

Зміст

Передмова автора	9
Вступ. Ми просто хотіли щастя нашим дітям	11

Частина I ЦІЛИТЕЛІ МОЖУТЬ НАШКОДИТИ

Розділ 1. Ятрогенія	20
Розділ 2. Криза в епоху психотерапії.....	35
Розділ 3. Погана психотерапія	67

Частина II ЗАБАГАТО ПСИХОТЕРАПІЇ

Розділ 4. Соціально-емоційне втручання	104
Розділ 5. Школи повні тіней.....	130
Розділ 6. Королі травми.....	153
Розділ 7. Полювання, риболовля, видобуток корисних копалин. Порушення під час обстеження психічного здоров'я.....	192
Розділ 8. Сповнені співчуття та злі, як чорти.....	214
Розділ 9. Дорога, прокладена люблячими батьками	225

<i>Розділ 10.</i>	<i>Замість тілесних покарань — медикаментозне втручання.....</i>	<i>267</i>
-------------------	--	------------

Частина III
МОЖЛИВО, З НАШИМИ ДІТЬМИ
ВСЕ ГАРАЗД

<i>Розділ 11.</i>	<i>Це буде наша остання сесія</i>	<i>286</i>
<i>Розділ 12.</i>	<i>Виймаємо ложки</i>	<i>316</i>
<i>Подяки</i>		<i>335</i>
<i>Примітки</i>		<i>337</i>

Передмова автора

Говорячи про «кризу психічного здоров'я молоді», ми часто об'єднуємо дві різні групи молодих людей. У першій зазвичай ті, хто страждає на глибокі психічні розлади. Якщо такі розлади не лікувати, то в найгіршому разі хворі опиняються на узбіччі нормального життя, позбавлені й бодай найменшої трудової діяльності, і будь-яких особистих стосунків. Ці нещасні потребують медикаментозного лікування й допомоги з боку психіатрів. Проте ця книжка присвячена не їм.

Вона про другу, набагато численнішу групу, до якої належать сповнені тривожних передчуттів, налякані, самотні, сумні й непевні у власних силах студенти коледжів, які не можуть улаштуватися на роботу, доки з десяток разів не зателефонують своїй матусі. Ми не називаємо їхні проблеми «психічними захворюваннями», але не можна сказати, що все в їхньому житті добре. Вони самі ставлять собі діагноз, щоб пояснити те, що з ними не так. Їм здається, що вони зрозуміли, розібралися, проте діагнози постійно змінюються.

Ми прописуємо цим підліткам ліки, призначаємо психіатричну й «оздоровчу» терапію, іноді лише заради профілактики. Ми поспішаємо лікувати неправильно діагностовану хворобу, застосовуючи медикаменти, які їм не підходять.

Вступ.

Ми просто хотіли щастя нашим дітям

Цього літа, коли мій син повернувся додому після ночівлі в таборі, у нього розболівся живіт. Коли біль із часом не вщух, я відвезла його до дитячої клініки невідкладної допомоги, де лікар дійшов висновку, що це не апендицит.

— Напевно, це просто через зневоднення,— вирішив він, але перед тим, як відпустити нас додому, попросив зачекати на медбрата, який мав поставити кілька запитань.

У кімнату увійшов метушливий здоровань у чорному халаті з блокнотом у руці.

— Чи не могли б ви залишити нас наодинці, щоб я міг провести психіатричне обстеження? — запропонував він.

Мені знадобився деякий час, щоб усвідомити: він хоче усамітнитися з моїм сином, а мене спроваджує з кімнати. Я попросила показати мені анкету, що, як виявилось, була видана Національним інститутом психічного здоров'я, тобто федеральною установою, підпорядкованою урядові. Ось повний, невідредагований список запитань, які медбрат планував поставити моєму дванадцятирічному синові, залишившись із ним наодинці:

1. Чи бажав ти померти за останні кілька тижнів?
2. Чи здавалося тобі за останні кілька тижнів, що тобі або твоїй родині було б краще, якби ти помер?
3. Чи виникали в тебе думки про самогубство протягом останнього тижня?
4. Чи намагався ти коли-небудь накласти на себе руки? Якщо намагався, то як і коли?
5. Чи діймають тебе думки про самогубство зараз? Якщо діймають, розкажи мені, як саме, будь ласка.¹

Медбрат дотримувався правил, коли запропонував мені вийти з приміщення. Він діяв буквально згідно з «Інструкцією для медперсоналу», згідно з якою медсестри / медбрати мали говорити батькам ось що: «Ми ставимо ці запитання наодинці з дитиною, тому я попрошу вас вийти з кімнати на кілька хвилин. Якщо у нас виникнуть сумніви щодо безпеки вашої дитини, ми вас сповістимо про це».²

Коли я везла сина з клініки додому, мене переслідували такі ось думки: «Що б трапилось, якби я виявилася трохи більш довірливою? Діти часто намагаються догодити дорослим, ствердно відповідаючи на їхні запитання, оскільки вважають, що саме цього від них очікують. Чи не міг би мій син, опинившись наодинці в кімнаті із цим кремезним чоловіком, ствердно відповісти на всі запитання, оскільки така відповідь уже закладена в запитаннях? Чи не спробував би медичний персонал завадити мені забрати сина додому?»

А як бути з дитиною, яку діймають темні думки? Чи справді у такий спосіб їй можна допомогти? Чи варто розлучати дитину з батьками й питати її про самогубство, поступово конкретизуючи й загострюючи цю тему?

Я не записала сина на прийом до психотерапевта. Я не водила його на нейропсихологічне обстеження. Я просто привезла його до педіатра через скарги на біль у животі. Не було жодних ознак, жодних підстав навіть підозрювати, що в мого сина є якесь психічне захворювання, проте медбратові цього і не потрібно було, чекати він не став...

Ми, батьки, стали настільки несамовито одержимими психічним здоров'ям наших дітей, що регулярно дозволяємо усіляким спеціалістам із психічного здоров'я випроводжувати нас із кімнати... «Ми вас сповістимо»... Ми десятиліттями покладалися на їхні поради щодо виховання дітей, прагнучи забезпечити ментальне здоров'я своїх рідних. Можливо, ми у такий спосіб компенсуємо те, що наші власні батьки вважали: психологи — останні люди, з якими варто радитися про те, як виховати нормальних дітей.

Коли ми з братом були маленькими, нас іноді шльопали на кару. З нами майже не радилися, коли ухвалювали щось важливе стосовно нашого життя: «До якої школи ходити? Чи ходити в синагогу на великі свята? Який одяг має пасувати до цієї події чи нагоди?» Якщо нам не дуже подобалася їжа, подана на вечерю, іншої нам не пропонували. Якщо нам і бракувало якогось критично важливого права на самовираження, що тоді призвело до психологічного витиснення чогось у підсвідомість, це ніколи нікому не спадало на той час на думку. Минуть роки, перш ніж хтось із мого покоління почне вважати ці буденні ознаки дитинства тих, хто ріс у вісімдесяті, векторами емоційної травми.

Але коли мільйони жінок і чоловіків мого віку розпочали доросле життя, ми ознайомилися з психотерапією.³ Ми взялися аналізувати своє дитинство і навчилися вва-