

Д-р Брус Пери и Мая Салавиц

**МОМЧЕТО, КОЕТО БЕШЕ ОТГЛЕДАНО
КАТО КУЧЕ
И ДРУГИ ИСТОРИИ ОТ БЕЛЕЖНИКА
НА ДЕТСКИЯ ПСИХИАТЪР**

София, 2019

Нито издателят, нито авторите са ангажирани с предоставянето на професионални съвети или услуги за отделния читател. Концепциите, практиките и предложенията в тази книга не са предназначени и нямат за цел да заместят консултациите с лекар. Всички въпроси, свързани със здравето, изискват медицинско наблюдение. Нито издателят, нито авторът биха били отговорни за каквато и да е загуба или вреда, произтичаща от информация или предложение в тази книга.

Преводът е направен по изданието:

Bruce D. Perry, M.D., Ph.D. and Maia Szalavitz

The Boy Who Was Raised as a Dog

And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook

WHAT TRAUMATIZED CHILDREN CAN TEACH US

ABOUT LOSS, LOVE, AND HEALING

This edition published by arrangement with Basic Books, an imprint of Perseus Books, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group, Inc., New York, NY, USA.

All rights reserved

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на „Изток-Запад“.

Copyright © 2006 by Bruce D. Perry and Maia Szalavitz

© Людмила Андреева, превод, 2019

© Издателство „Изток-Запад“, 2019

ISBN 978-619-01-0390-5

Д-р БРУС ПЕРИ и МАЯ САЛАВИЦ

МОМЧЕТО, КОЕТО
БЕШЕ ОТГЛЕДАНО
КАТО КУЧЕ

И ДРУГИ ИСТОРИИ ОТ
БЕЛЕЖНИКА НА ДЕТСКИЯ
ПСИХИАТЪР

Превод от английски
Людмила Андреева



Брус Пери:

На моя клан: Барбара, Джей, Емили, Мади,
Елизабет, Кейти, Марта и Роби
В памет на Арлис Дайкима Пери (1955–1974)

Мая Салавиц:

На майка ми – Нора Стафанел

СЪДЪРЖАНИЕ

БЕЛЕЖКА НА АВТОРИТЕ.....	7
ВЪВЕДЕНИЕ.....	9
ГЛАВА 1 СВЕТЪТ НА ТИНА.....	15
ГЛАВА 2 ЗА ТВОЕ ДОБРО	35
ГЛАВА 3 СЪБАБА КЪМ РАЯ.....	57
ГЛАВА 4 ГЛАД ЗА ДОКОСВАНЕ.....	77
ГЛАВА 5 НАЙ-СТУДЕНТО СЪРЦЕ	93
ГЛАВА 6 МОМЧЕТО, КОЕТО БЕШЕ ОТГЛЕДАНО КАТО КУЧЕ.....	115
ГЛАВА 7 САТАНИНСКА ПАНИКА.....	141
ГЛАВА 8 ГАРВАНЪТ	161
ГЛАВА 9 „МАМА ЛЪЖЕ. МАМА МЕ НАРАНЯВА. МОЛЯ ВИ, ОБАДЕТЕ СЕ НА ПОЛИЦИЯТА“	181
ГЛАВА 10 ДОБРОТАТА НА ДЕЦАТА.....	191
ГЛАВА 11 ИЗЦЕЛИТЕЛНИ ОБЩНОСТИ.....	205
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	219
БЛАГОДАРНОСТИ.....	225
БЕЛЕЖКИ	227
ПОКАЗАЛЕЦ	235

БЕЛЕЖКА НА АВТОРИТЕ

Историите в тази книга са съвсем истински, но за да се гарантира анонимността и да се защити личният живот на хората, променихме идентифициращите детайли. Имената на децата са променени, както и имената на някои от възрастните членове на техните семейства, ако тази информация би могла да разкрие кое е детето. Всички други имена на възрастни хора са истински, с изключение на посочените със звездичка. Въпреки направените промени, съществените елементи във всеки случай са съобщени колкото е възможно по-коректно. Например разговорите са представени така, както са запомнени и/или записани в бележки, на аудио- или видеозаписи.

Тъжната реалност е, че тези истории са само малка част от многото, които биха могли да се разкажат. През последните десет години нашата клинична група в Академията по детски травми е лекувала повече от сто деца, които са били свидетели на убийството на родител. Работили сме със стотици деца, които са претърпели тежко ранно пренебрегване в институции или в ръцете на родителите или настойниците си. Надяваме се, че силата и духът на децата, чиито истории разказваме в тази книга, и многото други, които са имали сходна съдба, ще проличат на следващите страници.

ВЪВЕДЕНИЕ

Днес е трудно да си го представим, но когато аз учех в медицинския университет в началото на 80-те години на XX век, изследователите не обръщаха особено внимание на трайните увреждания, които може да нанесе психичната травма. Още по-малко внимание се обръщаше на начина, по който травмата може да навреди на децата. Това не се смяташе за значимо, тъй като се вярваше, че децата са природно „издръжливи“ и имат вродена способност да „се възстановяват“.

Когато станах детски психиатър и невроучен, моят цел не беше да оборвам тази погрешна теория. Като млад учен обаче започнах да наблюдавам в лабораторията, че стресиращо преживяване – особено в много ранна възраст – може да промени мозъка на малките животни. Многобройни изследвания с животни показваха, че дори видимо маловажен стрес в бебешка възраст може да има устойчиво въздействие върху структурата и химията на мозъка, а следователно и върху поведението. Помислих си: защо същото да не важи и за хората?

Този въпрос стана още по-очевиден за мен, когато започнах клиничната си работа с деца с проблеми. Скоро установих, че огромното мнозинство от моите пациенти водят живот, пълен с хаос, пренебрегване и/или насилие. Ясно беше, че тези деца не се възстановяват – иначе те нямаше да бъдат доведени в Детската психиатрична клиника! Бяха претърпели травма – например са били изнасилени или са станали свидетели на убийство, – която би накарала повечето психиатри да обмислят диагнозата посттравматично стресово разстройство (ПТСР), ако това бяха хора в зряла възраст с психиатрични проблеми. Въпреки това тези деца се лекуваха така, сякаш тяхната история на травмата няма значение, а те по някаква случайност са развили симптоми, например депресия или проблеми с вниманието, които често изискват лечение с медикаменти.

Разбира се, диагнозата ПТСР беше въведена в психиатрията чак през 1980 г. Първоначално се разглеждаше като нещо рядко – разстройство, засягащо само малцина войници, които са били опустошени от бойните преживявания. Скоро обаче симптоми от същия тип – натрапчиви мисли за травми-

ращото събитие, ярки спомени, нарушен сън, чувство за нереалност, засилено стряскане, крайна тревожност – започнаха да се описват и при оцелели от изнасилване, жертви на природни катастрофи и хора, които са преживели или са били свидетели на животозастрашаващи инциденти или наранявания. Днес се смята¹, че разстройството засяга поне 7% от всички американци, и повечето хора са наясно, че травмата може да има дълбоки и трайни ефекти. След ужасите през последното десетилетие^A – от терористичните атаки на 11 септември 2001 г. до последиците от урагана „Катрина“ – осъзнаваме, че катастрофалните събития могат да оставят неизличими белези върху психиката. Днес знаем – както в крайна сметка показват моите изследвания и проучванията на толкова много други специалисти, – че въздействието върху децата в действителност е много по-силно, отколкото върху хората в зряла възраст.

Посветих живота си на това да разбера как травмата влияе върху децата, и да разработя новаторски начини за оказване на помощ, за да се справят с нея. Лекувал съм и съм изследвал деца, изправени пред някои от най-ужасяващите преживявания, които можем да си представим: от оцелели жертви на опожаряването на сектата „Клонка Давидова“ в Уако, Тексас, до пренебрегвани сираци от Източна Европа и оцелели от геноцид. Освен това съм помагал на съдилища да се ориентират в последиците от погрешно насоченото съдебно преследване на „сатанинското ритуално малтретиране“, основано на принудителни обвинения от измъчвани, ужасени деца. Правех всичко възможно, за да помагам на деца, които са били свидетели на убийството на родител, и на тези, които са прекарвали години оковани във вериги или заключени в килери.

Макар че повечето деца никога няма да преживеят нещо толкова ужасно като онова, което доста от моите пациенти са претърпели, много рядко се срещат деца, които се разминават с травмата. Според консервативни оценки около 40% от американските деца ще имат поне едно потенциално травмиращо преживяване, преди да навършат 18-годишна възраст²: това включва смъртта на родител или брат/сестра, продължаващо физическо малтретиране и/или пренебрегване, сексуално малтретиране или преживяване на сериозен инцидент, природна катастрофа, домашно насилие или друго престъпление, свързано с насилие. Само през 2004 г. според оценките три милиона официални доклада за малтретиране или пренебрегване на деца са били заведени в държавните агенции за закрила на децата; около 872 000 от тези случаи са потвърдени³. Разбира се, истинският брой на малтретираните и пренебрегваните деца е много по-голям, защото повечето случаи никога не се докладват, а някои действителни случаи не могат да се потвърдят в достатъчна степен, за да се предприемат официални действия. В едно голямо проучване приблизително едно на осем деца под 17-годишна възраст съобщава за някаква форма на сериозно

^A Книгата е публикувана в САЩ през 2006 г. – Б.р.

малтретиране от възрастен през предходната година⁴, а около 27% от жените и 16% от мъжете в зряла възраст заявяват, че са били сексуално насилвани като деца⁵. В национално проучване, проведено през 1995 г., 6% от майките и 3% от бащите дори признават, че физически са малтретирали децата си поне веднъж⁶.

Нещо повече: смята се, че до 10 милиона американски деца са подложени на домашно насилие всяка година⁷, а 4% от децата в САЩ на възраст под 15 години всяка година преживяват смъртта на свой родител⁸. Освен това всяка година около 800 000 деца прекарват време в приемно семейство, а милиони други са жертва на природни катаклизми и пътнотранспортни произшествия с тежки последици⁹.

Макар да нямам намерение да внушавам, че всички тези деца ще бъдат тежко увредени от подобни преживявания, и най-умерените оценки показват, че в даден момент повече от 8 милиона американски деца страдат от сериозни психични проблеми, които са свързани с травма и подлежат на диагностициране¹⁰. Други милиони преживяват не толкова сериозни, но въпреки това дистресиращи последици.

Приблизително една трета от малтретираните деца¹¹ имат ясни психични проблеми, а изследванията продължават да показват, че е по-вероятно дори привидно чисто соматични проблеми, като сърдечносъдови болести, затлъстяване и рак, да засегнат травмираните деца по-късно в живота им. Поведението на възрастните спрямо децата по време на и след травмиращите събития може да има огромно значение за евентуалните последици – както в положителна, така и в отрицателна посока.

Дългогодишните проучвания в моята лаборатория и изследванията на много други специалисти значително обогатиха разбиранията за причините за травмата при децата, както и за начините, по които можем да им помогнем да се излекуват. През 1996 г. основах Академията за детски травми (The Child Trauma Academy) – интердисциплинарна група от професионалисти, отдадени на подобряването на живота на децата в риск и техните семейства. Продължаваме нашата клинична работа и все още има още много да учим, но основната ни цел е да запознаваме другите с терапии, основани на най-добрите съвременни познания. Обучаваме хора, които работят с деца, независимо дали са родители или прокурори, полицаи или съдии, социални работници, лекари или политици, за да са запознати с най-ефективните начини за свеждане на въздействието на травмата до минимум, както и за максимално възстановяване. Консултираме държавни агенции и други групи, за да им помогнем да прилагат най-добрите практики за справяне с тези проблеми. Моите колеги и аз пътуваме много по света, за да говорим с родители, лекари, педагози, социални работници в агенции за закрила на децата и полицаи, както и със заинтересовани на високо ниво в законодателни институции или комисии и загрижени корпоративни лидери. Написването на тази книга е част от нашите усилия.

В „Момчето, което беше отгледано като куче“, ще се срещнете с някои от децата, които ми дадоха най-важните уроци за това как травмата въздейства върху младите хора. Ще научите какво ние – техните родители и настойници, техните лекари, тяхното правителство – можем да направим за тях, ако искаме те да водят пълноценен живот. Ще видите как травмиращото събитие бележи децата, как въздейства върху тяхната личност и върху способността им за физическо и емоционално израстване. Ще се срещнете с първата ми пациентка Тина, чийто опит с малтретирането ми показва как травмата се отразява върху мозъка на детето. Ще се срещнете със смелото момиченце Санди, което на три години е трябвало да бъде включено в програма за защита на свидетели и което ме научи, че е важно на детето да се позволи да контролира някои аспекти на собствената си терапия. Ще се срещнете с изумително момче на име Джъстин, което ми показва как децата могат да се възстановяват от неописуеми лишения. Всяко дете, с което съм работил – децата от „Клонка Давидова“, които се утешаваха с грижи един за друг; Лора, чието тяло не порасна, докато тя не се почувства в безопасност и обичана; Питър – руско сираче, чиито съученици в първи клас станаха негови „терапевти“, – помогна на мен и на моите колеги да открием мястото на ново парче от пъзела, позволявайки ни да развием нашата терапия за травмирани деца и техните семейства.

Нашата работа ни въвежда в живота на хората, когато те са най-отчаяни, сами, тъжни, уплашени и наранени, но в по-голямата си част историите, които ще прочетете тук, са истории за успех – истории за надежда, оцеляване и триумф. Изненадващото е, че често когато бродим из емоционалните опустошения, оставени от най-лошата част от човечеството, откриваме и най-добрите му представители.

В крайна сметка това, което определя как децата ще оцелеят от травмата физически, емоционално или психически, е дали хората около тях и особено възрастните, на които те трябва да могат да вярват и да разчитат, ги подкрепят с любов и ги насърчават. Огънят може да топли или да изгаря, водата може да утолява жаждата или да дави, вятърът може да милва или да пронизва тялото. Така е и с човешките взаимоотношения: можем както да създаваме, така и да рушим, да подхранваме и да тероризираме, да травмираме и да се изцеляваме взаимно.

В тази книга ще прочетете за забележителни деца, чиито истории могат да ни помогнат по-добре да разберем природата и силата на човешките взаимоотношения. Макар че много от тези момчета и момичета са имали преживявания, които са доста по-крайни, отколкото в повечето семейства (и слава богу), техните истории съдържат уроци за всички родители, които могат да помогнат на своите деца да се справят с неизбежния стрес и напрежение в живота.

Работата с травмирани и малтретиранни деца ме накара да се замисля повече за природата на човечеството и за разликата между човешко същество и човеч-

ност. Не всички хора са човечни. Човешкото същество трябва да се научи как да стане човечно. Този процес – и как понякога той може ужасно да се обърка – е още един от аспектите на тази книга. В историите, представени тук, се изследват условията, които са необходими за развитието на емпатия, и тези, които могат вместо това да предизвикат жестокост и безразличие. Историите разкриват как мозъкът на децата се развива и оформя от хората около тях. Освен това разкриват как невежеството, бедността, насилието, сексуалното малтретиране, липсата на ред и пренебрегването могат да предизвикват хаос у оформящия се мозък и зараждащата се личност.

Отдавна се интересувам от човешкото развитие и особено искам да разбера защо някои хора, израствайки, стават продуктивни, отговорни и мили човешки същества, докато други реагират на малтретирането, като го причиняват на околните. Моята работа ми разкри много за нравственото развитие, за корените на зло и как генетичните фактори и влиянието на средата могат да доведат до критично важни решения, които на свой ред влияят върху избора по-късно и в крайна сметка върху това какви ще станем. Не вярвам в „извинението с малтретиране“ за насилническо или причиняващо страдания поведение, но съм установил, че има сложни взаимодействия в най-ранното детство, които влияят върху способността ни да си представяме различни варианти за избор и по-късно може да ограничават способността ни да вземаме най-добрите решения.

Моята работа ме отведе до пресечната точка на психиката и мозъка – там, където правим избор и се влияем от другите, което определя дали ще станем човечни и истински хора. В „Момчето, което беше отгледано като куче“ споделям какво съм научил. Въпреки своята болка и страх, децата в тази книга – и много други деца като тях – показаха голяма смелост и човечност и ми дават надежда. От тях съм научил много за загубата, любовта и изцеляването.

Основните уроци, които тези деца ми дадоха, са важни за всички нас, защото, за да разберем травмата, трябва да разберем паметта. За да разберем как децата оздравяват, трябва да разберем как се научават да обичат, как се справят с предизвикателствата, как им влияе стресът. А като осъзнаем разрушителното въздействие, което насилието и опасностите могат да имат върху способността ни да обичаме и да работим, можем по-добре да разберем себе си и да се грижим за своите близки, познати и особено за децата.