

*Посвящается Ирвингу А. Грину*

Всякий может рассердиться — это просто...  
но рассердиться на того, на кого следует,  
в должной степени,  
в должное время, по должной причине  
и должным образом — это не просто.

*Аристотель*

Если я — не для себя самого, кто же для меня?  
Если я — только для себя самого, кто же я?  
Если не сейчас, то когда?

*Гиллель*

Иллюзии — это истины, которыми мы живем,  
пока не поумнеем.

*Нэнси Гиббс*

## от автора

Я хочу выразить признательность высоко ценимому мною коллеге и другу — доктору Стюарту Эблону, чья проникательность и энергия весьма способствовали развитию метода совместного решения проблем. Я также, как всегда, в долгу перед моим агентом и другом Венди Липкинд.

На мои размышления о том, как помочь взрывным детям и их родителям, повлияло общение со многими родителями, учителями и наставниками взрывных детей. Мне невероятно повезло: моим наставником в клинической психологии во время обучения в университете Вирджинии был доктор Томас Оллендик. В период стажировки на меня оказали большое влияние два моих руководителя-психолога: доктор Джордж Клум из университета Вирджинии и Мери Энн Маккейб из Национального детского центра в Вашингтоне. Но, возможно, я никогда бы не занялся клинической психологией, если бы в период обучения в университете Флориды мои пути не пересеклись с доктором Элизабет Альтмайер.

И все-таки наиболее значимыми людьми, повлиявшими на эволюцию идей, изложенных в этой книге, людьми, которым я более всего обязан, являются все те дети, с которыми мне довелось работать, и родители, которые доверяли мне заботу о них.

Я также хотел бы выразить признательность несчетному числу поклонников метода совместного решения проблем, разбросанных по всему миру, которые приняли его и, вопреки бытующим предрассудкам, со всей энергией и упорством настаивали на применении этого метода в школах, клиниках и местах временной изоляции детей и подростков. Этот мир полон удивительных людей, которые неравнодушны к судьбам детей. Я счастлив, что судьба столкнула меня со многими такими людьми.

Это книга о детях и семьях, и было бы упущением не выразить здесь признательность моей собственной семье: моей жене Мелиссе, моим детям — Талии и Джейкобу, которые помогают мне сохранять хорошее расположение духа, учиться и убеждаться в том, что я реализую на практике те принципы, которые исповедую. Едва не забыл еще одного члена семьи: это Сэнди — большая черная собака.

На свете много взрывных девочек, но ради простоты изложения феномен, описываемый в этой книге, именуется общим термином мужского рода — «взрывной ребенок». Имена всех действующих лиц в этой книге вымышленные. Все совпадения, как принято говорить, случайны.

## предисловие

Перед вами третье издание книги<sup>1</sup> «Взрывной ребенок». В новое издание внесены изменения и дополнения, облегчающие читателям понимание излагаемой концепции. С тех пор, как эта книга впервые была издана в 1998 году, произошло много событий. Описанный в книге подход получил название «Совместное решение проблем» (СРП)<sup>2</sup>. Для того, чтобы как можно больше родителей, учителей и всех остальных людей, имеющих дело со взрывными детьми, познакомились с методом СРП, была создана некоммерческая организация — Институт совместного решения проблем.

Третье пересмотренное издание так же, как и два предыдущих, посвящено взрывным детям, т.е. детям, которые часто демонстрируют неприемлемое поведение — устраивают длительные скандалы, не слушаются, впадают в физическую или вербальную (словесную) агрессию. Это делает их жизнь, жизнь родителей, учителей, братьев и сестер, и всех, кто общается со взрывными детьми, невыносимой. Определяют таких детей по-разному: сложные, ведущие себя вызывающе, упря-

<sup>1</sup> В США. (Прим. перев.)

<sup>2</sup> В оригинале — Collaborative problem Solving, CPS. (Прим. перев.)

мые, манипулирующие<sup>1</sup>, эгоистичные, делающие назло, свое нравные, неуступчивые, немотивированные<sup>2</sup>. Таким детям могут ставить различные психиатрические диагнозы, иногда по несколько сразу, например: оппозиционно-вызывающее расстройство поведения, синдром дефицита внимания с гиперактивностью, перемежающееся взрывное расстройство, синдром Туретта, депрессия, биполярное расстройство, неспособность к невербальному обучению (правополушарное нарушение развития), синдром Аспергера, обсессивно-компульсивный синдром<sup>3</sup>. Но беда в том, что никто не понимает причин специфического поведения таких детей.

Как в науке, так и в быту достаточно долго господствовала точка зрения, что подобное поведение является следствием неправильного воспитания. Однако исследования последних десятилетий позволяют предположить, что проблема гораздо сложнее, чем представлялось изначально, и может возникать под влиянием различных факторов. За последние 20 лет мы узнали гораздо больше о психологии ребенка, и настало, наконец, время для практического применения этих знаний. Кстати, тот, кто думает, что название этой книги апеллирует только к «взрывным детям», ошибается: разговор

<sup>1</sup> Т.е. добивающиеся своих целей, манипулируя другими людьми. (Прим. перев.)

<sup>2</sup> Т.е. такие, которых ни поощрение, ни наказание не побуждают поступать должным образом. (Прим. перев.)

<sup>3</sup> Речь идет об американской медицине. В России ставятся следующие диагнозы: СДВГ — синдром дефицита внимания с гиперактивностью; синдром Туретта, синдром Аспергера; психопатия возбудимого типа; депрессия; ММД — минимальная мозговая дисфункция. Пояснения к упоминаемым здесь и далее медицинским диагнозам даются в конце книги. (Прим. перев.)

пойдет и о тех детях, которые постоянно плачут или, наоборот, замыкаются в себе.

Цель этого издания (как и двух предшествующих) — раскрытие причин поведения взрывных детей. Лишь вооружившись знанием причин, мы сможем найти практический универсальный метод, который поможет уменьшить драматизм взаимоотношений между взрывным ребенком и взрослыми в школе и дома.

Дети не слишком изменились с той поры, когда я начал работать с первым взрывным пациентом, однако изменился мой собственный подход к ним, моя точка зрения на те способы, которыми можно помочь такому ребенку, его родителям и учителям. И предложенный новый подход работает гораздо лучше, чем традиционные.

Единственное условие, необходимое для его реализации, — способность ясно и непредвзято мыслить.

## I случай с блинчиками

Дженнифер 11 лет. Утром она просыпается, убирает кровать, оглядывает свою комнату, проверяя все ли в порядке, и выходит на кухню, чтобы приготовить себе завтрак. В морозилке она находит пакетик с шестью замороженными блинчиками. «Сегодня я съем три блинчика, а еще три оставлю на завтра», — решает Дженнифер, разогревает три блинчика и садится за стол.

Вскоре на кухню приходят ее мама и пятилетний брат Адам. Мать спрашивает мальчика, что он хотел бы на завтрак. Адам отвечает: «Блинчики», и мама открывает морозилку, чтобы достать пакетик. Дженнифер, которая внимательно слушала их разговор, взрывается.

— Не давай ему блинчики! — орет Дженнифер с покрасневшим от злости лицом.

— Почему? — спрашивает мать, невольно повышая голос и раздражаясь. Она не в силах понять поведение Дженнифер.

— Я собираюсь съесть эти блинчики завтра! — визжит Дженнифер, вскакивая со стула.

— А я не собираюсь отбирать их у твоего брата! — кричит мать в ответ.

— Нет, он их не получит! — продолжает вопить Дженнифер, встав лицом к лицу с матерью.

Помня, что в такие моменты Дженнифер способна как на площадную брань, так и на физическую агрессию, мать в отчаянии спрашивает Адама, не согласится ли он на что-нибудь другое, кроме блинчиков.

— Но я хочу блинчики, — хнычет Адам, прячась у мамы за спиной.

До крайности раздраженная и возбужденная Дженнифер отталкивает мать, хватая пакет с блинчиками, с размаху захлопывает дверцу морозилки, со злостью отшвыривает стул и, захватив тарелку с разогретыми блинчиками, убегает в свою комнату. Брат и мать девочки плачут.

Члены семьи Дженнифер пережили тысячи подобных ситуаций. Часто подобные взрывы бывают более продолжительными и интенсивными и содержат больше физической или словесной агрессии (когда Дженнифер было восемь лет, она выбила ногами лобовое стекло семейного автомобиля). Врачи ставили Дженнифер самые разнообразные диагнозы, в том числе оппозиционно-вызывающее расстройство поведения, биполярное расстройство и перемежающееся взрывное расстройство. Но ни один из этих ярлыков не дает родителям девочки исчерпывающего объяснения постоянных скандалов и напряжения, которые вызывает поведение Дженнифер.

Ее мать, брат и сестра живут в постоянном страхе. Крайняя вспыльчивость Дженнифер и отсутствие адаптивности<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Здесь и далее понятие «адаптивность» употребляется в расширенном значении: оно подразумевает не только простейшую способность приспосабливаться к окружающей обстановке, но и своего рода ментальную гибкость — способность человека к компромиссам, навыки выхода из конфликтных ситуаций, умение обходить острые углы во взаимоотношениях с окружающими людьми. (Прим. ред.)