

Москаленко Г. Т.

М 82 Доки ваш підліток не звів вас з розуму Практична психологія. / Г. Т. Москаленко. – К.: Центр учбової літератури, 2021. – 276 с.

ISBN 978-611-01-1213-0

Чого хочуть для своїх дочок всі батьки? Чи важко знайти з дівчатками спільну мову? Як стати для дочки опорою і при цьому навчити її бути самостійною? Ви - стурбований батько, спантеличений дідусь або опікун, чийм турботам доручили чужих дочок? Значить, ця книга для вас. Методика психолога: реальні рішення, засновані на практичному досвіді, ефективна стратегія замість гасел і банальностей, а також постійне відчуття гумору, яке виручає навіть у безвихідних ситуаціях.

ISBN 978-611-01-1213-0

УДК 159.9

© Москаленко Г. Т., 2021.  
© Центр учбової літератури, 2021.

## Пролог Сама груба тринадцятилітня дівчинка у світі

Коли я ввійшов у кімнату, вона навіть не глянула на мене і продовжувала люто смикати нитку, що вилізла зі стільця. З ранку стілець був ще в порядку, але тепер з нього виразно стирчала нитка. Так дівчинка намагається переконати світ, що обраний нею шлях – кращий, вірніше, *єдиний* можливий. Якщо вона вирішила, що нитка повинна стирчати, вона буде стирчати. І якщо у вас вистачить дурості з цим не погодитися, вона накиється на вас і буде мучити доти, поки ви не приймете її точку зору.

Вона виявилася в мене, тому що її звинувачували в особливо тяжких знущаннях над бабусями. Вона підійшла до жінки похилого віку на автостоянці супермаркету і наказала вийти з машини. Коли бабуся не послухалася, вона витягла її з машини, виконала класичний «хэдлок» і почала дубасити.

Як мило.

Дивно, але, судячи з розповіді поліцейських, поки все це відбувалося, охоронець супермаркету підійшов і запитав літню даму, чи знайома вона з дівчинкою. У перервах між ударами бабуся сказала, що не знає її. Ото вже, цей хлопець точно не був Шерлоком Холмсом. Таким чином, юна особа, про яку мова йде, була спочатку доставлена в тюремну камеру, а потім – до місцевого соціального працівника. Декілька разів на тиждень я залишаю офіс, щоб поспілкуватися з дітьми і їхніми родинami, і ця маленька радість теж потрапила до мене в список. Коли я запитав соціальних працівників, чого вони від мене хочуть, ті лише знизали плечима. Що ж, принаймні, чесно. Ця дівчинка була однією з тих, хто навіть самих стійких людей міг привести в замішання.

Отже, я ввійшов, і, повинен визнати, мені було страшно цікаво. Діти на зразок її завжди привертала мою увагу: я хотів знати, що їх усіх поєднує. Я відразу ж зрозумів, що переді мною злісна молода особа – справа була не тільки і не стільки в тім, як вона виглядала, а в тому, що над її головою, здавалося, постійно парять похмурі грозові хмари. Ця дівчинка була така зла, що створювала навколо себе власну погоду, і літакам довелося б облітати її стороною, щоб не потрапити в зону турбулентності. Вона була одягнена у вицвілі рвані джинси, що майже волочаться по підлозі, що відповідало моді підлітків її віку, і чорний балахон «Adidas» з каптуром. Ще на ній були яскраво-червоні кеди, і мені чомусь згадався Клоун Красти.

Я сів навпроти, і вона зробила те, що завжди роблять діти на кшталт неї – використовувала прийом «Я тебе в упор не бачу», – хоча ми обидва знали, що насправді вона мене бачить. Вона просто хотіла дати мені зрозуміти, що я не заслуговую навіть такого мікроскопічного зусилля, яке буде потрібно, щоб звернути на мене погляд. Ми просиділи так близько хвилини, і я майже фізично відчував хвилі ворожості. Вона виглядала як розгніваний, що дзичить рій бджіл, дивно схожий на тринадцятилітню дівчинку.

Після декількох хвилин мовчання (яким я дозволив тягтися досить довго, щоб показати, що для мене все це не так вже важливо) я ледве встиг відкрити рот, щоб сказати: «Ну...»

І раптом – бум! – її погляд, сповнений отрути, метнувся нагору.

У джунглях Південної Америки живе маленька жовта жаба по імені *Phylllobates terribilis* (чи жахливий листолаз). Її шкірні виділення настільки отруті, що слизу однієї жаби вистачить, щоб убити сімох чоловік. Вона настільки небезпечна, що, бувало, собаки і діти вмирили, попивши води відтіля, куди вона умочила свій перетинчастий палець.

Отож, у той момент погляд дівчинки став отрутним, як жахливий листолаз.

«Відвали, мужик, – кинула вона. – Я з тобою не розмовляю. Ти, блін, самий гидотний тип у всьому грюбанім світі».

Хм-м.....

Я отримав відмінну освіту, і негайно зробив висновок, що звичайні люди (не психологи, а люди подібні до вас, шановний читач) могли б і не зробити: я не дуже-те подобаюся цій дівчинці. Ще я знав, що вона сподівалася зламати мої плани, змусивши вибігти з кімнати в сльозах. Як не дивно, але вона мені відразу сподобалася. Вам просто не може не подобатися той, хто може бути таким грубий, незважаючи на те що ви ще нічого не сказали. Дорослі іноді бувають грубими, але рідко досягають такого рівня зухвалості і жовчі. Якби ця дівчинка була з металу, вона була би гвинтівкою.

Зрозуміло, я ні краплі не образився і навіть анітрошки не обурився. По-перше, у мене є кілька суворих правил, чи основ, що я використовую, щоб зрозуміти брутальність підлітків. Ми ще повернемося до цієї проблеми і розглянемо її докладніше. По-друге, я досить довго і скрупульозно рився в Інтернеті – і знайшов, що у світі є як мінімум три чоловіки потворніше мене: чоловік зі Східної Європи, огидний фермер з Кентуккі і жінка з Брістоля, побачивши яку поморщився б навіть сліпий. Якби дівчинка назвала мене четвертим по потворності людиною у світі, я б, може, і здивувався, але цього не відбулося. Вона сказала, що я – номер один, і це було її величезною помилкою. Вона не підготувалася.

Велику частину останніх двадцяти років я працював із самими різними підлітками, і як тільки мене не називали – ви навіть не уявляєте. Наді мною глумилися кращі з кращих, їх очі вилазили з орбіт так далеко, що могли б почати обертатися навколо Землі. За цей час я освоїв пару прийомів цієї гри. Можливо, це була сама груба тринадцятилітня дівчинка, що я зустрічав, чи навіть сама груба тринадцятилітня дівчинка в усьому світі, але мені вже доводилося працювати з такими дітьми.

Так що я не заплакав і не утік. Я нахилився вперед у своєму кріслі і посміхнувся:

«Знаєш, забавно, що ти це помітила, тому що раніш я був просто приголомшливим красенем, але це мені тільки заважало. Так що я пішов до одного свого приятеля, що працює пластичним хірургом, і запитав, не міг би він мене трохи перекроїти. Як бачиш, – сказав я, указуючи на себе пальцем і дивно посміхаючись, – він проробив просто охренітельную роботу».

І отут відбулося дві події.

Спочатку вона засміялася.

А потім відразу ж сказала навіть сильніше, ніж тільки що сміялася.

Просто чудово.

Чи варто говорити, що я твердо вирішив знову змусити її сміятися.

Багатьом важко це зрозуміти, але мені подобається працювати з нестерпними підлітками. Мені подобається їхнє дивне поведження, анархічна філософія і здатність перетворювати найпростіші і ясні речі в Новий Орлеан під час урагану. І більше всього я люблю самих грубих, сердитих і важких.

Сама приголомшлива річ у підлітках – це те, що вони ще не знайшли навичку посилати вас «на...», як це роблять дорослі – затушовуючи свої слова тисячею ледь уловимих нюансів. Вони посилають вас прямо і відкрито, заощаджуючи ваш час.

Ще одна перевага роботи з підлітками – те, що я сам можу лаятися як хочу, а це відмінна розвага. Мені подобається лихословити, та й завжди подобалося, і тепер я можу робити це професійно. Навіть самої буйної і впертої дитини можна перемогти чи переманити на свою сторону потоком добре відточених *на хрін те* і *на хрін це*. Я б навряд чи зміг вписатися у світ бізнесу і корпорацій із усіма їх слизькими, двозначними і

помилковими «пішов ти на...». Особисто мені подобаються старомодні «пішов ти на...» – у відкрити, щоб всі чули.

Можливо, саме це величезне задоволення від роботи із сердитими, грубими і неприємними підлітками і зробило мене професіоналом. Я багато років працював з дітьми з «самих низів». Це була те ще розвага. З деякими з цих дітей і їхніх родин ви зустрінетеся в цій книзі, а також і з зовсім нормальними дітьми, з усіма – від озброєних підлітків- грабіжників до чуттєвих відмінників. Ми поговоримо про ледачих дітей, злих дітей, грубих дітей, моторошних дітях, полохливих дітях, боязких дітях, смутних дітях і про звичайних зіпсованих і поганих дітей. Про усіх.

Коли маєш справу з підлітками, потрібно дотримуватися декількох базових принципів. На їхній стороні молодість і енергія, на нашій – вік і досвід. Я розповім вам про все, що мені вдалося довідатися за довгі роки роботи з важкими дітьми.

Насамперед, я збираюся показати, що правила гри набагато простіше, ніж більшості з нас здається в ці часи зацикленості на дітях і почутті власної гідності.

Проте будьте уважні: ця книга *не* про те, як стати ідеальними батьками, тому що ідеальні батьки – справжня скалка в дупі. Вони докучливі і змушують інших відчутти себе поганими батьками (та й просто погано себе відчутти). Вони схожі на дітей, з якими ви колись ходили в школу, тих самих, у яких завжди була чиста парта, ідеальна шкіра і які завжди все вигравали. Може, вони і були краще інших, але тусоваться з ними бажаючих було небагато. До того ж ідеальні батьки – закінчені брехуни (і взагалі ідеальних батьків не існує), а їхні діти звичайно стають серійними убивцями чи чиновниками, а іноді і тим і іншим.

Так що ця книга скоріше про те, як бути «досить гарними» батьками. «Досить хороше» добре саме по собі. Трохи краще – і ви почнете викликати роздратування.

Говорячи про дратівні речах, давайте ненадовго зупинимося на телевізійних реаліті-шоу. Не варто обвинувачувати

телекомпанії – вони роблять такі шоу, тому що ми їх дивимося. Реаліті-шоу – це шкода, яку ми самі наносимо собі. Але я згадав про них, щоб нагадати вам про стратегію. Якщо ви хочете стати переможцем і виграти мільйон доларів, вам потрібна стратегія.

Перехитрити, переграти, пережити.

Обдурити, обіграти, протриматися як можна довше.

Ви побачите, що з цього списку можна зробити все. Але нагородою будуть не гроші, а ваш власний уцілілий розум.

Завершити велику пригоду по вихованню дітей і залишитися при цьому в здоровому розумі – гідна мета. Гарна новина: це цілком досяжна мета. І ще одна гарна новина: якщо ви не злетіть з катушок, то будете одержувати величезне задоволення від часу, проведеного у своїй родині.

Отже, поки ваші підлітки не звели вас з розуму і навіть якщо вони вже почали розгинати пальці, якими ви чіпляєтеся за краєчок стрімки скелі розуму...продовжуйте читати.

### Примітка

Всі згадані в цій книзі діти і члени їхніх родин змінені до невпізнанності. Сам великий Шерлок Холмс не зміг би їх впізнати.

Можливо, Небезпечне Мишеня і зумів би їх знайти, але адже він усього лише персонаж мультфільму, і ніхто не стане сприймати його всерйоз. Якщо Мишеня раптом заявиться до вас з розпитами, підсиपाєте йому щурячої отрути.

Нікого ще не саджали у в'язницю за убивство персонажа мультфільму.

## Вступ

### Грабіжники банків і риба

Поведінка в підлітковому віці (від 13 до 19 років) схоже на пограбування банку. Когось дитинство залишає повільно і чемно, скромні вимоги грабіжників акуратно написані на складеному листку папера і передані касиру прямо в руки, щоб не піднімати шуму. В інших все відбувається так, начебто хтось пробив стіну вантажівкою і залишив за собою димлячі руїни і вимоги виплат по страховці.

Іноді розставання з дитинством проходить професійно: всі розуміють, що інша сторона просто робить свою роботу. Батьки виховують, а підлітки бунтують, грабіжники грабують, а копи їх ловлять. Ніхто не ображається, не зачіпає чужі почуття і не злиться. Але буває, що все проходить з перестрілками, виючими сиренами і перекритими дорогами.

Ніхто не збирається брати полонених чи йти на поступки. Тоді вам залишається тільки пригинатися нижче і молитися про те, як би вибратися з цієї ситуації живим.

Ця книга про те, як вижити.

До речі, її було набагато складніше писати, чим «Перш ніж ваша дитина зведе вас з розуму». Насамперед тому, що майже всі батьки маленьких дітей хочуть того самого: щоб Джонні їв овочі, ходив у туалет, слухався старших і вчасно лягав спати. Коли всі ці умови виконані, більшість батьків цілком виправдано почувають себе щасливими. З підлітками набагато складніше, тому що проблеми, з якими стикаються батьки, *українськ* різноманітні.

Мої спроби написати цю книгу почалися з того, що я склав список проблем усіх родин, з якими мені довелося працювати. Список вийшов немаленький. Тоді я вирішив, що, можливо, простіше запитувати батьків прямо, і звернувся до відвідувачів