

## **Кратко описание на терапията с държане в здрава прегръдка**

Терапията с държане се прилага в момента, в който детето бъде обладано от властоманията си. То се взема седнало или легнало на ръце от майката или бащата, сякаш е привързано в пелена за носене. Така му се дава възможност да се върне обратно в гнездото, за да изживее достоверно (и не като наказание) закрилящата им сила и мястото си спрямо тях в семейния порядък. Първоначалната му бурна съпротива е обяснима: съгласи ли се с утешителната родителска прегръдка, ще изгуби властта си. То проверява дали превъзходството на родителите му е убедително и използва всеки шанс да изрази негативните си чувства. Майката и бащата също се нуждаят от шанс да покажат негативните си чувства към детето и да изживеят заедно с него афективната амбивалентност. Чак когато се сблъскат, напрежението се освобождава и въздухът се очиства. Държането в здрава прегръдка прогонва страха и го прави достъпен. Изживяването на ярост, гняв и страх по време на терапията донася усещането за сигурност. Така за пръв път поемането на отговорността за отречените чувства става възможно. Родителите преминават заедно с детето през неговия панически страх от отнемане на властта и го утешават като го държат в здрава прегръдка, люлеят, целуват и галят, все едно, че е бебе. Те го окуражават да излезе извън себе си: Накреци се, ще те държа, докато ти стане по-добре. И чак когато се почувства доволно и вече не възприема приспособяването си към нежността на родителите като заплаха, а тъкмо обратното би могло още дълго да се наслаждава го пускат. Детето узнава, че може да се чувства защитено и обичано, без да е необходимо да властва, както и че е в състояние да се подчини и да понесе отнемането на властта.

След тази напрегната, изнервяща до крайност борба за власт няма нито победители, нито победени. И двете страни са успокоени и щастливи от възстановената взаимност.

Детето отново може да е дете и да се доверява. Често ми се случва да наблюдавам как преждевременно състарените черти на лицето му още при първото отпускане в ръцете на майката или бащата също се отпускат и придобиват мекота. Родителите се радват, че отново се усещат родители. Освен това са преживели заедно нещо изключително обогатяващо: преминали

са през дълбините и висините на своите чувства. Победени са опустошителните, заредени с омраза страхове и любовта се е върнала. В зависимост от личността на детето и на родителите първият сеанс може да продължи около четири часа, но не по-малко от два. С натрупването на опит съпротивата на детето намалява за сметка на радостта от близостта и приспособяването. Според нивото на познавателните способности са достатъчни няколко основни познания; или пък за известно време децата трябва да бъдат държани почти всекидневно.

Необходимостта от терапия за самите родители или терапевтична помощ при провеждане на сеансите зависи от собствените им проекции, от проблемите им като партньори, от лабилността им като възпитатели и т.н. Практиката показва, че с минималната подкрепа на психолога някои започват сами добре да прилагат терапията с държане, стига да не страдат от чувство за вина, а да разбират, че отговорността за отклоненията принадлежи в по-голяма степен на обществото, отколкото на отделния човек. Ако същата майка живееше в Боливия, детето ѝ нямаше да стане властолюбиво. Освен това много майки възвръщат отново собствените си, безследно изчезнали сили, решителността и самоувереността си и с тези си качества вече са в състояние да провеждат и утвърждават мотивирано и последователно възпитание. Терапията с държане в здрава прегръдка във всички случаи трябва да намери продължението си в него. По примера на своите проявяващи разбиране родители детето следва да се научи да се приспособява към жизнените условия, да се самоутвърждава и накрая да придобие самочувствие, което може да се появи едва когато постигне разбирателство със себе си и с другите. Тук нищо не помага по-добре от това да преосмислиш собствената си позиция като възпитател и да намериш смелост да бъдеш не само партньор на детето, но преди всичко негов родител, т.е. майка или баща.

Когато детето се държи дистанцирано, хаотично или разрушително в моята консултация, аз съпреживявам терапията с държане по най-естествен начин. Съществува само една алтернатива – да го пусна да си върви заедно с родителите си или да взема нещата в свои ръце. Решавам се на второто като подтиквам за това и майката, и бащата. Защото за мен нещата не се свеждат толкова до изпочупените вещи, колкото до накърнената връзка между моите пациенти. Когато четиригодишната Катрин се понесе като ракета из кабинета

ми, изпосъбори картините от стените и една саксия с голям хибискус, помолих някой от родителите да я вземе на скаута си. Щом не бе чак дотам зряла, трябваше да получи само известна свобода в чуждото помещение. Започна се един драматичен сеанс, който надхвърли три часа.

По принцип родителите са тези, които трябва да държат детето, а не терапевтът. Той само ги въвежда и им помага. При всички изложени в тази книга случаи лечението с прегръдка се оказа ефективно, но протече различно. Луиза бе държана по един час всеки ден в продължение на почти две години, а осиновеният 12-годишен Себастиан се нуждаеше само от един сеанс като възлов опит. При разяснителния разговор казах на момчето, че и мен мъжът ми ме държа веднъж, когато бях ужасно нервна и не можех да понасям нито себе си, нито другите. Той намери това за изключително забавно и веднага помоли майка си да го вземе на ръце. След пет минути обаче вече не искаше тя да го държи. Но майката бе решена да продължат. Започна се една двучасова борба. Себастиан се бранеше с мечешка сила, обвиняваше майка си в нарушаване на човешките права, искаше да знае къде се намира най-близкото съдилище и я упрекваше, че го обича по-малко, отколкото второто си осиновено дете. Внезапно – сякаш часът на истината удари, сякаш след мъчително изкачване на планинината бе достигнат върхът – момчето прегърна майка си с плувнали в сълзи, сияещи очи и се опита да се включи в разговора ни за любовта, която разцъфтява, когато хората се прегръщат. „Ловецът на хора“ Хайко не се съпротивляваше, докато майка му го държеше. Той използва този шанс, за да се измъкне от ямата на своите страхове, да изплаче мъката си, да изрази ревността си към по-силните, най-сетне да види слабостите си и главното – да засили връзката си с осиновилата го майка, която до този момент не можеше да приеме.

Поведението и възпитанието на малките е актуално още отпреди формирането на съвременното човечество. Изследванията на родителско-детските взаимоотношения при висшите животни показват тяхната изключителна сложност и значението, което животните придават на корекцията на поведението на децата си (К. Лоренц, Дж. Адамсън и мн. др.) През вековете на своето развитие човечеството е започнало да анализира себе си и по този начин е стигнало до изграждането на психологични модели на поведение, в

това число и на детското поведение. Така са били създадени много психологични концепции за детската възраст с една-единствена цел – да се намерят закономерностите в процеса на човешкото израстване и да се използват при необходимост.

В началото на века се откроява биогенетичната теория на развитието (С. Хол), според която индивидуалното развитие (онтогенеза) повтаря основните етапи на развитие на живата природа (филогенеза), и младенческата възраст не е нищо друго, освен повторение на животинската фаза на развитие на човечеството. Ранното детство отговаря на епохата, през която основното занимание на човека е бил ловът, и детската агресивност и властолюбие напълно се вписва в тази обяснителна система.

По-късно са били създадени конституционалната психология на Е. Кречмер, социогенетичната психология на К. Левин, когнитивно-генетичната теория на Ж. Пиаже и много други концепции.

Създаването на психоаналитичното направление на Фройд до голяма степен е променило хода на развитие не само на психологията, а и на много други области на човешкото познание. Ако може да се направи аналогия с автомобил, който не върви, основното, което обединява вижданията преди Фройд е, че автомобилът не върви поради счупване на някакъв детайл. Идеята на Фройд и неговите последователи, ако използваме същата аналогия, е, че автомобилът може да не върви не защото има някакво счупване, а защото е нарушена регулацията между иначе здрави детайли. С други думи, основното внимание е обърнато върху взаимоотношенията, като за самия Фройд най-важни са взаимоотношенията между съзнателното и безсъзнателното.

Неговите последователи (Е. Ериксон и К.Г.Юнг) са обогатили възгледите му върху ранното детство с понятието „психодинамика“. Според психодинамичната концепция всяка поведенческа проява на детето е натоварена с определен смисъл и има за цел преминаването през осемте фази на човешкото развитие. Основното достойнство на тази система от възгледи е преходът от линейното мислене към циркулярното.

Всички ние сме възпитани и обучавани, изхождайки от линейния мисловен модел. В поведенческата психология този модел практически не работи, защото причината А, довела до следствието Б, се променя под въздействие на това следствие и тази спирала се завърта многократно. Линейно мислещият

педиатър при случаи на периодично покачваща се температура при едно дете ще му направи изследвания, които не показват никакви отклонения, ще назначи антибиотик без никакъв ефект; поради липса на ефект ще усложнява изследванията, ще повишава дозите на антибиотика и така може да продължава дълго.

В същото време циркулярно мислещият лекар ще се опита да анализира при какви точно ситуации става повишаването на температурата. Достатъчно често се оказва, че тя е единственото средство на детето да спре скандала между родителите си и да ги накара да се обединят и да му обърнат внимание.

Горният пример показва два подхода към едно и също явление, като вторият анализира не само детето, а системата, в която то функционира. Чрез тази логична схема се е стигнало до създаването на системната психология и психотерапия на М. Ериксън, Г. Бейтсън, П. Вацлавик и др. Детето се разглежда като субсистема на по-голямата система на семейството. Системната психология и психиатрия разглежда патологичните форми на детското поведение като индикатор за дисфункция в по-горната система. Оттук произлиза и преместването на обекта на терапевтично въздействие от самото дете към неговите родители. Промени в тяхното поведение (понякога парадоксални) неминуемо ще бъдат последвани от промени в поведението на детето.

Системният подход има определено прагматичен (в най-добрия смисъл на думата) характер, защото разглежда явлението от позицията „тук и сега“ и предлага варианти на изход от ситуацията.

Именно от такава позиция е разгледан феноменът „детето-тиранин“ от автора на тази книга. В ежедневната практика на детските психиатри и психолози това е един от най-трудните варианти на детското дисфункционално поведение.

Този феномен е изключително мъчителен както за родителите на детето, така и за терапевта. Всеки, който е имал професионални срещи с такива случаи знае, че психотерапевтичните интервенции при тях изискват голям кураж от терапевта и значителна мобилизация от страна на родителите.

Ако книгата на Иржина Прекоп бъде прочетена от детските психиатри и психолози, това със сигурност ще повиши техните терапевтични умения и кураж да се справят с проблема. Ако бъде прочетена от родителите (а почти всеки от

нас е родител), това със сигурност ще ни предпази от много грешки, пропуски и провали в общуването с нашите деца още от момента на тяхното зачеване.