

Як виникли квадробери - звідки пішла молодіжна течія

Уперше світ дізнався про те, що таке квадробери, завдяки хлопцеві на ім'я Кенічі Іто з Токіо. У дитинстві він зовні був схожий на мавпочку, через це часто вислуховував глузування від однолітків, але не ображався. Одного разу, будучи вже дорослим, Іто в зоопарку побачив мавпу, яка бігала по вольєру з неймовірною швидкістю. Відтоді Іто почав вивчати особливості опорно-рухового апарату мавпи і намагався адаптувати наявні функції під організм людини. На це пішло 9 років.

Звісно, Іто не залишився непоміченим - на дорослого чоловіка, який бігає Токіо навкарачки, не раз звертала увагу поліція, але, тим не менш, бажаних результатів новатор досяг:

- 2008 року він пробіг стометрівку навкарачки за 18,58 секунди;
- у 2015 році - за 15,71 секунди.

Іто став рекордсменом, а до нової техніки бігу стали придивлятися американські фітнес-тренери, саме тому в США з'явився вид тренувань під назвою "animal flow" - "вільні рухи в стилі тварини". Простіше кажучи, спочатку квадробіка справді була тільки видом фізичних вправ, а не субкультурою.

Сама назва "квадробіка" - це латинське "quattuor" (чотири) і англійське "aerobics" (аеробіка).

Хто такі квадробери зараз

У сучасному світі, найчастіше, квадробери - це люди (зокрема діти), які стали учасниками нестандартної субкультури, яка вже нічого спільного не має зі спортом. Нині діти, які беруть участь у тренді, пересуваються навкарачки, використовуючи тематичний реквізит - маски та накладні хвости. Для них квадробіка - це не про фізичну активність, а про спільність і приналежність до трендів.

Але квадробери в Україні не одні - це тільки одна гілка модної нині субкультури. Крім них існують теріантропи та фуррі, а різниця між трьома різними течіями одного тренду суттєва:

- квадробери - ті, хто імітує поведки тварин фізично і зовні, надягаючи маски і хвости;
- фуррі наслідують мультяшних героїв - людиноподібних звірят;
- теріантропи переконані, що мають душу тварини.

Для того щоб розуміти, чи небезпечна така квадробіка для дитини, необхідно поспостерігати за її поведінкою і мотивацією.

Квадробери, теріантропи та фуррі - хвороба чи ні, думка психолога

Психолог Віталій Сторчеусов каже, що дитина має ідентифікувати себе в соціальній ієрархії, визначитися, як вона має поводитися, спілкуватися, зрозуміти, що може отримувати там ресурси - прийняття, захоплення чи навпаки - покарання. Якщо дитина цього не робить, а захоплюється таким хобі в спотвореному вигляді, то є ймовірність неправильної соціалізації - вона може почати ідентифікувати себе, як тварина.

Чи небезпечні квадробери в Україні - про що потрібно знати батькам

Кожен дорослий, який бачить, що його дитина почала захоплюватися новомодною субкультурою, має розуміти, чим відрізняються теріантропи від квадроберів і фуррі, а потім точно визначити, до якої течії насправді "лежить душа" дитини.

Сторчеусов вважає, що теоретично таке захоплення може призвести до психічних розладів, але для цього потрібен фундамент:

- високий рівень тривоги;
- схильність до депресії;
- потужний стрес у житті.

Якщо в дитини щасливе життя, а квадробіка - одне із захоплень - з нею абсолютно нічого не буде. Зараз вона просто грає з друзями, бо їй весело, цікаво, це спосіб самовираження, і є такий тренд, але з часом вона зрозуміє, що їй це не потрібно. Такий сценарій реальний, якщо в дитини здоровий психологічний імунітет, здорова психіка.

У тому випадку, коли дитина через поведінку батьків не отримала здорову самоідентифікацію, але має викривлений психологічний імунітет, можуть початися проблеми. Такі діти не до кінця знають, коли треба зупинитися. Вони можуть перебувати в апатичному стані та вважати себе ізгоями. Також можливі симптоми невротичного циклу, а невроз працює за принципом "я притякую ще більше, щоб виправдати свої очікування". Тобто, вважає експерт, якщо дитина вважає себе вигнанцем, вона робитиме все, щоб ним і залишатися, підтверджуючи цю роль.

У крайніх випадках діти вважають себе тваринами. Якщо дитина сказала "я тварина", - це свідчить про те, що її психіка сильно зіпсована.

Психолог радить батькам звернути увагу на те, скільки часу дитина живе в ролі тварини - яка частина життя для неї відведена. Якщо в сина чи доньки з'явилося це хобі, але зникла активність в інших сферах життя, - то це "тривожний дзвінок".

Потрібно дивитися, чи зберігає дитина здоровий глузд поза хобі. Якщо так, то, найімовірніше, у неї відбуваються процеси самоаналізу, який рано чи пізно виведе дитину на новий шлях, де юний квадербер отримає якийсь результат і змінить свої погляди.

Якщо ж дитина закрилася в собі, і все її життя - це квадерберінг, то на це вже 100% варто звернути увагу, навіть якщо вона не ідентифікує себе як тварину. Хобі може бути лише "дзвіночком" про те, що в родині давно були проблеми. Якщо дитина була нещасливою ще до цього хобі, тоді очевидно, що треба щось змінювати в родині.

Чи потребують діти-квадробери психотерапевта

Сторчеусов переконаний, що якщо є "тривожні дзвіночки", потрібно звернутися до дитячого психолога або до сімейного психолога. Якщо ж зовсім треш - кваліфікований психолог може порадити звернутися до психіатра.

Батькам у жодному разі не можна примусово виривати дитину з оточення квадроберів, щоб не отримати з її боку спротив і не зіпсувати стосунки. Дитина обиратиме те місце, де вона щаслива, тому потрібно діяти за принципом співпраці. Слід налагоджувати стосунки в сім'ї, щоб дитина була готова відмовитися від цього хобі, оскільки в родині все добре.

Якщо батьки вмовлятимуть дитину відмовитися від квадерберінгу - це погіршить ситуацію. Варто діяти за принципом "клин клином вибивають" - у сім'ї має бути більше позитиву для того, щоб дитина була самостійно готова зменшити цінність цього захоплення.

Психолог вважає, що має відбутися психологічний процес зменшення цінності квадерберінгу, і, найімовірніше, дитячий психолог піде за цим алгоритмом. Зменшити цінність хобі можна шляхом налагодження стосунків між дитиною та батьками. Квадробіка має ставати не єдиним способом життя, а додатковим захопленням, чимось цікавим, але не супер цінним.

Якщо дитина отримує емоції тільки від цього хобі, то, очевидно, що вона буде себе ідентифікувати виключно в ньому. Якщо ж квадробіка - це лише 10% від її захоплень, тоді є шанс, що друзі-квадробери швидко "зблякнуть" на тлі більш цікавих захоплень.

Дитячі ігри та гуртки: де межа норми?

«Коли це просто дитяча гра в переодягання за інтересами, як у випадку з гуртками, це нормально», – зазначає Світлана Клименко. Діти завжди прагнули експериментувати з різними образами, знаходити спільні інтереси та взаємодіяти у колі однодумців. Такі ігри сприяють

фізичному розвитку, адже, наприклад, ходити на чотирьох кінцівках – це вже серйозне фізичне навантаження.

Проте, як підкреслює психологиня, ситуація стає небезпечною, коли гра переростає в ідентифікацію себе з твариною. «Тут вже є великі ризики для психологічного становлення дитини», – застерігає Клименко. Така поведінка може свідчити про пошук дитиною своєї «зграї» та спробу втечі від реальних проблем.

Сімейний фактор

Як правило, діти, які захоплюються такими рухами, мають проблеми в сімейних стосунках. «Часто це діти з родин, де батьки або гіперопікуються, або, навпаки, є дуже холодними та відстороненими», – пояснює Клименко. У таких випадках дитина підсвідомо шукає групу за інтересами, яка компенсує відсутність емоційної підтримки.

На що звернути увагу батькам?

По-перше, варто зазначити, що захоплення квадроберами не є дешевим. Костюми, які використовують діти, можуть коштувати значних грошей. І хоча деякі з них можуть бути готовими та купленими, багато дітей намагаються виготовити костюми власноруч. Це є ще одним аспектом, адже діти шукають можливості продемонструвати свої таланти. Оцінити їхні прояви можуть лише ті, хто розділяє такі ж інтереси. Таким чином, бути частиною своєї "зграї" — це абсолютно нормальний підлітковий момент.

"Вдягнувши маски, діти отримують можливість висловлювати себе в соціальному контексті, навіть якщо їхні прояви не завжди відповідають загальноприйнятим нормам. Маска слугує захистом, дозволяючи їм вивільняти пригнічені емоції та агресію", пояснює психологиня.

Те, що дозволено тваринам, не завжди прийнятно для людей, і в цьому сенсі ідентифікація з твариною може бути способом зменшити соціальний тягар. Коли це просто гра в переодягання серед однодумців, така діяльність має місце.

"Однак, із часом жага до гри може змінюватися. Якщо ця гра починає проявлятися в агресивній формі, наприклад, через бажання покусати когось, або якщо дитина втрачає свою особистість, це вже тривожний сигнал. Гра повинна бути контрольованою дорослими, адже деякі діти, які не можуть проявити свої лідерські якості в навчанні або інших соціальних сферах, намагаються реалізувати цю потребу у своїй, так званій, зграї".

Багато підлітків не залишаються наодинці, а збираються разом, де розвиваються різні прояви поведінки, що може мати тваринний характер. Тут діти можуть стати лідерами, приймаючись до групи за зовнішнім виглядом, костюмом чи навіть манерою поведінки. Іноді для цього не потрібно великих зусиль: достатньо трохи харизми та артистизму, і дитина вже може стати «гарненькою кішечкою», якою захоплюються інші. У такі моменти діти можуть відчувати себе не просто собою, а розслабленою версією себе, яку вони ідентифікують з твариною.