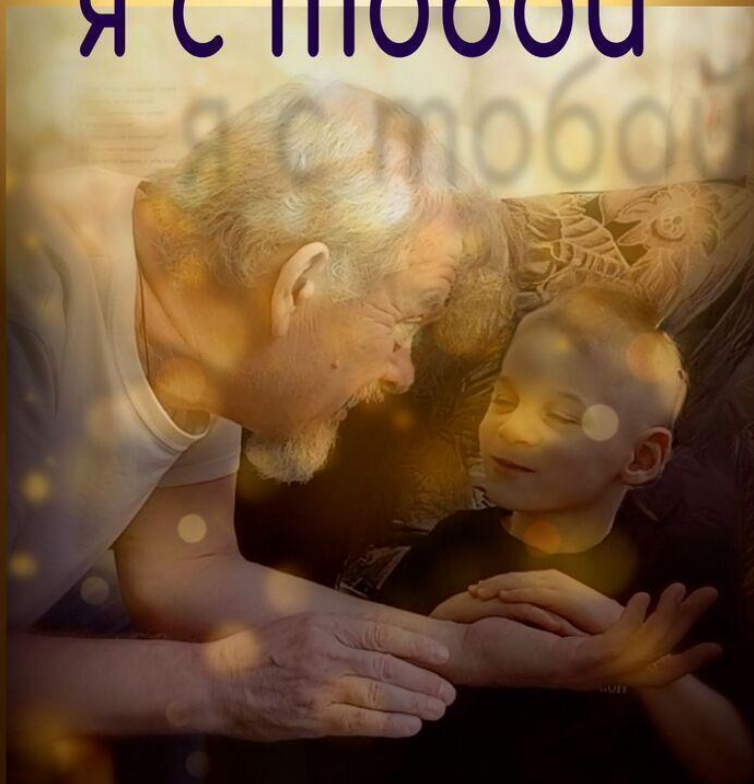


12+

Н. Мякина

Потому что я с тобой



Наталья Мякина

Потому что я с тобой

<https://litres.ru/74257427>

ISBN 9785007036276

Аннотация

Перед вами необычная психологическая повесть о нашем современнике — замечательном детском психологе, который работает с детьми-инвалидами и детьми, имеющими тяжёлые нарушения психического развития, преподаёт психологию в вузах. Главный герой разработал уникальную методику психотерапии детей, основанную на использовании материнского голоса.

Эта повесть — история о том, как чудесная помощь детского психолога стала дорогой к счастью для семьи, воспитывающей сложных детей.

Содержание

Предисловие автора	6
ЧАСТЬ 1. Я ВАМ ПЕСЕНКУ СПОЮ	8
Глава 1. Знакомство	8
Глава 2. Новая жизнь	14
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Потому что я с тобой

Наталья Мякина

© Наталья Мякина, 2026

ISBN 978-5-0070-3627-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Аннотация. Эта повесть — не биография, хотя она и знакомит читателя с нашим выдающимся современником — известным в России детским психологом и музыкантом. Владимир Николаевич Подосинов родился 28 января 1960 года, работать с детьми как психолог начал в 1986 году, заканчивая новосибирский государственный педагогический институт. В 1999 году молодой педагог окончил аспирантуру по специальности психология, потом стал специалистом в области управления образованием и коррекционной психологии. Главный герой книги — глубоко верующий православный христианин, воцерковлённый человек, работавший некоторое время в духовной семинарии. Сейчас он трудится в детских реабилитационных центрах, корректируя тяжёлые нарушения психического развития при помощи своей уникальной технологии — «материнской терапии». Эта терапия — работа одновременно с ребёнком и его матерью, улучше-

ние их взаимоотношений, раскрытие творческого потенциала матери и использование её голоса для психологической помощи ребёнку. И, конечно, Владимир Николаевич — автор научных исследований и статей по детской психологии, преподаватель психологии в вузах... И всё же эта книга далека от биографии. Она — взгляд «изнутри» и признание в любви. Здесь герои проживают отрезок жизни — небольшой, но расцвеченный целой гаммой чувств. Здесь между ними развиваются отношения, а их сердца наполняют глубокие переживания. Начав работу с семьёй, детский психолог оказывается в ролях дедушки, наставника, старшего друга, поэта, кумира, супергероя, целителя больной души. Протест и благодарность, отчаяние и надежда, тоска и радость, страдание и вдохновение, сменяя друг друга, приводят автора к личностному росту, истинному счастью и настоящей любви.

Предисловие автора

Мне кажется, многие согласятся с мыслью митрополита Сурожского Антония о том, что всякого человека Господь посылает в нашу жизнь для чего-то. Бывало ли в вашей жизни так, что один из таких людей на какое-то время вдруг, сам того не подозревая, незримо наполнял собой вашу жизнь и преображал её? Со мной такое бывало много раз, потому что я человек впечатлительный. В таких случаях я пытаюсь что-нибудь написать.

На этот раз я напишу об уникальном и, без сомнения, самом гениальном в мире детском психологе, которого зовут Владимир Николаевич Подосинов. Да, он живёт среди нас, работает в нескольких детских реабилитационных центрах со сложными детьми, является преподавателем психологии в вузах. И, хотя имена всех других героев повести изменены или сокращены, его имя здесь — настоящее, потому что иначе рассказ о нём потерял бы смысл — прикосновение к реальной жизни, рождающее вдохновение и радость.

В литературе есть традиция писать о людях, которые жили давно. Мы знаем серию книг «Жизнь замечательных людей». Биографии, мемуары, хроника мне кажутся интереснее и поучительнее художественного вымысла — просто потому, что в реальной жизни присутствовал и присутствует Сам Господь. Очень ценно, когда из воспоминаний друзей

и близких вырастает образ жившего когда-то человека. Однако ещё интереснее — жизнь наших гениальных современников — тех, кто восхищает нас сейчас. Это живая жизнь, при свете которой можно порадоваться, к которой можно прикоснуться непосредственно, и можно гордиться тем, что эта жизнь проходит рядом с нами, в нашем времени. Зачем ждать момента, когда эти возможности будут утрачены?

Что же касается согласия Владимира Николаевича на публикацию этой повести о нём — оно было выпрошено мной у него не без труда, под тем предлогом, что всё равно описанные здесь успехи — вовсе не его личные, а обусловленные Божьим промыслом, Божьей помощью и Его благодатью... Да, я заранее извиняюсь перед теми, кому эта повесть покажется излишне откровенной; прошу прощения и за то, что, возможно, слишком много сказала о себе лично. Так уж вышло.

ЧАСТЬ 1. Я ВАМ ПЕСЕНКУ СПОЮ

Глава 1. Знакомство

Я узнала Владимира Николаевича благодаря тому, что мои дети — два мальчика-дошкольника с отставанием в развитии стали посещать детский реабилитационный центр.

Уже первое знакомство с Владимиром Николаевичем было удивительным. Всё началось с того, что 28 января мне от него пришло сообщение, в котором он представился детским психологом, назвал своё имя и отчество и сообщил, что, по рекомендации педсовета, готов работать с моими детьми. И предложил созвониться после девяти часов вечера.

Я поблагодарила его, а тем временем в голове промелькнуло несколько противоположных мыслей. «Какой всё-таки замечательный этот детский реабилитационный центр! Сколько заботы о наших детях! Психолога им нашли... Правда, немного странное предложение созвониться именно в то время, когда детей нужно укладывать спать...». Взглянув на страницу этого психолога в мессенджере, я увидела, во-первых, доброе лицо с почти седыми волосами и бородой, а во-вторых — дату рождения 28 января. «Наверное,

дедушка с трудом управляется с мессенджерами и соцсетями. Наверное, сегодня только зарегистрировался, а вместо даты рождения по ошибке поставил сегодняшнюю дату», — подумала я.



К вечеру, закрутившись со своими гиперактивными мальчишками, я, конечно же, забыла про какого-то там психолога и своё обещание ему позвонить. Сыновья мои легли в кровати и ждали, когда я начну рассказывать им сказку на ночь. Но вот, я вижу сообщение от того самого психолога, и, хлопнув себя по лбу, приказав детям тихо лежать, бегу звонить ему в соседнюю комнату.

Спасибо моему дорогому супругу, он вовремя подменил меня в детской и стал читать сказку, избавив моего собеседника от оглушительных детских криков, топота и прочего шума в телефонной трубке.

То, что говорил мне по телефону мягкий, приятный баритон, казалось фантастикой и лежало далеко за пределами моего жизненного опыта. Кроме того, я с удивлением узнала, что у Владимира Николаевича действительно в этот день был день рождения, ему исполнилось шестьдесят шесть лет.

Рассказав о своих методах работы с детьми, об удивительных её результатах, он вдруг спросил: «Ваши дети ещё не спят?» Они, конечно, ещё не спали, и он попросил меня зайти в детскую и сказать мальчикам: «Вы знаете, от кого я вам хочу передать привет?». И, выдержав двухсекундную паузу, самой ответить: «От дедушки-беседушки! Скоро он к нам придёт и будет нам помогать». «Вот это прозвище, — улыбнулась я мысленно, — „дедушка-беседушка“! Крайне оригинально, и, главное, сразу формирует у ребёнка верное вос-

приятие детского психолога. Лучше не придумаешь».

Да, согласно данной мне инструкции, говорить нужно было весёлым, хитрым и загадочным голосом. И, конечно же, голосом ласковым, что для меня было вообще непривычно. Но я, кажется, выполнила всё точно. Дети отреагировали живым интересом, спросили, где он («дедушка-беседушка») живёт, когда мы к нему пойдём, и, в конце концов, заснули.

А тем временем меня уже поджидало присланное «дедушкой-беседушкой» «домашнее задание». Во-первых, список прилагательных с добрым, положительным значением, которые нужно было читать вслух, когда дети чем-то заняты (милосердный, благочестивый, благородный, добрый, честный, активный, внимательный, смелый, самостоятельный и т.п.). Во-вторых — список позитивно окрашенных коротких фраз-установок для правильного общения с детьми, и, наконец, подборка прекрасных классических музыкальных произведений, из которых я должна была выбрать те, которые особенно понравятся.

Меня окатило волной смешанных чувств. С одной стороны, столько доброты, столько любви к детям, столько позитивной энергии вдруг излилось в наш дом за эти полтора часа! А с другой стороны — как не соответствует этому моя повседневная жизнь с окриками, руганью, ленью, усталостью! Как могу я, в таком состоянии, говорить эти слова, слушать эту прекрасную музыку!

Так закончился этот странный день, 28 января. Эту дату

теперь трудно забыть, потому что это день рождения нашего лучшего друга.

Глава 2. Новая жизнь

А что же было дальше?

До первой встречи с Владимиром Николаевичем мы со звонились ещё пару раз, перед укладыванием детей спать. Каждый раз он передавал каждому из детей «привет от дедушки-беседушки» — кому большой, кому красивый, кому умный, кому вкусный. Детей это очень веселило и интриговало. Утром, отправляя старшего в сад, и вечером, забирая его из сада, я всё тем же загадочным голосом говорила, что уже через столько-то дней мы поедем к «дедушке-беседушке». На второй день дети уже сами, просыпаясь, сразу спрашивали: «Куда мы сегодня идём? К дедушке-беседушке?». Отвечать «нет» было нельзя, а нужно было говорить: «к дедушке-беседушке через два дня мы идём». Очень трудно было дошкольнику понять, как это, когда это — через два дня. Старший спрашивал: «это значит, я посплю, потом проснусь, и мы поедем?».

Меня удивила такая длительная подготовка к первому занятию. Это как в Церкви. Мы ведь в Церкви очень долго начинаем ждать Рождества, Великого поста, Входа Господня в Иерусалим, Пасхи. За много дней в храмах поются подготовительные песнопения, так что начинаешь ждать событие издалека, чтобы не пролететь мимо него, а его прожить. К слову, я обратила внимание, что в разговоре наш

детский психолог регулярно использует фразы «спаси, Господи», «помоги, Господи», «с Богом!» и прочую специфически «православную» лексику. Вот это да... Господи, разве мы заслуживаем такого счастья, что с нами будет работать православный психолог?!

Однако, утром того дня, когда нужно было впервые ехать в реабилитационный центр к Владимиру Николаевичу, я крайне плохо себя чувствовала: меня морозило и клонило в сон. Мелькнула мысль: «Какая чушь, какой бред всё это! Какой-то сентиментальный старик свалился на мою голову! Наверное, я с трудом буду его выносить». Кое-как собравшись, мы со старшим сыном Павликом поехали, а я по-прежнему так хотела спать, что всю дорогу спала в автобусе и, кажется, даже шла по улице с закрытыми глазами.

В гостиную реабилитационного центра, где мы ждали начала занятий, бодрым шагом вошёл высокий крепкий человек в голубых джинсах. Его белая футболка с изображением ангела и надписью «Святитель Лука» гармонировала с сединой красиво уложенных коротких волос и аккуратной бородки. «Батюшки! Мне бы столько энергии...» — мысленно позавидовала я. Это и был Владимир Николаевич. Он поздоровался с моим сыном за руку. «Дедушка-беседушка!!!» — завопил Павлик, не помня себя от радости.



В кабинете психолога из колонок лилась спокойная музыка. Владимир Николаевич и Павлик особым образом играли с маленькими пластиковыми шариками и деревянными ложками, играли на фортепиано, при этом импровизируя и

сочиняя песенки про то, что видели на картинках, играли в ладушки. Владимир Николаевич сыграл сыну на баяне и на маленькой гармошке, на которой потом дал поиграть и ему. Периодически он говорил мальчику: «Слушай, смотри, думай, запоминай, повторяй, играй!» и при этом требовал, чтобы я повторяла эти слова за ним, словно эхо. Он выразительно удивлялся и восхищался всем, что делает и рассказывает сын, хвалил его. Однако при этом он не «сюсюкал», как говорят, а общался спокойно, иногда строго, иногда ласково, но в целом довольно сдержанно. Под конец он усадил нас в кресла и под прекрасную нежную музыку велел сказать друг другу добрые слова. Он предварительно проговорил эти слова от своего имени, глядя по очереди каждому из нас в глаза своими серьёзными и добрыми серыми глазами.

После этого занятия я, кажется, проснулась... надолго! Через несколько часов я привезла на точно такое же занятие второго сына Серёжу, но теперь не только ребёнок был другой — я сама была уже немного другая.

Дело в том, что для меня любить детей было невероятно трудной задачей. То, что у других мам получается как бы само собой, для меня было почему-то сверхъестественным. До появления у меня детей я легкомысленно думала, что люблю детей *вообще*. А после оказалось, что в присутствии детей я страшно чёрствый, эгоистичный, неуравновешенный, раздражительный, эмоционально незрелый и психологически некомпетентный человек. Я даже утвердилась в мысли:

бедные мои дети! Лучше бы они росли в детском доме, чем с такой матерью — я ничего им не даю, только наношу вред их психике. Мне пришлось принимать антидепрессанты, чтобы детей не травмировать своей резкостью.



А на занятиях с детским психологом я должна была по-

стоянно ласково хвалить каждого из своих сыновей, восхищаться ими. Во время выполнения творческих заданий, собирания конструктора, досочек Сегена и кубиков нужно было проговаривать ребёнку особые фразы, исполненные любви и поддержки. Например, такие:

«Делай внимательно, не спеши!»

«У тебя всё получается правильно!»

«Ты выполнил задание, у тебя получилось, я рада за тебя!»

А уж сколько раз это «я рада за тебя!» приходилось говорить на занятии! Попробуй только вовремя не скажи этих слов, и укоризненного взгляда детского психолога не избежать! Так что дома эти слова стали звучать уже на автомате.

Ещё на занятиях приходилось петь особые, сочинённые Владимиром Николаевичем, слоговые песенки, оканчивающиеся фразой с именем ребёнка, например: «Павлик, Павлик, Пашенька, сыночек дорогой!», «Серёженька, Серёженька, сыночек дорогой!».

Приходилось под возвышенную музыку читать прилагательные, описывающие лучшие человеческие качества. Приходилось вслух, в присутствии психолога, признаваться в любви своему ребёнку, преодолевая смущение и приучая себя к этим словам. Приходилось читать наизусть и с листа стихи лучших русских поэтов. И при всяком удобном случае

нужно было повторять связку «два местоимения и один глагол»: я смотрю, и ты смотри; я думаю, и ты думай; я рисую, и ты рисуй; я сижу, и ты сиди; я терплю, и ты терпи; я работаю, и ты трудись, и т. д. А потом, примерно через месяц, нужно было местоимения менять местами: ты думаешь, и я думаю, и т. д. И можно было использовать не только глаголы, но и наречия, например: тебе хорошо, и мне хорошо!



Поначалу мне казалось это неестественным и вообще неприменимым, но постепенно я присмотрелась к этому приёму и стала потихоньку его использовать.

Как-то раз мы подвозили Владимира Николаевича до станции. Сидя на переднем сиденье, он сказал одиноко сидящему на заднем сиденье Серёже: «Я сижу, и ты сидишь; я еду, и ты едешь», и тут же тихонько для меня прокомментировал этот приём: от таких слов ребёнок не чувствует себя брошенным, ощущает единство с родителем, понимает, что они вместе. И я вспомнила где-то раньше вычитанную идею: это даёт ему чувство безопасности, высвобождая энергию для развития.

А через некоторое время, читая Евангелие от Иоанна, я вдруг обнаружила, что и там встречается подобная фраза, содержащая связку «два местоимения и один глагол», причём касается она Отца и Сына: «Иисус же говорил им: Отец Мой доныне делает, и Я делаю» (Ин. 5:17).

Я поняла, что эта идея имеет глубокий богословский смысл. Дальше в той же главе этот смысл раскрывается:

5.19 На это Иисус сказал: истинно, истинно говорю вам: Сын ничего не может творить Сам от Себя, если не увидит Отца творящего: ибо, что творит Он, то и Сын творит также.

5.20 Ибо Отец любит Сына и показывает Ему все, что творит Сам; и покажет Ему дела больше сих, так что вы удивитесь.

(Ин. 5:19—20)

То есть, я хочу сказать, что идея учить ребёнка своим примером, показывать ему всё, что делаешь сам — не только

древняя, но и показана человеку Самим Богом.

И потом, в последней беседе с учениками Христос говорит им ещё два местоимения с одним и тем же глаголом: «Я живу, и вы будете жить» (Ин. 14:19).

На фоне занятий с детским психологом я стала быстро оттаивать, и для нас началась другая жизнь. Ведь в последние годы я совершенно опустила руки, думая, что все попытки измениться или изменить отношение к детям обречены на неудачу. Сколько гениальных книг я прочла, сколько правильных мыслей я усвоила, сколько раз я начинала вести ежедневник, ставить цели и задачи — всё заканчивалось через пару дней, всё в итоге снова пускалось на самотёк. Супруг однажды сказал мне: «Я прошу тебя, изменись, пожалуйста!». А в другой раз он вздохнул: «Ты не изменишься никогда, ни в чём, даже в какой-нибудь мелочи».

Симон Соловейчик писал о том, что не надо пытаться изменять (ломать) своего ребёнка; также и себя изменять — намерение с сомнительным шансом на успех, потому что это крайне трудно. Но вместо этого имеет смысл изменить своё *отношение* к ребёнку.

Я пыталась изменить своё отношение к детям, но у меня долго ничего не получалось. Но вот, со мной происходит удивительная трансформация. На занятиях Владимира Николаевича, безо всякой теории, философии и без объяснений, я *просто* повторяю за психологом какие-то слова, *просто* делаю какие-то не всегда понятные домашние задания,

и моё *отношение* к детям меняется. Я больше не могу отталкивать их, игнорировать их вопросы, не могу не хвалить их за всё что можно. Я научилась у Владимира Николаевича, когда дети слишком шумят, выкрикивают то, чего не следует — просто говорить им: «Спокойно!». Или даже так: «Спокойно. Тихо. Красиво», копируя при этом интонацию «дедушки-беседушки».



На занятиях, а потом и в повседневной жизни я начала вглядываться в них и любоваться ими, и запросто говорить: «У тебя всё получается правильно. Мне понравилось, как ты сегодня занимался! Я тебя очень люблю». А это и есть новое *отношение...*

Именно поэтому я абсолютно уверена, что Владимир Ни-

колаевич — самый гениальный психолог в мире. Он работает, в первую очередь, с матерью, во вторую — с её *отношением* к ребёнку (что не менее важно). В-третьих — с *отношением* ребёнка к матери. Ну и конечно, с самим ребёнком, но с самим ребёнком работают все детские психологи.

И это — воздействие на мать ребёнка и на их взаимные отношения — потрясающее открытие, потому что только так, через мать, можно реально действовать на ребёнка! Неизвестно, есть ли смысл психологу работать с ребёнком один-два часа в неделю, даже вкладывая душу в эти занятия, если остальные десятки часов в неделю мать (самый значимый для ребёнка человек) транслирует ему нечто совершенно другое, порой даже противоположное, порой даже насилие и унижение.

Важно, что на занятиях Владимира Николаевича идёт чисто практическая работа. Вся теория спрятана у него в его многочисленных статьях и диссертации. А на занятиях — только набор техник, простых фраз, простых действий — без лишних слов. Нужно просто смотреть, слушать и повторять. И это работает!

Потрясающе, сколько добрых и светлых чувств стали наполнять меня в первые часы после каждого из занятий. В эти волнительные мгновения таким невозможным кажется все то зло, которое пронизывало мою повседневность. После занятия — только мир, тишина и любовь — подобное бывает, когдаходишь со службы в храме. И хочется хранить,

хранить эту благодать, боясь её растерять. И стремишься по-новому общаться с детьми. Раз за разом детский психолог учил, и наконец, научил меня любить своих детей — причём любить не как-нибудь, а вдумчиво, такой любовью, которая требует труда и которая одна, наверное, может исцелять.

Общение детей с «дедушкой-беседушкой» не ограничивается только занятиями в его кабинете. Владимир Николаевич присылает всем своим подопечным разные песни, мультфильмы и стихи. Например, наши дети благодаря ему выучили очень много стихов Агнии Барто, песен Шаинского, посмотрели добрые советские мультики. Каждый раз после его звонка мне приходится передавать привет мальчикам «от дедушки-беседушки». Без конца выдумываются разные «фокусы» — необычные домашние задания. То детям нужно дома написать объявление и затем приклеить его в реабилитационном центре на особую доску объявлений, то нужно подобрать рифмы, то сочинить к стихам мелодию, то выучить новую песню, то раскрасить буквы, которыми написаны добрые слова.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.