

РОДИТЕЛЬСКИЕ ПОСЛАНИЯ И СЕПАРАЦИОННЫЙ ПРОЦЕСС В СЕМЬЕ

В. И. Слепкова

Республика Беларусь, г. Минск, Институт психологии БГПУ

v.slepкова@gmail.com

В статье рассматривается проблема влияния родительских посланий на становление личности. Раскрываются понятия «родительские послания», «родовые послания». С позиций трансгенерационной психотерапии показана деструктивная роль семейных посланий в период сепарации взрослеющих детей от родительской семьи.

Ребенок – это своего рода родительский проект. В большинстве случаев, самый важный, самый значимый, самый любимый, самый затратный (не только в финансовом смысле, но прежде всего, в эмоциональном, психологическом, ресурсном). Родители для ребенка также самые значимые, самые важные для его становления и развития фигуры.

Теоретическое обоснование значимости родительских объектов для ребенка мы находим в теориях объектных отношений современного психоанализа. Одно из основных положений этого подхода состоит в допущении, что для развития психики, для становления личности ребенка важным является качество удовлетворения его психологических потребностей в отношениях, во взаимодействии с окружающим миром людей. В отношениях родитель - ребенок формируются Я-концепция ребенка и концепция Другого. С первых дней жизни ребенок как губка впитывает все, что предлагают ему родители. Следование родительским правилам помогают ребенку ориентироваться в незнакомом мире, способствуют его психологическому взрослению, социальному выживанию. Родительские правила становятся для ребенка жизненной опорой.

Речь идет о родительских посланиях. Родительские послания – это сообщения, которые передаются родителями детям и имеют экзистенциальный смысл. Через родительские послания родители транслируют своим детям как жить, как относиться к себе, к другим людям, каков окружающий мир, каково место ребенка в этом мире.

Родительские послания, будучи приняты ребенком, становятся своеобразными предписаниями, указаниями, стратегиями жизни ребенка, сводом его жизненных правил.

Многим родительским посланиям может быть присвоен статус родовых, трансгенерационных посланий. Современная трансгенерационная семейная психотерапия убедительно показывает и теоретически обосновывает существование межпоколенных связей, суть которых состоит в передаче из поколения в поколение семейных правил, ритуалов, традиций, норм, мифов.

Пути передачи посланий разные, среди них: открытые прямые указания, невербальные сообщения, примеры поведения и поступков родителей. Поощрения и наказания становятся регуляторами выбора и принятия ребенком жизненных правил, норм, запретов.

Существует также трансгенерационный, неосознаваемый способ передачи посланий из поколения в поколение: полученное от предков транслируется потомкам. Признание трансгенерационной трансляции родовых посланий требует обращения к категории семейного бессознательного. Гипотеза о семейном бессознательном восходит к идее о «коллективной душе», высказанной Зигмундом Фрейдом в связи с его рассуждениями о выборе имени ребенка в честь дорогих родителям людей. Концепция Карла Юнга о коллективном бессознательном объясняет механизм передачи в обществе из одного поколения в другое аккумулированного человеческого опыта, оказывающего влияние на каждого человека. Джекоб Морено допускает существование в группах, в том числе и в семье, не только со-сознательного, но и со-бессознательного. В работах семейных психотерапевтов Франсуазы Дальто, Николя Абрахама, Ивана Бошомени-Надя, Анн Анселин Шутценбергер представлены психотерапевтические случаи, демонстрирующие межпоколенную передачу нерасказанных семейных тайн (Анн Анселин Шутценбергер, 2001).

Потомки, в силу закона семейной лояльности, принимают родовые послания и следуют им по жизни. Так осуществляется связь, преемственность поколений: не только родители, но и пра- прапра-родители находят свое место во внутреннем пространстве своих детей, но и в психологическом пространстве внуков и правнуков.

Однако далеко не все родовые и семейные послания полезны и целесообразны. Часто происходит так, что родители из самых лучших побуждений делают ребенка объектом своих проекций. Семейное бессознательное порой хранит такие предписания,

которые делают ребенка «заложником» семейной истории, которые предписывают ему «не жить своей жизнью», но при этом исполнить родовое завещание.

Психотерапевты Мэри Гулдинг и Роберт Гулдинг, представили список родительских предписаний, которые оказывают определяющее влияние на жизненный сценарий ребенка. Авторы называют их патологическими, поскольку они препятствуют личностной зрелости, развитию самостоятельности, ответственности, автономии человека.

Вот основной список таких предписаний: *Не делай. Не будь. Не сближайся. Не будь значимым. Не будь ребенком. Не взрослей. Не добейся успеха. Не будь собой. Не будь нормальным. Не будь здоровым. Не принадлежи* (Мэри М. Гулдинг, Роберт Л. Гулдинг, 2001).

Эту группу предписаний можно назвать запрещающими. Они ограничивают свободные проявления ребенка, требуют от него вести себя определенным образом в соответствии с принятыми предписаниями, поступаясь при этом собственными потребностями.

Есть другие предписания, которые принуждают ребенка чувствовать, думать, поступать только определенным образом, выполняя пожизненно завещания родителей. К ним относятся послания, сформулированные Тайби Калером: «*будь сильным*», «*старайся*», «*делай все на отлично*», «*спеши*», «*радууй меня*», «*чувствуй так, как я*», «*делай так, как я считаю правильным*» (Мэри М. Гулдинг, Роберт Л. Гулдинг, 2001).

Представленный перечень посланий не исчерпывает всех возможностей. Без сомнения существует много других сообщений, которые передаются из поколения в поколение, или возникают впервые в родительской семье в соответствии с которыми дети либо действуют, либо не действуют.

Влияние трансгенерационных посланий особенно явно обнаруживается в период сепарации взрослых детей от родительской семьи. В индивидуальной истории каждого человека неизбежно наступает период расставания с родительской семьей. В психологическом смысле речь идет о решении проблемы привязанности к собственным родителям. Происходит переструктурирование эмоциональных связей между родителями и детьми, уходящими в самостоятельную жизнь, чтобы начать собственный жизненный путь в новом поколении взрослых (М. Боуэн, 2005).

В сепарационном процессе родовые и семейные послания, принятые ребенком как осознанно, так и на бессознательном уровне играют разную роль. Одни послания могут способствовать решению проблемы сепарации взрослых детей, поощряя самостоятельность и ответственность ребенка за собственную жизнь. Другие родительские предписания препятствуют решению проблемы привязанности, сохраняя детскую зависимость взрослых детей.

Анализ родовых предписаний позволил выделить те из них, которые оказывают деструктивное влияние на решение сепарационных проблем. К ним можно отнести в первую очередь послание «не взрослей». Такое предписание может даваться как матерью, так и отцом. Оно возникает в семьях, где для супругов важными, значимыми, доминирующими являются, родительские роли, а супружеские отношения нарушены. Взросление ребенка воспринимается как угроза утраты своей значимости и угроза распада семейных уз. Потеря эмоциональных связей между супругами, второстепенность супружеских ролей восполняется за счет привязанности к ребенку. Родители опекают его с самых ранних лет жизни, принимая за него решения, стараются оградить от возможных трудностей и проблем, создавая для него «безопасную среду». Чрезмерно вкладываясь в ребенка, родители ждут от него отдачи, возмещения вклада, транслируя ему послание «радуй меня», поступай, живи так, как учат родители. Как правило, послание «не взрослей» сочетается с посланиями: «не принимай самостоятельных решений, поскольку ты еще не знаешь жизни», «радуй меня». Такие сообщения инфантилизируют ребенка, делают его зависимым от родителей.

Отпустить ребенка в самостоятельную взрослую жизнь означает для таких родителей потерю смысла в жизни. Часто послание «не взрослей» дается младшему или единственному ребенку, окруженному постоянной тревожной заботой родителей. Отцы могут опасаться проявляющейся сексуальности дочери-подростка. Ее стараются оградить от романтических отношений, препятствуют телефонным разговорам, запрещают пользоваться косметикой, ходить на свидания. Радуются, если сын проводит большую часть своего времени дома, у компьютера, и не интересуется девочками. У взрослеющих детей возникает сепарационная тревога и страх отделения от родительской семьи. В таких случаях процесс сепарации откладывается на многие годы, взрослый сын или дочь надолго остаются в родительской семье, так и не приобретают самостоятельности и ответственности. Продолжаются симбиотические отношения между родителями и детьми, сохраняется зависимость друг от друга. Реального взросления не происходит. К тому же молодой человек испытывает безмерную благодарность к родителям, за которой скрывается чувство вины и неоплаченного долга. В такой ситуации дети так и не решают проблему эмоционального отделения от

родительской семьи, даже создавая собственную семью. Молодая семья, будучи привязанной к родительской семье нестабильна, в ней не выстроены ясные межпоколенные границы. Не решается проблема достижения эмоционального баланса между поколениями. Такой паттерн незрелых детско-родительских отношений транслируется следующему поколению, которое приобретает в наследство неспособность и нежелание взрослеть. Как известно, сыновний (и дочерний) долг родителям могут сполна оплатить взрослые, самостоятельные дети, продолжаясь в своих детях, продолжая свой род.

Проанализируем влияние еще одного родительского послания «Не будь». Оно прочитывается ребенком как сообщение «не существуй», «ты никому не нужен», «с тобой связаны все семейные невзгоды». Возникает такое послание в ситуации, когда ребенок нежелателен, когда он мешает родительским планам или появляется не вовремя. Случается ситуация, когда после рождения ребенка у матери обнаруживается тяжелая неизлечимая болезнь, или отец уходит из семьи. Вовсе необязательно чтобы это сообщение преподносилось открыто. Более того, родители не осознают своей трансляции.

Есть множество способов передачи такого сообщения. Оно может транслироваться невербально: родитель держит ребенка на руках, не лаская его, обращается с ним жестко, ворчит и злится во время еды или купания малыша, кричит, когда ребенок что-нибудь хочет, бьет его. Как отмечают Мэри и Роберт Гулдинги у ребенка на бессознательном уровне возникает трагический миф о рождении: «Лучше бы я не существовал вообще».

Ребенок взрослеет с чувством ненужности семье. Он не приобретает опыта теплых, надежных отношений. Не формируется базовое доверие к миру. Он становится агрессивным. Не умея справляться со своими чувствами, он готов «исчезнуть» из семьи. Происходит то, что можно назвать процессом преждевременной сепарации. Первые его проявления: побеги из дома, попытки рано начать зарабатывать, иметь свои деньги, неразборчивые сексуальные связи. Здесь могут быть различные девиации в поведении, с помощью которых подростки или юноши демонстрируют себе и другим свою независимость. И в конечном итоге наступает разрыв с родительской семьей в виде физического дистанцирования и/или прекращаются всяческие контакты с родителями. Повзрослевший ребенок изолируется от родителей эмоционально или/и физически уходит из родительской семьи.

Происходит псевдоотделение: искусственное дистанционирование от родительской семьи, от своего рода. В основе такого поведения лежат интрапсихические механизмы отрицания и изоляции Я. «Легким» способом избегания тяжкого послания «не будь» становится создание собственной семьи. Возникает иллюзия возможности замены «изгоняющей семьи» на

«принимаящую семью», если создать ее самому. Однако, нереализованная потребность в принятии родительской семьей приводит к чрезмерным требованиям от членов своей семьи признания значимости, нужности. Не находя ее в собственно созданной первой семье, предпринимаются повторные попытки.

Однако, ни географическая удаленность от родительской семьи, ни бегство в другие отношения не освобождает человека от преследования раннего родительского послания «не будь», «не существуй». Самое опасное следствие неосознанно впитанного послания – мысли о самоубийстве, попытки суицида, исполненный суицид, за которыми стоит так и неудовлетворенная потребность в привязанности, в принадлежности к роду. Происходит разрыв поколений. Решение нерешенной проблемы привязанности в качестве родового послания передается в наследство потомкам.

Каковы же пути избавления от патологических посланий семьи или рода?

Базовая посылка может быть сформулирована следующим образом: прошлое нельзя изменить, его невозможно трансформировать, можно лишь изменить отношение к нему.

Первый шаг - осознание послания, которое приводит к хроническим проблемам в жизни.

Второй шаг – проживание тех ситуаций в детстве, которые содержат в той или иной форме родительские сообщения, мешающие жизни.

Третий шаг – принятие новых решений о своей жизни, возвращение в себе способности быть независимым и свободным.

В реализации этих шагов, как правило, нужна помощь психотерапевта.

Список литературы

1. Боуэн, М. О процессах дифференциации своего «Я» в родительской семье / М. Боуэн // Теория семейных систем Мюррея Боуэна : осн. понятия, методы и клин. практика ; под ред. К. Бейкер, А.Я. Варги. – М. : Когито-Центр, 2005. – С. 81–106.
2. Гулдинг, Мэри М. Психотерапия нового решения. Теория и практика / Мэри М. Гулдинг, Роберт Л. Гулдинг. – М.: Независимая фирма «Класс», 2001. – 906 с.
3. Шутценбергер, А.А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы / А.А.Шутценбергер. – М.: Ин-т психотерапии, 2001. – 240 с.