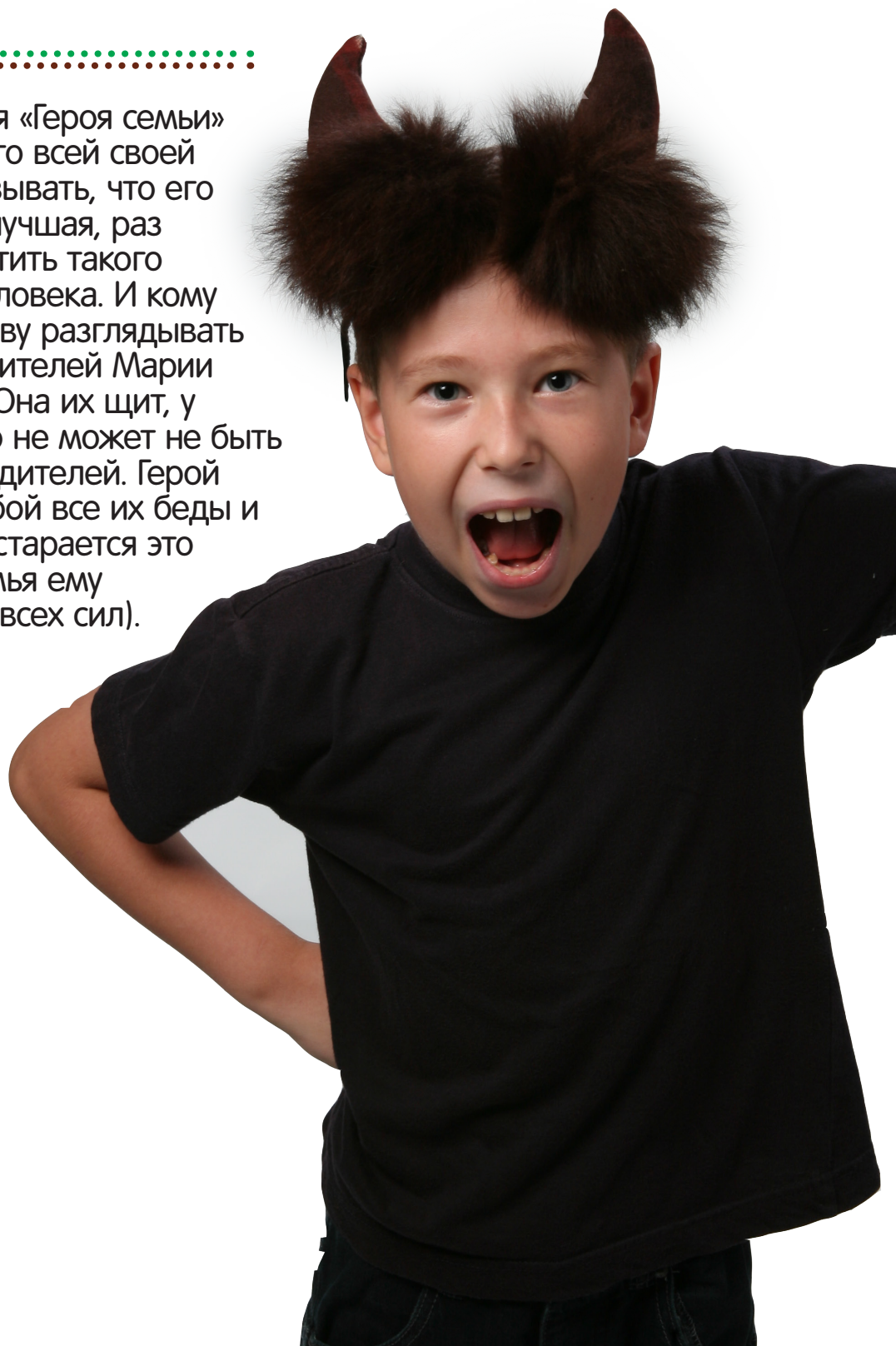


# Козел отпущения

*Текст  
Ольга Троицкая  
Психолог,  
семейный  
психотерапевт*

Нелегкая доля «Героя семьи» требует от него всей своей жизнью доказывать, что его семья самая лучшая, раз смогла вырастить такого успешного человека. И кому придет в голову разглядывать реальных родителей Марии Шараповой? Она их щит, у Марии просто не может не быть идеальных родителей. Герой закрывает собой все их беды и неудачи (или старается это сделать, а семья ему помогает изо всех сил).



**Н**о если в семье уже есть герой (а это может быть сын или дочь, отец или дед, а иногда и выдающийся племянник – сын любимой сестры или брата), то ребенку сильному, достаточно ориентированному быть замеченным и лидировать,

заранее уготовано место в лучшем случае – второго, в худшем – никакого. Малыш прибегает в восторге: «Я подтянулся, посмотрите!» В ответ раздаётся дружный хор голосов: «Да Саша в твоём возрасте уже сальто делал, тренер его так хвалил!». И так

во всем. В небогатых семьях всегда была традиция: младшие донашивали вещи старших. Так вот будущий «козел отпущения» часто «донашивает» обноски одобрения, которое доставалось «герою семьи». Его четверки – не чета пятеркам Героя. Его попытки помочь что-то сделать натываются на недоуменный взгляд – что же ты такой неловкий! Вот он (она) всегда вовремя, сам догадается, сам все сделает и сделает отлично, а ты у нас весь в отца, лучше бы и не делал!

### Ребенок-невидимка

У живого неглупого энергичного маленького человека день за днем нарастает ощущение незамеченности. Мы часто заблуждаемся, думая, что самая страшная душевная боль – это когда тебя бьют словом или действием. Оглянитесь вокруг – сколько женских и детских глаз преданно смотрят на своих мучителей и не пытаются убежать от них. Не зря говорят и верят: «бьет – значит, любит». Давайте задумаемся, о чем эта народная притча. Прежде всего о том, что нет на свете ничего страшнее незамеченности. Вся человеческая история – это прежде всего история таких отношений между людьми, когда одобрение человеку выносилось одним единственным способом: «мы тебя видим, ты замечен нами, ты важен среди нас, мы думаем о тебе.» Это – и про все ордена и медали, грамоты и памятники.

А самое тяжелое наказание – изгнать и забыть, не замечать больше...

Семья есть подсистема большой системы – общества, и ее члену иногда легче, когда его замечают, пусть и в негативной форме (бьют, ругают, возмущаются), чем быть незамеченным и ненужным. У будущего «козла отпущения» складывается четкая модель семейного, а потом и социального взаимодействия: не хотите хвалить – ругайте! Но замечайте, взаимодействуйте со мной эмоционально, я должен чувствовать, что я интересен, пусть даже в такой неприятной форме.

## «Козлу отпущения» незачем быть хорошим. Он не ждет похвалы и одобрения – все равно не дадут



«Козла отпущения» легко отличить по одной заметной внимательному взгляду детали: его ругают на все голоса, находят самые уничижительные слова (особенно в учительской), а на его губах появляется чуть заметная улыбка удовлетворения. Он наконец-то получил то, чего ему так не хватало. Его заметили!

### Ругайте меня, ругайте!

Человек в этой роли – для того, чтобы не чувствовать боли, – перестал ждать одобрения и похвалы (позитива все равно не дадут, всегда найдут более достойных). И он приучил себя принимать негатив в качестве знаков так необходимого ему внимания. «Козел отпущения» необычайно изобретателен и вариативен в своих методах достижения этой цели. Он (она) может болеть (желательно стильно или необычно –



раны, падения с мотоцикла и пр. – то, что надо), может учиться из рук вон плохо или крайне неровно (чтобы было не до поощрений и звучало только: «если бы ты старался /старалась»). Иногда хулиганит и грубит.

Самая тяжелая форма привлечения внимания – это, конечно, асоциальное поведение за рамками закона и улыбка «козла отпущения» в зале суда. Ее часто воспринимают как проявление жестокости и наглости, а на деле это во многом сосущая пустота и одиночество, с которыми с детства привык жить этот человек, нашедший для себя вот такой страшный способ быть видимым.

Роль козла отпущения – именно из-за того, что требует некоторой стойкости под градом обвинений и выговоров, – становится как бы ролью антигероя. Помните у Гайдара в «Тимуре и его команде» противостояние Тимур – Квакин? Абсолютный «герой семьи» Тимур – ответственный, любящий, красивый и т.п. И абсолютный хулиган Квакин – наглый, расстрепанный, не желающий делать ничего хорошего и не принимающий ни похвалы, ни доброты.

Заглянув без предубеждения во многие семьи, мы обнаружим эту пару, возможно, иногда в смягченном варианте: например, отличница и умница старшая сестра – и бездельник, всех достающий младший брат. Папа: в школе золотая медаль, в институте красный диплом, сложная и престижная работа, все на его плечах, – а сын учится еле-еле, грубит и в школе, и домашним, огрызается, но зато «тусуется». Примеры можно приводить бесконечно, но роднит ситуации одно: мы попали в ловушку – ребенок привык получать негатив и умеет его из нас доставать, а мы послушно реагируем на его запрос. Ругаем, иногда бьем, по-всякому уничижаем, то есть даем ему все то, чего он добивается и от чего не умеет отказаться.

### Отпустить или привлечь?

«Козла отпущения» надо постепенно приучать к позитиву, к похвале, одобрению и заботе. И делать это медленно, ни в коем случае не хвалить за несделанное, поскольку этот человек очень тонко чувствует ложь, крайне недоверчив и всегда готов сорвать ситуацию, чтобы добиться негатива. Хвалить можно только за пусть маленькую, но реальную победу. Не за желаемые качества, а за реально существующую черту характера.

Например: «ты же сильный!», ни в коем случае не добавляя: «вот если бы ты эту силу с умом тратил!». А просто констатировать: это в тебе есть. Ему надо научиться брать человеческое тепло, заботу и признание. А это для него очень тяжелая работа.

Да и только ли для него?

.....  
*\*В следующий раз мы поговорим о том, почему потерялся «Потерянный ребенок».*