

**ОБЩЕСТВО СЕМЕЙНЫХ КОНСУЛЬТАНТОВ И
ПСИХОТЕРАПЕВТОВ**

научно-практический сетевой журнал

ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ СЕМЬИ

ЭЛ№ФС77-69364 от 6-го апреля 2017г.

<http://familypsychology.ru>



№3 июль 2018

«Электронный научно-
практический журнал
Психология и
психотерапия семьи»
Учредитель РОО
«Общество семейных
консультантов и
психотерапевтов»
Выходит с 2017г.
4 раза в год.
Регистрация в
роскомнадзоре
(Свидетельство о
регистрации средства
массовой информации
ЭЛ№ФС77-69364 от 6-
го апреля 2017г.)
2018 № 3



Главный редактор
Варга Анна Яковлевна.
Редакционная коллегия
Янковская Екатерина Борисовна
Травкова Марина Рахимджоновна
Редакционный совет
Болотова Алла Константиновна
Васягина Наталия Николаевна
Карабанова Ольга Александровна
Реан Артур Александрович
Шабельников Виталий Константинович
Кэтрин Бэйкер
Питер Тайтельман
Моника Макголдрик

СОДЕРЖАНИЕ:

ОТ РЕДАКТОРА	4
ИССЛЕДОВАНИЯ	
<i>Ефимова А.А., Чеботарева Е.Ю.</i>	
«ФЕНОМЕН ОДИНОКОГО МАТЕРИНСТВА: ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ»	6-17
ПРАКТИКА	
<i>Травкова М.Р.</i>	
РОДИТЕЛИ КАК АГЕНТЫ НЕФОРМАЛЬНОГО СЕКСОБРАЗОВАНИЯ: ЧТО ДЕЛАТЬ?	18-29
ОБЗОРЫ	
<i>Булгакова Л.И.</i>	
«СИНДРОМ САМОЗВАНЦА»: ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТЕРМИНА, ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ИХ ТРАНСФОРМАЦИЯ	30-37
КРУГЛЫЙ СТОЛ: «Сексуальность: личное – это политическое?»	38-57
ИНТЕРВЬЮ	
ПСИХОЛОГ В ИСЛАМЕ (Интервью М.Травковой с А.Корчагиной и Н.Боковой).....	58-65

ОТ РЕДАКТОРА:

Уважаемые читатели, этот номер нашего журнала оказался разносторонним. В рубрике "Исследования" опубликована статья об одиноком материнстве, в рубрике "Практика" статья о сексуальном воспитании детей. Вдобавок к этой теме мы публикуем стенограмму круглого стола "Сексуальность: личное-это политическое?". Появился обзор литературы о "синдроме самозванца". Первый раз публикуем обзор в нашем журнале. По этой теме русскоязычных источников нет, надеемся, будем полезно и интересно. Мы так же продолжаем интервью с нашими коллегами. В этом номере интервью с мусульманскими психологами.

Приятного чтения!

А.Я.Варга

ИССЛЕДОВАНИЯ

DOI - 10.17513/pps.2018.3.1

ФЕНОМЕН ОДИНОКОГО МАТЕРИНСТВА: ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ

А.А. Ефимова 1, Е.Ю. Чеботарева 2

1 НИУ ВШЭ, департамент психологии, магистерская программа по Системной семейной психотерапии

2 Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Московский государственный психолого-педагогический университет

Аннотация

В статье рассматривается проблема одинокого материнства с точки зрения субъективного восприятия данного статуса, его связи с психологическим благополучием в других сферах жизни матери, ресурсов и стратегий совладания с трудной жизненной ситуацией. Представлены результаты анализа полуструктурированного интервью 5 женщин, относящих себя к категории одиноких матерей. Показано, что ощущение себя одинокой матерью связано не столько с фактическим раздельным проживанием с отцом ребенка, и наличием помощи от окружения, но с невозможностью разделить ответственность за жизнь ребенка с кем-либо. Состояние одиночества в материнстве переживается преимущественно как тяжелое, преобладают ощущения чрезмерного напряжения, перегруженности, растерянности, вины. Более тяжело это состояние переживается теми женщинами, у которых решение о расставании с отцом ребенка было принято их партнерами.

Текущие отношения с отцом ребенка, по мнению женщин, мало влияют на их ощущение одинокого материнства, более важным признается участие отца в жизни ребенка.

Признавая важность психологического благополучия в разных сферах жизни, влияние удовлетворенности жизнью матери на детско-родительские отношения, в силу ограниченности ресурсов, женщины часто жертвуют благополучием в других сферах ради детско-родительских отношений. Многие женщины стремятся искать новые ресурсы для гармонизации своей жизни и детско-родительского взаимодействия, прибегают к помощи специалистов.

Наиболее распространенные стратегии совладания с трудной жизненной ситуацией: гибкость, принятие ограничений, чувствительность к индивидуальным особенностям своих детей и своим собственным. Одинокие мамы придают большое значение совместному времени с детьми, ритуалам, балансу эмоциональной близости и дистанции с подростком.

Ключевые слова: одинокое материнство, одинокая мать, моно-родительская семья, детско-родительское взаимодействие, подросток, психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью, стратегии совладания.

THE PHENOMENON OF SINGLE MOTHERHOOD: THE VIEW FROM INSIDE

Efimova Anna A.1, Chebotareva Elena.2

1 Master Program “System family therapy” of
Moscow High School of economics

2 National Research University “Higher School of
Economics”, Moscow State University of Psychology and Education

The paper deals with the problem of single motherhood from the point of view of subjective perception of this status, its connection with psychological well-being in other spheres of mother's life, resources and the strategies of coping with this difficult life situation. The results of an analysis of semi-structured interviews with 5 women, who class themselves as single mothers, are presented. It is shown that the feeling of being a single mother is not so much related to the actual separation from the father of the child, and to the help from the environment, but mostly – to the inability to share responsibility for the life of the child with someone. The state of loneliness in motherhood is experienced mainly as a heavy one, feelings of excessive tension, overload, confusion, guilt prevail. This condition is experienced heavier by those women whose partners (their child's fathers) made the decision to part with them.

The current relationships with the child's fathers, according to the women, have little effect on their sense of lonely motherhood, more important is the father's participation in the life of the child.

Recognizing the importance of psychological well-being in various spheres of life, the impact of mother's satisfaction with mother's life on child-parent relations, due to limited resources, women often sacrifice well-being in other areas for the sake of child-parent relations. Many women seek to find new resources to harmonize their lives and child-parent interaction, recourse to the specialists.

The most common strategies for coping with the difficult life situation are flexibility, acceptance of restrictions, sensitivity to the individual characteristics of their children and their own. Single mothers attach great importance to the joint time with children, rituals, the balance of emotional intimacy and distance with an adolescent.

Keywords: single motherhood, single mother, mono-parent family, child-parent interaction, adolescent, psychological well-being, life satisfaction, coping strategies.

Введение

Родительство остается важной сферой личностного становления человека, несмотря на разнообразные изменения в обществе, связанные с институтом семьи. Какой бы научный дискурс мы не взяли за основу «кризис семьи» или «модернизация семьи» (Сазонова, Коваленко, Соколюк, 2013), фактом остается то, что мы становимся свидетелями перемен, которые в том числе подтверждаются статистикой – количество разводов растет, вариантов семей появляется все больше. Семьи, где дети воспитываются одним родителем, уже не являются однозначно неблагополучными. Практический опыт показывает, что неполные семьи могут быть вполне благополучными, а дети получают в таких семьях полноценное воспитание и гармоничное развитие (Половенко, Чеботарева, 2016). Однако, нельзя не отметить, что матери, самостоятельно воспитывающие детей, зачастую оказываются в непростых обстоятельствах, испытывают значительную нагрузку в сфере организации повседневной жизни семьи, вынуждены интенсифицировать свою трудовую деятельность, при этом ребенок становится главным в системе ценностей женщин, а их воспитательные стратегии приобретают противоречивый характер (Кочеткова, 2015). И это не может не отражаться на детско-родительском взаимодействии.

Теоретическое обоснование проблемы

Исследования проблемы одинокого материнства показали, что персональные психологические характеристики родителя и его ресурсы, в том числе удовлетворенность жизнью, определяют как формируется и существует круг общения человека. И если в этой области все складывается достаточно благополучно, то остальные факторы не будут радикально влиять на детско-родительское взаимодействие (Belsky, 1984; Алексеенко, Судакова, 2017). Гармоничные родительские установки положительно отражаются на психологическом благополучии родителей за счет повышения компетентности, самопринятия и позитивных отношений с окружающими. Если личностный рост и самопринятие матери снижены, то она более склонна к укреплению эмоциональной

зависимости ребенка от нее (Жуковская, 2011).

Важность для подростков количества и качества времени, проводимого с матерью, доказана во многих исследованиях. (Bianchi & Milkie, 2010; Han, Miller, & Waldfogel, 2010; Milkie et al., 2015). В частности, показано, что продолжительность времени, в течение которого мать физически и эмоционально доступна для своего ребенка (“accessible time”) очень важна для психологического благополучия ребенка (Milkie et al., 2015), повышает эффективность воспитательных усилий (Larson & Richards, 1994), снижает риск делинквентного поведения подростка (Demuth & Brown, 2004; Laird, Pettit, Bates, & Dodge, 2003).

Однако, у матерей, воспитывающих своих детей самостоятельно, часто уровень удовлетворенности жизнью снижен по целому ряду как объективных, так и субъективных причин. И время, которое мать может уделить ребенку, становится одним из наиболее остро переживаемых дефицитарных ресурсов. Одинокие матери часто вынуждены больше работать и, в связи с этим, испытывают дополнительный стресс, переживая, что «отнимают» это время у ребенка. Тем не менее, в исследованиях имеются и противоречивые данные о том, насколько профессиональная занятость матери влияет на ее время с ребенком. Так, например, одни сравнительные исследования работающих и не работающих матерей показали, что работающие матери проводят со своими детьми незначительно меньше времени (Bianchi, 2000), Zick, Bryant, and Österbacka (2001) обнаружили, что работающие матери чаще проводят время со своими детьми, помогая им, например, делать уроки, чем не работающие матери. Было также доказано, что работающие матери в среднем более позитивно оценивают качество своих взаимоотношений с детьми школьного возраста (Roeters et al., 2010). Такие результаты объясняются тем, что профессиональная занятость матери связана с лучшим физическим и психоэмоциональным состоянием матери, более высоким уровнем психологического благополучия, за счет чего и повышается объем и качество ее взаимодействия с ребенком (Frech & Damaske, 2012; Greenhaus & Powell, 2006).

Высказывались многочисленные предположения, что связь между количеством времени с детьми и времени на работе опосредована структурой семьи, то есть, что семьи с двумя биологическими родителями имеют больше ресурсов для поддержания этого баланса, чем семьи с любыми другими структурами, которые сталкиваются с большими трудностями в случае необходимости увеличения рабочего времени. (Lemmon, Patterson, Martin, 2018). Однако, было обнаружено, что одинокие матери в среднем проводят больше времени со своими детьми, чем замужние (Kendig & Bianchi, 2008), и не различаются с последними по степени удовлетворенности детско-родительскими отношениями (Lleras, 2008). В исследованиях Lemmon с соавторами (Lemmon, Patterson, Martin, 2018) при отсутствии значимых различий в целом ряде характеристик детско-родительских отношений между дву-родительскими семьями и семьями с другими структурами, удовлетворенность детско-родительскими отношениями оказалась все же выше у дву-родительских семей.

То есть, обобщение вышеописанных результатов, позволяет предположить, что, несмотря, а возможно, и вследствие осложнений семейной ситуации у матерей сохраняется приоритет детско-родительских отношений. И матери, находящиеся в более сложных жизненных ситуациях, изыскивают дополнительные ресурсы для качественного выполнения своей родительской функции. Показателем успешности привлечения таких ресурсов часто считается психологическое благополучие матери. Выявление таких ресурсов и механизмов их действия становится одной из важных задач исследования проблемы одинокого материнства.

Следует отметить, что одинокие матери испытывают сильное давление социальных норм, требующих отдавать предпочтение взаимоотношениям с ребенком в ситуации необходимости много работать в сочетании с недостаточностью поддержки от других членов семьи (Lemmon, Patterson, Martin, 2018). Существующие социальные стереотипы также влияют на самоощущение одиноких матерей, осложняют их адаптацию к новым условиям жизни. Часто при переживании процесса расставания с отцом ребенка женщины

сталкиваются с чувством вины и невозможностью просить о помощи, что увеличивает нагрузку на женщину и ограничивает её в выстраивании эффективных и гармоничных взаимоотношений с ребенком. Но также, имеются исследования, доказывающие, что матери в семьях со структурой, отличной от биологической дву-родительской семьи, считают социальные нормы по поводу детско-родительского взаимодействия хоть и достаточно важными, но менее обязательными, чем «стандартные» семьи (McConaugh, 2005), что также можно рассматривать как один из адаптационных механизмов.

Важно также учитывать, что эмоциональная незавершенность расставания с отцом ребенка может создавать почву для разного рода неблагоприятных взаимоотношений в подсистеме мать-ребенок. (Amato, Keith, 1991; Сергеева, Чеботарева, 2006; Чеботарева, 2006; Шац, Коваленко, 2011; Акулина, Терехина, 2012)

Само понятие одиночества в данном контексте также далеко не однозначно. С. Г. Корчагина отмечает, что с одной стороны многие люди связывают одиночество с отсутствием семьи или близких людей, с другой – опыт исследований и опросов говорит о том, что переживание этого чувства - внутренний процесс, который никак не зависит от объективной картины жизни человека и может проявиться у любого в любое время (Корчагина, 2008). Д.А. Леонтьев определяет одиночество как отсутствие чувства вовлеченности в отношения с другими людьми. Здесь может происходить или не происходить присоединение фактора физической изоляции. Во втором случае речь чаще всего идет об отчуждении. Переживание одиночества имеет многоуровневую структуру, и ряд факторов зависит от внутреннего состояния человека. Есть те, которые характеризуются позитивным содержанием, например, творчество и/или личностное развитие, другие же, ощущаются тяжелыми, требующими вмешательства и поддержки окружающих (Осин, Леонтьев, 2013).

При этом субъективное ощущение одиночества влияет на отношение к окружающему миру и самому себе, во многом определяя стратегию поведения человека (Пузанова, 2009). Мы предполагаем, что именно фактор субъективного ощущения одиночества, во-первых, вносит существенный вклад в психологическое благополучие одиноких матерей, и во-вторых, опосредует связи между объективными параметрами жизненной ситуации и качеством их детско-родительского взаимодействия. Чем, возможно, и объясняется противоречивость приведенных выше результатов исследований.

Эмпирическое исследование представлений женщин о своем «одиноким материнстве»

Нами было проведено пилотажное эмпирическое исследование с целью изучения феноменологии переживания «одиноким материнства и представлений «одиноким матерей» о ресурсах для организации благополучной жизни для своей семьи.

Исходя из теоретического анализа проблемы и результатов ранее проведенных количественных эмпирических исследований (Половенко, Чеботарева, 2016; Ефимова, Чеботарева, 2017), мы сформулировали следующие **исследовательские вопросы**:

1. Как женщины, считающие себя «одинокими матерями», понимают и переживают это «одиночество»? Почему женщины, получая поддержку в воспитании ребенка, в том числе от отца ребенка или (и) своей расширенной семьи, считают себя «одинокими матерями»? Связывают ли женщины свое ощущение одиночества с взаимоотношениями с отцом ребенка?
2. На какие сферы жизни (в детско-родительских отношениях и других сферах) оказывает влияние фактор «одиночества» по мнению «одиноким матерей»?
3. Каковы основные ресурсы и стратегии для налаживания благополучной жизни, в том числе в области детско-родительских отношений используют «одиноким матери»?

Основным **методом** сбора данных было полуструктурированное интервью, с последующим его контент-анализом методом обоснованной теории. В исследовании приняли участие 5 женщин в возрасте от 37 до 42 лет, имеющих 1 или 2 детей и определяющих себя как «одиноким матери». 4 семьи проживают в Москве, одна – в Санкт-

Петербурге. У всех респонденток высшее образование. На момент исследования большая часть женщин не состояла в отношениях, у двоих были повторные браки, которые к тому времени были завершены, у одной женщины на момент исследования был партнер, с которым они проживали раздельно. У всех женщин с момента расставания с отцами детей-подростков прошло более 2 лет. Общие данные о семейной ситуации респонденток приведены в таблице 1.

Таблица 1.

Основные характеристики семей респондентов

№ пп.	Возраст	Кол-во детей, пол, возраст	Статус отношений с отцом ребенка	Участие отца в воспитании ребенка
1.	39 лет	1 сын (15,5 лет)	В разводе	Эпизодическое
2.	40 лет	2 дочери (6 и 14 лет)	В разводе	Эпизодическое, проявляет инициативу в отношениях со старшей дочерью
3.	42 года	2 детей (девочка – 13,5 и мальчик – 3)	В разводе	Отношения налажены, участвует в жизни дочери
4.	40 лет	2 сына (16 и 10 лет)	Вдова	
5.	37 лет	1 дочь (13 лет)	Расстались	Контакты не поддерживаются по инициативе женщины

Поиск респондентов проходил в основном в специальных группах в социальных сетях и на форумах. Перед началом интервью опрашиваемые были проинформированы о целях проводимого интервью, о политике конфиденциальности, о процедуре дальнейшей обработки информации, было получено разрешение на запись беседы и на дальнейшую обработку полученных данных. При переводе аудио в текстовый формат все имена были убраны или изменены, как и другие легко узнаваемые детали. Также респондентам в начале интервью было сообщено о том, что они могут отказаться отвечать на любой вопрос и закончить беседу без объяснения причин.

Основываясь на теоретических данных и предыдущих эмпирических исследованиях, мы сформулировали примерные темы полуструктурированного интервью:

1. «Одинокое» материнство: *как переживают, как чувствуют, испытывают ли сложности в построении новых отношений, учитывают ли при этом факт «одинокого» материнства*

2. О психологическом благополучии: *отношения с окружающими, образ самой себя, способность принимать решения с опорой на себя, контроль происходящих событий, открытость новому и самореализация, цели в жизни*

3. О взаимодействии с детьми: *актуальное состояние отношений с ребенком, последовательность, эмоциональная близость, воспитательные стратегии, процессы сепарации, организация жизни*

4. Отношения с отцом ребенка: *актуальное состояние отношений, желаемые отношения, что удается*

Интервьюер задавал вопрос или отражал уже услышанное, а далее респондент говорил до четко выраженной паузы, после чего следовала следующая реплика интервьюера.

Описание процедуры контент-анализа методом обоснованной теории.

В каждом тексте интервью выделялись основные понятия, используемые респонденткой в обсуждении ситуации одинокого материнства, затем понятия группировались в более общие категории, составлялось описание структуры и содержания представлений респондента о своем «одиноком материнстве», в случае необходимости задавались дополнительные уточняющие вопросы. По мере включения в исследование следующих респондентов описание представлений корректировалось, уточнялось, дополнялось и уплотнялось. Таким образом, на основе интервью с 5 женщинами, относящими себя к категории «одиноких матерей» была составлена «обоснованная теория», отображающая коллективные представления исследуемой категории матерей о проблемах, обозначенных в исследовательских вопросах данного исследования.

Далее представлено изложение выявленных коллективных представлений «одиноких матерей» о своем материнстве. В скобках курсивом приводятся примеры текстов респондентов.

Понимание и переживание «одинокого материнства»

Как женщины, считающие себя «одинокими матерями», понимают и переживают это «одиночество»? Почему женщины, получая поддержку в воспитании ребенка, в том числе от отца ребенка или (и) своей расширенной семьи, считают себя «одинокими матерями»?

Одинокое материнство воспринимается в первую очередь, как фактическое проживание только с детьми без мужчины (*И вот сейчас я даже физически одинока, одна*), но также и как отсутствие или недостаточность участия отца ребенка в жизни семьи и ребенка (*Ну то есть все равно какие-то решения... какой-то нуу... вот поиграть с ребенком там 3-4 часа раз в месяц – это не быть включенным в его жизнь*) (некоторые женщины сообщают, что даже до развода, живя вместе с мужем, ощущали себя одинокими матерями - *мы жили с гражданским мужем моим, с папой моего младшего ребенка. Нуу... мамой я была одинокой все эти три его года*). Также свое «одинокое родительство» женщины переживают как перегруженность, необходимость в одиночку выполнять все семейные обязанности, принимать важные решения и нести всю ответственность за жизнь ребенка (*он физически мне никак не помогает... если болеет ребенок, то это моя проблема... это моя проблема – решение вопросов с оплатами... мои проблемы организовывать им отдых... принятие решений каких-то стратегических в отношении детей*). Видится важным разделить именно с отцом ребенка собственную тревогу о судьбе детей (*Не хватает мне какого-то мнения, отца детей, по отношению их будущего или по отношению каких-то значимых событий в жизни*) и когда удается это сделать, то чувство одиночества становится меньше (*Становится легче от понимания, что есть, ну на какой-то крайний случай человек есть, ребенок не останется один, не попадет в детский дом, если со мной что-то случится*). Участие других родственников в жизни ребенка не снижает остроту переживаний. При этом ощущение одиночества не зависит от объема реальной помощи, оказываемой бывшим мужем и (или) родственниками. Женщинам довольно сложно принимать помощь и осознавать то, что окружающие в той или иной степени вносят вклад и оказывают поддержку. Видимо, основной фактор – это невозможность разделить со вторым родителем ответственность за жизнь ребенка и за успешность воспитания (*И с точки зрения ответственности тоже такой груз. Потому то знаешь, что кроме тебя никто ничего не решит-не сделает-не поможет*). Женщины говорят о чувствах вины за воспитательные неудачи, растерянности и даже паники в случаях проявлений неблагополучия детей (*У меня как-то так сделать не получилось. Мне это тяжело, я считаю, что это моя вина. Потому что я совсем как бы... не получилось у меня это сделать*).

При отсутствии возможности и/или желания со стороны женщин включать отцов в воспитательный процесс само одинокое материнство воспринимается в большей степени как шанс на то, чтобы самостоятельно выстраивать отношения с ребенком, получать от процесса удовольствие, испытывать радость жизни (*Существует ли жизнь после брака, в одиноком материнстве? – Да, она существует (смеется) и она может быть очень веселая, и активная, и классной*). И такие женщины дают самим себе позволение принимать решения о детях единолично, не испытывая по этому поводу особенных терзаний и глобальных сомнений (*...я даю себе такое право определять правильно ли я политику делаю в отношении... детей или нет*). При этом тяжесть воспитания детей в одиночку не отрицается (*Да, это не просто. Но вообще в принципе никто не обещал, что в дороге будут кормить*).

Накладывают отпечаток на переживание одиночества и социальные установки, сравнение себя с окружающими, собственные убеждения женщин в неполноценности монородительской семьи (*в целом, я считаю, что ребенок должен расти в полной семье, конечно, безусловно*). Респондентки сравнивают свои семьи с «полными», говорят о том, что одинокое материнство требует больше усилий, специальных качеств и способностей (*Мне кажется, что мой характер не подходит под одинокое материнство, именно вот мои личные качества они не совместимы с успешным одиноким материнством*). Трудности с воспитанием, возникающие в любых семьях, приписывают именно фактору отдельного проживания с отцом ребенка (*нет у него мужского авторитета. И вообще, в целом, нет у него авторитетов*).

В основном «одинокие» матери уделяют мало внимания и времени себе, реализации своих целей и интересов, т.к. интересы детей считаются приоритетными, а также не хватает ресурсов для себя, временных, материальных, психологических (*Сложнее всего – это как раз какое-то время для себя*). Однако изменяя жизнь, руководствуясь интересами ребенка, иногда женщине удается так организовать свою деятельность, что в итоге это воспринимается как очень удачная возможность развиваться и становиться устойчивее (*Я знаю, что все проблемы решаются, и в одиноком материнстве нет ничего страшного*).

Связь ощущения одиночества в материнстве с взаимоотношениями с отцом ребенка

Связывают ли женщины свое ощущение одиночества с взаимоотношениями с отцом ребенка?

В большей степени женщины связывают свое ощущение одиночества в материнстве не с их взаимоотношениями с отцами детей, а со слабой вовлеченностью последних во взаимоотношения с детьми, с их неготовностью разделить все аспекты, связанные с родительством - от активного участия в повседневной деятельности ребенка, финансового обеспечения, до организации повседневного присмотра за ним.. По поводу собственных отношений - хотели бы иметь с отцом ребенка спокойные, нейтральные, «деловые» или «дружеские» отношения только по поводу ребенка; не имеют и не хотят иметь с ним никаких личных отношений (*не хотелось вообще никаких отношений. Мне хотелось бы, чтобы у них с сыном были выстроены хорошие отношения. Ну обыкновенные, нейтральные, дружеские отношения по поводу сына только и, чтобы мы могли спокойно, адекватно, чтобы я могла позвонить ему и попросить помочь*). Качество своих отношений с отцом ребенка не связывают с ощущением одиночества в родительстве.

Важность отца для ребенка понимают все респондентки (*я понимаю, что ребенку нужен отец. Я прекрасно это понимаю*). Женщины готовы мириться с трудностями ради того, чтобы отец мог общаться с ребенком, но не видят для себя возможностей занять более активную позицию в налаживании оптимальных партнерских родительских взаимоотношений с отцом ребенка: занимают пассивную наблюдающую и оценивающую позицию (*я никак не препятствую ее взаимоотношениям с отцом. У меня с ним никаких отношений нет и отношение к нему крайне отрицательное, но я стараюсь не*

транслировать это ребенку...И она как хочет так эти отношения и строит...) Некоторые могут просить о помощи, но в случае отказа сразу отступают, безоговорочно принимают тот формат отношений и объем помощи, который определяет отец ребенка (*Можешь делать, поможешь – не поможешь, так...Можешь – хорошо, не можешь, ну...значит нет*). Тут можно предположить, что такая стратегия – давать отцу возможность видиться и выстраивать общение с ребенком в том формате, в котором он готов на данный момент – иногда позволяет ему самому в определенных обстоятельствах увидеть важность и нужность построения отношений с ребенком. Когда решение не поддерживать отношения с отцом ребенка принимается осознанно, то подчеркивается важность фигуры отца, не биологического, а мужчины способного его заменить (*бывают иногда случаи, когда.... Человек...ну скажем так, этим человеком должен быть не биологический отец, а мужчина*).

Высказывались идеи о факторах, влияющих на участие отца в жизни ребенка: возраст ребенка и родительская компетентность отца, особенности его и ребенка характера и/или поведения (*ну вот пока дочка была младенчиком, да там, до 5-6 лет он тоже неактивно, ну он тоже начал участвовать, когда ну... стало можно как-то играть, то есть в 3-4 года он иногда что-то как-то делал, мог поучаствовать постольку поскольку все и отодвигался... включенным он стал папой ну может года полтора - два назад... до ее 11-12 лет ну как-то все было не так*). Предполагается, что отец активнее вовлекается, когда «знает, что делать», и что с более старшими детьми отцам взаимодействовать легче.

Влияние «одинокого материнства» на другие сферы жизни

На какие сферы жизни (в детско-родительских отношениях и других сферах) оказывает влияние фактор «одинокости» по мнению «одиноких» матерей?

Здесь речь в основном идет о сферах жизни, связанных с личным временем, с занятиями, которые важны и интересны самим женщинам, о сферах личной реализации в областях, не связанных напрямую с материнством. Все это вызывает вопросы и определенные сложности (*у меня просто нет времени и нет возможности устраивать свою личную жизнь; ...все остальные цели для меня вот как-то менее значимы. И касательно работы, и касательно там какого-то жилья, мне нужно стабилизировать состояние сына*). Некоторые вполне удовлетворены своей реализацией, в том числе и тогда, когда она сводится только к родительской функции, другие же говорят о том, что из-за сложностей «одинокости» для личной реализации нет «ни места, ни времени» (*Мне кажется, что лично я реализована хорошо, а чем я буду заниматься дальше... всем, чем угодно...какая разница*).

Работа, так или иначе, является той сферой, на которую влияет «одинокое» материнство. Женщины выбирают работу с более гибким графиком, работу на дому, намеренно выбирают менее оплачиваемую работу, чтобы оставалось больше времени для решения вопросов, связанных с ребенком (*в один момент моей жизни у меня было очень не простое решение, которое я все-таки приняла. Я ушла с работы с 9 до 6. И сейчас работаю по своему графику, который я устанавливаю себе сама...Поэтому, да, я нахожу время на общение с ребенком...).* Планируют больше внимания уделять карьере, когда дети подрастут, или разрешатся актуальные проблемы с детьми (*я сейчас об этом не думаю, если честно, наверное... потому что я не могу сконцентрироваться сейчас на работе*).

Сложности с построением новых романтических отношений видятся женщинам в отсутствии времени и/или желания (*Если желание этих отношений есть. Потому что кто-то хочет таких постоянных отношений, чтобы был мужчина в доме, кто-то я знаю, что не особо. То есть типа: «Достаточно!»*), в сложности нахождения баланса между отношениями с детьми и новым партнером (*надо найти время на эти отношения и лавировать между детьми и второй любовью, мне кажется, тоже бывает достаточно сложно*), в необходимости делать выбор между интересами детей и партнера, в привычке быть одной и самостоятельной (*когда она одна, то...и когда она сильная одна, то мужчины*

начинают бояться ее сильного характера. Они пасуют. Вот!). Отмечалось и то, что сами женщины не готовы делить ответственность с новыми партнерами в вопросах воспитания детей, что, по их мнению, негативно сказывается на взаимоотношениях между партнерами (Потому что, когда приходит чужой человек и начинает воспитывать твоих детей, ты начинаешь отрицать это. И начинаешь думать: ну какого вообще он там ему что-то говорит, и какого вообще... Я же тут мать, а он тут никто... и поэтому получается такой конфликт).

Также отмечают респондентки и то, что со стороны мужчин есть свои опасения и предубеждения по поводу «одиноких» матерей (*Я могу сказать, что как только все узнавали, что я вдова и двое детей — срывалось 98% людей. То есть не особо люди готовы к этому. К тому, что женщина, с двумя детьми, тем более одна.*) В первую очередь, это неготовность воспитывать чужих детей (*достаточно сложно встретить человека, который был бы готов принять ребенка другого мужчины*) и содержать их (*они все боятся, что им придётся детей твоих содержать*), находить общий язык с ними (*взаимопонимание надо находить с детьми, не все к этому готовы*), а также с бывшими мужьями (*не все готовы терпеть присутствие ещё одного мужчины, пусть и который живёт отдельно и уже вы не в браке*). «Сильный характер» «одиноких» мам также приводит к сложностям в выстраивании отношений с мужчинами, потенциальными партнерами.

К относительно позитивному влиянию «одинокого» материнства на жизнь женщин можно отнести довольно активное включение членов расширенной семьи в их жизнь, однако оборотная сторона этого явления - нарушение границ нуклеарной семьи (*коли нам помогает бабушка всячески... мы обязаны относиться к ней с почтением и уважением и считаться с ее мнением... это дает дополнительную обязанность нашу, отвечать ей благодарностью на ее заботу*). А также ситуация связанная с трудностями «одинокого» материнства в большинстве случаев послужила толчком к получению психологической помощи и дополнительной информации о том, как устроены взаимоотношения родителей и детей (*я изучала ряд авторов, много литературы и многие из авторов мне действительно помогли, в том числе Юлия Гиппенрейтер, её книги; мне работа с психологом очень помогла. Это очень эффективно и я бы рекомендовала всем*). Пришло понимание, что нужно иметь время для себя и собственную жизнь, не связанную с родительскими обязанностями (*...когда не было работы, когда я работала дома, у меня никакой жизни-то и не было вне, а сейчас появилась. И цели у меня тоже особой не было, кроме как детей. А сейчас появились как бы и друзья, и все, и как-то появилась такая жизнь кроме детей*).

Ресурсы и стратегии налаживания своей и ребенка благополучной жизни

Каковы основные ресурсы и стратегии для налаживания благополучной жизни, в том числе в области детско-родительских отношений используют «одинокие» матери?

В качестве стратегий одни респондентки отмечают необходимость принимать жизненные обстоятельства, свои ограничения, желания и потребности самых близких (*стараюсь дать то, что могу и не давать...не пытаюсь прыгнуть выше себя; я всегда стараюсь принимать как это есть и действовать уже исходя из того, что уже случилось; я знаю ее недостатки, и они у нее есть, я знаю свои недостатки, какие они у меня есть, и я пытаюсь принимать и себя и ее; она там поучилась полтора месяца в этой школе и сказала – «Нет, мам, я, пожалуй, перейду на домашнее». Ну, давай на домашнее*). Иногда, кажется, что у некоторых такое принятие граничит с пассивностью (*Я просто так живу вот сегодня, вчера и завтра рассчитываю на то же самое*). Другие же отмечают, что даже при наличии явной цели и активных шагов по ее достижению важно оставлять место спонтанности и гибкости (*я ставлю цель какую-то... вижу как к этой цели можно прийти... Но из этого не состоит вся моя жизнь... иногда у меня получается спонтанно... нет какого-то жесткого механизма в этом, все мобильное, нет методички в этом*). Ориентация на достижение цели и направленные волевые усилия не могут быть

постоянными (*Задачность – она хороша, конечно, но в такой узкий промежуток времени, потому что человек не может постоянно так*).

В стратегиях детско-родительского взаимодействия также можно отметить гибкость, стремление принимать своего ребенка таким, как есть, признавать его право на подростковый бунт, предоставлять определенную степень свободы ребенку и ответственности за свою жизнь (*я считаю, что я принимаю его бунт, я...конечно, мне не все нравится его черты характера, но это окей, мне главное, чтобы он вырос и мог с этим сам работать, потому что ему самому тяжело; Я как бы думаю, раз пришёл, надо с ним говорить; ...даю ребенку делать то, что ей нравится*). Даже те мамы, которые в силу различных обстоятельств, склонны больше контролировать детей стараются внимательно относиться к их потребностям и чувствам. Признают важность для ребенка выражать свои эмоции, проявлять бунт (*Даю ему какую-то возможность орать и беситься и злиться*). Одна из мам старается направлять этот бунт в творчество (*она увлечена рисованием и театром. Мне кажется, что бунта ей хватает там. Мне кажется, та энергия, которая должна идти на подростковый бунт против родителей, там часть отыгрывается*).

Обращает на себя внимание тот факт, что чем больше женщины контролируют и управляют своей жизнью в целом, тем больше они стремятся контролировать детей. Это может распространяться не на все области, а только на те, которые кажутся матерям наиболее важными.

Женщины признают, что жесткие требования в глобальном смысле не работают, однако некоторые их продолжают использовать (*ты должен хорошо учиться, ты должен закончить музыкальную школу, ну вот и так далее и это все. Это все его еще больше распыляет. Может с кем-то это и работает, с сыном точно нет; стараюсь за шкуру брать и просить и путем шантажа, угроз и подкупа на выставки в театры водить, какие-то стараюсь показывать ей хорошие фильмы*). Там, где у ребенка нет поведенческих нарушений, матери удается относительно четко определять зоны ответственности (*Одежда, прическа, рисование. Я считаю, что эта зона ответственности (ребенка)*); там, где больше поведенческих нарушений, ставка делается на поиск подхода к ребенку, умение договариваться, создание совместных ритуалов (*Все равно нужно договариваться. Как бы это странно не звучало для меня раньше. Раньше для меня это было странно*).

Много внимания все мамы уделяют разговорам с детьми – кто-то делится личным опытом, кто-то обсуждает насущные проблемы совместно с ребенком или дает какие-то рекомендации (*Готовлю - разговариваю, что-то делаю - разговариваю. Для того чтобы разговаривать не надо специальных каких-то условий; Для общения у нас время находится, как ни удивительно; иногда я ей объясняю, что на самом деле такое смерть* Эмоциональная близость и доверие между мамой и ребенком видится всем респонденткам важными темами в детско-родительском взаимодействии (*ребенку очень важно, когда взрослый не дистанцируется от него, а участвует в каких-то жизненных вопросах*). При этом кому-то хочется большей близости (но считают, что их ребенок этого не допустит), кому-то меньшей (что обычно связано с желанием занять более высокую иерархическую позицию в семье, либо снизить долю своей ответственности за жизнь ребенка), кому-то достаточно того, что есть, но важность этих аспектов в общении отмечают все респондентки.

Все матери чувствуют высокую степень собственной ответственности за то, как складываются их отношения с детьми, стараются работать над собой и над взаимоотношениями с ребенком (*Я заставила себя ничего от него не ждать, я прямо искоренила в себе какие-то ожидания в себе на его счет, я читала много литературы, я тоже разговаривала об этом с психологом, я не знаю...вот...это...я работаю над собой, знаю, что он мне ничего не должен*).

В качестве ресурсов женщины видят заботу о себе, поддержание собственного душевного равновесия, налаживание собственной счастливой жизни (*Что-то делаю для себя, какие-то вещи – типа там встреч с подругами, походов в парикмахерскую, гости какие-то к нам приезжают; я стала давать себе больше отдыха*). Некоторые полагают,

что только в этом случае смогут воспитать счастливых детей, а некоторые не связывают это с успешным материнством, а считают, что это очень важно само по себе (*Чтобы я была счастлива и дети этим счастьем питались; нужно быть в гармонии с собой, тогда ты можешь как-то гармонизировать окружающую тебя ситуацию*).

Несколько различаются представления о «правильных» стратегиях, которые они рекомендуют другим «одиноким матерям» и используемые ими самими стратегии. Хотя им самим это и не вполне удается, они считают важным уметь просить и принимать помощь от окружающих (*Что ее (поддержку) можно брать. Вот это вот «да кому это надо и кому я нужна», что это не правда; не бояться делегировать ответственность*), не стесняться говорить о своих трудностях (*Не нужно бояться просить помощи. Замыкать на себе тяжелые ситуации, что есть ситуации, с которыми человек не может справиться один. И нужно открыто говорить*), не бояться осуждения (*Не нужно бояться осуждения, всегда найдется тот, кто осудит и всегда найдется тот, кто поддержит*). Также подчеркивают важность отказа от жертвенности ради ребенка и от жестких ожиданий и установок в отношении ребенка (*Избавиться от лишних ожиданий на счет него. Просто вот стереть все. Это сложно, это очень сложно. Но все равно нужно попытаться стереть все ожидания; Ну я себе ставлю цели и их много; Я на самом деле, за то, чтобы не быть перфекционистом. Если ребенок маленький и если ты не успела помыть пол, то ребенок не умрет от того, что ты пойдешь спать*).

В общем, анализ интервью респондентов методом обоснованной теории позволяет нам сделать следующие **выводы**:

1. Ощущение себя одинокой матерью связано не только и не столько с фактическим раздельным проживанием с отцом ребенка, и наличием помощи от окружения, но и с невозможностью, а в некоторых случаях и с неготовностью по каким-либо причинам разделить ответственность с кем-либо, находить, принимать и признавать помощь других людей, включая членов расширенной семьи и самих отцов детей. Женщины описывают свое положение преимущественно как тяжелое, они чувствуют себя перегруженными, испытывают вину и растерянность в сложных воспитательных ситуациях. Больше удовольствия от взаимодействия с детьми и уверенности в своих родительских компетенциях испытывают те женщины, которые осознанно по собственной воле или в силу сложившихся обстоятельств (смерть супруга) воспитывают детей самостоятельно. В этом случае «одинокое» воспитание детей также характеризуется как сложный процесс, но есть большая ориентация на самостоятельное решение возникающих проблем. Также в случае отсутствия у детей поведенческих проблем мамы чувствуют себя более спокойно и уверено, им проще управлять своей жизнью и контролировать возникающие обстоятельства.

2. Женщины в основном не связывают ощущение своего одинокого материнства со своими взаимоотношениями с отцом ребенка. При этом они подчеркивают важность и нужность отцовской фигуры в жизни ребенка, хотели бы чтобы отец больше участвовал в нем. Женщины предпочли бы иметь с отцом ребенка нейтральные, спокойные отношения, «деловые» или «дружеские».

3. Сложности «одинокое» материнства в основном отражаются на тех сферах жизни, которые связаны с личным психологическим пространством матери, со сферами личной реализации в областях, не связанных напрямую с материнством, в том числе построение новых отношений. Однако одновременно говорится о важности этих областей жизни. Сложности «одинокое» материнства привели почти всех женщин к необходимости поиска психологической информации и помощи профессионалов.

4. Основные стратегии налаживания благополучной жизни: гибкость, принятие жизненных обстоятельств, своих ограничений и особенностей своих детей. Мамы стремятся находить с детьми общий язык, принимать их проявления подросткового кризиса. Мамы стремятся проводить время с детьми, создавать совместные ритуалы,

общаться, оставаться эмоционально близкими в той или иной мере. Также в качестве ресурсов они рассматривают заботу о себе в самом широком смысле этого понятия, налаживание насыщенной и интересной жизни, не связанной напрямую с детьми.

Заключение

Таким образом, мы видим, что все принявшие участие в этом исследовании мамы подростков, относящие себя к категории «одиноких матерей» считают на данном этапе жизни детско-родительские отношения приоритетными в своей жизни, часто жертвуя другими сферами жизни, либо «откладывая их на потом». Тем не менее, они признают важность удовлетворенности жизнью, ощущения счастья, способности получать удовольствие от разных жизненных ситуаций для благополучных и гармоничных детско-родительских отношений, активно ищут ресурсы для налаживания своей жизни в целом и жизни своей семьи. Одним из таких ресурсов является уход от давления социальных норм, принятие собственных ограничений. С другой стороны, ведется активная работа над собой и над отношениями с ребенком, часто с помощью психологов. Труднее всего таким матерям дается сочетание принятия помощи от отца ребенка и от расширенной семьи с сохранением границ своей нуклеарной семьи, что осложняется еще и подростковым возрастом детей. Соответственно, в психотерапевтической помощи таким матерям и их детям следует обращать особое внимание на структурные характеристики семьи, процесс эмоционального завершения развода с отцом ребенка, процесс сепарации подростка от матери, баланс вовлеченности матери в семейную жизнь и другие сферы своей жизни, укрепление ее личных границ. Также видится полезной работа по поиску и признанию тех источников помощи, которые на данный момент уже есть у женщины – расширенная семья и/или окружение, по переопределению ее семейной и жизненной ситуации.

ЛИТЕРАТУРА:

Акулина М.В., Терехина С.А. Особенности восприятия детско-родительских отношений у детей старшего дошкольного возраста в условиях развода в семье // Психология и право, 2012, № 2. С. 1-10.

Алексеева Т.В., Судакова Ю.В. Исследование жизненной удовлетворенности одиноких матерей // Наука России: цели и задачи, сборник науч. трудов по материалам международной науч. конф. – 2017. – с. 40-44.

Ефимова А.А., Чеботарева Е.Ю. Психологическое благополучие «одиноких» матерей и их детско-родительские взаимоотношения // Современные исследования в психологии. Материалы Международной конференции молодых ученых. / Под ред. С.И. Кудинова, Г.Н. Каменевой. -М.: РУДН, 2017. С. 64-68.

Корчагина С. Г. Психология одиночества: учебное пособие. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. -228 с.

Кочеткова Т.Н. Характер отношений родителей к детям в полной и неполной семье // Перспективы науки. – 2015. - №8 (71). - С. 24-28.

Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал ВШЭ. 2013 Т. 10. № 1. С. 55-81.

Половенко С.А., Чеботарева Е.Ю. Взаимодействие матерей одиночек с детьми младшего школьного и подросткового возраста // Актуальные проблемы современных гуманитарных наук, материалы Международной конференции молодых ученых. Российский университет дружбы народов. – 2016. – с. 377 – 381.

Пузанова Ж.В. Социологическое измерение одиночества: дис.....доктор социолог. наук (22.00.01); Российский университет дружбы народов. - Москва - 2009

Сазонова Л.А., Коваленко С.В., Соколюк Н.В. Семья и родительство в условиях современного развития: тенденции, перспективы и инновации // Теория и практика общественного развития. 2013. №5.

Сергеева А.Н., Чеботарева Е.Ю. Влияние развода родителей на психическое развитие детей младшего школьного и подросткового возраста // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика, 2006, №2. С. 106-114.

Чеботарева Е.Ю. Внутрисемейные факторы развития личности // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика, 2006, №2. С. 28-36.

Шац И.К., Коваленко В.В. Развитие детско-родительских отношений в трудных жизненных ситуациях // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина, 2011, Т.5, № 4, С. 120-129.

Amato P.R., Keith B. (1991) Parental divorce and the well-being of children: a metaanalysis / *Psychological Bulletin*, Vol. 110 (1).

Belsky, J. (1984) The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, , №55, 83-96.

Bianchi, S. M. (2000). Maternal employment and time with children: Dramatic change or surprising continuity? *Demography*, 37, 401-414.

Bianchi, S. M., & Milkie, M. A. (2010). Work and family research in the first decade of the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 72, 705-725.

Demuth, S., & Brown, S. L. (2004). Family structure, family processes, and adolescent delinquency: The significance of parental absence versus parental gender. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 41, 58-81.

Frech, A., & Damaske, S. (2012). The relationships between mothers' work pathways and physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 53, 396-412.

Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *Academy of Management Journal*, 31, 72-92.

Han, W. J., Miller, D. P., & Waldfogel, J. (2010). Parental work schedules and adolescent risky behaviors. *Developmental Psychology*, 46, 1245-1267.

Kendig, S. M., & Bianchi, S. M. (2008). Single, cohabitating, and married mothers' time with children. *Journal of Marriage and Family*, 70, 1228-1240.

Larson, R., & Richards, M. H. (1994). *Divergent realities: The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. New York, NY: Basic Books.

Lemmon, M. .; Patterson, S.E.; Martin, M.A. (2018) Mothers' Time and Relationship with their Adolescent Children: The Intersecting Influence of Family Structure and Maternal Labor Force Participation // *Journal of Family Issues*, V. 39 I. 9. P. 2709-2731.

Lleras, C. (2008). Employment, work conditions, and the home environment in single-mother families. *Journal of Family Issues*, 29, 1268-1297.

McCormack, K. (2005). Stratified reproduction and poor women's resistance. *Gender & Society*, 19, 660-679.

Milkie, M. A., Nomaguchi, K. M., & Denny, K. E. (2015). Does the amount of time mothers spend with children or adolescents matter? *Journal of Marriage and Family*, 77, 355-372.

Roeters, A., Van Der Lippe, T., & Kluwer, E. S. (2010). Work characteristics and parent-child relationship quality: The mediating role of temporal involvement. *Journal of Marriage and Family*, 72, 1317-1328.

Zick, C. D., Bryant, W. K., & Osterbacka, E. (2001). Mothers' employment, parental involvement, and the implications for intermediate child outcomes. *Social Science Research*, 30, 25-49.

DOI - 10.17513/pps.2018.3.2

РОДИТЕЛИ КАК АГЕНТЫ НЕФОРМАЛЬНОГО СЕКСОБРАЗОВАНИЯ: ЧТО ДЕЛАТЬ?

Травкова М.Р. 1

1 НИУ «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, департамент психологии

Данная статья родилась из многочисленных, проводимых в течение последних пяти лет бесед автора с родителями и дискуссий вокруг просветительских статей (<https://mel.fm/author/marina-travkova>). Современные родителям, желающие понять для себя, как и в каком возрасте говорить с ребенком на сексуальные темы, с одной стороны имеют под рукой все ресурсы Интернета, с другой, они по-прежнему дезориентированы в теме.

В статье читателю предлагается короткий исторический обзор условий, в которых зародилось определенное отношение к детству, детской телесной неприкосновенности и детской сексуальности, и он приглашается к размышлению о том, что такие очевидные для нас сейчас практики родительства вовсе не являются чем-то незыблемым и природным. Также мы ставили себе задачу раскрыть и обосновать необходимость сексуального просвещения и образования с возраста детского сада: на сравнении опыта и полученных результатов тех стран, где сексуальное образование введено уже несколько десятилетий. Наконец, в данной статье мы предлагаем читателю некоторую классификацию основных тем для беседы с ребенком о сексуальности, интимности и отношениях, с обоснованием возрастных рамок, целесообразности и актуальности каждой темы для каждого конкретного возраста.

Ключевые слова: Детская телесность, детская сексуальность, просвещение, основные темы бесед родителям с детьми.

PARENTS AS AGENTS OF INFORMAL SEX EDUCATION: WHAT TO DO?

Travkova Marina 1

1 National Research University Higher School of Economics, Faculty of Social Science, psychological department

This article was born out of the numerous conversations of the author with parents over the past five years and discussions about educational articles. (<https://mel.fm/author/marina-travkova>) In the article, the reader is offered a short historical overview of the conditions in which a certain attitude to childhood, childish physical integrity and child sexuality has arisen, and he is invited to think that such obvious parenting practices are not something unshakable and natural at all.

. We also set ourselves the task of revealing and substantiating the need for sexual education and education from the age of the kindergarten: by comparing the experience and the results obtained in those countries where sexual education has been introduced for several decades. Finally, in this article, we offer the reader some classification of the main topics for talking with the child about sexuality, intimacy and relationships, justifying the age range, appropriateness and relevance of each topic for each specific age.

Keywords: Children's corporality, children's sexuality, education, the main topics of interviews with parents and children.

От маленьких взрослых к взрослым маленьким

Говорить о сексуальном образовании детей и молодежи, неформальными агентами

которого, хотя бы они того или нет, являются родители и воспитывающие ребенка люди, невозможно без некоторого понимания возникновения стыда и страха вокруг этой темы, тех противоречий, которые сопровождают ее по сей день.

Начать с того, что само по себе отношение к детской сексуальности, телесности, да и к самому ребенку, и ко всем связанным с ними табу, предписаниями и правилами поведения, зависит от культуры конкретного социума и не является одинаковым в разные исторические эпохи. Родителям, которым сложно говорить «об этом» с детьми интересно будет узнать, что сама идея беречь детей от какой-то потенциально «вредной» информации, представление о детской уязвимости и ранимости, и симметричный этому концепт «хорошей матери» появились только в середине 18 века (<https://cyberleninka.ru/article/v/materinstvo-kak-sotsiobiologicheskoe-yavlenie-psihologiya-filosofiya-istoriya>), а порожденная Фрейдом теория сексуальных неврозов, связанная с влечением ребенка к отцу или матери как к эротическому объекту была бы абсолютно непонятна человеку Средневековья с его полным отсутствием идей интимного стыда или отгораживания детей от сексуальных сцен жизни взрослых. В целом, в доиндустриальную эпоху детей никак не берегли, ни от сцен насилия, ни от сцен жестокости, ни от сцен сексуальных. При этом неверным будет сказать, что такое, с точки зрения современного человека, попустительство было связано с равнодушием. «Конечно, детей воспитывали и в допетровской России, и в крестьянских семьях XIX века – пишет Александр Панченко в статье «Отношение к детям в русской традиционной культуре», — если понимать под воспитанием обучение необходимым поведенческим и бытовым навыкам, формам трудовой деятельности, социальным нормам и ценностям, обычаям и ритуалам. Однако привычные нам концепции воспитания, основанные на внимании к возрастной психологии, особенностям развития личности, индивидуальной специфике ребенка, начали складываться лишь в эпоху Нового времени и вряд ли применимы к средневековой культуре. ... Дети воспринимались в качестве «маленьких взрослых», чье отличие от взрослых «настоящих», полноправных осмыслялось не в психологических, а в ритуально-мифологических и этикетных категориях. Иными словами, воспитание детей в доиндустриальной Европе — это практики, направленные не на внутренний мир ребенка, а на его внешние, социальные, статусные характеристики» (http://magazines.russ.ru/oz/2004/3/2004_3_3.html).

Известный историк детства, Ллойд де Моз, исходя из критерия эмоциональных отношений между детьми и взрослыми выделил шесть разных стилей отношения к детям в разные периоды истории:

Инфантицидный стиль (до 4 века н.э), когда ребенка могли лишить жизни из одних только экономических соображений: если его было сложно прокормить или если он был обузой при кочевом образе жизни. только в 374 году инфантицид был приравнен к убийству в Римской Империи, что не означает возникновения родительской привязанности, а скорее связано с контролем государства над правом родителя распоряжаться ребенком как своей полной собственностью.

Бросающий стиль (4-13 века) связан с распространением христианства и признанием у ребенка бессмертной души. Тенденция осознания родительского морального долга перед детьми, как перед «пристанищами Иисуса Христа» вела и к идее телесных наказаний как необходимой мере: «По мере повышения статуса детства усиливается социальный контроль над ребенком и поднимается уровень требований, предъявляемых к нему обществом. Дети больше не должны быть предоставлены сами себе — этот принцип, поначалу применявшийся лишь в немногих образовательных учреждениях по отношению к детям из очень богатых семей, впоследствии станет всеобщим. Вторым принципом становится

умеренная строгость, недопущение потакания детским капризам. Третий принцип — сдержанность, воспитание в детях скромности. Назидательная литература популяризирует идею особенного отношения к детям, стремление оградить их от «грязных сторон» жизни взрослых.»(<https://cyberleninka.ru/article/v/detstvo-kak-sotsialno-konstruiuemyy-fenomen>) В это Отстранение от «грязных сторон жизни взрослых» задавало с одной стороны сексуальную неприкосновенность ребенка, не столько в его интересах, сколько из представления о недопустимости любых форм сексуальной жизни, если они не в супружестве и не имеют целью рождение детей, то есть прокреацию. Понятно, что проявление самостоятельной детской сексуальности оказались под еще большим запретом.

«Детская мастурбация начинает подвергаться жестокому наказанию, врачи распространяют миф о том, что эта практика приводит к слабоумию, эпилепсии и смерти. Главным методом наказания долго являлось физическое наказание», - пишет в своей книге-исследовании Анна Шадрина (Анна Шадрина/ «Дорогие дети», НЛЮ 2017, стр 92) Была распространена практика отправки ребенка на проживание в монастырь, в другую семью, на работу или ученичество.

Амбивалентный стиль (14-17 век) считает ребенка «чистым листом», а перед родителями ставит задачу «слепить», «сформировать» правильного человека. В это время и появляется идея ответственного за ребенка и его воспитание родителя, это расцвет педагогических доктрин и возникновение идеи «заботливой матери», «доброго ангела семьи»

Принудительный стиль 18 века характеризуется попыткой контролировать ребенка через сближение и эмпатию, через понимание и контроль его внутреннего мира. Но при этом родительские усилия сопровождаются идеей освоения, понимания внутреннего мира ребенка.

Социализирующий стиль 19-20 века обусловлен массовостью среднего образования, превращением ребенка в объект социализации, наставлением на «правильный путь», большой вовлеченностью в этот процесс социальных институций, что характерно и для Советской России, в которой ребенок с одной стороны был «общий» и его «воспитывали все», а с другой стороны царила идея ответственной матери: «Мать должна была быть солидарной с любой общественной инстанцией, - пишет Светлана Адоньева, - выражающей недовольство ее ребенком, карать по указанию специалистов. Именно и только с этой целью родителей вызывали в школу, желая видеть их лично. В прочих случаях, когда родителям удавалось выполнить все предписания и заработать общественное одобрение, инстанции обходились письменными посланиями (грамотами). В домашних архивах советской поры, вперемешку с поздравительными открытками и фотографиями хранятся детские «грамоты» и «благодарности»: дана такой-то за такое-то место в соревновании по..., школа № выражает благодарность родителям NN за...

Болезнь и неуспех ребенка – вина матери, здоровье и успех – заслуга учителей и коллектива, а также оздоровительных мероприятий.

А еще – матерью быть стыдно, потому что – «не девушка» именно в физиологическом смысле. Супружество – слабое прикрытие совершенного греха, дети – неопровержимое доказательство падения. Именно поэтому, я думаю, прозвучал незабываемый возглас в одном из советско-американских телестов: «В СССР секса нет!» Секс для советской женщины – постыдная тайна ее замужества. Его надо было скрывать, проживая в общих комнатах с родителями и детьми. Телесная сторона любви была полностью изъята из нормативного языка и переместилась в просторечие и брань. Собственно, все то, что делает русский мат, он делает с женщиной, клеймя ее за сексуальный опыт. Или же – размещает кого угодно в позицию женщины, имеющей сексуальный опыт. И, самое главное, что в этой позиции русский мат располагает именно мать.» (http://www.folk.ru/Research/adonyeva_motherhood.php?rubr=Research-articles) К тому же в 1970-хх, спустя 20 лет после ее выхода в США в СССР прорывается книга американского психиатра Бенджамина Спока, которая по удачному выражению Анны

Шадриной заставила поколения советских женщин вовлекаться в материнский труд, совмещая его с работой, в то время как сам Спок писал, адресуясь женщинам среднего класса и домохозяйкам.

С середины 20 века человечеству свойственен «помогающий стиль»: ребенок полагается личностью, обладающей самостоятельной ценностью, которая лучше, чем его родители знает о своих потребностях, за ребенком закреплены определенные права, совершенно устанавливается идея детской сексуальной неприкосновенности, недопустимости сексуальной эксплуатации детей и нанесения им вреда. Развитие идей феминизма и взгляд на проблемы пола, гендера, воспитания, родительских практик и сексуальности через призму власти (Нэнси Чодороу, Мишель Фуко) создает новое пространство осмысления того, какими должны быть сексуальные отношения между взрослыми. И как в это пространство встроены дети. Вопросы детской сексуальности, возраста согласия, права подростков на секс остро дискуссионные по сей день. Показателем в этом отношении скандал, разразившийся в 1998 году в Американской Психотерапевтической Ассоциации, когда Брюс Райнд и его соавторы, используя случайную неклиническую выборку студентов из разных стран мира, исследовали опыт людей, добровольно вступивших в сексуальные отношения со взрослыми до возраста своего совершеннолетия, то есть пока они еще считались детьми, с точки зрения их паспортного возраста и действующего законодательства. Райнд и его коллеги не обнаружили у последних возникновения психологических проблем, чем вызвали острую критику и обвинения в поддержке педофелии. (приводится по Джесси Беринг «Я, ты, он, она и другие извращенцы», АСТ 2015, стр 172-173). Надо понимать, что речь шла о старших подростках, а выборка включала в себя разные страны, где официальный возраст согласия различается и сейчас.

Еще одну перспективу, с точки зрения развития общества и технологического прогресса, развития и изменения коммуникативных технологий и их влияния на социальное устройство задает в своей книге «Исчезновение детства» (Neil Postman «The disappearance of childhood» New York: Delacorte Press, 1982) Нейл Постман. Очевидный уже сейчас разрыв «передачи информации» от поколения к поколению в эпоху, когда внуки лучше, чем их деды ориентируются в цифровом пространстве Интернета, а информация из масс-медиа проникает с экранов телевизоров и компьютеров к детям, минуя родителей, создает размывание между детством и взрослостью. Тот священный ужас, который человеку конца 19 – начала 20 века «следовало» испытывать перед дверью родительской спальни и сакральным миром взрослых, исчезает перед доступностью любой информации, самого жестокого или сексуального характера, которую современный ребенок может добыть в один клик. Такое свойственное нашему времени явление как появление «взрослых детей» - «кидалтов», не желающих взрослеть психологически, отказывающихся от деторождения или заводящие детей на исходе фертильности, тоже связывают с желанием взрослых занимать «детскую нишу». Таким образом, детство вновь начинает «мерцать» или исчезать, и в мире современных коммуникативных технологий родителям придется совершать специальные усилия, чтобы оградить детей от не релевантной информации и тем выше потребность в здоровом и осмысленном сексуальном просвещении, ориентированном на возраст конкретного ребенка и его эмоциональные навыки. По выражению того же Нейла Постмана «Невозможно представить, чтобы наша культура забыла, что ей нужны дети. Но она на полпути к тому, чтобы забыть, что детям нужно детство. И те, кто будет настаивать на его сохранении, совершат благое дело».

Современные наработки в области сексуального просвещения

Сексуальное просвещение в России – исторически сложная тема. С одной стороны, у нас есть данные ВОЗ, полученные еще в 1993 году, которые показали, что сексуальное воспитание и образование, вопреки некоторым распространенным страхам, ведет не к повышению сексуального интереса у подростков и молодых людей, а наоборот, к более

сознательному и здоровому поведению, включая и более поздний срок полового дебюта, и уменьшение количества подростковых беременностей. Сходные данные показывает и сравнение между штатами «библейского пояса» - консервативными штатами в США, где в школах введена политика полового воздержания, и теми штатами, в которых дается сексуальное просвещение (National Survey of Family Growth (NSFG) 2011-2015 года). Международное техническое руководство по половому просвещению от ЮНЕСКО, созданное в 2010 году в ходе глобальной технической консультативной встречи с участием экспертов из 13 стран и при взаимодействии специалистов из ЮНЭЙДС, ЮНЕСКО, ЮНФПА, ЮНИСЕФ и ВОЗ, приводит специальный обзор литературы, посвященный тому, как половое просвещение влияет на сексуальное поведение человека. (BZgA, ВОЗ ЕВРО, Стандарты полового воспитания в Европе. Основы для политических деятелей, органов образования и здравоохранения, 2010г.) Согласно данному обзору, который объединяет 87 исследований из разных стран, половое просвещение не ускоряет начало половой жизни и не ведет к увеличению числа партнеров. «Анализ 63 исследований, в ходе которых оценивалось влияние программ по половому просвещению на начало сексуальной жизни, выявил, что 37% программ отсрочили начало половых отношений у всех или у значительной части лиц, принимавших участие в исследовании, а 63% программ не оказали никакого воздействия. Важно отметить, что ни одна из этих программ не ускорила начало сексуальной жизни. Аналогично, 31% этих программ привел к уменьшению числа половых контактов (включая возврат к воздержанию), 66% программ не оказало никакого воздействия и 3% привело к увеличению их числа. Наконец, 44% программ привели к уменьшению числа сексуальных партнеров, 56% не оказали никакого воздействия, и ни одна программа не привела к увеличению числа таких партнеров. Небольшой процент нежелательных результатов равен ожидаемому случайному проценту или меньше его, учитывая большое количество рассмотренных значимых результатов. В соответствии с тем же принципом незначительное число положительных результатов, скорее всего, было случайным» <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281r.pdf>

Несмотря на кажущуюся очевидность необходимости полового просвещения вообще, и в частности, крайнюю актуальность освещения тем полового здоровья в связи с угрозой здоровью нации из-за распространения ВИЧ-инфекции, никаких мер по профилактике эпидемии по-прежнему нет, согласно заявлению Покровского Вадима, руководителя федерального научно-методического центра по борьбе и профилактике ВИЧ-инфекции, данного «Газете.ру» в 2017 году. «Никаких мероприятий по предупреждению новых случаев у нас не проводится. В основном занимаются диагностикой, для которой и запущена совместная программа Минздрава и иных организаций. Но это выявление уже заболевших. Наша же задача — обучать людей, чтобы они не заразились. Этим у нас занимаются мало, доходит до того, что Госдума чуть ли не обсуждает вопрос о том, можно ли произносить слово «презерватив» <https://www.rbc.ru/society/20/01/2016/569fa9849a794768bb441afa>

Не спасает положение и то, что в 2014 году Россия ратифицировала конвенцию Совета Европы по защите детей от сексуального насилия и сексуальной эксплуатации, шестая статья которой «Просвещение детей» гласит: «Каждая Сторона принимает необходимые законодательные или иные меры, направленные на обеспечение включения в программы начального и среднего школьного образования информации для детей об опасностях, связанных с сексуальной эксплуатацией и сексуальным насилием, а также информации о способах защиты себя, адаптированной к их развивающимся способностям. Такая информация, предоставляемая, при необходимости, во взаимодействии с родителями, дается в более широком контексте полового воспитания, и в ней особое внимание уделяется ситуациям повышенной опасности, в особенности связанным с использованием новых информационных и коммуникационных технологий» (Генеральная Ассамблея ООН, Конвенция о правах ребенка. Организация Объединенных Наций, Treaty Series, 1989 год.)

В отношении сексуального просвещения подростков и молодежи Россия, можно даже сказать, совершает некие шаги в обратном направлении (дело Лены Климовой и статья КоАП РФ Статья 6.21., дело Юлии Савиновских). И речь часто идет не об отсутствии программ полового воспитания вообще, а про некоторый разворот к «традиционной» и откровенно религиозной «нравственности», с подменой знаний моралью и ставкой на полное половое воздержание (<https://tayga.info/140771>).

Отсутствие внятной информации на фоне «драматического разрыва» между поколениями; та скорость, с которой меняется общество; всепроникающий Интернет, представления о «правильном родительстве» («Современный ребенок. Энциклопедия взаимопонимания/Под ред. А.Я. Варги – М.:ОГИ; Фонд научных исследований «Прагматика культуры», 2006) приводят к ситуации, в которой многие родители ищут, как, когда и какую информацию «об этом» давать детям. Данная статья предлагает некоторое видение того, как мог бы выглядеть некий «план» общения с ребенком на сексуальные темы, который основан на уже существующих программах сексуального просвещения детей, с учетом некоторых современных российских реалий и с опорой на библиографические источники, которые могут быть вспомогательными в этой теме. (например: ЮНЕСКО, Международное практическое руководство по половому воспитанию, основанное на документальных сведениях, для школ, учителей и органов здравоохранения, 2009г.)

Согласно пояснительной записке к так и не попавшей к российским старшим школьникам программе полового воспитания «Быть вместе: пол и здоровье», разрабатываемой с участием отечественных экспертов, в том числе, проректора Московской высшей школы социальных и экономических наук Бориса Шапиро, в курс должны были быть включены следующие темы:

1. Анатомия и физиология репродуктивной системы.
2. Гигиена и здоровье.
3. Социокультурные аспекты сексуальности и полоролевой социализации.
4. Психосексуальное развитие и сексуальное поведение.
5. Взаимоотношения и коммуникация (знания, ценности, личностные характеристики и навыки).

Традиционно для нашей страны формальное сексуальное просвещение и/или половое образование были предназначены для только старших классов школ, вспомним тут учебник «Этика и психология семейной жизни» под редакцией Кислицыной, тоже предназначенный для 10-11 классов и акцентирующий на теме семейных отношений. Однако, очевидно, что понимание таких вещей как разница полов, любовь и дружба, наступает детей гораздо раньше, и все то, что можно назвать неформальным образованием, происходит в семье и в близком окружении ребенка. С какого же возраста оно начинается? Если мы обратимся к сложившемуся в психологии пониманию, что взрослая сексуальность неотъемлема от детского опыта проживания телесного себя, опыта отношений и привязанности с близкими людьми, так называемыми «фигурами привязанности» (Джон Боулби «Создание и разрушение эмоциональных связей» / Пер. с англ. В.В. Старовойтова — 2-е изд. — М.: Академический Проект, 2004; Карл Хайнц Бриш «Теория привязанности и воспитание счастливых людей», Теревинф 2015;), то можно будет сказать, что неформальное половое воспитание, так или иначе, начинается с рождения. Что делает несколько актуальной шутку о том, что для счастья своих детей родителю стоит пройти личную психотерапию до их рождения. Если посмотреть на то, в каком возрасте с детьми предлагается начинать осознанные разговоры, то здесь есть незначительные расхождения: сексуальное образование введено в Нидерландах с 4 лет и начинается с рассказа о том, что другой пол нужно уважать, а также про безопасность (кто «свой», кто «чужой»); в Германии с 4 класса школы (строение тела, его функции, здоровье, гендерные различия, беременность, дружба, любовь, сексуальные потребности и сексуальное насилие); в Швеции с трех лет (идентификация половых различий, равенство полов и способность

говорить о своем теле) (BZgA, ВОЗ ЕВРО, «Стандарты полового воспитания в Европе. Основы для политических деятелей, органов образования и здравоохранения», 2010г).

Во всех программах сексуального образования есть единый и очень важный пункт «Сексуальное образование должно соответствовать возрасту». «Термин «соответствующий возрасту» весьма важен в этом контексте. По сути, более правильным было бы использование термина «соответствующий стадии развития», потому что не все дети развиваются одним и тем же темпом. Тем не менее, термин «соответствующий возрасту» используется здесь в значении «соответствующий возрасту и стадии развития». Термин обозначает постепенное углубление в то, что является интересным и релевантным, и какая степень детализации необходима в определенном возрасте или на определенной стадии развития. Ребенок в возрасте четырех лет может спросить, откуда появляются дети и ответа «из маминого животика» обычно достаточно, и он соответствует возрасту. Тот же самый ребенок лишь позже может начать интересоваться, «как ребенок попал в мамин животик?» и для этого возраста другой ответ будет соответствующим. Ответ, который не подходит ни в коем случае – «ты еще слишком маленький, чтобы знать об этом!». Соответствие возрасту объясняет, почему необходимо заново пересмотреть одни и те же темы сексуального образования в разном возрасте; в процессе взросления они исследуются более основательно.» (http://rodkom.org/ftp/oficial/standart_sex.pdf)

Исходя из всего вышесказанного, предлагаем вниманию читателей попытку систематизировать темы для обсуждения родителями с детьми, и их классификацию по возрастам. Предлагаемая модель ни в коем случае не является неким абсолютом, скорее представляя из себя вспомогательный материал для рефлексии родителей и релевантных теме специалистов относительно тех задач, которые могло бы включать в себя половое воспитание в каждом возрасте. Данная модель никак не исключает того, что в каждом конкретном случае необходимо учитывать личные особенности ребенка и его семьи, его этноса, культурного, национального и религиозного окружения. Не хотелось бы также усилить родительскую тревогу и создать почву для переживаний, связанных с тем, что какая-то тема все еще не была затронута, а значит с чем-то «опоздали». Практически все темы, как можно будет заметить, являются сквозными и повторяющимися, и в целом сводятся к шести-семи сквозным «мета-темам»:

1. Строение тела (названия частей тела для самых маленьких и вплоть до информации о репродуктивной системе, ее функциях и влиянии гормонов – для самых старших)
2. Идентичность (начиная вопросами, в чем различаются и схожи мальчики и девочки для младших и вплоть до знаний о разнице между полом, сексуальной ориентацией и сексуальным поведением)
3. Репродукция (откуда берутся дети и вплоть до вопросов контрацепции и прерывания беременности, включая вопросы ответственности и последствий)
4. Здоровые отношения (уважение ко всем полам и гендерам, к разному типу семей, здоровые способы выражать чувства, в том числе принимать или давать отказ в дружбе или любви; согласие на секс, уважение к сексуальным и интимным границам, удовольствие и комфорт в сексуальном контакте)
5. Личная безопасность (от права на «нет» и отказа на прикосновения для маленьких и до осведомленности в УК за сексуальное насилие для старших, о том, что такое сексуальное насилие, манипуляции, эксплуатация детей, инцест)
6. Здоровье (гигиена и забота о своем теле для младших и вплоть до информации о ВИЧ и заболеваниях, передающихся половым путем для старших школьников)
7. Половое созревание (об изменениях, происходящих в пубертате)

Систематизация тем по возрастам:

В 3-4 года:

- Как называются все интимные части тела, включая гениталии (такие слова как «вагина», «клитор», «пенис», «анус», «ягодицы») Разница между мальчиками и девочками.

Цель беседы: Чтобы в случае сексуальных домогательств ребенок мог ясно выразить происходящее, а вы смогли его понять. (Фраза: «Вася трогал мой анус» является ясной и однозначной, а фраза: «Вася странно со мной играл» не даст вам информации. К тому же, многие дети молчат, потому что не знают, как назвать то, что происходит.) А также понимание интимных зон, которые трогать другим нельзя (кроме оговоренных людей и ситуаций: например, только мама и потому что она купает; врач, при осмотре, если мама рядом и т.п.)

- Информация, откуда берутся живые существа. Цель беседы: удовлетворить детское любопытство с «опережением», это возраст первой социализации, в котором ребенок уже начинает понимать, что есть мальчики и девочки, мамы и папы, а также семьи, устроенные по-другому. Чем себе помочь: Анатомические атласы по возрасту

- Информация о разном устройстве семей, разных людях. Цель беседы: Формирование толерантного и неагрессивного отношения к миру. Отсутствие стыда, если твоя семья, хоть в чем-то «не такая», отсутствие стигмы по отношению к другим семьям. Хорошим примером яркой и иллюстрированной книги для этого возраста, является, например, книга Перниллы Стафельт, «Одного поля ягоды». (Пернилла Стафельт «Одного поля ягоды»/ Открытый мир, 2007)

В 5-7 лет:

- Право сказать «нет», если не хочешь, чтобы к тебе прикасались. Не прикасаться к другим, если они не хотят, чтобы к ним прикасались. Цель беседы: Формирование уважительного отношения к телесным границам своим и других людей, профилактика нежелательных прикосновений

- Что делать, если твое «нет» не слышат и не останавливаются. Цель беседы: Профилактика нежелательных прикосновений, сексуальной эксплуатации и насилия. Чем себе помочь: Книги про ОБЖ для малышей. Людмила Петрановская «Что делать, если». (Людмила Петрановская «Что делать, если»/ Мир энциклопедий Аванта+, 2018) Правило «Нет-уйди-расскажи»: 1) Громко скажи «нет» 2) Тут же отойди от этого человека 3) Немедленно расскажи какому-то взрослому, что тебя трогали против воли. Рекомендуется игровое проигрывание таких ситуаций с ребенком, например, тренировка навыка кричать «нет» с родителем, в виде игры: «Кто из нас громче крикнет «Нет»?»

В 6-8 лет

- Отношения с другими людьми. Кому можно доверять и кому нельзя. Роль разных людей в жизни ребенка, особенно взрослых, наделенных авторитетом: учителя, тренера и пр. Цель беседы: К сожалению, большинство злоупотреблений детьми совершаются в близком кругу (информация центра «Сестры») Необходимо учить ребенка, что «знакомый» еще не значит «безопасный», но при этом не испугать его. Чем себе помочь: Рекомендуются игровые практики, например, строим с ребенком домик и проговариваем «Кого в домик пустить». Сказки о безопасности. Хорошо зарекомендовало себя упражнение «Круги близости» Мэрэлин Мюррей (приводено в книге В.Д. Москаленко «Когда любви слишком много Профилактика любовной зависимости. — М.: Психотерапия, 2006), адаптированное под нужные темы. Например, вы берете фигурки, которые обозначают знакомых вам с ребенком людей и размещаете их в кругах, проговаривая «В это кругу те, кому можно открыть дверь, если ты в квартире один. А в этом те, кому можно открыть, если дома мама. А в этом те, кому открывать совсем нельзя», и так далее. Или, например «У кого можно взять конфету? – У родной бабушки? А у приятной старушки на улице? А у знакомой девочки? А у незнакомой девочки, которая старше на 5-6 лет?»

- Про то, что такое травля и буллинг, про «стыдные и нестыдные секреты». Цель беседы: К сожалению, школьная травля, особенно тех детей, которые имеют какие-то отличительные признаки, не такое уж редкое явление, причем процентов 10% травли провоцируется самими учителями («Современный ребенок. Энциклопедия» стр 490-491)

При этом, многие дети молчат о том, как им плохо или о травле, которая происходит с другими, чтобы не быть «ябедами». Чем себе помочь: Проговорить про то, что если от «тайны» кому-то плохо, хранить ее нельзя. Быть на стороне своего ребенка и не обвинять, если травят его. Если травля происходит по отношению к другому: учить на примере сказок, фильмов, книжек, объяснять, как плохо и тяжело тому, кого обижают.

- Про гендерные стереотипы и про то, что они несправедливы и вредны. Что девочки могут играть в футбол, если хотят, а мальчики, если хотят, вязать или вышивать. Цель беседы: Гендерные стереотипы приводят, в частности, к тому, что девочки уже в возрасте шести лет начинают занижать свои умственные способности на основании своей гендерной идентификации (<http://science.sciencemag.org/content/355/6323/389>) Нашим детям жить в мире, где в семье, как правило, два работающих человека и известно, что более справедливое и равное распределение домашних обязанностей влияет на гармоничность отношений (<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2378023118765867>). Имеет смысл воспитывать детей, осознающими влияние СМИ и социума на их представления. Чем себе помочь: Книги о феминизме по возрасту, как для мальчиков, так и для девочек

В 9-10 лет:

- Про тело, про то, что люди и их тела разные, а картинки в журналах мод и рекламе лгут. Про то, что рост, вес, сексуальная ориентация бывают разными и это нормально. Цель беседы: Формирование положительного образа себя. Позитивная установка к разным образам тела и инаковости людей – залог избавления от многих страданий в будущем, когда тело будет меняться (а оно меняется всю жизнь) и гарантия гуманного отношения к людям вообще. Толерантность к другим. Пожалуй, сексуальная ориентация – особый камень преткновения в подобных беседах. Тут только хочется призвать обращать внимание на проверенные источники информации по данной теме, которые предоставляют московское общество «Ресурс» и петербургский «Выход», если вы в поиске грамотной информации по данному вопросу. Позитивный образ телесного себя – это основа самооценки в будущем.

- Про порнографию. О ее вреде, о том, что она нереалистична, что это «специальное кино для взрослых» и показывает оно не реальные отношения, а фантазии. Цель беседы: Планшеты и смартфоны делают порнографию «доступной в два клика» для многих детей. Известно, что средний возраст осознанного просмотра порнографии – 11 лет, следовательно, имеет смысл говорить с будущим подростком об этом явлении до того. Порнография не является безвредной, она определяет сценарии будущих сексуальных отношений (<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2378023118765867>), а также порождает массу страхов и комплексов относительно своего тела и сексуального взаимодействия.

- О половом созревании. Цель беседы: грамотная информация и снижение страхов и переживаний, связанных с грядущими переменами: информация об изменении тела, менархе, поллюциях, гигиене и пр.

- О маструбации и о том, что она нормальна.

- Про здоровые отношения: невзаимную любовь, дружбу, предательство, здоровое выражение чувств и коммуникацию. Цель беседы: Научить ассертивности – умению дружелюбно, но твердо отстаивать свои границы. Чем помочь: Например, книги Ирины Чесновой для детей. (Ирина Чеснова «Как стать взрослым», АСТ, 2017); книга Лены Климовой «Настоящая девчонка». (Лена Климова «Настоящая девчонка. Книга о тебе», Издательские решения, 2018) Также дети обычно с удовольствием и благодарностью слушают рассказы родителей об их опыте первой любви и дружбы, обидах и отвержении, и о том, как они справлялись и что сейчас сделали бы по-другому.

- Еще раз о строении мужского и женского тела, половом акте и появлении детей на свет. О том, как наступает беременность и какие есть способы ее предотвращения (контрацепция), об аборте, об ответственности за ребенка. О ВИЧ и его способах передачи. Цель беседы: К этому возрасту вы можете смело исходить из того, что ребенок так или

иначе узнает или увидит информацию о половом акте, родах и прочем, вопрос только – от кого и в какой форме? Поэтому ваша цель – грамотная и не пугающая, соответствующая возрасту информация. Так вы учите его ответственности, пониманию последствий, бережности к своему здоровью. Чем помочь: анатомические атласы по возрасту

В 11-13 лет:

- Еще раз пройдитесь по всем означенным темам на более глубоком уровне
- О правах детей, о недопустимости сексуального насилия. О том, что секс – это удовольствие, предназначенное только для взрослых! Цель беседы: Секс – важная часть жизни для подавляющего большинства взрослых людей. И совершенно нормальная. Не стоит пугать сексом и его последствиями («еще забеременеешь!»), внушать, что это что-то грязное и постыдное, - все это может не лучшим образом отразиться в будущей взрослой жизни ребенка. Не бойтесь сказать, что секс – это не только, чтобы появлялись дети, но и способ показать любовь, симпатию, но только у взрослых людей и между взрослыми людьми! Что никто не имеет права заниматься сексом с ребенком и что склонять ребенка к любому сексуальному взаимодействию – наказуемо. Вспомните правило «Нет-уйди-расскажи» для ситуаций, если к тебе пристают. Обязательно скажите ребенку, что виноват всегда тот, кто склоняет несовершеннолетнего к сексу.

- О разнице между дружбой и романтикой, о разных типах отношений, о первой любви, первой невзаимной любви, о том, как определять любят ли тебя или манипулируют тобой, о здоровых отношениях

- О согласии. О том, что «да» должно значить «да», а «нет» должно значить «нет». Цель беседы: Профилактика сексуального насилия.

- О кибербезопасности. О поведении в социальных сетях, о том, что не стоит высылать другим фото своего обнаженного тела. Цель беседы: защитить от травли и преследования в Интернете.

14-17 лет:

- О «первом разе» и что он не должен произойти только потому, что на тебя давят, или чтобы удержать партнера. Что сексуальная жизнь сама по себе не делает никого взрослым. Еще раз о беременности, контрацепции и ответственности. О заболеваниях, передающихся половым путем. Цель беседы: Грамотное информирование. До сих пор даже не всем взрослым известно, что девственная плева есть не у каждой, и что боль и кровь во время полового акта – скорее результат неумелых действий партнера, а не данность. В подростковой среде много страхов и мифов, как например, что девушку, уже вступившую в сексуальную жизнь можно «вычислить» по походке. Внимание к своему телу и его комфорту, а также понимание, что боль при половом акте – не норма, важно для построения гармоничных отношений в будущем. Известно, что одна из самых распространенных причин избегать секса с партнером у взрослых, - в невозможности сказать партнеру прямо, что тебе нравится и что нет (Ульрих Клемент «Хороший секс, несмотря на любовь», ЭКСМО, 2011).

- О сексуальных потребностях тела, о неконкордантности, о том, как физиологическое возбуждение влияет на принятие решений. Цель беседы: Умение слушать и слышать себя – важный компонент того, чтобы в будущем не терпеть насилие в сексе и получать от него удовольствие, что в свою очередь определяет качество жизни во взрослом возрасте. Чем себе помочь: Как работает сексуальное возбуждение и торможение, почему иногда физиологическое возбуждение и желание не совпадают, хорошо написано в книге Эмили Нагоски «Как хочет женщина» (Эмили Нагоски, «Как хочет женщина», Манн, Иванов и Фарбер, 2017). Обращаем внимание, что говорить о беременности и контрацепции, о том, что партнерше не должно быть больно во время полового акта с мальчиками так же важно, а может быть и важнее, чем с девочками!

- О согласии и что им является, о влиянии на поведение алкоголя и психоактивных веществ, о том, что нельзя считать согласие человека под воздействием ПАВ данным осознанно. Еще раз об уголовной ответственности. О возрасте согласия по законодательству РФ, о возрасте вступления в брак. Цель беседы: Ребенок узнает, что у него есть права и обязанности, учится быть в гармоничных отношениях, предотвращению ранней беременности, профилактике ЗППП и защите от насилия, учится принимать осознанные решения и проговаривать свои желания.

- О первых мерах в случае, если стал жертвой сексуального насилия и стал свидетелем того, что стал кто-то другой. Цель беседы: Научить оказывать помощь себе и другому, снизить последствия вероятных травмирующих ситуаций.

- О разнице между полом, гендером, ориентацией и поведением в сексе. Цель беседы: грамотная информация по возрасту.

Родителям также стоит понимать, что, говоря с ребенком на темы, связанные с полом, сексуальностью и отношениями, они передают не только слова, но и свое ко всему этому отношение. Просмотр предложенных тем может вызывать вопросы к себе и к пробелам в своем сексуальном образовании. Это неудивительно, поскольку наше общество в значительной степени наследует тому, в котором «секса не было». Стоит помнить, что на самом деле, сексуальное образование длится всю жизнь, но особое значение оно имеет в подростковом и юношеском возрасте. А также, что многие открытия в сфере человеческой сексуальности сделаны не так давно, и не стали доступны даже взрослым людям, в частности это, например, касается и таких «невинных» физиологических данных, как истинные размеры клитора и его роль в женском сексуальном удовольствии (Ian Kerper “She comes first” 2004, стр 18). Как показывает опыт многолетних лекций по теме перед родительской аудиторией, слушателям обычно очень хочется знать точные формулировки ответов на вопросы. Но, подчеркиваем еще раз, все дети разные, все семьи разные, и кроме тем и формы подачи, очень важно еще и то, что именно мы транслируем своим поведением и отношением к этой теме. Владимир Леви в своей книге «Нестандартный ребенок» остроумно описал взрослые страхи и типы родительских реакций на простой детский вопрос: «А откуда я взялся». Например, родители отвечают: «- Отстань! Некогда! Не задавай глупых, неприличных вопросов» Так ребенок узнает, что секс – это неприлично. Или традиционное «Вырастешь – узнаешь» Ребенку может быть не очень очевидно, когда именно вырастешь, а узнать можно от друга во дворе или в Интернете, не долго дожидаясь. Или «А кто это тебя надоумил? Гадость какая!» - Так ребенок не узнает, откуда он взялся, но уже понимает, что тема и с ней связанное как-то грязно. К не самым удачным попыткам стоит и отнести рассказы о пестиках и тычинках, попытки прочитать длительную и по-медицински точную лекцию, растерянность, когда родители чуть ли не пугаются темы, а ребенок получает мета-послание, что он все же спросил, о чем таком, о чем спрашивать как-то нехорошо и неловко. Одним словом, многим взрослым, неизбежно, придется столкнуться с тем, что разговор о сексе с ребенком – это столкновение с этой темой в самом себе. И узнать, что порой не стоит бояться признания, что и сам знаешь не все, и предложить поискать достоверную информацию – вместе.

ЛИТЕРАТУРА:

- Адоньева С.Б. (2009) Материнство: мифология и социальный институт. В сб. Адоньева С.Б. Дух народа и другие духи. СПб: Амфора
- Джесси Беринг (2015) Я, ты, она, она и другие извращенцы. Об инстинктах, которых мы стыдимся. пер с англ Ольга ван дер Путтен, М: АСТ
- Карл Хайнц Бриш (2015) Теория привязанности и воспитание счастливых людей. М: Теревинф
- Джон Боулби (2004) Создание и разрушение эмоциональных связей. Пер. с англ. В.В. Старовойтова М: Академический Проект

- Варга А.Я, 2006 (ред) Современный ребенок. Энциклопедия взаимопонимания. М: ОГИ; Фонд научных исследований «Прагматика культуры»
- Генеральная Ассамблея ООН (1989 год) Конвенция о правах ребенка. Организация Объединенных Наций, Treaty Series. URL: http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml (Дата обращения: 10.07.2018)
- Ульрих Клемент (2011) Хороший секс, несмотря на любовь. Пер с нем Глебова А. М: ЭКСМО
- Лена Климова (2018) Настоящая девчонка. Книга о тебе. Издательские решения, Ridero
- Эмили Нагоски (2017) Как хочет женщина. Мастер-класс по науке секса. Пер с англ Степанова Виктория, Брагина Наталья. М: Манн, Иванов и Фарбер
- Панченко А.А. (2004) Отношение к детям в русской традиционной культуре. Журнал «Отечественные записки», 3 (6) URL: http://magazines.russ.ru/oz/2004/3/2004_3_3.html (Дата обращения: 12.07.2018)
- Людмила Петрановская (2018) Что делать, если. М: Мир энциклопедий Аванта+
- Подвойский Д. Г. «Детство как социально конструируемый феномен» (2014) Вестник РУДН. Серия: Социология. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/detstvo-kak-sotsialno-konstruiруемому-fenomen> Дата обращения: 10.07.2018)
- Пушкарева Н.Л. (2014) Материнство как социобиологическое явление: психология, философия, история. Научно-практический ежегодник «Запад-Восток» URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/materinstvo-kak-sotsiobiologicheskoe-yavlenie-psihologiya-filosofiya-istoriya> (Дата обращения: 12.07.2018)
- Пернилла Стальфельт (2008) Книга о любви. М: Мир детства медиа
- Мишель Фуко (1998) История сексуальности. Том III: Забота о себе. Пер с фран Т.Н.Титова, О.И. Хома. М-К: М: ДУХ И ЛИТЕРАГРУНТРЕФЛ-БУК
- Нэнси Чадороу (2006) Воспроизводство материнства: Психоанализ и социология гендера, Пер с англ – М: Российская политическая энциклопедия (РОССПЭН)
- Ирина Чеснова (2017) Как стать взрослым. М: АСТ
- Анна Шадрина (2017) Дорогие дети: сокращение рождаемости и рост «цены» материнства в 21 веке. М: НЛО
- ЮНЕСКО (2009) Международное практическое руководство по половому воспитанию, основанное на документальных сведениях, для школ, учителей и органов здравоохранения. URL: <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281r.pdf> (Дата обращения: 02.07.2018)
- Lin Bian, Sarah-Jane Leslie, Andrei Cimpian (2017) Gender stereotypes about intellectual ability emerge early and influence children's interests. Science Vol. 355, Issue 6323, pp. 389-391 URL: <http://science.sciencemag.org/content/355/6323/389> (Дата обращения: 09.07.2018)
- BZgA, ВОЗ ЕВРО, (2010) Стандарты полового воспитания в Европе. Основы для политических деятелей, органов образования и здравоохранения URL: http://rodkom.org/ftp/oficial/standart_sex.pdf (Дата обращения: 05.07.2018)
- Daniel L. Carlson, Amanda Jayne Miller, and Sharon Sassler (2018) Stalled for Whom? Change in the Division of Particular Housework Tasks and Their Consequences for Middle- to Low-Income Couples. Socius: Sociological Research for a Dynamic World Volume 4: 1–17 URL: <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2378023118765867> (Дата обращения: 09.07.2018)
- Ian Kerner (2004) She comes first: the thinking man's guide to pleasuring a woman. Harper Collins Publishers Inc. P 18
- Neil Postman (2011) The disappearance of childhood. New York : Vintage Books

«СИНДРОМ САМОЗВАНЦА»: ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТЕРМИНА, ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ИХ ТРАНСФОРМАЦИЯ.

Булгакова Л.И.

В статье рассмотрены основные теоретические представления о структуре понятия «синдрома самозванца». Подробно разобраны концепции П.Клэнс и Харвей и Кац, включающие в себя основные категории, характеризующие данный феномен. Также приведен обзор научной литературы по истории появления и трансформации термина «синдром самозванца» с учетом социокультурного контекста.

Ключевые слова: «синдром самозванца», отрицание собственной компетентности, страх разоблачения

«IMPOSTER PHENOMENON»: THE ORIGIN OF THE TERM, THE BASIC CONCEPTS AND THEIR TRANSFORMATION

Bulgakova Liudmila

The article is devoted to the description of different views on «imposter phenomenon». The concepts of P. Clance and Harvey and Katz, which include the main categories characterizing this phenomenon, are analyzed in detail, followed by a review of the scientific literature on the history of the appearance and transformation of the «imposter phenomenon», taking into account the socio-cultural context.

Keywords: «Imposter phenomenon», denial of one's competence, fear of disclosure

«Синдром самозванца»: история возникновения термина, основные концепции и их трансформация.

В 1978 году вышла статья П. Клэнс и С. Имс «Синдром самозванца у женщин с высоким уровнем достижений: динамика и терапевтическая интервенция» («The Impostor Phenomenon in High Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention»), в которой впервые появился термин «синдром самозванца», определяемый следующим образом:

«внутреннее ощущение сомнения в своих интеллектуальных способностях, которое особенно часто встречается среди женщин с высоким уровнем достижений» (Clance and Imes, 1978). Это исследование было сделано на основе индивидуальной и групповой психотерапевтической работы с 150 женщинами, которые, несмотря на выдающиеся академические и личные достижения, чувствовали себя самозванцами и настаивали на том, что они на самом деле не так умны, как кажется, и что им удалось ввести в заблуждение всех, кто думает иначе.

Основные теоретические представления о структуре понятия «синдрома самозванца».

В настоящий момент в зарубежной научной литературе существует несколько основных концепций, описывающие «синдром самозванца». До сих пор нет единого мнения относительно того, стоит ли рассматривать этот феномен как личностную характеристику, либо как вариант аффективного состояния, с которым каждый может столкнуться в большей или меньшей степени. П. Клэнс (Clance, 1985) пишет, что не считает «синдром самозванца» патологической болезнью, направленной на саморазрушение, скорее это состояние, которое мешает психологическому благополучию человека. В случае, если этот

синдром особенно сильно проявляется, он может приводить к увеличению тревожности, депрессии, сомнению в собственной компетентности.

Концепция П.Клэнс.

В 1985 году П. Клэнс (Clance, 1985) выделяет следующие категории, характеризующие «синдром самозванца»: цикл самозванца, потребность быть особенным или самым лучшим, возможности супергероя, боязнь поражения, отрицание своей компетентности и обесценивание похвалы, страх и чувство вины, связанные с успехом. Исследовательница полагает, что не все эти черты должны присутствовать одновременно, минимум необходимо иметь две из шести. Раскроем каждую из этих категорий более подробно.

1). Цикл самозванца.

Речь идет о том, как проявляется «синдром самозванца» на разных этапах подготовки задания, предполагающего оценивание. Цикл начинается с увеличения уровня тревоги, справиться с которой помогают две противоположные стратегии: чрезмерная подготовка или прокрастинация, за которой следует лихорадочная подготовка (Thompson et al., 2000). После выполнения задания ненадолго наступает чувство облегчения, однако в случае получения позитивной обратной связи об успешном выполнении задания, люди с «синдромом самозванца» отрицают собственные достижения, считая, что им просто повезло. Если была использована стратегия чрезмерной подготовки, считается, что успех не имеет ничего общего со способностями, компетенциями и навыками, все получилось только благодаря тяжелому труду. В данном случае опасность состоит в том, что сложно сделать достаточно хорошую работу, затратив разумное количество сил.

2). Потребность быть особенным или самым лучшим.

«Синдром самозванца» характеризуется потребностью в постоянном оценивании и сравнении себя с окружающими, причем сравнение не в свою пользу совершенно невыносимо, что часто приводит к сокращению контактов и социальной изоляции. Дихотомия либо «лучший», либо «ничтожество» мешает формированию адекватной самооценки и не позволяет воспринимать критику.

3). Возможности супергероя.

Этот пункт отчасти пересекается с предыдущим, речь идет о представлении о том, что совершенно любое задание может быть выполнено легко, безупречно и с первого раза без учета личных ограничений, возможностей и внешних обстоятельств.

4). Страх неудачи.

Значительное повышение уровня тревожности у людей с «синдромом самозванца» связывается со страхом неудачи при выполнении заданий, где предполагается оценивание. Любая ошибка или исполнение не на самом высоком уровне приводит к появлению чувства стыда и вины. Для того, чтобы справиться с этим страхом, многие выбирают стратегию чрезмерной подготовки.

5). Отрицание собственной компетентности и обесценивание похвалы.

Люди с «синдромом самозванца» испытывают трудности с тем, чтобы присвоить себе собственный успех и адекватно относиться к похвале, им в большей степени свойственно приписывать свои заслуги внешним факторам (удача, «так сложились обстоятельства»). Даже объективные доказательства, например, дипломы или иные письменные документы, не приводят к успокоению и удовлетворению. Это явление необходимо отличать от ложной скромности.

б). Страх и чувство вины, связанные с успехом.

Страх и чувство вины из-за успеха чаще всего связаны с негативными последствиями успеха. Например, это может привести к дистанцированию с семьей или социальным окружением. Еще один страх связан с тем, что успех может привести к повышенным требованиям и более высоким ожиданиям со стороны окружающих, оправдать которые будет еще сложнее.

Концепция Харвей и Кац.

Харвей и Кац (Harvey, Katz, 1985) описывают «синдром самозванца» как психологический паттерн, истоки которого в скрытом чувстве собственного «самозванства», проявляющийся при столкновении с задачами, подразумевающими оценивание. Было предложено описывать данное явление через три отличительные черты: 1) вера, что он/она обманул других, 2) страх разоблачения и 3) невозможность приписывать собственные успехи своим качествам, навыкам и компетенциям. Харвей и Кац (Harvey, Katz, 1985) считают, что у людей с «синдромом самозванца» одновременно присутствуют все три характеристики.

В 2017 году появляется «All Impostors Aren't Alike – Differentiating the Impostor Phenomenon» («Не все самозванцы одинаковы – различая виды «синдрома самозванца», M. Leonhardt, M. Bechtoldt, S. Rohrmann, 2017), где авторы поставили перед собой задачу проанализировать конструктивную валидность понятия «синдрома самозванца» и понять, насколько можно говорить о том, что это понятие можно разделить на какие-то группы. Исследование проводилось на выборке 242 человека. Кластерный анализ подтвердил предположение М. Лири (Leary, 2000) о том, что существуют «истинные самозванцы» в том виде, как это описывается в научной литературе, и «стратегические самозванцы», которые на самом деле достаточно высокого мнения о своих способностях, однако предпочитают публично выражать сомнения в своих компетенциях для того, чтобы снизить ожидания окружающих.

Итак, до настоящего времени в научной литературе не существует единого представления о том, что именно включает в себя концепция понятия «синдром самозванца». Однако чаще всего за основу до сих пор берется опросник П. Клэнс (CIPS, Clance, 1985). В последнее время также стали появляться работы, направленные на уточнение самого конструкта и его структуры.

«Синдром самозванца»: история появления термина.

Первые исследования П. Клэнс появляются в конце 70х гг XX века, на излете «второй волны» феминизма, которая ставила перед собой задачи не только юридического уравнивания в правах с мужчинами, но и полноценного участия в политической жизни, доступности образования и карьерного роста. Именно в этот момент появляется новая академическая дисциплина «женские исследования» (Women's Studies), то есть особое осмысление исторических процессов с точки зрения женского опыта (Малкина-Пых, 2006). Предположение, что «синдром самозванца» свойственен женщинам в большей степени, чем мужчинам, выглядит логичным, если обратиться к культурно-историческому контексту. В тот момент казалось естественным предположить, что женщины, для которых возможность карьерного роста стала реальностью сравнительно недавно в рамках истории в США, чувствовали на себе влияние социальных стереотипов о том, что их удел – это дом и дети. Особую актуальность эта формула получила в конце 40х гг XX века, когда правительству срочно потребовалось найти рабочие места для тех мужчин, которые вернулись с фронта.

На тот момент одним из очевидных решений показалось предложение массово увольнять женщин, которые за время войны успели в тылу освоить разные специальности, которые до этого считались исключительно мужскими, привыкнуть к возможности самостоятельно себя обеспечивать. В этот же момент создается социально одобряемый миф об идеальной домохозяйке, которая содержит дом, следит за детьми и полностью сосредоточена на обеспечении комфорта своего супруга. В тот момент несмотря на то, что многие женщины остались и без кормильца, и без источника дохода, практически никаких социальных протестов не последовало. Однако некоторые исследователи считают, что в том числе эти события послужили толчком для возникновения второй волны феминизма в следующем поколении. (N. Wolf, 2002). В конце 60х гг вышла докторская диссертация М. Хорнер (Horner, 1968), основной темой которой был страх женщин перед успехом. В данной работе был проведен эксперимент, где участников просили продолжить одну из историй: «Джон оказался лучшим студентом в медицинском классе» либо «Анна оказалась лучшей ученицей в медицинском классе». Анализ результатов показал, истории, которые писали женщины об Анне, были в основном посвящены сложностям и жертвам, на которые приходится идти. Истории мужчин о Джоне были написаны в гораздо более позитивном ключе. На основании этих данных был сделан вывод, что женщины боятся успеха и стараются его избегать. Данное явление получило название «эффект Хорнер». Однако уже в 1975 году ряд появилось исследование А. Левин и Дж. Крамрин (Levine, Crumrine, 1975), проведенное по тому же принципу на 700 испытуемых, которое не показало значимых различий в стратегии избегания успеха между мужчинами и женщинами.

Можно сделать предположение, что вывод о том, что «синдром самозванца» свойственен женщинам в большей степени, является логичным для 80-хх гг XX века в контексте развития психологии в США и выглядит как один из возможных способов адаптации к окружающим условиям. Однако дальнейшие исследования не подтвердили этот вывод, на американской выборке не было обнаружено значимых различий в уровне «синдрома самозванца» в зависимости от пола, сексуальной ориентации или этнической принадлежности (Harvey, 1981; Bussotti, 1990; Langford, 1990). В исследовании 2015 года (Cokley, K., Awad, G., Smith, L., 2015), в котором приняли участие 345 женщин и 146 мужчин, приводятся данные о прямой корреляции между осознанием гендерной стигматизации и «синдромом самозванца», причем значимой разницы между представителями разных полов не было обнаружено. В соответствии с данным исследованием, наличие внутреннего ощущения, что принадлежность к определенному гендеру накладывает некоторые ожидания, которым необходимо соответствовать, предполагает более сильную выраженность «синдрома самозванца». Можно предположить, в данном случае может срабатывать похожий механизм, когда личные потребности и цели с одной стороны, и страх противостоять мнению окружающих, с другой, создают внутреннее понимание разрыва между тем, что из себя представляет человек в данный момент и предполагаемыми ожиданиями окружающих.

В 1985-1986 годах публикуются две книги П. Клэнс «The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like a Fake» («Синдром самозванца: когда успех заставляет тебя чувствовать себя подделкой», Clance, 1986) и «The Impostor Phenomenon: Overcoming the Fear That Haunts Your Success» («Синдром самозванца: преодолевая страх, который преследует твой успех», Clance, 1985) по материалам клинической практики. В этом же году появляется опросник «синдрома самозванца» («Clance IP Scale», Clance 1985), состоящий из 20 вопросов, который позволяет определить, насколько сильно влияние этого феномена на жизнь.

Еще значимые фигура, стоящие у истоков исследований «синдрома самозванца» - это Дж. Харвей и С. Кац. Их опросник появляется в 1981 году (HIPS, Harvey, Katz, 1981), а в 1984 они издадут книгу «If I'm so Successful, Why do I feel like a Fake» («Если я так успешен, то почему я чувствую себя самозванцем», Harvey, Katz, 1984). Авторы считают, что часть проблем, связанных с «синдромом самозванца», вызваны особым взаимодействием в

родительской семье, когда детям приписываются определенные роли вне зависимости от того, насколько это посильно и выполнимо. Например, ребенок может считаться «помощником», он растет с установкой, что его обязанность – всегда предлагать помощь вне зависимости от того, насколько в конкретный момент времени это для него возможно и способен ли он вообще справиться с поставленной задачей. Несоответствие между ожиданиями окружающих и возможностями им соответствовать может приводить, по мнению авторов, к формированию «синдрома самозванца».

Существует сильная положительная корреляция между «синдромом самозванца» и самосаботажем, то есть сознательным торможением своей карьеры (Росс, 2001, Вонт и Клейтман, 2006), депрессией (Коллиган и Стернберг, 1991), повышением уровня тревожности (Крисман, 1995), перфекционизмом (Томпсон, 1998). Эти исследования говорят о том, что высокий уровень проявленности «синдрома самозванца» ассоциируется с целым рядом явлений, которые значительно снижают качество жизни.

В 1991 году Коллигиан и Стернберг (Kolligian and Sternberg, 1991) предложили использовать термин «воображаемое мошенничество» вместо «синдрома самозванца» для того, чтобы отличать тех, у кого страх разоблачения не обоснован и тех, кто является настоящими самозванцами в прямом значении этого слова. Кроме того, они говорили, что само название этого конструкта звучит как психиатрическое заболевание или расстройство личности. Концепция «воображаемого мошенничества» Коллигиан и Стернберг включает в себя такие понятия, как самокритика, ощущение предполагаемого обмана окружающих, потребность постоянно доказывать и повторять свой успех. Они особо выделяют важность умения производить впечатление, сосредоточенность на самооценке и социальном имидже.

В 2005 году Кетс де Фрис (Kets de Vries, 2005) предложила, что «синдром самозванца» может рассматриваться как нормальный аспект социального поведения, при котором людям необходимо скрывать свои слабости в соответствии с социальными нормами, существующими в обществе. Она также предлагает ввести новый термин «невротическое самозванство» для описания состояния, при котором представление о собственных способностях и компетенциях не соответствует предполагаемому представлению окружающих. Ее портрет «невротического самозванца» выглядит следующим образом: это человек, который испытывает страх поражения или успеха, в работе склонен к перфекционизму, который в свою очередь может приводить к прокрастинации из-за невозможности идеально выполнить поставленную задачу, трудоголик.

В начале XXI века стали появляться работы, ставящие под сомнение конструктивную валидность шкал, измеряющих уровень «синдрома самозванца» и даже самого явления как характеристики личности. Например, исследование 2001 года (Leary M, Patton K., Orlando A., Funk W, 2001) проходило в три этапа. Вначале участникам было предложено заполнить опросники «синдрома самозванца», а затем оценить себя и отметить, как с их точки зрения, их оценивают окружающие. Те, у кого были самые высокие баллы по шкале Клэнс, оценивали себя очень низко и предполагали, что и окружающие того же мнения, в то время как оригинальная концепция предполагает наличие завышенных требований со стороны коллег и начальства. На втором этапе исследования была цель выяснить, является ли это межперсональной стратегией. Участники эксперимента должны были оценить свои ожидания относительно предстоящего теста, причем первый раз это делалось публично, а второй раз анонимно. Те, у кого уровень «самозванства» был выше, говорили о том, что не уверены в своих способностях, только в окружении других людей. Анонимные ответы свидетельствовали о том, что они уверены в своих силах и знаниях. На третьем этапе была предпринята попытка выделить два типа «самозванцев»: «истинных» (то есть тех, кто считал, что окружающие оценивают их способности слишком высоко) и «стратегических» (тех, кто только заявлял, что они не настолько хорошо справляются, как ожидают другие, но на самом деле были о себе гораздо более высокого мнения). Однако результаты исследования не подтвердили эту гипотезу. И следующим шагом этой же группы ученых

был выпуск нового опросника «синдрома самозванца», который на этот раз состоял всего из 7 вопросов (Leary, 2000)

В 2009 году это направление в исследовании было поддержано и продолжено МкЭлви и Юрак (McElwee, Yurak, 2007), которые пришли к тем же результатам об отсутствии значимой разницы между предполагаемой завышенной оценкой окружающих и самооценкой, хотя этот пункт был одной из основ концепции «синдрома самозванца», предложенной П. Клэнс. Таким образом, в науке появилась потребность пересмотреть устоявшееся представление о том, что именно представляет из себя это явление и можно ли его считать постоянной характеристикой личности или скорее одним из примеров аффективных состояний. Однако до настоящего момента в науке не было создано полноценной концепции и созданного на ее основе измерительного инструмента, которая пришла бы на смену концепции П. Клэнс, до сих пор используемой практически во всех современных исследованиях.

Следующим этапом становится качественное исследование 2010 года «Феноменология синдрома самозванца» (McElwee, Yurak, 2010), задачей которого стояло уточнение самого концепта. Ученые пришли к выводу, что «синдром самозванца» более правильно рассматривать в качестве аффективного состояния, а не постоянной характеристики личности, которое возникает в случае завышенных ожиданий со стороны человека, мнению которого приписывалось особое значение. Хочется отметить, что в работе говорится о том, что многочисленные письменные данные о том, как проживается состояние «самозванства», говорят о том, что с такими чувствами периодически сталкивается почти каждый вне зависимости от того, как много баллов набрано по опроснику Клэнс или Лири.

Отдельно хотелось бы отметить, что в настоящее время «синдром самозванца» изучается не только в рамках психологии, но и других дисциплин. В качестве примера можно привести докторскую диссертацию по философии А. Тайлор «Синдром самозванца: взгляд снаружи, внутрь и со стороны через изучение личный нарратив» (Taylor, 2009), посвященную исследованию собственного опыта. Автор выделяет 90 характерных черт, свойственных человеку с «синдромом самозванца», которые разбивает на три категории: «самозванец-ребенок», «самозванец-подросток» и «самозванец-взрослый». Тайлор отмечает, что несмотря на то, что получила 97 баллов из 100 по опроснику Клэнс, она предполагает, что у «синдрома самозванца» есть и позитивная сторона, влияние которой на свою жизнь ей также важно исследовать.

За последние несколько лет стали появляться исследования, в которых «синдром самозванца» рассматривается в контексте бизнес психологии и психологии управления (Grubb & McDowell, 2012; Jöstl, Bergsmann, Lüftenegger, Schober, & Spiel, 2012; McDowell, Grubb, & Geho, 2015), его считают внутренним барьером, который мешает развивать карьеру (Неурейтер и Траут-Маттауш, 2016). Например, в работе М. Бехтольдт 2015 (Bechtoldt, 2015) делаются выводы о том, что в том случае, если менеджер чувствует себя самозванцем на работе, он склонен делегировать не только сложные, но и рутинные задачи служащим, которые также чувствуют неуверенность в себе. В этом же году появляется исследование «Страх разоблачения: характерные особенности «синдрома самозванца» и его релевантность в рабочем контексте» (Vergauwe, Wille, Feys, Anseel 2015) цель которого определить, как именно проявляется «синдром самозванца» на рабочем месте и как организовать социальную поддержку, чтобы сделать максимально сократить его влияние.

Итак, в научной литературе в настоящий момент существует две точки зрения на то, как следует определять «синдром самозванца». С одной стороны, П. Клэнс предлагает рассматривать это явления как личностную особенность, которая может проявляться в большей или меньшей степени, и которая была сформирована в детстве под влиянием определенных обстоятельств (Clance, 1985). С другой стороны, часть исследователей говорят о «синдроме самозванца» как об аффективном состоянии, в котором в

определенный момент времени может оказываться каждый (McElwee, Yurak, 2010). Можно предположить, что с точки зрения социального конструкционизма, этот феномен может быть рассмотрен как некий дискурс, сформированный в определенный момент времени, когда в обществе важно быть социально успешным, реализоваться в профессиональной области, в личной жизни, соответствовать определенным стандартам внешности. С появлением социальных сетей обществу приходится сталкиваться с большой открытостью информации о частной жизни огромного количества людей, чаще всего представленной в сильно ретушированном свете, что приводит к увеличению контраста между реальностью собственной и предполагаемой картинкой той реальности, в которой живут окружающие. Таким образом, если раньше «синдром самозванца» возникал и существовал преимущественно в ситуациях, связанных с профессиональной идентичностью, то сейчас он распространяется и на такие области личной жизни как, например, материнство. Об этом свидетельствует необычайная популярность различных концепций о том, как именно должны быть устроены взаимоотношения между матерью и ребенком, каждая из которых претендует на универсальность. Популярная и часто транслируемая идея о том, что существует некий «правильный» образ жизни, благодаря которому можно добиться совершенно любых поставленных целей, часто может приводить к большей выраженности «синдрома самозванца» все у большего количества людей. Одновременно можно говорить о том, что увеличивающееся количество исследований и публикаций может играть не последнюю роль в распространении этого относительного нового явления за счет увеличения его узнаваемости и возможности его распознать. То есть можно говорить о том, что «синдром самозванца» как явление претерпевает некоторые изменения с течением времени и в зависимости от социального и исторического контекста, в котором исследуется. То есть процессы изучения и социального конструирования реальности происходят параллельно.

ЛИТЕРАТУРА:

- И.Г. Малкина-Пых (2006) Гендерная терапия. Москва: «Эксмо»
- Bechtoldt., M. (2015) Wanted: Self-doubting employees—Managers scoring positively on impostorism favor insecure employees in task delegation, *Personality and Individual Differences*, Vol: 86, Page: 482-486
- Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002) Applying the big five personality factors to the impostor phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78(2), 321-333.
- Bussotti, C. (1990) The impostor phenomenon: Family roles and environment. (Doctoral dissertation, Georgia State University). *Dissertation Abstracts International*, 51, 4041B-4042B.
- Caselman, T. D., Self, P. A., & Self, A. L. (2006) Adolescent attributes contributing to the impostor phenomenon. *Journal of Adolescence*, 29, 395-405.
- Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L. , & Stober, D. R. (1995) Impostor Phenomenon in an interpersonal/social context: Origins and treatment. *Women and Therapy*, 16(4), 79-96.
- Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978) The impostor phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 15(3), 241–247.
- Clance, P. R., & O’Toole, M. A. (1988) The impostor phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement. *Women and Therapy*, 6(3), 51-64.
- Cokley, K., Awad, G., Smith, L. (2015) *The Roles of Gender Stigma Consciousness, Impostor Phenomenon and Academic Self-Concept in the Academic Outcomes of Women and Men*. Springer US
- Cowman, S., and Ferrari, J. R. (2002) “Am I for real?” Predicting impostor tendencies from self-handicapping and affective components. *Soc. Behav. Pers. Int. J*
- Dudau, D. (2014) The relation between perfectionism and impostor phenomenon. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 127, 129–133

- Ferrari, J. R. (2005) Impostor tendencies and academic dishonesty: Do they cheat their way to success? *Social Behavior and Personality*, 33(1), 11-18.
- Harvey, J., C. (1981) *The impostor phenomenon an achievement: A failure to internalize success* (Doctoral dissertation, Temple University). *Dissertation Abstracts International*, 42, 4969B.
- Harvey, J. C., & Katz, C. (1985) *If I'm so successful, why do I feel like a fake?*. New York, NY: Random House. 1985
- Horner M. S. (1986) *Sex Differences in Achievement Motivation and Performance in Competitive and Noncompetitive Situations*: Ph.D. Diss. University of Michigan, University Microfilms
- Kets de Vries, M. (2005) The dangers of feeling like a fake. *Harvard Business Review*, 83(9), 110-116.
- Kolligian, J., Jr., & Sternberg, R. J. (1991) Perceived Fraudulence in young adults: Is there an „Imposter Syndrome“? *Journal of Personality Assessment*, 56(2), 308-326.
- Leary, M. R., Patton, K. M., Orlando, A. E., and Wagoner Funk, W. (2000) The impostor phenomenon: self-perceptions, reflected appraisals, and interpersonal strategies. *J. Pers.* 68, 725–756
- Leonhardt, M., Behtoldt, M., Rohrman, S. (2017) All Impostors aren't alike – Differentiating the Impostor Phenomenon *Front. Psychol.*
- Levine, A., Janice Crumrine, J. (1975) Women and the Fear of Success: A Problem in Replication, *American Journal of Sociology* 80, no. 4: 964-974
- McGregor, L. N., Gee, D. E., & Posey, K. E. (2008) I feel like a fraud and it depresses me: The relation between the impostor phenomenon and depression. *Social Behavior and Personality*, 36(1), 43-48.
- McElwee, R., Yurak, T., (2010) *The Phenomenology of the Impostor Phenomenon*, Rowan University
- Rohrman, S., Behtoldt, M. N., and Leonhardt, M. (2016) Validation of the impostor phenomenon among managers. *Front. Psychol*, 2016
- Sakulku, J., and Alexander, J. (2011) The impostor phenomenon. *Int. J. Behav. Sci.* 6, 73–92.
- Simmons, D. (2016) Impostor syndrome, a reparative history. *Engaging Science, Technology, and Society*, 2, 106–127.
- Sonnak, C., Towell, T. (2001) The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 863-874.
- Sternberg, R. J., & Kolligian, J., Jr. (1991) *Competence considered*. New Haven, CT, US: Yale University Press.
- Taylor A. (2009) *The Impostor Phenomenon: a look at the outside, the inside, and the other side through scholarly personal narrative*. Colorado State University: ProQuest Dissertations Publishing,
- Vergauwe, J., Wille, B., Freys, M., Fruyt, F., Anseel, F., (2015) Fear of Being Exposed: The Trait-Relatedness of the Impostor Phenomenon and its Relevance in the Work Context, *Journal of Business and Psychology*, Volume 30

DOI - 10.17513/pps.2018.3.3

КРУГЛЫЙ СТОЛ: «Сексуальность: личное – это политическое?»

21-22 мая 2018 года в Москве прошла конференция “Без цензуры. Наука. Гендер. Сексуальность», организованная Сообществом Гендерных Психологов и Сексологов и просветительской организацией «Секспросвет 18+». Конференцию открыл круглый стол «Сексуальность: личное – это политическое?», под модераторством Натальи Малышевой, кандидата психологических наук, доцента кафедры социальной психологии факультета психологии МГУ имени М.В.Ломоносова, нарративного практика и Полины Солдатовой, психолога, гештальт-терапевта, члена Общества практикующих психологов «Гештальт-подход», Коллегии по этике в психологии и психотерапии (КЭПП), «Свободной психологии», создательница женской FB-группы «Мой секс»

Личное это политическое - важная идея, которая показывает, что наш индивидуальный опыт тесно связан с социальными идеями и институтами. Нам бы хотелось обсудить, является ли секс чем-то "что люди делают в спальне" или пространство секса шире?

В обучении практикующих психологов много уделяется внимания отношениям, а про сексуальность и секс говорят, на первый взгляд, не часто. Но возможно, когда про секс не говорят, то все же транслируют какие-то идеи. Нам интересно обсудить какие. Связаны ли базовые допущения терапевтических направлений с идеями о сексе и сексуальности? Насколько встроены гетеронормативные идеи в психотерапию? Какие есть способы уделить внимание вариативности, пола, гендера и сексуальности у представителей разных психотерапевтических направлений? С какими дилеммами могут сталкиваться психологи, в работе которых затрагивается тема сексуальности?

Являемся ли мы "нейтральными" и/или "безоценочными", когда "не замечаем" гетеронормативность современного мира?

Участниками круглого стола стали:

Анна Варга, кандидат психологических наук, председатель Академического совета программы по системной семейной психотерапии в НИУ ВШЭ, главный редактор журнала «Психология и психотерапия семьи»; **Гражина Будинайте**, кандидат психологических наук, доцент и академический руководитель программы «Семейная системная психотерапия» в НИУ ВШЭ; **Наталья Поскребышева**, кандидат психологических наук, детский и возрастной психолог, доцентка кафедры возрастной психологии МГУ им. М.В. Ломоносова; **Амина Назаралиева**, врач-психотерапевт, врач-сексолог, соучредитель клиники "Mental Health Center", председатель секции «Сексология» в Ассоциации Когнитивно-Бихевиоральной Терапии; **Анна Шадрин**, докторантка университета Лондона (Великобритания), автор книг «Не замужем, секс, любовь и семья за пределами брака» и «Дорогие дети: сокращение рождаемости и рост «цены» материнства в XXI веке»; **Мария Сапожникова**, возрастной психолог, нарративный практик, со-основательница проекта "Встреча со своей сексуальностью"; **Серафима Дорогойченко**, возрастной психолог, нарративный практик, со-основательница проекта "Встреча со своей сексуальностью».

Для обсуждения предлагались такие вопросы:

1) В каком подходе Вы работаете? и/или Какие дисциплины, касающиеся темы сексуальности, и кому преподаете?

2) Как в Вашем подходе (курсе) понимается сексуальность? Сексуальные ориентации?

3) Есть ли «типичные» проблемы /вопросы о сексуальности, с которыми Ваш подход работает? и/или которые Вы обсуждаете с учащимися?

Если есть, то как с ними предлагается работать? На что обращать внимание? Есть ли какие-то идеи/допущения/гипотезы, лежащие в основе такой работы?

Если нет, то на что предлагается опираться в работе в общем виде?

Затем мы перейдем к общему обсуждению. Ориентировочные вопросы для него:

1) Как развивались наши личные знания о сексуальности в процессе освоения профессии? Были ли какие-то изменения? Или мы наблюдали их в научных знаниях и общественном мнении?

2) Какой информации нам не хватало и/или не хватает сейчас, чтобы работать с темами сексуальности настолько эффективно, насколько нам хотелось бы?

3) Какие возможности для учета вариативности/разнообразия сексуальностей есть в наших подходах? Что нам помогает и как? Или что поддерживает идею единообразия?

4) Какие сложности в работе с темами «около сексуальности» возникают в нашем подходе? Есть ли «слепые пятна»? «Серые зоны»? Какие дилеммы могут возникать в рамках нашего подхода?

5) Какие социальные процессы, институты могут влиять на нас как помогающих специалистов, поддерживая или, наоборот, затрудняя (делая невозможной?) нашу работу с темами сексуальности?

6) Являемся ли мы безоценочными и/или «нейтральными», когда «не замечаем» гетеронормативность современного общества? Почему «нейтральности» психолога может быть не достаточно, чтобы быть «ЛГБТ-френдли»?

7) Формулировка «Личное – это политическое» появилась, когда понадобилось подчеркнуть, что проблемы, с которыми сталкиваются женщины, не являются «личными», «психологическими», а следствием социального устройства общества. Учитываем ли мы в своей работе (и как), что сексуальности тоже имеют отношение к социальным процессам? Не пытаемся ли мы «вписать» некоторых наших клиентов в существующие социальные нормы и «смириться» с несправедливостью и дискриминацией, вместо того, чтобы создавать возможности для изменения этого социального порядка?

Все обсудить не успели, но разговор состоялся.

Мы предлагаем вашему вниманию дешифровку круглого стола:

Наталья Малышева: Итак, мы можем начинать. Не знаю, заметили ли вы или нет, у нашего круглого стола было несколько вариантов названий и в анонсах, и в программе. В целом эти названия выстроены вокруг такой важной феминистской идеи, которая была сформулирована в эссе Кэрол Ханиш: «Личное – это политическое». В то время, конец 60-х годов – начало 70-х, это стало очень важной идеей, которая для нас сейчас, может быть, кажется очевидной – что наш личный опыт структурирован разными социальными процессами. Но в самом эссе очень интересно обсуждаются, и для меня это было удивительно, вопросы, связанные с некоторым противопоставлением психологического и политического. Обсуждается, что психотерапевтические процессы могут быть направлены на решение каких-то очень личных проблем и на подготовку человека к тому, как быть с этими проблемами, находить свои индивидуальные способы. В то время как в политических движениях достаточно очевидно, что многие проблемы не связаны с моим личным каким-то опытом, а диктуются социальными факторами: тем, как устроена система семейных отношений, как экономически устроено общество. И тот факт, что, как мы все знаем, люди приходят часто с похожими запросами, подталкивает нас к мысли, что это не только личное, но и социальное. Соответственно, нам захотелось обсудить, насколько тема сексуальности может быть тоже рассмотрена в этом контексте. Мне кажется, что та психологическая

работа, которую мы проводим, может быть, не так однозначна, и мы надеемся создать пространство для рефлексии нашего опыта, нашего личного опыта в практике, как консультирования, так и преподавания. Полина расскажет немножко о том, как все будет организовано.

Полина Солдатова: Здравствуйте. Стол будет устроен таким образом: сначала мы представим участниц, и у каждой будет примерно 5-6 минут, чтобы рассказать, как в подходе, с которым преподает или работает участница, понимается сексуальность, как сама участница работает в этом подходе, какой опыт, какие сложности. Это вступление такое, представление. Дальше будет разворачиваться дискуссия внутри стола. Мы подготовили для участниц вопросы и будем их спрашивать. После вопросов будет время на дискуссию из зала и более открытую дискуссию и с участницами, и из зала. То есть мы приветствуем комментарии. Это будет уже, получается, в третьей трети по времени. Мы просим всех говорить в микрофон и пытаться уложить комментарии в пару минут хотя бы, чтобы время не затягивать. Начинаем с представления. Представляю Анну Варгу, кандидата психологических наук, председателя академического совета магистерской программы «Системная семейная психотерапия» в Высшей школе экономики, главного редактора журнала «Психология и психотерапия семьи». Вам слово!

Анна Варга: Добрый день! Ну, я представляю классический системный семейный подход. Секс там понимается так же, как все там понимается, ничего специального нет. Секс — это коммуникация в широком смысле. И терапия, собственно говоря, каких-то сексуальных сложностей связана с выстраиванием другой коммуникации в этой зоне взаимодействия. На мой взгляд, типичные проблемы являются следствием разных злокачественных идей, которые мешают людям налаживать свое сексуальное общение. В частности, это идея высокой ценности влечения как чего-то абсолютно природного такого, чтобы не сказать звериного. И вот этот переход от идеи влечения как чего-то такого пафосно естественного к идее, что любые чувства социально сконструированы, не бывает вообще у человека чувств не социально сконструированных, таково его видоспецифическое эволюционное движение часто является терапевтической. На этой основе можно выстраивать другие сексуальные коммуникации. Про эту идею не всегда удается договориться.

Наталья Малышева: Спасибо! Следующая наша участница – Наталья Поскрёбышева, кандидат психологических наук, моя коллега по факультету психологии МГУ. Вопросы те же.

Наталья Поскрёбышева: Ну, меня уже представили. Я буду говорить, исходя из двойственной позиции. С одной стороны, я являюсь практикующим специалистом в области возрастного психологического консультирования, консультирую детей и родителей по поводу детей и их развития, в частности сексуального. И тут я с Анной Яковлевной совершенно согласна, сейчас существует очень большой ажиотаж вокруг темы сексуальности. С одной стороны, это здорово, поскольку дает нам некоторую возможность грамотного просвещения. А с другой стороны, сейчас и у детей, и у подростков появилось гораздо больше возможностей продемонстрировать и получить демонстрацию сексуальности, но пока еще не установлены те социальные средства, которые позволили бы ее обсудить. Может, не на каждом рекламном плакате, но на каждом десятом точно можно увидеть голую женщину, но слов для того, чтобы описать эту голую женщину, оказывается, нет. Нет у детей, поскольку я занимаюсь детьми, но должна сказать, что нет и у взрослых. Потому что когда мы начинаем обсуждать, например, раннюю детскую сексуальность нормально развивающегося ребенка, его познания в области тела, то очень часто звучат слова типа «ну, там где-то между ног» ... Да? Вы все, наверное, слышали «персики», «писюльки» и прочие слова, совершенно обыденные, согласна с этим, но не позволяющие

в реальности рассматривать тело как нормальный объект для познания в детских возрастах. Второй аспект, и в этом моя двойственная позиция, я преподаю на факультете психологии дисциплины, связанные с детскими возрастами. И здесь и у студентов, ну, и у детей, которых подспудно здесь вижу, есть очень серьезная неграмотность в области гендерного и сексуального просвещения. Мне кажется, что мы как психологи и вообще мы как люди должны сейчас на каждом столбе кричать о том, что нашей стране совершенно необходимо грамотное сексуальное просвещение. Родители очень часто приходят с запросами, которые вводят их в панику или по крайней мере в смятение, но которые не являются патологизирующими для ребенка. «А-а-а! Дети изучают себя! Они разделись, и я застучала их за тем, как они трогали друг друга за интимные места!» - говорит мама сиблингов, брата и сестры. Или: «Я обнаружила в поисковых запросах своего сына, младшего школьника, запросы на порнографию с неприличными словами и соответствующим уже просмотренным содержанием!» Таким образом, у родителей, у детей, а зачастую и у помогающих специалистов сейчас нет какой-то более-менее серьезной, грамотной картины нормального развития сексуальности. Это отражается, например, и в диагностическом инструментарии. У нас более-менее представлен клинико-диагностический инструментарий для диагностики нормы от патологии. Наверное, все психологи, которые работают с детьми, в большей или меньшей степени могут понять, это патологический процесс или это здоровое развитие телесности, сексуальности и т.д. Но очень слабо представлены методики, которые действовали бы в развивающем контексте, которые позволили бы не только диагностировать, но и развивать эту тему у детей, у родителей и т.д. Мне кажется, здесь запрос практики и общества оказывается очень велик.

Полина Солдатова: Спасибо. Я представляю Амину Назаралиеву. Это врач-психотерапевт, врач-сексолог, соучредитель клиники Mental Health Center, председатель секции «Сексология» в Ассоциации когнитивно-бихевиоральной терапии, наш КБТ-представитель.

Амина Назаралиева: Здравствуйте! Я работаю, как уже было сказано, в КБТ-подходе. Он сводится к тому, что то, как мы думаем, как мы оцениваем ситуацию, реальность, очень сильно влияет на то, какие мы эмоции испытываем, какие телесные переживания возникают, к какому поведению это ведет и какие мы результаты получаем по итогам этого поведения. И, собственно, мы обсуждаем много циклов, порочных вот этих кругов, пытаемся их заменить на какие-то хорошие, полезные круги, выявлять слабые места в этих порочных кругах. Если говорить о работе в области секса, то когнитивно... ну, соответственно, поведенческие терапевты по сути в свое время писали историю сексотерапии в Штатах. Всем вам, наверное, известно, что преимущественно поведенческая терапия связана с работой в паре – это классическое чувственное фокусирование, масса поведенческих домашних заданий от направленной мастурбации до коммуникативного тренинга. Инструментарий когнитивно-поведенческой терапии достаточно большой. А сложности, пожалуй, в том, что, наверное, нам нужно больше исследований в области секса. Это до сих пор какая-то серая зона. Когнитивно-поведенческая терапия, по-моему, уже основательно проработала все, кроме секса. Еще лично у меня сложности возникают в том, что некоторые классические инструменты КБТ не очень подходят многим людям, например, если они религиозны и отказываются от того, чтобы практиковать мастурбацию. Вторая, вернее, первая по распространенности трудность, с которой я сталкиваюсь – это отсутствие партнера, чтобы делать это. То есть чаще всего приходится изобретать какую-то индивидуальную терапию с реально существующим партнером, которого или стыдятся пригласить, или партнер отказывается... Это мой опыт, я думаю, что у коллег ровно так же. Да, что касается сексуальной ориентации, то как во всем мире на сегодняшний день принято, так мы относимся и в КБТ.

Наталья Малышева: Следующая участница – Анна Шадрина, докторантка университета Лондона, Великобритания, автор книг «Не замужем: Секс, любовь и семья за пределами брака» и «Дорогие дети». Я знаю, что многие читают сейчас, и я тоже, эти прекрасные книги.

Анна Шадрина: Спасибо за представление. Здравствуйте! Я не психолог и не психотерапевт, я социолог. Но я в прошлом семестре преподавала на кафедре психосоциальных исследований, которая объединяет социологов и психологов. Это был курс по введению в сексологию. На этом курсе мы рассматриваем трансформацию собственно терапии секса в западном контексте, начиная от женской фригидности и заканчивая тем, что фригидность уходит со сцены сексологии. С изобретением «виагры» объектом лечения становится мужчина. По сути дела, это десятидневный курс про приключения женского оргазма. Сначала женщину лечили от истерии, потом от фригидности. Потом подрабразились с тем, что, оказывается, фригидности нет, а есть просто плохое представление о женском теле. Когда все узнали о существовании женского клитора, взялись за мужчин. Выяснилось, что на самом деле вот этот уязвимый сексуальный субъект связан с биологическим старением. Вообще у меня нет задачи говорить о том, как я представляю сексуальность, потому что моя задача – просто представить трансформацию академических дебатов, показать, какие существуют дефиниции. Но было бы лукавством сказать, что я не выражаю своей позиции. Моя позиция, думаю, созвучна всем, кто здесь в этом круглом столе участвует. Я рассматриваю сексуальность не как какую-то инкапсулированную физиологическую данность. У нас, конечно, у всех есть тело, но поскольку мы живем в социуме, то задача нашего курса – показать, как идеи про сексуальность встроены в общественно-политический контекст, как они связаны с экономикой. Поэтому для меня сексуальность – это скорее метафора, которая отражает набор политических, социальных и культурных идей. И если говорить о конкретном человеке, то для меня сексуальность – скорее работа идентичности или работа размещения себя в социальной иерархии. Если говорить о том, какие сложности в моем преподавании, то очень коротко, поскольку я не являюсь практикующим психологом или психотерапевтом. Когда я начала преподавать, я выяснила, что, особенно когда работаешь с большой аудиторией и с такими чувствительными темами, любой контакт со студентками и студентами – по сути дела интервенция. И если речь идет о большой аудитории, например как наша, и происходит какой-то диалог... Эту интервенцию мне очень часто не заказывали. И как быть с этим? С одной стороны, у нас студенческо-центрированный подход, мы подключаем здесь работу эмоций, мы должны беспокоиться о том, как бы не нанести травму студентам и студенткам. С другой стороны, если к этому, к тому, что я преподаю, добавлять еще и компетенцию психотерапевта, психотерапии, то возникают различные этические и экономические вопросы. Вот такие проблемы. Спасибо!

Наталья Малышева: Следующих участниц я представлю вдвоем, поскольку они – авторы мастерской. Мария Сапожникова и Серафима Дорогойченко. Они обе возрастные психологи, факультет психологии МГУ, и нарративные практики, которые основали проект «Встреча со своей сексуальностью».

Серафима Дорогойченко: Я начну. Да, мы работаем в рамках нарративного подхода. Когда несколько лет назад мы собственно обучались, в рамках этого обучения обратились к теме сексуальности просто как к одной из интересных тем. В результате такого обращения, такой заинтересованности и родилась практика, которую мы провели несколько раз в Киеве и в Москве в рамках программы для женщин с репродуктивными трудностями «Ты не одна». Практика называется «Встреча со своей сексуальностью». Стоит сказать, что в рамках нарративного подхода, в котором мы работаем, предполагается, что жизнь человека состоит из эпизодов, которые соединяются в истории, нарративы. Эти истории могут быть

предпочитаемыми, могут быть не предпочитаемыми. Соединение происходит не хаотично, оно происходит в социальных контекстах, на него влияют дискурсы, социальные идеи, истории могут складываться хорошо, а могут складываться не очень. И сексуальность в рамках нашего подхода также понимается как эта самая история, которая сложилась для человека под влиянием каких-то дискурсов и идей. Кроме того, за этими историями стоят ценности, которые этот человек отстаивает. И, в общем-то, в нашей практике мы не то чтобы выступаем экспертами, а мы выступаем какими-то проводниками для людей, которые обращаются к вопросам своей сексуальности. Мы даем некоторый инструментарий, чтобы они произвели самоисследование собственной сексуальности.

Мария Сапожникова: Дополню немножко слова Серафимы. Действительно, сексуальность понимается нами как один из нарративов, предпочитаемый или не предпочитаемый. В случае какой-то терапевтической работы это чаще всего не предпочитаемая история, с которой мы работаем как нарративные практики. Мы ищем уникальные эпизоды, мы выходим на ценности. И самое интересное, что мы обнаружили – что за темой сексуальности может стоять совершенно любая ценность. Это могут быть ценности свободы, и взаимодействия, и всего чего угодно. И вот эта вариативность очень поддерживает нас в наших изысканиях, потому что мы действительно верим в то, что каждый раз, проводя встречу, мы можем столкнуться со всем чем угодно. Это помогает нам поддерживать идею разнообразия и ценить ее. Что касается сложностей, с которыми мы сталкиваемся, здесь мне немножко сложно говорить, потому что, в отличие от коллег, которые работают непосредственно в терапевтической практике, мы предлагаем единоразовые такие исследовательские встречи. По сути, мы один раз работали с непосредственными запросами, когда участвовали в программе «Ты не одна» и строили свою практику, уже исходя из контекста. Таким образом, сложности, с которыми мы сталкивались, чаще всего связаны с контекстом, который влияет и который нам тоже нужно учитывать. И с тем, наверное, что мы работаем со словом, со смыслом, и никак не освещаем, наверное, вопросы, связанные с физиологией. Хотя здесь уже прозвучала идея о том, что все социально сконструировано – мы тоже очень поддерживаем эту идею.

Серафима Дорогойченко: Стоит сказать, что сексуальная ориентация также понимается как одна из историй, которая может быть абсолютно вариативной, абсолютно разной, и интересно, что в нашем подходе мы не выделяем эти темы как отдельные проблемные темы. Это одна из историй, одна из тем, которые для человека так или иначе представлены.

Полина Солдатова: Одна из участниц немного опаздывает, мы ее представим, когда она подойдет. Начнем с первого вопроса. Он звучит так: мы считаем, что представление о сексе и интимном менялись в течение вашей жизни, личной и профессиональной. Если это так, можете ли вы рассказать об этом? Именно об изменениях. И также, возможно, вы сразу можете ответить на вопрос, какой информации вам не хватало или не хватает сейчас, чтобы работать с темами сексуальности достаточно эффективно. Чего не хватает.

Анна Шадрина: Мне, наверное, придется небольшой каминг-аут делать. Моя первая профессия – журналистика. До тридцати лет, работая в ежедневной газете, должна признаться, я вообще не представляла, что существуют какие-то теории о сексуальности или теории о гендере. Мне просто повезло, что я узнала... Я вообще из Белоруссии, из Минска. Я узнала, что существует магистерская программа по гендерным исследованиям. Почему я вообще заинтересовалась: мне было тридцать лет, и я не вписывалась в нормативный сценарий женской судьбы. И когда я смотрела на то, как другие женщины организуют свои жизни, многие мои сверстницы к тому времени уже были замужем, у многих были дети, а у меня было свободное время, потому что у меня не было семейных обязанностей. Я думала, чем бы мне заняться, и решила, что мне нужно немножко

подучиться. И когда мне предложили поучиться вот в этой гендерной магистратуре, я даже не представляла себе, про что это. Что-то очень туманное, что-то про мужчин и женщин... Потом я открыла для себя дивный удивительный мир... Ну, я очень быстро расскажу. Первая книжка, которую я читала, называлась «Антология гендерной теории». Когда я ее читала, у меня дрожали руки и ноги, потому что мне казалось, что сейчас у меня это сакральное знание отнимут. Я ее практически переписала вручную. Я звонила своим подругам и говорила: «Алло, Вава? Ты сейчас упадешь! Я такое узнала!» Я не представляла, что мой опыт, какие-то мои смутные переживания уже в течение десятилетий артикулируются и объясняются. И, в общем, это стало дальше моей профессией.

Амина Назаралиева: Мой путь начинался с такого редукционизма, наверное, который сейчас очень серьезно критикуют. Я, обучаясь в мединституте, конечно, проходила и анатомию, и физиологию, и достаточно долго думала, что все достаточно механистично. Потом в ординатуре, когда я обучалась в отделении сексологии, где, собственно, всю жизнь проработал Васильченко. Нас научили, что у нас есть сексуальные конституции, половые конституции, которые раз и навсегда: ты родился, и ты умрешь таким. И если, не дай бог, тебе не повезло с сильной половой конституцией выйти замуж или жениться на ком-то со слабой, то все, конец. Это приговор. Конечно, многие идеи очень тяжело менялись. Это потребовало много самообразования. Позже обнаружилось, что эта теория существует только в постсоветском пространстве, а в мире на сегодняшний день совершенно иначе смотрят на эту проблему. Я сегодня буду об этом говорить подробнее, как именно смотрят. И да, чем больше я погружалась, тем больше вот на этом спектре от биологии к социальному я смещала себя в сторону социального. И я думаю, что это ключевое, что повлияло на меня. А в чем трудности основные, чего мне не хватает, каких знаний? У меня большие трудности в том, как работать с насилием, домашним и сексуальным. У нас, к сожалению, нет каких-то специальных организаций, нет законов, которые защищали бы жертву. И я очень часто сталкиваюсь с тем, что люди ходят ко мне на терапию, а сексуальное насилие над людьми, чаще всего это женщины, продолжается дома, и ничего нельзя сделать с их партнером. Вот это главная трудность.

Мария Сапожникова: У нас немножко другой путь, немножко другая история. Наше какое-то общее незнание, наша общая неграмотность в сфере сексологии, сексуальности, как-то очень подружилась с позицией заинтересованного расспрашивающего, которая практикуется в нарративном подходе. Поэтому мы чувствовали себя достаточно гармонично, не обладая каким-то специфическим знанием и думая, что это специфическое знание мы получим просто по ходу нашего доброжелательного исследования. По сути, так и получилось. Но, конечно же, конструируя наши практики, собирая их на основе нарративных идей, нарративных техник, в частности реконструкции, пересочинения и т.д., мы, конечно, сами тоже проделали на себе все вот эти путешествия, которые мы предлагали нашим участникам. И наши представления тоже каждый раз менялись.

Серафима Дорогойченко: Ну, Маша все сказала, мне нечего добавить... Но важно отметить, что представление о сексуальности как о чем-то абсолютно вариативном, абсолютно динамичном, что меняется, просто утвердилось. Да, в этом моменте жизни, в этом моменте своего бытия человек, его сексуальность существует так. Пройдет время, и его сексуальность начнет существовать как-то немножко по-другому, в зависимости от тех ценностей и тех идей, которые за этим стоят. Было интересно проследить собственную динамику изменения за эти несколько лет, просто исследовав, снова обратившись к теме своей сексуальности, просто посмотреть, как она меняется на уровне этого нарратива, на уровне этой истории и как она меняется для меня вообще.

Мария Сапожникова: И что на нее влияет на каждом этапе. Потому что сейчас мы на шестом курсе, наши однокурсницы выходят замуж, и это уже какой-то совершенно другой контекст, в котором нам приходится как-то существовать.

Наталья Поскрёбышева: Я должна сказать, что на моем личном профессиональном пути было несколько таких вех. Я, наверное, три отмечу. Первая – мне очень повезло, я имела возможность обучаться не только у нас, но и в Европе в школьные годы, и застала тот стандартный курс сексуального просвещения, который проходят европейские школьники в средней школе. И в этом смысле для меня это ложилось как-то на вполне такую уже привычную картину знаний. И вообще мне очень повезло, что в моей семье, например, такие темы, ну, может быть, и не эскалировались как-то, но, по крайней мере, не особо замалчивались. Для меня это не было революционным, а было с детской позиции совершенно нормальным: все ходят на эти уроки, и я хожу на эти уроки. Все знают, как устроен человек, и я теперь знаю. Все знают, как устроен секс, и я теперь знаю. Второе большое открытие как раз связано с сексуальностью и гендером как социальным конструктом. У нас сексологию преподавал Игорь Семенович Кон, и именно он заставил нас радикально пересмотреть свою позицию в рамках того, что такое сексуальность, что такое секс, что такое отношения между людьми, и что на самом деле все не так, как нам кажется, не так, как мы думаем. А можно думать по-другому, тогда и будет по-другому. На мой взгляд, это самое важное учебное открытие, которое у меня было в университете. А вот третья веха – она, к сожалению, не столь позитивна. В прошлом году была летняя психологическая школа, где студенты нашего факультета, в общем-то, умные студенты, ничего не могу сказать, делали проект по особенностям консультативного процесса людей с трансгендерной ориентацией и разными другими гендерными особенностями и особенностями сексуальной ориентации. И они представляли в качестве результата такого своего студенческого проекта методическое пособие по тому, как работать с представителями ЛГБТ-сообщества. И первое, что они пытались до нас донести, считая, что сейчас мы их будем очень жестко критиковать, это что если человек пришел и называется каким-то именем, которое нам непонятно, например, пришла визуально девушка, а говорит о себе в мужском роде и называет себя Миша, то именно как к Мише к нему и нужно обращаться. Если честно, это вызвало шок, но совершенно по-другому, нежели ожидали студенты. Потому что меня, например, на основах консультирования учили: как клиент представился, особенно на социальном этапе, так мы его и называем. Никаких сомнений! Если ко мне пришла, неважно, пришел, пришла, пришло кто-то, кто говорит: «Я Миша», то именно Мишей я его и собираюсь называть. У меня почему-то сомнений в этом не было. И даже если я вдруг ошибусь... Ну, я иногда ошибаюсь и с клиентами, которые не испытывают трудностей в своей гендерной ориентации. Например, когда я какие-то интерпретации произвожу, я как женщина иногда говорю в женском роде, когда передо мной сидят мужчины. Ну не знаю, наверное, каждый практикующий специалист хотя бы однажды сталкивался с такими оговорками, просто потому что идут очень множественные процессы. Так вот, на мой взгляд, и это то, что для меня сейчас очень важно, наши студенты оказываются не очень подготовленными и в области гендерной психологии, и в психологии секса и сексуальности. Это то, что, на мой взгляд, очень важно развивать не в ключе как раз клинико-психологическом или медицинском, а в ключе социальных конструктов, на основании которых можно применять общие знания консультирования к конкретным знаниям по консультированию людей, обращающихся с совершенно конкретной проблемой.

Анна Варга: Я думаю, я самая старшая из присутствующих здесь. И понятно, что мое становление и профессиональное, и сексуальное, происходило давным-давно. Совершенно согласна с предыдущим оратором, что студенты дичают... (смех) А вообще сложно. В моей расширенной семье много случаев разной сексуальной ориентации, всегда была к этому большая терпимость, как-то это никогда не считалось никакой патологией. Такое

свободомысле, условно говоря, было свойственно первому поколению коммунистов-романтиков, поэтому никаких таких открытий чудных я в своей жизни не совершала, на мой взгляд. У меня есть трудности в работе с сексуальными темами, я думаю, связанные с тем, что я довольно легко теряю нейтральность и перехожу на женскую сторону, но стараюсь ловить себя за руку. Мне кажется, что очень помогают всякие культурные вещи. Есть книжки и фильмы, которые помогают и терапевту, и клиенту. Потому что мы же работаем и думаем примерно так же, как учим – ну, потому что и обучение, и терапия в одной голове связаны, и если ты системный семейный психотерапевт, то ты и работаешь как системщик, и учишь как системщик, и думаешь, как системщик, и, в общем, такой изоморфизм всех систем все равно неизбежно происходит. И мне в работе очень помогают всякие книжки. Я помню, как прекрасное впечатление на меня произвел «Случай портного» Филипа Рота. Считаю, что эту книжку прямо все должны прочесть. Ну и когда я училась, мой основной педагог была такая Ханна Вайнер, американка. В их обучающей программе есть много фильмов. Там есть такой кусок про обучение сексуальной терапии. Использовались прекрасные фильмы, художественные и учебные с нанятыми актерами.

Наталья Малышева: Спасибо большое. Мы довольно много услышали и в представлении, и в личных историях о возможностях учитывать вариативность сексуальности. И когда мы говорим о сексуальности как о коммуникации, здесь явно есть возможности для вариативности, и когда мы говорим об определенных метафорах или верованиях... Но в то же время в большинстве наших подходов есть некоторая нормативность и некоторые ориентиры. Вот даже если я как нарративный практик знаю, что вроде как у нас нормативности нет, но, например, если клиент хочет, его предпочитаемая история – «Я как-то должна начать получать удовольствие от того, что вообще-то мне не приносит удовольствие», то не очень понятно, что делать. Вроде бы нужно идти за клиентом, но в то же время есть какие-то сомнения. И поэтому следующий вопрос, который у нас возник – про то, что нас поддерживает в идее вариативности, и нет ли каких-то, может быть, конфликтов или сомнений. Как мы вообще решаем вопрос про вариативность и нормальность сексуальности.

Анна Шадрин: Я не знаю, может быть, я неправильно вопрос поняла... Что меня поддерживает – это мое такое довольно поверхностное знакомство с феминистской педагогикой. Когда мы приходим в классную комнату, какое-то такое старинное представление об академии предполагает, что мы как бы носительницы знания, и мы должны это знание как-то вложить студенткам в голову. Но феминистская педагогика, которая очень внимательно следит за тем, что происходит с точки зрения отношений власти в классной комнате, предлагает другой взгляд: что, в общем-то, мы не можем спрогнозировать, как мы повлияем на судьбу конкретного человека, что этот человек может от нас взять, если возьмет, то как это потом отразится на его судьбе... В общем, это как бы немножко освобождает от ответственности, потому что если не думать о том, что моя обязанность убедить кого-то в чем-то, может быть, жить становится немножечко легче. Если говорить о том, что студенты дичают... Я не знаю, у меня нет возможности смотреть на динамику, но, в общем, я тоже удивилась тому, что, с одной стороны, знание о сексуальности в Великобритании доступно, можно нагуглить, очень много всяких возможностей, с одной стороны. А с другой стороны, вот я преподаю в этом колледже, он вечерний, это вечерний университет для работающих людей, и у меня в этом курсе по сексологии были люди старше тридцати, которые вернулись в образование. И после лекции, во время дискуссии, задавались такие вопросы удивительные! Для меня они были удивительными, с одной стороны. А с другой стороны я вспоминаю себя в тридцать лет и тоже понимаю, что, в общем-то, у меня не было такого знания. Например, студент мог спросить – после лекции о том, как менялось представление о мужской и женской сексуальности. Сначала, например, не было в христианской парадигме идеи, что

сексуальность разделена. Потом появилось, что женщины так хотят, а мужчины вот эдак хотят. А потом Мастерс и Джонсон показали, что разницы в том, как мужчины и женщины делают секс, вообще-то нет. Так вот, студент после этого спросил с большим удивлением: «Я испытываю сексуальное желание три раза в неделю. Так что, вы хотите сказать, что и женщины так хотят?» С одной стороны, конечно, у меня есть такое желание – убедить, как бы... Вернуть этого человека, поставить его на сторону такого постструктуралистского отношения к этим вопросам. Но поскольку я нахожусь в позиции педагога, в классной комнате, то я что делаю: я предлагаю этот вопрос разместить в дебаты, которые мы только что обсудили на лекции. У меня, конечно, чешутся руки сказать: «Вы что, не знаете каких-то примеров?», т.е. это все на личных примерах. Но я себя сдерживаю. Это не моя задача – убедить. Я пытаюсь напомнить то, что мы только что прошли на лекции. Спасибо.

Наталья Поскрёбышева: Я, наверное, очень коротко и с немножечко специфической позиции. Дело в том, что этот вопрос является не дискуссионным там, где дело касается детского развития. Потому что, с одной стороны, когда мы говорим о взрослых людях, мы действительно говорим о социальном конструкте, о том, что его можно конструировать, можно деконструировать, о том, что это происходит добровольно и связано с инициативой и ответственностью, в частности, самого субъекта, самого человека. Относительно детского развития перед нами встает очень много дилемм в этом, в частности этических дилемм. Должны ли мы конструировать гендерную идентичность или создавать условия для конструирования гендерной идентичности современного ребенка, или нет? Если мы этого принципиально не делаем, а изначально говорим об отсутствии гендерной идентичности и связанной с этим невозможности построения гендерной идентификации на ранних этапах развития, в раннем возрасте, в дошкольном возрасте, то встает вопрос: значит, нужно обеспечивать ребенка, он же как-то должен свою ролевую принадлежность испробовать, чтобы развиваться? Значит, ему нужны какие-то другие контексты. Гендерная идентификация – это очень легкий контекст. Я посмотрела себе между ног и поняла – я девочка, значит, буду надевать юбочку, меня не будут обижать мальчики и т.д. Мальчик посмотрел и говорит: «О, я мальчик, значит, я защищаю девочек, должен уступать им место и не должен их бить». Это очень простой конструкт для соотнесения Я и не-Я. Вот это Я, а то – нет. Но встает очень большой вопрос: а где детям, если мы разрушаем вот эту гендерную идентификацию, где брать такие же легкие и очевидные конструкты? На чем они будут основаны? На мой взгляд, этот вопрос нерешенный, я не готова дать на это ответ. Но сказать и заявить о том, что мы должны размыть эти гендерные стереотипы в детских возрастах, у меня язык тоже не поворачивается в связи с тем, что я только что сказала.

Анна Варга: Я сейчас буду возражать. Если я правильно понимаю, вы считаете, что детям нужно давать простые конструкты, им тогда легче расти.

Наталья Поскрёбышева: Нет! Просто совсем без ориентировки они оказываются беспомощными. Я именно об этом. Я не о том, что нужно снижать планку детям, нет. Но если мы вообще размываем любые понятия и не даем им понятий, простых или сложных, то вопрос в том, как они их будут осваивать. И я еще раз повторю: я против того, чтобы размыывать этот конструкт, но и против того, чтобы стигматизировать его, потому что современный мир все-таки ушел далеко...

Анна Варга: В общем, вы выбора не оставляете в таком случае. Вы против этого и против этого. Мне кажется, что современная ситуация позволяет расширять вообще контекст этого понятия и вводить ребенка непосредственно от идеи его психологического пола вообще в другую сторону. То есть вполне ребенку можно показывать разницу между анатомическим строением и тем, чего ему хочется. И давать ему представление о том, что это может меняться в течение жизни, что может быть то так, то сяк, это неплохо, и твой пол – это не

приговор. Мне кажется, что это решается легко именно когда ребенку объясняют, что, так сказать, «анатомию ты не выбираешь, а все остальное ты можешь выбирать».

Наталья Поскрёбышева: Но и анатомию он сегодня уже может выбирать!

Анна Варга: Он в детстве не очень может ее выбирать. Он ее может выбирать потом, да? А в детстве он не очень может выбирать, потому что он должен как-то, как я понимаю, созреть сначала, чтобы потом перевернуть. пол в другую сторону, поменяться. И, мне кажется, вот эта вот идея, что ты, в общем, практически, все, что хочешь, ты можешь, она очень такая духоподъемная для ребенка. И мне кажется, что важно ребенку говорить, что «ты сам в своем, так сказать, представлении о себе, в своей внутренней жизни гораздо важнее, чем вообще все остальное».

Серафима Дорогойченко : Да, безусловно, с этим можно согласиться. Однако, когда мы исследовали собственно проблему и то, как представлена сексуальности среди наших сверстников, среди молодежи, среди тех, кому до 30, мы столкнулись с тем, что существует огромное пространство неопределенности. И вот эта свобода, вариативность, которая действительно очень важна, очень нужна, она, к сожалению, сталкивается с некоторой пассивностью в исследовании этих тем, этих проблем, и у людей просто не вырабатывается вообще никакого даже языка, такого, который они могут использовать для того, чтобы эти темы обсуждать. Мы исследовали какие-то Интернет-ресурсы, в которых люди, вроде как, целенаправленно пришли обсуждать тему сексуальности, но тема сексуальности там не присутствует. То есть там есть какие-то поверхностные, клишированные отщучивания, но важность темы не обсуждается. И вдохновляют моменты, когда у людей появляется возможность об этом подумать и выработать какой-то для себя язык, чтобы это обсудить.

Наталья Поскрёбышева: Анна Яковлевна тут очень важную тему затронула про то, что детей не надо ограничивать, и надо воспринимать их как все-таки активных субъектов собственной жизнедеятельности, а не только как «техобъекты», как это, возможно, прозвучало, когда я вот про эти простые конструкты говорила. На мой взгляд, тут возникает еще одна, и, в частности, связанная с сексуальностью, такая тоже дилемма – это родительский контроль. Потому что если раньше ребенок в большей или меньшей степени в какие-то моменты оставался наедине с самим собой или наедине с условным сверстником и мог там что-то почерпнуть (сейчас опустим оценки, хорошо это было или плохо) , то сейчас у нас у каждого второго дошкольника – смарт-браслет, и родители прослушивают его. Сейчас немисливо отправить его одного во двор и где-то там со сверстниками его оставить без присмотра. Сейчас даже в детском саду стоит камера, родители подключаются и смотрят: а что там делает мой ребенок в самом укромном уголке? Поэтому тут, мне кажется, вообще вопрос ориентировки в широком смысле этого слова сейчас очень широко и дискурсивно стоит. Спасибо. Извините, что так много меня...

Наталья Малышева: Наоборот, хорошо. Еще есть, может быть, комментарии проподход, про сложности?

Анна Варга: Ну, я могу сказать. Смотрите, социализация происходит сейчас в Интернете. И то, что в реальности поменялось все – да, это так. Но, кроме того, все мы знаем, что детство исчезает, и взрослость исчезает, и, так сказать, вот эти «кидалты» – это такая ровно размазанная человеческая масса, где дети и взрослые не очень отличаются друг от друга. Но здесь есть еще один аспект. Совершенно неслучайно, что нет языка описания. То есть либо это обценная какая-то лексика, либо это «мимимишная» Потому что сфера секса – это все-таки сфера частной жизни, и в стране, где существует авторитарное управление естественно, что все сферы частной жизни – они не развиваются в таком общественном

пространстве никак. Ну, в общем, это все имеет такой вот неразвитый вид. А то, что за детьми следят... Дети тоже следят за взрослыми.

Мария Сабунаева (из зала): Я постараюсь коротко. Ну, просто потом уйдет эта тема.

Полина Солдатова: Мне кажется, она не уйдет уже.

Мария Сабунаева: Я на самом деле насчет гендерного воспитания и гендерных рамок. Во-первых, я очень бы хотела вернуть нас всех к тому, что говорила Анна Шадрина про экономическую составляющую, про политическую составляющую. Мы так говорим: какую модель предоставить – такую или такую? Но мы должны помнить, что эту модель нам предоставило все это общество, все это мироустройство. Нужно, чтобы все хорошо продавалось, а мы потом уже детей стараемся вписывать в те модели, которые так или иначе продаются. Поэтому, честно говоря, это вообще не вопрос того, какую модель дать ребенку. Это конечная точка уже. Начальная точка гораздо более широкая. Мне очень нравится в этом плане феминистская постановка вопроса, как она у нас сегодня здесь и стоит. Еще один момент, если говорить все-таки о практиках. Пока мы все это общество перестраиваем, нам нужны практики. Слава Богу, есть понятие «квир»¹, слава Богу, есть квир-тематика, есть квир-мышление. Это, честно говоря, такая зона ближайшего развития нашего. У нас очень видно - в последнее время в нашей организации 10% людей, которые приходят, начали определять себя как квир. Каждый десятый! Очень видна динамика. То есть люди отходят от вот этой стандартной рамки. Кто отходит? В основном, отходят юные люди, молодые люди. То есть, честно говоря, еще через 50 лет мы будем иметь поколение «квир», как мы имели поколение «пепси». Мне безумно интересно, как это будет. И еще у нас было очень интересное мероприятие, где рассказывала одна из участниц, как она ребенка, биологического мальчика, в гендерно нейтральном подходе растит, совершенно реально. Есть гендерно нейтральный подход, и вот прямо его практики. Есть феминистская педагогика, слава Богу, и ее практики. Я так ращу свою дочь, и я называю себя «квир-мама». Так что вот я к тому, что практики есть, методы есть. Мы не должны держаться за эти рамки. Имейте в виду – за этими рамками дальше идет новая волна, и, в общем, сегодня вот мы будем иметь шанс еще про это поговорить. Спасибо, что дали мне эту минуту... две, три.

П.С: Приехала все-таки последняя участница, Гражина Будинайте, тоже кандидат психологических наук и преподавательница, системный семейный психотерапевт. А как, Вы можете сразу?

Гражина Будинайте: Да, смотря какой вопрос.

(Смех.)

Сначала представиться?

Полина Солдатова: Сначала представиться и рассказать вот, ответить на первые три вопроса, которые у нас на повестке. В каком подходе Вы работаете?

Гражина Будинайте: Ну что, я работаю в разных подходах, и все-таки, наверное, интересный такой для нас – это конструктивистские все подходы. Я работаю и с элементами нарративной терапии, редко - в чисто нарративном подходе и ориентированным на решение подходом. В связи с чем мы обсуждаем? Почему мы работаем?..

¹ Понятие «квир» (от английского queer) обозначает культуру и людей, которые не поддерживают деление на традиционные взаимоисключающие категории гендера и сексуальности (женщина/мужчина, гомосексуал/гетеросексуал и др.), а также те, кто считает себя подавляемым гетеронормативностью общей культуры.

Полина Солдатова: Обсуждаем, как понимается сексуальность в Вашей работе.

Гражина Будинайте: Что касается сексуальности, то я, честно сказать, думаю, что я работаю с ней так же, как со всеми другими темами и проблемами. Дело в том, что, ну как бы, была какая-то у меня динамика к осмыслению этой темы, но она не была какой-то для меня такой драматической. Мне казалось, что, в общем, и вопросы разной половой идентичности, разной сексуальной ориентации – это, в общем, вопросы, которые являются, так сказать, не зоной терапевта и его какой-то экспертности или чего бы то ни было еще, – это, в общем, то, с чем приходит клиент. Как мне кажется, особенно в конструктивистской логике, не экспертной, в общем, есть все условия для того, чтобы с этим работать. Другое дело, что я вот пока ехала, размышляла, например, про такой отдельный аспект работы, который касается, например, использования конструктивистской, неэкспертной логики тогда, когда ты сталкиваешься с родственниками людей, которые имеют другую сексуальную ориентацию или половую идентичность, которую трудно принять этим близким людям. Потому что здесь ошибка есть – ты как бы должен выбрать, что тебе сделать. Ты должен занять экспертную позицию для того, чтобы им что-то такое начать объяснять, что будет способствовать снятию каких-то там, условно, блоков и каких-то конструктов, которые, ты очевидно видишь, терапевтической работе мешают. То есть вот как тебе с этим быть? Если ты конструктивист, то ты как бы не должен занимать здесь экспертную позицию, кому-то диктовать. Или, если ты начинаешь, условно говоря, процесс деконструкции, то у тебя возникает тоже вопрос Я наблюдала работы коллег в конструктивистских подходах, где как бы про деконструкцию, но на самом деле – про то, чтобы скорее он уже с этим конструктом простился. Вообще-то говоря, это не наше дело, да? Мы должны создать условия и дальше думать над тем, как человек с этим справится и что он из этого выберет. У него тут есть какая-то свобода. В общем, вот здесь для меня есть какая-то зона трудности. Я говорю про работу с людьми, которые занимают явно не те позиции, которые занимаю, например, я, как человек, который, принимает все варианты того, что человек приносит с собой как клиент на терапию. Это, например, его родственники или что-то еще.

Ничего лучше, чем, видеть это как возможное расширение текста все-таки, через задавание каких-то вопросов про то, «а хотите ли Вы, чтобы я поделилась с Вами какими-то научными знаниями на эту тему», или, так сказать, «а вот можно ли было бы на это смотреть вот так?», «а как, какие у Вас вызывает реакции и идеи — вот такая идея?», я вот пока ничего не придумала. Это вот про какую-то динамику... Я не знаю, попала ли я с ходу в то, что обсуждается...

Наталья Малышева: Тогда переходим к следующему вопросу. Ну вот уже прозвучало несколько мнений В том числе было замечательное обсуждение, касающееся гендерной идентичности по вопросам, связанным с детством. И мы услышали о некоторых возможностях и, может быть, некоторых полемиках, которые могут возникать из разных подходов. Но у меня есть такая надежда, что, может быть, благодаря нашему обсуждению и в целом рефлексии есть у вас какие-то идеи про то, какие слепые пятна или «серые зоны» есть внутри того подхода и той практики, которой вы занимаетесь. Ну, я вот сейчас еще подумала, что, может быть, не только слепые пятна и «серые зоны», то есть какие-то неясности, но, может быть, и какие-то векторы развития, может быть, какие-то новые тренды, которые вы замечаете внутри подхода, который связан с темой сексуальности? Есть ли кто-то, кто может начать?

Наталья Поскребышева: Можно? Я просто повторю свою мысль. Но она мне действительно кажется очень важной. И то, что я замечаю с точки зрения слепых пятен, это базовое образование на всех уровнях образовательной системы, начиная с семейного воспитания...

(Смех, аплодисменты.)

...и заканчивая повышением квалификации. Спасибо. Не заканчивая, кстати, никогда, наверное.

Амина Назаралиева: : Ну, я тут, наверное, присоединюсь к коллеге. Мне кажется, нам срочно надо вводить сексуальное просвещение в школы, делать этой с опорой на научные данные. Ну, и я признаю...вариативность..., в том числе, да. Это тоже совершенно отражает современный научный взгляд на проблему. Спасибо.

Анна Варга: Совершенно согласна, что нужно образование. Но для этого надо понимать, что этой идее противостоит, в среднем, все общество.

(Смех, аплодисменты)

Большинство не хотят никакого образования. Я помню первую программу. Наш коллега Борис Юрьевич Шапиро написал по сексуальному воспитанию программу, давно-давно-давно, когда еще мы искренне считали, что церковь отделена от государства.

(смех)

Анна Варга:... Пришли священники на заседание и абсолютно зарубили эту программу. Она была отличная, кстати. Я не видела программы лучше. Но вот как ее закопали, так и закопали.

Гражина Будинайте: Я продолжу, потому что у меня очень свежие по этому поводу впечатления. Я ровно позавчера позвонила Борису Юрьевичу, говорю: «Борис Юрьевич, надо выступить на мероприятии по образованию на ВДНХ», где была секция по сексуальному просвещению. И, я наблюдала картину ситуацию двух каких-то лагерей, которые немедленно образовались на этой секции. Значит, сидели эксперты, которые рассказывали о том, как на сегодня обстоят дела с сексуальным просвещением. И понятно, что про программу, которая действительно была совсем неплохая, называлась «Любовь и здоровье», как-то так. И появились уже новые, например, какие-то варианты программы, которая внедрена только в 11 школах, и они совсем неплохие. Сидели ребята, которые делают Интернет-ресурсы... Это ВИЧ, профилактика. Понятно, что были представители ЮНЕСКО, которые очень аккуратно и очень деликатно, многократно сказав, что они учитывают все контексты нашей страны и совершенно не хотят здесь как-то внедряться со стороны и так далее, показывали статистику про прямую статистическую связь между сексуальным просвещением и тем, что резко падает число вот этих ранних беременностей, травматичных, нежелательных, и прямая корреляционная связь с ВИЧ. И я так тревожно наблюдала при этом двух напряженных и очень недовольных двух женщин. И как только у них представилась возможность, одна из них подняла руку и сказала: «Мы внимательно изучили Вашу программу - новую ЮНЕСКОвскую, которую вы рекомендуете». Которая даже в православных странах, говорили представители ЮНЕСКО (в Болгарии, в Греции, там, где другие традиции), успешно реализуется. Значит, одна из этих женщин сказала следующее. Она сказала: «Ну, вот мы посмотрели, и у Вас там написано, что дети аж в 5-8 лет должны уважительно относиться к людям гомосексуальной ориентации». «Это что такое?», - сказала она.

А вторая реплика ее касалась того, что в этой же программе, видимо, где-то очень тоже, как мне показалось, деликатно упоминалось, что дети примерно с 9-12 лет уже как-то интересуются своим телом, у них формируется сексуальность, и вообще там как-то возникает вопрос мастурбации. На что еще более темпераментно эта женщина сказала: «А это что такое?!!».

И когда я аккуратно пыталась пошутить в перерыве... Я что-то такое сказала, что, «ну, знаете, от того, что вот это слово нам не нравится, мастурбация-то не исчезнет»...

А она говорит: «Я мать троих детей!».

Но больше тронула меня не эта женщина, где мы такие вот запретные темы обсуждали, а женщина, которая с очень таким бледным и напряженным лицом сказала, обратившись к девушке-блогеру, которая действительно показала этот прекрасный ресурс: «Вот я не понимаю...». И там она, значит, говорила о том, что не надо думать, что все подростки озабочены исключительно тем, чтобы быстренько найти что-нибудь про сексуальные удовольствия, и что там очень много вопросов про отношения, про то, как меня воспринимают остальные, и так далее. Но понятно, что сексуальная тема там представлена, и она их интересуется. И эта женщина, обернувшись к этой девушке, говорит: «Вот Вы же очень правильно говорили: они не интересуются сексом! Им секс не нужен!»

«Я мать троих детей, я точно знаю: им секс не нужен!». Кто-то громко сказал: «Блажен, кто верует», но, в общем...

Понимаете, вот это трогательно. И я совершенно не для того, чтобы как бы специально смеяться над этими женщинами, а для того, чтобы понимать, что вот этот страх, который очень в разных частях локализован... Я не хочу заниматься какими-то бессмысленными интерпретациями, но, видимо, есть какой-то личный опыт и личный контекст, который заставляет так воспринимать эту ситуацию и так к ней относиться. И есть вот эта вот еще идея, что разные типы, социальные страхи, они, конечно, воспринимать ситуацию так, что «вот мы открыты к обучению, или к пониманию, или к просвещению, или к каким-то нормам научным», сильно мешают. И какого-то другого выхода как-то все равно разговаривать нет...А, еще был прекрасный пассаж какого-то господина, который сказал, что он точно знает, что никакого секса, просвещения не будет, а будет только семья. И кто-то испуганно спросил: «А в семье-то будет?».

Поэтому вот это довольно красивая... такая четкая картина того, что происходит.

Амина Назаралиева: Можно, я? Ну, вот я сейчас слушала и вскипала просто внутри. Ну, я думала о том, что... Понимаете, мы сегодня находимся в такой ситуации, и приняты такие законы, что мяч обсуждения сейчас на поле мракобесов. Ну, простите мое оценочное суждение. И, по сути, когда мы транслируем что-то, что, в общем, доказано в исследованиях, что-то, чем пользуется уже весь мир, когда мы говорим о том, что «ну послушайте, воздержание, программы, связанные с воздержанием, приводят к увеличению числа абортов и заболеваний, передающихся половым путем», но все это разбивается об аргументы, что у нас «особый путь». «Россия пойдет особым путем». И вот тут мы снова возвращаемся к этой политической повестке.

И, в общем, я не представляю, как можно сегодня быть просто психотерапевтом, просто сексологом, без того, чтобы не быть задействованным в политике, к сожалению. И мне лично очень неприятно, что мне затыкают рот невежды, и я вынуждена молчать.

Мария Сабунаева: Да, вот я хотела бы в коротком комментарии дать ответ на вопрос. И тоже мне кажется, что ответ соотносится с тем, что здесь сказано. Как будто бы есть работа с одним человеком, которая, безусловно, важна, но есть еще и очень важный аспект – это работа с сообществами, формирование сообществ. И если мы говорим про нарративный подход, про то, как он представлен в России, то, конечно же, здесь же существует работа с маргинализируемыми сообществами, которым, безусловно, нужна и поддержка и, собственно говоря, та сила, которую дает сообщество. Но, кажется, что вот эту культуру сообществ необходимо развивать, еще и если мы говорим не только про маргинализируемые сообщества, но и в целом про культуру и проблематику.

В данном случае вот то сообщество «Ты не одна», которое формируется, нельзя сказать, что это маргинализируемое сообщество, с одной стороны. То есть это люди, которые, просто сравниваются какими-то проблемами. Но таких людей очень много. И как будто бы работа с группой тоже очень важна - для того, чтобы формировать контекст, в который человек вернется, когда он выйдет от психотерапевта, и ему нужно будет как-то продолжать существование в нашем обществе, в нашем мире.

Анна Шадрина: Я думаю, что я не очень бы хотела, как человек попасть на прием к психотерапевту, которая бы проповедовала. Сейчас есть очень много возможностей заниматься активизмом в Сети и как-то иначе. И я думаю, что это личная политическая ответственность каждого человека – заниматься просветительской деятельностью. Но вот мне кажется, что в классной комнате и в терапевтической комнате активизм, может быть, не так уместен. Но я хотела сказать не об этом больше, а о том, что недостаток сексуального образования – это не российская проблема. И я не очень хорошо знаю, что происходит в школах в Белоруссии и Великобритании, но некоторое знание у меня есть. Я знаю, что уже в XXI веке, судя по тем текстам, которые пишут мои коллеги, например, в белорусских школах уроки сексуального образования так происходят: учительница может перед классом открыть баночку с йогуртом и сказать: «Вы знаете, дети, в чем ценность женской девственности? Вот Вы видите – закрытая баночка, а Вы как бы можете из нее попробовать. Но если кто-то другой открыл эту баночку, Вы, наверное, уже не захотите».

Это один контекст. С другой стороны, вот, я читаю одно из моих любимых сообществ в Фейсбуке – это русскоязычные мамы Лондона. Там 11 тысяч человек. И там тоже есть такие дискуссии. Например, по Великобритании в школе обязательный предмет – сексуальное образование для детей 8-летнего возраста, и там очень много мам возмущается по поводу того, что детям объясняли, что такое мастурбация и как это связано с удовольствием. И я вот читала долго, прямо не могла отлипнуть от этого, от этой дискуссии, где мамы говорили: «Я не хочу, чтобы мой ребенок в 8 лет знал, что мастурбация – это про удовольствие». Так что, в общем, да, я думаю, что секспросвета много не бывает. И это действительно личная ответственность каждой из нас – что мы делаем как люди, как граждане.

Наталья Малышева: У нас еще было достаточно много вопросов, но многие из них уже были обозначены в выступлениях, Ну, я просто тоже обозначу, про что еще планировалось поговорить, и то, что уже прозвучало. Это то, что связано как раз с социальными институтами и практиками, которые на нас влияют. И для меня важно, наверное, что прозвучало и про то негативное влияние, которое и на нас лично, и на наших клиентов может оказываться тем, что происходит вокруг. И, с другой стороны, вот, например, мы говорили вначале про Интернет как определенную среду, в которой неконтролируемая информация и не всегда транслируются какие-то подходящие нам идеи. Но, с другой стороны, как раз вот то, что касается сообществ, например, и вот этой идеи про поколение, связанное с Интернетом, как раз показывает и некоторые возможности. Я не уверена, есть ли в политическом поле какие-то тоже возможности и возможность продвигать идею вариативности, но в целом, мне кажется, это интересная тема для собственной какой-то тоже рефлексии.

И еще один вопрос, который у нас был и который тоже звучал, - вопрос, касающийся нейтральности. То есть, действительно, являемся ли мы нейтральными, или мы политически ангажированные, и, к сожалению, это или к счастью? И как мы с этим обходимся? Также немного про это сейчас прозвучало. В заключение нашего обсуждения мы хотели вернуться к, собственно говоря, вот этой идее: «личное – это политическое», и наши такие заключительные вопросы – они про это. Как мы можем учитывать, учитываем ли мы, что сексуальность связана с социальными процессами, и что семья – это тоже про сексуальность, экономика – это тоже про сексуальность. И что мы поддерживаем в своей работе - интимное такое личное, вот эту личную траекторию, личный выбор? Или же мы сталкиваемся с тем, что этот личный выбор – не всегда личный, и как мы с этим обходимся? Какие существующие социальные нормы, которые мы рассматриваем как некую данность и в которые мы хотим вписать, например, наших клиентов (ну, или помочь им вписаться)? Или как мы обходимся с тем, чтобы создать ему некое пространство, и какое пространство мы создаем для него? Ну, и, соответственно, какую вообще идею о реальности мы можем

транслировать клиенту? Можем ли мы от этого воздержаться? У меня есть сомнение, но вдруг, может быть, есть какие-то идеи и комментарии? Это может быть и приглашением к дискуссии уже и остальных участников. Есть ли кто-то, кто хочет начать? То, как идея отечественная здесь представлена, подается и реализовывается? Или это точка роста?

Мария Сабунаева: Ну, можно дать краткий комментарий, процитировав основателя нарративного подхода Майкла Уайта, который говорил, что все личное, на самом деле, - политическое. И властные идеи, которые так или иначе заявляют о себе, и занимают все пространство, они есть и в политике, и во всех личных вопросах, в вопросах сексуальности тоже. Ну, и, соответственно, работая с человеком и предлагая ему как-то критически отнестись к этим идеям и к их властной позиции, мы, соответственно, и предлагаем ему критически оценить и вообще все остальное гораздо более широкие и большие разделы, чем вопрос сексуальности.

Амина Назаралиева: Я еще несколько лет назад с гордостью заявляла, что я аполитичный человек. И мне правда казалось тогда, что ну какая связь между тем, что происходит там, где-то наверху, и вот моей работой «в поле»? Я врач, у меня есть конкретные задачи, я должна сфокусироваться на том, что я делаю, помогать конкретным людям. Но, конечно, чем больше ты погружаешься, тем лучше ты видишь вот эти связи, вот этот каскад от какого-то решения сверху до какого-то поведения снизу. Он состоит из тысячи, может быть, промежуточных пунктов. Их не всегда можно увидеть. Но мне кажется, что то, что сейчас происходит, сегодня, в нашей стране, заставляет нас быть более политически активными. То есть если бы не происходили вещи, которые происходят, если бы они меня так не пугали, если бы я не понимала, что моей дочери, простите, жить в этой стране, среди этих же людей, и мне жить здесь, наверное, я не была бы столь активной. Ну, собственно, я ее буду воспитывать уже с младых ногтей вот в этом контексте, к которому я пришла в достаточно зрелом возрасте.

Серафима Дорогойченко: А можно я добавлю? Вот эта идея о том, что да, эти властные идеи, дискурсы обуславливают и мои представления, она наталкивает на то, что нужно их наращивать, нужно наращивать мнения, наращивать дискурсы, искать больше, больше, больше для того, чтобы свободно в них плавать и выбирать подходящие. И не суживать...

Анна Край: Давайте я представлюсь тоже. Меня зовут Анна Край, я аспирантка 3-го года обучения факультета психологии Московского государственного университета, общей кафедры, и тема моей диссертации связана с таким полем, как автобиографическая память. Автобиографическая память как ресурс для конструирования, соответственно, любой вообще, на самом деле, идентичности – гендерной как пример, И, собственно, мы вот проводили проект на летней психологической школе с моей коллегой, которая сидит сейчас с волонтерами, но не важно. И я столкнулась с вопросом о том, что когда я рассказываю что-то студентам, я вижу, насколько много непонимания ситуации, которая происходит, которая есть. И я помню, что сидит передо мной мальчик, и я вдруг затрагиваю тему корректирующих изнасилований, которые вообще есть в российском дискурсе, в российской действительности, и мальчик говорит: «Что? Вообще такое бывает? Как же так?». И я понимаю, что всю остальную пару он сидит и думает именно об этом, и раньше ему вообще никто никогда не показывал такой контекст и не включал его, собственно, в ту действительность, с которой мы сталкиваемся. Собственно, поэтому личное – это политическое, политическое – личное, и так далее, и разделить здесь что-то довольно сложно, на мой взгляд.

Я вот к какому вопросу хотела задать вам... Ну, потому что когда я готовила, собственно, этот проект и думала, о чем рассказывать студентам (потому что там была свобода общей

фантазии), мне хотелось бы узнать – вот какие бы самые важные, возможно, ключевые темы Вы бы точно рассказывали студентам? То есть вот если была бы возможность выбрать, допустим, одну или две, о чем бы вы говорили точно? Я понимаю, что вопрос очень такой сложный... Но вот мне было бы интересно узнать, что думаете именно вы. Спасибо большое.

Анна Варга: Ну, понятно, что никто не спорит, что личное – это политическое. И, кстати, наоборот – это в две стороны работает. Я просто хочу какой-то исторический контекст затронуть. Ну если мы посмотрим на викторианскую Англию и психоанализ, понятно, что не могло их быть друг без друга, потому что надо было достичь в обществе такого уровня ханжества, когда ножки кресла закрывались тряпочками – для того, чтобы были те прекрасные сексуальные неврозы, которых мы теперь, к сожалению, не имеем. Потому что произошел метаморфоз психических заболеваний, И это вселяет в нас надежду!

Потому что если, так сказать, вот очень сейчас душат и давят, то совершенно неслучайно, что мы собрались по этому прекрасному поводу, и не мы одни, как выясняется, потому что параллельно с этой конференцией про сексуальность идет конференция в Шанинке. Ну да, то есть, поэтому то, что мы про это разговариваем, говорит о том, что, возможно, меняется какой-то тренд.

Гражина Будинайте: Коротко добавлю, что вот эта тема просвещения и политичности – она мне как раз симпатична. Как бы так вот мне кажется, что у нас тоже есть некоторая опасность такая профессиональная... ну, как бы и не профессиональная, а гражданская, - впасть с такое некоторое упоение борьбой. Мне кажется, что и в ней есть тайная радость, потому что мы все члены какого-то такого продвинутого общества, а вот эти вот все мракобесы кругом Я знаю, что не все разделяют тоже эту мою позицию, но мне кажется, что все гораздо сложнее, и как-то становится легче, если ты понимаешь как-то, что у той стороны есть, конечно, часть с совершенно недостойной мотивацией, а часть связана со страхами, часть связана с незнанием, часть связана много с чем. Запретительный контекст у части людей носит искреннюю убежденность, что это на пользу, понимаете?

Анна Варга: А что с этим делать-то?

Гражина Будинайте: Просвещать. Разговаривать. Потому что, идея, двух лагерей, которая представлена в Российской истории, она очень специальная. Как говорила Зинаида Гиппиус: что же, вот куда ни пойдешь – либо ты в этом лагере должен, либо ты в этом. И никуда ты вообще не дернешься из этого. А мне кажется, что именно идея просвещения, политического влияния, создания... не страха – создания каких-то групп, которые не боятся и предьявляют себя, и разговаривают, - это единственный выход, никакого другого я не вижу.

Да, простите, есть еще вот эта тема с клиентами, да? Вот это предвосхищенное ожидание того, что тебя не примут. Ну, мы все это знаем, да? И мы это не можем поддерживать. Потому что вот это самосбывающееся пророчество про то, что если у тебя случится каминг-аут и тебе одновременно будет плохо от этого, и все тебя не примут, это тоже отдельная тема, с которой приходится иметь дело. Тогда, когда он решает – его никто к этому не подталкивает, да? Но тогда, когда он решает, обсуждение того, что многие вещи он сначала ждет, а потом он их и получает, это тоже отдельная тема. Я, может быть, сложную сейчас ее забросила, но, в общем, она есть.

Анна Шадрина: Невозможно быть более согласной с вами. Вот действительно есть такая высокомерная позиция, что мы такие включенные в глобальный рынок производства каких-то символических капиталов, а есть вот такая темная масса, которая не разбирается в сексуальности. И действительно, у этого есть такое классовое измерение, и доступ к

информации есть не у всех. Это нужно учитывать и с терпением и пониманием относиться к тому, что мы тоже не родились с этим знанием.

Гражина Будинайте: Анна, я хотела Вам рассказать, но, может быть, это всем интересно. Как раз вчера рассказывали про очень успешную работу программ ЮНЕСКО-Беларусь. Я уж не знаю, что они имели в виду, вот наряду с тем, что Вы рассказываете про баночки йогурта, так сказать, совершенно одновременно с этим региональный специалист по ЮНЕСКО (он вообще, по-моему, из Армении был) рассказывал о том, что они аккуратно, потихонечку начинают работать учителями и в каком-то количестве школ, не очень больших, в десяти, по-моему, начали эту работу. Потому что мы все знаем, как непросто политически в Белоруссии.

Полина Солдатова: Так, коллеги, у нас время вышло. Смотрите, как получилось.

Мария Сабунаева: Полина, время вышло. Но я хочу, чтобы прозвучало сейчас одно слово. Мы очень хотим нас всех призвать к осторожности. Слово «виктимблейминг». Я очень-очень хочу после одного комментария здешнего, чтобы это было. Когда мы говорим, что «кто-то может, но не хочет» ...

Полина Солдатова: Тогда... Да, коллеги, не хватило времени на комментарии из зала, кроме одного вопроса. Но я думаю, что мы призываем, разумеется, к диалогу, и в течение конференции можно пообщаться со всеми участниками "круглого стола", которых вы видите доступными, то есть с теми, кто останется, кто будет присутствовать. И с нами тоже можно. И присоединяйтесь к каким-то нашим страницам на Фейсбуке. Может быть, мы будем еще об этом общаться и будет еще возможность про это говорить.

Наталья Малышева: Да, наверное, как раз остается Интернет-пространство. То есть тоже возможность для коммуникации сохраняется. И в рамках мероприятий мы будем получать комментарии. И действительно, ну, как бы надеюсь, что наше обсуждение – оно как раз, скорее, только начало для каких-то размышлений. Спасибо большое участникам, спасибо большое

(Аплодисменты.)

Сейчас будет комментарий Маши. Мария Сабунаева из Санкт-Петербурга расскажет о книжках, которые лежат на столе около пресс-волла, которые еще, возможно, не разобрали. Она отчасти их автор.

Мария Сабунаева: Нет, комментировать я уже не буду. Я все прокомментировала, даже больше, чем это было нужно, может быть. Спасибо большое. Мне сегодня бежать вместе с книжками. Коллеги, я привезла... Я работаю в двух ЛГБТ-организациях – это Российская ЛГБТ-сеть, инициативная группа «Выход». За моей спиной и доцентство в Институте Герцена, гендерная психология, которую я изучаю с 1997 года, и так далее. То есть чтобы, может быть, немножко понимали контекст. Сегодня я здесь буду проводить ворк-шоп «Квир», и жду всех, кого интересует эта тема. А сейчас мне дали вот эту вот минутку, чтобы я Вам представила материалы, которые я привезла. Я тащила целый чемодан книг. Я бы хотела привезти больше, но вот сколько есть.

Я привезла Вам несколько книг, которые... Они, может быть, больше написаны для сообщества, чем для специалистов, но я считаю, что вот эти книги, которые написаны для сообщества, для специалистов бывают еще ценнее, чем некоторые какие-то методические материалы. Посмотрите, пожалуйста, что я Вам привезла. Вот, к сожалению, меньше всего этой книги, потому что она толстая и тяжелая. Она есть в Интернете, называется «Мы здесь. Сборник транс-историй». Это более 140 текстов русскоязычных транс-людей от первого лица. Если кто-то не знает, например, что такое небинарная трансгендерность... То, что

только говорим о трансгендерных людях, но там есть еще более сложные, внутри этого поля, идентичности и субидентичности. Как Вы понимаете, это феминистский подход – я его обожаю – вот он здесь полностью реализован. Если там еще остались эти книжки, то пожалуйста. Вот у меня есть еще одна: я бы отдала тем, кому, ну вот, может быть, в центры какие-то, да? Кому есть кому еще тоже дать читать. В Интернете все это есть.

Я назвала две организации – «Выход – Coming-out» и «Российская ЛГБТ-сеть». В библиотеке на сайтах обеих организаций легко доступно, все есть. Если чего-то потеряли, забыли, - Мария Сабунаева, меня легко очень найти и в Фейсбуке, и в Контакте. Пишите, пожалуйста, я всем пришлю ссылки. Для меня ценно делиться информацией со специалистами и не только. Вот это вот очень старая наша брошюра «выходовская», но я ее привезла, потому что тема ЛГБТ-родителей остается одной из самых таких, может быть, острых. Ну, вот такие простые вопросы и простые ответы на них. Или, там несколько книг, достаточно много – если у вас этого всего нет, берите, пожалуйста, знакомьтесь. Без этой темы не обходится никогда ни одна дискуссия.

Вот эта вот книга, которая очень так сложно у меня рождалась, но, наконец, родилась, называется «Каминг-аут и дисфункциональные семьи». Напоминаю, она именно для сообщества, то есть тут не будет, может быть, каких-то особых научных ссылок, но это для того, чтобы люди из сообщества перестали терзаться виной по поводу того, что они сделали каминг-аут, и они, значит, в этом всем виноваты.

Это моя очень старая брошюра «Внутренняя гомофобия: боюсь ли я сам себя?». Всех вас, кто вообще работает с какими-то меньшинствами и понимает, что такое усвоенная стигматизация, и та, которая становится внутренней самостигматизацией, - пожалуйста, можете пользоваться, я буду рада, если она Вам поможет.

И последняя – моя любимая, чудесная книга «Необычные семьи». Вот она - к нашей дискуссии про детей, про то, как их воспитывать. Вот, честно говоря, она написана уже в «Квирбуке» Это книжка для чтения с детьми и родителями. Она написана, вся нарисована... Если Вы знаете, есть такая книга «О смерти» норвежской авторки, вот это примерно так же . Она тоже нарисована и очень просто написана детям о смерти, понимаете? Здесь – детям о разных семьях. Там беседует с дочерью отец после развода с мамой, и он рассказывает про развод, он рассказывает про разные семьи. Это просто супер-пупер, мне кажется. И вот она, мне кажется, написана уже в квир-дискурсе. Вот можно посмотреть, как в этом дискурсе можно вообще разговаривать с детьми о семьях и расширять их ролевые модели.

Мне не хватает здесь трех книг еще, которые я бы Вам привезла, но это не книги «Выхода», но я хочу, чтобы они прозвучали. Может быть, привезут еще интерсекс-активисты их книжку. Вы знаете? Просто мы тут говорим – мальчики, девочки, а еще есть 46 видов интерсекс-вариаций. То есть это и не мальчик, и не девочка по биологическим основаниям. Понимаете, как все непросто? И есть шикарная книга про интерсекс-людей. Пожалуйста, она тоже доступна в Интернете. Если надо, я пришлю Вам ссылки. И есть целая ассоциация, которая занимается этими вопросами. Это сейчас идет еще одна новая волна. Я вам сразу говорю – вот она близится и скоро будет очень широко обсуждаться, после волны квир.

И еще не хватает здесь двух книг. Здесь не хватает мне Лены Климовой, здесь не хватает ее книги «Дети 404». Я хотела, чтобы она прозвучала. И ее книги, которая написана, «Книги для девочек». Просто я хотела назвать эти книги. Они все есть, они есть все в доступе, можно сказать Лене Климовой, она их может выслать. Просто они должны были быть озвучены, мне кажется, на этой конференции. И спасибо Вам, что дали мне для этого слово.

(Аплодисменты.)

Полина Солдатова: Тогда мы завершаем. Все участникам еще раз спасибо!

ПСИХОЛОГ В ИСЛАМЕ

Интервью провела Травкова М.Р.

Дискуссия о том, насколько совместимы и сопоставимы психология и религия ведутся, как минимум, с начала 90-х годов, в частности известна позиция Сергея Борисовича Братусь, осмысливающегося в своих статьях христианскую психологию, как новое научное направление (<http://npsyj.ru/articles/detail.php?article=6355>) и оппонирующая ей позиция Артура Владимировича Петровского, заявившего «Никакой христианской психологии как науки нет» (https://sceptsis.net/library/id_402.html)

При перенесении на поле психотерапии, споры о том, возможна ли религиозная психотерапия или это все еще религия, использующая некий инструментарий психологической науки, приобретают еще большую полемичность, и это еще с учетом того, что христианство значительно повлияло на современную европейскую культуру и значительная часть его кодов знакома любому европейцу. А что ислам, вторая по численности верующих религия в РФ? В нашем интервью мы попробовали разобраться с тем, как совмещаются психотерапия и психология, выстроенные на научном знании и ислам, в жизни тех, кто верует, учится психологии, ведет психотерапевтическую практику и имеет клиентский опыт.

Аиша (Анастасия) Корчагина, мусульманка, психолог (МГППУ), практик, коуч-тренер, руководитель проекта «ЭКОЛОГИЯ отношений и достижений», специалист по укреплению родственных отношений, развитию личности и воспитанию души, ведет образовательные группы для женщин, в психологию пришла после фельдшерства и работы в бизнес-проектах, ислам приняла добровольно более 7 лет назад:

- Для меня ислам – это образ жизни. Как раз мусульманкой я и родилась. Как, впрочем, все другие люди. Мусульманин (мусульманка) значит «изначально покорный Единому Творцу человек». Другое дело, что росла я вне ислама. Это внешние издержки, которые по милости Всевышнего были исправлены семь лет назад. Я строила, даже можно сказать перестраивала, свои отношения с Богом. У меня был территориальный стереотип в отношении распределения религий по земному шару. Но однажды оказалось, что ислам и есть последнее Божественное откровение, ниспосланное всем людям. Зная то, что ислам – это последняя версия Божественного закона, нелепо следовать предыдущей версии

- Психология - наука, ислам - религия, как это совмещается для вас лично?

- Ислам – это свод Божественных законов, определенных Творцом для всех людей, охватывающий все сферы жизни человека, с подробным их объяснением. В исламе поклонение Богу отличается от непоклонения намерением и действиями. Все, что выпадает за рамки Божественных законов, поклонением не является. Поклонение – это не только соблюдение религиозной практики (обрядов и ритуалов). Это вся жизнь, любое действие, любое слово, имеющее под собой определенное осознанное намерение и не противоречащее Божественным законам.

Вдох и выдох – это уже поклонение Богу. Улыбка – это поклонение, благое слово – это поклонение. Супружеские интимные отношения – это поклонение. Любое упоминание Всевышнего вслух или про себя, короткое или длинное – это поклонение. Работа – это поклонение, отдых – это поклонение. Заработок – это поклонение, расходование заработанного – это поклонение. Раскаяние – это поклонение, благодарность – это поклонение. Просьба – это поклонение, помощь кому-то – это поклонение. Поклонение –

это всё. И это как раз то, что практически невозможно понять не-мусульманину. Наука – это часть или сфера деятельности человека. Это поклонение. Никакого противоречия нет. Часть не может противоречить целому. То из науки, что не соответствует Божественным законам, не рассматривается в качестве поклонения, а значит не соответствует задачи человека в земной жизни - поклонению Творцу. Мы созданы исключительно для этой цели. И не нам это менять.

- Кому и зачем нужен мусульманский психолог, почему недостаточно просто психолога?

- У всех людей отношения с Богом складываются по-разному. Религиозная идентичность, то есть осознание себя собственностью Бога, формирует определенные убеждения и ценности, определенное мировоззрение. Если это не учитывать, можно вместо помощи сильно навредить человеку. Мусульманин «не влезает» в рамки просто психологии, «не помещается» в ее научную внебожественную парадигму.

- С какой спецификой приходится иметь дело при работе с мусульманскими семьями? Кто чаще инициатор похода к специалисту, какие проблемы в семьях самые распространённые?

- Чаще инициатором консультаций являются женщины. Это справедливо и в отношении не мусульман. Психолог работает с вопросами создания семьи, разными аспектами внутрисемейных отношений, детско-родительских отношений, выходом из сложных жизненных ситуаций, с развитием личности, развитием карьеры и деловых навыков, развитием творческого потенциала, адаптацией «новообращенных» мусульман, мигрантов и членов их семей.

- Какое в исламе представление об отношении к семье, жене, мужу, детям?

- Семья – это милость Всевышнего к людям, это Его благословение и наша ответственность за доверенное (мужей, жен, детей), ответственность за уважительное отношение ко взрослым (стареющим) родителям и вообще к родственникам. Супружеские отношения, родительско-детские отношения, родственные отношения – это поклонение Богу. Мужчина – глава семьи и ответственный за нее перед Всевышним. Жена – исполняющая обязанности главы семьи, в то время, пока супруг занят делами вне дома. При этом его дистанционные распоряжения для женщины обязательны к исполнению, если они не противоречат Божественным законам. Задача мужчины создать условия, чтобы у жены получилось быть заместителем и отрадой. Женщина обязана использовать все данные ей возможности, чтобы быть отрадой. Супруги – отрада друг для друга

- Чего не понимают «светские» психологи о мусульманских семьях?

- «Светские» психологи не понимают масштаб Божественного влияния на наше мировоззрение в целом, на наше бытие в частности, не понимают содержания мусульманских ценностей и убеждений. «Светская» психология лишена Божественного влияния, которое является для верующего человека первоисточником жизни, жизнедеятельности, причин, процессов, следствий и результатов всего. Она ограничена человеческими возможностями и вынужденно преувеличивает их, формируя у человека чрезмерное эго. Это в свою очередь является причиной многих внутренних противоречий и проблем как самого человека, так и его взаимоотношений с другими людьми. Получается, что картина мира верующего человека гораздо шире, чем картина неверующего человека.

Это как галактика и планета. Поэтому верующий человек «не помещается в светской психологии».

- Как в исламе относятся к разводам, изменам, ЛГБТИКА-проблематике, независимости женщин?

- Все взаимоотношения в исламе основаны на Божественном законодательстве – шариате. Он охватывает абсолютно все сферы жизнедеятельности человека. Развод – это самый нелюбимый Творцом, но допустимый при определенных основаниях и на определенных условиях выход из супружеских отношений. Любые интимные отношения вне законного брака - грех. Если вы говорите о возможности женщин реализовываться не только как жена, мать, но и как творческая личность или бизнесмен, то есть вумен, то такие возможности есть.

Примечание: Отношение к ЛГБТ-тематике в мусульманском мире скорее негативное, в частности, позицию всех ведущих российских мусульманских сайтов можно определить одной общей фразой «Мусульманин геям быть не может». Это не отменяет того, что в мире появились организации, борющиеся за права и признание геев-мусульман, например «Имаан» в Великобритании или «Аль Фатиха» в США

- Что вы делаете, если женщина говорит вам на консультации, что она подвергается в семье побоям и насилию? Приемлема ли такая ситуация в исламе? Есть ли у нее возможность получить помощь в исламской общине? Как регулируются и регулируются ли такие ситуации? Какие задачи стоят перед психологом в таких ситуациях?

- То же, что делаю на любой консультации, помогаю найти приемлемый для нее выход из сложившейся ситуации. Рекомендую других специалистов (имамов, юристов и др.), если моей помощи недостаточно. Насилие в семье в любом виде – это притеснение, а значит противоречие Божественным законам. Возможность получить помощь в мусульманской общине есть. Все ситуации регулируются законодательно, с учетом мнений обеих сторон. Ислам опирается на анализ вреда и пользы. Первостепенным в любой ситуации является получить максимальную пользу (разумеется, не нарушая Божественные законы). Если это не получается, то получить такую пользу, какую возможно. Если это не представляется возможным, то задачей становится избежать максимального вреда или такого вреда, которого удастся избежать

С другой стороны, называть себя мусульманином (мусульманкой) еще не значит быть им, не значит выполнять Божественные законы. К сожалению, это даже не гарантия того, что человек их знает.

- Стереотип о «многоженстве» в исламе. Что из этого – правда, и как устроены семьи, где один муж и несколько жен?

В любой мусульманской семье есть муж, жена и дети (если есть на это милость Всевышнего). Полигамная семья состоит из нескольких независимых семей, в каждой из которых есть муж, жена и дети (если есть на это милость Всевышнего). То есть, у каждой женщины - свой муж. Это разные семьи, а не одна большая.

Примечание: В каноническом исламе многоженство допустимо, но не рекомендовано, за исключением особых случаев, а именно:

- бесплодие или неспособность первой супруги к деторождению;
- условия военного или послевоенного времени, когда число незамужних женщин и вдов

(нуждающихся в обустройстве семейного очага, заботе и уходе) превосходит число мужчин;

— *физиологические особенности мужчины, выраженные в излишней (по сравнению с его женой) сексуальной активности (при условии достаточного материального обеспечения двух или нескольких семей), что может создать почву для прелюбодеяния, которое есть великий грех перед Богом и семьей. (по материалам сайта <https://umma.ru/mnogozhenstvo-v-islame/>)*

При этом, особый упор делается на то, что женись повторно, мужчина не только должен обеспечить вторую и каждую последующую супругу и ее детей всем необходимым, но и соблюдать принцип равенства в отношении обеих жен и семей, и, в частности, важно, что каждая из семей имеет свое пространство, то есть жены и дети проживают в разных домах или квартирах, а также равно обеспечены финансово и одинаково наделены вниманием отца и мужа. Таким образом, это скорее две разных семьи при одном мужчине. Также, довольно прямо сказано, что нельзя заводить вторую семью, если недостаточно обеспечена первая и что нельзя жениться на женщине, не оповестив ее о том, что вы уже в браке. Другой вопрос, как и насколько каноны соблюдаются на самом деле....

- Приходилось ли вам консультировать смешанные пары, где один/одна – в исламе, а второй нет, и это является проблемой? Какие решения предлагаются в этом случае? На что вы опираетесь в консультировании?

- Мусульманка не может выйти замуж за не мусульманина. Это закон. Мусульманин может жениться на христианке или иудейке, при условии, что она признает Единственность Творца и Его власть над всем Им сотворенным; пророческую миссию Мухаммада (мир ему и благословение Всевышнего) и других пророков; Священные Божественные книги (Коран, Библию и Тору); признает существование ангелов и джиннов, предопределения Всевышнего, неизбежность судного дня и готова воспитывать детей в исламе.

Бывает так, что женщина уже в браке принимает ислам и в этот момент оказывается женой не мусульманина. Такие ситуации рассматривают шариатские судьи или имамы. Я, как специалист в своей области, на любой консультации помогаю человеку реализовать его запрос настолько, насколько это в моих силах. Это основной принцип всех консультаций. У клиента есть запрос, психолог работает по запросу клиента и в ценностях клиента. Поэтому тут мое собственное – это дело десятое. В любом случае, научная психология отличается от житейской психологии минимальным использованием личного житейского опыта специалиста, максимальной нейтральностью его суждений, непредвзятостью и невовлеченностью в процессы клиента.

- У русскоязычных мусульманок огромные сообщества взаимной поддержки в Инстаграм. Женщины читают священные тексты, современные научные исследования, тексты по педагогике и психологии, обсуждают сложности своей позиции - современных образованных мусульманок. Похоже, что это мир, достаточно закрытый от мужчин. Сказывается ли это как-то на семейных отношениях - поддерживает их, укрепляет, мешает чему-то в них, или?

- Все знания, которые направлены на улучшение отношений с Богом, собой и другими людьми, однозначно являются благом для нас. Такое гендерное разделение, которое ярко проявлено в исламе во всех отношениях несет огромную пользу. У мусульман (мужчин) тоже есть свои группы, информационные площадки, встречи и обязательные пятничные коллективные намазы (молитвы). Пятничная молитва (джума намаз) включает в себя целых две проповеди, которые ведут имамы. И такие проповеди как раз затрагивают многие вопросы нравственного и этического поведения мусульманина везде, где ему приходится

бывать. Имамы в определенной степени выполняют роль психологов или тренеров личностного развития. С этой точки зрения можно сказать, что мужчины мусульмане чаще бывают на психологических консультациях, чем их жены. С учетом этого, закономерно, что женщинам больше нужны психологи и именно психологи-женщины, не обо всех ситуациях женщина может говорить с мужчиной.

- Чем отличается мусульманский психолог от христианского? Какие направления психотерапии поддерживаются мусульманскими психологами, а какие категорически нет (есть ли такие)?

Я полагаю, что мусульманский психолог отличается от христианского особенностями (различиями) мировоззрения. При одинаковом уровне профессионализма, любой специалист, если он знает содержание ценностей своего клиента, принесет пользу и благо. Равно как непрофессионал любой веры может навредить. Но людям с религиозной идентичностью общей легче понимать друг друга. Сложнее неверующему специалисту работать с верующим клиентом, потому что уровень ценностей клиента выше уровня ценностей специалиста.

Насима (Настя) Бокова, журналист, общественный деятель, экс-редактор журнала "Мусульманка», в ислам пришла добровольно в 18 лет:

- Во-первых, я лично считаю, что, психолог или психотерапевт в праве быть какой ему угодно религии и опираться на что ему угодно в своих личных верованиях. Но ни его психологическая практика, ни его консультации, ни его психотерапия не имеют никакого права опираться на это. То есть, в момент, когда он дает психологическую консультацию, он, конечно же, должен руководствоваться исключительно принципами психологии, психотерапии, опираться на вот эти базисные знания, на научные, ...не опираясь на свое религиозное убеждение.

Про насилие и положение женщины в мусульманской семье. Знаете как, ни одна религия в корне своем не предполагает под собой насилия. Даже если ребенок отказывается делать намаз, то родители должны искать способ и один из вариантов рекомендуемого поведения: «это испытание или наказание за что-то, поэтому молитесь» То есть не идет речи о том, чтобы наказывать или заставлять ребенка, отойди в сторону и уповай на Всевышнего, молись. Если сугубо исламская семья пришла с проблемой на терапию, и в отношении абьюз (присутствует насилие), то, увы, скорее всего оправданием этого абьюза послужат религиозные постулаты, в то время когда они-то как раз ничего такого не предписывают. И тогда встает вопрос: что вообще происходит с развитием религии в обществе? Я бы хотела здесь оторвать религию от традиции. Даже, наверное, не религию, а веру. Приведу пример, когда говорят, что женщина-мусульманка должна слушаться мужа. Но она уже мусульманка, и ее степень ответственности, - это ее отношения с Богом. В этом такая безусловная любовь, такая презумпция невиновности, считать себя мусульманкой – вступить в особые отношения с богом. Если ты так себе идентифицируешь, значит, ты так себя принимаешь, и к этому должно быть доверие. Но общество, мусульманское, оно не дает этого доверия. Оно требует еще каких-то доказательств, постоянных, что ты мусульманин/мусульманка. И эта требуемая демонстрация ведет к тому, что ты проявляешь внешние атрибуты. И потребность в мусульманских психологах, я думаю, одна из них, в сохранении этой анклавности, этого «принадлежания». При этом, терапевт-немусульманин будет смотреть на проблемы человека с точки зрения его автономности, будет разбирать с человеком его потребности, желания, то есть его свободу. Для мусульман же «свобода» - иное понятие, оно даже пугает. Свобода предполагает и возможность отказаться от религии, а для верующего мусульманина один из базовых постулатов – беречь себя от всего, что может поколебать твою веру. Для верующего религия – его страже, и есть страх, что если

потерять его, то потеряешь все. Это то, что не всегда могут понимать психологи-немусульмане. Что принадлежность к группе и создает идентичность.

- В каждой религии есть какой-то регламент. И вот тут вопрос: если человек вправду верующий, для него этот регламент свят. Тогда как ему работать с тем, кто не верует? Если я, скажем, не религиозна, и на прием приходит женщина, которая говорит, что у нее много случайных связей. Как светский психолог я должна остаться нейтральной по отношению к этому факту, как бы я к этому не относилась лично в жизни. А что сделает мусульманский психолог, для которого такое поведение априори далеко от нормы?

- Ну, во-первых, мне кажется, что религиозный психолог – он просто даже не сможет... ну, он просто навредит женщине, которая придет с таким запросом. Я даже не знаю, как он должен вести свой разговор, чтобы не вызвать в ней чувство вины. Потому что первое, наверное, что он скажет, что «ты – блудница, и иди и кайся».

- То есть, религиозное тут победит и сохранить нейтральность не удастся?

- Я думаю, что если мусульманин – профессионал, да и вообще-то с точки зрения ислама, твоя вера, твои ценности, - это лично твое дело. И ты их не должен никому навязывать. Но, в жизни уровень профессионализма разный и вот еще что. Для мусульман важна общинность и взаимовыручка для своих. Поэтому к такому психологу придут все – и мама, и дяди, и тети – и скажут: «Ты же мусульманин, ты должен работать среди мусульман! Чего ты вообще, там, кого-то там другого консультируешь, когда у нас столько несчастных, столько бедных, столько больных раком и прочее»

- Чем, не зная, не понимая до конца, что это такое – ислам, и как живет община изнутри, может и может ли навредить светский психолог? Вот большинство моделей супружеской терапии пришли к нам из Европы и США, и они рассчитаны на отношения эгалитарные, на отношения равных, а в исламе роли мужчины и женщины строго прописаны...

- Что важно понимать про ислам, что он очень разный. На Кавказе один, а в Узбекистане – другой. Я вот так могу это объяснить, представьте себе треугольник, где три угла: законы шариата, отношения внутри семьи и локальные традиции, и получается, что каждый мусульманин в спорной ситуации оказывается ближе к какому-то одному углу. И в большинстве конфликтных ситуаций угол про «локальные традиции» перетянет. То есть при выборе между тем, что заявлено в шариате и местной традицией победит местная традиция. Внутренняя идентичность в исламе – сложное дело. С одной стороны, есть желание быть частью общества, в котором живешь, а с другой – есть законы веры и желание быть в этой вере, и эти два желания не везде совпадают. Все время находится некий баланс. Конечно, мужчинам тут легче, для них меньше правил про внешние проявления.

- Женщинам пока многое сложно и в «светском мире» Верно ли я понимаю, что мужчине в исламе и развестись проще, чем женщине?

- По шариату ему развестись да, легко. Но дело в том, что шариат его обязывает брать ответственность за детей, за жену, если дети маленькие и остаются с ней. Пока подрастают до какого-то возраста и остаются с мамой, он обязан содержать и бывшую жену тоже, т.е. он обязан ее обеспечивать. У мужчины должны быть и объективные причины, для чего ему возможность выбрать вторую жену. Как правило, это про то, чтобы избежать греха, если разлюбил первую или если первая бесплодна. В Коране сказано, что он должен относиться

к ним равно, и что первая не должна испытать никаких унижений. Но это же невозможно! В Коране так и сказано, вы должны относиться к ним как к равным, но вы не сможете. То есть, заведомо Всевышний обозначил, что сущность человека такая, мужчина должен понимать: если он берет вторую жену, это уже его дорога в ад. Всегда подчеркивается, что это огромнейшая ответственность и вряд ли ты эту ответственность вообще осилишь.

- Но при этом женщина, если ей надоел муж, конечно, не обладает правом брать второго мужа?

- Права на второго мужа у нее нет. Но по шариату женщина обладает правом на развод без объяснения причин. Этот развод... Это называется «откуп». Она откупается от мужа. Она не может сама разводиться, она просит развод. Например, когда муж нарушает вообще законы Всевышнего и обижает ее. Если он алкоголик или наркоман, бьет ее, экономически ее не обеспечивает, не ходит на работу. Если он с ней не спит. Если, например, они не могут иметь детей. Но обычно же в браках не идут выяснять, кто именно бесплоден. Обычно считается, что это она не может забеременеть. И тогда для мужчины это тоже может быть поводом для развода – что жена не может приносить потомство. Это целая процедура, ей нужны свидетели, она идет к имаму, с ними разговаривают. Но это в идеале, если есть такая система, а у нас она не работает нигде. И редко, когда кто заступится, если женщина придет домой, скажет: «Мама, папа, меня муж бьет. Мама, папа, он - алкоголик». Все скажут: «Ты что, сошла с ума?» В Дагестане, в Чечне, может быть, и в Татарстане том же самом, где угодно, ей скажут: «Ты же уже вышла замуж». Здесь мы по треугольнику двигаемся, понимаете, да? Местные традиции выше шариата, а это неверно. Они забывают о том, что женщина по шариату тоже имеет права. Она, душа, она вообще-то личность, она может быть надломлена, может чувствовать боль... Но предусмотрен и вариант, когда женщина может прийти и сказать: «Я с тобой жить не хочу, я тебя не люблю, я хочу развестись, дай мне развод. Все, просто не хочу. И я тебе отдаю свой махр». Махр, откуп – это своего рода залог, ценный подарок, сумма, которую муж вручает будущей жене, это гарантия для женщины, в случае если с мужем что-то случится, у нее тогда что-то свое, обычно это машина, квартира или сумма денег, они ее, не семейные. Если развод потребовал мужчина, махр к нему не вернется. А если женщина хочет уйти из брака, она возвращает махр. Она вправе требовать махр по шариату и назначать его цену при вступлении в брак тоже может сама. Это гарант какой-то независимости от мужа и то, чем она может, если что, откупиться. Если развод по ее инициативе, то она возвращает этот дар. Правда, муж может назначить дополнительную цену сверх этого для ее откупа.

- Но это же повод для шантажа, для того, чтобы не давать развод

- Нет, это переговорные позиции, если у нее нет объективных поводов разводиться. Если муж бьет, пьет, изменяет, если есть угроза жизни или здоровью, тут надо просто бежать, а разведет их умма – община. Тут ей не надо вымаливать развод. И такие примеры есть. В Москве, например, я знаю такого имама, была жалоба: «Мой муж, такой-то, приехал из Азии и не работает. Сидит дома и не работает. А я работаю днями и ночами. Всё, мне надоело, он лежит на диване уже три месяца, не работает, я не хочу с ним жить». Он приглашает мужчин-свидетелей, еще раз расспрашивает ее в их присутствии. Звонит ее мужу по телефону, говорит: «Вот здесь твоя жена на тебя жалуется. Ты работаешь или нет? Ты ей деньги даешь?» И по диалогу в присутствии других людей они видят, что диалог не складывается, что он агрессивный какой-то... Тогда имам говорит: «Твоя жена хочет развестись, она утверждает так-то и так-то. И я как имам беру на себя ответственность. Ваш брак не считается».

- Но такое бывает редко?

- Редки тут больше женщины, которые пойдут к имаму и на эту процедуру. Это будет скорее всего русская, принявшая ислам. Та, которая меньше зависит от воли родителей и семьи, то есть снова упираемся в местные традиции. Есть хорошие истории, в Дагестане, над молодой девушкой измывалась свекровь. Приехал отец девушки, свекровь начала ему рассказывать, какая дочь у него... Он просто встал и сказал: «Собирайся, я тебя отсюда увожу». И забрал ее. Это ведь про отношение к своему ребенку, про любовь, вы же понимаете. Это про любовь и доброту. А на Кавказе как-то не учат проявлять нежность к детям, особенно мужчин, это как слабость, как что-то излишнее.

- А что с мигрантами?

- Огромное количество проблем. Они же нередко минуют свои столицы, а сразу из каких-то там сел и пригородов залетают в большие города. Здесь, конечно же, и ритм жизни, и все-таки выживание, потому что приходится жить с постоянным нарушением своих границ, постоянно приходится с кем-то делить пространство, ничего нет своего, ты все время живешь в каких-то ожиданиях, делаешь тяжелую работу, все время, бесконечно сталкиваешься с дискриминацией, что, я считаю, просто разрушает, конечно. А потом еще часто женщины уезжают вслед за мужем, оставляя детей с бабушками и дедушками. Это тоже очень большой стресс! Постоянная неопределенность, неизвестно, что будет завтра. Много депрессивных расстройств в этой среде.

- А как вы смотрите на то, что в Кельне случилось? (Примечание: Имеются в виду события в ночь на первое января 2018 года, когда в Кельне десятки женщин пожаловались в полицию на нападения и сексуальные домогательства со стороны мигрантов «арабской или североафриканской внешности»)

- Я даже не знаю, как здесь сказать. Мало назвать себя мусульманином, надо им быть. Осознавать себя им. Получается, что у себя дома такая молодежь считает себя мусульманами по умолчанию, потому что родители – мусульмане и все вокруг тоже. И у себя дома они сдерживаются традиционным обществом, где все всех знают, там они не обидят девушку, девушка тоже своя и у нее есть брат, отец, дядя. Или просто, кто-то услышит и скажет: «А ваш сын ругается, кого-то обзывает», - стыдно, боишься опозорить семью. Но в большом чужом городе эти настройки сбиваются, не потому что ислам, а именно потому, что ислам не воспринят как нужно. Это же такая саморабота! И со стороны не определишь, какие внутри отношения с исламом. Можно ли считать мусульманином того, кто совершает намаз, но делает гадости в жизни, не растит своих детей, не платит алименты? Тут столько разных мнений, даже внутри исламского общества нет консолидации, все пестрое и очень разное. Очень сильно разведено по национальным идентичностям. Татары от кавказцев, например, отличаются. Вера должна предшествовать закону, закон – это внешний ограничитель, а если нет веры, то человек рано или поздно устает от разных ограничителей, и начинается: так мне неудобно, дискомфортно, здесь я жене подзатыльник, или там у меня любовница, но зато для всех остальных я мусульманин. Вот и эти молодые ребята-мигранты. При этом я не могу про них сказать «нет, это не мусульмане» Мы их не можем из этой системы выкинуть. Спрашивать скорее нужно так: «Что же случилось с их верой?»