

Размышления о маме - 2. Клиент снова стал ребенком

[Статьи / Семейная психология](#)

Размышления о маме- 2. Клиент снова стал ребенком.

В терапевтическом процессе клиенты часто начинают испытывать сильнейшую злость и ярость по отношению к своей матери. Эти реакции могут касаться:

1. Прошлых событий.
2. Актуальных событий.

В норме злость, раздражение, ярость и другие проявления агрессии служат для восстановления границ, для сообщения, говоря словами Виктора Цоя, другому человеку: «Руки прочь, прочь от меня». И иногда деструктивные, разрушающие Я клиента отношения действительно нуждаются в трансформации. Например, важно начать жить собственной жизнью без оглядки на маму и поиска ее одобрения – тогда агрессия как способ восстановления границ является важным терапевтическим средством.

Также при воспоминаниях о прошлом у клиента актуализируется вся та боль, обида, отчаяние, с которыми он сталкивался, будучи ребенком. И вполне естественно, когда часть его терапии посвящена проработке детства.

Но зачастую клиент годами ходит «по тем же дорогам». Нет работы – виновата мама: она в детстве полностью заблокировала мою поисковую активность. Нет девушки – виновата мама: ей никогда не нравились мои подружки. Развелась с мужем – виновата мама: не предоставила в детстве хорошую модель для подражания, ругалась с отцом. Плохие отношения с собственными детьми – виновата (угадали!) мама: я воспроизвожу семейный сценарий...

Эта песня может быть вечной. Почему, спросите Вы? Да потому, что клиент в этой ситуации вновь становится ребенком. Он бесконечно ходит по кругу: проблема – регресс – Я снова ребенок – **во всем виновата мама**.

Мы все иногда регрессируем, и в этот состоянии опять испытываем злость и беспомощность. Для того, чтобы **ПЕРЕ-ЖИТЬ** все обиды и несправедливости, допущенные по отношению к клиенту в детстве, они должны проявиться и быть обсуждены и проработаны с должной глубиной. Кому-то на это нужно меньше, кому-то больше времени...

Но я часто встречаю людей с рентной, совершенно детской установкой. Такой человек ни в чем не виноват – это все мама. Но почему, спрашиваю я себя, он семь лет пробыл в гештальт-программе, прошел 243 часа личной терапии и семь спецкурсов по травме, работе с детьми, ходил на расстановки и на психодраму – и до сих пор во всем винит маму? И сама же себе отвечаю – он не хочет расти. Он не готов принимать ту самую пресловутую ответственность за свою жизнь на себя. Ему выгодно оставаться в детской, обвиняющей позиции. Не взрослеть. Не говорить – в этом виноват я, в этом – и я, и обстоятельства... Ведь мама уже давно ни при чем ни к мировому кризису, ни к

неспособности осознавать и менять свое поведение в 40 лет, ни к... Можно долго перечислять. Но главная идея проста: **клиент обвиняет во всем маму – значит, он опять регрессировал И СТАЛ МАЛЕНЬКИМ.**

Что делать?

На первом этапе – слушать историю и все возникающие чувства, облегчать их выражение, контейнировать, сопереживать...

На втором этапе – расширять контекст, видеть отношения «мать – клиент» на фоне семейных, социальных отношений, находить другие коннотации и интерпретации кроме тех, что где «она была психопаткой», «чудовищем», «монстром»...

На третьем – помогать дифференциации клиента от матери, «растить» его до взрослого состояния, смириться с тем, что мать была несовершенна, но дала жизнь, как-то заботилась.

На четвертом – повзрослеть и наконец заняться актуальными проблемами – растить собственных детей, искать мужа, зарабатывать деньги, менять работу...

Чтобы стать взрослым, клиенту придется вылезти из штанишек детских обид, принять прошлое, переосмыслить его и двигаться дальше. И даже если понадобится достаточно много времени, задача клиента – повзрослеть, и так, чтобы его не «выбрасывало» в трехлетний возраст от каждого звонка мамы, чтобы он не пил валерьянку перед приходом ее в гости, чтобы не чувствовал себя каждый раз под увеличительным стеклом при общении с ней.

Мама – это человек. И клиент – это человек. Он ходит на терапию как раз для того, чтобы повзрослеть, и его задача – не изменить маму, а измениться самому.

НАКОНЕЦ-ТО ВЫРАСТИ.

Наталья Олифирович

Опубликовано на сайте: 12 марта 2015, 5136 просмотров