

ИГРЫ, В КОТОРЫЕ ИГРАЮТ РОДИТЕЛИ

Сейчас все реже в обществе считается, что проблемы детей – это их личные проблемы и не имеют к родителям никакого отношения. Но все же, далеко не все так считают и такие родители еще остаются.

Еще одно заблуждение, что прошлое остается в прошлом и никак не влияет на настоящее.

Мы можем с уверенностью сказать, что сложности и проблемы Вашего прошлого отражаются на проблемах в настоящем Вашего ребёнка.

Родители могут считать, что они точно знают, как нужно жить, ведь они это уже прожили.

Для того чтобы оставить прошлое в прошлом, настоящее в настоящем необходимо осознать и проработать прошлое. Возможно, прошлое помогает Вам и служит опорой. А возможно нанесло раны и теперь Вы наносите подобные раны своим детям.

В каждом из нас живет «внутренний ребенок и для того, чтобы исцелить его необходимо «вернуться» в свое детство, это возможно в процессе психотерапии.

Если Вы не решили возрастную задачу, то вероятно, не позволите сделать это своим детям.

Приведу пример: В период Вашего детства Вас заставляли заниматься уроками и музыкой, при этом не позволяли «заниматься глупостями», например, играть с другими ребятами во дворе в мячик. Вероятно, что будет два варианта развития событий, когда Вы сами станете родителем:

- Подобно Вашим родителям будете заставлять ребенка учиться, при этом закрывать глаза на его желания и запрещать то, что ему интересно. Воспринимая это как попытки побега от полезных и необходимых занятий;

- Начнете «спасать» ребенка от уроков, не будете уделять внимание учебному процессу и осуждать детей за «ботанизм» (если ребенок все же будет учиться).

Самое главное в этом примере и других, которые можно привести великое множество, что Вы будете поступать так, благодаря последствиям своей детской травмы, а не реальными потребностями Ваших детей.

Травма Вашего детства со всеми его недостатками не залечится лишь от того, что Вы дадите недостающее Вам своему ребенку или лишите его того, чего не было у Вас.

Хочется немного написать и о будущем. Будущее соответствует нашим ожиданиям далеко не всегда. Время идет и жизнь изменяется. Посмотрите на поколение назад. Тогда было важно ходить в библиотеку, телефон был

только городской и то далеко не у всех. Сейчас же интернет со свободным доступом информации и сотовые телефоны почти у каждого, за редким исключением. Способности, необходимые в прошлом поколении также изменились. Был важен подчерк и чистописание, сейчас же важнее владение компьютером и различной техникой. Важно учитывать то, как изменяется мир вокруг и то, в каком окружении (фоне) живут и растут наши дети. А также тот факт, что этот фон отличается от того, что был в нашем детстве.

Даже если кто-то считает, что «в наше время» жилось лучше. Стоит понимать, что прошлое не вернуть.

Виды повторения собственного травматического опыта в отношениях с ребенком.

1.«Сделаю наоборот!», - помня свою боль и свои страдания, родитель может желать воспитать ребенка прямо противоположным образом (и, конечно, уходит в другую крайность).

2. «Меня били, и я бью!», - родитель копирует по отношению к ребенку стиль собственных родителей.

Давайте подробнее рассмотрим эти виды.

1. «Сделаю наоборот!» Так, М, которая проходила терапию, жаловалась на трудные отношения с матерью. Мать была отстраненной, занятой собой; а, когда замечала ребенка, то на голову дочери обрушивалось очередное недовольство ею. Дома было неуютно и холодно. Отец присутствовал формально, в семье он был (по словам пациентки) «как овощ».

Эта женщина, помня свои детские страдания, зарекалась своего ребенка воспитывать по-другому – быть нежной, заботливой, внимательной – одним словом, не такой, как ее мать. И тут М ударятся в противоположную крайность. Главный ее критерий был – сделать не так, как мать, а в точности наоборот; и тогда, конечно, она оказывалась несвободной в своем выборе. У нее отсутствовала гибкость в том, чтобы найти нужную меру в удовлетворении потребностей ребенка и здоровой степени фрустрации. Фрустрация – это необходимое для здорового развития психики состояние разочарования или недовольства ребенка, связанное с отказом в немедленном удовлетворении любой его потребности.

Посредством воспитания ребенка женщина вела борьбу со своей матерью, как бы, пытаясь сказать: «Ты была неправа! Надо не так!» М старалась быть очень хорошей мамой, чтобы дать ребенку то, чего не получила она. Есть такой психологический механизм: сделать другому то, что хотел бы получить сам. Делая это для ребенка, женщина как бы заглаживает и свою психологическую травму.

М делилась тем, что она сознательно старалась растить ребенка так, чтобы он был в центре семьи, все лучшее было для него, все внимание в первую очередь ему (то, чего она не получала в детстве). Когда ребенок стал подрастать, мать стала замечать и тревожиться о том, что сын часто бывает неуправляемым. В какие-то моменты женщина чувствовала, что она не справляется с ним. Он не понимал слова «нет», не воспринимал ограничений, и дома велась постоянная борьба за власть. На языке семейной психотерапии – это называется перевернутой иерархией – главным в семье становится ребенок (а не взрослый – как это должно быть в норме), который требует, чтобы все подчинялись ему.

У женщины происходили конфликты с мужем, который был недоволен ее потаканием сыну. Но, главное, что, измучившись от капризов ребенка и его непослушания, женщина срывалась, и тогда сыну «доставалось». Теперь она сама превращалась «в свою мать», на которую ей так не хотелось быть похожей. После криков и наказаний М мучило чувство вины, и чтобы загладить эту вину перед ребенком, она опять попустительствовала ему, пока не случался очередной привычный цикл в развитии этого конфликта.

2. «Меня били, и я бью!», - эти истории, демонстрируют буквальное воспроизведение собственного травматического опыта в отношениях со своими детьми. Н, с которой шла психотерапевтическая работа, жаловалась на то, что мать в детстве жестоко порола ее, не заботилась, не покупала одежду, заставляла выполнять тяжелую работу по дому, часто оставляла одну.

Н испытывала вину, что не может сама быть хорошим родителем. Делясь своими наблюдениями, она стала замечать и расстраиваться из-за того, что, оказывается, она так же, как и ее мать, относится к своей дочери. Это происходило потому, что другого опыта она не имела. Молодая женщина в начале терапевтической работы горько плакала, вспоминая события своего детства - свою физическую боль при наказаниях, униженность, бессилие и несправедливость. Но она ничего не могла поделать с собой в вопросах воспитания собственного ребенка. Периодически теряя контроль над собой, она также била свою дочь; порой она заваливала ее безумным количеством одежды, а порой, не желала замечать, что у ребенка нет необходимого; она также предоставляла ребенка самому себе; а потом, ужасаясь тому, что дочь натворила, оставшись одна, «всыпала ей ремня» и т.д.

Девочка демонстрировала частые эмоциональные срывы и аффективную неустойчивость, агрессию в отношениях со сверстниками, а порой и асоциальное поведение.

Такое поведение матери можно объяснить механизмом, который называется идентификацией с агрессором. Т.е. она какой-то своей частью идентифицировалась со своей агрессивной матерью; сама, становясь такой. Такой защитный механизм, помогает справиться со своей детской болью, путем превращения пассивного переживания в активное. В детстве Н оказывалась пассивным ребенком, который полностью зависим от садистического взрослого; а в настоящем она приобретала активную позицию – она чувствовала себя той, которая может управлять ситуацией (наказать или простить; разрешить или отказать); и это избавляло от детской беспомощности. Кроме этого, идентификация с агрессором на бессознательном уровне направлена на то, чтобы заставить пережить другого ту физическую и психическую боль, которую испытывала сама женщина в детстве. Другими словами, заставить другого «на своей шкуре» почувствовать то, что чувствовала она, будучи ребенком, и тем самым облегчить свою боль.

Но горько, что жертвой этой ситуации становится собственный ребенок. К счастью, в Н присутствовали и другие части личности – теплые, любящие, на которые она могла опираться. Кроме того, в процессе терапии женщина обрела критичность к такой своей части, как идентификация с агрессором - старалась замечать ее, начала контролировать себя.

Современные образованные и психологически подкованные родители и сами понимают, что бить ребенка – это «неправильно»; потворствовать всем его прихотям – «непедагогично»; но порой взрослые ничего не могут поделать с собой, потому что они проигрывают на новом витке жизни свою старую травму. К сожалению, тогда и собственный ребенок растет травмированным.

Работа ребенка с детским психологом бывает очень полезной, но не стоит забывать, что после этих сеансов ребенок возвращается в ту же семейную атмосферу, к тем же родителям. Важно, что описываемые пациентки, имеющие неблагополучную детскую историю, заинтересовались и увлеклись работой над собой, позволяющей проработать свой травматический детский опыт.