Родительский парадокс: противоположные стратегии – один результат

Родители, которым не нравится, как их воспитывали их собственные родители, могут прибегать к гиперкомпенсаторному поведению. Это означает, что, будучи недовольными действиями своих родителей, они будут прилагать чрезмерные усилия, чтобы ни в коем случае не быть, как они, и не нанести своему ребенку психологическую травму, которую они сами получили в детстве. Как правило, гиперкомпенсаторное поведение приводит к противоположной крайности и… к весьма удивительному результату.

Например, родители, которые в детстве подверглись физическому или психологическому насилию, могут потакать ребенку или опекать его настолько, что это приведет к психологическому дискомфорту. Поступая так, они создают ребенку проблему, весьма похожую на ту, которая была у них в детстве: ребенок не получает свободы, возможности проявить самостоятельность, необходимую для полноценного развития. Определенные паттерны поведения, которые кажутся полными противоположностями, на деле приводят к практически идентичным проблемам.

Компульсивность родителей, заставляющая их прибегать к крайностям в поведении, считывается ребенком как потребность вести себя определенным образом. Он не может отказаться от своей модели поведения даже тогда, когда она дисфункциональна.

Таким образом, гиперопекаемые дети имеют проблемы с взрослением и становлением независимыми личностями, потому что они уверены, что у их родителей есть патологическая потребность контролировать, манипулировать и заботиться о них. Самим детям может казаться, что они не справятся с той или иной задачей, хотя на деле они в состоянии сделать это. Но, скорее всего, они не станут справляться самостоятельно по вышеприведенным причинам. Изображать некомпетентность намного проще, чем притворяться компетентным.

Разумеется, родители ни в коем случае не хотят, чтобы их ребенок чувствовал себя несчастным. Однако одна из самых больших ошибок родителей – пытаться защитить ребенка от любой грусти или неудачи. Попытки оградить детей от всякого разочарования приводят к тому, что они будут не в состоянии переносить малейшее лишение. У них будут большие проблемы с автономией вплоть до полной неспособности к самостоятельной жизни и к самостоятельному принятию решений.

Если ребенок растет в ситуации физического или психологического насилия, у него формируется низкая самооценка. Умом он может понимать, что насилие было не его виной, но на уровне чувств уверен, что каким-то образом он был виновен в том, что с ним происходило. Дети, которые растут в ситуации гиперзаботы и гиперопеки, на уровне сознания могут быть уверены, что они способны на многое. Однако, несмотря на эту убежденность, они чувствуют огромную неуверенность в себе, так как их родители не верят в них, в их самостоятельность и способность быть взрослыми и автономными. Насилие может лишить ребенка способности действовать самостоятельно, но и его противоположность – гиперопекающее поведение – делает то же самое. Получается, что

противоположные модели родительского поведения приводят к одному результату. В данном случае – это низкая самооценка и неспособность быть самостоятельным.

Рассмотрим ситуацию наркотической зависимости. Подросток, родители которого не обращают на него внимания, с большой долей вероятности прибегнет к саморазрушительному поведению, например, к употреблению наркотиков. Он будет принимать их, пока его родители не заметят этого и не обратят на него внимания. Вырастая и становясь родителями, такие люди хотят во что бы то ни стало не повторить ошибок собственных родителей. Они будут общаться со своим ребенком так, чтобы он понимал, что они замечают его и заботятся о нем. Но они могут прибегнуть к крайности, подозревая своего ребенка. Например, будут постоянно твердить о вреде наркотиков или даже обыскивать его личные вещи, пытаясь найти запрещенные вещества. Такое поведение сообщает ребенку, что родителю необходимо читать ему лекции и искать наркотики даже тогда, когда нет ни единого намека на то, что ребенок их употребляет. Родители испытывают бессознательное желание найти наркотики, чтобы продолжать удовлетворять свою потребность рассказывать о том, насколько они вредны.

Ребенок не может лишить родителя его любимой роли. Он может начать принимать наркотики, даже если раньше не имел подобных намерений. Кроме того, бессознательно он оставит следы своего преступления – чтобы родитель мог продолжать утверждаться в своих догадках.

Рассмотрим три основных принципа негативного воздействия дисфункционального родительского поведения:

1. Если родитель постоянно критикует ребенка за то или иное поведение (конечно же, желая, чтобы он прекратил), его поведение не только не прекратится, но и усилится.

2. Если родитель постоянно требует, чтобы ребенок сделал то, что родитель хочет или считает правильным, он не только будет уклоняться от этого действия, но, вполне вероятно, сделает прямо противоположное.

3. Если родитель постоянно говорит ребенку или подростку, что у него есть какая-то отрицательная черта или что ему недостает какой-либо положительной черты, он будет компульсивно усиливать проявление или недостаток того, о чем говорит его родитель. Если родитель утверждает, что ребенок неряшлив, велика вероятность, что он станет еще более неряшливым.

Воздействие поведения «от обратного» в попытке не повторять ошибок своих родителей можно проследить на генограмме семьи. Она наглядно показывает, как амбивалентность и запутанные послания родителей заставляют детей действовать прямо противоположно, прибегая к другой крайности.

Например, если в одном поколении семьи были алкоголики, они могут воспитать поколение трезвенников, которое в свою очередь породит поколение алкоголиков. Поколение трудоголиков может воспитать безответственных гедонистов, которые, в свою

очередь, воспитают новое поколение трудоголиков. Другой вариант: в одной и той же семье один ребенок будет трудоголиком, а другой – избегать работы всеми известными способами.

Эффект поведения от обратного, когда маятник качается в противоположную сторону, является одним из основных механизмов передачи дисфункционального поведения от одного поколения к другому.

Оригинальная статья: David M.Allen, — Parenting: Opposite Strategies, But the Same Results, Psychology Today, December, 2015

Автор перевода: Елисеева Маргарита Игоревна

Редактор: Симонов Вячеслав Михайлович

Ключевые слова: материнство, отцовство, родительство, воспитание детей, дети, родители, психология, семейная психология

Источник фото: unsplash.com

