Перевод с детского или игра в принцессу
Автор: Наталия Кедрова
(по материалам сайта: http://Gestalt.ru )

В англоязычных текстах, которые мне приходилось переводить, редактировать или просто читать, часто встречается выражение -встретиться со своей потребностью – to meet one`s need.. Как жизнь показывает, осознавание своей потребности - это совсем не такое простое дело. И если взрослый, когда ему чего-то хочется, но не понятно, чего же именно, может обратиться к своему опыту, к различным воспоминаниям, проанализировать свои чувства, то что с ним происходит, или осознанно воспользоваться методом "проб и ошибок", то для ребенка все значительно сложнее.

2-3 летний ребенок говорит "Я хочу", и родители воспринимают их с радостью или тревогой, предполагая за этим некоторый сознательный, взрослый выбор. Часто же эти слова оказываются всего лишь словами, обозначающими наличие желания, в не само его содержание. Надо в скобках отметить, что взрослые очень по-разному встречают желания ребенка. У одних родителей слова малыша "Я хочу" вызывают гордость и радость, вот, мол, какой взрослый стал человек, сам знает чего хочет. У Других родителей это может вызвать напряжение, испуг, даже панику: смогут ли они удовлетворить эти желания, хватит ли сил и денег, чтобы достать желанную луну? Вот для примера несколько возможных реакций родителей на слова ребенка "Я хочу":

- Я горжусь своим сыном, потому что он сам решает, что ему делать, и с ним можно договориться (сыну 2,5 года)

- Мне становится страшно, когда дочка начинает говорить о своих желаниях: детские аттракционы, игрушки, я боюсь, что у меня не будет возможности ей купить то, о чем она попросит, я чувствую себя никчемной, неудачной, стараюсь как можно быстрее пробежать мимо киосков, витрин...Ее желания становятся опасными для меня (девочке 4года).

- Меня только раздражает, когда ребенок, и не только мой, начинает ныть и требовать: хочу то, хочу это. У ребенка еще нет и не может быть никаких прав чего-то хотеть. У него есть кому решать его проблемы (мальчику 6 лет).

То, какие чувства, какие реакции вызывают у окружающих желания ребенка - то есть его прямое заявление о своих потребностях -во многом определяет способ обращения ребенка со своими желаниями. Он может их увидеть или спрятать, проигнорировать, испугаться, застыдиться.

Ребенок не в состоянии узнать содержание своей потребности, до той поры, пока он не встретится с ней, пока не испытает удовлетворение, пока не узнает ситуацию, в которой ему хорошо, не выделит в своем сознании предмет, человека или отношение, которое приносит удовольствие, и не познакомится, таким образом со своим желанием. Его чувства говорят ему о том, что чего-то ему хочется, чего то не хватает. В теле возникает напряжение, дискомфорт, беспокойство. Ребенок выхватывает взглядом какой-то предмет - ага, вот это мне и нужно, вот этого мне и не хватало, без этой машинки, куклы, конфеты, бабушки, мальчика, собачки мне так плохо! Или вспоминает какую-то прошлую ситуацию, когда было хорошо, и пытается вернуться в нее или воспроизвести ее в текущий момент. Хорошо, если это совпадает с реальным желанием ребенка, тогда действительно наступает удовлетворение и встреча со своей потребностью, узнавание и присвоение полученного опыта. Куда как хуже, если на самом деле желание было другим. Тогда ребенок получает желанную собачку, бабушку, конфету, но остается неудовлетворение. остается напряжение и раздражение, которое прорывается через благополучие слезами, криком, обидой или другими способами. И тогда взрослые начинают жаловаться на капризы. Интересно рассмотреть эту ситуацию с точки зрения нарушения контакта между ребенком и окружающим миром.

Когда взрослые вспоминают какие-то эпизоды своего детства, на группах или в индивидуальной терапии, связанные с капризами, то часто говорят о том, что само желание что-то получить или куда-то попасть было очень сильным, ясным, четким. В сознании была очень яркая фигура - хотелось именно этого и только этого, все остальное было блеклым и размытым фоном. Взрослые вспоминали еще одну общую черту: в этой ситуации дать желанную вещь мог только другой сильный и могущественный человек, вроде волшебника или великана. Конечно, если увидеть ситуацию с точки зрения ребенка, то в его жизни действительно есть такой момент, когда ребенок только чего-то хочет, показывает это знаком, жестом, голосом, иногда словами, а его всемогущий помощник или покровитель угадывает и выполняет это желание. Стоит только захотеть есть- и во рту уже сладко, захотеть игрушку - и она уже в руках. Почти как в сказке - потер лампу и джин принес дворец и все что пожелаешь. Или палочкой волшебной взмахнешь, скатерть-самобранку разложишь - и сыт и доволен. А потом вдруг что-то портится в волшебной лампе, говоришь ей - хочу, а джин, то есть родитель, в ответ - сам, пожалуйста. Обидно становится до слез, что делать - не понятно, как объяснить неизвестно, и приходится бывшему повелителю джинов и волшебников знакомится с прозаической реальность. Так что неслучайно люди вспоминали возникающее в подобных ситуациях очень сильное чувство обиды на взрослых, которые "подсовывали" что-то незначимое, только чтобы успокоить ребенка или отвязаться от него. Встреча со своими потребностями в таком случае так и не происходило, а у ребенка складывался опыт, что говорить "я хочу это" неприлично, стыдно, бессмысленно или опасно. Если такой опыт приходил достаточно рано, то потом взрослые с трудом могли вспомнить свои детские желания, а говорили:

- Я была очень удобным ребенком. Я не помню, чтобы я чего-нибудь такого особого просила, я хотела только то, что надо.

Узнавания потребности не было и в этих случаях, на место желаний становились более или менее жесткие интроекты. Однако подлинные неузнанные желания, с которыми ребенок разминулся, остаются и дают о себе знать чувством неудовлетворения, обиды, разочарования, раздражения или злости. У детей складывается определенный способ обхождения со своими желания и избегания встречи с ними, что нередко приводит к ситуациям, требующим специальных усилий, например вмешательства психолога или психотерапевта.

В терапии и при консультировании приходится встречаться с случаями, когда ребенок испытывает желания, но не осознает их, не владеет эффективными способами обращения со своими желаниями. В этом случае необходимым, а иногда основным, содержанием работы становится работа с выявлением подлинного желания ребенка, спрятанного за послушанием, безразличием или бурным капризом. Наша работа была похожа на перевод крика "Хочу луну" с детского языка на родительский. И хорошим методом работы оказалась "игра в принцессу".

Мама привела 5-летнюю девочку Олю с жалобами на ее неуправляемость, истерики, капризы "на пустом месте". В результате взаимодействие с дочкой превратилось в мучение и мама уже всячески избегала таких моментов, отправляя дочку к бабушке, старалась общаться с девочкой в присутствии посторонних людей. В этом настроении маме не хотелось включаться в занятия, она приводила девочку и ждала в соседней комнате или уходила по своим делам.

На одной из сессий я предложила Оле поиграть "в принцессу". Она согласилась. Мы выбрали волшебный камешек, который мог выполнять все желания. Она называла сладости, потом игрушки, перечисляя их довольно монотонным скучным тоном. Когда я рисовала их на бумаге, она смотрела без особенного интереса, и один раз снисходительно заметила:

- Все равно, ничего этого нет на самом деле. Потом девочка вдруг сказала:

- А еще хочу пусть будет лошадка.

Я рисую такую же условную лошадку, как и все предыдущие предметы. Но вдруг к этому рисунку Оля отнеслась более заинтересовано, внимательно посмотрела и уточнила:

- У нее должны быть крепкие ножки, чтобы можно было быстро бегать и прыгать.

Я начинаю уточнять рисунок, Оля придвигается ближе и уточняет, где и что еще надо дорисовать с явным интересом. Потом мы пририсовываем травку, дорогу, потом Оля говорит, что вообще-то нужны и другие лошадки. Настроение у нее улучшается, привычную унылую гримасу сменяет улыбка. Я спрашиваю:

- А ты что будешь тут делать?

- Я тоже буду бегать, прыгать, скакать и кувыркаться. \*

- Тебе это нравится?

-Ага.

- А где ты можешь побегать?

- Дома нельзя - голос опять становится скучным и безнадежным. В этот момент происходит встреча желания с реальностью, которая делает ею невозможным. И переживание, возникающее в этот момент может быть достаточно острым, в нем может быть и печаль и злость. Для ребенка важно встретиться с искренним и честным присутствием взрослого.

- Действительно, бывает противно и обидно, когда хочется попрыгать, побегать и никак нельзя.

Оля произносит взрослым "не своим" голосом:

- Приличные девочки не скачут - И опять своим голосом - Мама сердится, когда я дома балуюсь.

- Где можно найти такое место, чтобы можно было попрыгать и чтобы мама не сердилась?

Мы начинаем перебирать такие места, и так как перед нами лежит рисунок, на котором лошади скачут по траве и дорогам, то Оля быстро предлагает детскую площадку перед домом. Здесь важно то, что у ребенка уже есть необходимые знания о тех местах, тех условиях, где его потребность может быть удовлетворена-. Поддержка терапевта необходима для актуализации этого знания и преодоления ощущения безнадежности и невозможности удовлетворить свои желания.

В оставшееся время мы обсуждаем, как это здорово и важно бегать и прыгать вместе с другими детьми, даже если ты девочка, и как можно поговорить с мамой, чтобы она это поняла и разрешила побегать.

У ребенка 5 лет бывает достаточно опыта, когда ему чего-то хочется, он говорит об этом, и ничего не получает. Действительность представлена для него довольно безнадежной. Иногда это бывает вызвано реальными обстоятельствами, когда ребенок хочет луну с неба или купаться в речке сейчас немедленно зимой, и даже самый любящий родитель не в состоянии вернуть лето, искренне чувствуя себя виноватыми в этом. Иногда это результат взаимодействия с близкими взрослыми, которые не могут по той или иной причине вникать в состояние ребенка, они говорят "нет, не положено" и на этом разговор заканчивается. Поэтому ребенку требуется определенный положительный опыт признания и возможности удовлетворения его желаний.

Последовательность шагов игры "В принцессу" могут быть следующими:

1. Введение в игру. Прогаваривание условий игры, подчеркивание важности слов "Я хочу". Начало игры: обсуждение замка или дворца, окружения и т.д. - создание игровой атмосферы.

2. Введение "волшебного друга" - посредника, выполняющего желания ребенка. Это особенно важно при участии в игре родителей. Волшебный посредник позволяет родителям преодолеть сопротивление приказам ребенка. Это волшебный посредник подчиняется ребенку и выполняет его желания, а не родитель, который может легко оказаться втянут в борьбу за власть с ребенком.

Эти два шага соответствуют стадии предконтакта и позволяют создать пространство для возникновения последующей фигуры потребности.

3. Высказывание ребенком желаний и рисование желанных предметов схематично. На этом этапе важно дать место для высказывания любых желаний ребенка и не проявлять никаких чувств, чтобы не повторить травмирующую ребенка реакцию взрослых на его

желания. Любые самые фантастические желания принимаются и исполняются на листе бумаги. Гора сникерсов - рисуем гору сникерсов. Лошадка - рисуем лошадку. Чтобы все умерли в один день - рисуем ряд могилок. Другой важный момент - это точность, рисуем только то, что было названо, не привнося своего видения и дополнительного взрослого опыта.

4. Уточнение ребенком деталей желанного объекта. Важный момент в работе, который позволяет определить, какие именно характеристики желанного предмета оказываются значимы, актуальны для ребенка, какое качество предмета делает его нужным, привлекательным для ребенка, с чем его актуальная потребность может быть связана. Так, ребенок говорит, что он хочет собаку. Я рисую нечто с хвостом на четырех ногах с ушами и черным носом, такую собаку вообще, и тогда оказывается, что собака должна быть БОЛЬШОЙ, СИЛЬНОЙ и СТРАШНОЙ, или ПУШИСТОЙ, МЯГКОЙ и ДОБРОЙ, или ВЕСЕЛОЙ и ПРИВЕТЛИВОЙ, потому что собака нужна, чтобы ПУГАТЬ или ЗАЩИЩАТЬ, чтобы ЛАСКАТЬ или ИГРАТЬ. Если это действительно то, что хочется, то для ребенка важны именно определенные качества и определенные действия, и он вмешивается в процесс рисования и начинает поправлять, уточнять или возражать, и таким образом ведет нас к более точному пониманию его потребности.

Эти шаги позволяют исследовать окружающую действительность и построить фигуру объекта потребности.

5. Выяснение действий, которые хочется делать ребенок в названной им ситуации или с названным предметом. Если это гора сникерсов, то может быть ее хочется съесть, может быть угостить друзей, может быть восхитить их своим богатством, а может быть -построить домик как из кубиков.

Важный шаг, приближающий к реальной жизненной ситуации и к действиям, которые ребенок может осуществить.

6. Переход к реальности - где это желание может осуществиться в реальной жизненной ситуации ребенка и как этого можно добиться.

Желания, которые возникали у детей, и как они трансформировались в процессе игры, иногда были совершенно неожиданными. Та же лошадка в другом случае была средством добраться до бабушки и в конце работы оказалось, что вполне можно бабушке позвонить, потому что мама не может к ней отвезти, а вот набрать номер телефона мама, как сам ребенок вспомнил, умеет. Желание уехать в Африку, как хорошо понимал 10-летний мальчик, совершенно безнадежное, скрывало за собой желание сходить в соседний двор и страх делать это одному и желание завести друзей в новом незнакомом месте, куда недавно переехала семья. В игре оказалось, что для того, чтобы сходить в соседний\* двор, вполне подходит старший брат, а подружиться можно и с малышами, которым очень интересно послушать истории, которые мальчик умел здорово сочинять и рассказывать. Достаточно подробное обсуждение различных объектов и ситуаций прокладывает новый путь к исследованию окружающей среды и дает ребенку подходящий способ взаимодействия с действительностью

Интересным кажется еще один вариант применения этой игры. В этом случае основная работа проводилась мамой, у которой оказалось достаточно воображения и чуткости, чтобы провести эту игру самостоятельно. Мама обратилась за консультацией по поводу капризов своей 5-летней дочери и рекомендаций "правильных" методов воспитания скромности и порядочности. Нескромность и капризность девочки проявлялась в ее постоянных попытках нарядиться, украсить себя, привлечь внимание взрослых к своему внешнему виду, обидчивости и вспыльчивости. Мама девочки переживала, что таким образом не будет развиваться духовность ребенка и реагировала на это поведение, строго осаживая девочку, объясняя ей недостойность такого поведения. В момент нашей встречи девочка не просила новых нарядов или украшений, но не могла удержаться, чтобы не покрасоваться. Во время беседы оказалось, что по ночам девочку мучает сильный кашель, который мешает ей спать и который, по мнению педиатра не был вызван простудой или аллергической реакцией организма. В этом ночном кашле было ретрофлексированное заявление о своих желаниях, которое слишком опасно было проявить напрямую, потому что мамино неприятие этих желаний было слишком очевидно.

Вот что происходило во время игры "В принцессу". Мама предлагает девочке поиграть в принцессу:

- Ты будешь маленькой принцессой, это будет твой дворец, тут твои друзья.

Девочка соглашается играть с большим интересом. Они обсуждают, какой у нее дворец, где комната принцессы, кто еще живет во дворце. Потом мама говорит, что кроме обычных людей во дворце живет еще волшебный баран (это была детская пластмассовая игрушка, попавшаяся маме на глаза случайно). Этот баран умеет выполнять любые твои желания, надо только сказать: "Я хочу" - и все исполнится.

Девочка начинает играть с удовольствием, все больше увлекаясь. Вначале она перечисляет те вещи, которые были для нее желанны, но мама, помня об условиях игры, соглашалась и только спрашивала, что еще. С каждым новым "я хочу" голос девочки звучал увереннее, энергичнее, лицо становилось расслабленнее, веселее. И к большому удивлению мамы ужу через несколько минут девочка предложила, что бы баран делал не только для нее, но и для друзей, для бабушки. Через некоторое время очень насыщенной игры девочка сказала, что баран устал, уложила его под одеяло и продолжала играть и обсуждать с мамой, что еще хотелось бы сделать. Еще в течение трех-четырех дней она ходила в обнимку с этим бараном, укладывала его с собой спать, но ночной кашель после этого сильно уменьшился и напряжение между дочкой и мамой стало снижаться.

Первые желания, которые прозвучали, были уже знаемыми ребенком, знакомыми, привычными. Те, которые возникли потом, были новыми, неожиданными как для дочки, так и для мамы, в них было много энергии, они вызывали интерес, давали энергию для развития действия.

После того, как были предъявлены "запретные" желания иметь что-то для себя, напряжение, связанное с остановкой высказывания этих желаний, снизилось и освободилось пространство для других желаний, которые оказались принимаемы мамой. Мышцам гортани не надо было больше сжиматься, чтобы удержать слова "я хочу", и ушло напряжение, проявляющееся в ночном неконтролируемом кашле. Было восстановлено естественное развитие цикла контакта, девочка смогла ассимилировать этот новый опыт и перенести его в другие, неигровые ситуации общения с мамой. Прошло чувство обиды, появилось спокойное удовольствие от игры и от общения.

В заключение приведем основные этапы работы с желаниями:
Разговор о желаниях, о важности выскывания своих желаний.
Исследование окружающей среды, выделение предметов желаний
Узнавание предмета потребности, осознавание потребности
Встреча с реальностью, переживание возможности или невозможности осуществления желания.
Выбор и обсуждение реального способа действия, адекватного ситуации.

Психотерапевтическое содержание работы с капризами и желаниями невозможного заключается в поиске актуально значимой потребности ребенка, встречи с потребностью, принятии своей потребности, поиске способа удовлетворения этой потребности и исследовании окружающей среды, ее ресурсов для удовлетворения этой потребности.

Цикл контакта прерывается на уровне осознавания желания. В сеансе терапии ребенок получает важный для себя новый эмоцинальный опыт безопасного предъявления своих желаний в общении с взрослым, принятия своих желаний и благодаря этому может перейти к этапу сканирования - исследования окружающей среды с целью поиска необходимого объекта и развертывания ретрофлексированных действий: обращения к кому-то за помощью, некоторые самостоятельные движения или действия. Таким образом ребенок совершает творческое приспособление и не только знакомится со своей потребностью, но и вырабатывает новый способ удовлетворения своей потребности. В результате ребенок приобретает позитивный опыт встречи со своей потребностью, чувствует себя уверенным и компетентным в контакте с окружающей действительностью.