

Красота – дело поправимое. Подросток смотрит в зеркало...

Как ваш ребенок к себе относится? Принимает себя, отвергает? В какой-то момент до родителей доходит, что это куда важнее, чем двойка по алгебре.

ПОЧЕМУ Я НЕКРАСИВАЯ?

В один прекрасный день дочка ошарашивает маму этим вопросом. То-то ходила последнее время сама не своя, как ни посмотришь – глаза на мокром месте. "Мама, – с рыданием в голосе, – ну скажи, почему я такая некрасивая?!"

Мама пугается, она думает, дочку кто-то обидел. "Кто тебе это сказал?" – допытывается мама. Но выясняется, что никто ничего не говорил. Не обижал. Не обзывался. Дочь сама сделала это открытие – в зеркале.

Как разубедить ее? Доводы близких не аргумент – понятно, что для мамы-папы-бабушки-дедушки она милее всех на свете. Можно, конечно, утешить дочь извечным "не родись красивой, а родись счастливой". Но положила руку на сердце: не за одну же прекрасную душу и золотой характер любит мужчина женщину. А нынче, при бешеной рекламе стандартной, клишированной красоты, старая мудрость для подростка и вовсе архаизм. Как же быть? С дочкой можно отчасти согласиться. Посмотреть на нее внимательно и сказать: "Да, эта стрижка тебя портит, давай сходим в хорошую парикмахерскую". Или разориться на дорогую кофточку под цвет дочкиных глаз. Или на дорогой крем против веснушек, если они ее не радуют. Главное, довести до ее сознания: если тебе не нравится что-то в твоей внешности, давай исправим недостаток. Пусть девочка займется выведением веснушек, вместе того чтобы каждый раз, глядя в зеркало, ненавидеть себя.

ПЛОХАЯ ШУТКА

"В кого же у нас такой нос? " – недоумевают бабушки и тетушки, открывают семейный альбом и начинают сравнивать носы до седьмого колена. Ребенок усваивает с детства : у него нос. Какой-то не такой, вызывающий всеобщее удивление. Или уши, как пропеллеры. Или горб, как у Конька Горбунка. Родителям почему-то кажется, что ребенок застыл в развитии, что он всегда маленький и над ним можно беззлобно подшучивать: "Ну, Леночка своим носом нам все грядки вскопает!"... Или: "Сейчас наш Витя спланирует с этой горки на ухах". Родителей удивляет, почему ребенок не смеется вместе с ними; им и в голову не приходит, что он обижен и пристыжен, и чем дальше, тем больше.

Папа с мамой дают своему "маленькому" шуточные и ласковые прозвища: Бегемотик, Мальчик с Пальчик, Какаду, Мартышечка... А потом мама застывает в изумлении, увидев, как тринадцатилетняя дочь в отчаянии наклоняется над газовой горелкой – брови, ресницы и волосы сожжены, а усики над верхней губой так и остались целыми и невредимыми! Вместо того чтобы дразнить дочку мартышкой, давно бы отвести ее на эпиляцию, а Бегемотика отдать в спортивную секцию. И пристроить туда же сутулого застенчивого мальчика и неуклюжую толстую девочку. И никогда, ни при

каких обстоятельствах, не акцентировать внимания на природном недостатке!

Если мама красавица, а дочь – так себе, это особая беда. Редкая мама может скрыть свое разочарование, а то и раздражение: ну и гадкого же утенка она родила. Изливается мамина досада в бесконечных "Выпрями спину!", "Как ты идешь!", "Не маши руками! Папа, как правило, ничего не замечает. Он простодушно обожает дочку, не выставляя ей оценок на конкурсе красоты. Зачем? Все равно нет на свете никого милее его девочки.

АНГЕЛЬСКОЕ ДИТЯ

Ребенком с детства только восхищались: "Какая красавица", "Вылитый ангел!" Девочку захвалили за природный, с неба свалившийся дар, и она решила, что не только краше, но и лучше других. Сознание превосходства год от года растет, но реальных причин, кроме яркой внешности, для этого как не было, так и нет. Да и откуда им взяться, если "я на свете всех милее, всех румяней и белее"?

Ее не слишком ругают за сплошные тройки: "Ну, с такой красотой она нигде не пропадет". И красавица решает, что ей совсем не обязательно пылесосить и варить овощи для винегрета. К мальчику снисходительны даже учителя (учительницы!) – он ведь такой обаятельный, рука не поворачивается поставить ему двойку... И мальчик все школьные годы валяет дурака. Между тем забалованных и захваленных детей может ожидать драма. Девочка, убежденная, что ее все любят, неизбежно столкнется с тем, что красотой восхищаются, а любят совсем за другое, чего в ней нет. Мальчик, к которому все проявляли снисхождение, обнаружит, что он ничему толком не выучился, ничего не достиг, а для мужчины красивая внешность равным счетом ничего не значит.

КИЛОГРАММ КОСМЕТИКИ

Это проблема чисто девчоночья. Мальчик может разве что перекрасить волосы, постричься наголо, сделать тату. Дочки же нынче начинают краситься с пеленок. Явление это массовое, противостоять ему трудно, тем более что телереклама показывает просто чудесные превращения – бесцветной простушки почти что в Мадонну. В семье "с правилами" девочка не посмеет рисовать лицо дома, но это не значит, что она не пристроит зеркальце с косметичкой на подоконнике в подъезде...

После боя, начатого лет в тринадцать, который родители обычно проигрывают, они машут рукой: пусть красится. Некоторые не очень большие девочки в этом искусстве давно превзошли мам: красятся неярко, с отменным вкусом. Что делать? Оставить их в покое, напоминая время от времени, что кожа нуждается не только в декоративной, но и в лечебной косметике.

Но другие наводят на себя просто цирковой макияж. Страшно представить, что дочь идет по улице в таком виде... Но если у мамы не получается убедить девочку самой, можно прибегнуть к чужой помощи. Пусть специалист по декоративной косметике скажет то же самое, что и вы, – что это смешно, пошло и некрасиво. Его слова дочь наверняка услышит. Не стоит жалеть

денег и времени, чтобы устроить встречу дочери с таким сведущим человеком – ведь от того, как выглядит девочка в пятнадцать лет, зависит, каким мальчикам она понравится, в какую компанию ее позовут, каких подруг и друзей "по образу и подобию" она обретет.

Для нас внешность не визитная карточка. Мы взрослые, умеем худо-бедно различать в чертах, в манере держаться суть человека, улавливаем во внешнем облике характер. Наши дети в этом отношении слепы: они видят только то, что надето, нарисовано, раскрашено. Можно объяснить дочке (и сыну, если он склонен рядиться как петух), что с таким макияжем она прельстит только совершенно примитивных парней, что ее запросто можно принять за девочку по вызову. Слово ужасное – дочка наверняка обидится и не согласится. Зато обида заставит ее призадуматься.

А если шестнадцатилетняя дочь, просидев перед сном больше часа за туалетным столиком, ложится в полной боевой раскраске? Ну что тут поделаешь – ей и во сне хочется быть красивой... Пройдет.

НАСТЕННЫЕ КУМИРЫ

Комната подростка обычно сплошь завешана портретами абсолютных чемпионов мира, модных певцов, футболистов, теннисистов, гонщиков. У девочки рядом с Брэдом Питтом и Ричардом Гиром красуются топ-модели и небожительницы Голливуда. Если вы не знаете, что происходит в душе вашего ребенка, посмотрите на стены в его комнате. Там не просто глянцевые картинки – абы какой певец, спортсмен или актриса. Это крик невыросшей души: "Хочу быть таким же!" И не думайте, что если ваша дочь читает Кафку и Булгакова, ей не хочется быть самой банальной, на ваш взгляд, красоткой с подиума, что она не плачет ночами в подушку от того, что не родилась Синди Кроуфорд.

Подражание любимому спортсмену – это замечательно и обрадует любых родителей. Пусть ребенок занимается боксом, лыжами, плаванием. Если Мальчик с Пальчик по два часа в день висит на турнике, чтобы вырасти; это отлично. Если девочка, чтобы приобрести классические размеры модели, занимается перед телеэкраном аэробикой, – это тоже отлично.

Но девочка, считающая себя толстой, может не только сесть на диету, а с юношеским максимализмом вообще перестать есть, тайком выбрасывая мамин обед. Мальчик, мечтающий стать большим и сильным, ваш трогательный, домашний ребенок вполне способен прибиться к плохой компании, где его маленький рост компенсируется "подвигами", в которых он участвует наравне со всеми.

Активное подражание идеалу подчас принимает донельзя ливые формы. С этим нельзя мириться, но и разбивать кумиров вдребезги, отзываться о них пренебрежительно нет смысла. Вам непонятно, как можно боготворить какого-то безголосого эстрадного кривляку. То ли дело ваша бабушка – с ума сходила по Лемешеву: его портрет до самой смерти висел над ее кроватью... Но ведь это почти то же самое. Другое время – другие имена, другие кумиры. Надо хотя бы узнать, кто они такие, эти кумиры, и поговорить с подростком на жгуче интересную для него тему. Вполне вероятно, вы расскажете ему

что-то новенькое, интересное, и ваше взрослеющее дитя исполнится к вам прежним, детским доверием. Тогда можно потихоньку начинать войну с идолопоклонством, потому что, как ни кинь, современные идолы не слишком подходят на роль богов, а их выверенные по миллиметрам параметры способны поселить в вашем ребенке лишь неизлечимые комплексы.

ЧТОБЫ НЕ БЫЛО БЕДЫ

На почве недовольства своей внешностью может развиваться не просто комплекс, а нервное заболевание. Дисморфофобия в переводе с греческого буквально означает – навязчивый страх телесной деформации. Возраст этого нервного расстройства определяется четкими границами: тринадцать-двадцать лет. Вероятность, что этой болезнью заболеет маленький ребенок или взрослый, практически равна нулю. Это чисто подростковый синдром. Он может перейти в дисморфоманию, расстройство куда более серьезное – когда убежденность в своем стве приобретает бредовый характер. Особенно остры и плохо поддаются коррекции случаи, когда подростка приводит в отчаяние самая правильная и красивая часть тела. Хирурги-пластики сталкиваются с тем, что к ним на прием мать приводит дочку, которая по всем канонам – настоящая красавица. И мать это знает, и все это видят – идеальный профиль, идеальный фас, сказочная фигура, при всем желании придраться не к чему... Сначала родным казалось, что девочка прикидывается, кокетничает, но когда кокетство приобрело формы глубокой депрессии, ничего не осталось, как пойти за спасением – сначала к психиатру, а потом к хирургу-пластику. Мнение специалиста может снять навязчивую идею, но отнюдь не всегда. Подчас врач вынужден пойти на компромисс, договорившись с родителями, что будто бы сделает операцию, будто бы слегка изменит форму носа или разрез глаз.

А вот случай "ужасно" длинного носа, планирующих ушей, любого яркого телесного недостатка легко поддается коррекции: пластическая хирургия в два счета снимает дисморфофобию. Правда, скорее всего придется перевести сына или дочь в другую школу: переделанный идеальный носик может стать не меньшим поводом для насмешек, чем бывший – длинный и ливый. Опасно и недальновидно считать, что недовольство подростка своей внешностью – ерунда и придурь. Главное – прилично учиться, остальное приложится. Внешний мир с его фетишами, символами, ярлыками довольно равнодушен, даже жесток, а ведь выросшему под вашим крылом ребенку надо в него вписаться. Грубо говоря, он должен "соответствовать". Нельзя позволить дочке или сыну считать себя недостойными этого мира. И, конечно, нелепо требовать от вчерашнего ребенка духовных высот – когда тебе безразлично, что о тебе подумают, понравилась ты кому-то или нет. Слова о нравственных ценностях, конечно, правильные, но они не коснутся слуха подростка, если он занят совершенно другими вещами. Мамам не грех вспомнить, как сами они лет в пятнадцать ненавидели свое отражение, как еле-еле пережили этот период, пока не привыкли к своей внешности и не

смирились с нею. Сегодня-то совсем нетрудно помочь дочке или сыну подкорректировать себя. И порадоваться вместе с нею (с ним): "Смотри, как славно все получилось! Совсем другое дело!"