Зашифрованное послание родителям.

Часто родители жалуются на неуправляемое поведение ребенка, отказ от еды и другие проблемы, не поддающиеся никаким воздействиям. И основной запрос у таких мам и пап: «Сделайте с ними что-нибудь!» Но зачастую уже при первом разговоре становится понятно: «что-то делать» надо делать не с чадом, а с его родителями!

Работать только с ребенком в данном случае – то же самое, что пытаться улучшить качество воды в ржавых и дырявых трубах. Не поменяешь трубы - не измениться вода. Так и в семье: проблемное поведение и болезни ребенка могут служить посланием родителям, что в семь-то нарушено. И без привлечения к работе с психологом других членов семьи, без «прочистки труб» сложившихся семейных отношений решать проблему будет трудно.

**Самое слабое звено**.

Семья это система, «организм» со своими свойствами, законами, этапами развития. И, по законам системы, если существуют проблемы в семейных взаимоотношениях, то разного рода проблемы могут возникнуть у любого из ее членов.

В конфликтах не может быть виноват кто-то один. Конфликт разворачивается по принципу замкнутой цепи, в него втягиваются все члены семьи. Ссоры постоянно повторяются, напряжение нарастает, возможности прямо выразить недовольство ситуацией нет.. И под тяжестью этого груза у одного или нескольких членов семьи начинает развиваться определенное поведение (или болезнь), которое помогает этому человеку существовать в сложившейся ситуации. Такую реакцию в ответ на устоявшуюся пробную систему отношений психологи называют **«семейным симптомом».**

Стать носителем симптома может любой член семьи, но дети обычно – самое слабое звено, т.к. они более чувствительны к происходящему и у них меньше всех возможностей прямо выражать свои чувства и эмоции.

Примеры симптоматического поведения у детей: неуспеваемость, гиперактивность, плаксивость, агрессивность, непослушание, отказ от еды, частые болезни, хронические проблемы со здоровьем невыясненной этиологии (энурез, кожные заболевания, боли в животе и т.п.). Еще более серьезными семейными симптомами могут быть алкоголизм, наркомания подростков, уход из дома.

Что родители обычно делают в случае обнаружения таких проблем? Ищут причину поведения или болезни в ребенке. А на самом деле такая реакция ребенка – это не причина, а следствие семейных ссор и неспособности родителей наладить отношения друг с другом и с ребенком.

В плену системы.

Симптом ребенка – это симптом семьи, это та миссия, которую выполняет ребенок, чтобы семья существовала. Например, ребенок может часто болеть только потому, что чувствует нестабильность в отношениях мамы и папы и своими болезнями пытается сплотить родителей вокруг себя. Тут уж не до ссор и развода, когда любимое чадо страдает.

Еще один пример. Родители подростка не хотят признавать, что он вырос, пересмотреть сложившиеся правила и степень его свободы. Ведь забота о ребенке – единственная функция, которая осталась в отношениях мамы и папы. Если это признать, то надо признавать, что в их отношениях других смыслов нет. Соответственно, потребность подростка в признании, уважении не удовлетворяется. Ребенок впадает в зависимость от наркотиков – и снова семья сплачивается против внешнего врага (плохой компании, наркотиков) во имя спасения сына. Его миссия выполнена на 100%.

Ярким примером носителя семейного симптома является главный герой повести П.Санаева «Похороните меня за плинтусом» Саша Савельев. Из-за деспотичной любви нереализованной в жизни бабушки и нарушенных отношений между бабушкой, мамой и отчимом, мальчик демонстрирует целый букет симптомов: беспомощное поведение, болезненность, неуспеваемость.

Еще один важный момент. Любая система всеми силами стремится удержать установившийся в ней порядок. И даже устоявшиеся проблемные взаимоотношения в семье зачастую удобнее для ее членов, чем изменения, работа над собой, столкновение с трудными чувствами и т.п. Поэтому семейная система может сопротивляться изменению ее отдельных членов. Вот почему так сложно добиться большого эффект от работы с таким ребенком отдельно от мамы и папы. И тогда становится понятна стратегия системных семейных психологов привлекать к «излечению» ребенка всю семью. И, как правило, если семья отзывается и приходит на консультацию в полном составе, чтобы психолог смог увидеть проблемы во взаимоотношениях членов семьи, то прогноз «излечения» очень благоприятный.

Как распознать семейный симптом?

 Давайте рассмотрим факторы, которые указывают, что мы имеем дело с семейным симптомом

1. Родители обращаются с проблемой к различным специалистам – врачам, диагностам, педагогам и т.п. – и никто не видит объективных причин, все анализы/показатели в норме.

Пример: в семье с гиперопекой, где болезнь ребенка – основной смысл маминой жизни, т.к. с папой отношения уже давно разрушены, хотя формально они вместе, ребенок часто жалуется на головную боль и даже обнаруживается небольшая температура. Мама таскает его по врачам, делает всю возможную диагностику и вздыхает с облегчением, когда в одном из исследований обнаруживаются какие-то условно-патогенные микроорганизмы. Враг найден! – Она с утроенной силой начинает бороться с «причиной» болезни, но симптом не проходит или трансформируется в другую болезнь.

1. В проблему включены все члены семьи, поведение ребенка оказывает довольно сильное влияние на других людей.
2. Проблемы появляются с завидной периодичностью в определенных ситуациях

Пример: брат и сестра ссорятся, когда родители дома и прекрасно ладят, когда их нет; в анамнезе – несогласованность родительских воспитательных позиций. Или ребенок заболевает, когда мама оставляет его с бабушкой, с которой сама не в ладах и не может высказать накопленное недовольство и т.д.)

1. Проблема появляется при переходе от одного возрастного этапа к другому

 Пример: 6-тилетний ребенок страдает ночным энурезом, т.к. это своеобразный способ «привязать» к себе маму, поглощенную проблемами в отношениях с мужем или, наоборот, дать возможность излишне тревожной маме не отпускать его, не переходить к большей самостоятельности.

5. В семье есть какая-то тайна, от которой ребенка сильно оберегают, не говорят об этом: смерть или болезни кого-то из родных, правда об усыновлении, финансовые трудности семьи, развод и т.п.

Пример: отец семейства попал в тюрьму, ребенку говорят, что папа уехал. Но тот, чувствуя напряжение в семье, реагирует на это повышением агрессивности, неуправляемостью поведения. Тщательно скрываемое в семье напряжение выходит через ребенка.

6 .Симптом приносит выгоду, пользу всем членам семьи, как бы странно это не звучало.

Пример: болезнь ребенка может подкреплять родительскую потребность в контроле, возможность быть нужными, иметь смысл, стать причиной сплочения мамы и папы, позволяет ребенку получить недостающие ласку, внимание и заботу, получить желаемое или просто отдохнуть от многочисленных кружков и занятий, не делать то, чего не хочется – не ходить в школу, не общаться с бабушкой и т.п.)

Что делать? Говоря о семейном симптоме, важно не впадать в крайности: либо игнорировать психологические факторы и упорно искать болезнь или причины проблемного поведения/болезни у врачей, винить учителей, воспитателей. Либо приписывать причины симптомов однозначно отношениям в семье, игнорируя обследования ребенка у врача и обвиняя, например, мужа. Как и везде, здесь важен баланс. Помните, что в системе не может быть «виноват» только один элемент: каждый вносит свой вклад. Даже самые любящие родители могут быть «слепы» в своих отношениях и не всегда самостоятельно способны увидеть проблему на уровне семейной системы.

Что можно делать, если вы понимаете, что с ребенком что-то происходит, но не можете понять причину этого (или вам кажется, что понимаете причину, но не можете повлиять ни на что)?

 В первую очередь родителям важно выйти из «страусиной» позиции и признать, что проблема существует, не бояться брать на себя ответственность за происходящее; используйте возникшую проблему как повод сделать ревизию того, что происходит в вашей семье; родителям важно учиться осознавать личностные неразрешенные проблемы, свои потребности, неудовлетворенные желания, быть гибкими в разных ситуациях, стараться ставить себя на место ребенка, учиться принимать его эмоции; не убегать от проблем в отношениях, обсуждать, менять отношения в семье, вырабатывать семейные правила и пересматривать их по мере взросления ребенка, учиться говорить друг с другом, слушать и слышать друг друга, выражать свои эмоции «экологичным» образом; попробуйте расшифровать послание, которое хочет ребенок донести вам, найти его потребность, которая не удовлетворяется. Для этого попытайтесь найти минимум 5 выгод, которые болезнь/проблемное поведение может приносить всем членам семьи; не бояться обращаться к специалистам (семейным психологам и психотерапевтам). Это как минимум полезно, чтобы увидеть ситуацию со стороны. Зачастую достаточно одной-двух консультаций, чтобы специалисту стали видны причины происходящего. Помните: систему сломать непросто, она поддается изменениям только тогда, когда в этом заинтересованы все ее члены. И да, любые отношения – это работа, требующая усилий и преодолений. Статья в сокращенном варианте опубликована в журнале "Кудесница", №8, 2017 Автор Ольга Ткачук