

РОЛЬ МАТЕРІ У СТАНОВЛЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДИТИНИ

Володарська Н.Д. Роль матері у становленні психологічного благополуччя дитини. В статті розкриваються теоретико-методологічні підходи до проблеми впливу стосунків між матір'ю і дитиною на розвиток її психологічного благополуччя. Визначені чинники впливу характеру взаємин між членами сім'ї на становлення залежних, контрзалежних стосунків з дітьми. Розглянуто феномен перехідного об'єкта, що відіграє важливу роль у процесі сепарації-індивідуації, полегшуючи пристосування дитини до того, що вона відчуває амбівалентні почуття до матері. Узагальнені, отримані відповіді батьків в обговоренні їх стосунків з дітьми, типи взаємин матері в сімейній системі.

Ключові слова: психологічне благополуччя, сімейна система, взаємини, сепарація – індивідуація, стосунки, залежність, контрзалежність.

Володарская Н.Д. Роль матери в становлении психологического благополучия ребенка. В статье раскрываются теоретико-методологические подходы к проблеме влияния отношений между матерью и ребенком на развитие ее психологического благополучия. Определены факторы влияния характера взаимоотношений между членами семьи на становление зависимых, контрзависимых отношений с детьми. Рассмотрен феномен переходного объекта, что играет важную роль в процес се сепарации-индивидуации, облегчая приспособление ребенка к тому, что она чувствует амбивалентные чувства к матери. Обобщены, полученные ответы родителей в обсуждении их отношений с детьми, типы взаимоотношений в семейной системе.

Ключевые слова: психологическое благополучие, семейная система, взаимоотношения, сепарація-индивидуація, отношения, зависимость, контрзависимость.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими практичними завданнями. Роль матері у становленні психологічного благополуччя своєї дитини має найважливіше значення в цьому процесі. Будь-яка проблема дорослішання має момент, в якому буде «про маму». Неважливо, скільки років людині, яка його соціальна успішність, статус, щаслива вона або нещасна – вона звертається до проблем дитинства, до проблем взаємин з батьками, з матір'ю. Дитячі травми, інтроекти можуть залишати певні шрами в дорослому житті. Вони впливають на подальший розвиток особистості, на процес її ідентифікації, ініціації в доросле життя, знаходження себе, свого Я, своєї ідентичності. Становлення почуття благополуччя стає актуальним в ситуаціях змін, які відбуваються в соціальному оточенні, в суспільстві.

Останні дослідження і публікації, виділення невирішених питань загальної проблеми, якій присвячується стаття. Огляд літератури, присвяченої проблемі психологічного благополуччя, показав, що в сучасній вітчизняній науці нагромаджений теоретичний емпіричний матеріал, який ілюструє багатовимірність й суперечливість цього феномена (Р. М. Грановська, Т.М.Майстренко, Л. З. Сердюк, Н. Д. Володарська).

Психологічне благополуччя вітчизняними дослідниками продуктивно був осмислений тільки в рамках розвитку теорії особистості, хоча саме явище психологічного захисту було вперше зафіксовано в парадигмі західних психоаналітичних теорій (Е.Еріксон, Ф. Перлз, К.Маданес, Дж. Боулби, М. Малер, Ф. Пайн, А. Бергман).

Фриц Перлз визначав особистісну зрілість, як перехід від опори на оточуючих до опори на самого себе [1]. Процес набуття зрілості дуже непростий і довготривалий. Він передбачає відмову від тих самих «соціальних милиць» - перш за все, батьків. Це можуть бути і умовно «позитивні», і «негативні» опори. Якщо щедра, добра, підтримуюча і багато даюча матір є безумовно «внутрішньою опорою» в житті навіть дорослої людини, від неї набагато складніше відмовитись, ніж від такої яка критикує, знецінює і не підтримує.

Метою статті є теоретичний аналіз підходів до проблеми ролі матері в становленні психологічного благополуччя дитини.

Завдання дослідження:

- визначити актуальні проблеми дослідження психологічного благополуччя особистості та впливу матері на процес його становлення;
- визначити чинники впливу стосунків в сім'ї на особливості становлення психологічного благополуччя.

Виклад методики і результатів досліджень. Застосовуючи метод бесід з батьками (20 подружніх пар м. Івано-Франківськ, Університет Короля Данила), нами були виявлені певні проблеми у стосунках батьків і дітей, які впливають на розвиток психологічного благополуччя. Задаючи питання батькам дорослих дітей: «Чи обов'язково дитині відмовлятися від батьківської опори?», були отримані відповіді: «Все залежить від рівня свободи дорослої дитини (жити по своїм правилам, вибирати, любити, виховувати дітей); «Якщо мати починає «турбуватися» (критикувати, допомагати, давати гроші, вимагати шанобливого ставлення, наполегливо рекомендувати що робити і т. інше) то – доросла людина (дитина) може як погодитись так і відмовитись». У випадку співзалежної поведінки в стосунках батьків і дітей («так, мамо, ти завжди права»), і контрзалежної поведінки («ні, що б ти не казала, я зроблю все навпаки»). І в тому і в іншому випадках - це інша сторона «несвободи».

В обговоренні підтримки батьків своїх дітей, більшість з них приводила різні приклади, коли опиратися тільки на себе складно і іноді неможливо. Доросла людина набуває здатність вибирати. І в ситуаціях, коли вона може і хоче зробити щось самостійне, вона залишає за собою право тактовно, твердо, ясно подякувати бажаючим допомогти (без прохання) і відмовитись. В ситуаціях, коли допомога потрібна, все та сама доросла людина здатна звернутись по допомогу, турботу, сприяння, підтримку і може прийняти її з подякою. І може відмовитись від неї, тобто мова йдеться про вільний вибір. Саме роль матері у побудові довірливих стосунків з дітьми стає базовим у становленні вільного вибору. Існує тонка межа між довірливими стосунками і

директивними. Важко оцінити опору, підтримку батьків як «гарну» чи «погану». Часом доросла людина руйнує своє сімейне життя тому, що має непомірне почуття відповідальності перед матір'ю. Вона може пожертвувати інтересами чоловіка або жінки і дітей заради примх і материнських маніпуляцій, які помічають усі, крім самої «дитини». «Вона стільки для мене зробила», «Я їй стільким зобов'язаний», «Мій обов'язок – турбуватись про матір, вона так самотня і нещасна» - все це не дає можливості вкладати сили і енергію в дітей, кар'єру, саморозвиток. Такі люди сприймають внутрішній поганий об'єкт – маму – як гарний, і не помічають катастрофічних руйнувань у власному житті. Або, помічаючи, звинувачують в них кого завгодно – тільки не матір.

Буває навпаки – дійсно гарну і люблячу матір знецінюють, не сприймають як рівну (дорослі діти із зневагою звертаються до матері, звинувачуючи її в неспроможності заробити багато грошей, влаштувати більш заможне життя, престижну роботу). В цій неповазі до батьків, діти проявляють свою незрілість, неспроможність зрозуміти вклад, старання, турботи про них. «Ти не вмієш жити», «чого ти досягла в житті» і т. інше, ці звинувачення матері, не враховують її зусилля, жертви, старання в їх житті. У випадку плутанини в оцінці того, що відбувається ззовні, частіше погане здається гарним і навпаки. Найскладнішою проблемою у вирішенні питання впливу матері на формування психологічного благополуччя дитини ми визначили – це коли особистість зустрічається зі страхом «залишити милиці» підтримки. Якщо людина не вірить у свої сили, самостійність і вважає, що тільки завдяки матері вона вижила (а це може бути правдою), працює, має професію, житло. І «зрадити» її підтримку страшно, соромно, неможливо. Доросла дитина не впевнена, що зможе вижити без її підтримки, не здатна до автономного існування. Дитина не подорослішала, в неї залишається уявлення про те, що якщо вони розлучаються, то їх очікує смерть, вони не виживуть. Це переконання що особистість не готова до самостійного життя, ще не має впевненості у власні можливості. Тому так довго відбувається процес

прояснення, проживання дитячих травм. Доросла людина аналізує свої усталені сімейні сценарії, переконання і усвідомлює їх нежиттєздатність, особливо певних життєвих девізів, міфів.

Усі діти проходять стадію агресії проти матері (і ті у яких гарні матері і ті у кого вони погані). Клу Маданес дає пояснення цього процесу проходження стадії агресії [3]. Процес звинувачення власних батьків корисний у розвитку дитини. Це допомагає оберігати взаємодію з іншими в оточенні. В більшості випадків батьківська любов беззаперечна. Діти можуть нападати на батьків, звинувачувати, знаючи, що вони їм пробачать і будуть продовжувати любити як раніше. А про стосунки з колегами по роботі, друзями, подружжям цього не скажеш. В цьому і криється пояснення необхідності вивільнення агресії для вміння контролювати її прояви. Ще один тип стосунків у процесі вивільнення великого об'єму агресії – це ставлення особистості до себе, яке може бути зруйнованим. Коли агресія спрямовується на самого себе, відбувається звинувачення самого себе «Я поганий». Внутрішній садист травмує особистість, ту її частину, яка «лінива», «винна», «схильна до прокрастинації», «не здогадалася». Така людина проводить більшу частину свого життя в самоїдстві, «з'їдає» себе заживо. Крайній прояв аутоагресії – суїцид або намагання самогубства. Це крайній прояв відчаю і зневіри в себе, в те, що можна змінити життя і стати щасливим. Стаючи дорослою, людина звинувачує людей, які були з нею у стосунках. Коли дитина підрастає, то провина зміщується на саму особистість. Коли вона вже може себе відстоювати, але віддає перевагу відмовчуванню. Коли може боротися – але боягузливо піджимає хвіст. Коли можна любити, але боїться близькості і залишається наодинці. Усі проблеми можна звести до невирішених завдань одного з життєвих етапів, на яких матір: була і «схибила»; була відсутня і тому «схибила». Звинуватити матір у всьому – чи майже у всьому – універсальна традиція в будь-яких культурах. Оскільки на початку життя матір була мамою. Вона була усім – всесвітом, універсамом, самим життям. Але в житті дитини були ситуації, коли мами не було поруч. В

певному віці, з погляду Д.В.Віннікота [4], у дітей з'являється так званий перехідний об'єкт, який створює у відсутність матері почуття, що вона поруч. Це дозволяє дитині заспокоїтись, досягти комфорту, не почувати себе покинутим, знедоленим і нелюбимим. В дитинстві у дитини є м'яка іграшка, подушечка, яка стає певним замісником матері і забезпечує можливість вистояти у боротьбі з самотністю і непотрібністю. Такий об'єкт – відображення намагання зберегти ілюзію, що з нами поруч знаходиться добра, підтримуюча, заспокоююча матір. Матір, на яку можна спиратись. Згідно поглядів психоаналітиків, і в більш пізньому, наприклад, підлітковому віці, можна виявити похідні, або деривати первинних перехідних об'єктів. Ці перехідні об'єкти, або, в більш широкому розумінні феномени, одночасно сприймаються як «мої» і як «не мої». Перехідні об'єкти і феномени грають важливу роль у процесі сепарації-індивідуації, полегшуючи пристосування дитини до того, що вона відчуває амбівалентні почуття до матері. Саме головне – ці об'єкти грають важливу роль у процесі формування власного «Я». Кожному у процесі розбитку необхідно сформувати стійку ідентичність, яка включає «образ Я» і «образ Іншого», який «не-Я», а також уявлення про світ, про реальність, які можуть змінюватись. І коли реальність нестабільна, коли навколо все руйнується, коли все звичне перетворюється у свою протилежність (коли криза і нестабільність) постає потреба в опорах. Саме матір стає об'єктом пливу агресії дитини (саме в процесі терапії), коли клієнт починає змінювати себе і своє життя. Матір у процесі розвитку дитини стає своєрідним інтровертованим перехідним об'єктом. Якщо в дитинстві дитина шукає щось у зовнішньому світі – чогось, куди вона може спроектувати хорошу, турботливу частину матері, у дорослому віці, навпаки, мати найчастіше перетворюється в об'єкт, на який проектується увесь біль, несправедливість і печаль, яку довелось пережити, або, скоріш, відчути людині на протязі всього життя.

У ході дослідження пошук зв'язку актуального переживання, актуальної ситуації з минулими переживаннями майже незмінно приводить особистість

до спогадів дитинства (до стосунків з мамою). Зміщення агресії на материнську фігуру у спогадах дорослої людини виконує важливе завдання соціальної адаптації. Якщо б людина усвідомила, що саме вона є причиною більшості бід, кількості аутоагресії б збільшилось і призвело до колапсу. Тому, що основні психологічні захисти людини дозволяють зміщувати на інших і відповідальність, і вину, і стид, що дає можливість очистити себе за рахунок катарсичної проекції. І тому ці психологічні захисти дозволяють людині відтворити картину розщеплення світу, яка у підсумку приводить до простої дихотомії (я хороший – матір, вона ж і весь світ, погана), потім побачити елементи «хорошості» в матері, а «поганості» в собі, а потім, у процесі усвідомлення, зрозуміти, що так трапилось в житті (у матері були свої причини, мотиви, труднощі, проблеми, і минуле вже не зміниш). Але є щось, що можна змінити. Це власне «Я», саме бачення минулого, усвідомлення власної ролі в ньому, усвідомлення того, що абсолютно хороших і абсолютно поганих об'єктів не існує. У процесі усвідомлення причин, що виникають в житті батьків, агресія до матері, образа, гнів, презирство повільно трансформується – у якесь тепло і вдячність, у когось в розуміння, а у когось у згоду і смиренність. Мати з «інтровертованого перехідного об'єкту» стає тим, ким завжди була - просто людиною. Ми можемо злитися, зберігаючи при цьому енергію для творчості, і ображатись на когось, розуміючи що знову спіймалися на вудку «не підписаного договору про любов», відчуває стид без заціпеніння і окаменіння. А головне – любити, радіти, працювати, підтримуючи щирі стосунки, відчувати все, що відбувається реально. Так відбувається дорослішання і закінчується звинувачення матері в усіх бідах. Тому що в якомусь віці нам вже не потрібна м'яка іграшка, яка спасає від почуття самотності і страху. А в якійсь момент вже зникає потреба у матері – монстрі, матері – джерела світового зла, пекельного створіння. Матір дала життя – і дитина сама повинна взяти відповідальність за це життя і наповнити її смыслом, і йти далі.

Узагальнюючи відповіді батьків, вдалось диференціювати виділені ролі матері в сімейній системі: матері, які більше жінки; матері - дружини; матері - коханки; матері - зірки, асиметричність ролей (то матір, то жінка), екстремальні матері, ревнівні матері, несправедливі матері, неповноцінні матері, матері - наставниці, матері - законодавці, матері - свахи. Цикл розвитку сімейної системи змінює ставлення до функцій і ролей в сім'ї. Коли молода жінка стає матір'ю, вона більше часу проводить біля колиски. У випадку втрати члена родини – період трауру. Якщо ця втрата дитини, то відбувається переживання перерваної естафети життя. Усі ці зміни в переживаннях дитини впливають на формування базового почуття безпеки. Якщо діти виростають в атмосфері любові і турботи, як у теплиці, їм буде простіш будувати стосунки в майбутньому. Вони зможуть зберегти свою чистоту, вразливість, наївність, скромність. В сім'ї батьки створюють для дітей певний захист, особливо це стає важливим для дівчинки, яка (під захистом – спочатку батька, потім чоловіка, потім сина). Діти звертаються за допомогою і це перший етап – етап дитячої захищеності, найважливіший, базовий і фундаментальний. Потім в період сепарації діти відокремлюються і набувають автономності, що формує психологічне благополуччя. Симбіотичний зв'язок з матір'ю переривається, а саме її контролюючі, директивні, авторитарні стосунки. Діти стають самостійними, впевненими в свої сили вирішувати свої проблеми. В сім'ї батьки створюють для дітей певний захист, особливо це стає важливим для дівчинки, яка (під захистом – спочатку батька, потім чоловіка, потім сина). Приклад батьківських стосунків важливий для становлення особистості хлопчика і дівчинки, впевненість у свою значущість, що формує їх адекватну самооцінку. Для матері важливо зцілення її внутрішнього образу дівчинки. Цей образ дівчинки може нести в собі негатив знедаленої, знеціненої дитини. За таких обставин доросла жінка може відчувати себе безсилою дівчинкою, неспроможною змінювати бачення проблемної ситуації. Коли доросла жінка відчуває себе маленькою дівчинкою, то її донька може копіювати її життєвий стиль або брати на себе роль її

матері. Така підміна сімейних ролей може створювати труднощі для розвитку психологічного благополуччя дитини. Радість в такій сімейній системі перетворюється на постійне роздратування від постійних претензій матері («мене не люблять діти», «я нікому не потрібна» і таке інше). В такій атмосфері діти відчують себе непотрібними, винними за нещастя матері. Постійні її звинувачення у власній нещасливій долі унеможливають розвиток психологічного благополуччя дітей. В їх уявленні родинні стосунки створюють лише життєві проблеми, які неможливо вирішити. Останнім часом серед молоді стають такі модні тенденції як створення сім'ї «Free child». В обговоренні такого формату сім'ї, без дітей, серед студентської молоді були висловлювання, які пов'язані з нещасливим дитинством (постійні сварки батьків, звинувачення один одного, співзалежні стосунки при наявності алкогольної чи хімічної залежності у одного або обох батьків). Особливими були обговорення причин створення сімейних пар без дітей серед дорослих дітей матерів одначок. В таких спогадах про нещасливе дитинство домінували висловлювання («Без батька погано, відчуває себе як без однієї руки чи ноги», «мати нещасна і дитина нещасна», «краще б у неї не було дітей»). Образ щасливої матері вимальовувався лише якщо вона з чоловіком поруч. Одинокa жінка асоціювалась як нещасна, ні про яке психологічне благополуччя мова не йшла. Дорослі діти з вдячністю проговорювали своє ставлення до свого народження, але у власному майбутньому планували бути у шлюбі, в парі. Дитяча травма проживання в неповній сім'ї чи дисфункціональній створює труднощі у самодетермінації психологічного благополуччя.

Висновки. Для матері важливо зцілення її внутрішньої дівчинки. Це база для побудови стосунків з дітьми (з великою увагою, з великою любов'ю).

Приклад батьківських стосунків важливий для становлення особистості хлопчика і дівчинки, впевненість у свою значущість, що формує їх адекватну самооцінку.

Базове почуття безпеки – це перший етап дитячої захищеності, самий важливий, базовий і фундаментальний для формування психологічного благополуччя особистості.

Похвала матері для дитини необхідна, але не тільки за вчинки, а за цінність самого існування дитини (абсолютна любов, безоціночна). В зворотному випадку – комплекс відмінниці. Якщо дитина не досягає планку досягнень – страх. Переборення комплексу відмінниці – навчитися робити помилки, переступити внутрішній страх робити «не так», «не ідеально», «на двійку», страх осуду.

Перспективою подальшого дослідження психологічного благополуччя особистості буде проведення експериментального дослідження умов самодетермінації розвитку психологічного благополуччя особистості.

Література:

1. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. / ред. Д. Н. Хломова, Москва: Смысл, 2000. 358 с.
2. Малер М., Пайн Ф. и Бергман А. Психологическое рождение ребенка. Нью-Йорк: Основные Книги, 1975. 234 с.
3. Клу Маданес. Стратегическая семейная терапия. Москва: Класс, 2001. 85 с.
4. Віннікот Д. В. Разговор с родителями. Москва: Класс, 2007. 275 с.
5. Майстренко Т. М. Вплив сімейних стосунків на становлення рівня домагань у дітей // *Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць / За ред. С.Д. Максименка*. Київ, 2001. С.112-115.
6. Володарська Н. Д. Почуття благополуччя у контексті психології цінностей особистості. *Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України*. Том У1: Психологія обдарованості. Випуск 15. Київ, 2019. С.145–155.
7. Сердюк Л. З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. *Актуальні проблеми психології, Збірник наукових праць / За ред. С.Д. Максименка*. Випуск 17 (5). Київ, 2017. С. 124-133.

8. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей: Руководство практического психолога. /Пер. с англ. В.в. Старовойтова.- 2-е изд. Москва: «Кенон» РООИ «Реабилитация», 2014. 271 с.

9. Эриксон Э. Идентичность. Психология самосознания. Хрестоматия по социальной психологии личности. Самара: Издательский Дом «БАХРАХМ», 2007. С.493-533.

References:

1. Perlz, F. (2000). *Ego, golod i agressiya. [Ego, Hunger and Agression]* Pod redaktsiyey D.N.Khlomova ... / Per. s angl. M.: Smysl.

2. Mahler, M., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant*. New York: Basic Books.

3. Madanes, Cloe (2001). *Strategicheskaya semeynaya terapiya [Strategic Family Therapy]*. M.: Klass.

4. Winnicott, D.V.(2007). *Razgovor s roditelyami [Conversation with parents]*. M.: Klass.

5. Maystrenko, T.M. (2001). Vplyv simeynykh stosunkiv na stanovlennya rivnya domahan u ditey [The Influence of Family Relationships on Formation of the Harassment Level of Children]. *Problemy zahalnoyi ta pedahohichnoyi psykholohiyi: Zbirnyk naukovykh prats /Za red. S.D. Maksymenka – Problems of General and Educational Psychology: Collection of Scientific Papers*, K., 112-115.

6. Volodarska, N.D. (2019). Pochuttya blahopoluchchya u konteksti psykholohiyi tsinnostey osobystosti [Sense of well-being in the context of psychology of personality values]. *Aktualni problemy psykholohiyi: Zb. nauk. prats Instytutu psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny. Tom 1. Psykholohiya obdarovanosti – Actual problems of psychology: Collection of Scientific Papers. Proceedings of the GS Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. Vol 1. The Psychology of Talent Volume. № 15*. Kyiv, 145–155.

7. Serduyk L.Z. (2017) *Strukturapa i funksiya psihologicheskogo blagopoluchchiya osobystosti. [Aktualni problem psihologii]*, 17 (5). стор. 124-133.

8. Bowlby, J. (2014) *Sozdaniye i razrusheniye emotsionalnykh svyazey: Rukovodstvo prakticheskogo psikhologa. [Creating and Breaking Emotional Connections: Practical Psychologist's Guide]*. M.: Ksenon.

9. Erikson, E. (2007) *Identichnost. Psikhologiya samosoznaniya. Khrestomatiya po sotsialnoy psikhologii lichnosti. [Identity. Psychology of self-awareness. Reader on the social psychology of personality]*. Samara: BAHRAHM.

N.D. Volodarska. The role of mother in the development of psychological well-being of child. The article presents theoretical and methodological approaches to the problem of influence of the mother-child relationship on development of her psychological well-being. Impact factors of the relationship between family members on development of dependent and counter-dependent relationships with children were identified. The phenomenon was determined of a transitional object, which plays an important role in the process of separation-individuation, facilitating adaptation of a child to the fact that the child feels ambivalent feelings for the mother. Parental responses were generalized, received while discussing their relationships with children, as well as types of mothers' relationships in the family system. The mother's role was determined in building trusting relationship with children as a basis in establishing free choice, which becomes the basis for formation of the psychological well-being of child. The delicate line exists between trusting and directive relationship, so it is difficult to assess parental support as "good" or "bad". It is important for the mother to heal the image of her inner girl. It is a base for building relationships with children (with great care and great love). An example of parental relationships is important for development of personality of boy and girl, confidence in own importance, which forms their adequate self-esteem; during separation, children hive off and gain autonomy, which forms psychological well-being. The symbiotic communication with mother is interrupted, especially her controlling, directive and authoritarian relations. Children become independent and confident in their abilities to solve their problems.

Keywords: psychological well-being, family system, interaction, separation-individuation, relationships, dependence, counter-dependence.