

ПОЧЕМУ У МОЕГО РЕБЕНКА НЕТ ДРУЗЕЙ? 4 ИСТОЧНИКА

ОДИНОЧЕСТВА

Почему одни люди одиноки, а другие — нет? Одиночество может быть вызвано случайным стечением обстоятельств, но есть и часто встречающиеся причины одиночества детей и подростков. Вот что услышала финский психолог Нийна Юнттила от одиноких в школе и дома детей.

Одиночество ребенка может быть обусловлено как физическими, психическими и социальными факторами, так и средой. Важно то, как черты характера, навыки и поведение ребенка соотносятся с требованиями, которые предъявляет ему окружение. Например, ребенок, которого дома хвалят за вежливость и готовность оказать помощь, будет так же вести себя во дворе и в школе. Если и там станут реагировать, как дома, это будет укреплять усвоенные ранее навыки и впечатления, и в дальнейшем умение совместно работать и способность к эмпатии сохранятся.

Но если к тому же ребенку будут относиться уничижительно и преуменьшать его заслуги, то он в какой-то момент начнет менять свое поведение в соответствии с отношением окружения. В этом случае дружелюбный и готовый помогать ребенок может превратиться в робкого и замкнутого или в подозрительного и агрессивного.

Переезд и смена школы

«Моя семья переезжала трижды — до того, как во втором классе закончилось первое полугодие, я сменил три школы и три квартиры. В первых двух школах я был вполне общительным и у меня были друзья. Оказавшись в третьей школе, я стал отверженным, которого все дразнили, и не мог завести друзей. Это продолжалось все годы учебы, и потом я уже никому не мог доверять. Несмотря на юный возраст, я в своей жизни переезжал раз 20 с лишним. И даже если где-то удавалось с кем-то зацепиться, все это быстро заканчивалось вместе с переездом. В какой-то момент я мог уговорить приятелей пойти со мной куда-нибудь, только если обещал купить им что-нибудь в магазине. В младших классах меня дразнили из-за того, что я был коротышкой, и, конечно, это не прошло даром. В старших классах это продолжалось, пока я не остался на второй год. До того я был почти как ребенок с СДВГ, совсем неуправляемый, но у меня было какое-то количество приятелей, и мы постоянно находили, чем заняться. Когда я остался на

второй год, все это прекратилось, к тому же пришлось сменить школу. Мне вдруг стало ясно, что я хуже других, потому что второгодник и старше одноклассников. Прежде я всегда думал: как это человек может так отстать, чтобы его оставили на второй год... Но вот ведь я же и отстал. После этого друзья пропали и я, наверное, год сидел дома и никуда ни с кем не ходил. В школе всегда запросто можно было наврать, чем я занимался на выходных, и этому верили. Но на самом деле все было иначе».

Я непохож на других

«Другие люди никогда меня не понимают, они говорят, чтобы я шла гулять и наслаждалась жизнью. Но если ты некрасива, то это ощущается, как миллион склизких червей и улиток, которые ползут по твоей коже, острой болью глубоко под кожей, и тогда возникает чувство, будто ты вся искорежена и хочешь выкрутить себе все конечности. Прикосновение одежды позволяет ощутить каждую точку тела, даже с закрытыми глазами и поднятыми вверх руками. Я ненавижу свое тело, я не ощущаю его своим».

«Я признаю, что я не совершенство. Я сам совершал поступки, после которых люди наверняка подумали, что со мной не стоит иметь дела. Я вспыльчивый, ленивый, я вечно красный, когда раздражаюсь, если мне что-то не нравится. Иногда, когда старые друзья звали меня куда-то с ними пойти, я мог просто отказаться, потому что хотел быть один. Не знаю, почему я так делал, но теперь я что хотел, то и получил: я одинок, и чем дальше, тем больше. Мои старые друзья меня забыли ради новых знакомств. Мне даже говорить становится сложно, потому что я нечасто это делаю».



Социальные навыки

«Меня довели до одиночества моя безграничная самокритичность, необщительный и робкий характер, отъезд немногих друзей на учебу в другой город и ощущение своей полной неспособности к общению. Год альтернативной службы в должности школьного помощника в спецшколе и упражнения в общении с «приятелями» по музыкальной группе, к счастью, помогли в развитии социальных навыков и уменьшили склонность к бормотанию и заиканию, и я даже принял вполне серьезное решение касательно того, что моей необщительности и (нередко весьма болезненному) одиночеству нужно положить конец. Возможно, через полтора года я решусь называть этих ребят из группы просто приятелями, без ехидных кавычек».

«Что может помочь нам, одиноким, лучше всего? Я знаю, что никому нельзя показывать, что ты одинок, иначе будет плохо. Сейчас у людей так мало сочувствия, что одиночество считают явлением недостойным и жалким. Это какой-то замкнутый круг — если нет ни одного приятеля, то их и не завести. Ну и вот нужно уметь как-то врать другим, что тебя знают и любят, даже если это не так, и стараться скрывать, как обстоят дела на самом деле. Но потом, если кто-то случайно заметит, что никаких приятелей у меня нет, он всем расскажет, и все усилия — насмарку».

«Я всегда был достаточно замкнутым, и у меня никогда не было настоящих друзей. Жизнь меня не баловала. В школе я по-прежнему оставался одиночкой: несколько приятелей не в счет — среди них не было ни одного друга. В седьмом классе началась травля. Меня так и норовили задеть, обзывали недоразвитым и еще по-всякому. Те, кто меня дразнил, начали разносить такие слухи, что моя репутация в родном городе и до сих пор чернее черного. Когда я туда приезжаю, даже сейчас, многие, увидев меня на улице, обзываются».

«В конце младшей школы у меня развилась депрессия. При переходе в старшую школу мое состояние ухудшилось, и я рассказала об этом друзьям. Они, видимо, испугались и оставили меня в одиночестве. Депрессия, которая у меня до сих пор, мешает заводить новых знакомых. Она привела к тому, что я стала сторониться общества других людей».

Жестокое обращение или недостаток внимания в детстве

В идеальном случае родной дом — самое безопасное и наиболее благоприятное в смысле социализации место для развития ребенка. Именно здесь ребенка принимают и дают возможность ощутить принадлежность к семье. Но так бывает не всегда. Иногда дом больше всего травмирует, из-за чего мальчик или девочка испытывает одиночество, чувство непричастности и собственной ненужности.

«Ребенком я страшно стыдилась моих родителей-алкоголиков и того, что никогда не могу позвать друзей в гости. Это привело к потере уверенности в себе, робости и настороженности — проблемам, которые сохранились у меня и по сей день».

«Все пошло из семьи. Мне было примерно восемь лет. Мой отец погиб от несчастного случая, когда мне было где-то пять. Мать до безумия влюбилась в мужчину с ребенком от первого брака. Скоро она забеременела, а ее избранник уже рвался в брак, совместную жизнь и общий дом. Надо же было доказать бывшей жене и собственным родителям, как у него все здорово. Мы переехали в дом по соседству с его бывшей женой. То есть она жила через забор! Уже через год этот мужчина отдалился от матери. Но из-за ипотеки они были вынуждены много лет провести под одной крышей. В этом омуте все кипело и пузырилось, и все это негативно повлияло на мое поведение. С виду мы выглядели «счастливым семейством». То, как этот мужчина относился ко мне, только ухудшало мое состояние. Он был холоден, отстранен и молчалив. Друзей нельзя было пригласить кроме как на день рождения. Он соорудил в нашей гостиной собственный развлекательный центр, и в его присутствии доступ туда был мне закрыт. Я был «чужой сорванец», как он сам выразился. Скоро мне купили телек и всякой развлекухи, чтобы я не ходил в гостиную, которую этот мужик считал своим «личным пространством». Так начались мое одиночество и изоляция. Я играл в своей комнате, жил своими выдумками и сидел перед телевизором или за компьютером много лет, пока не закончил школу и не уехал учиться в другой город».

*Материал подготовила: Кузнецова Елена Викентьевна,
социальный педагог структурного подразделения
«Центр ПМСС» МОУ «СОШ № 2»*