


Брюс Перри, Майя Салавиц

МАЛЬЧИК, КОТОРОГО РАСТИЛИ КАК СОБАКУ

и другие случаи детских
психологических травм
и исцеления из практики
психиатра

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2024

УДК 616.89-053.2

ББК 57.33

П27

Bruce D. Perry and Maia Szalavitz

THE BOY WHO WAS RAISED AS A DOG

And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook —

What Traumatized Children Can Teach Us About Loss, Love, and Healing

This edition published by arrangement with Basic Books, an imprint of Perseus Books, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group Inc., New York, New York, USA. All rights reserved
Copyright © 2006, 2017 by Bruce Perry and Maia Szalavitz

«Азбука семьи» — это некоммерческий социально-просветительский проект, направленный на поддержку семьи, развитие осознанности родителей и профилактику семейного неблагополучия.

Мы бесплатно распространяем книги среди родителей и специалистов. Ведем онлайн и офлайн курсы «Азбука счастливой семьи». Команда психологов, педагогов, опытных родителей и усыновителей помогает взрослым понять детей, позаботиться о себе и укрепить семью.

Поддержать проект можно по ссылке www.azbukasemi.ru
или через QR-код



Перри, Брюс.

П27 Мальчик, которого растили как собаку / Брюс Перри, Майя Салавиц ; [перевод с английского К. А. Савельева]. — Москва : Эксмо, 2024. — 448 с. — (Травма и исцеление. Истории психотерапевтов).

ISBN 978-5-04-113301-6

Новое издание мирового бестселлера о детской травме, переведенного на 26 языков. Известный психиатр Брюс Перри рассказывает десять историй своих маленьких пациентов, которые пережили страшные потрясения: стали жертвами физического или сексуального насилия, свидетелями убийств, воспитывались в секте или пережили геноцид. Случаи из его практики и многолетние научные исследования доказывают: психологические травмы имеют колоссальное влияние на развитие ребенка и его психику, и дети ничего не забывают, как считали специалисты раньше. Но своевременная и профессиональная помощь может вернуть таких детей к нормальной жизни и позволить им вырасти здоровыми взрослыми. В своей книге доктор Перри раскрывает удивительные способности мозга и психики к восстановлению и дарит надежду на исцеление.

УДК 616.89-053.2

ББК 57.33

ISBN 978-5-04-113301-6

© Савельев К.А., перевод на русский язык, 2021
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

Брюс Д. Перри

Членам моего семейного клана:

Барбаре, Джею, Эмили, Мэдди, Бенджи,
Элизабет, Кэти, Марте, Гранту и Робби.

Памяти Арлис Дикемы Перри (1955–1974)

Майя Салавиц

Моей матери, Норе Стаффанелл

Оглавление

Предисловие.....	7
Авторское примечание.....	11
Предисловие к изданию 2017 года.....	12
Вступление.....	19
Глава 1. Мир Тины.....	27
Глава 2. Ради твоего же блага.....	56
Глава 3. Лестница в небо.....	87
Глава 4. Жажда близости.....	114
Глава 5. Самое холодное сердце.....	135
Глава 6. Мальчик, которого растили как собаку.....	165
Глава 7. Сатанинская паника.....	201
Глава 8. Ворон.....	230
Глава 9. «Моя мама лжет. Она делает мне больно. Пожалуйста, позвоните в полицию».....	258
Глава 10. Детская доброта.....	272
Глава 11. Целительные сообщества.....	291

Мальчик, которого растили как собаку

Глава 12. Картина, а не ярлык	310
Приложение.....	327
Комментарии к разделам издания 2017 года.....	337
Комментарии по изучению книги для руководителей групп.....	382
Комментарии к дискуссионным вопросам для руководителей групп.....	395
Благодарности.....	420
Примечания.....	424
Указатель	438
Об авторах.....	447

Предисловие

ДОПОЛНЕННОЕ И ОБНОВЛЕННОЕ ИЗДАНИЕ книги «Мальчик, которого растили как собаку» всемирно известного психотерапевта Брюса Перри и удостоенной наград журналистки Майи Салавиц — это кладезь бесценных знаний о детстве. В семьях, школах, детских садах, педагогических и психологических вузах, органах опеки и попечительства, учреждениях для сирот, кабинетах чиновников сферы защиты детства книга должна быть настольной.

Реальные истории, изложенные доктором Перри, вне сомнений, станут для педагогов, специалистов и родителей лакмусовой бумажкой их отношения к детям. Взрослые узнают много нового о самих себе. Я искренне завидую каждому, кто возьмет эту книгу в руки впервые: перед вами раскроются многие тайны и проявятся новые грани жизни.

До недавнего времени во всем мире — Россия не стала исключением — был популярен опасный миф о «пластичности детской психики». Взрослые считали, что события раннего детства не оказывают на ребенка никакого влияния: «Поплачет, и забудет». Накричали? Наказали физически? Оставил отец? Лишился семьи? «Он маленький, вырастет, и не вспомнит». Даже ученые и специалисты до 90-х годов прошлого века чаще

всего считали, что возможности и особенности мозга человека обусловлены лишь генетическими факторами. Ни среда, ни события, происходящие с ребенком, на функции мозга якобы не влияют.

Брюс Перри и его коллеги раз и навсегда положили конец этому чудовищному заблуждению. Практическая работа с травмированными детьми помогла показать обществу многие связи между событиями в жизни детей и их поведением. Доктор Перри доказывает влияние травмы на развитие, самоощущение, здоровье ребенка и его реализацию в будущем. Он настаивает на том, что маленького человека формирует не только генетика, но и окружение, среда, события, которые ему довелось пережить. А главное, отношение самых близких людей.

Современной России не хватает знаний о детской психологической травме для внесения качественных изменений в сферу защиты детства.

Парадоксально, но факт — люди, которые работают с травмированными детьми в комиссиях по делам несовершеннолетних, соответствующих подразделениях отделов полиции, судах, в исправительных учреждениях, приютах, детских домах, органах опеки и попечительства, центрах социальной помощи семье и детям, не получают даже базовых знаний по этой теме.

Психологической детской травмы как предмета нет в психологических и педагогических вузах нашей страны. Педагогам эта информация недоступна. Будущие психологи прикасаются к детской травме лишь в рамках других разделов программы.

От отсутствия знаний проистекают и многие ошибочные решения на уровне государства, касающиеся детей.

Широко распространенная практика помещения травмированных детей вместе наносит гигантский ущерб психическому здоровью нации. «Еще одно важное следствие «зеркальной» биологии человека, — пишет Брюс Перри, — состоит в том, что очень неразумно содержать детей с агрессивным или непредсказуемым поведением в больших группах, поскольку они будут проецировать и усиливать такое поведение, а не

успокаивать друг друга». Однако именно так содержатся сегодня дети России в приютах, детских домах, исправительных медучреждениях и колониях. Вместо реабилитации проблемы усиливаются.

Детей, потерявших семьи (а это страшная психологическая травма для ребенка), в стране порядка 500 000. Из них 70 000 живут в детских домах по причине утраты попечения родителей, а также по заявлению матери или отца. Нет системной работы по ранней профилактике социального сиротства.

Не только потеря семьи делает детей в нашей стране уязвимыми. Само понимание родителями «воспитательных мер» нуждается в серьезной коррекции. Исследования, инициированные Национальным институтом защиты детства в рамках проекта «Дом под зонтом» в 2019 году, показали, что каждый третий житель нашей страны считает допустимым использование методов физического наказания. По данным этого исследования, 68% россиян склонны применять «мягкие» формы: подзатыльник и шлепок даже не рассматриваются ими как «жестокое обращение». В итоге оказывать физическое воздействие на ребенка считают правильным около 90% россиян.

Однако грань между шлепками и насилием невероятно тонка.

Единых цифр в публичном пространстве нет — Следственный комитет ведет свою статистику, ГУВД свою, МВД свою — но ежегодно огромное количество детей подвергается жестокому обращению, физическому и сексуальному насилию. То, что становится достоянием общественности — всего лишь верхушка айсберга. По неофициальным данным, регулярным избиениям со стороны родителей подвергается порядка 2,5 миллиона детей до 14 лет. Примерно 50 тысяч из них убегают из дома от побоев. Порядка 30–40% всех преступлений в стране происходят в семье и 50% из них затрагивают детей. Примерно 60–70% детей, которые подвергаются жестокому обращению, как следствие, отстают в развитии, страдают приобретенными физическими, психическими и эмоциональными расстройствами. В будущем негативный детский опыт увеличивает риск

онкологии, сердечно-сосудистых, аутоиммунных заболеваний, а также зависимостей, криминального поведения и суицидов.

Очевидно, что нам еще только предстоит научиться защищать своих детей. Сегодня государство в рамках «Десятилетия детства» ищет для этого инструменты. Но поиск будет успешен лишь при условии знаний: нет смысла «тушить пожары» и не работать над устранением первопричин.

Книгу Брюса Перри и Майи Салавиц мне посчастливилось прочесть в 2017 году. С тех пор я перечитывала ее много раз. Как травма влияет на детскую психику? Что происходит с мозгом ребенка? Как помочь травмированным детям вернуть психическое и физическое здоровье? Эти знания оказались бесценны. Особенно в воспитании детей, которых мы с мужем приняли в свою семью из детских домов.

Сегодня мы как учредители некоммерческой организации «Азбука семьи» видим свой вклад в том, чтобы делиться знаниями. Доносить до общества ключевые смыслы. «Чуткие и заботливые отношения с детьми имеют важнейшее значение для их умственного и психического здоровья», — утверждает Брюс Перри. И в этом — залог благополучного будущего в мире.

*Диана Машкова, писатель,
основатель АНО «Азбука семьи», мама 5 детей*

Авторское примечание

ВСЕ ИСТОРИИ в этой книге являются подлинными, но в целях конфиденциальности мы изменили некоторые подробности. Имена детей и взрослых членов их семей были изменены в тех случаях, если это было необходимо для сохранения анонимности. Все остальные имена взрослых людей являются подлинными, кроме отмеченных звездочкой. Несмотря на эти вынужденные изменения, основные элементы каждой истории изложены точно, насколько это возможно. Например, разговоры воспроизведены на основе непосредственных событий и/или рукописных заметок, аудио- и видеозаписей.

Печальная истина состоит в том, что эти истории — лишь крошечная часть того, что мы могли бы рассказать. За последние десять лет наша клиническая группа в «Академии детской травмы» (The ChildTrauma Academy) приняла участие в лечении более ста детей, которые были свидетелями убийства родителей. Мы работали с сотнями детей, переживших ранний опыт полного пренебрежения в детских учреждениях, а также в родных или приемных семьях. Мы надеемся, что смогли передать на этих страницах силу духа детей, истории которых описаны в книге — как и многих других, претерпевших похожую участь.

Предисловие к изданию 2017 года

РАННИМ ВЕЧЕРОМ весной 2001 года я сидел в аэропорту Миннеаполис/Сент-Пол и слушал голосовую почту. Весь день я провел за разговорами: сначала за деловым завтраком с руководителями местных сообществ, потом на курсах подготовки клиницистов, работающих с детьми, которые подвергались жестокому обращению, и наконец, на совещании с учеными коллегами, организовавшими мой визит. После четырнадцатичасовых разговоров мне меньше всего хотелось говорить по телефону. Я решил ответить только на один звонок, а с другими разобраться попозже.

Популяризатор науки и репортер Майя Салавиц хотела узнать мои соображения по поводу книги, которую она писала. Мы с Майей уже беседовали раньше. Мне она нравилась. Майя была очень любознательна, хорошо подготовлена, задавала отличные вопросы и, насколько это возможно для популярной прессы, точно передавала контекст и содержание наших разговоров в своих сочинениях. В отличие от большинства журналистов, с которыми мне приходилось встречаться, она всегда знакомилась с основной научной литературой, связанной с ее сюжетами, и была готова читать еще больше. Она также никогда не нарушала дедлайн.

Я уже не помню, о чем мы говорили, но в конце концов она сказала: «Вам нужно написать книгу».

«Я думал об этом, но у меня просто нет времени. Кроме того, валютой в научных кругах считаются исследовательские статьи и гранты. Признаться, мне хотелось бы когда-нибудь написать книгу, но сейчас я слишком занят».

«Я могу помочь, и тогда мы напишем книгу вместе».

Этот разговор привел к ряду долгих бесед, многолетнему сотрудничеству и созданию книги «Мальчик, которого растили как собаку».

Принявшись за работу, мы не имели представления о грядущих изменениях в области травматологии, — о том, как много людей стремится к пониманию последствий травмы для разума и мозга и какой огромный интерес скоро возникнет к «осведомленному уходу» за травмированными людьми. Мы не знали, что наша книга будет использоваться как учебник для старших курсников и бакалавров, изучающих социологию, неврологию, психологию, криминологию и многие другие дисциплины.

Хотя мы, разумеется, надеялись произвести некоторое впечатление, но не ожидали целого потока откликов от множества молодых и взрослых людей, столкнувшихся с психическими травмами или пренебрежением. Родители, учителя, работники социальной сферы, военнослужащие, специалисты по охране детского здоровья, сотрудники ювенальной юстиции, судьи, инструкторы, медсестры, психиатры, психологи и педиатры — практически все, кто живет или работает с людьми, пережившими травму или жестокое обращение, связывались с нами, писали и говорили о том, что читали и пользовались концепциями из нашей книги в своей работе.

За последние десять лет осознание важности перенесенной в детстве травмы и «неблагоприятного детского опыта» (теперь известного под аббревиатурой НДО) испытало почти взрывной рост в области психического, физического и даже общественного здоровья, — от небольших групп клиницистов и исследователей до социальных систем и широкого круга лю-

дей. Государственные и частные системы образования, детского благополучия, психического и физического здоровья, ювенальной юстиции, а также многие другие, занимаются внедрением инициатив «осведомленного ухода», «осознания травмы», «сосредоточенности на психических травмах» и «понимания НДО». Книга «Мальчик, которого растили как собаку», оказалась полезным введением ко многим основным концепциям, принципам и практическим элементам осведомленного подхода к травме.

Но когда мы начинали, я на самом деле не знал, что делаю, — по крайней мере, как писатель. В отличие от Майи, я никогда не писал книг. Мы решили воспользоваться рядом клинических описаний историй пациентов (по сути дела, рассказов из реальной жизни), чей опыт и переживания служили примером ключевых концепций о мозге, развитии или детской травме. Мы находились в поиске равновесия между этими подробными, индивидуальными историями и подачей научного материала. Мы хотели, чтобы читатели были увлечены, но не ошеломлены сложностями развития мозга или эмоциональной интенсивностью болезненных детских историй. Это была тонкая грань, и, как выяснилось, для некоторых читателей сложность или эмоциональная интенсивность оказалась чрезмерной. В связи с этим прошу обратить внимание: если вы впервые читаете эту книгу и сами пережили травмирующее событие, нужно отдавать себе отчет, что в ней содержатся чрезвычайно тяжелые и даже шокирующие моменты. Поэтому не спешите читать все сразу.

Однако в большинстве случаев равновесие все же соблюдается. А если в какие-то моменты читатель почувствует себя ошеломленным, он может отложить книгу и вернуться к ней позже. Мы стремились нащупать ритм как в структуре, так и в стиле изложения. Мы целенаправленно подбирали нужные «дозировки» эмоциональной интенсивности, которые могли расстроить читателей, и новизны, которая тоже может быть фактором стресса. Мне хочется думать, что мы соблюли надле-

жащий темп для оптимального процесса обучения и намеренно создали схему повышения устойчивости к переживаниям, которая включает умеренный, контролируемый и предсказуемый стресс для читателей. Но тогда мы не знали об этих концепциях так много, как теперь.

Мы оба оценивали языковой ритм и силу повествования, но продвигались интуитивно. В конце концов, я думаю, в основном мы достигли нужного баланса. В новых разделах, добавленных к этому изданию, мы подчеркиваем важность ритма, «дозировки» и интервалов переживаний для укрепления психологической устойчивости. За последние десять лет мы пришли к значительно более глубокому пониманию этих концепций и их применения для развития, обучения, терапии, родительского воспитания и других целенаправленных процессов изменения мозга. Но подробнее об этом потом.

Вторым важным решением была последовательность клинических эпизодов.

Мы сочли необходимым представить их в приближительном хронологическом порядке для отражения прогресса в сфере детской психиатрии и моего личного роста как клинициста и исследователя. Мой учебный и педагогический опыт в неврологии, медицине, детской и подростковой психиатрии накапливался параллельно с развитием травматологии. Поскольку я всегда был сосредоточен на процессах развития, то знал, что всегда полезно понимать «историю»: как этот человек стал таким, как сейчас? Откуда появились его идеи? Мне всегда легче понять настоящее, если я знаю, что случилось в прошлом.

Во время подготовки к работе над книгой «Мальчик, которого растили как собаку» я обозначил контуры основных концепций, которые считал немаловажными для понимания детской травмы и жестокого обращения с детьми. Я также отметил последовательность, в которой впервые знакомился с этими идеями и теориями по мере моего профессионального развития. Опираясь на эту общую структуру, мы приступили к работе.