мне даже открытки не присылал. Как-то я получил открытку из Лондона или Пекина, или еще откуда-то. Я помню, что на одной из них подружка моего отца написала: "Привет, милый". Я почти не знал ее".

Отец Мартина компенсировал свое отсутствие по-своему. Он купил Мартину машину, посылал ему билеты на рок-концерты и баскетбол, всегда самые лучшие места. Каждые выходные можно было увидеть Мартина рядом с красивой девушкой, со свистом проносающегося мимо на какое-нибудь событие. Его одноклассники считали его самым крутым парнем. У него было много денег. У него была машина. Он мог делать все, что хотел.

Со временем Мартин заговорил на языке денег, которому его научил его отстраненный отец. "На свой восемнадцатый день рождения я попросил его подарить мне мою

собственную кредитную карточку, и он подарил. Первое, что я сделал, - я повез мою девушку на каникулы в Сент Барт. Мы остановились в лучшем номере в лучшем отеле. Это было забываемо. Я не сказал ему об этом. Но когда он получил отчет по транзакциям, он был в бешенстве. Он позвонил мне и начал орать на меня. Я орал в ответ. Я сказал ему, что он мне должен. Он должен мне кучу времени за то, что бросил маму и оставил нас всех в этом дерьме".

Хотя многие отцы исчезают из жизни сыновей, многие остаются. Иногда именно мать прикладывает усилия, чтобы сохранить связь.

Брак Луизы закончился за несколько дней до рождения ее сына Уилла. Ее муж женился на женщине, с которой у него был роман, и переехал на другой конец страны. "Воспитывать Уилла в одиночку означало, что мне придется найти для него мужчину. Я знала, что могу дать ему многое, но я также знала, что есть печи, которые может дать ему только мужчина", - рассказала Луиза. Она решила, что, когда Уилл подрастет, у него Моиг со-житься хорошие отношения с отцом. "Я была безумно зла на Макса из-за его романа и из-за того, что он оставил меня с ребенком, но я никогда не показывала это Уиллу. Я поддерживала их отношения с того времени, когда Уилл был еще малышом. Мне до сих пор приходится звонить его отцу и говорить: "Ты знаешь, ты не звонил Уиллу уже три недели, может, тебе стоит позвонить сыну?" Ради сына я организовывала их отношения все эти годы. Поэтому у моего сына отличные отношения с отцом, и они очень близки, несмотря на расстояния".

Луиза также включила Уилла в программу "Большой Брат". "Он попал в программу, когда ему было семь, и Блэр был с ним три года. Блэр замечательный парень. Все было отлично". У Луизы завязались отношения с мужчиной по имени Гари и в какой-то момент он переехал к Луизе и Уиллу. "Когда Гари переехал, мне пришлось объяснять ему, что как взрослый, он должен идти навстречу ребенку. Первые несколько недель были немного напряженными, но мы справились. У нас нет неприязни, и сейчас он некоторые моменты охотнее разделит с Гари, чем со мной. Вы понимаете, получить одобрение Гари - совсем не то же самое, что получить одобрение от меня, матери. И я поддерживаю это".

Порой отношения с мужчиной-"заместителем" не складываются. Мать может пытаться помочь сыну найти контакт с ее новым другом, если отца нет рядом, и даже пытается надавить, чтобы все получилось. Но, если один друг сменяется другим, а тот третьим, на самом деле мальчик чувствует даже большую оторванность. Он уже был однажды "брошен" одной мужской ролевой моделью. Череда разочарований в мужских отношениях причинит вред его и без того хрупкой самооценке.

Некоторые отцы меньше вникают в жизнь сына, когда у матери появляется новый партнер. Один такой человек, устранившийся из жизни сына после вступления матери в новый брак, сказал: "Ее новый муж хороший парень. Он отлично ладит с моим сыном. Я думаю, что больше ему не нужен". Даже в том случае, когда сын сохраняет крепкие семейные отношения с матерью и ему нравится его приемный отец, это не означает, что его отец ему становится не нужен. Единственный вывод, который он делает из такого поведения отца: "Мне все равно. Ты мне безразличен".

Но не все отцы, разумеется, отдаляются от своих мальчиков после развода. А некоторые берут полностью на себя воспитание. Количество семей, где дети остаются с отцом, растет, хотя и процентная доля их еще очень маленькая. Есть одно новое и противоречивое исследование, показывающее, что мальчики, которые остаются с отцом, живут лучше, чем мальчики, которые остаются с матерью. Правда это или нет, на мой взгляд, это исследование подчеркивает то, насколько важно, чтобы отец не исчезал из жизни сына лишь потому, что он считает, что больше ему не нужен. Как выразился четырнадцатилетний Тони: "У тебя только одна мама и только один папа. Поэтому я думаю, что ты на самом деле хочешь, чтобы они оба были в твоей жизни".

Общество, построенное на устаревших стереотипах

Общество ожидает от мальчиков определенного поведения, и точно такие же ожидания оно возлагает на семьи. Как бы ни был распространен развод и как бы политкорректно ни говорили о нем школы и социальные организации, наше общество по-прежнему ориентируется на полные семьи. Мальчик без отца оказывается в невыгодных или, по крайней мере, затруднительных ситуациях гораздо чаще, чем хотелось бы. На родительские тираны всегда будет ходить мать. Если он занимается командным спортом, его тренеры почти всегда будут мужчины, и никогда - его отец. В поход с младшей дружиной бойскаутов его мама может пойти, но она будет в меньшинстве. Его пригласят на вечеринку к друзьям, на игру или в поход. Там могут быть четыре сына, но только три отца.

Даже когда учителя, родители, друзья, соседи исключительно деликатны, факт остается фактом: мальчик без отца не может иметь того же, что есть у других мальчиков. И чем больше его приятели жалуются на стычки или разногласия с отцами, тем менее мальчик видит, что это пустяки по сравнению с крепкими взаимоотношениями. Он не хочет отличаться, но он ничего не может с этим поделать. Это, конечно, вызывает у мальчика чувство стыда, и так запускается цикл, который мы видели во многих других сложных ситуациях: он надевает маску и пытается защититься от болезненного ощущения, что он из "не такой" семьи.

Как найти безопасное пространство в "смешанной" семье

Семья с двумя родителями - это модель, которую общество идеализирует, однако все больше и больше семей не вписываются в эту схему. Мальчики после развода могут оказаться в самых разных смешанных или воссозданных семьях, где возникают проблемы даже более сложные, чем жизнь без отца или жизнь с матерью в состоянии стресса. Когда родитель вступает в повторный брак, мальчик может стать частью увеличившейся семьи, в которой вдруг появляется взрослый, занимающий место отсутствующего родителя. У приемного родителя также могут быть дети от предыдущего брака. Общество нарисовало картинку счастливой суматошной смешанной семье, такой семейки Брэди²¹, где приемный родитель окружает своих новых детей бесконечной любовью и пониманием, и в итоге получается такая семья-компания, в которой дети получают еще больше любви и жить в которой им еще веселее и интересней, чем в семье с двумя родителями. Разумеется, редко все складывается так легко.

После шести лет единоличной опеки над сыном и дочерью Барбара Лондон вышла замуж за мужчину по имени Артур, он никогда не был женат и не имел никакого родительского опыта. Кэмерону было десять, Уилле - шесть.

"Кэмерон с трудом приспособился к жизни с приемным отцом,- рассказала мне Барбара. - Дочка, кажется, достаточно хорошо адаптировалась, но Артуру и Кэмерону до сих пор приходится непросто".

Поведение Кэмерона регулярно выходило из-под контроля. "Мне звонили из школы, и дома был кошмар. Как-то за ужином мы только начали есть, и Кэмерон захотел выйти из-за стола. Артур сказал ему, что его никто не отпускал. Кэмерон начал грубить в ответ, отпихивая тарелку. Артур разозлился на него, и от этого Кэмерон только распалился. Наконец, он выругался матом и назвал Артура похабным словом. Артур взбесился. Он не мог поверить, что его так назвал десятилетний ребенок. В следующий момент Кэмерон хлопнул дверью своей комнаты, а Артур был готов уйти, чтобы никогда не возвращаться".

Барбара пыталась урегулировать конфликт. Она старалась объяснить Артуру, как себя

²¹ "Семейка Брэди" - американский комедийный сериал об овдовевшем отце, который женится на женщине с тремя детьми.

должен чувствовать Кэмерон, когда новый человек вдруг пытается установить над ним контроль. Также она пыталась рассказать Кэмерону, что у Артура никогда не было детей, и ему нужно время, чтобы научиться быть приемным отцом. "Никто из них не был терпим ко мне",- говорит Барбара.

Я спросил ее, считает ли она, что поведение Кэмерона как-то связано с его возрастом или полом. Она задумалась. "Я думаю, что это отчасти из-за того, что Кэмерон мальчик. Он легко выходит из себя и раздражается. Уилла в таких случаях грустит и становится плаксивой. Когда я думаю об этом, я понимаю, что ей пришлось тоже нелегко, но нам с Артуром намного проще ужиться с очаровательной шестилетней девочкой, у которой глаза на мокром месте, чем с раздражительным, орущим десятилетним мальчиком. Уилла рассказывает мне о своих чувствах. Она показывает на игрушечного слоненка, которого подарил ей папа, и говорит, что она скучает по "настоящему папе". Когда я спрашиваю Кэмерона о его чувствах, он говорит, что ненавидит Артура".

У многих приемных родителей появляется чувство: что бы они ни делали, все будет не так. Если они пытаются быть друзьями своим приемным детям, дети отталкивают их. Если они стараются заменить родителя, дети сопротивляются их попыткам и видят в этом стремление захватить власть. Если они решают игнорировать приемных детей, то вскоре понимают, что это, разумеется, невозможно.

Многие мальчики, как мы видели, находят решение в отчуждении и маске. Они прячут свои чувства и ведут себя так, как будто все отлично, продолжая страдать в глубине души. Другие мальчики начинают вести себя импульсивно и дико, ищут проблем.

Мальчики в несчастливых смешанных семьях сталкиваются с дополнительной трудностью. Дом больше не является для них безопасным пространством, где они могут выразить себя. Когда такое происходит, они могут стараться создать безопасное место вне дома - в доме друзей, в компании, у девушки или на школьных занятиях. Даже если ему повезет и он найдет такое место, часто это происходит за счет потери привязанности к дому.

Как помочь мальчику пережить развод и не надеть маску

Никто не будет спорить с тем, что развод - это отнюдь не позитивное изменение, но и из него можно выйти с положительными итогами. Один родитель или оба могут создать более удовлетворительную жизнь для себя вне брака. Дети могут почувствовать, что они теперь освободились от угнетающей домашней обстановки или психологического и вербального насилия. Но сам по себе развод и процедура развода не несут ничего хорошего. Развод опасен для сыновей и для дочерей. Мы должны научиться распознавать тревожащие знаки того, что у мальчика вот-вот будут проблемы.

Нет двух одинаковых реакций на развод. Один мальчик может злиться на одного или обоих родителей, другой - нет. У одного мальчика во время развода может развиваться депрессия, вплоть до суицидальных настроений, у другого - нет. Многие мальчики отыгрывают свои эмоции и ведут себя дико и разрушительно. Другие мальчики становятся молчаливыми. Очень важно не делать никаких выводов об эмоциях мальчиков. Единственный путь здесь - внимательно наблюдать за поведением сына и искать возможности обсудить с ним развод и его переживания. Неверно понять сына может быть также разрушительно для ваших отношений, как и совсем его не слушать.

Есть, несомненно, ряд поведенческих схем, которые ясно показывают, что у мальчика эмоциональные проблемы. У него могут появиться психосоматические симптомы, он становится слишком зрелым или плохо учится в школе. У него могут возникнуть трудности с обретением друзей и сохранением дружеских связей. Он может начать драться, срывать уроки или грубить учителю. Но как бы ни было родителям неприятно такое поведение, это повод, чтобы начать говорить. Если мальчик, например, отказывается идти в школу, может быть, пришло время начать разговор о том, что его на самом деле тревожит. Это тест по

грамматике, как он говорит, или тоска по отцу?

Осознайте, что ничто не остается неизменным

Родители Стефана развелись, когда ему было одиннадцать, и его мама вернулась на работу. Она была так загружена работой, финансовыми заботами, эмоционально подавлена разводом, что Стефан решил, что должен ей помогать. Он старался держаться стойко и делал по дому все что мог. Он помогал с готовкой, уборкой, присматривал за шестилетним братом. Он даже утаивал от нее некоторые телефонные звонки в попытках защитить ее, когда кредитная компания звонила сообщить о просроченном платеже. К тому времени, когда Стефану исполнилось шестнадцать, его мама решила все финансовые проблемы, чувствовала себя уверенно на работе и была эмоционально уравновешена. И после того, как пять лет она позволяла Стефану играть роль отца, она сейчас, сама о том не подозревая, хотела вернуть его на прежнюю позицию маленького мальчика.

В пятницу вечером Стефан решил прогуляться и спросил маму, можно ли взять машину. "Но сначала ты уберешься в своей комнате",- сказала она.

Стефан взорвался. "Я убираюсь в своей комнате уже пять лет, и на кухне тоже. Мне не нужны были твои указания, чтобы присмотреть за братом, подстричь лужайку или купить продукты, и сейчас мне не нужны твои напоминания о том, что пора убираться в комнате. Ты не можешь вот так вдруг решить побыть моей мамочкой". Он взял ключи от машины и выбежал из дома.

Его мама заплакала, когда увидела правду в словах Стефана: она слишком много требовала от него во время развода. Сейчас она хотела вернуться в "нормальную" семью, но было слишком поздно. Суть в том, что родители всегда должны видеть и слышать мальчика, переживающего их развод. Его эмоции в момент развода могут отличаться от эмоций через шесть месяцев после. И, как у Стефана, они могут и дальше изменяться - порой непредсказуемо - годы спустя.

Создайте безопасное пространство и выделите "особое время"

Мы уже говорили о том, что мальчикам нужно безопасное место, где они будут чувствовать себя свободными от тендерных стереотипов и смогут говорить. Для мальчиков в разведенной семье может быть полезным "формализовать" это безопасное пространство, выделив особое время, в течение которого родитель всегда доступен и все его внимание принадлежит ребенку.

После того, как родители Филипа развелись, его отец, Джек, вскоре стал встречаться с другой женщиной. Всю рабочую неделю Филип жил со своей матерью, Арианой. А на выходных отправлялся к отцу и его новой подруге, Джойс, у которой была пятилетняя дочь, Шарлотта.

"В школе я скучал по папе. Я люблю маму, не подумайте чего, но ей не нравится делать кое-что, что нравится мне, например, играть в Нинтендо или помогать мне тренироваться с боксерской грушей. Но в выходные я скучал по маме. Папе хотелось быть с Джой, и он мог сказать мне, чтобы я пошел на улицу и поиграл. Еще и Шарлотта все время болталась под ногами".

Уже много лет у Филипа была средней тяжести астма. После нескольких месяцев поездок к отцу ситуация с астмой ухудшилась. Он начал задыхаться по 2-3 раза в неделю, настолько тяжело, что его отправили в школьной медсестре.

"Сначала я подумала, что у Филипа резкое ухудшение,- вспоминает Ариана,- я отпросилась с важного совещания на работе и бросилась в школу. Когда я приехала, он выглядел подозрительно здоровым. Я поняла, что медсестра решила подстраховаться и

проинформировать меня, но я подозревала, что тут есть еще что-то кроме приступа астмы".

Ариана обратилась за помощью в группу поддержки для родителей, которую она посещала, и лидер группы предложил ей попробовать способ "особое время". Как мы уже говорили в этой книге, особое время - это временной промежутков, когда родитель делает все, что бы ни захотел делать ребенок, если это не приносит никому вреда, при необходимости, в заранее оговоренных фанансовых рамках. Ариана и Филип выделили такое особое время по часу дважды в неделю.

"Сначала Филип вытаскивал меня на улицу играть в бейсбол или смотреть, как он катается на велосипеде,- то, что я не всегда хотела делать после долгого рабочего дня,- рассказала мне Ариана,- но я это делала, потому что должна была доказать ему, что действительно хочу играть по его правилам".

Через несколько недель Филип придумал новое занятие для особого времени - это игра, в которой он притворялся, что у него приступ астмы. "Я должна была взять его на руки, отнести в больницу и затем изображать встревоженного доктора с волшебными лекарствами".

Постепенно Ариана пришла к пониманию того, откуда взялась у Филипа идея этой игры и с чем были связаны приступы астмы в школе: он хотел убедиться, что Ариана всегда будет рядом, что она всегда придет на помощь, если ему понадобится. "Вскоре я усовершенствовала свою игру. Я была в ужасе от того, что он так болен. Я говорила ему, как сильно я его люблю. Я обещала, что всегда буду рядом, когда бы он ни позвал меня. Я даже придумала, что у меня есть особый пейджер, по которому он всегда может связаться со мной, даже если он проводит выходные у отца".

Филиппу так понравился воображаемый пейджер, что Ариана решила купить ему настоящий. Особое время и игра в астму помогли. Филип стал реже попадать в кабинет школьной медсестры, и наконец эти визиты совсем прекратились. "Я больше не задыхаюсь,- говорит Филип,- я чувствую себя намного лучше". Я спросил его, почему, по его мнению, астма прогрессировала. "Я думаю, мне просто не нравилось, что папа начал жить с Джойс",- ответил он.

Филип и Ариана продолжают устраивать особое время по меньшей мере раз в неделю. "Он придумал другое занятие,- говорит Ариана с улыбкой,- теперь я рискую своей головой, катаюсь с ним на роликах".

В это особое время предмет разговора - это не всегда развод, и даже не чувства Филипа. Иногда мать и сын просто проводят время вместе, делают "что-нибудь". Нет необходимости подталкивать мальчика к беседе или "заставлять" его говорить - любая мама мальчика знает, что слишком большое количество прямых и наводящих вопросов - это лучший способ "выключить" мальчика из разговора. Но особое место дает мальчику понять, что, как только ему захочется поговорить, он найдет здесь внимательного собеседника. Порой это так же важно для мальчика, как слова.

Ободряйте, но не притворяйтесь

Когда мальчик начнет рассказывать о своих переживаниях, касающихся развода, могут всплыть самые разные утверждения, интерпретации, идеи и опасения, часть из которых могут задеть вас как ошибочные и даже совершенно неверные. Комментарии вроде "Как ты мог так подумать?" или "Это безумие!" или "Ты все неправильно воспринимаешь" не помогут "исправить" его идеи или как-то повлиять на его чувства.

Вам нужно убедить вашего сына, что вы с ним и что вы любите его. В то же самое время, не стоит изображать ситуацию лучше, чем она есть на самом деле. Если вы знаете, что другой родитель уезжает или снова женится, не скрывайте это. Если ваш сын хочет новую дорогую аудиосистему, а это не вписывается в ваш бюджет, не говорите "посмотрим" или "это ерунда". Объясните, когда вы сможете купить эту систему. Или предложите, как можно

ее получить иначе - подработать или купить подержанную. Вашему мальчику нужно научиться снова доверять вам, и лучший способ помочь ему в этом - вести себя с ним открыто, честно и откровенно.

В то же самое время постарайтесь не перекладывать свои стрессы на сына. Если вы делитесь с ним своими переживаниями и тревогами, это может помочь ему поступать так же, но если он обнаружит, что ваши чувства вышли из-под контроля, то это вызовет у него опасения за свое будущее. Вы хотите быть честными с ним, да, но вы не хотите заставить его играть роль вашего поверенного или психотерапевта. Это неподходящая роль для него, и ему будет в ней неловко; она может удержать его от выражения своих собственных мыслей и замедлит лечение его собственных ран.

Преимущества со-родительства

Отношения между бывшими супругами могут быть полны гнева, обвинений, печали, но многие исследования показывают, что мальчикам лучше, если оба родителя остаются вовлечены в его жизнь. Дети, находящиеся под совместной опекой, обычно живут лучше в экономическом и эмоциональном отношении, чем дети в единоличной опеке, за исключением случаев, когда отношения между матерью и отцом настолько враждебные, что от них исходит больше горечи, чем поддержки.

Очень важно, чтобы мальчик чувствовал, что у родителей нет ненависти друг к другу, и что ему не нужно выбирать, на чьей он стороне - маминой или папиной. Поэтому, даже если вы предпочли бы не иметь ничего общего с бывшим супругом (супругой), будет идеально, если вы сможете побороть свои собственные претензии и помочь сыну поддерживать отношения с ним или с ней. Мальчику будет проще честно оценивать свои переживания касательно развода, если он будет чувствовать, что оба родителя поддерживают его и не пытаются заставить его смотреть на второго родителя как на негодяя.

При всех этих переменах, с которыми сталкиваются мальчики после развода - меньше видеть одного из родителей (или вообще не видеть), возможно, переезд в новый дом, жизнь в статусе ребенка из "распавшейся семьи" - важно стараться сохранить неизменным родительство. Если ваш ребенок живет на два дома, постарайтесь принять общие родительские решения относительно дисциплины и правил. Не миритесь с недопустимым поведением из-за развода. Если он вдруг начал вести себя неадекватно, постарайтесь понять, почему он так поступает, и помогите ему понять, какое именно поведение недопустимо. Когда он хорошо справляется, скажите ему об этом. Дайте ему понять, что вы понимаете, как тяжело ему приходится, что вы уважаете то, как он справляется со своими трудностями.

Порой обязанности по дому меняются после развода, особенно если мать возвращается на работу на полный день или родители начинают вести более активную социальную жизнь. Помощь по дому с младшими детьми или с уборкой поможет мальчику осознать, что он вносит свой вклад в семейную жизнь, и сыграет свою роль в переменах к лучшему после развода. Советуйтесь с сыном о том, куда бы он хотел переехать и как лучше организовать посещения, так он не будет чувствовать себя таким беспомощным среди многочисленных изменений. Но будьте осторожны, не загоняйте его в роль "маленького мужчины в доме". Не просите его советов во "взрослых" вопросах, которые он еще в силу возраста не в состоянии понять, например, касательно вашей карьеры, не нагружайте его слишком большой ответственностью, как, к примеру, оставаться каждый вечер с младшими детьми. Позвольте ему принимать посильные решения, а за собой оставьте все те, которые требуют взрослой оценки.

Сверстники могут не только давить, но и поддерживать

Исследования показывают, что мальчики из разведенных семей, больше времени проводят со сверстниками, чем мальчики из полных семей. Это может быть позитивным или негативным фактором в зависимости от того, кто эти сверстники, как они воспринимают развод и чем занимаются. Если друзья мальчика искренне любят его, готовы его выслушать, не судят его, то такая компания даст ему чувство близости и любви, которых ему не хватает дома. То же самое стремление к общению со сверстниками и необходимость принятия могут привести его в группу, где главенствует злость, и, как показывают исследования, в экстремальных случаях, он может таким образом оказаться в преступной группировке или в секте.

Это ответственность родителей - следить за тем, с кем дружат их мальчики, чем они занимаются, куда ходят, и установить правила, куда они могут ходить и как долго можно отсутствовать. Когда родители пристально наблюдают за мальчиком и доброжелательно вовлечены в его жизнь, гораздо меньше вероятность того, что мальчик начнет пропускать школу, окажется участником преступных группировок и действий, слишком рано начнет половую жизнь или станет принимать наркотики и алкоголь.

В семьях на переходной стадии, такой как развод, чаще возникают "воспитательные проблемы", например, бывает невозможно справиться с негативным поведением детей. Тем не менее, изучение семей в группе риска на предмет таких воспитательных проблем показывает, что родители, которые значительно глубже погружены в занятия сыновей и которые после развода начинают принимать в них больше участия, более успешны в своем позитивном воздействии на поведение сыновей.

Учителя и мальчики из разведенных семей

Школа часто становится ареной, на которой мальчик отыгрывает свои эмоции относительно развода и часто на учителя обрушивается главный удар. Я считаю, что учитель может очень сильно помочь мальчику пережить эти трудные времена. Вот несколько соображений на этот счет.

- Учитель должен быть в курсе того, как меняются дети, переживающие развод, в плане поведения, отношений, успеваемости, но ему не следует ожидать, что у ребенка появятся эти проблемы.

- Учителям надо осторожно вести себя в школьных ситуациях, которые могут задеть ребенка (изготовление поделок ко Дню матери, разговоры о семье) и избегать комментариев, которые могут быть неприятны мальчику и могут вызвать у него чувство стыда.

- Учителя не должны принимать всплески эмоций на свой счет, так как мальчики часто срываются в школе, хотя основная проблема совсем другая.

- Учителя и родители должны сотрудничать, чтобы понять, как развод может повлиять на успеваемость мальчика и его место в социуме.

- Ребенку может понадобиться больше внимания, чем обычно, и учителя должны показывать свою искреннюю заинтересованность в его благополучии всякий раз, когда это возможно и уместно.

- Учителя должны быть осведомлены о том, на чьем попечении находится ребенок и какую роль играет второй родитель.

- Учитель должен понимать, что материальное положение семьи без отца могло ухудшиться, и это может повлиять на возможности мальчика участвовать в каких-то мероприятиях (например, в поездках) или при необходимости оплачивать дополнительные занятия.

Еще несколько слов для учителей. Поведение ребенка как маячок

Учителям следует обращать особое внимание на изменение в социальном поведении мальчика и его успеваемости, даже если он живет в полной семье и развод не предполагается. Если мальчик начинает дурно себя вести, плохо учится, бунтует в непривычной форме, возможно, причина этого - проблемы в семье. Трудности в школе могут на самом деле быть предвестниками более серьезных проблем дома, в том числе развода. В этом смысле, поведение мальчика может быть своего рода маячком, который освещает состояние семьи в целом.

Пережить развод. Памятка для мальчиков

Есть красивая еврейская сказка о том, что все люди в момент зачатия имеют женскую и мужскую сторону, которые распадаются в момент рождения, когда нас отправляют с небес на землю. В юности мы ищем половинку своей души. Потом, когда мы готовы вступить в брак, Бог сводит вместе родственные души, помогает им влюбиться друг в друга и соединяет их в браке на всю жизнь. Это прекрасная история, но как же чудовищно она отличается от реальности и случайностей нашего сегодняшнего запутанного мира.

Для нас и наших детей развод - это обыденность. Развод, как я уже писал, ставит перед человеком уникальный комплекс болезненных вопросов, часто принуждая мальчика к еще одной преждевременной и мучительной сепарации - третьей травме. Его однажды уже заставили покинуть уютное гнездо материнской любви в очень раннем возрасте, потом постоянно заставляли скрывать свою неистощимую потребность в поддержке за апатией и выдержкой, и сейчас мальчик оказывается в особенно уязвимом положении, когда его семья - его единственная эмоциональная опора - разлетается на куски из-за развода родителей. И если в этот момент он подросток, который одновременно переживает вторую травму сепарации, то есть это время, когда ему, вероятно, больше всего необходимы помощь и советы взрослых, развод родителей может привести к длительному замешательству относительно того, кто он есть, кому он может доверять и кто впоследствии будет делить с ним привязанность и любовь.

То, что мы слышали от мальчиков и подростков, попавших в сеть развода, и та пугающая статистика, которая показывает, какое драматическое воздействие оказывает развод на самооценку мальчиков, их характер и академическую успеваемость, доказывает, что травмы здесь становятся слишком обычными. И между тем мы должны быть осторожны, чтобы не стать на путь морализаторских обвинений или начать бездушно стыдить. Хотя некоторые пары подходят к вопросам брака и развода слишком легкомысленно, многие стараются делать в браке все, что возможно. И многие обнаруживают, что несмотря на усиленные и искренние попытки сохранить брак, всем на самом деле будет лучше по отдельности.

И хотя травма развода особенно сильно бьет по мальчикам - потому что это неожиданно, потому что это больно и потому что Мальчишеский кодекс продолжает давить на них, мешает получить необходимую эмоциональную поддержку - я верю, что есть свет в конце туннеля. Мальчики могут пережить развод и переживают его. Действительно, к удивлению психологов, некоторые мальчики выходят из него вполне благополучно - гораздо лучше, чем мы могли себе представить. Жизненно важно понимать, что играет здесь решающую роль.

Во-первых, как мы уже поняли, родители должны наблюдать за грустью и переживаниями мальчиков, которые часто под воздействием тендерных стереотипов прячутся под маской. Нас всех должен насторожить мальчик, который говорит своей страдающей маме и печальному отцу: "Не волнуйтесь, у меня все отлично". Поймите - сложно представить себе что-то более далекое от правды.

Попробуйте, в разумных пределах, принять и обуздать его гнев, помня о том, что злость у мальчика часто первый и самый привычный способ выражения чувств. Покажите,

что вы принимаете его желание уединиться и помолчать, не отстраняйтесь в ответ и не пытайтесь ускорить процесс, а просто будьте рядом, ждите со смирением и любовью.

Во-вторых, убедите своего сына, что хотя ситуация изменилась, развод - это между родителями (и для них), здесь нет другой сепарации, которая его беспокоит. Кроме самых крайних случаев (например, когда один из родителей жесток или психически нездоров), приложите все усилия, чтобы родительские неурядицы не коснулись мальчика и организуйте дальнейшее совместное родительство.

В-третьих, не бойтесь опереться на другого любящего взрослого. Взаимозависимость - это нормальная часть человеческих отношений. Когда вы завязываете новые отношения, дружбу с другими взрослыми, вы учите вашего мальчика этой важной мысли. Другими словами, не только вы получаете компанию и поддержку, но и тем самым помогаете своему сыну понять, что то же самое возможно и для него.

В-четвертых, подчеркивайте, что бояться - нормально, что мама может беспокоиться о том, как растить сына без отца, и отец тоже переживает, как грустно и одиноко ему будет, если их связь с сыном ослабевает или разорвется. Будьте честны и обсуждайте эти моменты открыто - в разумных пределах и на уровне понимания вашего сына, в соответствии с его возрастом. Так вы дадите ему понять, что его боль нормальна, что вы не хотите, чтобы он похоронил свои эмоции или отдалился от вас, что он, в конце концов, не одинок.

Как бы парадоксально или чересчур оптимистично это ни звучало, надо попытаться из процесса развода извлечь уроки объединения, увидеть в нем ту несокрушимую связь между мальчиком и его родителями, которую не разрушат никакие юридические изменения. Когда вы сами находитесь на пике смятения и отчаяния, сделайте все, чтобы не стать жертвой вины и стыда. Вашему мальчику необходима ваша любовь и одобрение. И увидеть, как он проживает эти сложные жизненные перемены с минимумом боли, само по себе будет противо-ядием чувству утраты и беспомощности, которое вас, вероятно, посещает.

Фокусируйтесь на будущем, в котором вы сможете создать безопасное пространство для своего мальчика, где он сможет высказать свои эмоции - положительные и отрицательные - и следуйте велениям своего сердца, сохраняйте контакт на протяжении всего процесса развода. И, в конце концов, неважно, чем закончился развод, но благодаря силе непрекращающегося родительского участия, у вас и вашего сына будет целая жизнь для здоровых отношений и индивидуального и взаимного обновления.

Часть 4. Остаться на связи. Настоящие мальчики - настоящие мужчины

*My boy, as gently on my breast,
From infant sport, thou stirk'st to rest;
And on my hand I feel thee put,
In playful dreams, thy little foot,
The thrilling touch sets every string
Of my full heart to quivering;
For, ah! I think, what chart can show
The ways through which this foot may go?
Its print will be, in childhood's hours,
Traced in the garden, round the flowers;
But youth will bid it leap the rills,
Bathe in the dew on distant hills,
Roam o'er the vales, and venture out
When riper years would pause and doubt,
Nor brave the pass, nor try the brink
Where youth's unguarded foot may sink
But what, when manhood tints thy cheek,
Will be the ways this foot will seek?
Is it to lightly pace the deck,*

*Helpless, to slip from off the wreck?
Or wander o'er a foreign shore,
Returning to thy home no more,
Until the bosom now thy pillow,
Is low and cold beneath the willow?*

*Or, is it for the battle-plain,
Beside the slayer and the slain?
Will there its final step be taken?
There, sleep thine eye no more to waken?
Is it to glory or to shame -
To sully, or to gild thy name?
Is it to happiness or wo
This little foot is made to go?
But wheresoe'er its lines may fall,
Whether in cottage or in hall;
O, may it ever shun the ground
Where'er his foot was never found,
Who, on his path of life, hath shed
A living light, that all may tread
Upon his earthly steps; and none
E'er dash the foot against a stone!
Yet, if thy way is marked by fate,
As, guilty, dark and desolate;
If thou must float, by vice and crime,
A wreck, upon the stream of time!
Oh! rather than behold that day,
I'd know this foot, in lightsome play,
Would bound, with guiltless, infant glee,
Upon the sod that sheltered me!*

Hannah Flag Gould "The Little Foot"

Эпилог. Кодекс настоящих мальчиков. Переписать кодекс и сохранить СВЯЗЬ

Для меня самым потрясающим опытом в близком общении с мальчиками стала история одного мальчика, которая отражает его сопротивление Мальчишескому кодексу - бессознательное и почти незаметное сопротивление тендерной стереотипизации, с которой большинство наших сыновей сталкивается каждый день. Рождаясь из того, что кажется интуитивным прозрением "я делаю то, что считаю правильным" или "я просто хочу быть собой", эти потрясающие моменты случаются тогда, когда мальчик, несмотря на общественные тендерные ожидания и его собственную привычку стоически подавлять свои настоящие эмоции, наконец находит в себе свой новый голос.

Когда мальчик произносит эти слова, чтобы отстоять себя, когда он бросает вызов старому Мальчишескому кодексу, он совершает героический поступок, предпринимает первую попытку разоблачить двойственные стандарты нашего общества и его опасные представления о мужском поле. Он освещает путь гораздо более широкому, менее деспотичному комплексу ориентиров и ожиданий - Новому мальчишескому кодексу, который уважает сегодняшних настоящих мальчиков и мужчин, тому кодексу, где честность заняла место страха, общение - место подавления, связь - место разъединенности.

Моя недавняя беседа с Крисом показала одного такого мальчика, одного такого героя.

Выше меня, ростом почти в шесть футов, с копной рыжих волос и блестящими каре-зелеными глазами, Крис Джексон казался слишком самоуверенным для своих семнадцати

лет. Хотя поначалу он показался скорее скромным и сдержанным, но когда он начал говорить, я был поражен его открытостью и простодушием. Крис, как мне сказали, был главным спортсменом в школе, способным учеником и одним из самых уважаемых в школе лидеров. В разговоре мы коснулись множества тем, но больше всего Крису нравилось говорить о своих друзьях и об удачах и сложностях отношений с ними.

- У меня хорошие друзья,- сказал он с гордой улыбкой,- у меня никогда не было особых проблем с ними.

- Вообще никаких конфликтов? - спросил я.

- Впрочем,- задумался он,- сейчас, когда вы сказали это, я вспомнил историю с Дэнном, которая началась как пустяковая перебранка, но на самом деле огорчила меня.

Крис рассказал мне, что с Дэнном Нортоном они дружили с детского сада, что они жили неподалеку друг от друга в рабочем пригороде Чикаго столько, сколько он себя помнит. Они вместе играли в ти-бол, вместе были капитанами футбольной команды, и сейчас они вместе возглавляли студенческую футбольную команду. "Мы долго были близки,- говорит Крис,- мы многое пережили вместе. Родители Дэна развелись, а у моей мамы недавно нашли рак груди, хотя сейчас у нее все хорошо".

- Похоже на крепкую дружбу,- предположил я.

- Да, мы проводили вместе много времени,- продолжает Крис,- и да, мы были хорошими друзьями, даже очень близкими друзьями.

Крис спокойно говорил о своих чувствах и легко делился со мной воспоминаниями о том, как много для него значит Дэн. Но внезапно все изменилось в отношениях друзей детства.

- Полагаю, я должен подчеркнуть, что мы были хорошими друзьями. Он на самом деле нравился мне, до тех пор, пока не возникла одна большая проблема, которая меня реально доставала.

- Что это было? - спросил я Криса.

- Ну,- ответил он,- Дэн всегда опаздывал и заставлял меня ждать, например, когда мы встречались утром, чтобы ехать в школу на автобусе. Мне потребовалось какое-то время, чтобы высказать это ему, знаете, мне иногда нужно время, чтобы все обдумать.

- И ты высказал ему свое недовольство? - спросил я.

- Ага. И когда я это сделал, он реально разозлился, его реакция была совершенно дурная. Он наговорил мне гадостей вроде "Да что ты о себе возомнил?" и тому подобного. Я не хотел отвечать сразу, поэтому отошел и постарался все обдумать, чтобы все забыть.

Но Крис понял, что чем больше он размышляет об этом инциденте, тем хуже ему становится. - Почему-то я не мог выбросить это из головы, и потом до меня дошло, почему. Дело было не в том, как он поступал со мной. Понимаете, он начал прикалываться над младшими ребятами в нашей школе. с тех пор, как он стал старшеклассником, он командовал первоклашками, прятал вещи из их шкафчиков, а порой даже бил их. Он не делал ничего настоящего плохого, но я видел, что он просто терроризировал этих малышей.

- И как ты поступил?

- Я сказал ему, что он зашел слишком далеко и ведет себя как свинья. Эти дети не заслуживают такого обращения и побоев. Я спросил его, как бы он себя чувствовал, если бы старшекурсники устроили ему такое.

- Что Дэн ответил на это?

- Что-то вроде: "Да ладно, Крис. Ты чего? Ты стал хлюпиком? Ты не помнишь, что нам устраивали старшекурсники, когда мы были перваками? Все парни проходят через это". Крис действительно помнил все эти издевательства и даже потасовки, которые, хотя никогда и не причиняли физической боли, всегда оставляли в нем чувство глубокого стыда. Он даже помнил, как один парень дразнил его тем, что у его мамы ампутирована молочная железа.

- Похоже, что учиться в старших классах в вашей школе довольно трудно,- предположил я.

- Ага. В то время мой старший брат, который уже был студентом, говорил мне: "Крис,

просто будь сильным, не обращай внимания, и они отстанут".

- Тебе это помогало?

- И да и нет. Я имею в виду, что да, другие ребята опасались дразнить меня. Но, знаете, это просто глупо строить из себя крутого все время. Тогда эта боль будет копиться внутри, как если у вас вот-вот случится сердечный приступ или что-то подобное. Ты чувствуешь себя паршиво, как большой отупевший неудачник. И сейчас, когда я уже на другой стороне, и вижу, что приходится терпеть этим ребяташкам, я не думаю, что это того стоит. Поэтому, когда, я вижу, что Дэн донимает их, я вмешиваюсь. Я сказал Дэну "Почему бы тебе просто не прекратить эту дурь, это только расстраивает детей, как это расстраивало нас. Так не должно быть"

- И что Дэн сказал на это? - спросил я.

- Мы с Дэном еще общались какое-то время, хотя меня очень беспокоило то, как он обращался с другими ребятами - почти как булли. Но потом в город приехала Элисон.

- Элисон?

- Да. Она очень клевая девушка, немного странная, артистичная и реально умная. На уроке английского, какой бы сложный вопрос ни задал учитель, она всегда знает правильный ответ. Она мне сразу понравилась.

- Она твоя подруга?

- Ну, это не то чтобы моя девушка или что-то такое. Я имею в виду, что она просто друг, почти как сестра. Мы начали проводить много времени вместе. К сожалению, это не из разряда "крутых" занятий.

- Почему нет?

- Ну, для начала, она была новенькая, и ребята не могли определиться, нравится ли она им. Она была "другой": ее одежда, музыка, которую она слушала, ее заикание. Когда Элли была маленькой, она была очень скромной и заикалась, когда выступала перед классом. Она рассказывала мне, что это было как "э-э-это т-т-так". Ее родители нашли для нее логопеда, и заикание почти исчезло. Но до сих пор, если она сильно нервничает, оно возникает снова. И когда мы начали учиться в старших классах, среди более взрослых ребят, у нее были трудные дни, и она сильно заикалась.

- И Дэн не принял Элисон? - спросил я.

- Почему-то,- продолжил Крис,- он возненавидел ее, и я знаю, что он передразнивал ее за спиной. Но как-то на математике, когда она отвечала, вернулось заикание, и ей было трудно остановиться. "От... от..." Учитель все понял и попытался сменить тему. Но с задних парт донеслось ржание. Я узнал этот смех. Это был Дэн. Мне хотелось сделать что-то здесь и сейчас, но я знал, что Элли предпочла бы ответить сама, а я уважал ее желания и поэтому смолчал. Я не хотел, чтобы она почувствовала себя еще хуже.

- Ты молодец! - сказал я.

- Но после урока,- продолжил Крис,- все стало еще хуже. Когда учитель ушел, Дэн и еще пара ребят окружили Элли и начали передразнивать "от... от... что такое, Элли, ты язык проглотила?"

- И все начали ее дразнить?

- Некоторые хихикали, но большинству это не понравилось, и они ушли. Интересно, что ушли все девочки и почти все мальчики, остался только Дэн и еще пара мальчишек, которые не отставали от нее. Элли пыталась ответить, но заикание мешало ей. Она заплакала и убежала из класса под хохот Дэна. Это было ужасно.

- И как ты отреагировал?

- Я больше не мог бездействовать. Я пошел прямо к Дэну и сказал: "Дэн, кончай с этой хренью. Я уже говорил, чтобы ты прекратил издевательства. Ты что, не видишь, что обижаешь Элли?"

- И что ответил Дэн?

- Он подошел ко мне вплотную, лицом к лицу, и почти заорал: "Ну и что ты собираешься сделать, ты, слабак?" Это был прямой вызов. Он кричал на меня. Я понял, что

он хочет драться. Я не знаю, что бы я сделал и, может быть, никогда не узнаю. Потому что в тот момент, когда он уже примерялся ударить меня, другие ребята подошли к нам со словами: "Какого черта?" Ребята из нашей футбольной команды были тут и кричали: "Дэн, хватит". Мой друг Кевин кричал: "Успокойся, Дэн!" - и тянул его в сторону. Потом Крейг сказал: "Слушайте, Крис прав, зачем ты травилшь ее? Она нормальная девчонка, отстань от нее". А потом четыре парня подошли к Дэну и сказали: "Ты отстанешь от Криса и оставишь Элли в покое. А если ты поднимешь руку на кого-то из них, мы знаем, где тебя искать".

- Что ты чувствовал в тот момент? - спросил я Криса.

- Я был очень счастлив, что они были на моей стороне. Я и Элли, мы были такими аутсайдерами, а эти ребята приняли нашу сторону. Мой старший брат, наверное, сказал бы мне, чтобы я держался Дэна и был крутым и жестким. Но здесь было четверо других ребят из нашей команды, которые защищали меня и Элли, признали ее правоту. И мои родители сказали мне, что я вел себя достойно.

- И чем все закончилось?

- Дэн никогда больше не приставал к Элли, и мне кажется, он стал помягче с другими ребятами тоже. Мы давно знакомы с ним. Поэтому потом я пытался поговорить с ним, объяснить, но он пошел дальше со словами: "Слушай, Крис, мне кажется, мы сейчас в разных лагерях". Мне было грустно пару дней, и я постоянно думал: почему я решил противостоять ему? И мне пришла мысль: так и должно быть - кто-то должен пытаться изменить все это.

- Что ты имеешь в виду, говоря "это"?

- То, что мальчики должны вести себя плохо и обижать других. Или что ребят с проблемами, вроде Эллис, будут дразнить. Это просто огромная ошибка. Мы все люди, и ко всем нужно относиться одинаково. В этом году, когда я выдвигался на пост президента класса, лозунг моей кампании был: "В школе Хикман есть место для каждого". Наверное, некоторые считают меня чудачком, но я решил, что это меня больше не волнует. Это хорошо, потому что сейчас я президент класса, и Дэн, похоже, начинает меняться. Кажется, я знаю, почему он считает, что должен вести себя как подонок, и, может быть, сейчас он сможет забыть прошлое и когда-нибудь мы снова будем друзьями.

Как показывает эта история, сегодня мальчик вполне может вырваться из оков тендерных стереотипов, выступить против старого Мальчишеского кодекса и при этом заслужить одобрение и любовь семьи, друзей и общества в целом. Несмотря на давление, Крис не изменил свою позицию, отстоял себя и свою подругу Элли и вышел победителем. Сам того не зная, Крис вел себе как первопроходец, восставший против устаревших правил мужественности и открывший новые земли для мальчиков и мужчин.

Около сорока лет назад общество начало избавляться от устаревших правил, связывавших девушек и женщин с традиционными феминными и материнскими обязательствами, требовавших от них забыть о высшем образовании (и потому финансово зависеть от мужчин), удерживавших их от участия в профессиональных и не только профессиональных занятиях, считавшихся "неженскими" и "только для мужчин". И хотя этот процесс вряд ли завершен, мы уже прошли долгий путь, который открыл широкие возможности перед девушками и женщинами и помог им увереннее выражать себя и свои мысли, не страшась упрека в недостаточной "женственности". Мы много сделали, чтобы освободить девочек и женщин от тисков половых стереотипов, которые долгие годы сжимали их.

Мальчики, подобные Крису, показывают нам, что общество готово к аналогичному процессу освобождения мальчиков и мужчин. Мы начинаем пересматривать требования старого Мальчишеского кодекса, который годами разрывал наших мальчиков и мужчин на две части, заставляя их подавлять любящую, чувствительную, эмоционально экспрессивную часть натуры, а затем упрекая их в нехватке этих качеств у взрослых, особенно когда речь заходит об отношениях с женщинами.

Мальчики вроде Криса подвергают сомнению двойной стандарт мужественности,

который заставляет мальчиков и мужчин чувствовать, будто они должны сделать выбор между образом жесткого, азартного, бесчувственного, неразговорчивого мужчины, традиционно олицетворяющего "мужественность", и открытого, эмоционального, защищающего равноправие мужчины, который в современном обществе признан идеалом.

Такие мальчики, как Крис, показывают нам, что да, мальчики могут обладать некоторыми из этих качеств, не выбирая между ними, что есть способ быть одновременно крепким и нежным, уязвимым и смелым, зависимым и независимым. Как Крис, они могут сами выбираться из сложных ситуаций, но могут положиться на сверстников, не испытывая стыда. Как он, они могут играть в жесткие игры типа футбола и при этом избегать ненужных драк. Кажется, наконец-то мы начинаем ценить те эмоции и душевные качества, которыми обладают мальчики от природы. Любовь, страх, эмпатия, вина, гнев, грусть, бравада, преданность, храбрость - все это нормальные, естественные проявления характера настоящих мальчиков.

Кажется, мы готовы ко второй тендерной революции. Мальчики, с которыми мы встретились на страницах этой книги, говорят нам, кто-то прямо, кто-то намеками: "Я хочу уйти от Мальчишеского кодекса", "Я устал скрывать, какой я на самом деле", и "Я хочу быть собой".

Сейчас не услышишь требования соблюдать старые правила и быть "хорошей девочкой", не показывать черты, исторически считающиеся "мужскими", такие как ассертивность и независимость, показывать только одну сторону своей натуры. Я думаю, что мальчики вроде Криса таким же образом уловили то, что мальчикам больше не нужно следовать устаревшим правилам Мальчишеского кодекса, отсекал чувства и реакции, которые кто-то сочтет "женскими" и подавлять половину себя, чтобы избежать стыда.

Я слышал, как мальчики говорили нам: "Хватит" и "Пора идти дальше". Мальчики стремятся объединить свой внутренний и внешний образ, чтобы гордиться тем, кто они есть на самом деле, чтобы освободиться от оков стыда, которые веками держали их в плену.

Крис научил нас, что мальчикам не все равно, что они любят, что они заботятся, что они могут быть стойкими, что они тренируют свои мышцы и очень ценят дружбу. Мальчики, подобные Крису, помогают нам выработать новый свод правил для мальчиков и мужчин - Кодекс настоящих мальчиков. Здесь наконец будет свод правил, похожий на тот, что мы отстаивали для девочек и женщин, и он гласит: "Все дороги открыты перед тобой", "Нет единственно верного пути" и "Ты хорош таким, какой ты есть".

Я верю, что пришло время дать мальчикам создать свой новый, гораздо более гибкий кодекс мужественности. Как мы видели, в мальчиках нет биологической предопределенности вести себя исключительно "по-мальчишески", они не созданы для злобы, жестокости и опасностей, ни один вид поведения не является более "мужественным", чем другой, в конце концов, мальчики совсем не те бесстрастные, самоуверенные одиночки из мифов.

Какими бы сильными, уверенными, независимыми они порой ни казались, мальчики отчаянно нуждаются в дружбе и отношениях. Несмотря на похвалу и браваду, мальчики, как и Крис и как большинство девочек и женщин, чувствуют себя потерянными, если в их отношениях с другими людьми возникают проблемы или отношения заканчиваются. Они переживают такую же грусть, страх, одиночество, страдают от низкой самооценки и впадают в серьезные депрессии.

И как мы видели, мальчиков травмирует насильственное отлучение от тех, кого они любят, если они еще к нему не готовы. Что бы ни говорили, родители не могут любить своих мальчиков слишком сильно или избаловать их заботой и вниманием. В действительности, мальчики, чьи родители сохраняют с ними эмоциональный контакт, лучше учатся в школе, более устойчивы психологически, и, став взрослыми, достигают больших успехов в карьере и отношениях.

Если им не мешать, мальчики в высшей степени любящие и заботливые существа. Как Крис, сегодняшний настоящий мальчик искренне хочет помогать другим, Он внимателен к

тому, что чувствуют другие люди и не хочет обижать их. Он действует не только потому, что он знает, как правильно, но и потому, что искренне сочувствует. Но, как мы видели, чтобы сохранить эту способность к эмпатии, мальчик должен чувствовать, что это взаимно. Если мы отказываем ему в любви и поддержке, мальчик начинает стыдиться и отстраняется. Если мы не вникаем в его эмоциональную жизнь, не прислушиваемся к его переживаниям, он решит, что его эмоции нежеланны. Итак, если мы не сочувствуем ему, он не будет сочувствовать нам.

Настоящим мальчикам нужны рядом люди, которые позволят им показывать все свои эмоции, включая наиболее интенсивные чувства грусти, разочарования, страха. Настоящим мальчикам нужно слышать, что эти чувства нормальные, хорошие и "мужественные". Им надо знать, что не существует чувств, занятий или линии поведения, которые недопустимы, потому что они мальчики (за исключением тех, которые приводят к серьезным травмам их самих или окружающих). Их нужно учить сотрудничеству, а не разделению. С ними нужно обращаться с той же заботой и нежностью, которые, мы надеемся, они смогут показать, когда станут мужчинами нового века. А главное - их нужно убедить в том, что их сила и слабости нормальны, что каждое их качество будет оценено по достоинству, что мы будем всегда любить их такими, какие они есть.