

## «Подранки» или жизнь после разлома семьи





### Тишкова Татьяна Олеговна

- Клинический психолог, сертифицированный тренинговый аналитик и супервизор ЕАРПП, групп-аналитик и тренинговый аналитик ЕСРР, IAGP.
- Руководитель секции детского анализа РО Москва ЕАРПП, член Президентского совета саморегулируемой организации Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов», Вице-президент Русского балинтовского общества.

---

Конфликт лояльности заключается в том, что ребенок вынужден выбирать, на чьей стороне он находится: на маминой или на папиной.

---

В кабинет может влететь маленькая разбойница или воин, может, понурив голову и едва переставляя ноги, входить робкое существо, которое цепляется за маму, но чаще всего появляется опытный разведчик, из которого не выпытаешь тайну. Понятно сразу, что в семейном королевстве не все гладко.

Именно распад семьи часто – причина симптомов, которые родители больше не могут игнорировать. Это: вялость, преедание или отсутствие аппетита, проблемы со сном, энурез, боли в желудке, головные боли, другие.

Большинство детей, чьи родители развелись, раздражительны: они все чаще испытывают страх, беспокойство, печаль. Почти у каждого ребенка повышенная агрессия, которая разряжается на родителях или на других детях, некоторые реагируют, наоборот, усиленной зависимостью, а также задержкой социального и эмоционального развития.

Все эти симптомы часто сопровождаются снижением внимательности и ухудшением успеваемости, неиссякаемыми проблемами с поведением в школе и в семье, воровством.

Именно такими они приходят. Вернее, их приводят родители и говорят: «Сделайте что-нибудь, мы бессильны». «Спасибо, что пришли», – говорю я и начинаем разбираться.

Дети, которые постоянно втягиваются в ссоры между родителями, оказываются в тяжелом конфликте лояльности, который наносит вред психическому развитию. Он заключается в том, что ребенок вынужден выбирать папу или маму. Конфликт лояльности характерен не только для детей разведенных родителей, но и для детей еще женатых родителей, которые сознательно или бессознательно ищут в детях союзников своих разногласий.

Родители, которые исключительно ради детей сохраняют изживший себя союз, часто воспринимают ребенка как виновника этой неудавшейся жизни. («Если бы я тебя не родила, моя жизнь сложилась бы по-другому» – такое матери говорят нередко. Или: «Если бы не ты, я бы давно ушел от твоей матери» – сообщают отцы.) Такие отношения родителей и детей амбивалентны и возникает постоянная готовность к открытой или скрытой агрессии.

С психоаналитической точки зрения главную роль играют конфликты, которые скрываются за симптомами. Вполне возможно, что эти конфликты в процессе развития или под влиянием новых обстоятельств принимают другие формы выражения: менее аффективные и навязчивые, но они продолжают осложнять психическое развитие ребенка. Почти вся литература о последствиях развода для детей следует концепции адаптации, при которой появление и исчезновение симптомов приравнивается к появлению или исчезновению психических проблем.

---

Симптомы развода зачастую несут подсознательную функцию отвлечения родителей от их проблем и предложение заняться ребенком сообща.

---

Обследование через десять – пятнадцать лет после развода показало, что развод даже у детей, которые сумели хорошо приспособиться, оставил глубокие следы.

Частичная потеря одного из родителей почти у всех детей приводит к раздрации в душевном равновесии, которая, в свою очередь, может «запустить» невротические процессы с долгосрочным действием.

Ирритация – болезненное раздражение и повышение чувствительности нервной системы.

Что мы понимаем под переживанием развода? Юридический аспект для ребенка неважен: женаты его родители официально или состоят в гражданском браке. Развод родителей необходимо понимать как «психологический момент развода». Многим разводам предшествуют долгие конфликты родителей, во время которых они могут на время расставаться.

Есть дети, которые с нетерпением месяцы и даже годы ожидают возвращения отца или матери. Они печалются, но остаются здоровыми. А есть и такие, которых уже на второй день после развода словно подменили. Это зависит от того, как ребенок понимает ситуацию: уходит папа или мама навсегда или он/она вернется обратно. От других видов разлуки развод отличает необратимость или изменение привычных жизненных обстоятельств. Обычно эта ситуация возникает, когда ребенку сообщают, что «папа и мама разводятся», что «папа или мама уезжает навсегда», что «папа или мама не будет больше с нами жить». Это обстоятельство превращает развод в утрату.

---

С психоаналитической точки зрения главную роль играют конфликты, которые скрываются за симптомами.

---

Опыт развода и смерти одного из родителей с этой точки зрения имеет так много общего, что нет критериев, по которым их можно было бы отличить друг от друга. Особенно характерно это для детей до семи-восьми лет, которые еще не понимают, что такое смерть и воспринимают ее как «уйти навсегда».

Момент осведомления детей о состоявшемся или предстоящем разводе можно обозначить как психологический момент развода.

### РЕАКЦИИ РЕБЕНКА

Поведение ребенка может быть выражением аффектов, но может отражать конфликт между подсознательными влечениями и механизмами защиты. Психические конфликты, которые проявляются внешне, воспринимаются взрослыми в качестве ненормального поведения или симптомов.

Если нас неожиданно покинет человек, которого мы любим больше всех на свете, мысли неотступно крутятся в одном направлении: «почему он уходит от меня?». Ребенок воспринимает это так, что отец покидает его. Осознание своей второстепенности в жизни любимого родителя, своей беспомощности как-то помешать разводу трансформирует печаль в ярость. Ярость ребенка может быть направлена на обоих родителей, когда появляется чувство, что родителям важнее их собственные потребности, чем его.

Агрессия — это влечение, которое может менять свой объект, иногда можно наблюдать, что ребенок ненавидит поочередно то отца, то мать, или обоих одновременно.

Развод часто является большой неожиданностью для эго ребенка, для его представления о том, что именно он является центром вселенной. И, хотя на третьем-четвертом году жизни ребенок уже догадывается о том, что у родителей есть и собственные отношения, он сохраняет иллюзию, что именно он — единственный объект любви родителей. Если это убеждение достаточно крепкое, то развод воспринимается как провал отношений с ушедшим родителем.

Некоторые ссоры родителей затрагивают вопросы воспитания, а значит, вращаются вокруг ребенка. Так он начинает воспринимать себя в качестве реальной причины конфликта. Часть обвинений, которые дети предъявляют родителям, может быть защитой от чувства собственной вины.

Многие дети пытаются играть роль примирителей в конфликтах между отцом и матерью. Развод — реальное доказательство крушения этих попыток. С уходом одного из родителей становятся реальными архаические страхи перед разлукой и потерей любви.

Страхи в разной степени сопровождают конфликты детей и подростков и становятся частью адаптации. Поэтому развод для многих детей как бы наказание, расплата за плохое поведение и недостаточные успехи, за запретные мысли, особенно за агрессивные фантазии. Чем меньше дети, тем чаще они думают, что запреты и лишения из-за недостаточной любви родителей, и это порождает страх, ярость.

Ребенок, который чувствует себя раненым, в гневе не хочет видеть отца или мать, желает, чтобы они исчезли, умерли (что для маленьких детей одно и то же). Такие приступы агрессии, естественно, быстро проходят и потребность в любви снова возвращается, как и сама любовь. Но остается страх, что злые желания могут превратиться в реальность и привести к наказанию.

Ребенок вскоре понимает: мама и папа остаются вполне достигаемыми, они живы, не разрушены его гневом и страхи отступают. Такой опыт учит ребенка различать фантазию и реальность, преодолевать представления о своем всемогуществе. Расплата за ужасные мысли и желания не наступила и страхи перед наказанием образуют фантазии о хищниках, ведьмах, призраках. Так происходит при нормальном развитии событий.

В тех случаях, когда дети во время обострения конфликтов внезапно узнают об уходе одного из родителей, это похоже на исполнение спонтанного желания об исчезновении отца, или если агрессия была направлена на мать, ребенок может думать, что мать наказывает его за его злость разлукой с отцом. Чувство вины порождает страх перед расплатой и страх перед силой собственного всемогущества.

К этим глубинным страхам относится и страх после отца потерять и мать:

«если мама не любит больше папу, может быть, скоро она не будет любить меня и уйдет». В результате таких раздумий ребенок может изменить свое поведение: будет избегать ссор, уменьшит запросы, придержит агрессию в надежде избежать опасности быть выброшенным.

Эмоции в этих случаях могут быть разными: от печали до ярости, вина и страх — это нормальные реакции ребенка на развод родителей. Печаль помогает примириться с потерей и утешить себя, если это не случаи депрессии.

Ярость ребенок испытывает при очень сильном разочаровании в объекте, от которого ожидает любви. Ярость также помогает бороться против плохой части объекта или самого объекта для восстановления хорошей его части и репарации отношений с объектом.

Если родители сумели объяснить ребенку причины развода, и при этом он чувствует себя в безопасности, со временем он сможет преодолеть большую часть страхов и чувство вины.

## КАТАСТРОФА

Идентифицировать себя с другим означает фантазировать, что ты как этот другой, переживать, как он, присваивать себе часть объекта.

---

Почти вся литература о последствиях развода для детей следует концепции адаптации, при которой появление и исчезновение симптомов приравнивается к появлению или исчезновению психических проблем.

---

---

Поведение ребенка может быть выражением аффектов, но может также отражать конфликт между подсознательными влечениями и механизмами защиты.

---

Жить дальше без отца означает для мальчика потерять самого себя. Отец после развода в фантазии ребенка унес с собой хорошие и сильные части личности сына. Осталось маленькое существо, обижаемое и чувствующее себя в полной зависимости от чересчур заботливой матери. Потеря отца означает также потерю будущего в его становлении мужчиной,

поскольку у него отняли возможность уже сейчас, путем идентификации с отцом, таковым себя ощущать.

Развод кастрирует мальчика и делает реальными эдиповы опасения. В этих обстоятельствах печаль превращается в растерянность, чувство вины. Мальчик может стать конформистом, податливым и слабым, может стать лживым и изворотливым, а может начать проверять мир на прочность, нарушая границы и вообразить себя воином, надеясь, что отец когда-нибудь оценит его подвиги и вернется к нему. Он грубит матери, издевается над учителями и одноклассниками или громит шкафчики в детском саду.

В случаях, когда после развода бывшим супругам не удалось сохранить хорошие отношения, отец обесценивает мать ребенка, требует не слушать ее и отчима, дети теряют ориентиры и возможность идентифицировать себя с мужской фигурой затруднительно. Отец ушел – он плохой? Или хороший, если не заставляет выносить мусор, не зудит над ухом: «делай уроки, вставай и иди в школу, ешь суп, а не гамбургеры». Он приезжает под Новый год с подарками и устраивает праздник. Все остальное время можно фантазировать о нем.

*Так произошло в семье двух мальчиков. После развода они живут с матерью. Старшему 15, младшему 12. Отец несколько лет находится в другой стране, по телефону руководит воспитанием. Он очень зол на мать сыновей за развод и постоянно внушает, что это она разрушила семью, хотя именно его пьянство и насилие стало причиной развода. Он учит сыновей не слушать мать и отчима, не выполнять их требования по поддержанию чистоты, посещению школы. В результате старший решил, что он «дотянет» до 18 лет и дальше будет жить один, в квартире, которую ему предоставят отец и мать, на деньги, которые зарабатывает мать (она виновата – пусть содержит меня). Он не ходит в школу юридически, лежит на диване и играет в компьютер. Естественно, грубит и слышать никого не хочет. Отец пишет грозные смс послания, обещает приехать и разобраться с теми, кто обижает его сына. Младший уже несколько лет питает надежду развести мать с новым мужем и тогда, как он надеется, вернется отец и все будет хорошо. Он коварно сообщает матери о всяких выдуманных им грехах ее нового мужа, исполняет завет отца не слушать мать и тоже грубит. Отец для него – идол. Живет в Европе, сильный, смелый, присылает иногда подарки и на каникулы забирает к морю. Но уроки – не его дело, поведение и жалобы учителей – это к матери. И мальчик орет на мать, что она испортила его жизнь.*

*Младший в терапии. Я рекомендовала орать на меня вместо матери. Он некоторое время получал удовольствие от процесса. Обесценивать ему очень нравилось. Я даже*

*не представляла, какая я ужасная: я отбираю деньги его матери, я его мучаю, посягаю на его свободу и время, я его не слышу и ничего не понимаю, главное, не делаю, как он хочет. Потом стал еще злее и чем больше ругался, тем труднее ему становилось. Я прокомментировала: «Ты хочешь, чтобы я тебя бросила?». «Да», – выдохнул он. «Чтобы вы меня бросили и я мог обвинять вас». «Именно этого я не сделаю» – ответила я. Периодически он еще «закипает» и нападает на меня, проверяя на прочность, но ситуация сильно улучшилась, терапия продолжается и отношения выстраиваются. До идентификации с отчимом еще далеко, но он уже слушает его и начинает соблюдать правила.*

## РЕАНИМАЦИЯ

*Девятилетняя Маша после ухода отца постоянно держится за юбку матери, как четырехлетняя. Хотя мать и заверяет ее, что она ее никогда не покинет, но девочка думает, что вернее будет все же постоянно оставаться поблизости и повсюду следует за ней, контролирует, где и как мать отсутствует, запрещает ей куда бы то ни было выходить по вечерам. Кроме того, ее мысли постоянно занимает отец, она задает себе вопросы: хорошо ли чувствует он себя совсем один в своей новой квартире; не может понять, как получилось, что отец смог ее покинуть, несмотря на то, что любит ее, как уверял перед уходом; думает о том, как вести себя в выходные при встрече с ним, чтобы не ранить ни отца, ни мать.*

Часто между родителями и детьми возникает сговор отрицания — результат желания родителей принизить или вообще отрицать значение развода. Такая тенденция порождает готовность ребенка к отрицанию, которая должна помочь ему смягчить последствия развода. Дети все улавливают. Бессознательно сигнализирует мать ребенку: покажи мне, что все не так уж плохо. И отрицание ситуации развода настолько усиливается у ребенка, что мать принимает желаемое за реальное. Иллюзия исключенности детей мешает говорить с ними об их будущей жизни, о том, что они переживают сейчас.

---

Развод кастрирует мальчика  
и делает реальными эдиповы  
опасения.

---

Еще одна возможность освободить себя от чувства ответственности по отношению к ребенку и избавиться от чувства вины – скрывать от ребенка развод, либо ожидать, что долгая разлука приведет к тому, что отец больше никогда не вернется. Обычная легенда: папа – разведчик или работает на полярной станции, мама – с театром на гастролях. В первом случае ребенок потеряет всякое доверие ко взрослым, во втором — потеряет веру в непрерывность отношений. В результате эти дети развивают в себе такой стиль жизни, при котором они постоянно проявляют потребность контролировать любимого человека, чтобы совладать со страхом его потерять.

*Семилетний Ваня не ходит в туалет вне квартиры, нужно постоянно возвращаться домой. Он ждет отца и надеется, что он уже там, дома, когда они с мамой вернутся. Но мама не должна знать об этом, считает Ваня. Я догадалась об этом, но не имею права сообщать*

*маме, так мы договорились с Ваней в обмен на некоторое изменение поведения и ослабление контроля.*

Откладывать сообщение о разводе или вообще его скрывать, желать поскорее закончить неприятный разговор об этом, надеяться на то, что развод не так уж страшен для детей — все это очень напоминает поведение детей.

В момент необходимости информировать дочь или сына о разводе родители действительно чувствуют себя как провинившиеся дети, они испытывают желание уйти от ответственности, пощадить себя, найти отговорки, обвинить других, скрыть. Подобные регрессии взрослых в сочетании с разводом могут иметь тяжелые последствия. Получается обмен ролями, в котором родители начинают выступать в роли детей, а дети в роли критикующих взрослых, которым доверено право выносить решения о виновности и невиновности. И это происходит именно в тот момент, когда сами дети сильно нуждаются безопасности, которую можно доверить родителям..

Часто детям отказывают в немедленной помощи уже в тот момент, когда они впервые слышат о разводе. И при этом именно обстоятельства, сопровождающие информацию о разводе, «запускают» послеразводный кризис. Дать ребенку возможность выражать свои аффекты, принимать его печаль и говорить с ним о его страхах, не пытаться

---

Часто между родителями и детьми возникает сговор отрицания — результат желаний родителей принизить или вообще отрицать значение развода.

---

образовывать коалиции против другого родителя и тем самым не навязывать ребенку конфликт лояльности — это только первые шаги, которые родители могут пройти вместе с детьми по тернистой дороге в другое будущее. И во многом они определяются коммуникацией.

Трудная миссия, которую в момент сообщения о разводе и в последующий период необходимо выполнить родителям, — взять на себя ответственность за причиненную детям боль. Использование лжи, отрицание, перекладывание вины на другого — основные причины ухудшения психического развития детей. Их поведение, в котором проявляется их печаль, и которое служит преодолению раздражения, не рассматривается родителями как взаимосвязанное с психическими проблемами, возникшими в результате развода. Тогда и развод официально не рассматривается как кризис. Если нет кризиса, то нет и проблем. А если нет проблем, то и плохое поведение — это только плохое поведение, которое родители встречают дисциплинарными мерами.

Ребенок становится все более одиноким, усиливаются специфичные для развода аффекты и страхи. В результате поведение, ведущее к конфликтам с родителями, требует все новых затрат энергии, замечания и критика родителей усиливаются и далее по кругу.



## УТОМЛЕННЫЕ ВЗРОСЛЫЕ

Беспомощность родителя, воспитывающего в одиночку ребенка, имеет последствия: отрицание, приукрашивание, умолчание, обвинение.

Финансовые трудности и связанные с ними перегрузки ограничивают время общения разведенной матери и ребенка, чаще меняется ее настроение.

Например, ребенок упрямится, когда хочет что-то получить, медлит по утрам, недоволен едой, ворчит из-за отмены похода в парк, отказывается мыть голову или чистить зубы и недавно разведенная мать склонна к раздражительным реакциям, может легко накричать на ребенка, удариться в слезы, наказать ребенка, хотя прежде обходилась одним только замечанием или беседовала с ребенком о возникшей проблеме.

В период кризиса ребенок тоже требует от матери больше внимания, чем обычно, а мать из-за перегрузок менее терпима. Агрессия, латентная при обычных условиях жизни в отношениях мать-ребенок усиливается в период кризиса. Ссоры и раздражительность порождают агрессивную реакцию обеих сторон, создавая конфликтные ситуации там, где ранее их можно было избежать.

Например, ребенок знает, что любимый герой в книжке, выходя гулять, надевает джинсовую куртку. Мальчик постоянно идентифицирует себя с этим героем, который также ходит в детский сад, ему тоже бывает больно и грустно. Мать использует эту идентификацию тоже, потому что герой из книжки чистит зубы и послушно выполняет просьбы взрослых.

Мальчик хочет одеть в детский сад джинсовую куртку, день прохладный и мать против. Можно обсудить с сыном, как мог бы замерзнуть любимый герой, если бы надел джинсовую куртку, можно было бы взять с собой куртку и надеть ее через несколько часов, если потеплеет. Но мать думает, что ребенок понимает, что на улице холодно, и сейчас он спорит намеренно, чтобы ей досадить. Она работает целый день, устает и хочет немного сочувствия. И она злится, говорит, что не сделает, как он хочет! В ответ – яростное сопротивление ребенка, которое усиливает гнев матери, в результате она запрещает гуляние вечером. Ребенок рыдает.

Мать считает сына черствым, а себя считает невинной жертвой, которая заслуживает заботу. Переживания из-за разрушенного брака мать переносит на ребенка и обрушивает на него негативные эмоции вместо разведенного родителя.

## ЭДИПОВО РАЗВИТИЕ

В эдипе любовные устремления обычно направлены на одного родителя. В период послеразводного кризиса усиливается страх разочаровать его и поэтому потерять его любовь. Для ребенка это невыносимо. И тогда родитель воспринимается угрожающим,

---

Откладывать сообщение о разводе или его скрывать,  
желать поскорее закончить неприятный разговор об этом, надеяться  
на то, что развод не так уж страшен для детей — все это очень  
напоминает поведение детей.

---

---

Трудная миссия, которую в момент сообщения о разводе и в последующий период необходимо выполнить родителям, — взять на себя ответственность за причиненную детям боль.

---

нополым родителем. Быть, как мать, для девочки – отказ от отца, для мальчика быть, как отец, — отказ от матери.

Если ребенок в ходе такой идентификации будет испытывать ненависть к другому родителю, в результате под угрозой могут быть эдиповы любовные отношения, а вместе с ними способность к дальнейшей гетеросексуальной жизни.

В семьях, в которых ребенок живет с одним из родителей, или когда один из них не участвует в семейной жизни, например отцы, которые появляются дома поздно вечером, когда дети уже спят, а в выходные дни тоже работают – реальные отношения отца и ребенка не случаются, как и в предразводных семьях.

Многие отцы в процессе развода сталкиваются с возможностью потери ребенка – право опеки становится полем битвы за отцовские права и влияние. Ситуация развода бывает равносильна символической кастрации отца, его нарциссические переживания выражаются в ярости. Некоторые мужчины увлекаются свободой, уезжают на месяцы или годы. Потом трудно снова вернуть доверие ребенка к отцу. Некоторые начинают борьбу против бывшей супруги и делают все наоборот, нарушают договоренности: ребенок может смотреть телевизор, сколько захочет, он остается с отцом допоздна в ресторане, лекарства «забывают» принять. Некоторые отцы реагирует на унижительное лишение отцовской власти и прав таким образом, что они и дальше пытаются играть роль главы семейства и распорядителя. Они любят показываться в детском саду или в школе, в дни посещения ребенка обследует их проверенный врач, дают детям распоряжения и указания, самостоятельно записывают в спортивные секции и, конечно, все это без согласования с матерью. Еще одна категория отцов, сильно обиженных в результате развода, ведет себя как беспомощная жертва и ищет сочувствия детей. Безусловно, бесконечные качели отношений матери и отца после развода могут быть остановлены, пока не превратились в порочный круг, даже это если поведение изменит один родитель.

что приводит вместо эдиповых конфликтов ревности к тяжелым конфликтам лояльности.

Такие дети, взрослея, вынуждены постоянно чувствовать необходимость выбора между двумя объектами и боятся ранить отсутствующего третьего. Невротические симптомы в таких случаях неизбежны. Конфликт лояльности, спровоцированный агрессивными отношениями родителей, мешает идентификации с од-

---

Ребенок в период кризиса требует от матери больше внимания, чем обычно, а мать из-за перегрузок менее терпима. Агрессия, латентная при обычных условиях жизни в отношениях мать-ребенок усиливается в период кризиса.

---

Итак, что может сделать аналитик, если разведенные родители привели ребенка в терапию:

- быть с ребенком вместе в его трудной ситуации и помогать ему не оказаться на войне, в которой нет победителей, помогать восстановить родительскую пару как защитную структуру, стать «третьим», который не позволяет одному из родителей присваивать его;
- разговаривать, прояснять, отвечать на сто вопросов: в чем я виноват, это я плохой, где я так провинился;
- позволять злиться на родителей, плакать, не стыдись своих аффектов;
- помогать не разлюбить своих родителей, не мечтать отомстить взрослым, или всем мужчинам и женщинам, восстанавливая доверие к миру.

И многое другое из того, что мы умеем.

