

## 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 подчerk 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.

Мы 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.

Не 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.