

ЭНЕРГИЯ МАТЕРИ

Автор **Алеся Кармалинская, Прага**

<https://yoursoftskills.cz/>

— И это всё? А где инструкция, как себя вести и что делать с ребенком, — разгневалась родительница после первой лекции о психоаналитике Франсуазе Дольто, — нужно раз два и готово, а не вот этот... детский психоанализ.

Начиная цикл лекций «Траектория будущего» с темы детского психоанализа Дольто я подразумевала, что могу столкнуться с подобной реакцией родителей, так как для многих сегодня любые процессы в обществе и семье — это мир быстрого потребления, и результат нужен прямо «здесь и сейчас». «Времени нет» — я это слышу гораздо чаще, чем хотелось бы. Понятие человеческого измерения укорачивается, сводясь до биологии нейронных цепочек мозга. Магическая кнопка превращения Restart нужна всем. На моём месте осуждать человека за это глупо и не этично, но только психоанализ — это не система быстрых изменений, не один из методов позитивной психологии или какой-то набор лайфхаков про воспитание детей. Существуют три практики, в которых вы никогда не сможете сказать «Мы закончили» — это психоанализ, воспитание и управление.

Волнительно было начать разговор с родителями о психоанализе, придерживаясь языка его создателя — Франсуазы Дольто, но, пожалуй, труднее молчать об этом. Добавилось ещё и личное: биография Дольто покорила мое сердце. Сдерживаться и не поднимать этой темы казалось бы лукавством. Обладать знанием и доказательством, что психоанализ работает. В надежде, что эта тема не станет недооцененной и непонятной, лучшее, что могло мне прийти в голову — это рассказать о жизни самой Дольто. Мне кажется для первого свидания это был отличный план.

Формат статьи в блоге — суцая мелочь, чтобы говорить о великом человеке, но возможно, именно с этих строк вы начнете свое глубокое и профессиональное знакомство с психоанализом. В этой статье я расскажу биографию Дольто, а в конце публикации вы сможете скачать себе печатную версию этой статьи в формате PDF.

ФРАНСУАЗА — КТО ОНА?

Кто эта женщина, в честь которой названа улица в Париже? Выпускаются почтовые марки с её изображением? Она стала героем множества французских мемов на тему воспитания детей, а по её клиническим практикам, описанным в томах психоанализа, ставятся театральные постановки? Известный российский педагог, основатель школы «Апельсин» Дима Зицер в своих аудио подкастах взял за основу концепцию её радиопередачи, которую она когда-то вела на радиостанции Франс-Интер, в 70-х годах прошлого века. В 1992 году во французском еженедельнике «Le Nouvel Observateur» появилась статья под названием: «А не сжечь ли Дольто?», потому как влияние Дольто на умы родителей достигло такой силы, что возникла тревога по поводу утраты возможности любого другого, не психоаналитического, взгляда на ребенка. Кто же она?

ДЕТСТВО

Франсуаза Моретт* родилась 6 ноября 1908 года. Малышка Франсуаза была поручена ирландской няне, которая обожает её и говорит с ней полностью на английском языке, так постоянно, что её образованные родители - французы вынуждены начать говорить с ней на английском, чтобы она хоть как-то им улыбку и вошла с ними в коммуникацию.

<https://yoursoftskills.cz/>

ЭНЕРГИЯ МАТЕРИ

Автор Алеся Кармалинская, Прага

<https://yoursoftskills.cz/>

Позже выяснится, что эта няня оказалась преступницей: она брала Франсуазу с собой в дом терпимости, где иногда подрабатывала на горячих вечеринках и торговала кокаином. В таких условиях девочка жила и росла, вопреки всему, безумно любимая этой странной ирландкой, но на 8-м месяце вся тайна жизни няни-ирландки вскроется и родители уволят её. Франсуаза в одночасье лишается самого близкого человека в семье. После расставания с няней она заболевает двусторонней пневмонией и спасает ее только инстинкт и та самая энергия матери, о которой Франсуаза в карьере психоаналитика будет говорить не один раз. Чтобы спасти малышку, мать постоянно прижимает её к себе, в течение 24 часов. Позже Франсуаза скажет об этом, что «энергия матери, как однажды спасла её, точно также однажды стала для нее разрушительной». В любом случае малышка Вава (уменьшительно-ласкательное имя Франсуазы в семье) выросла в счастливой и веселой семье. В семье она четвертая из семи детей. Её родители придерживались христианских взглядов и монархистской культуры, что причисляло их к парижской буржуазии 16 округа Парижа.

* (в девичестве, в 1942 году она вышла замуж за русского врача Бориса Дольто. Вместе они прожили счастливую семейную жизнь, воспитывая троих детей)

СТАНОВЛЕНИЕ ФРАНСУАЗЫ

Становление Франсуазы начнется тогда, когда она почувствует, что её вопросы остаются без ответов. Другие няни плохо выдерживают её характер и желание думать. А размышления ребенка рассматривают как дерзость. Над ней насмеются, не давая ответов: «Креветки просят, чтобы их запекали живыми», — пытается начать коммуникацию Франсуаза, дабы вместе со взрослыми придумать интересное продолжение истории, но этим она только всех раздражает и за это беспокойство ей назначают наказание — лишение десертов.

Одинокая и наблюдательная, она видит отсутствие общения между детьми и взрослыми. Она замечает, что некоторые взрослые не умеют понимать детей, и главное вести себя так, чтобы быть понятными для них. Это определило ее предназначение и уже в 8 лет в семье она утверждала, что станет «врачом образования»: врачом, который знает, что неприятности в воспитании детей вызывают болезни у детей, которые на самом деле не являются настоящими болезнями, но ужасно усложняют их жизнь».

1920 ГОД

Семью Моретт настигает несчастье. Старшая сестра Франсуазы, Жаклин, соблазнительная и красивая девушка, с голубыми глазами, гордость своих родителей, заболевает раком. Жаклин 18 лет. Франсуазе 12 лет.

В этот момент по европейским католическим традициям, Франсуаза с волнением готовилась к процедуре конфирмации и вот накануне своего первого причастия, мать Франсуазы, обезумевшая от горя, как никогда серьезно ей сообщает, что возможно чудо и «мы не потеряем Жаклин»: «Молись, — говорит она ей, — Молись, что есть силы. Бог может сделать чудо, когда непорочный ребенок просит, нет ничего чище, чем просьбы первопричастника».

ЭНЕРГИЯ МАТЕРИ

Автор Алеся Кармалинская, Прага

<https://yoursoftskills.cz/>

... Спустя два месяца Жаклин умирает на руках матери, которая кричит Франсуазе: «Ты видишь! Ты не сумела просить. Уйди». В течение 15 дней мать игнорировала Франсуазу, не перенесла то, что она никогда не станет той, которая умерла. Для матери это был сильный шок и горе, и она не могла себя сдерживать даже на улице среди чужих людей, например, когда видела ребенка-инвалида, она кричала ему вслепую: «Видеть, что такие дети живут, а наши красивые умирают — это позор!».

Близко соприкасаясь с матерью, она видела как её мать ломалась, и семья всё глубже погружалась в уныние. Больше в этом доме никогда не будет, как раньше. Имело это воздействие и на новоявленного подростка — Франсуаза становилась замкнутой, пряталась от матери в своей комнате и выходила из нее лишь заниматься. А мать решила, что будет делать всё, что только возможно, чтобы помешать ей в учебе: она намеренно не записывает ее на экзамены, не будит с утра будильником, приговаривая: «Я не хочу, чтобы ты получила свой дурацкий бакалавриат».

Однако Франсуаза вопреки всему преуспевает, и в 16 лет получает степень бакалавра. Она говорит, что будет изучать медицину и получает категорический отказ матери: «Если бы я сказала ей, что устраиваюсь в бордель, то это принесло бы ей больше радости, чем новость, что я стала доктором», — вспоминает она. К сожалению, дальнейшая учеба и планы дочери стали для матери катастрофой, но не для отца. Она чувствовала его поддержку. В 24 года Франсуаза становится студенткой 1 курса медицинского университета в Париже. Училась она блестяще, но дома ей было всё невыносимее. Окончательно запутавшись в своей виновности смерти сестры, она начинает сильно страдать. У нее усиливается тревога, ей становится всё хуже, что даже отец, внимательный ко всем новинкам и открытиям в науке, вдруг советует ей начать психоанализ. Так начался путь великого психоаналитика Франсуазы Дольто.

1934 ГОД

Франсуаза начинает свой психоанализ у Рене Лафорга, он будет длиться три года. В 30-х годах по всей Франции насчитывается лишь 12 психоаналитиков, и Рене Лафорг считается одним из основателей психоанализа во Франции. Но в это же время, психоанализ остается своеобразным «маргинальным приключением» для консервативных французов. Чем-то на грани различного в социальных группах, противоречащим нормам и ценностям общества того времени.

Фрейд практиковал в то время психоанализ в Вене. И парижская медицинская среда старомодно и даже антисемитски была настроена, и все эти истории, прибывшие из Вены, где на первый план выходит удовлетворение сексуальным биологическим удовлетворениям, а не другие базовые потребности — всё это воспринимается французским обществом брезгливо, даже как нечто грязное.

Однако, очень быстро психоанализ освобождает Франсуазу от её затруднений. Она продолжает учебу с обязательными стажировками в детских отделениях педиатрии. Она видит истинное положение детей, страдающих психологическими расстройствами характера, которым действительно очень плохо.

А теперь, попрошу вас на минуту отвлечься от Дольто и попытаться смоделировать картинки из прошлого. У каждого они получатся свои, в зависимости от опыта, так скажем насмотренности контентом прошлого века — фильмов, искусства, журналов, картин, книг. А если повезло, то и рассказов своих стареньких бабушек и дедушек.

<https://yoursoftskills.cz/>

ЭНЕРГИЯ МАТЕРИ

Автор Алеся Кармалинская, Прага

<https://yoursoftskills.cz/>

Что случается с детьми в 30-х годах прошлого века, у которых есть психологические проблемы? Ведь эти проблемы были всегда, в любое время? Например, с детьми которые по каким-либо причинам решили сбежать из дома? Детьми, которые подвергаются домашнему насилию? (примеч. - это сегодняшние дети вполне серьезно угрожают родителям, что при любом конфликте могут написать заявление в социальную службу). А что было тогда? Ответ прост — их закрывают в психиатрическую клинику для обследования, которое может длиться годами. В психиатрической больнице 30-х годов шумно. Обычно это огромный зал или палата на несколько коек от 20 и больше, похожий на казармы военного типа времен Первой мировой войны. Дети там либо обессилены и сломлены либо жестоки. Ребёнку назначают множество обследований, которые как вы понимаете, в то время с технологической стороны занимает долгий промежуток времени. Только потом, когда у врача на руках результаты, ребенок-пациент удостоивается чести для первой беседы. Именно во время этих бесед с детьми, Франсуаза понимает, что каждое слово дает ребенку шанс на выздоровление.

Стажировки у Франсуазы следовали одна за другой, и в 1935 году она попадает на практику в женскую больницу - так называемый парижский «Белый дом», где погружается в ужас психиатрии для взрослых. Здесь она приходит к выводу, что надо успевать работать с детьми, чтобы предупредить необратимые последствия умственных психических изменений. Врачи того времени могли позволить написать в медицинской карте подросткам, которые были в ярости и не соглашались оставаться в клинике: «Débile à jour débile toujours» (примеч.- Дебил сегодня - дебил навсегда). А у подростка была тяжелая жизненная ситуация: не было отца, мать была смертельно больна и т.д. И никто не решался просто поговорить с ним и дать возможность высказать свое наболевшее, проговорить об этом и возможно получить облегчение...

Так, опираясь на полученный опыт в течении практики, Франсуаза решает полностью посвятить себя работе с детьми, оставаясь педиатром, и начиная пробовать себя в роли психоаналитика. Каждый вторник в течении последующих 38 лет ее кабинет в маленькой детской больнице Парижа Арман Трусо (Rue Armand Trousseau), будет открывать свои двери для детей и подростков.

КАК УЗНАТЬ НУЖДАЕТСЯ ЛИ РЕБЕНОК В ТЕРАПИИ?

Тот, кто нуждается в помощи другого, обычно это сам понимает: сознательно или подсознательно. Если ребенку задать вопрос о том, страдает ли он? Хотел бы он что-то изменить в своей жизни? Вы, наверняка услышите в его ответе важные сообщения. Родители обеспокоены своим ребенком, и часто они задаются вопросом, а хорошо ли мой ребенок развивается, а всё ли «в порядке у него с головой»?

— Чем вы обеспокоены?

— Ну... он скрытный. Он мне не доверяет, не рассказывает того, что хочет, о чем думает.

— А как вы думаете, он страдает от этого?

— Нет, по его виду этого точно не скажешь.

— Вы спрашивали его, несчастлив ли он?

— Нет, я никогда его об этом не спрашивал.

— Но, вы настолько обеспокоены своим ребенком, что приходите на консультацию к психологу и готовы платить за это....

<https://yoursoftskills.cz/>

ЭНЕРГИЯ МАТЕРИ

Автор Алеся Кармалинская, Прага

<https://yoursoftskills.cz/>

Родители внимательно, с укором смотрят друг на друга....

- Да, обеспокоены, потому что ребенок не всегда успевает в учебе, приносит плохие оценки. У него заикание (тики, грызет ногти, мания...)
- Как вы думаете заикание мешает ему?
- Ничуть. Ему на это все равно.
- Тогда, кто от этого больше всего страдает?
- Я сам как отец. Я не могу на это спокойно смотреть.
- Ну и так кому нужно первому пройти курс психотерапии...?

Именно тот, кто страдает, тот и должен говорить о своих мучениях и переживаниях. В другом случае, это малоэффективно и не имеет смысла.

ОТКРЫТИЯ ДОЛЬТО

И их было много! Сегодня некоторые специалисты обесценивают авторские методы Франсуазы, однако вопреки всему теория Дольто о бессознательном образе тела применима практически к каждой консультации с ребенком. Это работает и на моих индивидуальных практиках с детьми, которые мы проводим и в Праге, и в Теплице. Понятие бессознательного образа тела ребенка имеет весьма тонкую пристёжку к идеям Фрейда и Лакана о расщеплении субъекта на «бессознательное» и понятие собственного «я», однако основу этого метода Дольто привнесла из своего опыта работы с детьми.

Бессознательный образ тела — всегда бессознательный, но связан со схемой тела через общение, речь, удовольствие и боль. Самое главное, что он создается в отношениях с матерью, с самого раннего младенчества. В нем заключена вся история, так скажем архив ранних телесных взаимодействий с матерью, речевое общение, весь его эмоциональный опыт — всё это перерастает в накопление представлений о себе, становится ощущением собственного «Я». Узнавание себя через другого. Рисунки, выбранные цвета, формы при лепке пластилином — вот средства спонтанного самовыражения образа тела для большинства детей. И они любят «рассказывать» с помощью рук про мир своих фантазмов; они вербализируют свои рисунки и слепленные формы тому, кто их слушает. Это возможность понять «неречевой» телесный опыт ребенка, который он получил коммуникациям с матерью.

Например, бывает сложно разговорить ребенка и не менее сложно просить что-то рисовать или лепить — не всегда у него есть на это желание или умение. И тогда на помощь приходят кататимные предметы. Через взаимодействие и наводящие вопросы, ребенок начинает играть с предметами, ассоциировать себя и своих близких. Беседа ребенка с психологом складывается таким образом, что он начинает проговаривать тот самый бессознательный образ тела, который у него сформировался в младенчестве или раннем детстве. Это хорошо помогает при диагностике и подборе каких-то терапевтических игр и упражнений для ребенка. Одно из высказываний Франсуазы, которое есть и будет актуальным в любые годы, это то, что «...всё, что проговорено с ребенком, не может глубоко ранить. Говорить о трудностях лучше, чем скрывать их от ребенка. Да, он будет расстроен и опечален, но не ранен. Невысказанное препятствует становлению ребенка».

ЭНЕРГИЯ МАТЕРИ

Автор Алеся Кармалинская, Прага

<https://yoursoftskills.cz/>

**Практическое упражнение
по методу Франсуазы Дольто**

«Как ребенку справиться с ночными кошмарами и страхами»

Действовать в моменте!

Если ваш ребенок перед сном капризничает и не засыпает, потому что ему страшно (кто-то прячется в углу, под кроватью и т.п.), то предложите ему написать пару слов о своем страхе (чего боится, какой выглядит страх, где находится) или нарисовать этот кошмар на листочке.

Зарисовывать/ записывать!

Всегда держите около кровати пару листочков и карандашей. Из практики Дольто, этот метод эффективно помогал детям справляться с ночными кошмарами, потому что иногда выяснялось, что это страх не такой уж и страшный, чтобы писать о нем целые предложения. Это становится делать лень, тогда выясняется, что это был "маленький детский шантаж", либо упражнение действительно помогало ребенку словно «выбросить» наружу мысли и образы, которые его пугали. Они оставались лишь словами и рисунками на бумаге.

Ваше поведение, как родителя в этот момент очень важно: не переигрывайте, не добавляйте гиперэмоциональной окраски происходящему, но и не выглядите равнодушным. Когда это упражнение войдет в систему, вы не успеете оглянуться, как ребенок избавится от страхов, еще и потому что в момент выполнения задачи мозг ребенка будет переключаться на другие нейронные сети, а значит будет сфокусирован на другом эмоциональном аспекте.

**Поведенческие
консультации психолога
для детей и подростков**

Запись на прием в Праге и Теплице

+420 706 65 64 67

Консультации онлайн

<https://yoursoftskills.cz/>

**НЕ РЕШАЙТЕ ВОПРОСЫ
В ОДИНОЧЕСТВЕ**

**ПОТОМУ ЧТО ЭТО
НЕЭФФЕКТИВНО**