

РОБИН СКИНАР



ДЖОН КЛИЙЗ

СЕМЕЙСТВОТО

и как
да оцелеем
в него



ОТВОРЕНО ОБЩЕСТВО

Издателство "Отворено общество" – София
ул. "Сердика" № 1
1000 София, България
тел. 888 632, факс: 888 662

Робин Скинър
Джон Клийз

Робин Скинър, Джон Клийз

СЕМЕЙСТВОТО и как да оцелеем в него

Редактор: *Огняна Иванова*
Коректор: *Весела Петрова*
Художник: *Кремена Филчева*
Технически редактор: *Владимир Бояджийски*

Печатни коли 23, формат 84 x 108/32

Предпечатна подготовка: Издателство "Отворено общество"
Печат: "Образование и наука" ЕАД, София

Семейството и как да оцелеем в него

Карикатури
Бъд Хандълсман

Превела от английски език
Рубина Минкова

- © Джон Клийз, Робърт Скинър, 1984
- © Reed International Books Ltd., 1995
- © Рубина Минкова, преводач, 1995
- © Издателство "Отворено общество", 1995

Книгата е публикувана за първи път през 1984 г. от Methuen London – Reed Consumer Books Limited, Michelin House, 81 Fulham Road, London SW3 6RB

Всички права са запазени. Части от книгата не може а бъдат използвани или възпроизвеждани по никакъв начин без писмено съгласие с изключение на кратки цитати, включени в критически статии и библиографски издания.

ISBN 954–520–055–3

Издателство "Отворено общество"
София, 1995

Повечето хора изпитват чувства, с които не могат да се справят, затова ги затъмняват, прикриват ги от другите, дори и от себе си. Често избират партньори със същите психологически задръжки, а задръжките впоследствие се предават на техните деца - и така от поколение на поколение.

Като черпи от последните достижения на съвременната психотерапия, тази книга показва как с разбирателство може да се постигне напредък, как се рушат табутата, как се създават нормални отношения и семейства.

Темата е жизненоважна за всички нас; авторите я разработват достъпно, проникновено, с лекота в подхода, подпомогнати от блестящите карикатури на Бъд Хан-дълсман.

Робин Скинър е пионер в групово- и семейнотерапевтичните техники за лечение, един от основателите на Института за групов психоанализа и на Института за семейна психотерапия, където продължава да преподава. Автор е на учебниците "Една плът - отделни личности", "Принципи на семейната и брачната психотерапия", "Изследвания върху семейството - групов психоанализа и семейна психотерапия", а също и на "Институциите и как да оцелеем в тях", "Тренинг и съвети за душевното здраве".

Джон Клийз е роден през 1939 година в Уестън-супър-Меър, завършил е естествени науки в спортната академия Клифтън Колидж, преподавал е две години, а сетне е учил право в Кеймбридж, където се присъединява към театралната трупа "Футлайтс". Оттогава се изявява в комедийния жанр.

Съдържание

Въведение / 7

1.

Защо трябваше да се ожена за теб? / 15

2.

Аз съм Бог - да не спорим по този въпрос! / 76

Размисъл впоследствие:
параноя и политика / 154

3.

Удивителният плюшен заек / 170

4.

Кой ръководи тук? / 213

Размисъл впоследствие:
неколкократно по-здрави / 277

5.

Какво правите там вие двамата? / 285

Допълнителна литература / 367

Бихме желали да благодарим на следните наши приятели и колеги, които отделиха време да прочетат и обсъдят части от ръкописа, предоставиха ни информация и ли съвет – при все това отговорността за изразените възгледи, както и за евентуални грешки, пропуски и несполуки естествено остава лично наша:

Джейн Абъркромби, Сузан Бароуз, Рут Беркоуиц, Денис Браун, Арнън Бентович, Джон Боулби, Джон Бинг-Хол, Дъглас Конър, Крис Деър, Шърли Деър, Роналд Еър, Лайънел Кригър, Мариан Кригър, Малкълм Пайнс, Денис Робинсън, Маргарет Робинсън, Мег Шарп, Дейвид Скинър, Пру Скинър, Катрин Стро и Барбара Трентам.

Специално бихме желали да изкажем признателност за изключителния редакторски принос на Кристофър Фолкъс и Ан Мансбридж. Изпитваме и най-голяма благодарност към Дафни Дей, Дий Едуардс, Джоан Пакнам-Уоли, Брайър Силич и Джоан Снел за тяхната ценна работа при преписа на многобройните варианти.

Откъсът от пиесата на Едуард Олби "Кой се страхува от Вирджиния Улф" е препечатан с разрешението на Джонатан Кейп ООД, Лондон, както и на Атиниъм Пъблишърс Инк., Ню Йорк.

На Пру и Барбара

Въведение

Защо написахме тази книга

Джон: Преди десет години се подложих на групова терапия. Сторих го по две причини. Първо, поне две години вече страдах от някакви гадни симптоми на грип, с които моят доктор не можеше да се пребори. В крайна сметка след три цялостни прегледа той ме уведоми, че причината е вероятно психосоматична, и допусна, че психологическият подход към проблема може да се окаже резултатен. Почти по същото време имах проблеми и с моя първи брак – стигнал бях до извода, че съм твърде объркан, за да ги преодолеем без чужда помощ; всъщност, спомням си, тогава смятах, че ми липсват интелектуалните механизми да схвана какво точно става. От сегашна гледна точка разбирам, че не ми е достигал и определен емоционален опит, който е трябвало да натрупам чрез психотерапията, щом съм искал да се справя с тревожащите ме проблеми.

Естествено аз не се присъединих към Чудния свят на психарите с голямо въодушевление, тъй като споделях обичайната за британците резервираност към психиатричната дейност като цяло. Въпреки това независимо от моя скептицизъм – който, бих казал, беше почти недоверие – започнах да посещавам една терапевтична група. Ръководеха я Робин Скинър и неговата съпруга Пру, които работеха съвместно и се допълваха като терапевти. В групата участваха още седем души, включително няколко съпругески двойки. И тъй, всеки четвъртък по час и половина през късния следобед на деня ние десетимата седяхме в кръг и просто разговаряхме, което продължи следващи-

те три и половина години! През всичкото това време хората от групата, разбира се, се сменяха – веднага, щом някой се почувстваше подготвен, за да напусне, идваше ново попълнение.

След около година започнах да усещам, че съм въввлечен в най-интригуващото преживяване на моята зрелост. Най-напред, още щом снижихме преградите помежду ни, долових, че моите другари от групата се държат много по-свободно, много по-открито, отколкото човек се държи в нормалния социален живот, с изключение може би на отношението си към двама или трима най-близки приятели. Не бих желал да банализирам сеансите, но – спомням си – намирах, че в сравнение с тях повечето филмови и телевизионни драми изглеждаха бледи, превзети и неубедителни. Подобна мисъл вероятно предполага, че съм опитвал да се дистанцирам от заниманията в групата. Няма такова нещо. Изцяло бях въввлечен – дотолкова, че след няколко месеца преминах през широка гама от настроения и емоции, някои от тях твърде нови и сложни, за да бъдат предадени. Освен целия този емоционален опит, а също така и благодарение на някои открития, които направих за себе си и които не съвпадаха твърде с лелеяния образ за мен самия по това време, най-изненадващото прояснение бе, че ред мои твърдо установени възгледи за пръв път попаднаха под съмнение – и по-специално някои от основополагащите постановки за отношенията между мъжа и жената. Те бяха подложени на внимателна проверка по един съвършено непознат начин, та започнах да се чудя дали възгледите, с които бях отраснал в Уестън-супър-Меър, ми вършат някаква работа.

Сега, повече от пет години след като най-сетне приключих с терапията, мога да кажа без всякакви резерви, че усвоеното ми помогна извънредно много. Оттогава на светне животът ми е значително по-приятен. Почерпаното в групата определено ме избави от всички физически симптоми, които ме измъчваха, а също така значително снижи и физическото напрежение в мен; мисля, че сеансите ми помогнаха да се поставям на мястото на другите хора, а поня-

кога да бъда и далеч по-полезен за приятелите си. Терапията ми помогна и чисто професионално, даде ми по-добро усещане за "характерите"; отвори очите ми за един напълно нов поглед върху хорското поведение в социалната и политическата област и така съзрях смисъл във факти, които преди въобще не можех да проумея. Но най-голямата полза, единичното нещо, което в най-голяма степен ме освободи за радостите на живота, е, че всички възникващи проблеми станаха значително по-умерени и преодолими – почти ехо на самите себе си, а усвоените в групата методи за решаването им позволяват да се справям с тях значително по-лесно и ефикасно.

По тези причини изпитвам значителна благодарност не само – естествено! – към Робин и Пру-Скинър, но и към идеите, постановките и методите на съвременната групова и семейна терапия, въведени през последните години в грижите за психичното здраве.

Освен това съм убеден, че подобни нови мисловни подходи ще предизвикат възторга на много хора. Повечето естествено няма да имат нито необходимостта и времето, нито пък желанието да се занимават с групова терапия. Аз самият обаче никога не бях виждал тези научни идеи, изложени задоволително в неспециализирана литература. Затова преди две години предложих на Робин да опитаме да ги направим достъпни за лаика.

Все пак днес, току-що привършили книгата, аз внезапно усетих, че се чудя доколко нови и впечатляващи са тези идеи. Наистина не знам. Например сега ми изглежда очевидно, че повечето от нашите оценки и характерови особености се определят от личния ни семеен опит и от взаимоотношенията ни. Виждам обаче, че н я к о и хора са изненадани и дори поразени от този факт. Също така сега знам, че много от нашите "проблеми" са всъщност трудности на детството, които не сме успели да решим по време на младостта и съответно ги пренасяме в зрелия живот. За вас това очевидно ли е или ви звучи като откровение? Вероятно ще трябва да се уповавам на утешителната мисъл, че и най-старият виц е нов за човека, който го чува за пръв път.

Нека все пак уточня: ако всички тези идеи са поне една стотна част толкова интригуващи за вас, колкото бяха за мен, аз все пак ще си взема полагаемото ми се възнаграждение.



Робин: Мисълта за подобна книга се загнезди за пръв път в главата ми през 1976 година по време на разговор с чичо ми Фред. Моето авторско ръководство за специалисти "Една плът, две личности" току-що бе излязло от печат. Изпратих на своите близки екземпляри с посвещение. Очаквах, че според обичая книгите просто ще събират прах по роднинските библиотеки, и бях приятно изненадан, когато чичо Фред – човек без специални интереси и подготовка в тази област, въртял през по-голямата част от живота си дребен бизнес в рибарско селце в Корнуол, където той и моята майка бяха отрасли – сподели, че не само прочел книгата, но и я намерил както интересна, така и полезна в опита му да разбере и формулира претърпените трудности от началото на семейния му живот. Добави, че

се надява да не ме разстрои с допълнението, и продължи с напевен корнуолски акцент: "Човек не би се сетил сам, ако не го види написано пред себе си, както си го направил в своята книга; но види ли го веднъж н а п и с а н о, всичко се свежда до здравия разум".

Макар книгата да получи доста благоприятни рецензии, нито една друга оценка не ми достави такова удоволствие. И докато чичо ми говореше, осъзнах, че разбраното от изложените в книгата идеи е променило житейските му възгледи по положителен начин. Болезнени преживявания, които той е смятал, че се дължат на събърканост у самия него, на незаслужена грубост от страна на другите или пък на слепите удари на съдбата, бяха започнали да му изглеждат като прости следствия от семейния живот, върху които никой няма власт. Установеното сякаш не само го освобождаваше в някаква степен от неоправданото чувство за отговорност и виновност, но и му помагаше да поеме отговорност за други семейни отношения, където взаимните обвинения осуетяваха примирението, което той наистина желаше. Узнах по-сетне, преди да почине, че е опитал да оправи нещата.

Години наред учех моите студенти, че макар да сме в състояние да облекчим другите с нашите професионални познания и умения, не бива да храним надеждата, че ще можем на собствените си семейства при затруднения от психологически характер, тъй като самите ние сме твърде ангажирани, за да бъдем безпристрастни и обективни. Спомням си обаче, че докато разговаряхме, се чудех какво ли би сторила книга, написана за широката публика, щом като една тясно професионална книга с подобни идеи е помогнала на нечие семейство.

Всъщност защо бях написал първата книга? Преди всичко защо навлязох в професията и защо се насочих към науката за семейството? При споменатото посещение в Корнуол проявих интерес към родовата си история, както е обичайно за семейните терапевти из целия свят. По онова време аз и колегите от групичката, която бях събрал да преподава предмета в Лондон (и която по-късно прерасна

в Институт за семейна терапия), споделяхме своя опит при опознаването на личната си семейна история, като така се опитвахме да си помогнем в разбирането на семействата, прибягнали до нас за професионален съвет. Чичо Фред бе известен като семейния историк – знаеше безброй забавни случки от миналото на всички ни. Още нещо спомена той онази вечер, а именно какво е казала майка ми, когато съм бил дете: "Наистина не мога да разбера Роб – или ще стане гений, или ще свърши в Бодминския приют (местната лудница)." Като се върнах назад, осъзнах, че тъй като не съм притежавал таланта да изпълня първото предположение, съм прекарал по-голямата част от живота си да избягна второто – в крайна сметка постигайки компромис, като съм влязъл в друга психиатрия през входа за персонала.

Но защо въобще е било необходимо това? Защо е станало с мен, а не с някой друг от моите четирима братя? Поглеждайки назад с узнатото за моето семейство от чичо Фред и другите, както и с извлеченото за семейството по принцип от моята професия, виждам, че съм бил средоточие на мощни вторични течения в рода ми, които са ме смущавали и обърквали като дете, а по-голямата част от зрелия ми живот е преминала в опит да избягна последиците. Моите родители бяха свестни, благи, добронамерени хора, уважавани и обичани в околността, изявяваха се в най-добра светлина. Те не можеха да проумеят как така са създали дете, обладаано от страхове, негодно да се справи с действителността, което бяга в света на мечтите и уединените занимания.

Сега разбирам, че родителите ми са били толкова объркани, колкото и аз. Но по онова време осъзнавах единствено, че трябва да прикривам проблемите си, за да не ги разочаровам, и си спомням, че копнеех за нещо като карта, схема или компас, които биха ме улеснили да тръгна към себе си и да стигна до решение.

След като не открих подобно нещо в моето семейство, заех се да търся вън от него, но нямах успех. В края на краищата, докато бях на действителна служба по време на Втората световна война като пилот в Кралските военновъз-

душни сили, реших да изучавам медицина и психиатрия. По-сетне разбрах, че е било колкото за да помогна на себе си, толкова и за да бъда от полза на другите; опитвах се да открия "верния път", а именно какво значи да бъдеш "нормален" и "здрав" и как самият аз да се придвижвам в тази посока. Но когато (вече като дипломиран лекар) най-сетне стигнах до Института по психиатрия за стаж по психологическа медицина и потърсих в богатата библиотека трудове върху човешката нормалност, открих само три кратки дисертации. Две от тях се оказаха безполезни, третата бе интересна, но анекдотична.

Когато разбрах, че дори и тук, както някога в моето семейство, ще трябва сам да се ориентирам, аз станах психотерапевт и изучавах отделната личност, групите и семейството, като по същото време се подложих на групова терапия, включително и на самоанализа, за да открия отговорите на своите въпроси – какво всъщност означава душевно здраве и как да го постигат семействата?

Повече от двадесет години по-късно изложих в книга наученото, което моят чичо Фред, видял го написано, определи като "здрав разум". По това време най-сетне бяха започнали да се появяват изследвания за здравия брак и първото проучване за изключителното здраве на духа – оптималното здраве – бе отпечатано от същия издател в същия месец, когато се появи американското издание на моята собствена книга. Двете книги ми бяха изпратени заедно и като четях за извършеното от научната фондация "Тимбърлон" в Далас, аз с възлнение открих сходството между техните открития и моите заключения, основани на клиничния опит. Преди да изчета докрай техния труд, получих писмо от ръководителя на научноизследователския екип (без да зная, прочел м о я т а книга), който също се спираше на сходствата в нашите изводи.

Следователно изглежда най-сетне се бях добрал до някои истини и ги бях изложил разбираемо за обикновените хора, макар и в писание, предназначено за професионалисти.

Тъй че когато Джон Клийз ми предложи заедно да опитаме с един популярен вариант, аз приех с готовност, но се

поколебах за кратко относно амбицията да сбием и избистрим такъв огромен материал. Ако нашата книга успее да предаде на широката публика частица от интригуващото, вълнуващото и полезното в най-новите изследвания относно механизмите на брака и как той би могъл да просъществува, това се дължи както на живия, оригинален ум и бистра мисъл на Джон, така и на привнесените от моята професия познания. Надявам се, че отсетите тук разговори ще бъдат толкова полезни за другите, колкото бяха за всеки един от нас и за нашите семейства, както и че огромното удоволствие от съвместната ни работа също е намерило своето място.

1. Защо трябваше да се ожения за ТЕБ?

Джон: Нека започнем с нещо лесно... Защо хората решават да се оженият?

Робин: Защото са влюбени.

Джон: О, я стига!

Робин: Сериозно говоря.

Джон: Е, сигурно, но самото влюбване на практика е твърде странна работа. Да вземем напълно обикновените и рационални хора като компютърните програмисти или експерт-счетоводителите. Живеят си те, безоблачно програмиращи и осчетоводяващи, внезапно обаче погледът им съзира някого в претъпканата стая и те си казват: "А, този човек е създаден за мен, май ще е най-добре да прекарам остатъка от живота си с него." Това граничи с окултното.

Робин: Нима предпочиташ варианта отпреди триста години, когато родителите са уреждали сватбите по материални съображения от рода на земя, пари или издигане в обществото? На влюбването се е гледало като на най-лошата възможна основа за един брак, като на рецепта за катастрофа.

Джон: Да, Самюъл Джонсън препоръчва председателят на Камарата на лордовете да урежда браковете без оглед желанията на участващите страни.

Робин: Искам да подчертая, че днес ние сме свободни да сключим брак с обичания човек, с този, който наистина може да ни направи щастливи.

Джон: И съответно сме стигнали до най-високия брой на разводите в нашата история.

Робин: Тъй като и ти, и аз сме дали своя принос към тази



статистика, по-добре да не бъдем толкова критични.

Джон: Извинявай. Всъщност смятам, че разводът е недооценен. Той дава възможност да опознаеш някои от по-сложните страни на брака, по-деликатните нюанси, които двойки с тридесетгодишно съвместно съжителство не схващат. Но независимо дали сме разведени или не, ето че ние, стотици милиони, щастливо се женим и мислим: "Това е човекът за мен." И тъй, какво става, докторе?

Робин: Какво става при влюбването според теб?

Джон: Очевидно нещо много повече от сексуално привличане. При това сериозният обект на любовта е нещо повече от приятел, когото харесваш. Нямам представа обаче какво е това "повече". Не знам да е обяснявано. Хората се усмихват многозначително, казват: "Химия", и променят темата. Е, какво е?

Робин: Според мен причината, поради която се насочваме към някого с такава дълбочина на привличането, е, че по принцип другият е като нас – в психологически смисъл.

Джон: Мъдрата поговорка обаче гласи, че противоположностите се привличат.

Робин: Не, не се привличат. Или ако го правят, то е защото и з г л е ж д а т като противоположности. Но това, което наистина привлича хората, са техните прилики и преди

всичко приликата в най-определящия аспект, а именно в семейната среда.

Джон: Искаш да кажеш, че всеки от онези хора, които се женеха – и все още го правят, – за да избягат от своите семейства, по някакъв начин – от психологическа гледна точка – носи семейството си със себе си.

Робин: Точно така.

Джон: Почакай. Например аз не знаех много за семейството на моята първа жена дълго след като се бяхме влюбили.

Робин: Ти разказа ли ѝ за своето?

Джон: Не, не мисля.

Робин: Може би именно това е общото помежду ви.

Джон: Не разбирам.

Робин: Вероятно причината, поради която не сте обсъждали своите семейства, е била, че вашите родители също – и двете двойки – не са споделяли много за своите семейства. С други думи, вероятно вашите семейни среди са си приличали по този признак.

Джон: Твърде съчинено обяснение, за да бъде убедително. Във всеки случай получаваш сигнал от някого, преди въобще да сте започнали обмен на такъв род семейна информация.

Робин: Прав си.

Джон: Нима си съгласен?

Робин: Нека ти обясня. Трябва да кажа, че тази мисъл е може би най-удивителното откритие, на което се натъкнах през всичките години на работа по проблемите на семействата; самият аз го приех постепенно. Обаче най-драматичното доказателство за това се нарича "упражнение за семейните системи". За пръв път се запознах с метода през 1973 година, когато няколко гостуващи семейни терапевти от САЩ го демонстрираха. Сега вече сме въвели упражнението като игрови метод в Института по семейна терапия.

Джон: Каква е целта на упражнението?

Робин: Да покаже какво се крие зад начина, по който двама души се насочват един към друг в претъпканата стая. Лично за мен то проясни повече, отколкото съм пред-

полагал, подсъзнателното в привличането и каква е неговата същност.

Джон: Тоест доказва как се насочваме един към друг, макар да не знаем нищо един за друг?

Робин: Да. Участниците в психотерапевтичните сеанси преминават през експеримента много рано – в идеалния вариант, когато все още са напълно непознати. Събират ги и ги подканят да изберат човек от групата, който или им напомня някого от тяхното семейство, или пък създава у тях усещането, че би запълнил "празнота" в него. И – ето интересния момент! – не им се разрешава по никакъв начин да разговарят, докато правят избора. Просто се изправят и бродят наоколо, оглеждайки останалите. Когато всеки се е спрял на друг човек, т. е. когато са по двойки, предлагат им да поговорят известно време, да разберат дали не биха могли да открият мотива за избора си. Насърчават ги да съпоставят своята семейна среда. Сетне всяка двойка е подканена да избере друга, така че да сформират четворка. А после четворката е помолена да се отъждестви с някакво семейство, постигайки съгласие за разпределението на ролите. После обсъждат какво в семейната им среда би могло да ги доведе до подобни решения. Накрая съобщават на групата какво са открили.

Джон: А именно?

Робин: А именно, че по някакъв начин всеки един от тях е избрал други трима души, чиито семейства са функционирали по много подобен начин.

Джон: Какво имаш предвид с "функционирани по много подобен начин"?

Робин: Ами евентуално могат да открият, че и четиримата произхождат от семейства, където е съществувал проблем да се изразят обичта, гневът или завистта; или пък където е имало множество почти кръвосмесителни връзки; или произхождат от семейства, където неизменно са очаквали от тях оптимизъм и добро настроение. Възможно е да открият, че бащите и на четиримата са отсъствали от дома през годините, когато това е било от особено значение за тях, а също и – примерно – че техните семейства са претърпели някаква огромна загуба или друга подоб-

на промяна, когато всички те са били на близка възраст.

Джон: Това не би ли могло да се получи просто защото те търсят някакви прилики помежду си?

Робин: Едва ли е достатъчно добро обяснение за многожеството свързани прилики, които задължително откриват! Знам, вероятно звучи неубедително за човек, който на практика не е правил такъв опит, но е твърде странно, когато го изпиташ.

Джон: А останалите без партньор? Как обясняваш слушате сония, които не биват избирани?

Робин: Ами странното е, че тъкмо неизбраните послужиха за решителното доказателство – мен лично те ме убеди, че става нещо необичайно. Първия път, когато трябваше да проведе играта с около 20 участници в семейнотерапевтичния сеанс, изведнъж изпитах тревога, че онези, които последни се съберат, вероятно ще се почувстват отхвърлени. Затова когато помолих групичките да разкажат за преживяванията си, за откритите прилики в семействата им, аз отлагах до последно въпроса към "групата на неизбраните", тъй като доста се страхувах от тяхната реакция. Но на тях това им бе направило толкова силно впечатление, колкото и на другите участници в сеанса. Открили бяха, че до един са расли в домове за сираци, били са отгле-



дани от чужди семейства или осиновени. До един в ранното си детство са се чувствали отхвърлени и по някакъв начин в това упражнение безпогрешно се бяха насочили един към друг!

Джон: Следователно всеки път, когато се разиграва упражнението, ти доказваш, че участниците се самоизбират поради забележителен брой прилики в семейната им среда – в семейната история или в семейния манталитет.

Робин: Точно така.

Джон: А как се свързват причините, поради които те се избират, с причините, поради които н и е се влюбваме един в друг?

Робин: Връзката е основна. Виж, има куп причини, поради които дадена двойка се свързва, и повечето са лесно разбираеми. Един от пионерите на брачната терапия през петдесетте години – Хенри Дикс, ги свежда до три основни категории: Първата – социалните принуди от рода на класовата принадлежност, религията, парите; втората – осъзнатите лични причини като приятния външен вид, общите интереси, всички белези, поради които з н а е ш, че избираш някого; и третата – подсъзнателното привличане, което наричаме "химия".

Джон: Следователно упражнението изважда наяве третата категория – подсъзнателното привличане, и ни доказва, че хората подсъзнателно се избират един друг поради прилики в механизма на техните семейства.

Робин: Точно така. Не забравяй, че участващите в сеансите всъщност търсят някой, който да им напомня на човек от тяхното семейство или пък който би запълнил съществена празнина в собственото им семейство. И все пак всички те са непознати – в случая няма у нас следен а прилика във външния вид или в характера. Удивителното е, че въпреки това само от един п о г л е д те се спират на хора със смайващи прилики в детството и със същите специфични семейни проблеми.

Джон: С други думи, ние носим нашите семейства в себе си, някъде вътре в нас, и отправяме сигнали, които улесняват хората с подобен произход да ни разпознаят?

Робин: И свързвайки се с такива хора, ние в известен

смисъл пресъздаваме наново нашите собствени семейства. Не е ли изумително?

Джон: Можеш спокойно да го твърдиш, така е. Знам, че като психиатър си свикнал с мисълта за влиянието на подсъзнателното начало върху поведението на хората, но за laik като мен е донякъде шокиращо да разбере така изведнъж, колко много неща вършим по причини, които не осъзнаваме. Например колко необятна е информацията, която вероятно през цялото време несъзнателно долавяме от околните.

Робин: Получаваме от хората удивително много сигнали, които ни подсказват за техните характери и оттук за техните семейства.

Джон: Можеш ли да обясниш нещо повече за тези сигнали?

Сигналите...

Робин: Ние излъчваме през цялото време информация за това, що за хора сме. Тя се предава чрез изражението на лицето и начина, по който използваме тялото си – целият този "език на тялото", за който слушаме толкова много напоследък.

Джон: Стойка, облекло, походка, жестове...

Робин: И не просто кои движения правим, а също и начина, честотата и прочее.

Джон: Добре, но не виждам как подобни сигнали свидетелстват от какво семейство е даден човек.

Робин: В състояние сме да отгатнем как се чувства даден човек в отделен момент, нали? Дали е приятелски настроен или враждебен, дали е весел или натъжен и тъй нататък. Е, отвъд тези променливи емоционални състояния, които ни владеят непрестанно, всеки човек клони към определени с в о й с т в е н и за него емоции или отношения.

Джон: Искаш да кажеш такива, които се определят от същината на личността му? Човек обикновено може да е мрачен или жизнен, нещо като великомъченик или какво-то и да е там.



Робин: Точно така. И тези присъщи емоции се проявяват в стойката, в изражението на лицето, в движенията. Например депримираният човек. Той ходи отпуснато, мъкне се, движи се апатично. И тъй като лицето му години наред изразява потиснатост, придобива определени черти, които се разпознават незабавно. Същото се отнася и за веселяка, който много се смее – получава бръчици от смях, върви уверено, енергично, изправено; а предразположеният към маниакалност човек се движи отривисто, прави впечатление на напрегнат и често гледа доста втрещено.

Джон: Е, ясно ми е подобно състояние. Ставам т о ч н о т а к ъ в, когато съм под напрежение; използвам го също така съзнателно в актьорската си работа. Очите леко се изцъклят, мускулите около слепоочията, челото и челюстите се изопват.

Робин: Забелязал ли си, че моите очи често изглеждат така?

Джон: Не. Знаеш ли, не съм долавял това.

Робин: Е, най-странното е, че когато участвах в упражненията за семейните системи, аз направих двойка с един човек, сетне с него се спрях на друга двойка..., преди който и да е от нас да се усетил, че и четиримата имаме такива очи!

Джон: Мислиш ли, че ние двамата се разбираме така добре, тъй като нашите ококорени очи свидетелстват за прилики в семейната ни среда?

Робин: Твърде е вероятно. По-нататък ще трябва да бъдем напрек за подобни прилики.

Джон: Като се отвори дума, сега си припомням как преди няколко години забелязах, че често ме привличаха момичета с такива очи – странното обаче е, че щом го осъзнах, притеглянето вече не бе така силно. Вярно е, че човек от моето семейство имаше такива очи. Всъщност стигам до следващия момент, който не ми е ясен. Казвах, че личността на един човек, или както се изразяваш – свойствените за него емоции, свидетелстват за семейството му. Защо? Каква е връзката?

Робин: Виж, всяко семейство се отнася по определен начин към емоциите. Смята, че по принцип едни емоции са "добри", а други "лоши". Тъй че открито дава воля на "добрите" и обуздава "лошите". Някои може по принцип да се съдържат или пък да са напълно освободени. В крайна сметка семейството развива характерен комплект от емоционални отношения и съответно членовете му проявяват еднакви емоционални реакции.

Джон: Следователно проявяват тенденцията да излъчват еднакви сигнали и донякъде да си приличат?

Робин: Не само наследствеността прави хората от едно семейство да си приличат. Дори осиновените деца с възрастта заприличват на останалите от рода в някои отношения.

Джон: Затова ли кучетата често наподобяват своите стопани?

Робин: Да, има голяма доза истина в това твърдение. С домашните любимци се отнасят съобразно семейните навици. Затова там, където ценят самодисциплината, имат послушни кучета, а в семейства, в които тя не е на почет или пък децата са доста буйни, кучетата са подтиквани да се държат по същия начин.

Джон: Нека обобщим... С изражението, стойката, начина на движение, с определени присъщи емоционални отно-

шения, характерни за целия род, ние отправяме сигнали. И хора с подобни семейства ги улавят и откликват.

Робин: Точно така. Тъкмо това доказва упражнението за семейните системи.

Джон: Добре, и все пак има още нещо, което не разбирам. Ти каза, че хората, които се избират взаимно по време на упражнението, доста често откриват как на близка възраст са преживели сходни събития – за пример ти послужи баща, който отсъства от дома, или пък смърт в семейството. Как се вгражда това в твоите постановки?

Робин: Добре, нека илюстрираме наученото от упражнението за семейните системи по друг начин. Да речем някой, който е изпитал затруднения да се справи с дадени проблеми на определен етап от своето развитие, чувства влечение към човек с проблеми на същия етап.

Джон: Не звучи като друг подход към темата, а като напълно нова и несвързана с темата идея.

Робин: Не, има тясна връзка. Просто ми се довери за няколко минути и ще ти го обясня.

Джон: Какво искаше да кажеш с "проблеми на определен етап от развитието"?

Робин: Ами ако някой е отсъствал от живота им на определен етап от тяхното развитие, привличащият ги човек, този със сходното семейно битие, вероятно също е изпитвал нечие отсъствие на същия етап.

Джон: Старая се да не изпадам в паника... Навярно трябва да започнеш с обяснението за това, какво разбираш под "етап от развитието". Сетне може и да схвана как той би липсвал.

Етапи от развитието...

Робин: Погледни на живота като на поредица от етапи, през които трябва да преминем. Преминавайки през всеки етап, ние усвояваме определени уроци. Всъщност навярно трябва задължително да научим уроците за даден етап, преди както следва да преминем към следващия.

Джон: Дай пример за някой от по-ранните етапи.

Робин: Добре, докато сме невръстни, всички ние се нуждаем от постоянна любов, на която може да се разчита, и от грижи. Разбира се, в детството обикновено майката поема най-значителния дял.

Джон: И какво от това?

Робин: Ако майка ни не е била в състояние да полага грижи за нас както трябва, самите ние не се научаваме как да се грижим за другите.

Джон: Наистина ли?

Робин: Да, ако не са ни вдъхнали доброта и чувство на обич, ние няма да имаме достатъчно, за да ги предадем на други хора.

Джон: Разбирам. Странна е обаче употребата на думата "научавам се".

Робин: По-голямата част от процеса на научаване не е съзнателна. По-специално в детството, когато научаването е копиране и човек се оформя по модела на други хора, разбира се, преди всичко според родителите си. Тъй че ако те не ти дадат определени познания, впоследствие ти е трудно да ги дадеш на другите, трудно е да разбереш дали го вършиш правилно.

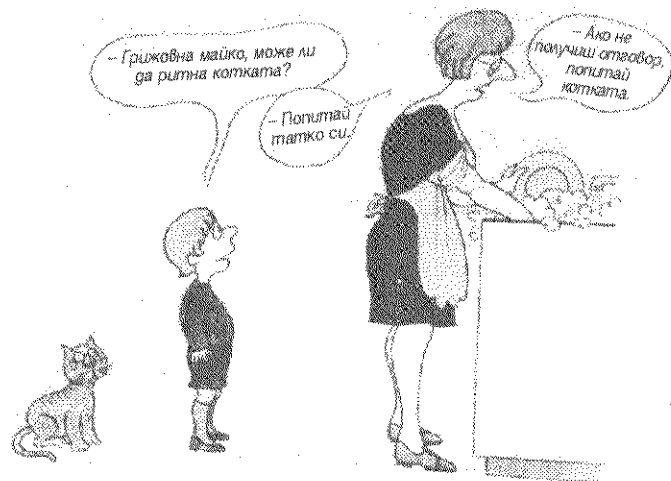
Джон: Кой е следващият етап?

Робин: Щом започнем да придобиваме известна самостоятелност и сила на волята, ние се нуждаем от добронамерена твърдост и родителски контрол. Бащата става особено важен на този етап.

Джон: От което научаваме...?

Робин: Самодисциплината. Без нея не бихме постигнали нормални взаимоотношения с властта. Няма да сме в състояние да я приемем лесно, ще отричаме и нея, и не обходимостта от нея. При това ако някога заемем пост, който налага да упражняваме власт, ще срещнем затруднения. Ще се люшкаме от прекомерната слабост и нерешителност до внезапната тираничност и непреклонност, за да демонстрираме, че наистина сме силни.

Джон: Искаш да кажеш, че политик, бунтувал се през целия си живот, би могъл да не бъде достатъчно твърд, ако някога дойде на власт?



Робин: Или това, или пък може да се прояви като авторитарна личност, която обаче се преструва, че всички решения се вземат по демократичен път вероятно от името на безмълвното мнозинство или на пролетариата.

Джон: А ако родителите бяха упражнявали своята власт с обич и твърдост?



Робин: Тогава щом въпросният човек отрасне, той ще умее да се съветва пълноценно с околните, впоследствие да взема решения и да се придържа към тях. Но ще умее също и да променя позицията си, ако стане ясно, че е сторил грешка.

Джон: Отклоняваме се. Дай пример с друг етап от развитието.

Робин: Ами по-късно изпитваме необходимост от братя, сестри или приятели, с които да играем, та да се научим да споделяме; да се справяме също с житейския хаос – и когато понякога ни дразнят или пренебрегват, да отстояваме своето и така нататък. "Самото" дете или пък най-голямото дете, което няколко години е без конкуренция, често не съумява да научи тези уроци добре и впоследствие среща трудности.

Джон: Да, аз съм единствено дете и със сигурност имам неизживени моменти от този етап, защото няхах приятели на моята възраст. Тъй че когато отидох в по-горно училище на осемгодишна възраст, не умеех да общувам и доста ме тероризираха. В крайна сметка това все пак приключи.

Робин: Следователно си усвоил уроците, макар и малко късно. Сетне настъпва етапът, през който научаваме за другия пол. Деца, лишени от този опит, като момиче без баща или братя, или момче, което прекарва юношеството си в мъжки пансион, след време проявяват несигурност в отношението си към противния пол.

Джон: Разговорът става автобиографичен. Препминах през английската образователна система на частни училища и на осемнайсетгодишна възраст направих откритието, че момичетата идват от друга галактика. Трябваша ми няколко години, за да преодолеем болезнената недодеяланост от частното училище – знаеш ли, когато похапвахме, се опитвах да ги впечатля, като им обяснявах механизмите на фондовата борса и междувременно настойчиво пъхах лъкът в маслото.

Робин: Липсата на контакт с другия пол по време на съзряването прави хората не само боязливи и сковани, но може също така да породи у тях нереалистични очаквания

и те съответно да преживеят голямо разочарование, когато започнат някаква връзка. През следващия етап ставаш независим от родителите; трудно е за постигане, освен ако не се потопиш в тълпа от свои връстници. Хората, които не са имали възможността да го сторят, проявяват склонност да се вкопчват в своите родители. Дори да сключат брак, те превръщат съпрузите или съпругите съответно в родители и се прилепват към тях, вместо да създадат кръг приятели от същия пол, където биха намерили опора.



Джон: Да, сега, струва ми се, разбрах какво имаш предвид под "етапи от развитието". Очевидно уроци за усвояване има през всеки един от тях. Но какво става, ако не изживееш дадени моменти? Имаш ли проблеми през останалата част от живота си при подобни обстоятелства?

Робин: Не е задължително. Ако пропуснеш определен етап, винаги би могъл да минеш през него по-късно и тогава да усвоиш уроците. Например научил си се да общуваш по-добре и да отстояваш себе си, когато си отишъл в погорно училище. По подобен начин някой, чийто баща е починал, докато е бил малък, ще търси заместител – чичо, учител, млад клубен наставник, шеф, който би проявил специален интерес и би му дал нещичко от бащинската

близост. Или младият човек, чиито родители са го държали плътно до себе си и са го възпирали от общуване с други деца – да речем, защото са неподходящи, – би могъл да навакса, когато започне работа или постъпи в колеж.

Джон: На този по-късен стадий подкрепата, оказана от групата равни нему, ще му позволи да стане по-независим.

Робин: Да. Виждаш, че ако не изживеем нещо на даден етап, винаги можем да компенсираме по-сетне, като по-търсим заместващ опит.

Джон: Хората обаче не търсят съзнателно "заместващ опит", нали?

Робин: Да, съгласен съм, че това не е нещо, което хората обмислят и планират, особено когато са млади. Обикновено просто проявяват предразположение – чувстват необходимост, така както храната привлича, когато сме гладни. Тъй че ако заместителят е налице, те се възползват повече от всеки друг. Спомням си, когато бях на единадесет и смених училището си, положих истинско, преднамерено усилие да контактувам по-добре, защото не бях се справил в предишното.

Джон: Как мислиш, какви други моменти ти липсват?

Робин: Другото се появи, защото баща ми не бе достатъчно строг с мен, тъй като той от своя страна не се е погаждал с баща си, когато бил малък. За мен това създаде трудности при възприемането на властта, но впоследствие дисциплината в Кралските военновъздушни сили по време на войната значително ми помогна.

Джон: Всъщност баща ми бе твърде мек с мен и аз не бях изпитвал върху себе си истинска грубост или ярост, а когато по-късно това се случи, се уплаших.

Робин: Смяташ ли, че по-късно си съумял да наваксаш уроците?

Джон: В твърде ограничена степен. Колкото и странно да звучи, мисля, че докато снимахме телевизионните шоу-програми, имаше своеобразна дисциплина, тъй като ако не приключиш навреме, екранът остава празен. Подготвителният етап за филми по обучение в мениджмънт също промени значително моето отношение – например един

филм, проследяващ начина за вземане на решения, ревизора изцяло моите представи за властта. Но всичко това представлява жалък заместител на реалния опит. Все пак може би съм усвоил нещичко, успях понекога да проявявам преднамерена суровост и яд към дъщеря си, та тя да не изпитва моя страх в подобни случаи. И дъщеря ми наистина се научи да се справя, без да изпада в паника. Мисля също, че по тази причина тя се оказва много по-твърда, отколкото бях аз на нейната възраст.

Робин: Съжالياваш ли, че не си служил в армията?

Джон: Да, наистина, но сигурно защото сега нищо не ме застрашава. Предполагам, ще ми препоръчаш няколко седмици в Специалните части за борба с тероризма, нали?

Робин: Никога не е късно за заместващия опит, мой човек.

Джон: Добре, щом не е, разясни ми следното. Ако проявяваме предразположеност да компенсираме някакъв опит, нещо, което открива възможност да наваксаме и усвоим определени пропуснати уроци, защо въпреки това всеки от нас има някакъв реален проблем?

Прикриване на неизживения етап...

Робин: Ако не изживеем даден етап, наваксаваме, като търсим заместващ опит, нали така?

Джон: Да.

Робин: Има обаче нещо, което ни отклонява от наваксването. И то е преструвката, че не ни е липсвало нищо – така всъщност прикриваме факта, че не сме сумели да съзреем в определено отношение.

Джон: Този факт смушава ли?

Робин: Да. С израстването ние се срамуваме, че сме пропуснали някаква по-ранна фаза. Естествено, колкото по-възрастни ставаме, толкова повече се срамуваме да признаем, че не можем да надмогнем нещо основно – нещо, което ако бъде извадено найеве, ще ни накара да се чувстваме детински и глупаво.

Джон: И се опитваме да го скрием от околните.

Робин: Да, в началото го крием от другите, но впоследствие това става нещо като навик и стигаме дотам, та го крием от самите себе си.

Джон: От самите себе си? Искаш да кажеш, че дори не си даваме сметка за съществуването на проблема?

Робин: Да. Като скриеш един път от самия себе си, че ти липсва определен основен опит, ти вече не търсиш заместител, тоест не търсиш необходимото, за да преодолееш проблема.

Джон: Добре, но не разбирам как самото прикриване на проблема от другите хора ни довежда до неосъзнаването му от самите нас.

Робин: Подобно чувство ни кара да се чувстваме неловко, не е ли тъй?

Джон: Да.

Робин: Предпочитаме да не го изпитваме. По отношение на света извън нас ние можем избирателно да обърнем внимание на даден факт или да го игнорираме. Можем да направим същото нещо и вътре в нашата глава, снашите мисли или чувства. Можем да отбягваме определени мисли и емоции, както и да усвоим уменията да ги отхвърляме, ако ни навестят. Вършим ли това достатъчно често, навикът да не забелязваме някои чувства става дълбоко вкоренен, толкова инстинктивен, че едва ли си даваме сметка какво вършим. Американският психиатър Хари Стак Съливан нарече този процес "селективно невнимание".

Джон: Следователно досетим ли се, че има нещо, избягваме да забелязваме определено чувство...

Робин: Следващата крачка е да забравим въобще за съществуването му. Сякаш сме спуснали жалози вътре в главата си, за да изолираме чувството, което не искаме да се появява и което усещаме, че трябва да скрием.

Джон: Изглежда ни срамно, сякаш е слабост.

Робин: Да, а и защото създава дискомфорт.

Джон: В какъв смисъл дискомфорт? В морален?

Робин: В крайна сметка се стига и до морален дискомфорт.

форт. Много по-важно е обаче, че у нас са предизвикани отрицателни, болезнени и неприятни чувства, сякаш сме нежелани, необичани.

Джон: Изпитваме неудобство дори ако си го знаем само ние. И го изолираме.

Робин: Точно така.

Джон: Можеш ли да вземеш конкретен пример – да речем, чувството на гняв, и да обясниш как едно дете се научава да го прикрива?

Робин: В здравото, нормално семейство всеки се гневи понякога и това не се приема като голямо престъпление. От детето очакват да се съдържа в границите на разумното, но ако това не се случи, родителите не вдигат излишен шум. Детето разбира, че чувството е нормално, че не е деструктивно или ужасно, че може да му дава израз. Ако родителите проявяват подобно толерантно отношение към гнева, детето спокойно ще му дава воля, а чрез насърчение и помощ би научило да се справя, да упражнява нормалния самоконтрол, изискван от обществото.

Джон: А как стават фаловете?

Робин: Главно по два начина. Първо, нека вземем традиционното обяснение на Фройд и първите психоаналитици. Те твърдят, че дадено чувство се затъмнява – потиска – заради някаква травма.

Джон: Което означава заради единична, но много болезнена случка.

Робин: Именно. Да вземем за пример прохождщото дете, което изпитва аномална уплаха от гнева. Ако се наложи неговата майка да изчезне, за да постъпи на болнично лечение, точно когато детето е обладано от изблици на гняв, това би било случайно злополучно преживяване. Твърде мъничко, за да разбере вярното обяснение за постъпването в болница, детето може да помисли, че майка му го е напуснала, защото е било така ядосано, така "лошо". И тъй, вместо да надрасне изблиците, научавайки се да съдържа своя гняв, както и да получава сигурност и обич дори когато е сърдито, оттук насетне детето се плаши много винаги, щом изпита яд. И всяка подобна травмираща си-

туация, която може да възникне впоследствие, ще има преувеличен ефект и ще го плаши още повече. Например може да се сбие с друго момче и случайно да го нарани лошо, но детето ще реши, че грешката отново е изцяло негова – в този вариант гневът го ужасява още повече. В крайна сметка гневът изглежда толкова "лош", че детето се преструва, сякаш чувството въобще не съществува, затъмнява го.

Джон: Това е фройдисткото обяснение. Но съм те чувал да използваш и израза "холивудска история".

Робин: Ами получава се страхотен театър! От днешна гледна точка обаче разбираме, че подобно затъмняване може да се постигне и по не така очевиден и драматичен начин. Може да се развие като значително по-степенен процес, породен от страх или неловкост заради конкретна емоция от страна на семейството. И така, нашият прохождащ човек постепенно схваща, че гневът е "лош", защото тревожи, притеснява и смущава всички останали от семейството.

Джон: Цялото семейство ли се чувства зле поради това?

Робин: Да. И детето получава посланието отново и отново, и отново. Детето вижда колко много гневните изблици тревожат неговите родители, как те не са в състояние да отреагират и съответно го пренебрегват или изолират, дори се нахвърлят върху него, когато то изразява чувствата си. Твърде скоро детето също започва да се чувства зле заради гнева. Смята, че родителите му не го обичат, когато е сърдито, а тъй като всички деца желаят да бъдат обичани от своите майки и бащи и самите те да ги обичат в отговор, като ги правят щастливи, то решава да прикрива всяко чувство на гняв.

Джон: Следователно то свързва гнева с опасението да не бъде отхвърлено от своите родители, което е най-лошата възможна заплаха за едно дете.

Робин: Да, точно това обяснявах досега, като казвах колко зле се чувства даденият човек. Разбира се, детето вече се изживява и като и з м а м н и к, понеже не може да

бъде своето истинско аз. Чувства се доста отделено от своите родители, защото не е ст о п р о ц е н т о в о: прието – трябва да се преструва, че не изпитва гняв. Но усещането, че си измамник, не е толкова лошо, колкото е лоша заплахата от пълното отхвърляне и вероятно детето ще избере да се преструва и да бъде обичано, вместо да бъде самото себе си, но отхвърлено.

Джон: И тъй, оттук насетне, ако се случи нещо, което би ядосало нормалното дете, въпросното дете сподава своя гняв.

Робин: За да го прикрие от родителите си. Впоследствие обаче то се приучава да го крие от самото себе си, тъй като това е единственият начин да се усеща о б и ч а н о. Гневът е нещо толкова "лошо", то не бива да признава, че изпитва подобно чувство дори пред самото себе си. Придобива навика да не забелязва своя гняв, научава се да го затъмнява и накрая решава, че той дори не съществува.

Джон: Добре, разбирам как се научава да постига това. Все още обаче не мога да приема мисълта, че цели семейства затъмняват едни и с ъ щ и чувства.

Робин: Да, проявяват такава п р е д р а з п о л о ж е н о с т. Откриваш, че цялото семейство оценява някои емоции като "добри", а други като "лоши". Лошите биват изтикани зад жалюзите и в цялото семейство царя един вид негласно, но неоспоримо споразумение, че чувствата зад жалюзите не трябва да бъдат забелязвани. Всички в семейството се преструват, че те не съществуват. И всяко следващо дете се научава да изтласква същите чувства зад жалюзите. Навикът да се затъмнява бива предаван неволно, подобно на шарката, без някой да си дава сметка каквостава.

Джон: Не ми е трудно да разбера защо децата възприемат семейния модел. Но не ми е ясно по какъв начин се установява за пръв път моделът. Защо р о д и т е л и т е затъмняват едни и същи чувства? В крайна сметка те не произхождат от едно и също семейство.

Робин: Прав си, но помниш ли, когато ти казах, че хората се привличат един друг, защото им е липсвало нещо на един и същ етап от развитието?

Джон: Да. Всъщност имам чувството, че целият разговор сега е част от обяснението на тези причини.

Робин: Именно. Поради това съпругът и съпругата проявяват склонност да затъмняват подобни чувства. Все още обаче не мога да го обясня, тъй като липсват елементи от мозайката, които ще ти предоставя след миг. Тъй че приемниго на доверие засега и замълчи.

Джон: Това не би издържало критиката на сър Робин Дей*.

Робин: Съгласен съм. За щастие той беше твърде зает.

Джон: Благодаря... Добре, при положение че родителите проявяват склонност да затъмняват едни и същи чувства, разбирам защо децата се научават да вършат същото. В последна сметка цялото семейство затъмнява едно и също чувство. Всички те ще имат едно и също затъмнено поле.

Робин: Или затъмнени полета. Възможно е да се затъмнява повече от едно чувство.

Джон: И различните семейства имат различни затъмнени полета?

Робин: Да, всяко семейство затъмнява различни чувства или различна комбинация от чувства.

Джон: Как може психотерапевтът да разбере какви емоции е прикрило семейството? Как разпознават затъмнените полета?

Робин: Един елементарен белег – всички те о т р и ч а т, че изпитват чувството, което са затъмнили. Ако кажат: "О, в н а ш е т о семейство никога не проявяваме ревност", тогава разбираш, че ревността е семеен проблем, че за тях ревността е т а б у.

Джон: Толкова ли е просто?

Робин: Това е най-добрата улика сама по себе си. Но има много други. Психотерапевтът скоро разбира по какъв начин семейството избягва затъмненото поле – прескача го, променя темата, просто не го забелязва. Удивителното при затъмненото поле – при табуто – е, че то се

* Сър Робин Дей е известен със своите хапливи беседи телевизионен журналист, получил пръв от съсловие то титлата "сър" Бел. пр.

предава от едно поколение на следващото и на по-следващото поколение.

Джон: Без никой да знае?

Робин: Да, защото ако знаеха, каквото и да се намира зад жалюзите, то вече не би било зад жалюзите, нали?

Джон: Откъде разбираш, че табуто се предава в семейството?

Робин: Семейните психотерапевти нееднократно го наблюдават, когато изучават средата на своите пациенти, за да разберат характерните особености на техните семейства, или когато наблюдават няколко поколения от едно семейство заедно, или когато се вглеждат по-внимателно в своите собствени семейства. Научни изследвания също подкрепят подобно твърдение.

Джон: Добре, нека видим какво съм разбрал дотук. Когато израстваме, ние преминаваме през различни етапи на развитие и на всеки етап научаваме разнообразни уроци. По принцип уроците се отнасят до подхода към емоциите. Научаваме например как да се справяме с предизвиканите от взаимоотношенията ни с властта чувства; или научаваме как да се справяме с чувствата, събудени от противоположния пол; или научаваме как да се справяме с чувствата, които се пораждат, когато се отделяме и ставаме по-независими от своите родители.

Ние обаче може да не сме изживели даден етап. Но и в този случай можем да наваксаем по-късно уроците, като търсим заместващ опит. Той ще ни даде възможност да влезем в крачка, както му е редът.

Възможно е обаче и нещо да не бъде наред. Ако не изживеем даден етап и не преминем през заместващ опит, чувствата, с които не сме се научили да се справяме, ще ни притесняват. Вероятно ще опитаме да ги прикриваме от другите и в крайна сметка ще ги скрием от самите нас. "Затъмняваме" ги и впоследствие дори не осъзнаваме, че съществуват.

Има две главни причини, поради които не успяваме да се справим с дадена емоция и сме принудени да я изтичаме зад жалюзите. Първата – претърпяваме внезапна травма, изолирана, драматична, много болезнена случка. Втората,

по-често срещана – постепенно научаваме да поставяме емоцията зад жалюзите, защото в нашето семейство над нея властва табу.

Всяко семейство оценява определени емоции като лоши и ги затъмнява. Детето следва примера, защото рискува да бъде отхвърлено от своите родители – ако изразява на воля емоциите-табу, възприемат ги като лоши. И така моделът се предава от човек на човек в семейството.

Робин: А също и от поколение на поколение. Не го забравяй. Защото ако децата не са се научили да се справят с дадено чувство, те няма да са в състояние да подпомогнат и своите деца да се справят с него.

Джон: Добре. И какво не е наред при тая работа с табуто?!

Робин: Какво имаш предвид?

Джон: Ами ако си подвластен на някакво отвратително чувство, с което не си се научил да се справяш и което те кара да се чувстваш зле, защото не го изтиках на сигурно място зад жалюзите и не се отървеш от него?

Робин: А така! Защото жалюзите не работят много добре и в крайна сметка често създават повече проблеми, отколкото решават.

Неизправните жалузи...

Джон: В какво отношение не работят жалюзите?

Робин: В няколко отношения. Първо, от време на време се изплъзват и позволяват на част от забраненото чувство да се промъкне. Второ, усилието да се държат жалюзите непоклатимо на мястото коства много енергия. И трето, ами не можеш просто да откъснеш частица от човешката личност, без да нарушиш равновесието в цялата система, в цялото човешко съществуване.

Джон: Много набързо, докторе. Да вървим едно по едно, моля! И така, жалюзите могат да се изплъзнат.

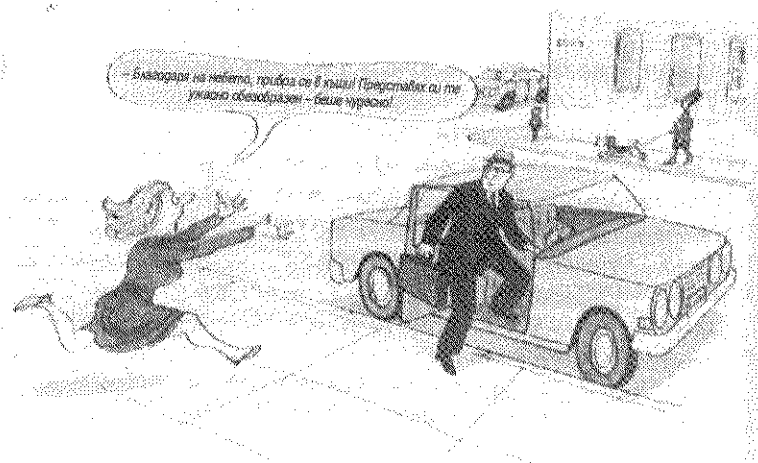
Робин: Да, по-специално когато сме уморени, болни или сме попрекалили с пиенето. Тогава чувството може да се изплъзне. И понеже нямаме досег с него, то ни хваща не-

подготвени и не е лесно за контрол. Неочаквано можем да кажем или да направим нещо много неприятно, нещо, което изглежда, сякаш "не сме самите ние".

Джон: Да, никога няма да забравя как веднъж това ми се случи в групата, която ти ръководеше. Сякаш някой друг изрече думите, някой, който няма нищо общо с мен. Твърде шокиран бях, когато осъзнах, че аз съм го изрекъл. Спомням си колко се засрамах, защото влизаше в разрез с образа, който имах за самия себе си като за недвойствен човек.

Робин: Тъкмо това имах предвид. Тъй като чувството е зад жалюзите, ти не го усещаш като свое. Понякога то внезапно избликва по тривиален повод – известно време се е сгъстявало зад жалюзите и внезапно изригва. Но тъй като поводът е съвсем незначителен, избликът изглежда нелеп, ние изпитваме срам и неловкост и налице е още по-основателна причина да го набутаме отново зад жалюзите. Чувството може да се прокрадне чрез много по-опосредствани проявления. Ако не одобряваме някого, но сме затъмнили това, можем да забравим името му, рождения му ден, да сторим случаен гаф. Или да ни овладеят деструктивни фантазии по негов адрес. Бихме могли да предрешим чувството дори като тревога за човека.

Джон: Тревога?



Робин: Ами да. Ако жената е ядосана на своя съпруг, че закъснява за вечеря и не е предупредил по телефона, тя може, като израз на своя естествен предрешен гняв, да си го представи в голяма пътна катастрофа. Но същевременно представата ѝ за линейка с пусната сирена, която бърза да пристигне там навреме, издава нейните позитивни чувства. Потиснатото чувство може да се прояви под всички тези форми, тъй като не сме в досег с него. То действа мъничко като бандит, като нещо извън нашия контрол.

Джон: Второ – ти каза, че цялата ни енергия отива да държим жалюзите спуснати докрай.

Робин: Да, заради самата опасност ние усещаме в някаква степен, че чувствата отзад – гняв, ревност, страх или каквото и да е друго – могат да се изплъзнат навън, ако не проявяваме бдителност. Тъй че частица от нашето "аз" е винаги зорко нащрек за враг, който не сме в състояние да видим. И макар да не ни е ясно защо, никога не се отпускате изцяло, а това ни прави напрегнати и уморени. Чувствата в и н а г и се спотайват там, зад жалюзите, и усилието да не ги показваме, да ги държим извън съзнанието си е свързано с най-различни психосоматични болести – главоболие, болки в стомаха и нарушено храносмилане, високо кръвно налягане, някои видове ревматизъм и т.н.

Джон: Да, за пръв път се обърнах към психотерапията, когато мойт лекар просто не можеше да намери медицинско обяснение защо толкова дълго време страдах от гадни симптоми на грип, а също и понеже не можех да си обясня своята вътрешна напрегнатост.

Робин: Помниш ли какво последва?

Джон: Грипните симптоми изчезнаха твърде бързо и не се появиха отново. Вътрешната напрегнатост постепенно взе да спада, макар и доста бавно. Мисля, че за около три години стигна нормалното равнище. При това впечатляващи са разговорите с физиотерапевти и масажисти, от които разбираш какво високо равнище на напрегнатост се приема по принцип за "нормално".

Робин: Както казах, семействата обичайно поставят твърде много зад жалюзите.

Джон: Ред е на третата посочена от теб причина, поради която жалузите не вършат работа – "нарушават равновесието на личността".

Робин: Ами... Всички наши чувства имат полезна функция.

Джон: Всички?

Робин: Да, дори онези, които преценяваме понякога като негативни, при положение че ги контролираме в известна степен. У здравия човек всички тия чувства взаимно се балансират. Но ако затъмним дадена емоция, тогава цялостният баланс ще бъде засегнат. Нека го кажа с други думи – затъмнената емоция не е налице, когато ни е необходима.

Джон: Добре, донякъде го разбирам, но ми е трудно да си представя как гневът, завистта, жестокостта и тъй нататък могат да бъдат полезни.

Робин: Ако бъдат затъмнени, не са полезни. Не сме в досег с тях и никога по никакъв начин не научаваме как да ги овладяваме. Тъй че когато бликнат, те са извън контрол и стават деструктивни. Но ако не сме ги затъмнили, ако осъзнаваме тяхното съществуване и разумно сме ги съвместили, тогава ние сме в състояние донякъде да ги контролираме.

Джон: Приемам, че в този случай те не са така деструктивни, но как биха могли да бъдат полезни? Например гневът.

Робин: Ще го използваш да отстояваш себе си, ако някой се опитва да те измести или да те използва. Без гнева ти не би бил в състояние да се защитаваши при нужда. Човек, който изцяло го е поставил зад жалузите, би изглеждал бездеен и плах, ще го командват отвсякъде, тъй като неговият гняв не му служи. Не ще е в състояние да отстоява своите интереси.

Джон: Ще бъде прекалено добър, с което ще си вреди?

Робин: А също така и прекалено добър, за да е истински. Хората не биха му вярвали особено, защото ще долавят, че гневът е там някъде. Както всъщност и е – зад жалузите.

Джон: Добре. А как би могла завистта да е полезна?

Робин: В завистта няма нищо лошо, ако осъзнаваме нейното съществуване – при това положение тя е под контрол и е балансирана от други емоции. Оттук насетне тя може да бъде позитивна, защото я използваме при съревнование в работата, в състезателните игри, както и при ревностното подражание на някого, от когото се възхищаваме.

Джон: Да. Това наистина е така. Завиждам на Том Стопард, Майкъл Фрейн и Алън Ейкбъри за творчеството им, в смисъл че бих желал някой ден да постигна нещо толкова добро. Но завистта лесно може да прерасне в противно качество, нали? Просто стоиш и негодуваш от успеха на всички други.

Робин: Завистта става противна единствено ако желаеш нещо много силно, но пропастта между това, което имаш, и това, което другият човек има, е толкова огромна, че не съществуват никакви надежди тя да се стесни и евентуално ти самият да достигнеш добрата цел.

Джон: Тъкмо по тази причина не мога да понасям Майка Тереза. На всеки, толкова по-свят от нас, останалите, трябва да му се посмачка фасонът. Ще ми се жълтите хроникьори да тръгнат подир нея.

Робин: Ще си загубят времето.

Джон: Това не би ги спряло. С което стигаме до жестокостта. Тя би ли могла да бъде полезна?

Робин: Да, понякога се налага да нараним човек за негово собствено добро. Налага се дори за хората, които обичаме най-много. А може би преди всичко за тях. Например родителите трябва постепенно да приучат своите деца към по-голяма самостоятелност. Това неизменно прави децата злочести, тъй като началният вкус на самостоятелността обикновено им носи тревога и уплаха. Ако обаче родителите го вършат правилно, те могат малко по малко да подлагат детето на нарастващ дискомфорт и така лека-полека то ще се научи да среща очи в очи своя страх, да го преодолява и да расте уверено.

Джон: С други думи, необходимо е да проявяват жестокост, за да бъдат добри.

Робин: Но ако са затъмнили жестокостта, те не биха постигнали това и детето никога не би придобило истинска самостоятелност. Ами хирургът, който трябва да разрязва човешката плът? Не би се справил, ако е прекалено гнуслив. Самият аз като психиатър подлагам понякога хората на болезнени преживявания в случаите, когато се налага да застанат очи в очи с проблемите си, за да ги преодолеят – аз не мога да използвам упойка. В началото ми бе много по-трудно, отколкото сега, защото не обичах хората да ме смятат за жесток или пък аз самият да се чувствам жесток.

Джон: Искаш да кажеш, че в известна степен жестокостта ти е била поставена зад жалози, но осъзнаването на този факт ти е помогнало да станеш по-добър терапевт?

Робин: Мисля, че да. Ако пациентът действително трябва да се изправи срещу нещо болезнено, вероятността да се въздържа от подобен подход днес е по-малка. Естествено, ако под жестокост се разбира желанието съзнателно да предизвикаш болка заради самата нея, тя никога не е оправдана.

Джон: Ами страхът?

Робин: Той е жизнено необходим.

Джон: Как?

Робин: Почакай да попаднеш в кола, управлявана от някого, който не изпитва никакъв страх, и ще видиш!

Джон: Вярно! Следователно всички наши чувства са полезни, ако си даваме сметка за тяхното съществуване и ако ги съвместяваме разумно, тъй като само при това положение можем да се справяме с тях. Но ако ги затъмним, първо – при нужда те не са налице, и второ – изплъзнат ли се при повдигане на жалозите, могат да нанесат вреда, защото са извън контрол.

Робин: Точно така.

Джон: Твърдиш, че всички ние таим тези емоции в себе си.

Робин: Да, аз мисля, че човешката природа не се различава много, в смисъл че всички човешки същества са изтъкани от едни и същи чувства, така както телата ни са изгра-

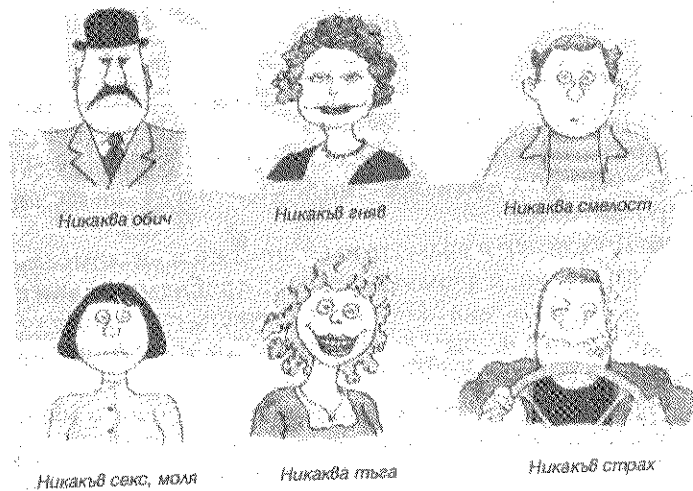
дени от едни и същи химически елементи. Всички ние изпитваме обич, ревност, смелост, тъга, решителност, радост, малодушие, доброта, жестокост, чувственост, свенливост и така нататък, и така нататък.

Джон: И всички ние сме поставили част от тях зад жалози. Всички ние.

Робин: Да. Поне донякъде. Различните хора затъмняват различни чувства.

Джон: Означава ли това, че според теб начинът, по който се научаваме да затъмняваме емоциите, определя нашите индивидуални особености?

Робин: Точно така. Човекът, който се е отървал от обичта, изглежда недружелюбен. Затъмвеният гнева човек изглежда нереално добър. Липсата на смелост поражда плахост; липсата на завист означава неспособност да се състезаваш; липсата на чувственост предизвиква напрег-



натост; липсата на страх може да ни направи страхотни опасни.

Джон: Последен въпрос. Въсщност това затъмняване не е ли потискането, за което говори Фройд, а поставеното зад жалозите не е ли подсъзнателното?

Робин: Повече или по-малко. Изразяваме едни и същи идеи по различен начин.

Джон: Защо по различен?

Робин: Ами опитвам се да обхвана не само възгледите на Фройд, но и на другите психоаналитици, както и на психолозите с множеството нови идеи, почерпани от семейната-терапия и терапията на поведението. Това са най-общи представи, но мисля подкрепят тезата, че процесът, при който държим част от нашата същност зад предела на осъзнатото, е твърде актуален процес – обикновено започва с нарочното прикриване на някое чувство от нашето семейство, едва по-сетне самите ние изгубваме чувството от поглед, но независимо от това то неизменно е там, заплашвайки да се появи отново всеки момент.

Джон: А жалюзите, тоест потискането, не вършат работа.

Привличане...

Робин: Мисля, че вече имаме достатъчно опорни точки, за да се върнем към първоначалния въпрос, а именно защо хората, които взаимно се привличат, имат подобна семейна среда, тоест общи неизживени моменти на един и същ етап от развитието.

Джон: Добре, ако и двамата имат неизживени моменти на един и същ етап, и двамата ще имат проблеми с едни и същи чувства, нали така? По-точно с чувствата, с които е трябвало да се научат да се справят на неизживения етап, но не са го сторили.

Робин: Правилно. И ако са имали проблеми с едни и същи чувства...

Джон: Те са поставили едно и също зад жалюзите?

Робин: Еврика! Това е причината, поради която се привличат взаимно. Защото са поставили едни и същи чувства и зад жалюзите, и пред тях.

Джон: Защо да са същите и отпред? Искаш да кажеш – цялостната човешка същност минава през поставеното зад жалюзите?

Робин: Точно така. И тъй, виждат се и си подхождат идеално. Създадени са един за друг! Удивително много са общите неща помежду им. Наистина. Раздвоили са се, за да прилегнат чудесно един към друг. Идеални партньори!

Джон: Задръж за минута. Не ги привлича поставеното зад жалюзите, нали? То би ги отблъснало, то е така нареченото табу.

Робин: Да, наистина, прав си. Привлича ги фасадата – витрината. Но поставеното отзад определя фасадата.



Джон: Разбирам, привлича ги това, което им се позволява да видят пред жалюзите.

Робин: Да, те виждат качествата, емоционалните оценки, които тяхното възпитание ги е приучило да одобряват и уважават. Нещо повече – партньорът им съвсем очевидно не притъжава чувствата, поставяни зад жалюзите в тях самите и в техните семейства. И най-вече партньорът им също така изцяло не одобрява подобни чувства!

Джон: Що се отнася обаче до прикритото... ами те са научени от своите семейства да не го забелязват! Така че те не забелязват недостатъците си.

Робин: Това е механизмът. Но едновременно протича и нещо друго. Виж, обикновено хората са леко хипнотизирани – нещо средно между любопитство и ужас – от поставените зад жалюзите чувства. Ако става дума за жестокостта, възможно е да изпитат желание да препрочетат някоя вестникарска история, свързана с изтезания, като междувременно се чувстват зле, че вършат подобни неща, а също така скриват от своя партньор факта, че подобни репортажите привличат. Ако зад жалюзите стоят похотливи сексуални чувства, възможно е тези хора да изчитат внимателно световните новини и да изразят взаимното си съгласие колко възмутителен е фактът, че вестникът отпечатва такива отвратителни неща. Не очаквай да го разбереш по пътя на логиката – не е свързано с разума, а с емоциите, обаче чувствата могат да бъдат противоречиви.

Джон: Искаш да кажеш, че ако за момент доловят какво стои зад жалюзите на техния партньор, това би могло дори да подсили хипнотичното им състояние?

Робин: При положение, че се долавя само и амека за чувствата там, отзад, възможно е това да подейства възбуждащо, нещо леко да им трепне. Ако е повече от намек, би отблъснало. Така както лекият полъх на лоша миризма има различен ефект от силната смрад. Трудно е обаче действително да разбереш какво точно става, защото това е двойственост – опитваш лявата ръка да не разбере какво върши дясната.

Джон: И въпреки това – защо полъхът на табу е така съблазняващ?

Робин: Ами... макар всички ние да копнеем за обичта на нашите семейства, както и да не проявяваме чувства, които ги разстройват, ние изпитваме същевременно обострен глад да бъдем цялостни, завършени. Когато доловим отречената същност на нашите партньори зад жалюзите и тя ни привлече, ние се надяваме в дълното на своята душа да си възвърнем отново липсващата ни същност.

Джон: Загубата за поезията е печалба за психиатрията, Робин. И тъй, ето я влюбената млада двойка, изпаднала в пламенна възхита пред изложеното в съответните витри-

ни, незряща за притъмнените недостатъци, леко възбудена от едва доловимия полъх на забраненото. Защо обаче това идилично състояние не продължава вечно?

Робин: Защото не можем постоянно да държим жалюзите достатъчно плътно спуснати. Можем да ги държим плътно затворени за една вечер или за уикенда, но когато заживеем заедно, затъмнените чувства започват да прозират. Постепенно нашият партньор прилича все по-малко и по-малко на човека, с когото сме сключили брак.

Джон: Е, докторе, добре ли е да се влюбиш в човек, който е затъмнил същите чувства като нас? Или трябва да се върнеш триста години назад и да оставиш на своите родители избора на съпругеска половинка?

Робин: Ами добрата страна е, че и двамата имат еднакви слабости не по тяхна вина и следователно ще могат да проявяват повече разбиране един към друг.

Джон: Поради тази ли причина човекът, в когото сме влюбени, сякаш е от "нашата кръвна група", с него се чувствате уязвими и все пак му имаме вяра?

Робин: Да, той сякаш ни разбира, наясно е с нашите слабости и все пак ни приема. Не ни атакува, когато разкрием своите най-интимни чувства, както се опасяваме, че би направил. И усещаме, без дори да знаем защо, че това е човекът, който инстинктивно ни разбира, помага ни и вероятно ни прави по-цялостни.

Джон: Добре, всичко се намества. Но... тук е и слабото място... Как е възможно да сме си от помощ, когато притежаваме едни и същи затъмнени полета?

Робин: В това е уловката! Невероятният парадокс е там, че твоят партньор е тъкмо човекът, с когото би израснал най-много, но също и човекът, с когото можеш най-много да се заплетеш! Човекът, който в крайна сметка дори можеш да намразиш най-много.

Джон: Ето го и въпроса за \$64 000, умнико. От какво се определя посоката, в която ще се развият отношенията?

Робин: Всичко зависи от това, в каква степен двойката признава поставеното зад жалюзите и желае да погледне към него. Колкото повече добра воля проявяват хо-

рата да сторят това и колкото повече кураж имат да приемат неудобството от откритието, че са различни от собствената им представа за самите тях, толкова по-голям е шансът двойката да предвиди последствията, ако изникнат проблеми.

Джон: Защо определяш това като "изникване на проблеми"?

Робин: Защото има средностатистически бракове, които са твърде здрави, макар и не много вълнуващи. При тях съпрузите я карат някак си сносно, без да изпитват необходимост да погледнат зад жалюзите на партньора си.

Типове бракове...

Джон: Можем ли вече да продължим и да се спрем на различните видове бракове? Възможно ли е да свържеш степента, в която даден брак е щастлив или успешен, с колкото е стъпото на поставеното от партньорите зад жалюзите?

Робин: Да, но не само с това. Отношението им към поставеното зад жалюзите също е много важно, въпросът не е само до количество.

Джон: Как би описал най-щастливите бракове?

Робин: Ами и двамата партньори са по-толерантни към поставеното от всекиго зад жалюзите. По-подготвени са да погледнат отзад и да изживеят предизвикания от това временен дискомфорт. Впоследствие те са по-свободни, водят не така ограничен живот, забавляват се повече, избягват рутината и така израстват и се развиват повече като хора.

Джон: А в другия край на спектъра?

Робин: В най-лошия вариант двамата партньори са поставили много зад жалюзите, но изцяло отказват да признаят, че нещо при тях не е наред. На практика те са болезнено чувствителни към най-малката критика, към едва доловимото споменаване на техните недостатъци.

Джон: Следователно избухват много конфликти?

Робин: Враждуват много. Като куче и котка.

Джон: А между тези две крайности?

Робин: Ами в средностатистическите бракове, както ги наричаме, партньорите поддържат относително щастливи и стабилни взаимоотношения. Но те не поглеждат много зад преградите. По-скоро дори си оказват помощ да пазят всичко това скрито. Браковете са доста трайни, но заплатената от партньорите цена е попадане в известна рутина. Възможностите им за избор са значително ограничени. Същност има основания да се твърди, че прекалено се защитават взаимно от критика, която би могла да се окаже полезна за излизане от рутината.

Джон: Бих искал да знам по-конкретно как се проявяват на практика подобни взаимоотношения.

Робин: Добре, нека вземем типични примери от двете крайности на спектъра. Кое предпочиташ – добрите или лошите новини?

Джон: Нека отхвърлим първо лошите.

Кой се страхува от Вирджиния Улф?...

Робин: За да ти дам истинското усещане за това, какво представляват най-безуспешните бракове, предлагам да прочетеш този откъс от пиесата на Едуард Олби "Кой се страхува от Вирджиния Улф". Джордж и Марта са двойка на средна възраст, въввлечени почти постоянно в непримирима и злостна словесна битка.

Марта: Хм... Повдига ми се от теб!

Джордж: Не е хубаво да говориш така, Марта.

Марта: Не е какво?

Джордж: Не е хубаво да говориш така.

Марта: Харесва ми гневът ти. Струва ми се, че това най-много ми харесва у теб... Гневът ти! Ти си такъв... такъв глупак! Нямах дори... как го казват?...

Джордж: ...Смелост?...

Марта: Фразьор! Хей, я ми сложи още лед в чашата.

- Никога не ми слагаш лед в чашата. Интересно защо?
- Джордж:* Винаги слагам лед в чашата ти. Но ти го изяждаш. Навик ти е... да дъвчеш ледените кубчета като кокер-шпаньол. Ще си счупиш големите зъби.
- Марта:* Може да са големи, но са си мои!
- Джордж:* Някои... Самонякои.
- Марта:* Имам повече зъби от теб.
- Джордж:* Два повече.
- Марта:* Два повече са много повече.
- Джордж:* Вероятно. Предполагам, че това е забележителен факт... като се има предвид възрастта ти.
- Марта:* Ямлъквай! Самият ти не си толкова млад.
- Джордж:* По-млад съм с шест години от теб... Винаги съм бил и винаги ще бъда.
- Марта:* Оплешивяваш...
- Джордж:* Ти също! (Пауза. И двамата се смеят.) Здравсти, мила.
- Марта:* Здравсти. Ела тук и дай на маменцето голяма мокра целувка.
- Джордж:* Хайде пък сега...
- Марта:* Искам голяма мокра целувка!
- Джордж:* Не и с к а м да те целуна, Марта. К ъ д е са тези хора? Къде са хората, които си поканила?
- Марта:* Останаха да поговорят с татко... Ще дойдат. Защо не искаш да ме целунеш?
- Джордж:* Скъпа моя, ако те целуна, ще се възбудя... Ще престана да се владее и ще те обладая насила, направо ей тук, на килима във всекидневната, нашите гостенчета ще влязат и... представяш ли си какво би казал баща ти, ако научи за т о в а?
- Марта:* Свиня.
- Джордж:* Грух-грух!
- Марта:* Ха, ха, ха! Налей ми още... любовнико.
- Джордж:* Божичко, в състояние си да излочиш всичко.
- Марта:* (С детски глас.) Жадна съм.
- Джордж:* Боже мой!
- Марта:* Слушай, миличък, издържам на пиене повече от теб, тъй че не се безпокой за мен.
- Джордж:* Марта, връчих ти първата награда преди мно-

- го години... Няма отличие за гадост, което да не си...
- Марта:* Кълна се... че ако съществуваше, щях да се разведас теб...
- Джордж:* Добре, просто се дръж на крака, това е всичко. В края на краищата тези хора са твои гости и...
- Марта:* Аз дори не те виждам... Не мога да те видя от години насам...
- Джордж:* ...ако ще припадаш, повръщаш или...
- Марта:* Искам да кажа, че си едно нищо, кръгла нула.
- Джордж:* ...опитай да не се събличаш. Няма по-отвратителна гледка от вида ти, когато си пила и си вдигаш полата над главата...
- Марта:* ...Кръгла нула...
- Джордж:* ... По-точно над главите си..."
- Джон:* Е, има едно-две кратки примирия, моменти на обич, когато двамата се смеят заедно, но през по-голямата част от времето те правят опити да се унищожат взаимно.
- Робин:* Да, пиесата не е просто блестяща, а азбучен пример за психотерапевти.
- Джон:* Често ли попадаш на толкова разрушителни бракове, колкото този?
- Робин:* О, да, на по-злокачествени дори, при все че чувствата могат да бъдат много по-прикрити, а атаките – по-заобиколни, но не по-малко злостни.
- Джон:* Какво, мислиш, става между тях?
- Робин:* И двамата – и Джордж, и Марта, са страховтно уязвими. Изпитват почти детски копнеж за обич. Но са поставили този копнеж зад жалюзите. Отричат напълно неговото съществуване – те вече не го осъзнават, загулили са го зад фалшива фасада.
- Джон:* Която е доста крехка. Вероятно защото детето у тях никога не получава обичта, за която копнеят.
- Робин:* Именно. Детето у тях е неизменно затруднено, гнєви се безкрайно, негодува. Гнєвът се натрупва до точка, при която "разяреното дете" изригва пред жалюзите. И така, половината от своето време те инфантилно вилнеят един срещу друг.
- Джон:* Защото не съумяват да разберат, че причината за

техния гняв е обичта, от която така отчаяно се нуждаят и която не получават.

Робин: Да. И една от причините, поради която не получават тази обич, е пълното непризнаване на нуждата им от нея, тъй че те не са в състояние да си я поискат протичко и открито.

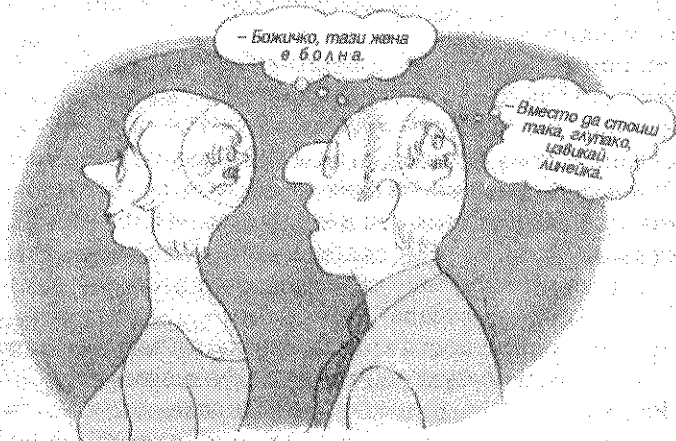
Джон: Марта изрича: "Дай на маменцето голяма мокра целувка." Ако каже: "Целуни ме", вероятно би се почувствала прекалено уязвима?

Робин: Да.

Джон: Какво ги е привлякло един към друг най-напред?

Робин: Еднаквото пред жалюзите – изложеното на показ във витрината. В своите очи са изглеждали изтънчени, интелигентни, духовити, съзрели, компетентни, светски хора. Разбира се, също така интуитивно са долавяли какво има зад жалюзите, зървали са там отчаяното, яростно дете – страшно, но и странно примамливо, очаровашо, както и доста познато.

Джон: Познато в буквалния смисъл, наблюдавали са го вече в своите собствени семейства.



Робин: Точно така. Според усвоения семеен модел те незабавно отвърщат поглед от ужасяващата, приличаща им на самия дявол призрачна фигура, не я забелязват. Сетне обаче, когато заживеят заедно, дяволите започват да се

пръкват все по-често и все повече, не могат да бъдат пренебрегвани. И тъй, когато наистина се появи дявол, партньорът изпитва ужас и неистово го атакува.

Джон: Почакай малко, говорим за "дявол". Това обаче не е самият дявол, нали, а отчаяно нещастно дете в изстъпление.

Робин: Да, но за партньора то има образа на дявол. Познат и застрашителен и за двамата, тъй като се е спотайвал утехните родители, а те от своя страна не са съумели да дадат на Джордж или на Марта обич, на която достатъчно може да разчита. Тъкмо това е отгледало у всекиго от тях яростното дете.

Джон: Вероятно някога родителите са отrekli детето у себе си и затъмненото поле се е предало на Джордж и на Марта.

Робин: И щом някой от тях зърне "дявола" на другия, той го атакува – със своя собствен дявол! Разгаря се ужасна битка.

Джон: Всички ние обаче сме се забърквали в свади като тази, нали? Нека подходим по друг начин – ако всички ние сме поставили нещо зад жалюзите, не се ли съпътстват всички бракове от сцени ала Вирджиния Улф?

Робин: В известен смисъл да, пък било и в по-умерени и по-прикрити варианти. В конкретния случай с тази двойка обаче поставеното зад преградата е толкова много, страхът от него е толкова голям, че няма място за компромис. Двамата не проявяват и капчица толерантност един към друг, което сключва порочен кръг от нарастваща омраза и горчивина. Често се стига до сериозни прояви на физическо насилие. В мнозинството от случаите обаче ескалиращото насилие не завършва с убийство, защото изчерпват енергията си. Те буквално се изтощават. Сетне, след време, напрежението се акумулира и всичко започва наново.

Джон: Но ако конфликтите са толкова много, защо не се разведат?

Робин: Може да е сложно за разбиране, но при двойки като тази раздялата е трудна. Отстрани връзката изглежда ужасна, въпреки всички караници обаче в известен сми-

съл партньорите се изявяват по-добре в подобен брак, отколкото поотделно.

Джон: Навярно войната с дявола у техния партньор ги отвлеча и не забелязват дявола у себе си?

Робин: Точно така. Това ги кара да се чувстват по-добре, един вид "ангели", ако щеш. Подобни бракове имат и друго предимство. Ужасното, дяволско поведение на партньорите ги оправдава и забранената им същност се изпълзва на свобода, без някой да се чувства виновен. Всеки поотделно твърди, че по вина на другия са "започнали отново".

Джон: "Казах само, че..."

Робин: "Аз съм търпелив човек, но има граници..." Поотделно всеки съхранява вярата, че в същност не е така във. Съхраняват вярата, че техния дявол е реакция на дявола у партньора, че всъщност у тях той не съществува, както и че някой друг партньор всичко би било по-различно.

Джон: И естествено, след като през цялото време се чувстват обидени, имат си оправдание да не предлагат на своя партньор любов и привързаност.

Робин: Именно. За да могат също да си останат такива, каквито са, като никой от тях не признае съществуващото зад жалюзите.

Джон: Какво става, ако все пак се разделят? Или ако единият от тях умре?

Робин: Възможно е да изпаднат в рисково състояние, тъй като няма кого да обвиняват за своите лоши чувства, за своя "дявол". Често стигат до разстройване на психиката, понякога дори се самоубиват.

Джон: Известна ми е възрастна двойка, за която се предполагаше, че двамата не са си говорили от десетина години. Живееха в една къща, но я бяха поделили, преградрили бяха дори входната врата. Накрая възрастната жена се самоуби. В рамките на четири дни възрастният мъж стори същото.

Робин: Затова подобни бракове са толкова трайни. Възможно е да се разделят неколкостранно за кратки периоди, но тогава и двамата се чувстват по-зле и им се налага да се съберат отново.

Джон: Почакай малко! В промеждутъците на атаките

Джордж и Марта например изживяват мигове на сантиментално, детинско поведение.

Робин: Пропуснах да спомена за промяната в настроенията. Понякога отчаяното, гневно дете изпитва затруднения и е на път да проникне през жалюзите. При други настроения то може да е кротко и по-лесно да се крие. Понякога става така – единият дявол изскача иззад жалюзите, другият също изниква за битка. Понякога и двата ангела – а именно изведеното пред жалюзите – вземат надмощие. Когато настроенията на партньорите съвпадат, те се чувстват – а така изглеждат и в очите на околните – по-близки, поотдадени един на друг, отколкото нормалните двойки, които иначе се разбират доста добре. В този период те се сдобряват, вричат се никога да не подновяват битката и в аистина си вярват. Жестоката битка от предния ден изглежда като лош сън. Не могат да си обяснят защо се е случило, наистина вярват, че никога няма да се повтори.

Джон: Защото проблемът отново е поставен зад жалюзите. Скрит е отново там и веднъж почувствали се по-добре, те не вярват, че той съществува. Бракът всъщност е извън контрол, понеже партньорите нямат допирна точка с реалността, нали така?...

Робин: Да. Единствената полза от този вид бракове се свежда до казаното за писателя Карлайл и неговата съпруга – понеже са били женени един за друг, поне не са направили други двама души нещастни. Да не забравяме обаче, че подобни съюзи са мъничка част от браковете изцяло в неблагоприятния край на спектъра.

Джон: Аз лично помня караници, сякаш ехо на този конфликт.

Робин: Малцина не помнят. Самото осъзнаване обаче означава, че проблемът не е зад преградата. Ако беше там, нямаше да разпознаваш нищо и чко от себе си в тази двойка! Всеки, който вижда себе си като участник в подобни сцени, е хиляди, хиляди пъти по-добре. И тъй като проблемът не е зад преградата, партньорите са на път да го решат, дори да не са го сторили вече.

Джон: Добре. Ами по-нормалните връзки, средностатистическите бракове?

"Куклен дом" и мъжът под чехъл...

Робин: Средностатистическите бракове са повече на брой от дървесните видове, тъй че ще трябва да подберем само един-два за пример. Често срещан е бракът от типа "куклен дом", наричан така по пиесата на Ибсен. В него двойката е възприела стереотипната мъжка и женска роля. Той се изиявява като големия силен мъж, зрял и бащински настроен; тя е клетата, беззащитна женичка, много инфантилна и зависима.

Джон: Припомни ми сюжета. Мъжът се разболява, а жена му го спасява, като го отвежда в чужбина...

Робин: И прави жертви, за да събере парите за пътуването. Но същината на историята е във факта, че жената трябва да крие от своя съпруг направените жертви, защото смята, че това би го съсипало, че мъжката му гордост би била безвъзвратно уронена, ако научи колко много ѝ дължи. С други думи, ако разбере колко зависи от нея от нея.

Джон: Следователно при браковете от типа "куклен дом" емоционалната зависимост на жената от мъжа е очевидна. Той обаче също е зависим от нея, но не го знае. И двамата се държат така, сякаш той наистина не е зависим.

Робин: Точно така. Учили са го, че мъжете трябва да бъдат силни и независими. Че никога не плачат, никога не се нуждаят от грижи. Той обаче е бил принуден да израсне твърде бързо. И затова по-скоро е потискал, отколкото и адраствал детската необходимост от грижа. В него се е затаило неудовлетвореното дете, макар то да не е така лишено от грижа, та отчаяно и злостно да се проявява, както това става при двойките от типа "Кой се страхува от Вирджиния Улф".

Джон: Следователно зад неговата преграда има едно дете, което се нуждае от обич и внимание, но той не може да си го признае и да помолит за тях.

Робин: Да. Той трябва да получи емоционална подкрепа опосредствано. И най-простият начин е да се разболее, защото дори да си "голям и силен мъж", когато боледуваш, за теб полагат грижи, суетят се наоколо.

Джон: Гледат те като дете, получаваш обич и внимание, без да признаваш, че тъкмо за това копнееш.

Робин: Да. А ако ти е необходима още по-всеобхватна грижа, можеш да изпаднеш в нервен срив. Същественото е, че и в двата случая "големият силен мъж" получава грижи, но същевременно живее с чувството, че се безпокоят не за него, а за болестта.

Джон: Самозаблуждава се, че това е просто случайно физическо неразположение, а не психологическа потребност – нещо, което би оценил като слабост.

Робин: Абсолютно.

Джон: А какво става с ролята на съпругата в "кукленския" брак?

Робин: Учили са я, че момиченцата са сладки, милички и хубавки. На нея ѝ е разрешено да бъде предана, спонтанна, чувствителна, да плаче, позволено ѝ е да действа повече с чувствата, отколкото с логиката на мисълта; учили са я обаче също, че не трябва да бъде настойчива, агресивна и – което е най-лошо от всичко – да създава у мъжете усещането, че са непълноценни, като показва, че ги превъзхожда.

Джон: И тя се придържа към детинско поведение. Вместо малко дете тя е поставила зад жалюзите... своето по-сързяло "аз".



Робин: Да, затъмнила е своето силно, зряло, можещо "аз".

Джон: И по-специално, предполагам, всички агресивни чувства.

Робин: О, да, особено тях. Тъй че ако тя изрази настойчивост или сила, или агресивност, това става по опосредстван път. Ако постигне нещо, тя ще се преструва, че всъщност не знае как е успяла. Ако пък изпитва агресивни чувства към своя съпруг, те биха се изразили под формата на деструктивни фантазии.

Джон: Като безпокойството, че е претърпял злополука.

Робин: Да, че е размазан по шосето. Или пък би могла да започне безпричинно да чисти с прахосмукачка под краката му, докато той се опитва да чете неделните вестници.

Джон: Или започва да изрежда безкрайните си оплаквания от продавачите в магазина, от майка си, от времето, от децата и от формата на Земята, докато съпругът ѝ найсетне схване, че той е виновен за всичко това.

Робин: Поредният пример! Работата е там, че тя не осъзнава нито своя яд, нито че е в състояние да бъде силна и да поеме отговорност. Всичко е затъмнено.

Джон: Какво тогава ги е привлякло един към друг, когато са се срещнали за пръв път?

Робин: Ами открили са, че чудесно си подхождат, точно както при пъзелите. На съзнателно равнище те са една добра двойка, тъй като тя представлява оня тип жени, от който семейството му го е учило да се възхищава, а от своя страна той е типът мъж, който нейното семейство е одобрявало. В същото време те си подхождат еднакво добре и на подсъзнателно равнище, където всъщност става "спазаряването". Тя приема "детето" у него, а в замяна той се справя с нейната по-груба, по-зряла страна.

Джон: Какво имаш предвид под "тя приема детето у него"?

Робин: Ами те и двамата имат незряло, детско "аз". Тя обаче живее с претенциите да възплъщава всичко детинско – тя проявява детето и за двамата. В същото време той има претенциите изцяло да възплъщава зрялото "аз" и на

двамата, цялата решителност, компетентност и настойчивост. Те живеят добре заедно, тъй като вече няма вероятност нещипата зад жалюзите да създават проблеми, като се проявяват зад различни прикрития. В някои отношения двойката съществува съвместно по-добре, отколкото двамата биха съществували като отделни личности.

Джон: "В някои отношения"... Каква е уловката?

Робин: Уловката е, че тя носи двойния жребий на детинското, а той – цялата отговорност, и по всяка вероятност двамата ще бъдат приковани към един все по-краен вариант на "Аз – Тарзан, ти – Джейн!". Той открива, че му става все по-трудно и по-трудно да бъде спонтанен, да играе ролята, да се отпусне и забавлява; на някакво равнище може да негодува срещу това, макар че няма да е наясно за причината.

Джон: Междувременно тя потъва все повече в домашната обстановка и се бои да предприема каквато и да е дейност извън дома.

Робин: Да, прекарва времето си, като вари конфитюри и строи пясъчни замъци с децата. Част от нейната същност копнее да върши по-зрели неща, но тя постепенно губи увереност и дори не прави такива опити.

Джон: Брачното споразумение обаче върши работа в известна степен, макар и двамата да се чувстват твърде ограничени.

Робин: О, да. В крайна сметка системата е тази, която покори Запада и създаде Британската империя. А изглежда все още е валидна и в Дала с!

Джон: Кое всъщност я изважда от равновесно състояние?

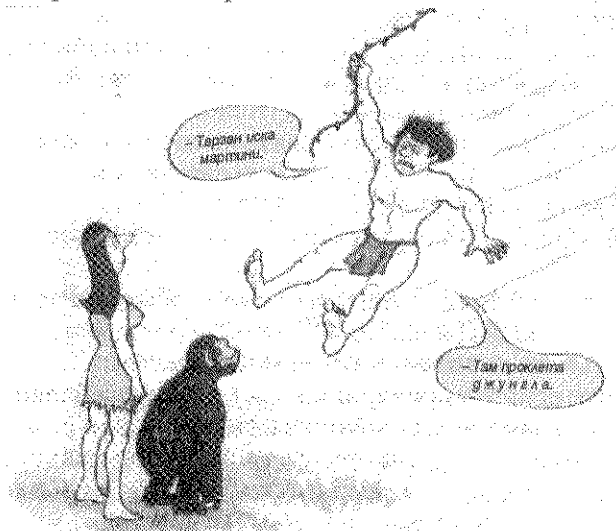
Робин: Ако единият от партньорите не изпитва вече удовлетворение да е "Джейн" или "Тарзан" – и тази неудовлетвореност може да е в голяма степен несъзнателна: в момента, в който единият предприеме опит да наруши баланса, другият оказва яростна съпротива. Но тъй като е ужасно трудно единият от партньорите сам да разбие калъпа, първоначалното равновесие между Тарзан и Джейн обикновено бива възстановено.

Джон: Какво точно става, ако единият от двамата опита да се промени?

Робин: Нека вземем първо големия и силен съпруг – Тарзан. Да предположим, че в работата си е подложен на стрес, с който не може да се справи. Детето зад жалюзите става раздразнително, нуждае се от грижи; тогава някакви чувства на детска безпомощност, обикновено скрити зад жалюзите, се прокрадват и започват да тревожат мъжа. Той може да изпадне в депресивни състояния, да не е толкова устойчив, да започне да се обляга на своята съпруга. Това обаче излиза от сценария "Аз – Тарзан, ти – Джейн!" и съпругата се плаши.

Джон: Защото ако откликне, тя ще трябва да стане поустойчива, което изисква да прояви поставеното зад жалюзите.

Робин: Да, променя се цялата изначална сделка, сключена, когато са се спрели един на друг. Подобно нещо плаши и двамата. Той се чувства зле, че разкрива своята необходимост да бъде "слаб", тя се страхува да поеме повече отговорност. И се опитва да възстанови равновесието, като се съпротивява на промяната.



Тя може дори да изпадне в по-голяма депресия или да се разболее повече от него самия. Твърде често въпреки факта, че тъкмо нейният съпруг е изпаднал пръв в стресово или в депресивно състояние, тя е тази, която търси лекаря при подобни обстоятелства. И лекарят, разбира се, се чуди защо хапчетата не помагат.

Джон: Какво става със съпруга?

Робин: Тя го тласка обратно към ролята на големия силен мъж, като става все по-безпомощна и предизвиква тревогата му за нея. По този неуловим начин, без дори да осъзнава какво върши, тя го подтиква да продължи. Той трябва да бъде силен, за да се държи на крака и да се грижи за нея! Точно както изнурен войник, понесъл ранен другар, който надмогва себе си отвъд точката, при която би се отказал, ако трябваше да се грижи само за себе си или ако имаше някой да го носи, него самия.

Джон: Но какво става с неговата депресия или пък с неговата болест? Защо не продължава безкрайно дълго?

Робин: О, стресовото състояние приключва, съпругът открива начин да се справи с него, сменя работата си или каквото и да е там. Рано или късно детето у него се настанява отново кротко зад жалюзите и престава да застрашава брачното споразумение.

Джон: А сетне и съпругата може да се почувства по-добре?

Робин: Да, защото целта на болестта е постигната. Итогава може би нейният лекар изпитва голямо облекчение, че поредните хапчета са свършили работа.

Джон: Следователно в брака от типа "куклен дом", дори всеки от партньорите да се чувства понякога неудовлетворен, другият неизменно ще се съпротивява на промяната, подпомогнат вероятно от факта, че предприемащият опита за промяна бездруго се чувства зле.

Робин: Да. Браковете от този тип са твърде стабилни, макар и малко потискащи.

Джон: Добре, да предположим, че един от партньорите е решен на промяна. Жената се присъединява към женско движение или пък съпругът отказва да участва в бъсната житейска надпревара.

Робин: Ами това ще създаде стрес във взаимоотношенията, които по всяка вероятност ще приключи с разрыв.

Джон: Няма вероятност да го преодолеят.

Робин: Не, освен ако партньорът, който не желае да се промени, не получи помощ отвън как да се промени.

Джон: Добре. А какво става при браковете от типа "куклен дом", в които ролите са разменени – жената е силната и по-зрялата? "Аз – Джон, ти – Тарзан".

Робин: Мъжът под чехъл от шеговитата стара крайморска пощенска картичка е прословут пример. Точно както съпругата от "куклен дом", той не поема отговорност, не отстоява себе си, не се грижи за своята жена, както е редно. На практика той се държи като дете. Все някой в семейството обаче трябва да бъде зрял и да движи нещата, така че в крайна сметка съпругата върши това. Всъщност тя му става майка. Но частица от нея негодува и затова започва да го държи под чехъл.

Джон: Тя притежава настойчивост, агресивност и за двамата, защото той не поема своя дял. И понеже в този случай тя носи двойно бреме, известна част прелива в негова посока.

Робин: Именно.

Джон: Забелязал съм го при взаимоотношенията си с жените. Моята прекалена пасивност сякаш предизвиква агресивност у тях. Ако аз съзнателно възприема по-агресивна позиция, жените стават по-малко агресивни – като че ли се възстановява естественото равновесие.

Робин: Наблюдавам подобни люшкания при всяка двойка, която ме посещава за професионален съвет, а и самият аз, разбира се, съм го изпитал в собствения си брак. Мисля, че е всеобщо правило, ако единият от партньорите не поеме полагащия му се дял настойчивост и агресивност, другият партньор по принуда компенсира.

Джон: Тогава защо жената е поела ролята на Тарзан при тези бракове?

Робин: Обикновено тя е натрупала семеен опит, поради който се бои да бъде уязвима или подчинена. Нейната по-детинска, несамостоятелна същност е затъмнена – при

този вид бракове тя може да остане непроменена, тъй като е избрала мъж, който компенсира.

Джон: Следователно той е партньорът със затъмнената зряла същност, той се страхува да проявява настойчивост, да поема отговорност и тя го върши вместо него.



Робин: Пълна противоположност на "куклен дом". Бракът отново е твърде стабилен, понякога се чувстват обаче задушени, сковани от своите роли. И в този случай за всеки един от тях е трудно да се промени.

Джон: Добре, да предположим, че една чудесна пролетна утрин мъжът отваря очи и се чувства по-упорит и зрял. Какво става?

Робин: Естествено до този момент съпругата го е критикувала, че на него не може да се разчита. Но ако по-устойчивата му същност започне да се проявява, съпругата незабавно долавя на свой ред, че от нейна страна се очаква повече уязвимост и зависимост. И спуска жалюзите още по-плътно.

Джон: Тя ще отрича повече отвсякога, че се нуждае от опора и обич.

Робин: И за да отстои непреклонно познатата роля, тя ще разколебава неговата предразположеност да демонстрира зрелост. Ще твърди, че не ставало, той не можел да се грижи за нея, дори и да опита, никога не би се получило.

Джон: Сякаш всичко това и е минало вече през главата и истината е, че той е безнадежден.

Робин: Но тъй като на горкичкия еди-кой си и без това доста му липсва увереност, той скоро се предава, също спуска плътно жалюзите и натиква обратно своята зряла същност на сигурно място. Това е един от възможните сценарии. В друг вариант съпругата внезапно открехва своята уязвимост – разкрива се и показва, че наистина се нуждае от него, че изпитва необходимост от обич и опора..., което го ужасява. Той усеща, че не може да посрещне предизвикателството.

Джон: Затова спуска жалюзите още по-плътно, става още по-непригоден.

Робин: Този път той я разколебава, като ѝ казва: "А ти какво се каниш да правиш? А, значи на тебе ти е позволено, щом си в подходящо настроение..." И тъй като нейното умение да разкрие себе си е твърде ограничено, тя се отказва и решава: "О, каква полза, знаех си, че няма смисъл."

Джон: Така и двамата благополучно се оказват в изходната позиция. И да не са много доволни, поне се чувстват като у дома си там.

Робин: Точно така. Защото нали си спомняш, в домовете им е било така. Това е и първопричината, поради която са се оженили.

Джон: Чудовищна, налудничав логика, омагьосан кръг, нали? Виж, обаче едно различие ме поразя. В неблагоприятния вариант, в брака от типа Вирджиния Улф, партньорите поставят едни и същи неща във витрината – ангелските си страни, както и едни и същи неща зад жалюзите – своите дяволеки склонности. При "куклен дом" обаче и по-точно при мъжа под чехъл единият е поставил детето у себе си зад, а другият – пред жалюзите. Препградата е спусната на едно и също място, раздвоени са по един и същ начин, но двамата се допълват, а не са идентични. Не озна-

чава ли, че някои двойки се привличат от еднаквото в семейния опит, а други – от различията?

Робин: Без съмнение. Забеляза, че моето обяснение дотук е прекалено опростено. Ще усложня малко нещата, като добавя, че първоначалното затъмняване на част от нейната личност може да предизвика впоследствие проблеми с други чувства, които на свой ред трябва да бъдат затъмнявани. Взemi за пример човека, затъмнил чувството си на гняв, за да угоди на своето семейство – той не е в състояние да отстоява себе си както трябва. Ще последва липса на самоувереност и страх от конфронтация – тогава пък семейството му може да го критикува, че е мамино синче. Сетне той може да скрие от другите, а впоследствие и от себе си своя вроден страх, нуждата си от опора. Така и това също е поставено зад жалюзите. Психотерапевтът понякога помага на своя пациент да повдигне редица от жалози, за да стигне до най-основното семейно табу.

Джон: Следователно ако човек прикрива емоция X, а сетне прикрива и своя страх от емоция X, в ъншиотой сякаш дружелюбно съжителства с нея. Как обаче се връзва това с казаното от теб за брачния избор на двойките?

Робин: То обяснява, че в поговорката "противоположностите се привличат" има зрънце истина, макар на дръв поглед това сякаш противоречи на принципа, че хората се избират на основата на приликите в подхода на техните семейства към чувствата. Нека дам пример – типична за "куклен дом" двойка беше насочена за лечение, тъй като съпругата се оплакваше безкрайно, че е болна. Тя бе свенлива и плашлива, докато нейният съпруг бе уверен и очевидно силен. Скоро се изясни, че и двамата страдали по подобен начин при смъртта на своите бащи, когато били на шестгодишна възраст. На едно по-дълбоко равнище те бяха подобни, чувството на тъга и при двамата бе залостено зад жалюзите. Тя преодоляваше тъжните събития, като боледуваше, докато той ги преодоляваше "силен", концентрираше се върху грижата за нея.

Джон: Следователно повърхностните различия между партньорите при подобен брак са възможни, защото

партньорите могат да играят различни роли при решаването на подобни скрити проблеми. Има ли тогава принципна разлика между наистина деструктивните връзки и среднестатистическите?

Робин: Ако зад преградата е поставено огромно количество скрити чувства и те напират "да избият" – често срещано при проблемните двойки, – партньорите враждуват и водят битки с по-голяма вероятност. Вероятността е по-малка в случаите, когато партньорите се допълват един друг и играят противоположни роли. Това им позволява да си поделят територията според своите различия и съответно да се разбират по-добре. Но естествено всичко е въпрос на степенуване.

Джон: Повечето среднестатистически бракове – обикновените, нормалните бракове, проявяват белези както на брачните съюзи от типа "куклен дом", така и на браковете, при които мъжът е под чехъл, нали?

Робин: Да, обикновено има много белези, макар и в смекчен вид.

Джон: Радвам се, че това е нормално, защото познавам няколко случая.

Робин: Например?

Джон: Ами когато за пръв път се включих в твоята група, бях погълнат от ролята на Тарзан. Виждах се като "силен" мъж, който наистина не се нуждае от опора и обич. Наистина смятах, че мога да мина и без тях! Спомням си как ти деликатно посочи, че всъщност аз се нуждаю от тях, а също и колко трудно, колко много ми е трудно да го призная. И след като ти посочат нещо няколко хиляди пъти... е, най-напред започваш да приемаш, че е възможно... сетне започваш сам да го виждаш. Започваш също да виждаш как си отместваш погледа, щом го забележиш.

Робин: В началото е неочаквано, нали? Но изпитваш все по-голямо любопитство.

Джон: Да, започваш да се улавяш, че го вършиш. Сетне сякаш започваш да се променяш, малко по малко. С а м о защото си по-наясно ли?

Робин: Да, забележиш ли веднъж скритото дотогава зад

жалузите, започваш да го взимаш под внимание и цялата ти личност добива по-голямо равновесие.

Джон: Другото, което помня, е, че процесът на самото откритие бе твърде притеснителен. Приемах самопризнанието, че се нуждаю от обич, или още по-лошото – прямата, незавалявана потребност от обич, като нещо срамно, почти като белег за слабост или непълноценност.

Робин: Вероятно защото си свързвал потребността от обич с ония "лоши" чувства, отредили на нуждата от обич чуждо място зад преградата. При появата ѝ първоначално свързаното с нея срамно чувство за известно време също се изпитва. Затова лечението отнема време – смяташ, че не е редно да се почувстваш по-добре.

Джон: Когато се променяш, изпитваш странно чувство, нали? Внезапно долавяш, че никога не си бил в оная точка, в която си в момента – усещаш нещо непознато, без координати, рисковано.

Робин: Много усилия са необходими, за да бъдеш щастлив!

Джон: Както и да е, спряхме се на два примера от среднестатистическите бракове. Ами тези, които са изцяло в безпроблемния край на спектъра?

Безпроблемните бракове...

Робин: Най-любопитното при безпроблемните бракове се крие във факта, че професионалите, които се занимават с душевното здраве, почти не са проявили интерес към тях. Допреди десет години за тях нямаше абсолютно никаква информация. Сега, след като най-сетне са налице някакви изследвания, все още на тези бракове не се обръща внимание. Странно!

Джон: Да, питал съм психиатри за проучвания в тази насока, но те не бяха чували за такива. Вероятно потулват въпроса, защото би им създал усещане за несигурност. Както и да е, какви са основните резултати?

Робин: Ако ги сведа до едно изречение, трябва да кажа,

че колкото по-малко са поставили партньорите зад своите жалози и колкото повече са подготвени при знак от страна на другия да надзърнат отвъд, толкова по-голяма е и възможността да израснат като личности и да обогатят взаимоотношенията си.

Джон: Искаш да кажеш, че вече не са ограничени от необходимостта да държат плътно спуснати жалозите. Не се притесняват и да балансират своята връзка, тъй като тя неизменно е била в равновесно положение.

Робин: Така всеки един от тях има повече място да израсне, да изпроба повече възможности, да се осъществи по-добре като личност. И естествено те имат повече да дадат един на друг. Самите те са по-интересни като хора и затова изпитват по-голямо удоволствие от общуването си. Движат се по възходяща спирала.

Джон: Притежават ли някакви ключови характеристики?

Робин: Безусловната фундаментална постановка на тези проучвания гласи, че те приемат промяната много лесно.

Джон: Вероятно защото не изпитват страх от мисълта, че поставеното зад жалозите може да се появи, ако настъпи промяна.

Робин: Разбира се, това е една от причините. Всъщност на практика партньорите си помагат взаимно да разкрият своите чувства. С други думи, и двамата приемат необходимостта да се вслушват в ответната критика, която по принцип е конструктивна, положителна, отправена в подходящ момент.

Джон: Но не е ли всяка критика малко болезнена, при положение че носи известна доза истина?

Робин: Само ако докосва нещо, поставено зад жалозите.

Джон: Наистина ли?

Робин: Защото в този случай тя уронва образа, който имаме за самите себе си. Това е болезненото.

Джон: Искаш да кажеш, че ако си наясно с даден твой недостатък, не те боли, когато го изтъкват.

Робин: Не и ако си наясно с всички негови аспекти. Поне мойт опит е такъв.

Джон: И така – защо тези безпроблемни двойки са толкова безпроблемни? Защото няма много зад жалозите или защото и двамата проявяват добро желание да надзърнат отвъд?

Робин: Допустими са и двете възможности. Между някои хора се създава взаимност от самото начало, тъй като произхождат от действително щастливи семейства – това е най-доброто, което може да се случи на някого. Други нямат толкова безупречен старт, в началото са по-отчуждени, но са имали добрия късмет да открият партньор, който намалява чувството им на страх от поставеното зад жалозите, и така получават подкрепата и любовта, необходими им да преодолеят дискомфорта от досега със скритата им същност и нейното проявление. Това им е помогнало да се променят и да се издигнат към най-здравословния край на спектъра.

Как партньорите се издигат заедно...

Джон: Мислиш ли, че идеалният вариант е да извадим всичко иззад жалозите?

Робин: Предполагам, че това е идеалният вариант, пътеводна звезда, но не мисля, че някой го постига, а със сигурност и не е необходимо.

Джон: Всички ние обаче можем да постигнем известен успех.

Робин: Разбира се. Мисля, че много хора опознават самите себе си без специално усилие. В сравнение с другите някои проявяват интерес, полагат усърдие и отбелязват по-бърз напредък.

Джон: Възможно ли е подобно нещо да се случи с двойката на Вирджиния Улф, с Джордж и Марта?

Робин: Истински деструктивните връзки като тази например обикновено не се променят. Зад жалозите има то л -

к-о-в-а м-н-о-г-о и то е толкова страховито, че обикновено партньорите просто се опитват да държат жалюзите колкото може по-плътнo спуснати. Това положение им изглежда по-безопасно и те просто продължават да се карат.

Джон: Възможна ли е в ъобще промяната?

Робин: Само ако двойката получи помощ извън брачния съюз. Те не биха могли сами да превъзмогнат табутата и страховете.

Джон: Да предположим, че посетят психиатър. И сетне?

Робин: Ако го сторят... има предел за помощта, която може да се окаже при толкова лоша връзка, колкото е тази. Понякога можеш да помогнеш мъничко при кризи, но през повечето време усещаш, че в техния случай е по-добре да държат жалюзите спуснати.

Джон: Какво би се случило, ако опиташ да ги повдигнеш лекичко?

Робин: Би било прекалено болезнено. Ако се опиташ да го сториш принудително, те ще се отбраняват, като се съюзят срещу психотерапевта и повече няма да го посетят за сеанси. Безрезултатно ще си ги подложил на огромни притеснения, самият ти няма да получиш нова възможност да им помогнеш, а в бъдеще вероятността да се доверят при консултации другиму намалява. Тъй че насилването на нещата не е добър подход.

Джон: Добре. Нека разгледаме среднoстатистическите бракове. Двойките с подобни взаимоотношения са в състояние да се променят, да изваждат най-вече скритото зад жалюзите, да се придвижват към по-безпроблемния полюс на спектъра, нали?

Робин: Да, в състояние са. Всичко зависи от отношението им към жалюзите. Възможно е да изберат решение, при което не си търсят белята и си спестяват неизбежните притеснения от погледа зад преградата. Не забравяй, тези бракове могат да бъдат доста стабилни, дори и някой от партньорите да се чувства от време на време малко ограничен.

Джон: Да предположим, че са възникнали проблеми и те посещават психотерапевт.

Робин: При среднoстатистическите бракове е възможен напредък, можем да им окажем помощ за поглед отвъд преградата – а ко искат това!

Джон: Какво би се случило, ако двойка от типа "куклен дом" дойде за помощ?

Робин: Да приемем, че идват, тъй като съпругът е под необичаен стрес, действително се нуждае от подкрепа, но заради скритото у него дете той не е в състояние да я поиска. Детето зад жалюзите става все по-нервно, терзанията стават все по-силни и по-силни, започват да се прокрадват, проявяват се по коварни начини.

Джон: Съпругата ще изпитва страх от необходимостта да прояви повече устойчивост, тъй като тя е затъмнила своята зряла същност. Май каза преди, че тя отреагира, като става още по-депресирана и изтерзана от него самия.

Робин: Точно така. При това положение, ако психотерапевтът уточни откъде иде проблемът, той може да убеди съпруга, че да изразиш своята детска потребност от грижовност е нормално, естествено, категорично в границите на психическото здраве, както и че е удивително, а дори и мъничко тревожно, че не е дал по-пълнен израз на тази потребност. страховете у съпруга се успокояват, малко по-малко той си позволява да осъзнае своите потребности, дава възможност и на своята жена да го подкрепя в отделни случаи. В същото време съпругата научава, че в края на краищата тя би могла да помогне много, като приеме онова, което е зад жалюзите, вместо да го предпазва от поглед нататък, както и че за нея самата е нормално да даде израз на своята настойчивост, на оная частица от себе си, която може и е в състояние да поема отговорност.

Джон: Следователно като внушава чувството, че поставеното зад преградата е нормално, психотерапевтът по същество им дава кураж да се подпомагат в израстването, а не да се препъват един друг.

Робин: Да, и най-главното е, че от известна точка нататък те могат да продължат да вършат това сами.

Джон: Ако приложи същите принципи към брака, къ-

дето мъжът е под чехъл, психиатърът ще трябва да подпомогне притежателката на чехъла да осъзнае колко се е уплашила тя от това, да гласува доверие на съпруга си, за да поема той отговорност.

Робин: Като я улесняваш да прозрете това, ти ѝ даваш достатъчна емоционална подкрепа да преодолее неприятните чувства, които ще изпита, щом осъзнае колко се страхува, че съпругът ѝ ще я разочарова. Ако успоредно съумееш да покажеш на съпруга, че изпитва страх от поемането на отговорност... помогнеш му също да съзре и скритото у нея уязвимо момиченце, както и да осъзнае, че властната майчинска фигура се появява само защото той не полага грижи за уязвимото момиченце... тогава ще предизвикаш началото на промяна в техните взаимоотношения в правилната посока.

Джон: Всъщност ти им обясняваш как са се заплели в тази система, при която взаимно си помагат да скриват истината един от друг, нали?

Робин: Най-добър резултат обаче се постига, ако просто изтъкваш положителното в ситуацията – как Джейн жертва себе си, като стои безпомощна, за да остане Тарзан силен. Или как мъжът под чехъл предпазва своята съпруга от чувството за слабост и уязвимост, като ѝ дава възможност да поеме цялата отговорност. Щом видят частта от модела и се взрат в него заедно, те не може да не видят и останалото, както и да не пожелаят някаква промяна.

Джон: И така, в единия край на брачния спектър се намират разните му там Джордж и Марта, спуснали в отчаяние жалюзите, тъй като зад тях е натъпкано толкова много. В другия край се намират двойките, които непрекъснато повдигат жалюзите – отзад няма много, а и те бездруго постоянно намаляват количеството му. По средата сме всички останали.

Робин: Да, не забравяй само, че двете крайности статистически представляват порядъчно малка част от населението. Мнозинството от нас са по средата. Точно както мнозинството от нас клонят на ръст по-скоро около средната височина, а не към 1.42 или 1.98 м.

Джон: Очевидно аз съм по средата, а всички вие, психотерапевтите, попадате естествено в най-безпроблемния край.

Робин: Стига шеги, Джон!

Джон: Искам да кажа, че всекиму е известна лудостта на психиатрите – гледал съм повече скечове за луди психиатри, отколкото можеш да си представиш. Не вярваш, нали?

Робин: Не изказвам предположението, че сме луди. Смятам, че повечето от нас са някъде около средата.

Джон: Наистина ли? Как тогава помагате на хората?

Робин: Добре, погледни от тази страна – ако никога не си имал сериозни проблеми, ако никога не си изживявал болезнено разкриването на затъмнените чувства, аз не мисля, че би имал уменията да помагаш на другите да вършат това. Не би могъл да знаеш какво изпитва човек. Много трудно би било да прилагаш интуиция и знания към състояние, което ти е напълно непознато. А и много бих се изненадал, ако един наистина душевно здрав човек прояви интерес към подобна дейност. Искам да кажа, че навярно



той ще е приятелски настроен и услужлив, но вероятно не би пожелал да гради кариера в тази област.

Джон: Казаното е малко неочаквано.

Робин: Добре, опитай да погледнеш и от друга страна: ако изкачваш планина, най-полезен като водач е човекът непосредствено преди теб – той насочва твоята следваща крачка. Момчето, което е на 3000 метра по-нагоре, не ти е от особена полза.

Джон: Спомням си, веднъж това ми дойде наум, докато слушах Кришнамурти. Знаеш ли, внезапно осъзнах, че изпитвам голяма завист към тези хора, които се намират в най-здравословния полюс, дори ако от тях биха станали безпомощни психотерапевти.

Робин: Разбира се. Аз също го осъзнавам.

Джон: Е, не мога да не се питам защо проучванията, които доказват, че съществуват истински душевно здрави хора, са пренебрегвани от психотерапевтите – може би защото те изпитват също завист към истински душевно здравите хора и предпочитат да се правят, че не съществуват. Понеже това втълпява на психотерапевтите – а и на другите, които се занимават с душевното здраве – факта, че повечето от нас са някъде по средата, а не отдалечени в двете крайности.

Робин: Може би. Ако сме по средата, ние очевидно ще притежаваме присъщите на повечето хора недостатъци, нали? Като завистта например. Защо трябва да сме различни?

Джон: Но виж... ако душевното здраве е само въпрос на изнасяне пред жалюзите, защо всички ние не го правим често?

Робин: Не забравяй болката! Извеждането отпред е болезнено. Още по-лошо – на практика го изживяваме като нередност. Казах по-рано – ние затъмняваме чувствата, защото такъв е бил моделът в нашето семейство, моделът, който се е препредавал, защото ако някой от семейството е проявявал забранената емоция – табуто, останалият се чувствал впоследствие заплашен.

Джон: И семейството е атакувало този човек.

Робин: Или го е пренебрегвало, което е също толкова лошо. Отглъчвало го е. Отхвърляло го е. А да бъдеш отхвърлен от семейството е ужасно страшно, особено за едно малко дете.

Джон: Значи изнасянето на чувствата отпред събужда старите страхове?

Робин: Да. Сякаш се изправяме срещу неодобрението на цялото семейство, сякаш ще изгубим цялата им обич и подкрепа. И затова изпитваме нужда от нечия помощ.

Джон: Искаш да кажеш от психотерапевт.

Робин: При по-сериозните случаи – може би! Макар че това би било полезно дори ако хората нямат сериозни проблеми. Но поради дългото време и големите усилия, които са необходими, идеалният партньор за нас е човек от друг тип семейство – така нямаме абсолютно еднакви затъмнени полета, но и от семейство, което все пак прилича на нашето в много прояви, за да бъде в състояние да ни разбере.

Джон: Вече чувам музиката на Мантовани. Още малко и ще кажеш, че нашите партньори могат да бъдат и нашите най-добри психотерапевти.

Робин: Могат. Не напрасно наричат психотерапевта "шринк"¹.

Джон: А именно?

Робин: Проявим ли желание да чуем истината, тя ни наранява и ни смалява. Смалява обаче само подутите ни глави. Нали "шринк" е съкратено от "хед-шринкър"².

Джон: Добре казано.

Робин: И колкото повече се смаляват подутите ни глави, толкова повече израстваме като личности.

¹ shrink (англ.) – свивам, намалявам. Бел. пр.

² head-shrinker (англ.) – букв. "смаляващ глави". Бел. пр.

2.

Аз съм Бог – да не спорим по този въпрос!

Промените са добри... и лоши

Джон: Бих искал да узная повече за "истински здравите семейства", които са били проучвани. Какво ги различава от другите семейства?

Робин: Няколко неща. Но основният принцип е, че те претърпяват промените безпроблемно.

Джон: Гадните промени ли?

Робин: Не. Всякакви промени.

Джон: Добре, какво толкова се изисква, за да претърпиш приятни промени?

Робин: Вероятно ще бъдеш изненадан, но учените са открили, че в с я к а промяна предизвиква стрес. Погледни таблицата.

ЖИТЕЙСКО СЪБИТИЕ	СИЛА НА СТРЕСА
Смърт на съпруга	100
Развод	73
Раздяла с брачния партньор	65
Излежаване на присъда	63
Смърт на близък член на семейството	63
Злополука или болест	50
Брак	47
Уволнение	45
Сдобряване с брачния партньор	45

Пенсиониране	45
Здравословни проблеми на член от семейството	44
Бременност	40
Сексуални затруднения	39
Нов член в семейството	39
Реорганизация на бизнеса	39
Промяна във финансовото състояние	38
Смърт на близък приятел	37
Промяна на работата	36
Промяна в броя на пререканията с брачния партньор	35
Ипотека над \$10 000 (в момента около 20 000 лири)	31
Просрочена ипотека или заем	30
Промяна в служебните задължения	29
Син или дъщеря напускат дома	29
Неприятности със снаха или зет	29
Забележителни лични успехи	28
Съпругата започва или спира да ходи на работа	26
Тръгване или завършване на училище	26
Промяна в условията на живот	25
Наложена промяна на личните навици	24
Неприятности с шефа	23
Промяна на работното време или на работните условия	20
Смяна на жилището	20
Промяна в учебните условия	20
Смяна на условията за почивка	19
Промяна в упражняването на религиозни интереси	19
Промяна в светския живот	18
Ипотека или заем под \$10 000 (в момента около 20 000 лири)	17
Промяна в режима на сън	16
Промяна в броя на семейните събирания	15
Промяна в навиците на хранене	15
Празник	13
Колела	12
Незначителни нарушения на закона	11

* Таблицата е пренечатана от скалата за социално приспособяване на Томас Х. Холмс и Ричард Х. Фе, "Списание за психосоматични изследвания", т. 11 (Паргамон Прес, 1967), като през 1980 г. са направени незначителни изменения, за да бъде пригодена за британския читател.

Както виждаш, смъртта на съпруга е оценена като най-големия стрес – 100 точки. Колкото повече точки натрупаш в даден период, толкова по-голяма е вероятността да се разболееш от нещо.

Джон: Добре, предполага се, че забременяването или раждането на дете имат както стресов, така и приятен аспект, но не е ли странно, че одобряването със съпруг след период на раздяла ти струва 45 точки? Удивен съм, че няма аля в ането на обичайния брой свати със съпругата "товари" с 35 точки. Предполагам, че ако внезапно животът ми стане безупречен, ще се побъркам. Как е възможно това, докторе?

Робин: Когато във външните условия настъпва промяна, добра или лоша, ние трябва да се приспособим към нея.



Джон: Добре, но какво всъщност става с нас, когато се приспособяваме? Какво става в нас, в нашите глави?

Робин: Ще ти кажа. Но се налага да въведа ново понятие, за да ти обясня.

Джон: Имаш пълната свобода.

Робин: Между другото ще се връщаме към това понятие и друг път. Всички ние имаме в главите си запис или картина на своя свят такъв, какъвто го познаваме – една мислена карта, която съответства на заобикалящата ни действи-

телност. Така както картата на Великобритания съответства на Великобритания. Използваме нашата карта като ориентир в поведението си.

Джон: Всичко, свързано с нашия живот, отбелязано ли е върху нея? Нашият брачен партньор, деца, родители, приятели, дом, квартал, работно място...

Робин: Всичко, което докосва живота ни, е картографирано там, за да ни води през житейските събития.

Джон: Понякога поглеждаме към част от него, но то е цялото там.

Робин: И ако брачният партньор почине, ти трябва да преминеш от мисловна карта, в която той заема наистина голямо място, по-голямо от всичко друго, към карта, в която той повече не се появява. Този процес на преход от една карта към друга аз наричам "приспособяване".

Джон: Нещо като ново свързване на нашите мисловни вериги.

Робин: Да. Основното е, че новото приспособяване, включително прерисуването на картата, изисква енергия.

Джон: Дори ако промяната е добра. Ясно. Но ние претърпяваме промени през цялото време. В Уестън-супър-Меър казваме, че промяната е като почивката, драги.

Робин: Да, светът непрестанно се променя. Всъщност ние се нуждаем от определена интензивност на промените, от стимулиране. Ако промените са твърде малко, чувстваме се отегчени и едва наполовина живи. Промяната е вредна само ако надхвърля възможностите на нашата система да я понесе – например ако внезапно настъпи голяма промяна или някъ прекалено дълга поредица от малки промени, които не ни дават необходимото време да възстановим своето равновесие.

Джон: Като дом, за чието разтребване отива повече време, отколкото за разхвърлянето му. Тъй че настъпят ли прекалено много промени в даден период от време, ние изпадаме в стрес. Какво би ни помогнало да го понесем?

Робин: Най-напред трябва да се разтоварим от обичайното изразходване на енергия, за да я насочим към възприемането на промените.

Джон: Предполагам, лекарите го наричат "почивка".

Робин: Да, но бих допълнил, че когато лекарите не предписват нищо, те всъщност препоръчват съвършено бездействие. Почивката означава, че някой ни предпазва от повечето изисквания на всекидневието. Още нещо – тъй като ние по принцип изпитваме определен страх от промените, всяка предоставена информация, която ни успокоява, че ще съумеем да се справим, а и посочва как да се справим, също така е много полезна.

Джон: Енергията, която бихме изразходвали в тревоги, може да се пренасочи към възприемане на промените.

Робин: Да.

Джон: Но има още нещо, нали? Понякога самото присъствие на човек, когото харесваме и на когото вярваме, помага по начин, по-различен както от почивката, така и от успокоението.

Робин: Мисля, че е така. Лесно е да се сетиш и да напазуваеш за човек, който е в стрес, да занесеш храна, да споделиш опит, понякога забравяме обаче, че и самото навъртане наоколо, самото "присъствие там" също невероятно помага. Макар да не изглежда, че ти самият вършиш кой знае какво.

Джон: Добре, какво прави всъщност?

Робин: Като просто сме там? Трудно е да се каже, макар всички ние да сме видели на практика колко е важно. Нека засега просто го наречем "емоционална подкрепа".

Джон: И така, да обобщим какво е необходимо, за да възприемем промяната: първо – снижаване на обичайния разход на енергия, така ще можем да си починем; второ – информация, която ще успокои страховете ни и ще ни помогне да се справим; и трето – емоционална подкрепа.

Робин: Правилно.

Джон: Сега нека отнесем казаното към семейството. Говорихме защо двама души се избират взаимно. Ето, женят се. Това им струва 50 точки, защото трябва да прерисуват своите карти и да заемат в тях по-постоянно място. През медения месец те все още се възхищават на изложението, така да се каже, във витрините. Сетне, когато зажи-

веят заедно, нещата иззад жалюзите започват да се прокледват.

Робин: Взаимоотношенията между тях стават по-правдоподобни. Допълнителна промяна!

Джон: Леко прерисуване тук-там, от време на време.

Робин: Подпомагани са обаче от факта, че през по-голямата част от времето те взаимно се обгръщат с много любов и подкрепа, вероятно повече, отколкото са получавали преди.

Джон: И така, каква е следващата голяма промяна?

Робин: Моментът, в който стават истинско семейство: появата на първото бебе.

Джон: 39 точки за милите хора!

Робин: Само с 11 точки по-добре, отколкото при сключването на брака.

Джон: Затова очевидно гледаме тези две събития да не съвпадат във времето.

Робин: Особено около Коледа.

Джон: Голям смях! Всичко обаче започва да се проявява в ужасен негативен план.

Робин: Негативно е дотолкова, доколкото означава необходимост от огромно приспособяване, сериозен скок напред към по-голяма отговорност, към повече зрялост. И така, за момента стресът е голям. След като се приспособят, след като преминат тази бариера, двамата ще изпитат много радост и щастие от детето.

Джон: В този момент обаче те са загубили не само от своята свобода.

Робин: Да, новороденото бебе се нуждае от толкова много внимание и обич, че за тях самите остава по-малко – много по-малко. Това може да се окаже болезнено и за двамата.

Джон: Следователно първото бебе е "сравнително щастливо събитие".

Робин: Да, неизбежно те завладява чувството, че обществото е организирано заговор, за да придаде романтика на въпросните събития. Разбира се, раждането на дете е прекрасен момент и прекрасно преживяване, но човек не

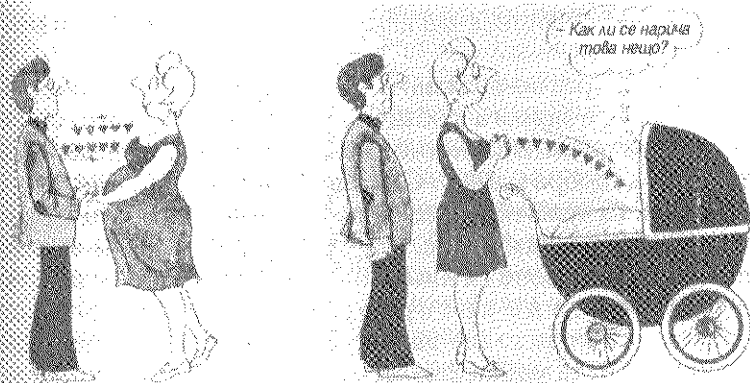


трябва да забравя, че често в началото е много тежко. Особено ако двойката не знае твърде добре какво я чака. И не забравяй, че промяната и стресът при прехода от състоянието "без бебе" към състоянието "с едно бебе" обикновено са много по-големи, отколкото при прехода от едно към две или повече бебета.

Кризисен момент за родителите...

Джон: Добре, бебето се е появило. Какво трябва да очаква двойката?

Робин: Нека първо видим доколко драстично се е променило равновесието в семейството. Преди да се роди бебето, те двамата са изцяло свободни да дадат един на друг целия свой потенциал от емоционална подкрепа. След като бебето се появи обаче, самото то се нуждае от много майчини грижи. Върху майката лягат значителни отговорности и това означава, че тя се нуждае от съпругеска любов и подкрепа повече от обикновеното. Тя отдава толкова много на бебето, че ѝ остава твърде малко за нейния съп-



руг. Така той бива лишен от своята обичайна емоционална подкрепа по време, когато майката се нуждае от нейната емоционална подкрепа повече от всякога. Следователно, ако той не съумее да се справи със значително по-малката подкрепа, отколкото е свикнал, в крайна сметка на практика майката може да се почувства изолираната и ошетената.

Джон: При положение че става толкова скоро след еуфорията от самото раждане, вероятно това би предизвикало неприятно сътресение.

Робин: Да. До момента майката е била фокусът на вниманието. Грижели са се за нея, обичали са я вероятно както никога дотогава. Сетне внезапно се появява това мъничко, невероятно уязвимо бебе, за което тя се чувства изцяло отговорна двадесет и четири часа в денонощието.

Джон: Бебетата са толкова безпомощни... Нямаш ли чувството, че ще угаснат всеки момент?

Робин: Помня, почти не вярвах, че моите деца могат да лишат без чужда помощ. А бях стажувал в акушерско отделение. Затова не е изненадващо колко ужасяваща изглежда за жената, станала майка, отговорността. Пру, съпругата ми, води подгрупа за майки с първо дете. Почти всички се оплакват, че никой не ги е подготвял за огромната промяна.

Джон: Майката се чувства отговорна да поддържа иск-

рата живот у бебето, а никога дотогава не го е вършила.

Робин: През по-голямата част от времето тя се чувства изтощена и понякога я обзема чувството, че не е в състояние да се справи. Възможно е да изпитва вина, защото смята, че не е "добра майка". Следователно тя трябва да прикрива своето чувство на непълноценност от хората, а това е напрежение. Разбира се, огромният проблем е, че в наше време, когато вече ги няма големите семейства, майката често трябва да се справя без голяма помощ от вън, каквато не би било зле да получава през първите две седмици! Нейната майка или свекърва би могла да се премести при тях, а и съпругът по принцип взема седмица отпуск. Но сетне младата майка често се чувства ужасно неопитна и изоставена.

Джон: Добре, със сигурност ѝ липсва подкрепата, която е получавала от своите приятели, но бащата е там и помага в някаква степен, нали?

Робин: В началото – да, но след известно време той често започва да се чувства въвн от нещата.



Джон: Да, спомням си усещането, че нямам нищо общо със събитията около мен!

Робин: Познато състояние. Всъщност Пру изпитва понякога леко съжаление към бащите, защото майката поне

има огромното удовлетворение от съкровената връзка с бебето. Това ѝ дава едно прекрасно, ново, дълбоко преживяване, макар и доста изтощително. От самия татко се очаква обаче той да дава на своята съпруга много повече обич.

Джон: Може да се породи известно напрежение.

Робин: Да, той се връща от работа уморен – вероятно също уморен е отишъл и на работа заради неспокойните нощи, жена му е по цял ден само с бебето, то сигурно тъкмо тогава има колики и реве, бащата седи там с чувството, че е пренебрегнат, иска си вечерята и майката се чувства ужасно... Наричат това "да се разполовиш".

Джон: Спри. Ужасно е. Звучи сякаш е от творба на Стриндберг. Или пък на Били Коноли.

Робин: Не забравяй, че това са тежките моменти с първото дете. Сетне става по-добре.

Джон: Какво помага?

Робин: Времето. Всичко започва да изглежда не така отчайващо. Майката добива повече увереност, не е така уплашена.

Джон: Приспособява се постепенно към всички промени.

Робин: Правилно. Има възможност да почива повече – храненията се разредяват. Започва редовно да посещава детската консултация, говори си с другите майки, а това е страхотен източник на подкрепа. С времето започва да се чувства все по-уверена в уменията си да гледа детето.

Джон: И все пак след чутото се сецам за американския психолог Гътман, който определя появата на децата като "кризисен момент за родителите".

Робин: Да, той поддържа идеята, че психологическите различия между мъжа и жената възникват предимно при полагането на усилия да се отглеждат децата. Според него след раждането на детето родителите навлизат в мъжката и женската роля донякъде като войници, които заемат бойни позиции. Разбира се, обществото ни подготвя за тези роли от самото начало, но до появата на бебето ние сме като че ли в "запас", все още можем да флиртуваме и с двете позиции, ако пожелаем...

Джон: Но появи ли се бебето, ни "мобилизират".

Робин: И се оказваме в две противоположни позиции – на сърдечната, грижовна майка и на строгия, отговорен татко. Просто така сме програмирани.

Джон: Правено ли е изследване, което да показва, че щом децата отраснат и напуснат дома, майките и бащите отново стават човешки същества?

Робин: Интересни са съществуващите доказателства че настъпва компенсаторна реакция и мъжете стават по-меки, принудата намалява, те са по-склонни да се отпускат, да се наслаждават на хубавите неща в живота, докато жените стават по-активни, проявяват предприемчивост и настъпателност, по принцип гледат да наваксат изгубеното. Всъщност аз съм убеден, че едва след като децата напуснат дома, ние започваме да разбираме що за "битка" се е водила.

Джон: Какво мислиш за различните роли, които поемаме, докато децата все още са при нас?

Робин: Все повече и повече хора твърдят, че съпругът би могъл да изпълнява майчините задължения. Разбира се, бащите могат да ги изпълняват, някои могат да ги изпълняват дори по-добре от някои майки. Сигурен съм, че за детето е добре, ако родителите си поделят в някаква сте-



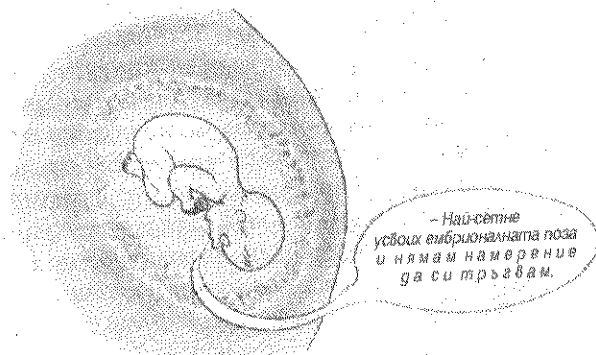
пен задълженията. Но ако мъжкото и женското тяло са изградени толкова различно с целта да се зачене дете, лично на мен ми се струва крайно невероятно да не съществуват вродени психологически различия, които предопределят жената като по-добра при изпълнението на някоя и необходима за децата неща, а мъжа – като по-добър при други. Най-общо казано. Все още обаче не се знае точно как е.

Джон: Все едно – за станалите наскоро родители въпросът дали различията са генетични или придобити, е някак безинтересен, нали? Дори да не са генетични, те вече са станали придобити.

Робин: Не, не съм съгласен. С раждането на детето протичат същностни промени в ролите. И мъжете, и жените стават по-малко сковани от старите стереотипи, стават по-сложни като личности и по-интересни заради по-голямата свобода и проникновение, дошли споявата на бебето. Аз самият със сигурност бях повлиян и съм благодарен за това преживяване.

Джон: Чувал ли си китайската благословия "Дано живееш в безинтересни времена"? Което означава "Нека бъде спокоен животът ти". Както и да е, достатъчно слушахме за родителските проблеми в "кризисния момент". Какво става обаче от гледна точка на бебето? Появата на бял свят означава рязка промяна в начина му на живот, нали така?

Робин: Сигурно е потресаващо! Дотогава майката е вършила много неща вместо бебето – дишане, храносмилане. Сега то трябва само да върши всичко. Освен това



вътре в майчиното тяло то е било изцяло в безопасност, защитено, на топло, тъмно и тихо, а сега внезапно става уязвимо, незащитено, всеки отделен елемент от заобикалящата го среда е нов и чужд. А всяко ново и чуждо нещо плаши. Освен това бързината, с която бебето расте, е огромна, съотнесена към неговия ръст.

Джон: Като се връщам към таблицата за стресовите състояния, забелязвам, че появата на бял свят не е включена в списъка.

Робин: Вероятно би била на върха на таблицата, ако човек беше в състояние да го измери.

Джон: Предполагам, би се равнявала на шестнадесет одобрявания плюс катастрофа. Което обяснява защо бебето изпитва необходимост от всички тези грижи. А именно почивка, защита от излишния допълнителен стрес, обич, емоционална подкрепа и... Е, да, но, разбира се, то не би могло да получи последното – успокоителната информация.

Робин: И тъкмо това е един от проблемите с новороденото. Ако нещо му създава неудобства, бебето няма представа, че по-късно ще се почувства отново по-добре. Което обяснява защо се чувства нещастно.

Джон: Следователно докато започне да схваща, че неудобствата са повече или по-малко временни, бебето ще има нужда от много повече емоционална подкрепа и почивка.

Робин: Да, родителите трябва почти изцяло да го предпазват от външни безпокойства, трябва да му създават топлина и удобство, да следят да не изгладнее прекомерно, да го защитават от прекален шум и безпокойство. Разбира се, те ще го въвеждат в промените лека-полека. Ще внимават обаче промените да бъдат елементарни и умерени, достатъчни, за да стимулират бебето, но не повече от това, с което то може безпроблемно да се справи. Бебето е напълно зависимо и за щастие природата ни е програмирала – и нас, както и другите животни – майката и детето инстинктивно да не се разделят, а при раздяла взаимно да се търсят.

Джон: Не наричат ли това "зависимо поведение"?

Робин: Точно така. Простичко означава следното:

жребчето например въпреки факта, че може да се изправи на крака няколко минути след раждането, инстинктивно стои години наред неотлъчно до майка си. Спомням си как се опитвах да застана между жребче и неговата майка на ливадата ни в Уейлс и какво безпокойство предизвиках у тях. Вещност така и не успях да го сторя. Привързаността в поведението очевидно има предимства и от гледна точка на еволюцията, тъй като гарантира защитата на малките от хищниците, докато са най-уязвими. В природонаучните филми сме виждали, че тъкмо самотното младо животно става жертва на нападащия хищник.

Джон: Виждам в казаното, но няма ли зависимото поведение други функции освен защитните? А потребността от обич?

Робин: Много специалисти биха спорили сериозно с теб за подобна формулировка, макар лично аз да не съм убеден, че двете неща, за които говорим, са толкова различни. Аз изтъквам какво постига зависимото поведение за индивида и вида, оценено от твоя страна. Ти изтъкваш какво е усещането, ако си част от събитията.

Джон: Ако си отвътре. Нека се спрем повече на тази страна. На емоционалната подкрепа, както ти го формулира. Искам да кажа, когато говорим за майчината обич към бебето, изведнъж започвам да се чудя какво в действителност получава бебето?

Бебето и майчината обич...

Джон: И така, докторе, какво представлява майчината обич, видяна от гледната точка на бебето?

Робин: Нека ти разкажа за едно впечатляващо изследване, извършено от психолога Харлоу. Той отглеждал маймуни при различни условия – някои от тях заедно с майките им, както е прието; други в голи клетки, отделени от своите майки; трета група в подобни клетки, но с телена конструкция с формата на майчиното тяло, снабдена с малки цицики на мястото, където нормално се намират зър-

ната на майчината гръд; и четвърта група – при телен маркетинг с формите на майката, но покрит с мъхнат като козина плат.

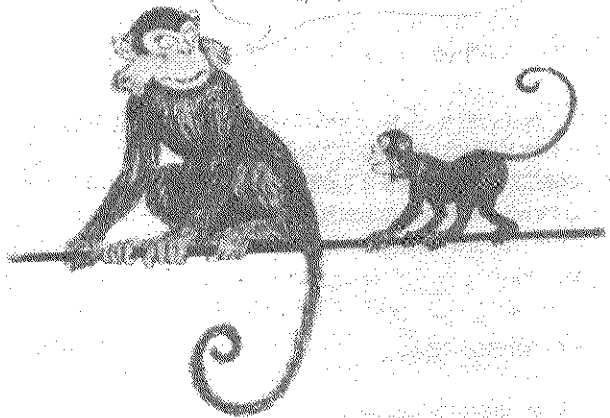
Джон: Една "нормална" група, една – "без майка", една – с "телен майки" и една – с "космати майки".

Робин: Именно. "Нормалните" новородени маймуни последователно опознавали света около себе си, сетне се завръщали и се притискали към майка си, сетне отново се отделяли да опознават света и т. н. Харлоу обаче установил, че втората група – маймунките, отгледани отделно от своите майки в празни клетки – били затворени в себе си, потиснати. Те не се заигравали и не опознавали околния свят, а просто се свивали в ъгъла с уплашен поглед. Когато отраснали, сякаш не били способни да се справят със ситуацията в своята общност – обикновено не успявали да се съвокупляват, а ако все пак имали потомство, не проявявали интерес към ролята на родители.

Джон: А онези с "телените майки"?

Робин: Много приличали на групата "без майка". Но другите, с "косматите майки", били много по-добре; с по-нормално поведение.

– Днешните млади маймуни! Без каквато
слюбност! А н а ш а м л о с т, д е т о б е о т -
г л е д а н а в ъ р х у т е л н и к о н с т р у к ц и и, и е д и н с т -
в е н и я т н и к о с м а т б е ш е д а п о л у ч и л п о м њ н њ к о
п р о с к у б а н м њ х н а т п л а т . . .



Джон: Следователно "косматата майка" на практика е снижавала вредния ефект от отсъствието на истинската майка.

Робин: Да! Маймунките прекарвали сума ти време да се вкопчват в нея, както нормално биха се вкопчвали в майчиното тяло – контактът по някакъв начин им давал сила да опознават света и да се заиграват в промеждутъчните между вкопчванията. А сетне, когато станали големи, успявали и по-добре да общуват с другите.

Джон: Следователно физическият контакт – дори с "косматата майка" – е давал на бебето нещо. Но какво?

Робин: Харлоу го нарича "смелост". Аз предпочитам думата "увереност", която изразява същата идея, но буквално означава "с вяра", а именно – поведение с нагласата, че нещата ще се развият нормално. Може би дори самото удобство, създадено от "косматата майка", утешава бебето, успокоява възбудата му, когато се е отдалечило да изучава света и е претърпяло повече промени, отколкото може да възприеме.

Джон: "Косматата майка" дава на бебето промеждутък на устойчивост, оазис от спокойствие, което му помага да възстанови равновесието си.

Робин: Така изглежда. Учените вероятно биха го нарекли "негативна ентропия", намаляване на безпорядък. Разбира се, малкият космат манекен не свършва много работа, но все пак помага.

Джон: И смяташ, че това е майчината обич?

Робин: Не. Твърдя, че това е ефектът, който тя има върху бебето. Да обгръщаш с обич означава да съумееш да предизвикаш появата на този ефект у друг, когато е необходимо.

Джон: Значи без тази любов бебето би се чувствало твърде уплашено, за да влезе в контакт със света?

Робин: Да, то може да порасне – което почти неизменно означава да стане по-самостоятелно – само ако има увереността, която произтича от възможността да разчита на удобство и безопасност.

Джон: Децата на площадката за игра може и да забравят напълно своята майка, докато... паднат. Ударът ги връ-

ща обратно към нея за поредния прилив на обич и доверие.

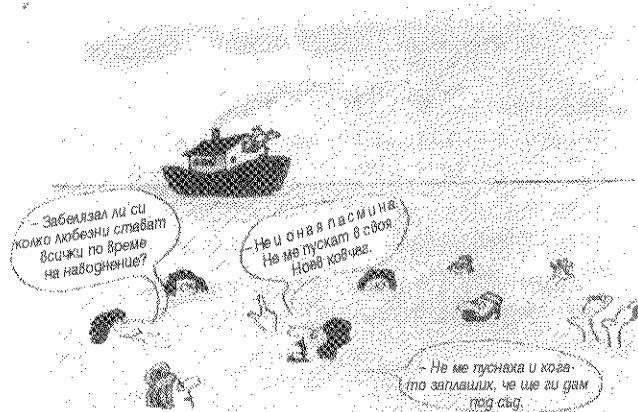
Робин: Щом желаеш, можеш да го формулираш и така, но, както казах, децата по-скоро получават възможност да постигнат отново стабилност след прекомерните промени, отколкото да получат някакъв подобен на презарежда-не с гориво прилив от майката.

Джон: Разбирам. И очевидно с нашето израстване зависимостта в поведението намалява.

Робин: Точно така. Колкото по-уверени ставаме, колкото повече научаваме за света и как да постъпваме, ние успяваме да се справим с все повече и повече стрес, преди да се наложи да се върнем назад за подкрепа. Потенциалната необходимост от нея обаче съществува през целия ни живот. Всички ние изпитваме нужда от грижа при достатъчно стресови ситуации. И тези грижи твърде много съответстват на онова, което получават бебетата и децата – а именно на майчините грижи.

Джон: Да, след природни бедствия, земетресения, изригвания на вулкани, бомбардировки и така нататък инстинктивната реакция на всички оцелели е да потърсят друг хора.

Робин: Това е автоматична, вградена реакция – ние сме



програмирани да търсим при нужда подкрепа от другите, както и да откликваме, когато това се изисква от нас.

Джон: Да се върнем към бебето – как узнава майката какво му е необходимо? Как съумява тя да разбере сигналите на мъничкото същество?

Робин: Ами нормалната майка усеща какво чувства то и от какво се нуждае, използвайки за опорна точка своите собствени чувства като бебе; а именно – тя съживява своето собствено ранно и по-късно детство.

Джон: Искаш да кажеш, че тя просто се пренася назад в спомените си...

Робин: ...По рецептивен, интуитивен път. Тя изпитва истинска наслада от това и така се настройва и идентифицира с мъничкото същество, общува с него, като долавя сигналите му и им отвърща адекватно. Бебето постепенно набира все повече увереност и тъкмо тя му помага да опознава външния свят.

Бебето започва своите мислени карти...

Джон: И така, майката вдъхва на бебето необходимата му увереност, за да предприеме опознаването на този ярък, шумен, нов свят, в който се е появило. Практически обаче то е безпомощно – какво би могло да направи?

Робин: Ами... Едно от главните неща е да научи какво представлява светът.

Джон: Искаш да кажеш, започва да рисува своя собствена мислена карта на света?

Робин: Да. И този свят включва и него.

Джон: А как картографира себе си?

Робин: Добре, кое е първото нещо, което правиш, когато рисуваш карта на Великобритания?

Джон: Очертанията.

Робин: Точно така. Тръгваш от очертанията – оттам, откъдето започва и свършва, а не от детайлите. Бебето също трябва да нарисова своите собствени очертания.

Трябва да открие какво е вътре в него и какво – вън от него. С други думи, то трябва да открие кое е то и кое не е. И за начало, от чисто практически съображения, "което не е то" е неговата майка.

Джон: Малко е странно.

Робин: Добре, виж го от бебешка гледна точка. Мозъкът на новороденото бебе получава послания отвън и отвътре по отношение на неговото тяло. В началото обаче то не намира основанията, по които да разбере, че вътрешните послания му принадлежат, а външните – не. Всичко, което знае, е, че те в си ч к и биха могли да се отнасят до него.

Джон: Искаш да кажеш, то мисли, че е всичко. Или че всичко е то.

Робин: Няма причина да смята друго. И докато не се случи нещо, което да промени това разбиране, майката би трябвало да му изглежда като продължение на самото него. Своеобразен необичайно зает крайник.

Джон: И кое предизвиква просветлението?

Робин: Постепенното откритие, че "вън" не може да бъде така лесно контролирано, както "вътре".

Джон: Все още не мисля, че разбирам.

Робин: Виж, аз знам, че това са моите пръсти, защото мога да ги движа. Така знам, че те са част от мен. Но ако опитам да движа т в о и т е пръсти и те не мърдат, аз разбирам, че те не са част от мен. Те би трябвало да са извън моите крайни точки – къде свършвам аз и къде започват другите хора. Бебетата го научават по същия начин.

Джон: Но това означава, че бебето научава своите граници само когато майката не изпълнява неговите желания.

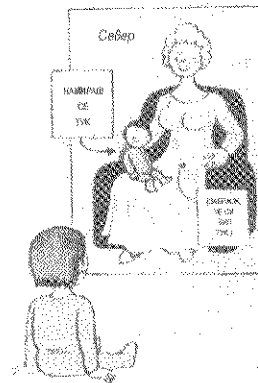
Робин: Точно така.

Джон: Следователно, ако тя би могла да бъде свършената майка, която неизменно удовлетворява изцяло нуждите на бебето, то няма да знае разликата между него и нея.

Робин: Да. То би останало смутено, напълно ще се смесва в съзнанието си с нея. Ще му бъде трудно да израсне и да постигне лична свобода.

Джон: Нима искаш да кажеш, че затрудненията са нещо добро за бебето?

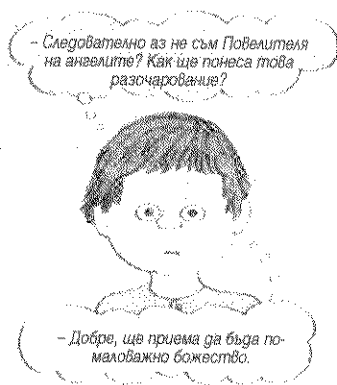
Робин: И да, и не. През първата година поне и в намаляваща степен след това възможностите на бебето да се справи с възникналите след някаква промяна чувства и със стреса почти стигат своя предел дори когато родителите правят всичко по силите си да задоволят нуждите му. Дори когато се опитват да осигурят максималните за своите възможности стабилност и сигурност, налице е повече от достатъчно обърканост – и без да бъде създавана преднамерено, обикновените човешки несполуки си казват думата. Дали защото не се събужда на момента при бебешкия плач, понеже телефонът звъни или пък някой е на вратата, майката не в и н а г и се появява, щом бебето я призове. Така бебето постепенно получава посланието, че неговата майка е нещо отделно, вън от границата. Казва си, че тя е по-скоро част от "не от мен", отколкото "от мен".



Джон: Следователно когато бебето рисува своята карта, необходим е правилен баланс между объркаността, която му дава нова информация за света, от една страна, и емоционалната подкрепа, която му позволява да се справи с тази обърканост, от друга страна.

Робин: Да, причината, поради която то се нуждае от

толкова много подкрепа, е, че самите затруднения са твърде болезнени. Както видяхме, в началото на своя живот преди опитът от несполуките и объркаността да дефинира неговите крайни точки, бебето има пълни основания да предполага, че е "всичко", "навсякъде" и "всемогъщо". Всяко откритие на по редната частица, която е "не от мен", представлява... Ами... Представлява удар за цялостната му идея, че е богоподобно.



Джон: Искаш да кажеш, че тъй като н а и с т и н а никои не обича критиката, защото засяга нашето его, на клетото сладко бебе му се налага да научи не само че не е бог, но и че е едно мъничко и безпомощно същество. Умаляването в подобен мащаб е доста болезнено. Все едно Мусолини да открие, че е вълнисто австралийско папагалче.

Робин: Следователно дори и когато все още съществува необходимостта от постепенно нарастване на майчините пропуски по отношение на детето, за да получи възможност самото то да поеме постепенно отговорност за себе си, майката трябва да преустанови своята работа, за да сведе объркаността до минимум. Случайните затруднения са предостатъчни.

Джон: Така е. Но не мисля, че лесно се придобива чувство за всичко това.

Робин: Не се тревожи. Това е естествено. Всеки среща

същата трудност, когато се опитва да си представи какво му е на бебето, когато се опитва да почувства какво би могло да му е на бебето, вместо просто да разсъждава безпристрастно и логично. Винаги ми е било невероятно трудно да мисля за този етап от развитието независимо от това, колко пъти ми се е налагало и колко много литература съм прочел. Защото, струва ми се, светът на бебето е твърде объркан на този етап по споменатите вече причини и ако правим опит да се проектираме обратно в неговия свят, самите ние се объркваме много.

Джон: И все пак точно това препоръчваш на майките – да намерят интуитивно пътя към състоянието, в което се намира бебето, за да се настроят към неговите нужди и да му окажат подходяща емоционална подкрепа при преодоляването на стреса. И така, как го постигат майките?

Робин: Душевно здравата майка с добър опит от своя бебешки период се настройва към чувствата на детето естествено и автоматично. Не ѝ се налага да мисли. Тя усеща дали задоволява нуждите му или върши нещо, което то не харесва.

Джон: И то ще бъде нахранено, когато е гладно, и тя ще престане да го храни, когато не е. Ще го вземе на ръце, когато се нуждае от поощрение или успокоение, но няма да му пречи, когато иска да спи. Така бебето ще изпитва минимални затруднения.

Робин: Да, необходимо е обаче нещо повече от правилното разбиране на физическите нужди на бебето. Съществува и социалният контакт, емоционалното взаимодействие. "Настроената" майка изпитва истинска наслада от контакта. Виждал си как майка и бебе се взират един в друг и заиграват своеобразна игра с очи, "танц с очи". Бебето се взира в майката и прави физиономии. Майката откликва, стреми се в отговор да направи физиономия, всъщност стреми се да имитира изражението, да възпроизведе огледално стореното от бебето. Бебето прави нова физиономия и така нататък.

Джон: Доколко важно е това за бебето?

Робин: В определен смисъл изглежда толкова важно,

колкото са и физическите му нужди. Трудно е да се опише колко се разстройва бебето, ако майката не откликне и не се включи в играта. Един психолог помолил група майки само за три минути – като експеримент – да не реагират по споменатия начин на своите бебета. Бебетата обаче толкова се измъчили, че майките не могли да издържат и не завършили експеримента.

Джон: Какъв би бил тогава резултатът, ако майката по някакви причини не се присъедини към "танца с очи" на своето бебе? Ако тя не успее да установи този видемоционален контакт?

Ако майката не е в състояние да откликне...

Робин: Ако близкият емоционален контакт не бъде установен в по-ранните етапи, искам да кажа, ако майката и детето в действителност силно нарушат синхронизацията, имам предвид грубо несъответствие във взаимния отклик, което е крайно невероятно да се случи с нормалната майка, водена от своите инстинкти, – може да се наблюдава едно "разстроено" бебе, както се изразявам аз. Проблемът



може да възникне от която и да е страна – от страна на бебето или на майката. Що се отнася до майката, не забравяй, че тя действа от съчувствие, като се проектира назад в своята бебешка и детска възраст и като изживява по-ранните си чувства. Предположи обаче, че самата майка е била нещастна като бебе...

Джон: Искаш да кажеш, че досегът с миналото би бил болезнен.

Робин: Точно така. Ако са я гледали зле като бебе и прождащо дете, всеки опит да си спомни тези някогашни чувства ще я наранява. Ако преустанови обаче досега със своите спомени, тя би избягнала мъчителните чувства.

Джон: Но тъй като тя спира да се съобразява със своите чувства като бебе, не е в състояние да подходи със съчувствие и да установи много близка връзка със своето дете.

Робин: Разбира се, на едно по-дълбоко равнище детето усеща всичко.

Джон: То чувства, че няма пълна връзка със своята майка, че нещо остава неизразено.

Робин: Да. Нали помниш експеримента, при който майките се въздържаха от връзка през първите три минути? Колко мъчителни преживявания се породиха! Е, представи си какво би станало, ако майката не е в състояние въобще да откликне. За бебето това може да се окаже толкова болезнено, че то да се самоизолира, да преустанови по-нататъшните опити; разбира се, това влошава нещата, тъй като майката от своя страна се чувства отхвърлена, сблъсква се с още повече трудности в стремежа да му се открие, да бъде естествена и да нормализира нещата.

Джон: Предполагам, същият процес може да започне и от нещо ненаред с бебето – например то не подхожда правилно, за да събуди майчините чувства, дори ако нейните инстинктивни реакции са в ред, дори ако тя е готова и чака знак. Чел съм, нормалните бебета са програмирани тъй, че съвсем отрано се усмихват на майчиното лице, преди още да имат каквато и да е идея на какво се смеят, както и че усмивката на бебето събужда майчините чувства, поради което тя се радва на своето дете и го обиква още повече.

Робин: Така е. Детето с отклонения от нормалното може да не успее да събуди майчините чувства и да не задейства майчините инстинкти. Тогава тя ще трябва да върши всичко, както си науми, и да следва книгите – независимо дали иска, или не.

Джон: Следователно проблемът може да възникне от която и да е страна?

Робин: Да. Някои специалисти смятат, че причината е винаги в бебето, но наблюдаваните от мен случаи подкрепят тезата, че съществува диапазон: на едната крайност се намират отчуждените от своите чувства родители, на другата – хората, при които е трудно да проумееш докъде ще я докарат с такова "разстроено", анормално дете. Разбира се, помни, че от когото и да тръгне, възможно е това да се превърне в омагьосан кръг – ако бебето не се развива добре, майката се обезкуражава и потиска, което означава, че бебето получава още по-малко съчувствие, още по-малко ситивен отклик и така нататък.

Джон: Ако този омагьосан кръг се установи и ако бебето чувства все по-малко и по-малко подкрепа, не означава ли това в известен смисъл, че то ще бъде затруднено прекалено отрано?

Робин: И то по прекалено груб начин. При положение че майката не съумее да се настрои по каквато и да е причина, бебето ще трябва да предприеме цялостно приспособяване към нея вместо обратното. Вместо с потребната му постепенност, то ще трябва да израсне незабавно, за да се нагоди към зрялото отношение на майката.

Джон: Със сигурност обаче то не може да го стори.

Робин: Разбира се, че не. Всичко, което може да стори, е да капитулира и да се самоизолира – да обърне гръб на света, като отрече неговото съществуване, поне на ония частици от света, които му причиняват толкова болка и страдание. Ще се държи, сякаш по-голямата част от света не съществува.

Джон: Тогава що за карта на света ще сътвори?

Робин: Без означени върху нея хора. А и самото дете ще се държи, сякаш наоколо няма други хора – сякаш картата

сочи, че светът е "пустинен остров".

Джон: Искаш да кажеш, че що се отнася до другите хора, детето ще остави картата в началното ѝ състояние, както е била при състоянието му на бебе?

Робин: Да, то ще заема цялото пространство. Ще бъде сам-самичко! Толкова е налудничаво, че е трудно да се изрази.

Джон: Лудост.

Робин: Някакъв вид лудост все пак. Екстремните случаи на разстроеност у децата се наричат аутизъм. Канър, детският психиатър, който пръв описа тези случаи, откри, че при тях голям процент от родителите са високообразовани, свръхчувствителни хора, които водят предимно вътрешен живот сред своите идеи и абстракции и проявяват по-малък интерес към чувствата. А именно, това са хора, за които е по-трудно, отколкото за другите, да понесат емоционалното безредие, което възниква при опита им да споделят света на бебето. Днес е широко разпространено схващането, че има своеобразна анормалност в детето, което затруднява родителските грижи със своите способности да откликва. Все още не може да се твърди със сигурност къде е истината. За щастие обаче подобно състояние е изключителна рядкост. Макар че всъщност веднъж имаше малка епидемия от случаи, много подобни на тези, следица на нови имигранти. И майките, и бащите трябвало да работят, а децата били оставени на детегледачки, които ги хранели, но не им обръщали внимание.

Джон: Как изглеждат децата аутисти? Как се държат?

Робин: Най-поразителното е пълната им неспособност да се включат в така нареченото от нас социално взаимодействие. Хората ги определят като "самоизолирани", "в своя черупка", "в свой собствен свят". В тяхно присъствие имаме усещането, че сме изключени, дори изтрити от съществуването им, сякаш не съществуваме.

Джон: Но всъщност те са наясно, че си там, при тях?

Робин: О, да. Те се движат край теб или те използват да получат необходимото им, но сякаш си някакъв мебел. Това се проявява особено много в начина, по който избяг-



ват да погледнат в очите другия. Всъщност обикновено веднага ги различаваш тъкмо по начина, по който погледът им неотстъпно се измества встрани – винаги, щом мислиш, че ще го срещнеш. Създават усещането, че са прекомерно наясно с твоето присъствие и все пак в същото време те изтриват от картата.

Джон: Сякаш те "унищожават"?

Робин: Създава се такова чувство, но е още по-крайно.

Джон: Така ли се отнасят и със своите родители?

Робин: Да, не проявяват обичайното поведение на привързаност. Не обичат да ги докосват или гушкат, не демонстрират нужда от опора, когато родителите им заминават, или пък задоволство, когато те се завръщат. Което, разбира се, прави родителите ужасно нещастни.

Джон: Получават ли подкрепа от други източници?

Робин: Често проявяват силна привързаност към отделни предмети – например камък, определена дреха. Или пък по-късно същата силна пристрастеност към информацията от рода на влакови разписания, карти, автобусни маршрути. Изпитват потребност от еднаквост, от рутинност дотолкова, че не могат да понесат, ако мебелите са с променено място или нещата не се вършат в един и същ ред всеки път.

Джон: Е, в това има логика, нали? Не понасят промяна

та, защото автоматичната им система за майчина подкрепа е била нарушена. Затова трябва да сведат промените в света около себе си до минимум – за да намалят стреса и да извлекат макар и малка подкрепа, като се опрат върху неопушевени предмети. Как се справям, докторе?



Робин: И аз определено мисля така, както и редица други хора, но трябва да ти кажа, че много специалисти в областта не разглеждат проблема в тази светлина. Те биха намерили твоето твърдение за безсмислено.

Джон: Няма значение. Ти каза, че истинският аутизъм се среща твърде рядко – колко рядко?

Робин: Едва около едно на две хиляди.

Джон: Тогава защо вдигаме шум?

Робин: Защото тези екстремни случаи илюстрират твърде отчетливо какво става, ако животът се окаже толкова стресов и тревожен за едно бебе, та то просто се разстрои и заживее само в своя собствена свят.

Джон: Както и защото екстремните случаи ни помагат да разберем по-обикновените, много по-умерени примери, пред които има вероятност наистина да се изправим.

Робин: Вярно е. Виждам тези случаи на аутизъм като крайната точка на спектър, обхващащ почти всички нормални хора.

Джон: Почти?

Робин: Да, обхващаш и хора, които смятаме за нормални, но иначе аутистите са твърде незаинтересовани, сдържани, затворени в себе си, изключително непохватни в компания; насочват основното си внимание към хобита, по същество са в дисхармония с другите хора и живеят в свой собствен свят.

Джон: Но ако майката и детето са установили близка връзка, както е в 1999 от 2000 случая, бебето не изпитва нужда да се изолира.

Робин: Не. Обикновената майка ще бъде в състояние да се настрои към своите собствени чувства от бебешка възраст и ще действа по естествен подтик. И тъй като е на дължината на бебешката вълна, тя може просто да остави бебето само да й въздейства. Инстинктивно ще разбира неговите чувства и нужди. Това ще ѝ донесе огромна радост.

Границите стават по-ясни...

Джон: И така, ако майката "се настройва", бебето получава необходимия му дълбок емоционален контакт. И това представлява жизненоважна помощ при превъзможването на шоковото, ужасяващото откритие, че детето не е всемогъщо, както и подкрепа при постепенното откритие, че има все повече и повече неща там, вън, които са отвъд неговия контрол.

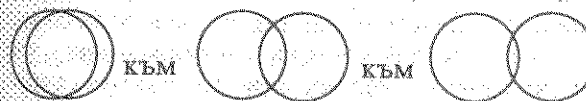
Робин: Ако получава от майката потребния му отклик, то може бавно да опознае своите крайни точки и сетне, с разширяването на представата му за света, да продължи и да схване правилно и други граници.

Джон: Струва ми се, че когато майката се заиграва с детето и постига дълбокия емоционален контакт, за който говориш, тя постига много повече от простото огледално отразяване на бебето – тя неизменно привнася нещо ново. Дава сведения за други неща с едва доловима разлика.

Робин: Точно така. Мисля, че в тази чудесна спонтанна дейност, която наричаме игра, ние импровизираме, измисляме, винаги привнасяме нещо ново. И когато нормалната майка играе със своето бебе, когато му прави физиономии в отговор, когато говори или възпроизвежда неговото поведение, стореното от нея му действа твърде насърчително и одобрително, защото тя по в т а р я стореното от самото бебе. Нищо неочаквано, нищо ново не се случва и бебето постепенно се изучава, сякаш се гледа в огледало. Но духовно здравата майка също така леко ще променя нещата, когато се заиграва с бебето. Нейният отклик няма да бъде просто повторение на правеното от бебето. Тя ще привнася по мъничко от себе си като различна, отделна личност. И тъй като майката не отговаря изцяло на очакванията на бебето, то ще получава информация, че съществуват и други хора някъде извън него, които то не контролира – ще схваща това обаче в контекста на една сериозна подкрепа и забавление и със скорост, която може да възприеме.

Джон: Бебето получава стабилност, уеднаквяване, но също така и леко усещане за нещо непознато, различно и отделно.

Робин: Да. И ако "настройването" е било налице и с активния майчин отклик е получил пълното доверие на бебето, тогава бавно, много бавно детето и майката ще започнат да се разграничават върху мислената карта на бебето от почти пълно припокриване



а някъде около петия или шестия месец до



– а това е първото осъзнаване, че майката е отделен, различен човек!

Джон: И този процес протича повече или по-малко естествено, при положение че е налице подкрепа?

Робин: Само ако бебето получава информация, че майката е различен човек.

Джон: А как би могло да не стане?

Робин: Ами... ако майката не може да се отдели от бебето.

Джон: Не разбирам.

Или остане замъглена...

Робин: За да се настрои към бебето, майката трябва да се откаже от своето мислене на възрастен човек и да се върне в своите собствени спомени и усещания от бебешка възраст. Е, някои майки могат да се настроят, но не могат да се върнат обратно.

Джон: Не могат да възстановят границите си на възрастен човек? Но защо?

Робин: Защото техните граници са мъгляви. Защото границите на техните майки са били мъгляви.

Джон: А и границите на техните баби са били мъгляви.

Робин: И така нататък. Както обикновено, грешката е ничия, става дума за познатия омагьосан кръг.

Джон: Следователно, ако границите на майката са замъглени, тя не би била в състояние да се отдели от бебето, когато ѝ се налага...

Робин: И така бебето ще може да я контролира твърде много и твърде дълго. Което означава, че самото бебе не получава потребната му информация – информацията, че майката е различен човек. Следователно то не може да получи яснота и за своите собствени крайни точки, ще срещне трудности да разграничи себе си от своята майка. Дватамата ще останат слети, в известна степен смесени.

Джон: Границите на бебето остават замъглени подобно на майчините. Как влияе това върху бебето, по-скоро върху личността му, когато то израсне? Какви проблеми създават замъглените граници?

Робин: Създават се цял кръг от проблеми в зависимост от степента, в която границите са неясни. Според много психиатри липсата на ясна гранична очертаност в едната крайна точка, а именно при "най-замъгления" обсег на диапазона, се явява основна причина за поне няколко сериозни умствени смущения, обединени от понятието шизофрения, макар днес да няма съмнение, че в повечето случаи наследствените фактори играят също твърде голяма роля. В другия край на диапазона се намират семействата, които добре се справят с живота, но членовете им са изцяло погълнати един от друг до края на дните си.

Джон: Те не постигат нормалната за зрелия човек независимост.

Робин: Не могат да се разделят емоционално с който и да е член на семейството. Могат да постигнат раздялата само ако живеят твърде далеч един от друг, понякога само ако всеки член се намира в различна държава!

Джон: А в средата на диапазона?

Робин: Съществуват много случаи, наричани гранични, при които може да няма срив или да не е наложително постъпване в болница, но човекът изглежда твърде страшен и ексцентричен в очите на другите.

Джон: Как изглеждат в очите на останалите най-тежките случаи?

Робин: Като душевно болни. Виж, поради мъглявите граници човек е твърде объркан в представите си какво е той и какво са другите хора, какво е вътре в него и какво – вън от него. Може да получи халюцинации, което е неспособност да се различават съновиденията или виденията от реалния свят на чувствата. Може да смята, че въздейства върху другите чрез своите мисли и чувства или че другите му влияят чрез твърде недопустими методи. За обикновения човек такова поведение изглежда много странно – всъщност изглежда безсмислено, докато объркването и липсата на граници не бъдат диагностицирани.

Джон: Безсмислено, защото такова поведение не е отразено върху картите за света на обикновените хора.

Робин: Повече от безсмислено. В преобладаващата си



част то също е противоречиво, защото подобни хора биват възпирани от "двойна подчиненост".

Джон: Момент. Двойна подчиненост е налице, когато детето получава "двойни послания" от своите родители, нали? Когато родителите налагат на детето две взаимно противоречащи си схващания за начина на поведение.

Робин: В най-общ план – да, само че това не се предприема съзнателно, дори и когато член на семейството – прие м е с л у ч а й н о н е щ о по отношение на друг член. Системата е такава, че всички са заедно в нея; всички реагират по съответен начин заради съответната реакция на останалите към тях. На практика всички живеят доста трудно в такова семейство и изтърпяват доста много.

Джон: Не разбирам две неща. Първо – дали "изтърпяването" е нещо повече от едно объркване, предизвикано от нестабилните граници? Второ – защо тези хора отправят и получават противоречиви послания?

Робин: Добре; не забравяй, че майката има твърде замъглени граници. И едно от първите правила, които установихме, е, че тя вероятно се е оженила за човек със също

толкова замъглени граници.

Джон: Искаш да кажеш, че и двамата родители в известие н с м и с ъ л с а с п р е л и н а р а в н и щ е, н а к о е т о е с а м о т о б е б е?

Робин: Точно така. Разбира се, възможно е да са изградени за прикритието някаква нестабилна фасада, която след известно усилие им позволява да се справят, включително и да подведат другите, но основите под прикритието не са изградени солидно, функционират на емоционален принцип, на бебешко равнище. А не забравяй какво представлява равнището на бебето. Д о к о л к о т о с а м о т о б е б е з н а е, то е всичко, "всемогъщо" е. И не забравяй, че всяка стъпка, която то предприема, за да установи собствените си предели и граници, е болезнена, защото ще трябва да се прости с изначалното си усещане за богоподобно всемогъщество.

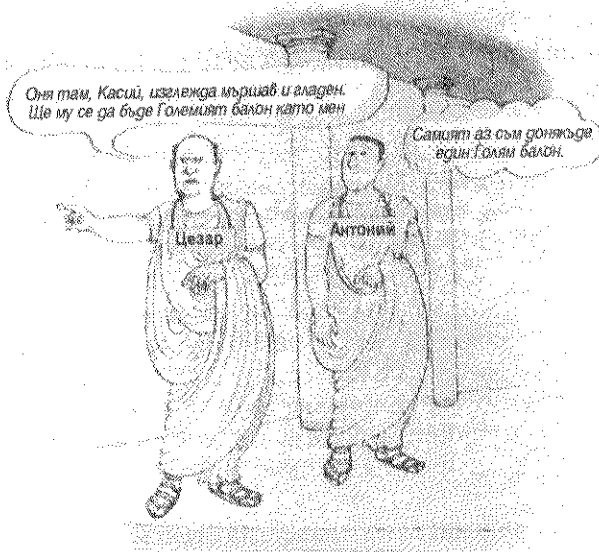
Джон: Следователно в известна степен родителите не са преодолели бебешките чувства на всемогъщество?

Робин: Правилно. Техните граници са замъглени, защото не са успели да се разграничат от своите майки, от своите семейства и все още изпитват подобни чувства! В края на краищата всички те неизбежно се конкурират, за да не се простят с чувството си на всемогъщество. Автоматично, неволно.

Джон: Какво е поведението на такова семейство?

Робин: Представи си кутия и известен брой балони в нея, които някак си могат да бъдат издухани отвън. Балоните представляват членовете на семейството, по-скоро нереалистичните им карти за самите тях, а кутията представлява светът. Е, ако всеки балон – член на семейството, върва, че е всемогъщ, има вероятност да опита да заеме цялата кутия. Но не може да го постигне, ако другите балони не бъдат "изпуснати" до пълното им изчезване. Следователно всички балони, тоест всички членове на семейството, се стремят да направят точно това: да изтрият другите. Следователно се води една безкрайна битка, прекъсвана понякога от периоди на тревожни примирия.

Джон: Ето защо е толкова болезнено... Защо обаче бит-



ката е безкрайна? Защо никой не побеждава?

Робин: Те всички са спрели на това равнище и следователно всички са с ясното съзнание, че не могат да оцелеят сами. Всеки един от тях отчаяно се нуждае от другите. Изправени са пред невъзможната дилема да се нуждаят от обичта на другите и все пак непрестанно се натъкват на опасността да влязат в ужасна битка с тях.

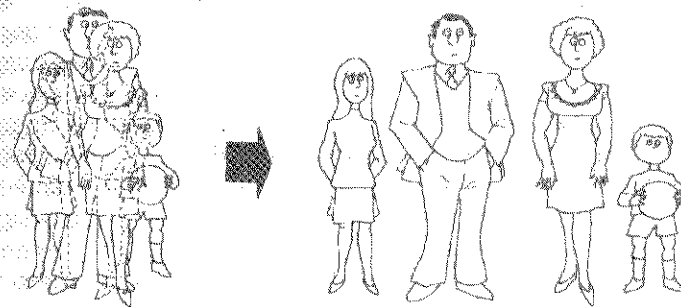
Джон: Ако някой стане твърде голям, той би осъзнал, че се изправя пред опасността да "изтрие" другите, от които зависи.

Робин: Ако се смали прекалено, ще загуби жизнено необходимо чувство за всемогъщество. В каквото и положение да се намират, никога не се чувстват удобно – злочеста и ужасно болезнена ситуация за всички тях. Всъщност би могъл да доловиш далечното ехо от този конфликт във всекидневието, когато хората установяват връзка на бебешко равнище. Да речем, влюбените, които се впускат в бебешки разговор, или възрастните, когато се обръщат към много мънички дечица. "Ще те изям", казваме им ние. С това изразяваме обич и необходимост, но донякъде това

е и един голям балон, който изпълва тяхното пространство и ги "изтрива". Нормалните хора го изричат игриво, на шега, то привнася към обичта малко възбуда, лека тръпка на приятен страх. Но действително разстроените семейства се чувстват неловко близо до положението, че наистина са такива, че дори го вършат. Имат чувството, че ако не са нащрек, емоционалният глад на другите е в състояние да ги глътне, да ги погълне.

Джон: С какво би могъл да помогне психотерапевтът на семейства със замъглени граници?

Робин: В умерения, не толкова мъгляв край на диапазона – с много. Може да им помогне при установяването на по-ясни граници, като бъдат включени в общи сеанси, а в поведението си към тях той е недвусмислен и категоричен. Собственият пример им помага да получат яснота. Необходимо е обаче терапевтът да бъде не само твърд, но и опрделено насърчителен.



Джон: Щом се изяснят границите им, те ще трябва да се справят и със свиването на бебешкото "его".

Робин: Необходимо е да бъдат подкрепяни в този процес. Удивителен е ефектът, ако психотерапевтът установи много ясни граници пред самия себе си, като заяви какво предвижда и какво не, така ще се предпази от манипулации за промяна на своите решения, като същевременно бъде приятелски настроен и окуражаващ.

Джон: А семействата в проблемния край на диапазона?

Робин: В този случай на терапевта е трудно да постигне принципа промяна. В най-общи линии семейството получава подкрепа единствено в моменти на стрес – тези семейства дълго време могат да се справят без някой да рухне, могат да я карат все така дори при стрес, стига да им се окаже подкрепа. Би могло да се помогне на най-уязвимия член, члена с най-замъглените граници, който в края на краищата рухва – могат да му се дадат някои лекарства, приглушаващи свръхтовара от впечатленията, преминали през рехавите граници. Ако няма резултат, може да се наложи поставянето на този човек в защитено положение, извън семейния натиск – примерно в болница или в специална общност, докато впечатленията се наместват, а границите се заздравят.

Джон: Ако се върне в семейството обаче, той може отново да рухне.

Робин: Би могло, при положение че причинителите на стрес в семейството отново се увеличат, а човекът не получи подкрепа. Напоследък обаче беше доказано, че дори ако се намали времето, което някои от тези уязвими индивиди прекарват в контакт с останалите членове на семейството – примерно като се създадат условия да бъдат другаде през деня, значително се намалява и броят на срывовете. Насърчителни резултати дават и провеждани със семействата срещи, при които те биват окуражавани да си отстъпят взаимно повече емоционално пространство – без прекомерна съпричастност, но и без силно деструктивна критика.

Джон: Нека направя опит за кратко обобщение: при положение че получава достатъчно емоционална подкрепа, детето проявява готовност да възприема информация за света и така започва да очертава своите граници. Ако границите на майката обаче са твърде неустойчиви, ако самата тя не е достатъчно обособена личност, тогава и бебето няма да бъде в състояние да се изгради и може да остане на твърде примитивното, недиференцирано равнище със замъглени граници дори когато отрасне.

Робин: Освен ако някоя друга личност не компенсира

липсващия опит за уточняване на границите – с насърчение и без излишен стрес.

Джон: Ако обаче човекът остане на бебешко равнище, в най-лошия случай впоследствие може да бъде диагностициран като шизофреник.

Робин: Да. Поради наследствена предразположеност, поради семейна "мъглявост" или поради и двете едновременно. Не забравяй, че казаното представлява най-общ шрих, мой личен – от птичи поглед – възглед по тема, познанията за която са все още крайно несвързани и пълни с несъвместими мнения. Все пак по някои основни принципи съществува повече съгласие, отколкото доста хора предполагат, и аз се опитвам да ги сглобя по начин, който осмисля моя личен професионален опит и който, изглежда, на практика действа.

Джон: Добре, ако границите на майката са наред, бебето вероятно ще може да дефинира себе си все повече и повече, да подобрява картата, да открива своите граници по отношение на бащата, на своите братя и сестри, а сетне и в по-широкия свят извън семейството.

Робин: Така си го представям. Трябва да ти кажа обаче... И м а още едно препятствие за преодоляване, преди да бъдат уточнени границите.

Джон: Колко наивно е да си въобразявам, че би могло да бъде друго! И как се нарича това препятствие?

Робин: Параноичният начин за справяне със стреса.

Всички ние сме параноици...

Джон: Приключихме ли тогава със замъглените граници? За нова фаза ли става дума?

Робин: Не съвсем. Параноичното поведение не е възможно, ако не съществува т някакви граници, и става възможно само ако границите са все още леко замъглени. Виж, от замъглените граници има известно предимство за бебето. То може да използва тази замъгленост, да използва неуточнеността на своите крайни точки, за да

предпази себе си, когато стресът и болката надхвърлят възможностите му да се справи. Тя е нещо като предпазен клапан, като преливник. Когато болезнените чувства прекалено го разстройват, бебето би могло да се разтовари. Казаното е важно, защото обяснява някои от различията между децата и възрастните, както и поведението, терминологично означено като параноично.

Джон: Параноично в смисъл, при който, да речем, не искаш да отидеш на ръгби мач, защото център-нападателяте се скучват, за да те одумват?

Робин: Да, в този дух. "Манията за преследване", както хората често се изразяват, представлява екстремният случай, клиничната параноя. Във всекидневния живот тя се корени в цяло множество от проблеми, при които да се обвиняват околните е значим, съдействащ фактор.

Джон: Защо това е важно за бебето на този етап?

Робин: Смята се; че на този ранен етап от живота, когато дори "нагъването" на мозъка е далеч от своето завършено състояние, изпитваните от бебето чувства са твърде крайни, тъй като все още не са свързани помежду си в паметта; не са интегрирани, не се балансират помежду си.

Джон: Със сигурност можеш да наблюдаваш тяхната крайност. Няма как и да не я чуеш. Малко са звуците, от които човек настръхва така, както от бебешкия писък.

Робин: Да. Животът е истинско блаженство след храненето и истинска ярост и страдание, когато следващото хранене закъснява. Изглежда, когато яростта и болката са непоносими, на този етап от развитието си бебето има възможност да отмести границата така, че чувствата се изживяват, сякаш са отвън, а не отвътре. Вместо за "мен" те се отнасят "не за мен".

Джон: Задръж. Това ми дойде малко набързо. Твърдиш, че ако съм бебе, мога да отместя моите граници – върху моята мислена карта, – така че отвратителните чувства да се изместят "извън мен", вместо да бъдат част от "мен"?

Робин: Точно така. Възприемай границата по-скоро като подвижните пластмасови конуси, използвани за озна-

чение на свободното платно при ремонт на пътя, а не толкова като установена бариера. Така това, което е "път", и това, което "не е път", може да бъде променяно или – както ев случая с бебето – може да се променя линията между изживяваното като "част от мен" и "част от не мен".

Джон: Следователно в известен смисъл бебето може "да се преструва", че част от него, част от неговите собствени чувства в действителност въобще не е в него.

Робин: Правилно. Ако не може да ги понесе, то може да се отрече от тях.

Джон: И после се чувства по-добре?

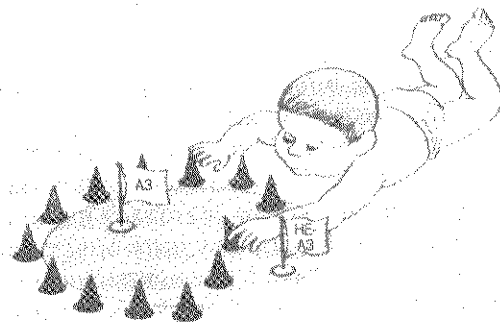
Робин: И да, и не. Нека обясня какво става в последствие. Бебето е изпитвало отвратителните чувства, но сега се преструва, че те не са вътре в него. Разбира се, те обаче не са просто изчезнали. То усеща, че са все още наоколо. Но ако не са вътре в него...

Джон: Би трябвало да стават извън него?

Робин: Именно.

Джон: Това ли се нарича проекция?

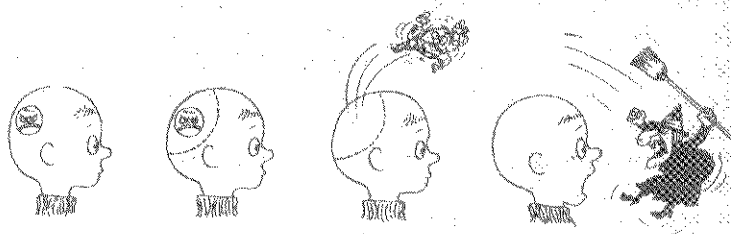
Робин: Да, това е научният термин. Ще обобщя. Бебето проектира, когато изпитва отвратителни чувства, и се преструва, че те не са вътре в него. Преструва се, че разкъс-



ва границата, и оставя болезнените чувства извън себе си. Естествено, болезнените чувства не си отиват, но на бебето сега му изглежда, че идват отвън.

Джон: "Проектирало" ги е върху външния свят?

Робин: Да. Сам по себе си светът вече ще му изглежда по-гневен и по-жесток, отколкото е в действителност. Тъй че, ако питаш дали на бебето му е по-добре..., да, по-добре му е, защото с а м о т о т о не се чувства толкова зле, и не, не му е по-добре; защото светът н а о к' о л о е станал по-опасно място. Разбира се, на този етап светът е повече или по-малко Мама. Затова, вместо когато е гладно и гневно, да изпитва желанието да разкъса и погълне своята майка; бебето "проектира" тези свои чувства върху самата майка. Ето една забавена възтансвка...



Тогава самата майка изглежда на бебето като ужасна вещица, която може да го глътне.

Джон: То не изпитва повече ужасна ярост, а просто е уплашено до смърт.

Робин: От трън, та на глог!

Джон: Предполагам, това обяснява защо детските приказки са така учудващо противни и населени с тълни ужасни жени, зли мащехи, вещици, грозни сестри и така натък. В тях като че ли няма н о р м а л н и майки. Бащите са бледи, негодни същества, които се мотаят на заден план. Единствените добри жени са приказните кръстници, те са съвършени и като Петата кавалерия неизменно пристигат в нужния момент, за да оправят нещата – осигуряват "следващото хранене", както може да се предполага.

Робин: Не забравяй широкия обхват отрицателни чувства към бащата, които се проектират в човекоядци и великани, но там има и крале, принцове и магове, които също оправят нещата.



Джон: Значи тези истории толкова въздействат върху малките деца вече векове наред само защото съответстват на детските фантазии и проекции.

Робин: Да, защото всичко е поляризирано в крайностите на любовта и омразата, точно както е при бебето и почти както е при малките деца. Правилното поставяне на границата между "в мен" и "извън мен", способността да уравниш част от обхваналата те омраза, като си спомняш отминали чувства на обич, представляват продължаващи през детството задачи, които всъщност никога не стигат до окончателен завършек. През целия ни живот, макар и в намаляваща степен, заради екстремните чувства сме принудени да прибегваме до този метод като до предпазен клапан.

Джон: Приказките помагат ли на децата да се справят с този проблем?

Робин: Да, подобни приказки действително ги поощряват да проектират и неуправляемите чувства върху вещици и човекоядци, така че ако историите им са четени от родителите или от някой друг обичан възрастен човек,

децата получават успокоението, че възрастните са в състояние да се справят с такива чувства.

Джон: Ако видят, че родителите им не се страхуват от тези чувства, децата долавят, че и те не бива да се плашат от тях.

Робин: Именно. И колкото по-безопасни им изглеждат чувствата, толкова по-малка е потребността от проектиране. Децата започват "да ги допускат", да ги съдържат в себе си. Кое то означава, че емоциите се съвместяват, следователно се уравновесяват взаимно в по-голяма степен, затова и стават по-малко екстремни. По-малко ще предизвикват страх, все по-малка и по-малка ще става необходимостта да се отхвърлят болезнените чувства, да се прерисува границата, за да бъдат те изведени отвън. Тенденцията към параноя намалява.

Джон: Интересно! Следователно хората, според които децата трябва да бъдат предпазвани от насилието в традиционните приказки, вероятно предават на децата погрешно послание, а именно, че в тези приказки има нещо, което плаши родителите.

Робин: Да. Попадна ли на семейство, в което родителите предпазват децата си от подобни приказки, аз неизменно очаквам да срещна някое доста уплашено дете. Историите помагат на детето да се справи със своето собствено, присъщо на бебето чувство за насилие, при положение обаче, че родителите го обгръщат с опора и обич, а също и че самите те не се плашат от чувствата на насилие и омраза у детето.

Джон: Нека обобщим – на този етап от развитие малкото дете не е в състояние да свързва и уравновесява своите емоции, затова някои чувства го плашат много. Бебето ги проектира и така се чувства по-добре. За сметка на това обаче околният свят става по-страшен.

Робин: Именно. Разбира се, ако бебето получи достатъчно подкрепа и грижа през тази фаза, това ще облекчи болката, яростта, както и изпитваните затруднения. Не ще е необходимо да се преструва, че въпросните емоции са вън от него, за него те стават достатъчно управляеми и то

отново ги владее. Тогава вече бебето може да оправи своите граници.

Джон: Както и щастливо да продължи с картографирането на света. Ясно! Какво обаче става, ако то не е получило достатъчна степен подкрепа и грижа?

Робин: Тогава ще спре и ще се задържи в същата степен на тази фаза.

Джон: Искаш да кажеш, ще продължи да проектира "лошите" чувства. Между другото най-често насилието и ядът ли са тези "лоши" емоции?

Робин: Вероятно за бебето те са най-трудни. Но със съзряването на човека, задържал се на този етап, всяко чувство може да се окаже болезнено и обезпокоително за него – сексът, завистта, ревността, тъгата...

Джон: Каквото и да е то обаче, чувството се проектира върху външния свят, който следователно става твърде враждебно, опасно място. Е, каква е връзката между казаното дотук и параноика, човека с "комплекс за преследване"?

Робин: Ами клиничният параноик е краен вариант на някой, който не е преминал този етап. Навярно тук му е мястото да кажа, че според мен ние в с и ч к и от време на време сме по-мъничко параноици.



Джон: Ще изглежда, сякаш лично се засягам, ако не се съглася с теб, а това би доказало, че съм параноик. Тъй че... Съгласен съм.

Робин: Казвам само, че почти всеки проявява по мъничко параноя от време на време. С други думи, много, много малко хора вобще излизат от този етап. Никога ли не си правил опит например да обвиниш някой друг, когато грешката си е отчасти твоя?

Джон: Но това попада изцяло в рамките на психичното здраве. И на нормалното.

Робин: И на параноичното.

Джон: Добре, какво имаш предвид под "параноично"?

Робин: Винаги, когато изпаднеш в ситуация на несъгласие и конфронтация, без значение колко безобидни са те, и възприемеш позицията на "безпогрешен" – "добър", като същевременно опитваш да си внушиш, че другият е изцяло "виновен" – "лош", това именно е параноичното поведение. Същественото е, че използваш израза "психично здраве", защото параноичното поведение наистина кара човек да се чувства "по-добър".

Джон: По-добър в морален смисъл?

Робин: По-добър във всякакъв смисъл. Виновен е другият, а ти, разбира се, се чувстваш по-добре както морално, така и поради факта, че не трябва да се справяш с притесняващо чувство, каквото е чувството за вина. Затова го правеше и бебето, нали си спомняш! За да се чувства по-добре и по-добро.

Джон: Но за човека отстрани ти изглеждаш по-зле и по-лош, защото не можеш да видиш чуждата гледна точка и не признаваш своите грешки, нито пък правиш компромиси.

Робин: Да.

Джон: Забелязал съм например при шофиране колко много се ядосвам на другите водачи, които не дават навреме мигач, когато завиват. Обаче ако аз пропусна да сигнализирам и някой натисне клаксона, нерядко се улавям, че напълно оправдавам себе си, защото не съм дал мигач, тъй като е било дяволски очевидно, дори за най-големия кре-



тен, какво възнамерявам да направя. Това параноя ли е?

Робин: Да. Разбира се, това не означава, че си клиничен параноик-психопат, тъй като не вземаш много насериозно станалото – пет минути по-късно ти минава и приемаш без проблеми действителността. Но такова поведение е параноично.

Джон: А ако си ударя глезена в малката масичка, изпитам пристъп на гняв... и избягна да призная, че съм направил грешка, а обвиня масичката?

Робин: Пореден пример. Искан ли още примери, спомни си Базил Фолти от телевизионната поредица "Фолти Тауърс", който обвинява останалите и направо му е трудно да повярва колко глупави и невнимателни са всички те, докато за себе си отрежда образа на морално безупречен.

Джон: Предполагам, ако пожелаеш да наблюдаваш групов параноя на показ, трябва да отидеш на футболен мач. Изрита ли техният играч нашия, това е нарочно, но ако нашият изрита техния, водил е борба за топката. Нашият отбор играе твърдо, но честно, техният е съставен от злодеи, а съдията си криви душата.

Робин: Но това е част от забавлението, нали?

Джон: Защо обаче го правим? Има нещо общо с опростяването, не мислиш ли? Както когато слагат черни шапки на "лошите" в уестърните, за да подскажат, че не бива да се тревожим, като ги застрелят.

Робин: С подреждането на всичко в прегледни деления

за "добро" и "лошо" постигаме няколко неща, но преди всичко се чувстваме по-добре. Първо, това ни помага да се усещаме част от "доброто" множество – което успокоява. Второ, можем да поразпуснем за кратко привичните критерии за "правилно" поведение и така да избегнем трудните "мрачни" зони на морални решения, с които обикновено трябва да се преборваме. Трето, изпускаме парата, а именно – освобождаваме се от нашите собствени "лоши" чувства, като ги прехвърляме върху "лошите" хора.

Джон: Искаш да кажеш, освобождаваме се от натрупаните през седмицата затруднения, докато сме се държали "правилно". И ги стоварваме върху "лошите" хора, които ги заслужават, така че не бива да се чувстваме лоши заради стореното.

Робин: Именно. По тази причина, мисля, повечето хора изпитват удоволствие от състезателните игри. Една от поразяващите отлики, отбелязани в изследване за душевното здраве, сочи, че истински здравите хора изпитват удоволствие от състезателните спортове. По-малко здравите, зле приспособените, не изпитват удоволствие. Разбира се, здравите хора знаят, че това е игра, и знаят какво вършат. Те съзнателно настройват духа си на състезателна вълна, сетне, когато играта завърши, "се изключват" и се връщат в нормално състояние. Малко забавление и нищо повече. Прекарвали са приятно. Не го взимат насериозно.

Джон: А тези, които го взимат насериозно? Футболните хулигани, хората, които пишат враждебни писма, за да предизвикат играчите?

Робин: Те попадат някъде между душевно здравите, нормалните хора и клиничните параноици. Те наистина изпитват необходимост да заселват лошите чувства у други хора по същия начин, по който параноичните хора и параноичните семейства изпитват необходимостта да вярват, че външният свят е лош, за да поддържат самите себе си в равновесие.

Джон: Изпитват тази необходимост, защото ще рухнат, ако осъзнаят, че "лошотата" е в тях самите, така ли?

Робин: Да. Колкото повече са "задържани" на това рав-

нище, толкова повече им е потребно да сътворят външния свят лош; та да поддържат у себе си чувството, че са добри. Колкото повече изпитват необходимост да го вършат, толкова по-малко ще бъдат в досег с реалността и толкова по-близо ще бъдат до клиничната параноя или манията за преследване.

Джон: Следователно ако те наистина са "задържани" на това равнище, то е защото като бебета и деца не са го преминали, както са го преминали нормалните хора. Сигурно защото техните родители не са ги обгръщали с достатъчно обич и грижа – вероятно, както може да се предположи, самите родители са се плашили от "лошите" чувства. С други думи, и те са били "задържани" на това равнище.

Робин: Струва ми се, да. Децата не могат да постигнат развитие много над равнището на собствените си родители, във всеки случай не без значително съдействие от външен за семейството източник.

Джон: Следователно човек, който е близо до клиничната параноя, обикновено произхожда от доста параноично семейство. А как функционира подобно семейство?

Робин: Е, както можеш да предположиш; членовете на семейство, в което всички са задържани на това равнище от бебешката възраст с присъщите ѝ подвижни граници, през цялото време ще правят опити да се отърват от "отвратителните чувства".

Джон: Като ги проектират един върху друг.

Робин: Никой обаче не желае да са проектирани върху него и в крайна сметка семейството започва играта "подай ми топката" по отношение на лошите чувства.

Джон: Те поред се проектират върху всеки, който сетне ги стоварва върху някой друг.

Робин: Вместо всеки да осъзнае, че чувствата са си негови, и да се опита да се справи с тях. И тъй като никой не е в състояние да се справи с тях, със своето израстване детето получава посланието, че тези чувства не са "безопасни", и също се присъединява към играта.

Джон: До безкрайност ли се предава "топката"?

Робин: Възможно е да се случи и това. Но ако болезне-

ните чувства в членовете на семейството прехвърлят определен праг – както би могло да стане при тревожно събитие, например смърт или друга голяма загуба, – те биха могли да стигнат до решението, че им е невъзможно да продължат "предаването на топката", и да изберат един член на семейството, когото да обвинят за целия дискомфорт. Наричаме това "нарочване на черната овца".

Джон: Черната овца ли трябва да поеме всички лоши чувства на семейството?

Робин: Да. Може също да се каже, че те прерисуват семейните граници и черната овца остава отвън. Тогавата всеки от семейството е "добър", докато черната овца съсредоточава в себе си цялата лошотия и "причинява неприятности" на семейството. Разбира се, понеже черната овца е толкова "лош" човек, тя предоставя на другите възможността да дадат воля на всички свои лоши чувства с извинението, че грешката за тяхното лошо отношение към нея е изцяло на черната овца.

Джон: Няма ли да рухне черната овца под подобен натиск?

Робин: Не е задължително. Но ако стресът в семейството нарасне, върху черната овца се стоварват все повече и повече болезнени чувства и тя може да свърши в болницата.

Джон: Случи ли се това... Трудно е да помогнеш на черната овца, ако не убедиш цялото семейство да поеме обратното стоварените върху нея лоши чувства.

Робин: Точно така. В това е проблемът! За съжаление обаче много специалисти, които не са наясно какво точно става – това се случва дори и днес, – възприемат семейното изискване за изключване на черната овца от семейството и като "лечение". С други думи, те се съгласяват с роднините, че черната овца е "пациент" и трябва да бъде преместена в психиатрия.

Джон: Тоест отнасят се с черната овца, сякаш е наистина виновна. На практика взимат страната на семейството. И така, черната овца я няма – а какво става със семейството?

Робин: Е, може да се почувстват малко по-добре за-

кратко. Сетне, разбира се, старият модел е възстановен, всички отново започват да изпитват лошите чувства, но – най-неприятното – черната овца не е наоколо, за да бъде обвинявана!

Джон: И после?

Робин: Възможно е в този момент да направят опит да върнат черната овца.

Джон: За да получат възможността отново да стоварват лошите си чувства върху нея?

Робин: Да.

Джон: Но така те се заблуждават... И ли може би дори, предполагам, опитват се да стоварят лошите чувства върху друг член на семейството.

Робин: След известен период от време нередко и това се случва. Често съм го наблюдавал в семейства, където решават въпроса с "проблемното дете", служило им за гъба, поемаща проблемите на цялото семейство, като го изпращат в интернат. Впоследствие някой друг поема ролята на семейната гъба.

Джон: Ако наистина имаш възможността да помогнеш на такова семейство, като му разясниш какво причинява на черната овца, а също и че трябва да оттегли лошите си чувства от нея, нужно е вероятно цялото семейство да присъства в клиниката.

Робин: Често представлява истинска трудност да ги събереш заедно! Родителите идват, но се съпротивяват срещу присъствието на децата – обикновено искат да доведат само черната овца.

Джон: Защо?

Робин: Както видяхме, разделянето на "лошите" от "добрите" чувства е същественото в механизма на параноичното поведение. Едните да не заразят другите. И родителите искат да държат "доброто", щастливото дете или деца далеч от преизпълненото с лошотия дете...

Джон: За да не развали "гнилата ябълка" останалите плодове.

Робин: Така го схващат. Мисля, дълбоко в себе си долавят, че това някак си ще развали историята. Ако обаче им

го намекинеш; ще бъдат шокирани, а и съм сигурен, че не го осъзнават. Нещо повече – всички са съпричастни. Нали разбираш, черната овца неизменно в някаква степен е доброволец.

Джон: Шегуваш се!

Робин: Не, повечето семейни психотерапевти ще го потвърдят. Разбира се, черната овца е тласкана към тази своя роля от останалите; но тя задължително знае, че помага по някакъв начин на семейството, като "опира пешкира". Когато човек е още твърде малък, обикновено би предпочел да има родители, които поне са заедно, за да се грижат за него, и не са толкова клети, угнетени и отчуждени, докато го вършат, вместо да има родители, готови да се разкъсат на парчета, да стигнат до самоубийство дори или да го изоставят.

Джон: Но детето не би могло да си дава сметка за това.

Робин: Е, с една дума, детето започва да забелязва, че нещата вървят към стабилност, когато е приемало то да е "лошото".

Джон: И тъй, детето приема ролята, за да помогне на семейството, като става... семейното кошче за отпадъци. Което, мисля – по-перверзен начин – означава поне, че получава много внимание..

Робин: Правилно. Естествено, детето също долавя, че играе важна роля в семейството.

Джон: Удивително! Искаш да кажеш, черната овца усеща, че е потребна?

Робин: Да. Потребна е на семейството, докато приема да играе ролята на кошче за отпадъци, и така по един налудничав начин получава сигурност.

Джон: Следователно ако предстои да лекуваш подобно семейство, трябва да ги събереш всички заедно и да не взимаш ничия страна.

Робин: Включително и страната на черната овца. Не бива да взимаш ничия страна, защото така би се присъединил към "обвиняването", би се присъединил към параноичното поведение. Тъкмо затова смятам, че идеите на Р. Д. Ланг и Жудър са нанесли сума ти поражения. Естествено е

от емоционална гледна точка да вземеш страната на черната овца, но психотерапевтите трябва да го избягват, тъй като е безполезно. Изразената единствено за черната овца подкрепа предизвиква у семейството повече безпокойство, повече параноя, още по-голяма неспособност да съдържат своите лоши чувства, а следователно и по-голяма вероятност да ги стоварват още по-упорито върху черната овца, когато се завърнат у дома. Трябва да лекуваш семейството като система, без да обвиняваш никого. По причини, които ще станат очевидни, трябва да създадеш у тях чувството, че всички са подкрепяни, за да ограничиш използването на обвиненията като предпазен клапан.



Джон: Ясно, да обобщим. Някъде преди да навърши шест месеца, бебето преминава през параноична фаза, което означава, че се освобождава от "лошите" чувства, като ги проектира върху външния свят. Което не решава кой знае колко проблемите му, защото светът наоколо започва да изглежда по-отвратителен, отколкото е. Независимо от това обаче бебето успява да коригира своите граници и

да схване истински реалността, при положение че получи необходимата подкрепа, тъй като така чувствата стават по-малко отвратителни, а следователно и по-поносими и "подвластни". Тъй бебето излиза от параноичната фаза, освен ако семейството не е заседнало в нея. В този случай всички започват да играят на "подай ми топката" с лошите чувства на всеки един от тях, докато в даден момент не ги стоварят върху определен член от семейството – черната овца, която от своя страна ги приема, за да помогне на останалите.

Много малко от нас обаче се освобождават напълно от своята предразположеност към параноя, затова и в най-нормалните семейства подложеното на особен стрес лице може да прояви за известно време умерена параноя, като изрича фрази от рода на "трейшката не е моя, вие сте изцяло виновни". Решаващото различие обаче иде от факта, че въпросният човек скоро ще възстанови своите граници и ще осъзнае станалото като временно отклонение, докато клиничният случай може никога да не изплува от своя параноичен свят или въобще да не достигне състояние, в което да види правилно реалния свят.

Разпознаване на Мама...

Джон: И така, при положение че е получило подходящата обич и грижа, на каква възраст ще излезе бебето от параноичната фаза? На шест месеца?

Робин: Някъде там. Разбира се, процесът е постепенен, без внезапна промяна.

Джон: Какъв е следващият урок, който то трябва да научи?

Робин: Характерно за параноичната фаза е, че сетивата на бебето и емоциите не са свързани помежду си и съответно не са обединени и уравновесени.

Джон: Чувствата стоят отделени.

Робин: Не само чувствата. Приблизително до петмесечната възраст например майката по всяка вероятност

все още представлява несвързани помежду си гърди, глас, очи, ръце, лице и така нататък.

Джон: Бебето обаче я разпознава и отпреди.

Робин: О, да. Опитвам се да нахвърля в общи линии най-различни сведения, но повечето специалисти биха се съгласили, че между майката и бебето се установява ясно определен социален контакт след около месец или някъде там – например когато бебето разпознава майчиния глас; някъде около третия месец реакцията на бебето към майката е по-силна, отколкото спрямо други хора; а около петия месец майката е ясно разпознавана.



Джон: А сетне?

Робин: През следващите шест месеца от живота си бебето започва да съчленява различните части – лицето, гърдите, ръцете, за да създаде човек.

Джон: Но ако то започва да схваща своята майка като едно цяло, вероятно изпитва същото и по отношение на себе си?

Робин: Да, то изпитва по-определено усещане за своята собствена цялост. Не е така подвластно на своите крайни емоции. Все още се ужасява, когато изпитва глад или е оставено да плаче, но не се страхува чак толкова, ако си спом-

ни – макар и съвсем бегло в началото – колко щастливо е било последния път при хранене и ако долови, че твърде вероятно е това да му се случи отново.

Джон: Чувствата започват да се свързват и уравновесяват, което води след себе си до вероятност за повече самоконтрол.

Робин: Правилно. Да се върнем на осъзнаването на майката от страна на бебето. Докато подрежда физическите части, бебето започва да осъзнава, че майката, която идва и го храни, която му доставя толкова щастие, е... същият човек, който понякога отсъства, който съзнателно го оставя да плаче и така му причинява много болка.

Джон: Искаш да кажеш, че преди този момент то е имало две отделни майки в своето съзнание? Едната – добра, вълшебница, другата – зла, подобна на вещица?

Робин: Така изглежда. След шестмесечна възраст двете изцяло противоположни фигури започват да се сливат в съзнанието на бебето в едно.

Джон: А и неговите изцяло противоположни, крайни чувства за двете фигури би трябвало също да се съвместяват. Което, най-малкото, е доста притеснително.

Робин: И болезнено. Много е трудно, когато откриваш, че мразиш човека, когото обичаш.

Джон: Особено в период, когато си изцяло за в и с и м от този човек.

Робин: Всичко обаче има и своята положителна страна. А именно началото на нов вид любов – началото на загриженост, на онази породена от обич тревога дали всичко е наред с човека, който е близо до теб.

Джон: Обратното на така наречената користна любов, при която се интересуваш от някого само заради това, което можеш да получиш от него.

Робин: Да. Бебето прави първа крачка към уменията да изпитва по-зряла, от в е т н а обич, при която хората се грижат един за друг, защото другият човек не им е безразличен. Хората, които не достигнат този етап, се отнасят към околните като към гръд за сучене или като към шишета за пресушаване до дъно. Наркоманите и пропадналите

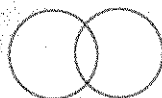
алкохолици процедурат така – спрели са на равнището на шестмесечно бебе; такива са и шизофрениците, които се отнасят към другите само като към предмети, като към несвързани помежду си части – гласове, устни, тела, умове, гърди, гениталии. Естествено човек не изпитва същата загриженост към гърдите на майката, както към една истинска, жива, цяла майка.

Джон: И тъй, бебето разполага вече с по-добра карта на света, вижда себе си и майка си като отделни цялости. На лице е вероятността да изпита истинска загриженост за друго човешко същество. Цената за това е в съвместяването на много конфликтующи емоции, съществували разделено у бебето в параноичната фаза. Което вероятно го плаши, особено когато открие, че изпитва омраза към своята майка, към съществото, което обича и от което е зависимо.

Робин: Един друг аспект на това, което става, го плаши още повече. В момента, в който бебето започне да схваща себе си и своята майка като цялости, то започва да осъзнава своята отделеност от мама. Дотогава двамата отчасти са се застъпвали.

Джон: Искаш да кажеш, че докато чертае върху мислената карта линия около себе си и своята майка, бебето постепенно започва да схваща, че между двамата има линия.

Робин: Да, очертаването на линия определя едновременно и онова, което е вътре, и онова, което е вън. Несигурността на бебето нараства и то все повече осъзнава своята отделеност – когато границите са се застъпвали, то положително се е чувствало по-сигурно. Разбирайки, че майката е нещо отделно, бебето долавя и възможността да я загуби – да загуби хвърленото му спасително въже. В това е и цялата същност на тази следваща фаза, в прехода от



към



Джон: С осъзнаването, че си нещо отделно от своята животоподдържаща система, а следователно че можеш и да я загубиш, вероятно ти настръхват косите. Колко дълго продължава този процес на разделяне?

Робин: През цялото детство, в известен смисъл през целия ни живот, особено в мига, когато застанем лице в лице със смъртта. Но що се отнася до малкото дете, най-трудната част от този процес на разделяне започва от шест месеца до около тригодишна възраст. Тогава детето изпитва най-голям страх от възможността да изгуби своята майка, изпитва най-голяма необходимост от потвърждение, че тя няма да изчезне.

Джон: Внезапно или постепенно се появява у бебето страхът от осъзнаването, че е отделен човек?

Робин: Скоро след като прехвърли границата на шестте месеца, започва твърде бързо да схваща, че майката е нещо отделно. Тогава страхът достига високо равнище, което впоследствие постепенно намалява. През периода от шест месеца до тригодишна възраст детето е безкрайно уязвимо при всяка продължителна раздяла с майката. И тъкмо заради това, защото вече разпознава своята майка, "зависимото поведение" е много силно проявено.

Джон: Какво става, ако през този период настъпи дълга раздяла?

Робин: Някои британски специалисти – Джон Боулби, Джеймс и Джойс Робъртсън – са наблюдавали отделени от своите семейства деца и са описали три стадия, през които преминава детето, докато трае раздялата във времето. Те наричат първия стадий "протестен" – страдание, гневен плач, дирене, опит да се открие майката и да бъде върната обратно. Интересно е, че с дете, което на този етап отново се събере с майка си, обикновено известно време доста трудно се общува. Сякаш то наказва майка си, че е заминала. Щом се освободи от тези чувства, детето се връща към нормалното си състояние. Възвръща си увереността, макар че дълго време може да остане чувствително към всяка друга раздяла в бъдеще.

Джон: Наказание за майката, а? Интересно! Наблюда-

вал съм го при разменени роли. Когато детето се е изгубило и майката го открие, тя често му се отплаща с един страхотен пердах, за да го накаже за причинените ѝ страхове.

Робин: Прав си. Лесно забравяме, че зависимото поведение се отнася и до двете страни, че страхът от раздялата действа и в двете посоки.

Джон: И тъй, какво установяват Боулби и семейство Робъртсън, ако раздялата продължи по-дълго?

Робин: Детето може да премине в стадия, известен като отчаяние. Става твърде тихо, затворено в себе си, нещастно и апатично. Преставя да играе, като че ли губи интерес към всичко. Преди подобно поведение да получи своето вярно обяснение, болничният персонал смяташе, че детето е престанало да се тревожи, че се е успокоило. Всъщност обаче детето се страхува, че майката никога няма да се завърне. Доста повече време му е необходимо, когато си иде у дома, за да преодолее преживяното. Още повече се привързва към майка си. Загубило е увереност и дух, известно време може да изпадне в депресия. Преди да започне да се възстановява, обикновено минава по обратния път – през протестния стадий, през период на "трудно" поведение. Възможно е да изглежда странно, но последното е до бърз знак.

Джон: Сякаш трябва да възвърне малко от своята увереност, преди да набере смелост да изрази своя гняв.

Робин: И третият, най-сериозен стадий – откъсването. Ако след стадия на отчаяние майката все още отсъства, детето сякаш се съвзема. Оживява се, изглежда като надмогнало нещастieto, отново започва да играе и да общува с околните. Някога лекарите в болниците смятаха, че е възвърнало нормалното си състояние. Днес знаем, че възстановяването е привидно, с цената на убитата обич към майката.

Джон: Трябва да убие обичта, за да е в състояние да застане лице в лице със загубата. Загубата на мама не е толкова страшна, ако не я обичаш.

Робин: Именно. Ако детето и майката се съберат след стадия на откъсване, възможно е това да се окаже драма за

цялото семейство. Възможно е детето да изглежда твърде променено, да изглежда незадълбочено и емоционално резервирано. Причината се крие в умрялата, или по-скоро в "дълбоко замразената" обич към майката. Това е най-трудният за лекуване стадий.

Джон: Но да предположим, че се намери подходящ заместител за майката, на който може да се разчита?

Робин: Въпреки всичко детето временно може да премине през първия или втория стадий съответно на протест и на отчаяние, но третият, най-лошият стадий по принцип ще бъде избягнат.

Джон: Наистина звучи тревожно.

Робин: Проблемът беше сериозен. За щастие сега, когато е известно как се развиват нещата, болниците улесняват родителите да посещават по-често малките деца или дори да остават при тях, тъй че до двата последни стадия се стига много по-рядко.

Джон: Защо детето не е уязвимо преди шестмесечна възраст?

Робин: Ами не забравяй, че преди да е навършило пет или шест месеца, детето не схваща напълно своята майка като цялостна личност. Някои майки изпитват тревога от това, но факт е, че през този период без особени поражения може да бъде въведена заместваща майка, тъй като детето все още не е напълно наясно с разликата.

Джон: Това обяснява нещо, което едва сега разбирам: защо наемането на бавачка и кърмачка за бебето, което е разпростирано в Англия от векове, не е довело до никакви ужасни поражения върху децата. Та значи ти твърдиш, че в края на периода, за който говорим, детето не се влияе така сериозно от продължителната раздяла. Защо?

Робин: След две и половина – тригодишна възраст детето е донякъде в състояние да съхрани жив спомена за своята майка и всъщност носи цялото семейство в своето съзнание. Дори ако близките му не могат да бъдат с него, то знае, че те са живи и ще бъде отново заедно с тях.

Джон: Нека се върнем към това, което каза по-рано. Попитах какво става при липсата на майчина емоционал-

на подкрепа за детето и ти разясни наблюденията на Боулиби и семейство Робъртсън. Но каза и нещо друго. Във всеки случай подразбра се, че майката може да е там, но независимо от това да не е в състояние да даде на детето потребната... как да го нарека?

Робин: Наречи го както искаш – грижа, подкрепа, родителска обич...

Джон: Сериозно, всички майки желаят да обичат своите деца, нали?

Робин: Сигурен съм, че го желаят.

Джон: Тогава защо се получава така... как да се изразя... майчината обич на едни да не е така... ефективна, както на други?

Робин: Любопитно е, че се поколеба. Защото навлизаме в много деликатна област, която се свежда до емоциите. От една страна, хората реагират твърде спонтанно, когато доловят, че майката не се отнася добре със своето дете. Сред най-големите оскъргблени в нашия речник е да наречеш една жена лоша майка. От друга страна, малцина освен майката си дават сметка за огромните изисквания, които детето стоварва върху нея, а тя често трябва да се справя без достатъчно емоционална подкрепа. Същ е с т в у в а т жени, които не са в състояние да дадат на детето толкова любов – в смисъл на емоционален контакт, – колкото му е необходимо. Не мога да не подчертая дебело обаче, че би било ужасна грешка, ако виним за това майката.

Джон: По-рано ти посочи като причина, че тя не може да се откъдести емоционално със своето бебе, тъй като нейните собствени преживявания от бебешка възраст са били болезнени. Което означава, че нейната майка не е успяла да се настрои към нея.

Робин: А също и майката на майката й, поколение след поколение назад. Нарича се циклична депривация. Спомняш си Харлоу и неговия експеримент с малките маймуни.

Джон: Предпочитаха косматата пред телената фигура и така нататък.

Робин: Да. Е, Харлоу демонстрира тази циклична деп-

ривация много ясно. Бебетата маймуни, отгледани отделно от своите майки, когато отрасли, се оказали непригодни за майчинство. Обикновено те или пренебрегвали своите малки и не си правели труда да ги хранят, изтиквали ги при опит да се гушнат, или – в най-лошия вариант – направо ги нападали, тъй че животът на малките бил в опасност и трябвало да ги преместят другаде.

Джон: А дали онези, с косматата фигура, са се оказали с малко по-добра майчина интуиция в сравнение с другите, които са имали телена фигура или са били напълно изолирани?

Робин: Резултатите дават положителен отговор, а ако маймуната, отрасла без майка, е имала поне партньори в игрите, нейните умения да гледа своето бебе нарастват значително.

Джон: Ясно, но спри за момент, идва ми много. Нека обобщя. Говорехме за промяната. Прекомерната промяна, извършена за кратко време, е в състояние да ни обърка. Говорихме какво е необходимо, за да се справим с промяната – предпазване от стреса, за да си починем, вдъхване на увереност и емоционална подкрепа. Сетне отбелязахме колко много стрес се стоварва върху родителите на новороденото, после разгледахме удивителната скорост на промените, които самото бебе претърпява – по тази причина то се нуждае от защита и обич. Нали така? Защитата и обичта по принцип идат от майката и природата е развила инстинктивен механизъм на поведение, наречен зависимо поведение. Детето и майката стоят близо един до друг. Въпросът не е само във физическото оцеляване – така детето черпи обич от своята майка и набира сила да израсне, мъничко по мъничко става по-уверено и по-независимо. Какво следваше?

Робин: Сетне видяхме, че малкото на човека не става напълно зависимо от определен човек, докато не навърши пет-шест месеца – тогава, когато може да идентифицира и разпознава своята майка с доста голяма сигурност.

Джон: Докато при животните това зависимо поведение действа много по-рано.

Робин: Да. Помниш ли Конрад Лоренц и неговите гъски? Открил, че те се присламчват, прикрепят се към първото движещо се същество, попаднало пред очите им.

Джон: Да, и първото нещо, което едно люпило гъсета съзряло след вътрешните стени на черупките на яйцата, бил самият Лоренц, тъй че те го приели за своя майка.

Робин: А помниш ли, очите на някакво друго попаднали върху огромен жълт балон. И гъсето, предполагам, го е следвало, докато балонът не се спукал.

Джон: Сигурно е ужасно страшно да видиш как твоята майка се пръска на парчета. Вероятно някъде в Германия пребивава една необичайно отчуждена гъска. Както и да е... От шестмесечна възраст до около две или три години нормалното дете е много, много силно зависимо от своята майка и ако през това време майката бъде отделена от детето и то не получи о г р о м н а компенсиреща подкрепа, вероятно ще изживее много труден период. Ако раздялата е н а и с т и н а продължителна – както при постъпване в болница, – детето преминава през три стадия, които Боулби описва като протест, отчаяние и откъсване. Ти също подчерта, че дори майката да е през цялото време с детето, възможно е да възникне проблем, ако самата тя не е в състояние да постигне пълен контакт с него, а именно – не може да постигне емпатия, като се върне към чувствата от своята бебешка възраст и от детството, защото спомените и оттогава са болезнени. Детето ще долови това и ще усети, че някак си не е напълно обичано, макар да получава всичко. Но да отправяш обвинения към майката е глупаво, тъй като вероятно самата тя е имала трудно детство. Не можеш да обвиняваш и бабата заради прабабата и така натаък.

Робин: Да, остави обвиненията на политиците.

Джон: Сега искам да науча повече за това, което нарече депривация, за ощетяването.

Грижа за малкото дете вътре в теб...

Робин: Какво изпитваш лично ти, когато започнеш да се чувстваш оцетен?

Джон: Когато попадна под специфичен стрес?

Робин: Да.

Джон: Най-напред забелязвам, че някои мускули се стягат, особено около раменете и врата. По-точно раменете ми се надигат към ушите. Челюстните мускули се обтягат, също и мускулите около слепоочието и челото.

Робин: А психически?

Джон: Негодувам. Усещането е сякаш давам много, а не получавам нищо в замяна. Ставам раздражителен, макар да го поприкривам. Но приглушеното негодуване някак избива. Все едно се оплаквам безсловесно. После започва да ме обзема лека параноя – по някакъв начин светът се надига срещу мен, хората предявяват неправомерни изисквания. Знам, че това е абсурдно, но разумът ми не изглежда в състояние да заръча на емоциите да се овладеят. На практика започвам да се чувствам, както вероятно Базил Фолти се е чувствал всекидневно. Мразя самия себе си в такива състояния.

Робин: Изпитваш ли желание да крещиш?

Джон: Сега не, но преди пет години щях да отвърна утвърдително. Знаеш ли... Знаеш ли, изведнъж ми се стори, че чувството е такова, все едно носиш гневно малкото дете в себе си. Странно ли ти звучи?

Робин: Не, смятам, че този род състояния са доста обичайни, макар хората да не ги описват толкова ясно. Заинтригуван съм обаче от употребения израз "дете вътре в себе си". Според някои възгледи в сички ние носим едно малко дете вътре в себе си. Когато нещата вървят нормално, то е задрямало. Но под стрес започва да крещи. И ако ние не се грижим за него, не го обгръщаме с грижовност, а и не привлечем и други да обгърнат с грижовност и него, и нас самите... можем да свършим в болницата. Рухваме. Липсата на емоционална загриженост може да предизвика именно такива сериозни физически последствия.

Джон: Каза "всички ние". Убеден ли си, че всеки носи по едно малко дете в себе си?

Робин: Разбира се. Когато четох за пръв път Боулби, помислих, че се е вманиачил на тема майчина грижа. Но колкото повече натрупвах опит, толкова повече се уверявах, че е прав.

Джон: Следователно някои хора носят в себе си голямо, а други – малко дете.

Робин: Нека добавя, че някои от тези деца са по-злочестити от други.



Джон: А истински суровите мъже? Носят ли въобще дете в себе си?

Робин: Е, провеждал съм психотерапевтични беседи с всякакви хора и никога не съм срещнал някой, който да не носи дете в себе си.

Джон: И дори детето вътре в нас да е много, много кротко, въпреки всичко, бъде ли подложено на стрес над определено равнище, то ще започне да крещи.

Робин: Всъщност ако разгледаме какво влагаме в израза "суров мъж", ще стане много ясно. Ако имаме предвид обръгналите мъжаги, те се опитват да се преструват, че не носят никакво дете вътре в себе си. Съответно не полагат

грижи за такова дете. Затова тези типове нямат какво "да дадат" на другите хора и обикновено са с лош нрав. Те издържат донякъде на стрес, сетне изведнъж рухват. Истински суровият човек признава малкото дете вътре в себе си и знае как да полага грижи за него. Такива бяха хората, които устояваха на гестапо и в същото време успяваха да подкрепят колегите си и да се грижат за тях.

Джон: Техниката за провеждане на разпитите донякъде разчита на провокирането на малкото дете вътре в нас, нали? Прилага се максимум стрес, а се отнема всякаква възможност за емоционална подкрепа.

Робин: Оставят съзнателно затворниците да загубят представа за времето, нахлузват им даже качулки, подлагат ги на безсмислен шум и те не могат да свържат себе си с външния свят – отнет им е дори този източник на подкрепа.

Джон: Изразът "полагам грижи за себе си" е твърде показателен, нали? Суровият мъж е човек, който полага грижи за себе си. Майките полагат грижи за теб. Следователно уменията да полага майчини грижи за себе си прави човека суров и независим.

Робин: Правилно. Такива хора съумяват да дадат на самите себе си това, от което се нуждаят. Тези, които успяват постоянно да го вършат като нещо естествено, изглеждат силни и независими.

Джон: Детето у тях е постоянно доволно. Нека се върнем към майката и нейното малко дете. Или по-скоро към нейните деца – истинското и онова вътре в нея. Вероятно тя трябва да полага грижи и за двете?

Робин: Точно така. Например един факт, който може да те изненада – "добрите" майки, тези, които са били обгърнати с повече грижи, с по-щастливото детство, вероятно ще спрат кърменето в по-ранна възраст и бебето ще премине на изкуствено хранене.

Джон: Защо?

Робин: За да могат да попрехвърлят бебето на околните. Съпругът ще свърши част от работата. Някой друг ще погледа бебето, докато тя е навън замалко!

Джон: Нима твърдиш, че духовно здравите майки, които са получили повече грижи, дават по-малко на бебето?

Робин: Нищо подобно. Същината е в това, че те знаят кога да спрат. С други думи, знаят кога им е необходимо да сторят нещо за себе си. Понякога продължават да кърмят дори година, че и повече.

Джон: Защо?

Робин: Изпитват удоволствие. Получават много от кърменето. Става дума за едно и също нещо. Могат да дават сами на себе си, да се грижат за себе си. Когато са с бебето, те съумяват да изпитат удоволствие от пълното посвещаване на цялото си внимание. Ако съумяваш да обичаш себе си, това се пренася и върху другите хора, не е ли тъй?

Джон: Това твърдят и будистите. Имах един приятел, който изпитваше необходимостта да развие уменията си да дава повече на другите хора, затова посети един организиран от будисти уикенд под наслов "Любеща добрина". През цялото време му показвали как да бъде по-любещ и по-добър към себе си. За будистите това е отправната точка. И така, добрата майка съумява да изпита наслада, когато отдава цялото си внимание на своето малко дете, защото тя полага грижи и за малкото дете вътре в нея.

Робин: Правилно. Не ми звучи добре обаче изразът "добрата майка". Големият педиатър и психоаналитик Уиникът предпочиташе израза "достатъчно добрата" майка. На практика, ако някоя майка е перфектна, ако не и зменно се появява в момента, когато бебето се нуждае от нея, и неизменно му дава тъкмо това, което то иска, тя би създала, както видяхме, проблеми за бебето.

Джон: Постоянно замъглени граници.

Робин: Следователно тук не говорим за перфектната, 24-каратова майчина грижа, достойна за златен олимпийски медал. Говорим за майките, които обгръщат своите малки деца с много внимание, ноне непрекъснато говорим за "достатъчно добрата" майчина грижа.

Джон: Кажете сега за онези, които не са в състояние да го постигнат, за "ошетените".

Робин: За онези, които сами не са получавали обич? Е, трудно им е да дадат на когото и да е бебето за гледане. Смятат, че това е погрешно. Прекарват с бебето почти цялото време. Много им е трудно обаче, дори за кратки периоди, да отдадат цялото си внимание на детето. По принцип умът им е винаги някъде другаде, трудно им е да се настроят на вълната на детето, защото не се настройват на вълната вътре в себе си. И естествено, чувстват се ужасно. Собственото им малко дете, онова вътре в тях, ще крещи за внимание, защото прекарват толкова дълго време с бебето, но те нямат никаква представа как да дадат необходимото на себе си.

Робин: И, разбира се, те се чувстват неспособни да се справят.

Джон: О, да! Долавят, че по някакъв начин се провалят, макар да вършат всичко, което им дойде на ум, всъщност, както изглежда, вършат повече от "достатъчно добрите" майки, чиито бебета се развиват прекрасно. Естествено, убедени са, че всички наоколо се справят отлично, единствено те не успяват.

Джон: Но ако се вгледат в себе си...?

Робин: Там е цялата работа, не се вглеждат.

Джон: Къде тогава мислят, че е грешката?

Робин: По принцип признават единствено, че имат много трудни бебета. И техните бебета наистина са трудни, държат ги будни, често имат колики, плачат много.

Джон: Като малките деца вътре в тях.

Робин: Именно. Малкото дете в тях плаче, защото е напълно пренебрегнато. Това, което тези майки причиняват на себе си, е като затръшването на врата пред едно истинско бебе, за да не се чува плачът му, вместо човек да го вземе и успокои. Тъй че бебето, което плаче вън, в детското креватче, е огледален образ на "разплаканото вътре" малко дете. Бебето е нещастно и напрегнато, защото и майката е нещастна и напрегната.

Джон: Удивително, това ни връща точно към първия голям урок от началото на тази книга – не "трудните" емоции предизвикват проблема, а не признаването, че

притежаваш тези "трудни" емоции. Не ги признаваш, защото твоето семейство ги е намирало за неудобни, което от своя страна те е карало да ги поставиш зад жалюзите. В случая каква е емоцията? Чувстваш се ошетен, нещастен... С други думи, едно ревливо бебе е добре скрито зад жалюзите. Следователно начинът да се справиш с проблема, да освободиш човека от чувството за ошетеност е като покажеш малкото дете наяве, където можеш да го видиш, да го разпознаеш и да положиш някакви грижи за него.

Робин: Добре, а помниш ли какво обикновено пречи това да стане?

Джон: Усещането за неодобрение в семейството. Ако семейството не одобрява емоцията – първоначалната причина, поради която е натикана зад жалюзите, – винаги, когато се опиташ да я извадиш наяве, дори години по-късно, изпитваш същите неодобрителни чувства.

Робин: И понеже си бил млад и зависим, когато това е ставало, тези чувства са дълбоко, дълбоко вкоренени. Тъй че не е лесно да се излекуваш.

Джон: Наистина не е, имам личен спомен. Като момче от добро частно училище изглеждах в собствените си очи доста независим и твърде издръжлив, но преди всичко е върхнормален. Определено не се нуждаех от никаква обич и глупава сантименталност, развил бях у себе си доста удобното презрение към всеки, който наглед сякаш се нуждаеше от майчина грижа. Едва след като попаднах в твоята група, на тридесет и пет годишна възраст, започнах да разбирам колко много се нуждаех от топлота и обич, както и колко ми е трудно да го покажа.

Робин: Какво изпитваше, когато правеше усилия да поможеш за топлота и обич?

Джон: Срам. И неспособност да се справя. В крайна сметка бях си създал представа, че съм... "мъжествен", и първото ми очакване бе, че хората ще ме презрат, ако споделя своята потребност от обич.

Открих у себе си и чувството, че "нямам право" да моля за обич. Впоследствие направих удивителното откритие, че ако наистина покажех на дадена жена нуждата да бъда

обичан, тя ме харесваше тъкмо за това! Вместо, както мисля – подсъзнателно бях приел, да ме изхвърли през вратата заради моята уязвимост! Все пак още много време ми бе нужно, преди наистина да го повярвам.



Робин: Е, периодът на "нагаждане" е бил твърде дълъг, не е изненадващо, че ти е трябвало много време, за да преобърнеш на 180 градуса отношението си. От този род са и чувствата, които затрудняват майките да приемат малкото дете зад жалюзите, след като веднъж са го поставили там – срам, чувство, че не могат да се справят, мисълта, че нямам право да помолят. Пред тях не стои проблемът да демонстрират мъжественост, но те се тревожат не по-малко да не изглеждат отново "като бебета". И това ги затруднява да постигнат хармония със собствените си потребности, макар всички да имат такива потребности.

Джон: Почакай, Робин. Да предположим, че са прави. Не искам да кажа, че са прави, като си внушават, че нямат потребности. Да речем, прави са в предположението, че няма да намерят край себе си обич. Ако около теб няма обич; вероятно е по-добре, по-безопасно е да стоиш на разстояние и да не поемаш рисковете да събудиш болезне-

ните чувства, след като не ще получиш необходимата подкрепа, за да се справиш с тях.

Робин: Е, в моя опит да оказвам помощ на хората, които мислят по този начин, винаги е имало много възможности за подкрепа.

Джон: Но сигурно има хора, за които това не се отнася.

Робин: Нека се опитам да те убедя в обратното.

Източници на подкрепа...

Джон: Убеден си, че ако потърсят грижа и обич, хората почти винаги могат да ги получат.

Робин: Да, ако самите те престанат да ги отблъскват. Собственото им отношение пречи да получат обич. Точно както "малкото дете" у тях е затворено зад плътно спуснатите жалози, те също отправят сигнали – посредством израза на лицето, движенията, стойката, – които подсказват на другите да стоят на разстояние.

Джон: Сякаш изпращат послания, че нямат малко дете зад жалюзите. За да бъдат сигурни, че никой не би се отнесъл с тях така, както ако имаха.

Робин: Разбира се обаче, те не осъзнават, че го вършат. Внушават страх, изглеждат малко свирепи, та бихме се почувствали почти глупаци, ако им предложим насърчение и топлота.

Джон: Спомням си за едно момиче, дошло в групата, което се заяждаше с всички на първите три срещи. Личеше си, че изпитва удоволствие да дразни хората. А когато другите отвръщаха на нейната агресия, това ѝ харесваше още повече. После, някъде на третата среща, изведнъж ти преобрегна гневните ѝ сигнали и поговори с нея може би само за минутка с много топлота, с много насърчение и обич. За всеобщо удивление тя избухна в сълзи и плака в продължение на близо десет минути. Следващата седмица се появи почти лъчезарна.

Робин: Така е. Конфронтациите, които е обичала да създава, просто са представлявали начин да държи хората

на разстояние от своето чувство за несигурност.

Джон: Примерът е добър и за механизма, по който действа груповата терапия. Хората често са склонни да мислят, че тя представлява ужасно скучен процес на интелектуален анализ. Всъщност анализът е съвсем малка част от нея.

Робин: Да, психотерапевтът се опитва да изчака момента, когато пациентът ще бъде в състояние да се справи със създаващото му проблеми чувство, сетне постепенно го посвещава, помага му да се изправи лице в лице с него. И, както ти каза, много малко е общото със словесния анализ. Голяма част от положителното въздействие дори на аналитичната психотерапия е близка до моделирането. Доколкото психоаналитикът се държи по естествен, открит начин и приема доброжелателно чувствата на пациента, това отрицва хората да сторят същото, дори без сами да разбират механизма.

Джон: Да се върнем към лабилните майки. Твърдиш, че ще се появи обич, ако те излъчат верните сигнали. Лабилните майки обаче произхождат от емоционално ошетенни семейства, така че техните родители, братя и сестри ще имат подобни проблеми. Вероятно е още майката да се е омъжила за човек, "заседнал" на същия стадий. Навярно част от техните приятели ще бъдат също такива хора.

Робин: Съществуват обаче много други хора, съседи и така нататък, които могат да окажат подкрепа. И дори всички те да са "заседнали" на въпросния стадий, не забравяй един важен източник. Любопитно е да видиш как с появата на деца в семейството тъкмо те често дават на родителите потребната им обич.

Джон: Децата?

Робин: Определено!

Джон: Със сигурност това не винаги е добре за децата.

Робин: Защо не? Поне докато дават открито, свободно. По природа децата са много щедри, те изпитват удоволствие да дават обич на своите родители, стига родителите да приемат. Освен това ако майката и бащата не проявяват собственически чувства или ревност, децата биха получи-

ли обич от много други източници – от роднини, съседи, приятели, в училище – и в някои отношения може да се окажат по-зрели от своите родители. С други думи, ще притежават нещо за даване. И ще изпитват удоволствие да дават. Нещо повече – в играта с разменени роли самите деца се учат как да бъдат по-късно родители и как да се грижат за другите.

Джон: Следователно наистина си убеден, че около всеки съществуват достатъчно източници на подкрепа, стига той да отправя верните сигнали?

Робин: Да. Взemi за пример бащата на новородено бебе. Чувства се изолиран, нали? От него очакват да подкрепя много майката, докато в същото време той получава малко от нея в замяна, не получава на практика много и от близостта с бебето. Изпитва необходимост "да се захрани" от други източници – от семейството, където е израсъл, от колеги, приятели, да се облегне малко на тях, докато държи спасителното въже за съпругата и детето си. Ако помоли за малко помощ, обикновено я получава. Така са устроени хората.

Джон: Добре. И тъй, ако ранните години на един човек не са протекли нормално, той би могъл все пак да натрупа много от положителния опит, за да компенсира, при положение че осъзнава необходимостта и отправя верните сигнали. Трябва обаче да сме подготвени да се справим с някои доста затрудняващи емоции – срама и подозрението, че ако хората видят истинската ни същност, ще ни отхвърлят заради нашата неспособност да се справяме.

Робин: Не искам прекалено да наблягам на тези неприятни чувства. Някои хора може да са съвсем наясно, че се нуждаят от известна обич и внимание от време на време, трябва само да осъзнаят, че са им потребни 20 процент а по-вече, отколкото взимат. Осъзнаването на такава потребност би било твърде лесно за тях. Съществуват и други, при които зад жалюзите са поставени много повече неща, освен едно мъничко дете. Но и за тях би могло да не се окаже трудно. Например Пру споделя за ръководената от нея група, че емоционално ошетените майки често виждат как

жените, които се справят добре, също имат проблеми със своите деца, а и свои лични нужди, но виждат също, че тези жени не се колебаят да признаят проблемите си и да задоволят нуждите си. Това освобождава по-страхливите да се отпуснат и да станат по-естествени. Не трябва повече да се преструват, че всичко е безупречно, а открият ли се веднъж и поискат ли помощ, хората сякаш автоматично се раздвигват, за да им съдействат.

Джон: Е, казаното е доста окуражително. Сега обаче искам да попитам за наистина тежките случаи на депривация. Мисля си за факти, от които всички потръпваме, например за малтретираните бебета. Какво ще кажеш?

Тежка депривация....

Робин: Когато изучаваме семейства с малтретиран деца, отново сме свидетели на циклична депривация. Родители, които малтретират своите бебета, обикновено като малки сами са били ужасно пренебрегвани, заплашвани са със страховити наказания или пък дори са били малтретирани от своите собствени родители. Доста поучително би било да се вгледаме в някои от останалите заключения, до които е достигнал Харлоу при проучването на емоционално ощетените маймунки. Както споменах, когато маймунките без майка отрасли и имали свои собствени деца, те проявявали по-често умение да се грижат за тях, ако навремето им е била предоставяна възможността да играят с други малки маймунки или изглежда дори ако само им е била предоставяна космата майка, в която да се гушкат, докато са бебета.

Джон: Това е било достатъчно, за да им помогне при установяването на контакт?

Робин: По-изненадващо дори! Някои от най-ощетените в емоционално отношение маймуни, които отхвърляли и наранявали своите първи рожби (в един или два отделни случая дори са ги убивали), при второ или трето бебе рядко били в състояние да се грижат за тях, най-малкото поне криво-ляво.

Джон: Какво ги е променило?

Робин: Харлоу смята, че първите им рожби са ги променили.

Джон: Онези, с които са се отнасяли толкова зле.

Робин: Да, защото самите бебета непрестанно полагали огромни усилия да се гушкат и да обичат своята майка, независимо колко били наказвани и отблъсквани. Тъй че, без да искат, майките получили обич от своите първи деца. А това изглежда е било достатъчно за началото на промяна у тях.

Джон: Е, с какво може да се помогне на най-трудните случаи сред хората?

Робин: Колкото и да е чудно, но най-ощетените емоционално родители в края на краищата проявяват голяма отзивчивост. Ужасно трудно е обаче да се добереш до същността им, да ги докоснеш, да започнеш.

Джон: Добре, с какво започваш при хора, които имат особено нуждаещо се лабилно малко дете зад жалюзите? С какво можеш да помогнеш, за да осъзнаят те присъствието му?

Робин: Трябва да намериш тактичен начин за излагане на проблемите, които ще им помогне да приемат подкрепата, без да е необходимо внезапно да се изправят пред факта, че така отчаяно се нуждаят от нея. Един от възможните подходи е да се държиш приятелски и да ги похвалиш за работата, която се опитват да свършат като родители.

Джон: Какво? Дори ако са родители на малтретирани бебета?

Робин: Да, дори тогава. Дори при тези случаи можеш да кажеш: "Давам си сметка с какво усилие вие двамата се опитвате да отгледате правилно своето дете." Което всъщност е самата истина. Намеренията им неизменно са добри, макар че употребата на сила и наказанието са единственият познат им подход. Вместо да ги укоряваш, което само ще влоши положението, предлагаш да им окажеш помощ в намирането на по-добър подход, а можеш и да им покажеш по-добър подход чрез начина, по който се отнасяш към тях самият ти. При други, не така сериозни

случай можеш да бъдеш по-директен. При един от първите случаи в моята практика, когато лекувах цялото семейство, проблемът и з г л е ж д а ш е, че е дъщерята, но тя просто се оказа черната овца. Скоро стана ясно, че тя е "жеру-вен козел" за проблемите на цялото семейство. Историята бе следната – дъщерята създавала тревоги на своите родители от две години до четиринадесетгодишна възраст, когато я изпратиха при мен; самата майка на практика много пъти постъпвала закратко в психиатрични клиники и правила няколко опита за самоубийство. След четири сеанса семейна терапия майката съумя да признае дълбокия си копнеж за любов и обич. Щом стана това, дъщерята спря да се държи лошо и се оказа човекът, който даде на майката любов, каквато тя никога не бе имала. Не се наложи повече майката да постъпва в болница.

Джон: И всичко е станало, защото си помогнал да застанат очи в очи със своите незадоволени нужди.

Робин: Да, майката призна съществуването на малкото разплакано дете зад жалюзите и с наше насърчение съумя да остави другите в семейството да се погрижат за нея.

Джон: Но е бил необходим психотерапевт.

Робин: Да, но случаят бе м н о г о сериозен, продължил бе повече от дванадесет години, включваше няколко опита за самоубийство от страна на майката. При голямото мнозинство от хора обаче, които човек обикновено среща, достатъчно е да кажеш, че всеки би могъл да помогне всекиму, при положение че всички признаят своята потребност от обич и подкрепа. Ако можеше да заставим всяко семейство в тази страна да помисли десет минути върху това, убеден съм, че в рамките на три седмици щастливите семейства ще бъдат много повече.

Джон: Още един, последен въпрос, който искам да задам. Говорихме за емоционална подкрепа, обич, грижа, любов, внимание, говорихме за всичко, освен за тайнствената съставка X. Докторе, какво е това любов?

Разширени зависимости...

Робин: Какво, мислиш, е любовта?

Джон: Казано по-прегледно... Ами... От гледна точка на емоционалната подкрепа любовта неизбежно има нещо общо с физическия акт на докосването. Пипане, галене, прегръщане, всичко, което наричат нежности. Ако си в стрес, тези неща те карат да се чувстваш по-добре, по-отпуснат, създават ти усещане за вътрешен покой. Сякаш ти помагат да погледнеш нещата в перспектива. Любовта обаче е нещо много повече. Ако изпитвам някаква лека тревога и просто поседя да си поговоря с човек, когото харесвам и на когото имам доверие, като че ли самото негово присъствие ме успокоява и ме кара да се чувствам по-добре. Дори да няма физически контакт, дори човекът, с когото разговарям, да не е в състояние на практика да ми даде съвет или някакво смислено утешение. Изглежда има значение самото присъствие на човек с вътрешен покой. Спомням си, че Кьостлер разказва за индианци, които се стекли на тълпи в някакво село, за да чуят една от своите големи религиозни личности. В началото Кьостлер се изненадал, че на пръв поглед индианците сякаш не слушали



много човека. Поглеждали го само от време на време и продължавали да се занимават с бебетата си, които водели със себе си. Изведнъж Кьостлер осъзнал, че те просто получават нещо от присъствието на този гуру, а не от съдържанието на казаното.

Робин: Не долавяш ли обаче, че това е в духа на заключението, до което стигнахме – за физическия комфорт? Спомни си, че когато ме попита какво е според мен любовта и какво получават малките маймунки от "косматата майка", постигнахме съгласие, че това има нещо общо с удобството, тишината и краткия покой, които ни дават възможност да улегнем, да се стабилизираме и организираме след някаква тревожна промяна. Дават ни възможност "да въведем ред в себе си", "да се стегнем", "да се съберем", след като сме се "разпаднали на съставните си части". Доколкото изпитваме нужда, зависи от големината на стреса. Помисли, когато сме под голямо напрежение, може да ни е необходима някаква превключваща на по-високо равнище промяна, която да ни свърже с по-голяма система. Когато бебето е под напрежение, то трябва "да се захрани" от майката с увереност, стабилност и подкрепа. Майката може да изпита необходимост "да се захрани" от бащата, бащата – от своите родители, от службата си и така нататък. Сдруги думи, когато стресът е прекалено голям за отделния човек, може да му е необходимо да въвлече цяла група, за да се справи с промяната. Колкото по-голяма е промяната, толкова по-голяма би могла да бъде необходимата група.

Джон: Нашата зависимост се разширява.

Робин: Правилно. За раничката върху коляното може да са достатъчни лейкопласт и прегръдка от мама; нещо по-сериозно би наложило да намине докторът; ако раната е твърде голяма и докторът не се справи, той може да изпрати детето в болницата.

Джон: Предполагам, че ако "се хранява" от най-голямата от всички системи... Ами тогава говорим за някакво религиозно чувство, за някаква свързаност с Бог.

Робин: Е, да речем, човек най-малкото "се хранява" от чувството, че Вселената е подредена и че всичко, което

става, има смисъл и целесъобразност. Въпреки злищата, която вероятно се случва в този момент, човек все пак усеща, че Вселената поначало си е "в ред".

Джон: Във връзка с това аз непрестанно се изненадвам от невероятно благотворния ефект на медитацията.

Робин: Струва ми се – по същата причина. Всички, които смятат, че по някакъв начин "се захранват" от осмиелена космическа система, в крайна сметка достигат по-голям психологически баланс и стабилност, независимо дали приемат или не присъствието на божествена фигура пред контролното табло. Много хора изпитват благотворното усещане; че са "включени" в нещо по-машабно, дори да не са религиозни в смисъла на религиозната практика.

Джон: Винаги ме е плашила енергията на великите викторианци. Сигурно защото много от тях са били дълбоко вярващи. Те сякаш са умеели да се приспособяват към бедите и са се изправяли на крака неочаквано бързо.

Робин: Струва ми се, споменах преди за проучването върху здравите семейства, извършено от "Тимбърлон" в Далас. Едно от най-интригуващите открития се свежда до това, че здравите семейства сякаш се присъединяват към трансцендентална стойностна система, към нещо отвъд тях самите. Убеден съм, фактът, че "се захранват" по този начин – от най-голямата от всички възможни системи; – им помага да достигнат такава забележителна психологическа стабилност и гъвкавост. Винаги съм се удивявал от начина, по който толкова много пациенти, стига наистина да имат полза от психотерапията, проявяват интерес към смисъла и целта на живота.

Джон: Всичко си дойде на мястото, нали? Започнахме разговора с причинения от промяната стрес; впоследствие обсъдихме значението на зависимото поведение – на уменията на бебето понякога да се свърже стопроцентово със своята майка, за да се справи със собствените си огромни промени; и приключихме с откритието, че най-здравите семейства – онези, които умеят да се справят с промените – имат обща характеристика – зависят от някаква трансцендентна вяра.

Робин: Настъпи моментът да сменим темата.

Размисъл впоследствие: параноя и политика

Джон: Знаеш ли, откакто ми разясни параноята и механизма на проектиране, откривам сякаш все повече и повече примери около себе си.

Робин: Все повече и повече хора заговорничат срещу теб зад гърба ти, нещо от тоя род ли?

Джон: Благодаря, че си толкова схватлив, докторе! Вещност не. Поне все още не. Ти определи всеки случай, когато се уловим да мислим, че ние сме се държали безукорно при дадена ситуация и другите хора са изцяло виновни за евентуално възникналите проблеми, като параноя – не в смисъла, че ние непременно сме клинични параноици, а четък м о такава мисъл е параноична.

Робин: Да, ако разделим нашите чувства на "добри" и "лоши" или на любов и омраза, а сетне проектираме неприятните чувства върху някой друг или върху някоя друга група хора, това е параноичен начин на действие.

Джон: Не вреди обаче, ако го вършим отново и отново, на футболен мач например?

Робин: Не, просто това ни дава възможност за изпуснем парата, да се отморим, да се почувстваме част от своето съсловие.

Джон: Нормалните хора накрая просто се освобождават от тези чувства.

Робин: Да, в края на играта просто ги "изгасят". Малко забавление, това е всичко.

Джон: Но истинският параноик продължава.

Робин: Да, потребно му е постоянно да заселва лошите чувства в другите хора.

Джон: Ако хвърлим поглед към политиката, където личното оправдаване и обвиняването на другите е изведено до равнището на изцяло изкуство, ще станем свидетели на твърде много параноични прояви, нали?

Робин: Според мен обикновените, психически здрави личности се впускат в политически спорове по същия на-

чин, по който играят или гледат футбол. Могат да се разгневят, когато спорят с хора с различни от техните политически възгледи, но сетне забравят враждебността и отново ги възприемат като човешки същества. С други думи, според мен повечето хора знаят дълбоко в себе си, че политиката е вид игра, предизвикване на конфликт между групи хора въз основа на определени, взаимнодоговорени правила.

Джон: Ако погледнем водещата английска политика, партийното насъскване и гневът на партиите една срещу друга по време на дебати или при избори се оказват стопроцентово полезни, тъй като впоследствие хората се освобождават от тези чувства и разговарят приятелски.

Робин: Да. В крайна сметка политиката е изкуство на възможното, нали? Хората нямат напълно еднакви възгледи, тъй че е необходимо взаимно да уважават различията, както и да постигат при възможност разумен компромис.

Джон: Но това е трудно за истинските екстремисти, нали? Те не съумяват да видят в своите политически опоненти хора, които по една случайност поддържат различно мнение. Наистина гледат на тях като на лоши хора.

Робин: Виж, хора от тоя род изпитват потребност да използват своите политически опоненти като кофи за боклук, като място, където могат да изхвърлят оная своя същност, която не им допада. Точно както е с черната овца в нездравото семейство. За да не полудеят, потребно им е да мразят своите опоненти.

Джон: Искаш да кажеш, когато мразят, те държат жалюзите спуснати и не виждат своите собствени грешки?

Робин: Правилно. Усиленото ангажиране с политика обикновено е начин да изведеш извън себе си болезнени лични конфликти, да се отчуждиш от тях.

Джон: Какво би станало, ако започнат да се вслушват повече във възгледите на своите опоненти?

Робин: Определено би могло да се окаже опасно за тях, защото тогава ще се изправят лице в лице със своите собствени недостатъци и слабости. Жалюзите може леко да се повдигнат и тогава тези хора ще съзрат у себе си ужасните

неща, които приписват на противната страна. Възникне ли подобна опасност, те бързо създават ситуация, която налага произнасянето на подстрекателска реч с обвинения към друг и те, че желаят реки от кръв и диктатура в страната – с това предотвратяват за още кратко време своя личен срив или поне го намаляват в достатъчно управляеми пропорции, за да мине за нормалност в Камарата на общините.

Джон: Искаш да кажеш, не могат да се справят с недостатъците, които вероятно виждат у себе си?

Робин: Да. Предпазват своята лабилна нормалност, като обвиняват другите.

Джон: Навярно по тази причина екстремистите проявяват такава политическа активност. Потребно им е! Ако напуснат сцената и идат някъде да се забавляват, може да полудеят. Политическата борба ги запазва нормални.

Робин: Същност много е трудно да лекуваш някой с фундаменталистки политически възгледи, освен просто да облекчиш симптомите с лекарства. То е като параноя, фактически то е параноя, на вид пригодена да пасва добре на политическата сцена, тъй че хората не разбират истинската ѝ същност. Но ако някой го осъзнае чрез психотерапията, крачката напред е огромна. Една пациентка-чужденка от моя психотерапевтична група, която принадлежеше към левите фундаменталисти в своята родина и която се съпротивяваше на всеки опит да премисли тази част от свой живот, неотдавна се завърна от почивка и изглеждаше направо чудесно – изпълнена с живот и увереност. Всички го забелязаха и ѝ го казаха. Тя сподели как у дома си дала сметка, че нейната привързаност към комунизма е начин да се справи с болезнените чувства, които изпитвала към своята майка, и със самото осъзнаване на факта внезапно се освободила и от двете.

Джон: Доколко това е повлияло върху нейните политически възгледи?

Робин: Политическата ѝ ориентация не се промени, но сега тя вече разговаря за своите възгледи, без да изпитва

страх от несъгласието на другите. Умее да слуша, докато преди бе напълно невъзприемчива и непреклонна. И още нещо любопитно – когато я попитах дали сега ще бъде повече или по-малко полезна за своята политическа кауза, тя незабавно отвърна: "Повече!" Убеден съм, че е права, тъй като сега, когато не е тъй обладана от психологическите си потребности, тя проявява повече реализъм и практицизъм. Ще бъде в състояние да създава съюзи, да прави компромиси, за да договаря обща стратегия.

Джон: Смешното при наистина крайните политически групировки е тяхната невъзможност да се разберат помежду си. Вечно се разцепват, сформират отделни групи, които след време от своя страна също се разцепват. Много се забавлявахме с това в "Животът на Брайън" от Монти Пайтън. Наскоро огледах политическата сцена и изготвих следния списък с партии от крайно лявото до крайно дясното: В червения край са Комунистическата партия на Великобритания (марксисти-ленинисти), Нова комунистическа партия, Авангардна група, Социалистическа работническа партия (троцкисти), Социалистическа партия на Великобритания (марксисти), Интернационална марксистка група, Революционна младеж, Работническа революционна партия (троцкисти), Революционна комунистическа партия, Лига на спартакистите (троцкисти), Комунистическа работническа организация, Големият пламък (бивши маоисти), Чартисти, Революционна марксистка тенденция, Работническа партия, Институт за работнически контрол, Антинацистката лига, Международна комунистическа лига, Революционна работническа партия, Социалистическа работническа революционна партия, Група на работническата сила (троцкисти), Работническа борба, Работническа лига, Революционна комунистическа партия на Британия (марксисти-ленинисти, силно проалбански настроени), Комунистическа партия на Англия, Асоциация на работниците комунисти, Социалистически съюз на интернационалистите, Комунистическо работническо движение, Младежка комунистическа лига на Великобритания, Солидарност за социална революция, Рево-

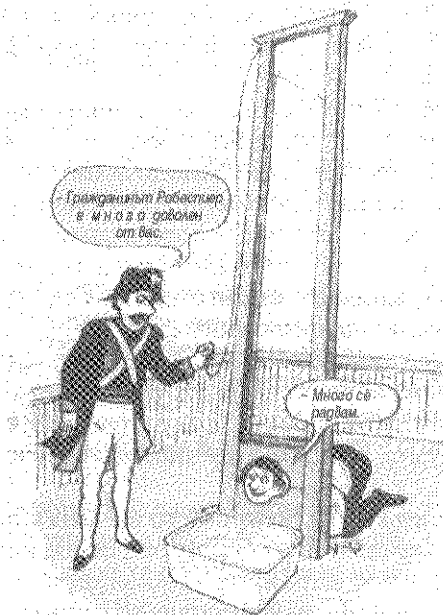
люционна, комунистическа лига на Британия (маоисти), Народна демокрация (марксисти-ленинисти), Световна революция, Алтернативен социализъм, Млади социалисти, Борческа тенденция, Работническа социалистическа лига, Революционно марксистко течение (троцкисти), Лига за социалистическо действие, Марксистки работник (троцкисти), Революционна комунистическа тенденция (троцкисти), Революционна социалистическа лига (троцкисти); Социалисти интернационалисти и Независимата лейбъристка партия. А в синия край, пълен със свастики и различни символи от нордическата митология, се намират Националният фронт, Британското движение, Британска национална партия, Национална партия за реорганизация, Колоната 88, Лигата на Сейнт Джордж, Северната лига, Лондонски комитет на единистите, Викингска младеж, SS Уотън 18, Бригада "Единадесети час", Група от командоси "Адолф Хитлер", Желязна гвардия, Бригада "Дирлвангер", Британска лига за права, Организация за самозащита, Организация за избор, Асоциация за контрол на имиграцията и Общество за съхранение на расата.

Робин: Не пропусна ли някого?

Джон: Вероятно. Те се разцепват толкова бързо, че практически е невъзможно да засечеш последния резултат. Сякаш наблюдаваш клетъчна дейност под микроскоп. Все още обаче наистина не мога да разбера защо се делят толкова често, нито защо се атакуват помежду си повече, отколкото атакуват своите "действителни противници" от противоположния край на политическия спектър. Защо, за Бога, е всичко това?

Робин: Струва ми се, че принципът е различен от този, за който говорихме досега. Параноикът се опитва да раздели доброто от лошото, като изнася всичко лошо извън себе си, а именно очертава границите по-близо, стеснява ги, за да изключи чувствата, които не може да понесе. Но човекът, който действа параноично, поне има някакви граници и е в състояние да понесе признанието, че на света съществуват и други хора. Тъй човек, чието поведение в някаква степен е на това равнище, би могъл да се изявява приемливо, ако се присъедини към политическа партия,

отстояваща позициите и чувствата, които той харесва у себе си, при положение че съществува друга партия, определено по-различна от онази, към която се е присъединил, и отстояваща множеството от нещата, които той не може да понесе в своята собствена личност. Той ще може да подкрепя своите, да мрази отсрещните и ще се чувства наистина добре. Подобен начин на съществуване ще му допадне изцяло и ще го предпази от уронване на личността. Естествено, той няма да е в състояние "да зарови томаха вката", когато напрежението от конкретен спор е отминало, както повечето нормални членове на своята партия, тъй като не може да си позволи да забрави враждебността към противоположния лагер. Но поне ще се разбира сносно със своята собствена компания, докато е налице враг, който трябва да бъде мразен.



Джон: Следователно той би могъл да се нагоди към една от големите политически партии?

Робин: Да. Ако обаче необходимостта от параноична

самоотбрана е наистина прекомерна, ако този човек дори е сериозно заплашен да се плъзне назад към стадия на семейна замъгленост, при положение че не положи извънредни усилия, той ще започне да върши същото по отношение на с в о и т е. И неговото чувство за божествено всемогъщие, ролята му на големия, надут до пръсване в кутията балон, ще бъде застрашавано от съществуването на к о й т о и да е друг човек, освен ако възгледите на другия не изглеждат толкова идентични с неговите собствени; та той да не го схваща на практика като различен. Но понеже хората по принцип са поне малко различни един от други това различие рано или късно изплува на повърхността; партията ще се разцепва непрестанно на части, защото всеки човек се стреми да поддържа чувството на чистота и съвършенство. Така че отделните части или ще бъдат прогонвани от партията, или сами ще напускат, за да сформират нова партия, която н а и с т и н а отстоява чистата, неопетнена истина.

Джон: Действително е така! Истинските екстремисти се гордеят много с чистотата на своите убеждения.

Робин: Да. Естествено, няма нищо лошо в желанието да се усъвършенстваш, ако си реалист. Но в момента, в който се опитаеш да убедиш другите, а дори и самия себе си, че си по-чист, отколкото си наистина, това означава, че започваш да затъмняваш онези страни от своята същност, които не отговарят на претенциите ти.

Джон: Един път поставени зад жалюзите, тези страни се проектират върху други хора или групи.

Робин: И ако ти си човекът, който го прави, това естествено те кара да се чувстваш по-чист, по-безупречен – заkratko!

Джон: Точно както по времето на Инквизицията са мислели, че получават знак свише от Господ и правят добра услуга на Христос, като изгарят живи хора.

Робин: Май повечето от тях съвсем сериозно са вярвали, че го вършат за доброто на самите жертви. Съвсем съзнателно инквизиторите са изпитвали чувството, че спасяват инквизираните от съдба, по-лоша от смъртта, а също и

че спасяват света от ужасното зло, което според тях жертвите са носели у себе си. Според необявения дневен ред обаче всъщност целта е била инквизиторите да затъмнят същото зло у себе си – да го отрекат, да го проектират у своите жертви и да се освободят от него, като ги унищожат.

Джон: Това наистина ги е карало да се чувстват по-добре за известно време.

Робин: Да, вържи лудия, да е мирно селото.

Джон: Без съмнение затова са се мъчели да измъкват чрез изтезания признание от своите жертви: писмено доказателство, че инквизиторът е наистина добро момче, което си върши работата. Това му е създавало чувството, че е по-добър за едно по-дълго време.

Робин: Вероятно. Затвърждавало е увереността му в неговата мисия, разсейвало е и най-малките следи на съмнение. Вдъхвало е увереност, че лошото е наистина о т в ъ н, не вътре в инквизиторите, а в техните жертви. Едно самопризнание на жертвите е било много успокояващо.

Джон: Вероятно същото се отнася и за лова на вещици в Англия през седемнадесети век. Тъй като пуританите приемали сексуалните чувства като греховни, те ги затъмнявали и ги проектирали върху други хора – върху горките "вещици".

Робин: Точно така. И ако самите те имали непристойни сексуални мисли, могли да обвинят вещиците, че са ги заселили в съзнанието им.

Джон: Затова ги изгаряли. Практикували го, докато нещата се поутоложили малко и непристойните мисли станали допустими. По времето на Реставрацията следват сума ти мръсни комедии и повече не се е налагало да се горят вещици.

Робин: Всичко иде да покаже колко опасно може да стане, ако се опитваме да бъдем прекалено д о б р и. Някой друг се оказва в положението да бъде лош.

Джон: Защо обаче когато се подаваме на подобен параноичен начин на мислене и поведение, придобиваме чувството, че сме толкова добри? Разбирам, усещаме се по-добри, защото сме се отървали от лошите чувства. Но има

още нещо, нали? След като си проектирал лошите чувства на сигурно място у други хора, ти наистина можеш да проявиш несправедливост спрямо тях, тъй като твоето поведение получава пълно оправдание поради това колко лоши са те. Вече наистина можеш да излееш навън всички свои непристойни, жестоки, завистливи, отрицателни чувства, като се отнасяш зле с "лошите". Ефектът е двоен, нали?

Робин: Така е. Забележи също, че в този процес се създава един от порочните психологически кръгове, който обяснява защо човешките същества проявяват подобна коварна жестокост едно към друго. Оправданията на мъчителя за поведението му към жертвата нямат значение, самият факт, че я измъчва или изгаря жива, го излага на опасност да долови удоволствието, което получава от това – с други думи, да долови собствената си "лошота". Следователно проектирането трябва да ескалира, трябва да се създава още по-лош образ на жертвата, който оправдава повече жестокост, която от своя страна отново повишава опасността мъчителят да види себе си, своята истинска същност, и така нататък. Вместо да изпитва някаква милост, колкото повече наблюдава страданието на жертвата, толкова повече мъчителят се принуждава да бъде поужасен, по-яростен и по-жесток. Порочният кръг на жестокост, вина, проекция на вината върху жертвата, сетне още по-голяма жестокост се усилва от взаимните уверения на мъчителите, че са на верен път. Ако един от тях започне да изпитва съмнения дали жестокостта е правилна и необходима, този човек ще заплаши душевното спокойствие на всички останали. Най-напред ще се опитат да го убедят и подкрепят в "доброто дело", но ако той продължи да се колебае, ще се обърнат срещу него и също ще го изправят на кладата. Този принцип действа и в обикновения живот. В политиката например всеки може да получи невероятно чувство на успокоение от взаимната подкрепа в групата, докато членовете се съсредоточават върху някакъв враг. Необходимостта да се бориш срещу врага създава обща цел, при която осъзнатата ти зависимост от другите и на другите от теб поражда усещането за по-голяма сплотеност.

Джон: Наблюдаваме това на партийните конференции, нали? Всички седят, изглеждат доста мрачни, сетне става да се изкаже някой, обзет от вдъхновение, и изрича: "Ония другите са наистина най-ужасната пасмина негодяи, и ай-лявата (или най-дясната) пасмина, която се е подвизавала в нашата велика страна, би било истинска катастрофа, ако дойдат на власт (или ако продължат да са на власт), затова ни е трябва да вземем властта (или да не предаваме властта), борбата обаче ще бъде голяма, страховита борба, не бива да се отпускате и разливявате, нито да се забавлявате, трябва да се борим и да се сражаваме, да се сражаваме и да се борим, да се борим докрай." Сетне си сяда на място и сред залата настъпва чудно затопляне и възбуда, сякаш са им поднесли чай с кифли, всички изглеждат отпуснати, щастливи и радостни. Просто излъчват задоволство и добра воля. Ако им бе казал: "Непременно трябва да прекараме страховито времето си, да се забавляваме много и да бъдем добри един към друг", вероятно щяха да го линчуват. Е, защо тези шумни призови за борба, борба и отново борба неизменно отпускат околните и ги правят много по-мили?

Робин: По същата причина. Ораторът "отцепва" яростта, отстранява "лошите" чувства от топлотата и любовта и изцяло ги насочва към враждебната партия. Добрите чувства остават "неразредени", а следователно и по-позитивни. Разбира се, така предизвиканото уютно затопляне не може да продължи, защото не е реалистично, след известно време положително би забелязал, че и хората от твоя лагер също имат недостатъци. Създава се обаче временна отсрочка за необходимостта да срещнеш очи в очи реалността: че в себе и добър, и лош, включително и ти самият. Това е една по-сложна, по-зряла преценка, която може да се окаже леко отрезвяваща, почти потискаща. Всички ние се погаждаме по-добре, когато налице е враг, който трябва да бъде мразен –ето защо хората, преживели последната война, си спомнят за някаква извънредна топлина и приятелство в ония години, чудят се къде са отишли в мирните времена.

Джон: Чувал съм, че тогава е имало по-малко случаи на клинична депресия.

Робин: Съществуват доказателства в подкрепа на подобно твърдение. Такъв параноичен начин на действие често се проявява в широк мащаб, когато някакви потискащи събития засегнат цялото общество. Помниш ли например индустриалния конфликт в Грънуик през 1977 година?

Джон: Продължи седмици наред. Огромен брой стачни постове, блъсканици и сбивания пред вратите, кадри при всяка емисия на телевизионните новини, всеки, който и да е, се включи в протеста. Общественото въображение бе действително завладяно, нали?

Робин: Степента на обществения интерес обаче в нито един момент не бе оправдана от мащаба или важността на конфликта. Не можах да разбера защо такива огромни маси хора бяха така емоционално ангажирани, докато не усетих как самият аз пожелах да се присъединя и също да хвърля няколко тухли. Сетне забелязах, че внезапно, докато ме владееше тази мисъл, се почувствах по-весел и оживен, а само малко преди това бях унил и мрачен. Осъзнах, че конфликтът в Грънуик бе фокусирал вниманието точно в мига, когато някои събития ни заставяха да погледнем в упор ужасното състояние на британската икономика – факта, че оттогава насетне всички ние щяхме да ставаме победни. Спомням си, този факт често ме потискаше, но възбудата около Грънуик и представата, че ще се присъединя към борбата, неизменно повдигаха настроението ми, инжектираха адреналин.

Джон: В края на краищата целият интерес и възбуждане стихнаха, макар нищо да не се промени. Ето механизма на действие! Жизненият стандарт на всички спада, защото светът се променя по начин, който не можем да възпреем – всички обедняваме. Но ако се разделим на две големи групи и едната група твърди, че щяхме да бъдем състоятелни, ако не бяха алчните егоистични началници, а другата твърди, че все още щяхме да сме състоятелни, ако не бяха дръгливите профсъюзни лидери и мързеливите работници, това се превръща в нещо като финал за купата, при който всеки е изпълнен с агресивност и възбуда, а забравя обед-

няването и сложността на действителните икономически проблеми.

Робин: Именно. Разбира се, действителните проблеми не получават решение, защото за да намерим изхода, трябва да погледнем действителността в очите въпреки възможното униние. А трябва също и да си сътрудничим, за да успеем.

Джон: Следователно в краткосрочен план параноичното поведение наистина повдига духа. Възможно е обаче да съществува цена.

Робин: Да. И в малки дози не вреди. При условие че сме наясно какво вършим, че можем да го преустановим и да се върнем към обичайното си поведение – както правят повечето хора, след като са участвали в състезателни игри или в политически спор, – това поведение ни стимулира, без да оказва неблагоприятен ефект върху околните. Представя ли пример как нормалните хора могат да се върнат към детинския начин на мислене и поведение, когато не им се налага да бъдат сериозни и внимателни; как могат да се оставят на инерцията, да се отпуснат и да си поиграят. Но във всеки един момент, ако някое важно събитие изисква точна, балансирана преценка, тези хора оставят това и се връщат към по-зрелия си начин на мислене.

Джон: Както каза, истинските екстремисти не могат да го постигнат – остават в параноичната схема на поведение. Какво се случва, ако получат власт?

Робин: Зависи доколко крайна е лудостта им. Ако лидерът им в много отношения е "задържан" в характерния стадий "замъглено семейство", но освен това е умен и внушава доверие, тогава се създава ситуацията, която възникна през най-новата история в нацистка Германия. Всички механизми на параноията ще бъдат доведени до крайност и ще се използват систематично, за да "отлъчат" някои малцинствени групи, така че гневните, несполучилите възможност за изява чувства на населението да бъдат отклонени от режима и насочени към "черните овце". Освен това обаче лидерът няма да е наясно със своите собствени граници. Ще живее с убеждението, че самият той е всемогъщ, без пре-

дел, че е Бог и следователно трябва да контролира всичко, всеки аспект на живота, опитвайки се да избегне противоречията в своите фантазии. Взemi най-простия пример – всеки път, когато Хитлер вдига своята ръка, той изисква същото и от останалите.

Джон: Вероятно и обратното е в сила. Колкото повече останалите се държат според изискванията на диктатора, толкова повече ще се обръква той за своите собствени граници.

Робин: Мисля, това е една от причините, поради които прекалената власт корумпира. Притежателят на властта постепенно губи връзка с действителността, защото не среща необходимите препятствия, за да определи своите граници. И колкото по-лошо става положението му, толкова по-голяма е за него заплахата от всяка проява на индивидуалност или различие, които не са създадени от него самия. Защото различията разкриват неговия предел, разкриват, че не е всичко, че не е Бог. Затова диктаторите обичат униформите и униформеността, а особено мразят и изпитват необходимост да унищожат всичко различно, отделно, всичко е изявена собствена идентичност. Евреите притежават изявена, своеобразна, несъмнена идентичност, затова са и естествена мишена за всеки, който смята, че е Бог.

Джон: Хората с различен цвят са другата очевидна мишена – диктаторът не може да не забележи или пък да забрани това различие.

Робин: Правилно. Диктаторът трябва да се избави от всички хора, които се различават от представата му за самия него. Същевременно той може да им припише всичко, което не харесва в вътре в себе си; ония свои черти, които го карат да се чувства слаб, лош, не толкова богоподобен.

Джон: Сетне, предполагам, съществуването на други, различни, независими народи създава същия проблем.

Робин: Да. И диктаторът очевидно трябва да ги покори и или да ги направи еднакви – да ги асимилира, или пък да ги изличи, ако са твърде различни, за да бъдат асимилирани. Колкото и да е ужасно, всичко следва твърде логично, автоматично. После веднъж този курс, колкото повече

успява, толкова повече човек е тласкан да проектира и да унищожавя. Явно диктаторът и неговата клика всъщност не се освобождават от лошите чувства у себе си, те просто ги проектират върху друга група хора, които стават обществен враг номер едно. Ликвидират ги и след известно затишие ги проектират върху следващата група и така нататък.

Джон: Историята на скъпия Оливър Кромвел! Започва сподкрепата на парламента, на армията и на пуританите в Шотландия. Те вземат негова страна и му помагат да отстрани роялистите. Сетне той се разправя с шотландците. Сетне прочиства парламента. Сетне се освобождава от целия парламент. По времето, когато умира, той практически се е освободил от всички, които в началото подкрепят Протектората. И не е чудно, че в рамките на две години настъпва Реставрацията на монархията. Нацистите действат по същия принцип. Хитлер елиминира комунистите, социалистите, профсъюзите, католиците, протестантите, евреите, циганите и така нататък. Сетне прочиства и собствените си шурмоваци, а накрая прави чистки сред висшето командване на своята армия, сред въздушните войски и най-сетне, под напора на събитията, дори прави опит да се залови с есесовците. Ами Сталин? В последна сметка той фактически унищожавя без изключение всяка значителна личност, помогнала за победата на революцията, като обвинява всеки поред в контрареволуционна дейност. Ако си водач от тоя вид, след като се отървеш от враговете, ще ти се наложи да се захванеш със своите привърженици.

Робин: Откриваш все повече и повече разколници, предатели и така нататък вътре в движението. Ако някога те свършат, диктаторът може да достигне точка, в която вече дори самият той не е в състояние да повярва, че всички лоши чувства идват отвън.

Джон: Неговите жалози на практика започват леко да се повдигат.

Робин: И логичното заключение гласи, че той би трябвало да унищожи и самия себе си.

Джон: Интересно е, че го казваш, защото аз винаги съм имал подозрението, че Аятолахът ще свърши, като остане

единственият жител на Иран: ще стои там и неумолимо ще отсича собствените си крайници... Порази ме масовото самоубийство на последователите на Джим Джоунс, извършено, след като се преместиха в обещаната им в Гаяна земя.

Робин: Особено добър пример! Накрая те изцяло се изолираха от лошите, преследващи ги външни лица и нямаше върху кого да проектират своите лоши чувства. В такъв случай става все по-трудно и по-трудно да не срещнеш очи в очи истината – налага се да поемеш лошите чувства обратно в себе си и просто не съумяваш да се справиш. Ясно е, че смъртта и разрухата в огромни мащаби стават логичният краен завършек на параноичния опит да избегнем истината за себе си, да избегнем критиката. Разбира се, тъй като критичността и като негативна, и като позитивна обратна връзка ни пречи да загубим разсъдъка си. Спомняш си аналогията с мислената карта, към която непрекъснато ще се връщаме. Е, постоянно трябва да прерисуваме границите върху нашата мислена карта и можем да го вършим само ако получаваме точна обратна информация от другите хора. Така че ако си леко чалнат, когато започнеш да рисуваш, а впоследствие изличиш всеки човек или всяка група, които те критикуват, твоята мислена карта става все по-малко и по-малко представителна по отношение на реалния свят, а ти ставаш все по-луд и по-луд, и по-луд. Типично за групите, които действат по този начин, е установяването на строг контрол върху комуникациите, което да възпре всяка коригираща информация, идваща отвън към системата. Например семейства от вида, които описвам, обикновено установяват правило, според което техните членове не трябва да разговарят твърде откровено с хора извън семейството.

Джон: В "Кръстникът" има прекрасна реч, с която Кръстникът след среща с друго мафиотско семейство смъмря един от своите синове. Той казва: "Сантино, да не си си загубил ума? Никога не допускай някой извън семейството да разбере какво мислиш."

Робин: Е, ако си спомням правилно, доста смърт и унищожение имаше в семейството до края на историята. Не останаха и много от членовете на семейството, за да го разкажат. Това са принципите, които налудничавите семейства, а също по-крайните вероизповедания и политически партии прилагат към своите членове, за да ограничат изтичането на информация извън границите на семейството или групата. Не трябва да бъде допускана информация, която противоречи на семейната карта, от страх да не се разпадне цялата система и да се наложи промяна.

Джон: По подобен начин тоталитарните държави контролират новините, цензурират историята и спдашват своите граждани да не слушат чужди емисии.

Робин: Оценяваш свободите, които имаме в нашата страна, нали? През повечето време ги приемаме за далечност, но те наистина отличават нормалността от лудостта.

Джон: Отчайващ е наистина фактът, че според Амнести Интернашънъл в повече от 110 страни по света хората могат да бъдат хвърлени в затвора за мирно изразяване на своето мнение. И все пак, мисля, едно може да се твърди за параноята... Чувстваш се по-добре.

Робин: Временно поне. Затова е и толкова често срещана. Без съмнение затова и ние двамата изпитахме удоволствието да се впуснем сами в нейния периметър, като обвиняваме параноиците.

Джон: А, за това ли изведнъж ми се оправи настроението?

3.

Удивителният
плюшен заек*Бебето става отделен човек*

Джон: Току-що обсъдихме първите опити на бебето да състави своя карта на света, а също и колко се нуждае то от правилната комбинация на емоционална подкрепа и информация за това, че се различават от мама, за да го постигне. Какви други идеи ще обсъдим?

Робин: Следващият кръг идеи е свързан с по-нататъшното осъзнаване на бебето, че то не е част от мама, а по същество е отделено от нея; защо плюшените мечета са жизненоважни; защо някои дни се чувстваме непредубедени към външния свят и отпочинали, а през други сме напрегнати; каква е разликата между депресия и тъга и колко полезна е тъгата; защо Базил Фолти е сприхав; защо всяка депресия е "химическа"; защо майките трябва да оставят своите бебета да се почувстват мъничко нещастни от време на време...

Джон: Къде е началото?

Робин: Започва, когато бебето разбере – някъде около седеммесечна възраст, – че е човек, а не част от своята майка. То все повече осъзнава зейналата помежду им пропаст, с която вече трябва да се справя.

Джон: Каза, че в този момент като цяло прагът на страха скача нагоре – сякаш положението му се е изяснило прекалено бързо.

Робин: Правилно. Бебето забелязва, че появилото се

между него и майка му разстояние представлява обезпокоително преживяване, нещо като нелепия момент, когато единият крак на човек е вече в лодката, а другият – все още на речния бряг. Разбира се, зависимото поведение – необходимостта да стои близо до мама и страхът да не го отделият от нея – също се развива. Тъкмо затова криеницата е великолепна игра за тази възраст.

Джон: Мама е тук, сетне внезапно я няма. Преминува тръпка страх... Ето я отново! Страхът изчезва, радостни гукания.

Робин: И смях, който обикновено дава знак за отслабване на напрежението.

Джон: С порастването на бебето обаче прагът на страха се снижава...

Робин: Да, защото то се научава да върши само за себе си това, за което преди е разчитало на майката.

Джон: Имаш предвид, че страхът от отделянето е, грубо казано, пропорционален на зависимостта от майката?

Робин: Е, нека просто кажем, че колкото повече бебето е в състояние да полага майчински грижи за себе си, толкова по-малко са причините да изпитва страх.

Джон: Какво имаш предвид, когато казваш "в състояние да полага майчински грижи за себе си" – практическата майчина грижа или емоционалната майчина подкрепа?

Робин: И двете. Бебето трябва да се научи само да се закончава, да се храни, а също така и да си доставя удоволствие и подкрепа.

Джон: Имаш предвид самото то да си казва, че всичко ще бъде наред, или че е в състояние да свърши това и онова, ако опита? Сещам се за тенисистите, които в решаващ момент си говорят сами: "Хайде, Джим, можеш!"

Робин: Да, по-късно детето се научава да си вдъхва увереност по този начин.

Джон: Докато постигне това умение обаче, всяко отделяне от майката плаши бебето.

Робин: То е склонно да изпитва страх, но за щастие в равна степен изпитва и желание да изучава, осмелява се да навлиза в света извън майката. Около деветмесечна въз-

раст бебето започва да пълзи, за да изучава обстановката, и намира това за много забавно, при положение обаче, че получава обич и емоционална подкрепа, които му вдъхват увереност за мъничко да върши това само.

Джон: Но все още е необходимо майката да стои наблизо, в случай че то се уплаши.

Робин: Или да стои някъде, където то може да я намери, когато припълзи обратно. Очевидно важно е също майката да насърчава тези смели начинания, като внушава на бебето основното послание: "Можеш да тръгнеш, щом пожелаеш, и да се върнеш, когато се нуждаеш от мен."

Джон: Почакай за момент. Всичко е добре, ако майката стои наблизо, защото, уплаши ли се бебето от отделянето, тя ще може да дойде и да го успокои. Бебето обаче трябва да се учи да става по-самостоятелно. Постигнахме съгласие, че това е желателно, нали?

Робин: Да.

Джон: Следователно на него му е необходимо да се справя без нея. Това обаче го плаши и тя трябва да идва и да го успокоява. Но тогава то не научава как да бъде независимо. С други думи, щом бебето се нуждае от присъствието на майката, за да му помага да се справя без нея... е, не стигнахме ли до нещо като Параграф 22? Та какво може да направи майката, за да помогне на бебето, докато я няма?

Робин: Да му даде преходен предмет.

Джон: Да постави при него бутафорна фигура.

Робин: Ние, докторите, наричаме това "плюшено мече".

Разрешение за порастване...

Джон: Защо мечето се нарича преходен предмет?

Робин: Защото помага на бебето да извърши прехода от състоянието, при което не може да се справи дълго време без някаква емоционална подкрепа от страна на своята майка, към положението, при което вече може да започне да получава емоционална подкрепа от други хора.

Джон: Как така предметът помага на бебето да запълни тази пролука?

Робин: Като дава възможност на бебето да прехвърли част от силните чувства, които го привързват здраво към майка му, към предмета. Предметът би могъл да бъде всяка любима, особено важна за детето играчка – нещо, което то носи навсякъде и прегръща, когато заспива.

Джон: Нещо като защитното одеялце на Линъс от "Фъстъчетата"?

Робин: Да.

Джон: Моето бебе е един плюшен заек на име Риги. И така, бебето прехвърля част от своите чувства върху преходния предмет.

Робин: Това става току пред очите ти, ако майката даде на своето бебе плюшен заек или нещо такова. Когато тя излиза, долавяш как малкото дете пренася част от своето зависимо поведение върху заека.

Джон: За това значи тези любими играчки имат голяма роля в живота на детето. Никога не ми е била ясна причината. А при приближително кога започва това?

Робин: По различно време при различните деца – за повечето настъпва през втората или дори през третата година. С любимия предмет бебето има вече своеобразна преносима опорна система, помагаша му да се справи с отделянето от майката, което е в ход.

Джон: Своеобразен заместител на майката?

Робин: Да, заместването е много важен момент от онова, което преходният предмет помага да бъде постигнато. Често краят на чаршафа или на одеялото, които детето натиква в устата си с палец, са първите използвани от бебето предмети – то ги свързва със спокойствието и храненето и така те въплъщава в майката.

Джон: И когато то носи одеялото, мечето или плюшения заек, те представляват напомнящ знак за съществуването на майката, "памет за майката".

Робин: Добре казано, защото на този етап детската памет е все още нестабилна. Дори след като детето



вече успява да свърже различните части от своята майка, за да изгради завършен човек, нейният образ лесно се разпада отново при силна болезнена емоция. Ако майката отсъства прекалено дълго, малкото дете изпада в ярост, ядът разрушава образа ѝ така, както мозайката се разпада отново на парчета, при положение че удариш твърде силно с юмрук по масата, особено ако не е завършена. Тогавата детето не може да извика във въображението си образа на отсъстващата майка, за да се успокои. Плюшеният заек обаче му помага да възстанови нейния образ, а това пък му помага да не се разстройва много. Детето е в състояние да си припомни оказваната от майка му подкрепа, макар самата майка всъщност да не е там.

Джон: Каза, че това е само едната страна на преходния предмет. Какви други приложения има?

Робин: На второ място, бебето открива много за себе си, като си играе само с плюшения заек. Ако наблюдаваш дете, заиграно с преходен предмет, ще забележиш, че го използва като свой заместител, докато самото то поема ролята на майката. Когато върши това, бебето в известен смисъл става майката, която полага грижи за плюшения заек.

Джон: "Ти си едно добро малко зайче", или "Не прави така, на мама не ѝ харесва".

Робин: Да, когато проговори, детето казва неща от този род. Така то открива своите чувства, като ги проектира върху играчката. Известно време детето играе майката, грижейки се за играчката, а в следващия момент превръща играчката в майка и се притиска към нея за подкрепа.

Джон: И като играе ту на майка, ту на дете, детето научава повече за това какво е да бъдеш майка..., а като разбира своята майка повече, другата страна на медала би трябвало да означава, че то разбира и с е б е с и по-добре. В известен смисъл продължава да изяснява своите граници, като систематизира бавно онова, което става между него и майка му.

Робин: Именно.

Джон: Струва ми се, фактът, че заекът е неодушевен, е от полза. Заекът не се променя, не реагира, самият той няма емоции, всичко това помага за изясняване на нещата.

Робин: Продължавай!

Джон: Ами вземи емоцията, която ме обърква малко – чувството за съперничество. Понякога, когато съм с някого, изведнъж осъзнавам, че между нас съществува голяма конкуренция – много ми е трудно обаче да разбера до каква степен чувството се поражда у мен и до каква степен иде от другия човек. Протичащото взаимодействие – непрестанният емоционален прилив и отлив – ме затруднява да поставя границата между моето и неговото чувство за съперничество дори ако по-късно съумея да систематизирам станалото. По аналогия фактът, че заекът не е променлив, би трябвало да подпомага бебето в процеса на учене.

Робин: Да, мисля, че е така. Между другото това е и една от причините – всъщност, мисля, основната причина – техниката на психоанализата да се проявява по този начин. Пациентът с неясни граници е в състояние да уточни своите пределни точки и да измъкне чувствата, които наистина му принадлежат, от кълбото на въображаемите, проектирани чувства, защото психоаналитикът "стои мирно" и не реагира, освен със случаен, неутрален коментар.

Джон: И вероятно като играе майчината роля, бебето открива как да бъде майка и следователно как да се отнася майчински, как да се грижи за себе си. Което е жизненоважно за процеса на отделяне от майката.

Робин: Убеден съм.

Джон: Е, това е втората полза от преходния предмет. Има ли още нещо, което този талантлив заек да осигурява на детето?

Робин: Има. И е толкова важно, колкото и останалите две: създава сигурност и обучава чрез игра. Всъщност донякъде това дори е по-важно. Заекът носи своеобразно послание от майката към детето: "разрешение да израсне".

Джон: Звучи загадъчно.

Робин: Не забравяй, казаното дотук е свързано с израстването на бебето – преминаване от стадия, когато майката е важна за всичко, към по-късната фаза, когато детето започва да насочва част от своята зависимост към други хора – към бащата, братчетата, сестричетата и така нататък. Тогава, ако майката покаже задоволство от станалото, като даде на детето заека, а също и с последващото си отношение към заека, тя изпраща жизненоважно послание към детето.

Джон: Посланието гласи: "Радвам се, че се отделяш от мен и израстваш." Мисля, че разбирам. Показвайки, че е същевременно от играта на своето дете със заека, когато не е там, тя подсказва на детето, че е чудесно да се забавлява, когато не е там – в същото време обаче там, в заека, присъства частица от нея, която успокоява малкото дете през отсъствието ѝ. Нима не се постига някакво решение на Параграф 22?

Робин: Мисля, че заекът носи още по-широко послание, което гласи: "Можеш да растеш и да се отдалечаваш от мен с каквато крачка пожелаеш – не е необходимо да бързаш повече, отколкото ти е възможно, за да се справиш спокойно. В крайна сметка мога да понеса, ако ме напуснеш."

Джон: Какво, да го напусне окончателно?

Робин: Да. Заекът казва: "Искам да израснеш и в крайна сметка въобще да не се нуждаеш от мен."

Джон: Съжالياвам, мога да разбера как заекът предава другата част от посланието, но последното ми изглежда малко чудновато.

Робин: Струва ми се, това е просто друга, отнесена към логическия извод формулировка на посланието, за което вече постигнахме съгласие.

Джон: Хубаво, ти си капацитетът. Нека видим дали съм разбрал. Някъде около шестмесечна възраст бебето изпитва необходимост да се отдели по мъничко от своята майка – а именно да се придвижи от състоянието, при което изцяло зависи емоционално от нея, към положение, при което може да получава подкрепа и от други хора. То намира преходен предмет, който в случая го подпомага по няколко начина. Първо, бебето прехвърля някои от чувствата, отправени към майката, върху плюшения заек. И когато се уплаши, използва заека да му напомни за успокоението, което получава от майката. Второ, играейки със заека, малкото дете пробва и ролята на майката, и ролята на бебето, а това му помага да се научи как да бъде майка, с други думи – как да се отнася майчински със себе си, а също и да изясни своите собствени граници, като разбере собствената си майка по-добре. И трето, самият факт, че майката одобрява играта на бебето със заека, носи посланието, че за бебето е добре да стане по-независимо. С други думи – заекът е памет за майката, жалон за границите, самоучител по майчино отношение и потвърждава независимостта. Нищо чудно, дето продават плюшените играчки на такава цена.

Робин: По този начин, когато започва да губи мъничко от своята близост с майката, бебето същевременно чувства подкрепа, но и самото то се научава да дава подкрепа. Така престава да се чувства напрегнато. Малкото дете постепенно развива увереност и "се отваря" за промените, с които ще се срещне, докато израства и се отделя от своята майка.

Джон: Същото е и с възрастните, нали? Ако съумеем да си припомним източниците на подкрепа около нас, това ни помага да се справим със стреса и да проявим по-голяма възприемчивост към новите възможности. Предполагам,



по тази причина хората носят семейни снимки със себе си, пръстени или други предмети със сантиментална стойност – това ни свързва с обичаните хора... Та дори и кръстчетата...

Робин: Помагат ни да съхраним своето вътрешно чувство на увереност, че можем да се справим с промените, с които животът ни обсипва, и да продължим напред.

Джон: Мисълта за преминаването на бебето през този етап ме подсеща за друга гледна точка към темата: защо промените предизвикват стрес. А те го предизвикват, защото не можем да преминем към нещо ново, ако не се освободим най-напред от нещо старо. Бебето не може да започне да се радва на татко си, ако не се почувства малко по-свободно от мама. Училището няма да ти харесва, докато не се откажеш от някои други удоволствия, получавани в къщи.

Робин: Правилно. Дори нова идея не може да се роди, докато не се освободиш от старата.

Джон: Навярно тъкмо затова мисленето е трудна работа. Както и да е, ако се освободиш от старото, преди да си в състояние да направиш крачка напред, пред теб съществуват два възможни източника на страх: първо, самото ос-

вобождаване – то означава някакъв вид загуба и обикновено предизвиква чувство на дискомфорт; второ, самият факт, че възприемаш нещо ново, на което в най-добрия случай не знаеш доколко можеш да разчиташ, а в най-лошия – не знаеш дали няма да се окаже твърде тревожно. Плаши ни по-скоро неизвестността, отколкото действителната опасност.

Робин: Истина е. Страхът е най-голям, когато си по средата – не се държиш вече за старото, но не си се заловил здраво и за новото. Това обяснява защо на този етап жизненоважно за бебето е да добие увереност, че може да се освободи от старото, да повярва, че полученото в замяна ще бъде толкова добро, ако не и по-добро. Добие ли подобна увереност, то ще е в състояние да се справя с живота по един открит начин, без да се напруга, както и да израства.

Джон: А ако не го постигне, ще се "задържи" ли на този етап? Затворено в себе си, уплашено да предприеме каквото и да е ново нещо, с опънати нерви?

Робин: Точно така става. Ако ни бъде вдъхната споменатата увереност, ние ще можем да погледнем света по един открит и спокоен начин. Когато се налага да се освободим от нещо старо, ще съумеем да го постигнем, защото ще имаме увереността, че сме в състояние да се справим с влахите чувства, които съпътстват загубата. Но като допуснем да минем през дискомфорта, ние се освобождаваме от потребността на останеното зад нас. Сетне, когато нещо ново се изпречи пред нас, вместо да се плашим и да се затваряме в себе си, ние ще сме в състояние непредубедено да приемем откритието, че новите неща въобще не са опасни, обратното – те са полезни и ни помагат.

Джон: А ако не сме преминали този стадий нормално, тогава не проявяваме желание да се освободим от нищо старо, защото нямаме увереността, че ще се справим с предизвиканите от загубата чувства.

Робин: Ако попаднем в непозната ситуация, обикновено сме напрегнати, нервни, нащрек. И докато това е напълно естествен начин да се предпазим от действителни опасности, едва ли е подходящият начин да откликнем на нещо, което просто е ново.



Джон: Сякаш се намиращ на бойна позиция, нали? Намиращ се в пълна готовност, мислените граници са затворени.

Робин: Точно така. Детето, на което не дават нужната му подкрепа – преходен предмет, който да му помогне да се справи с отделянето, или възможността да изтича към майката при уплаха, – ще трябва да използва нещо като "бойна позиция" за защита от прекомерна промяна и стрес. Вероятно ще стане напрегнато, вкопчено в себе си, доста недоверчиво... Както ти се изрази, с опънати нерви.

Джон: По тази причина никога няма да даде само на себе си шанса да открие, че новите неща не са опасни.

Робин: Или пък, разбира се, тези неща ще му послужат като нов вид подкрепа, която постепенно ще измести майчината грижа, докато детето се обърне към своя баща, към братчета и сестричета, приятели, съученици, участници в клубове, отбори и групи, а в последна сметка – естествено и към любимия човек.

Джон: Следователно "непредубеденото и ненапрегнато" отношение и "затвореното и напрегнато" отношение са два различни начина да изживееш живота си.

Робин: Първият начин води към израстване и промяна, вторият "задържа".

Джон: Със сигурност обаче повечето хора преживяват и двете настроения. Искам да кажа, понякога се чувствам ненапрегнат и ако изникне трудна ситуация, впускам се в нея с много приятно, почти безпристрастно любопитство към предстоящото, а впоследствие, тъй като съм непредубеден към хората, споровете се разрешават твърде лесно. Ако съм под стрес обаче и с настроение като на "бойна позиция", аз не проявявам толкова гъвкавост, нещата не се подреждат, не се постига същото щастливо съгласие. Работата е там, че действам и по двата начина в зависимост от своето настроение.

Робин: Точно така. Дори най-непредубеденият човек ще спусне жалюзите, ако е бил подложен на прекален стрес, без достатъчно време да презареди своите батерии; дори най-суровият човек ще стане непредубеден, ако бъде обгърнат с достатъчно топлина. По-голямата част от времето обаче хората клонят повече към е д и н и я от начините, отколкото към другия.

Правилната пътека

Джон: Твърдиш, че съществуват две пътеки, по които можем да поемем през своя живот. По едната сме непредубедени и отпуснати; по другата – затворени и напрегнати. Пътеката, на която попадаме, до голяма степен е предопределена от начина, по който ние и нашите майки сме преодолели между шестия месец и третата година стадия на отделянето един от друг.

Робин: Мисля, че е така, макар подобна интерпретация да създава впечатлението за твърде голяма отговорност от страна на майката. Виж, ако тя е "задържана" върху "затворената, напрегнатата" пътека, това е поради причини, коренящи се в нейното семейство. Майката не може да бъде друга. И не ще успее лесно да задейства характерните особености, за да изведе своето бебе по пътеката на непредубедеността и ненапрегнатостта.

Джон: Ще ѝ е необходима значителна подкрепа от

в ън, за да го постигне. Но няма вероятност това да дойде от страна на нейния съпруг, тъй като тя сигурно е избрала човек от своята пътека.

Робин: Именно. Но този възглед за двете пътеки е толкова важен по отношение на начина, по който хората достигат зрелост, че аз бих желал да разгледам взаимоотношението майка – дете така, както протича на всяка една от пътеките. Нека вземем първо нормалната пътека. На нея майката – нормалната – е достатъчно добрата майка. Помниш ли какво бе характерно за нея?

Джон: Тя умее да се грижи за себе си. Найясно е със своите собствени потребности и изпитва щастие, когато ги задоволи. Затова, изпита ли нужда от почивка, тя дава бебето другиму и е в състояние при необходимост да поиска обич и подкрепа от другите хора.

Робин: Правилно. В резултат тя разполага с достатъчно обич, емоционална подкрепа, възможности за отмора, увереност или както искаш го наречи. Това влече други две последствия. Първо, тъй като има достатъчно за себе си, майката може да даде и на бебето и така то получава необходимата му емоционална подкрепа. И второ, понеже има достатъчно, майката не е зависима от бебето за обич и подкрепа. Затова ще е в състояние да се отдели от него, щом то е готово.

Джон: Ще му разрешава да лапа края на неговото си намирисващо одеяло, ще му дава плюшен заек. И това ще му помогне да се отдели не само защото свързва одеялото и заека с обичта на своята майка, но и защото тя одобрява тези негови притежания. Те му подсказват желанието да се освободи от майката, щом е готово.

Робин: Така малкото дете е по-сигурно, следователно и по-смело, а също и в състояние с радост да поеме някои рискове. Не е необходимо да се напруга и да "затваря" себе си по отношение на новия опит. Всичко става по-забавно. Животът е много по-приятен. Малкото дете създава приятелства по-бързо, а при нужда наличната подкрепа е повече дори когато мама и семейството не са наблизо; за да помогнат. Следователно детето се нуждае по-малко от своя

та майка, а по-късно ще се нуждае по-малко и от своето семейство. А това между другото означава, че ще е в състояние да им се радва повече.

Джон: Защо?

Робин: Защото в случаите, когато са с него, то няма да изпитва страх, че биха могли да изчезнат. Тревоги от този род няма да развалят радостта. Ще успява в много по-голяма степен да се справя с промяната и загубите, с всякакви стресове, животът му ще бъде не само по-наситен, но и в бъдеще ще става по-наситен и по-разнообразен.

Джон: И така, това е нормалната пътека. А пък майката от другата пътека не успява да прояви егоизъм по този здравословен начин, нали? Тя не съумява да взема необходимото й.

Робин: Не, и затова тя не притежава достатъчно. А ако няма достатъчно, тогава няма изобщо е възможно да дава? На детето ще му липсва емоционална подкрепа от самото начало. И второ – тъй като самата майка не притежава достатъчно, тя се оказва зависима от детето по отношение на неговата обич и подкрепата му за нея. Тя ще се вкопчва в него така, както то ще се вкопчва в нея. Адори да му даде мече или заек, нейното отношение ще бъде твърде различно. Тя ще изпитва собственически чувства към детето, няма да е доволна, че заекът поглъща цялото му внимание и става почти толкова важен, колкото е и тя. Той ще й изглежда твърде много като съперник.

Джон: Така заекът не ще носи посланието: "Аз те подкрепям при твоето израстване и отделяне от мен", и бебето няма да получи увереността, за да го стори. На практика то получава обратното послание.

Робин: Именно. Това е един от възможните варианти по "нездравословната" пътека. По друг начин обаче се развиват нещата, ако майката е научена да оттрича своята потребност да се грижат за нея самата.

Джон: При положение че я е поставила зад жалюзите.

Робин: Да, тогава тя се чувства нещастна от всяко вкопчване, независимо дали е нейно или на детето. Опитва се да отрече наличието на тази потребност и у двамата,

склонна е да отблъсква детето, ако то направи опит да се привърже. Естествено, тя ще се смуги и от детската привързаност към плюшения заек – особено с израстването на детето, затова ще го отклонява от играта със заека.

Джон: Така че във всеки случай, ако майката е на "нездравословната" пътека, детето получава негативно послание за заека.

Робин: Да, и понеже още преди заекът да помогне на детето да порасне и да се отдели, на детето му е нужно майката да одобри заека, въплъщаващ свободата на детето да тръгне, в противен случай то просто не е способно да постигне това.

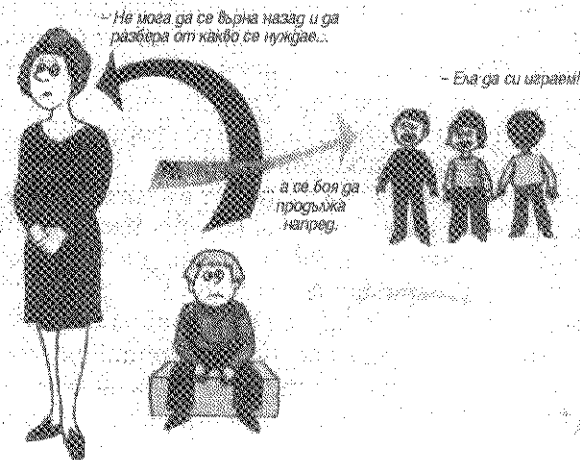
Джон: "Задържано" е, защото не може да извърши преход от майката към другите източници на подкрепа във външния свят.

Робин: Става ясно, че деца, които са на "нездравословната" пътека, се усукват около майките си или около всеки друг източник на защита, който могат да намерят.

Джон: Въпреки това те не получават достатъчно от майките си. Дори да са стях, това не им е достатъчно.

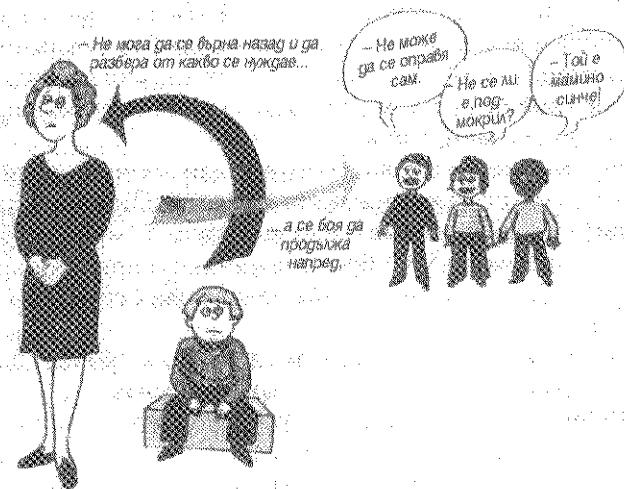
Робин: Да, тези деца сякаш вечно искат нещо, надяват се на нещо, но сякаш никога не получават много. Не са много уверени, нито склонни към нови преживявания.

Джон: Бедното дете не знае какво да прави, не е ли тъй?



Имам усещането, че основното чувство, което изпитва, не е тъга, а по-скоро озадаченост. И лека напрегнатост. Да. Сковало се е, без да знае защо.

Робин: Разбира се, неговото недоумение се усложнява още повече от отношението на външния свят. Защото твърде скоро другите деца престават да викат: "Излез да си поиграем", а започват да крещат разни други неща, особено ако детето е момче.



Недоумението и терзанията му нарастват, тъй като сега то получава нареждания да напусне своята майка, без да има и най-малката представа как да го направи. Укоряват го, присмиват му се, че се е "задържало" там, където е.

Джон: Ако оставят на мира детето и неговата майка, те поне могат да не се разделят и да си оказват взаимна подкрепа, както, мисля, традиционно правят момчетата, без някой да ги укорява за това. Просто казват, че са "домошари" и "кротки". Но момчетата наричат "мамини сивчета".

Робин: Което усложнява нещата за момчетата, тъй като поради всеобщото външно неодобрение незадоволението им желание за привързаност трябва да бъде напъхано зад жалюзите.

Джон: В този случай едно момче трябва дори да отрича, че е "задържано" по този начин. А какво може да се направи за човек, който е "задържан"? Как да го пренасочиш към другата пътека – към по-ненапрегнатия, уверен начин на съществуване, който ще му позволи да израсне?

Робин: Не е лесно. Веднъж поело по едната от двете пътеки, семейството трудно преминава в другата. Разбира се, добре е, ако си по пътеката на ненапрегнатия начин на съществуване, но семейство по пътеката на опънатите нерви вероятно няма да успее да се прехвърли без чужда помощ.

Джон: Членовете на семейството не могат много да си помогнат един на друг, тъй като всички те имат еднакви принципи на поведение.

Робин: Да. На първо място по тази причина родителите са се спрели един на друг. Естествено, децата порастват със същите подсъзнателни оценки. Цялото семейство е сковано от един напрегнат, боязлив начин на пристъпване към живота. Така действа семейството, това е семейната система.

Джон: Всички те се затрудняват да проявят здравословен егоизъм, да вземат необходимото им.

Робин: Да, и ако единият от родителите не е в състояние сам да си даде достатъчно внимание или обич, тогава се налага другите да се навъртат наоколо и да се опитват да му ги дадат.

Джон: Следователно всички в семействата, които се намират на "нездравословната" пътека, са привързани един към друг.

Робин: Да, всички те са "задържани". Тъкмо от такива семейства произхождат хората, страдащи от втората голяма група емоционални болести – депресивните болести.

Джон: Тогава коя е първата голяма група?

Робин: Болестите, свързани с проблемите на замъглените граници – в най-крайните случаи това са аутизмът и шизофренията.

Джон: Добре. Чувствам се малко объркан. Нека направя опит да систематизирам казаното. Видяхме, че бебето може да израсне и да стане по-независимо само ако успее

да се отдели от своята майка. Ако майката е нормална, "достатъчно добра", тя одобрява това. Дава му преходен предмет, за да подпомогне самостоятелното му тръгване, а положителното ѝ отношение към преходния предмет създава у малкото дете чувството, че е подкрепяно в опита му да се научи на самостоятелност. Детето получава увереност и изоставя някои предишни зависимости, за да се прехвърли върху нови обекти. Това означава, че бебето е на нормалната пътека.

Робин: Дотук добре.

Джон: Ако майката не успява да дава сама на себе си това, което ѝ е необходимо... Е, първо, на бебето не ще достига начална подкрепа; второ, майката ще се нуждае цялата си същност от любовта на малкото дете, затова няма да желае то да става по-независимо. Тъй че дори да му даде заек, той не ще носи правилно послание. И в двата случая бебето не успява да получи необходимата му увереност, за да се освободи от старото и да поеме напред. Обречено е в крайна сметка "да се задържи" на едно място, да се привърже, независимо да стане по-независимо от своята майка. То е върху "нездравословната" пътека и вероятността да израсне в един възрастен човек, който страда от депресивен синдром, е по-голяма.

Робин: И Уърдзуърт не би го казал по-добре.

Джон: Поетът в мен понякога копнее да се изяви. Но, моля те, защо казваш болести с депресивен синдром? Защо просто не кажеш депресия?

Тъгата и нещо по-лошо...

Робин: Обикновената депресия е само един вид от болестите с депресивен синдром. Съществуват много други видове, наречени депресивни еквиваленти, което означава, че депресията е затъмнена и е изразена по симулативни начини.

Джон: Каквито са психосоматичните болести?

Робин: Да, например в случаите, където е налице болка

– истинска болка, – но за нея няма физическа причина. Но и при много други случаи – когато има проблеми с храненето, при алкохолизъм, ред фобии, неоправдани тревоги за здравето, има ги сумати...

Джон: Възможно е обаче всички те да са затъмнена депресия.

Робин: Да, ако се вгледаш, откриваш, че са предизвикани от някакви събития или от такова възпитание, което предполага развитието на депресия. Между другото лечението не е сполучливо, ако скритата депресия не бъде диагностицирана и преодоляна.

Джон: Та, какво е депресията, докторе?

Робин: Най-напред трябва да изясня една фундаментална разлика – разликата между депресията и тъгата.

Джон: Разбирам. Хората обикновено ги използват като равностойни думи.

Робин: А ти?

Джон: И аз, много често. Отчасти защото да кажеш: "В депресия съм днес", звучи не така драматично като: "Тъжен съм днес". Мисля обаче, че депресия специално за мен означава да се чувствам по-скоро мъртъв вътрешно, докато тъгата е нещо свързано с по-цялостно изпитване на чувството.



Робин: Добре, нека поговорим за това, защото аз смятам, че разликата е съществена и ние се губим в догадки, като ги смесваме. По-преди ти отбеляза, че човек не може "да се придвижи напред", без да остави нещо зад себе си. С други думи, без да понесе загуба. А как реагираме при загуба? Ако човекът, когото обичаме, ни напусне, ако почине някой наш близък или загубим работата си?

Джон: Мисля, че неизменно бързо ни пронизва болка. Но сетне често я прикриваме с гняв, с чувство на негодуване по отношение на хората, които са "отговорни" – предполагам, за да сподавим болката.

Робин: Но след време чувствата заглъхват и ни обхваща униние. Усещаме тъгата.

Джон: Усещаме истинската болка.

Робин: Която естествено продължава известно време. Впоследствие обаче, ако сме сравнително здрави психически, ние се оставяме да преживеем състоянието и ставаме по-добре. Започваме да се развеселяваме и да го преодоляваме. Каквото и да сме загубили, в състояние сме да го оставим зад себе си и да насочим вниманието си към нещо друго.

Джон: Причината е, че сме си позволили да изживеем отчаянието.

Робин: Точно така. Тъй като сме скърбили за загубеното, ние можем да го оставим и да се придвижим напред.

Джон: Но ако не скърбиш дълбоко, не можеш да се освободиш от чувството.

Робин: Правилно. Чувството за загуба ще витае безкрайно и ти няма да се почувстваш наистина свободен да се придвижиш напред.

Джон: Спомена веднъж, говорейки за здравите семейства, че когато за пръв път си попаднал на онова проучване за тях, с изненада си открил лекотата, естествеността, с която психически здравите хора се женят повторно след загубата на съпруга си.

Робин: Да. Те скърбят много дълбоко, с цялата си душа. И защото си позволяват да се впуснат така изцяло в този процес, съумяват да се възстановят много по-бързо от

загубата, отколкото повечето от нас. Сетне могат да продължат напред и наново да изградят живота си.

Джон: Следователно скръбта – действителното и зпитване на болка от загубата – не е просто естествено състояние, то всъщност извежда докрай някакъв процес.

Робин: Да. Трябва да позволим на старите връзки да се разпаднат, преди да се реорганизираме и да се приспособим към новата ситуация – подобно на събарянето на къща преди нейното повторно построяване. Това имам предвид аз под "тъга".

Джон: Мисля, идеята, че тъгата е в действителност полезна, бе навярно най-важното, а за мен и най-изненадващото простичко нещо, което научих, докато посещавах своята група. Винаги дотогава бях чувствал, че да изпитваш тъга е загуба на време. Изпадане в някакво настроение – също. Усещах се, сякаш ме питаха: "За какво изпитваш тъга, когато милиони хора умират от глад в Индия?", или: "Защо не мога да преодолея тъгата, да изляза и да се позабавлявам?" Подобно състояние винаги ми е толкова безсмислено. В своята група обаче научих, че да изпитваш тъга е не само нормално, но също така е и вид своеобразно приключване. Помага на човек да преживее състоянието си по-цялостно и да се освободи по-бързо от нещо.

Робин: Разбира се, хората често изпитват извънредно облекчение, когато узнаят, че чувството на тъга е психически нормална реакция.

Джон: Но защо трябва да чувстваме, че не е нормална реакция? Дали защото хората, които са потискали тъгата, поставили са я зад жалюзите и са я отrekli, успоредно с това я порицават?

Робин: Имай търпение, ще стигнем дотам. Засега просто помни, че казаното за големите загуби очевидно е вярно и за малките, с изключение на факта, че гневът и тъгата са значително по-слаби и съответно биват по-бързо преодолявани.

Джон: Следователно ако загубата на "Уест Хамптън" ми отнема час, за да се възстановя, загубата на "Фулхамптън" ми отнема около 3 минути, а на "Арсенал" – 0.0006 от секундата.

Робин: Много образно казано. Сега нека приложим тази идея към майката и към детето. През целия този етап детето учи как да се отдели от майката. Всеки път то се отделя мъничко повече и трябва да се справя с мъничка загуба. Изпитва тъга за кратко. И това е здравословно и естествено. Тъкмо кратките моменти на тъга и страх помагат на детето да се отдели.

Джон: Ако не премине през тези болезнени моменти, то няма да е в състояние да се откъсва по мъничко от мама от време на време.

Робин: Точно така. Затова майката трябва да е в състояние да понася забелязания известен страх и тъгата в детето, когато те са част от промяната към по-голяма независимост. Разбира се, тя преценява. Ако детето е много разстроено, тогава се намесва и облекчава мъката му. Но ако усети, че това е просто "болка на растежа", тогава не се намесва, въздържа се и наблюдава дали детето ще успее да се справи с болката.

Джон: Майката не бива да се намесва, за да облекчава всеки малък дискомфорт.

Робин: Не и щом детето е достигнало етапа, когато се учи да бъде малко по-независимо от нея. Сега ако се върнем към нашите две пътеки. Психически здравата, "достатъчно добрата майка" долавя това и оставя своето дете да води кратка борба с мъката, "да я преживее", докато тя стои наблизо, в случай че то не се справи.

Джон: Доста деликатна преценка, не е ли тъй?

Робин: През известен период от време майката ще трябва да отсъжда повече или по-малко точно. Бързината в случая не е лудешка. Майката ще прави грешки, постепенно ще ги поправя. С времето повечето долавят разликата между истинската мъка и "раздуването", преиграването, за да се види докъде ще стигне търпението на околните, особено когато детето пораства. И ако майката успее да налучка повече или по-малко точната преценка, детето бавно ще става по-изобретателно и по-уверено в себе си – тя му помага бавно да преодолее своята безусловна зависимост от нея.

Джон: Твърдиш, че ако майката не може да понесе

това и в секи път, щом види, че детето показва някаква мъка, бърза да я облекчи – дори и когато то расте, – тогава няма начин то да се научи да се откъсва от нея стъпка по стъпка. Майката предварва детето от скръбта по-току-що загубената мъничка интимност.

Робин: Точно така, но никога не допуска това да се случи. Ако майката не взема необходимото ѝ, тя ще изпитва мъничко страх, самата тя ще бъде потисната и вероятно ще проявява свръхчувствителност към болката на детето. И така, по "нездравословната" пътека майката проявява склонност бързо да се намесва и да облекчава детето, когато то изпитва лека, нормална, здравословна тъга, причинена от сторената малка крачка встрани. Тогава детето не може да направи скока. То непрекъснато се връща там, където е било. Майката е спряла процеса.

Джон: В известен смисъл детето не получава възможност да научи как да се справи с тъгата – как да допуска чувството на тъга, как същински да го преживее, без да се притеснява от него.

Робин: Вече стигаме до депресията.

Джон: Оле!

Робин: Ако това се случи неколкостранно, ако майката неизменно се намесва при първия знак, който изразява мъка, детето се научава не как да чувства тъгата и да я преживява, а обратното: Научава се как да възрадва усещането за този дискомфорт, като изпраща сигнали за изпитвана мъка, на които майката не може да устои.

Джон: То се научава как да предотврати превъзможването на тъгата, така че няма да е в състояние да превъзможва загубата. Следователно детето не може да порасне.

Робин: Правилно. Вместо здравословната тъга, която би позволила на детето да се отдели по мъничко от време на време, майката бива автоматично призовавана с повик за избавление. И детето научава – автоматично, както кучето научава да се изправя, стига всеки път да получава кучешка бисквита – да се нагажда към подобно поведение. Изработва си навика да прави жална физиономия винаги,

когато нещо се окаже мъничко трудно, много преди да е налице някаво действително страдание. Неизменно си подсигурира майката за отстраняване на стреса, с който наистина му е необходимо да се научи да се справи. И докато майката откликва на физиономията "Сложи край на това, мамо", като избавя детето от неговия проблем, моделът се насажда все по-дълбоко и по-дълбоко, става все повече навик и съответно все по-трудно ще бъде променен.

Джон: Получава се нещо като симулиране.

Робин: Не, изобщо не. Това би означавало, че детето знае какво върши.

Джон: Искам да кажа, не съзнателно симулиране.

Робин: Детето съвсем не е наясно какво върши. А моделът е възприет толкова рано, че израствайки, то започва да намира състоянието за твърде естествено. Мисли си: "Не мога да го избягна", и това е истина – не може в общо да си представи, че би могло да бъде другояче. Защото никога не е било учено другояче. Затова смятам, че симулиране е твърде погрешна дума.

Джон: Нека го кажем по следния начин – детето изпраща послания: "Помогни, чувствам се ужасно", без наистина да се чувства ужасно.

Робин: Именно. Отправя всякакви жаловни, плачевни сигнали на тъга, но никога не е оставяно да продължи и наистина да почувства тъгата.

Джон: Но то изпитва нещо, което не му доставя много удоволствие.

Робин: Вярно, но преживяването е твърде различно от тъгата, която избягва.

Джон: ... Искаш да кажеш, че детето изживява депресия.

Робин: Оле.

Джон: Или по-скоро това, което ти, о, източник на мъдростта, наричаш депресия.

Робин: Добре, нека сравним преживяванията. Опитай да си спомниш какво усещаш, когато си тъжен – това е една сложна, дълбока емоция. Макар да боли, тя създава усещането, че сме живи. Не се чувстваме отделени от света, тъй-

мо обратното – ние сме в неоспорим досег с това, което става около нас.

Джон: Чувстваш се в известен смисъл истински – ти си в твоето тяло, най-ясно си с този факт, както и с това, което става около теб. Не изглеждаш на човек, който се бори с каквото и да е. Когато се чувствам така, аз като че ли приемам нещата такива, каквито са, непредубеден съм и знам, че наоколо има много източници на подкрепа. И макар чувството да е болезнено, някак си е поносимо, защото се усещаш жив.

Робин: Мисля, по тази причина повечето от нас се чувстват живи и истински, след като са гледали трагична пиеса или филм, които наистина са ги завладели. От друга страна, ако се опиташ да се предпазиш от това чувство, оставащ с усещането за мъртвило, празнота, липса на живот и на истинска връзка с другите хора.

Джон: Така се чувствах по-дълго време преди няколко години. Животът ми изглеждаше почти безсмислен. Бях се отчуждил от всичко, включително и от моето тяло. Носех огромно мускулно напрежение, което сигурно обяснява подобно състояние. И понеже се чувствах отчужден по отношение на всичко, което ставаше около мен, чувствах се и твърде изолиран. Усещането, както ти се изрази, бе като някакво вътрешно мъртвило. И като празнота. Освен това изглежда се борех с чувството, вместо да го приема. Така самото живеене на живота бе борба. Чувството за хумор стана една от първите жертви. Всъщност когато въобще добих способността да се смея, нещата започнаха да се проясняват. Разбира се, другото, което прави впечатление, е усещането за тежест, която те натиска надолу. Предполагам оттук идва и названието на болестта.

Робин: Да, стойката на някой, който е потиснат.

Джон: Сега, когато говорим, ме учудва как тогава не е осъзнавах, че не съм тъжен. Всъщност, спомням си, гледах телевизионно предаване за депресията със Спайк Милигън и Оливър Тод и някой от участниците изтъкна, че те всъщност не се чувствали тъжни, когато са в състояние на депресия, затова престанах да гледам и се поразмис-

лих. Но защо не бях видял разликата преди? Дали само защото използваме думите равнозначно?

Робин: Мисля, че е заради това. Би било много по-ясно, ако всеки използва "депресия" в тесния смисъл на думата, както психиатрите. Би помогнало да не объркваме двете преживявания.

Джон: Смяташ ли обаче, че хората ще приемат начина, по който описваме тези чувства?

Робин: Повечето ще го приемат. Чувал съм през годините същите описания и ключовата разлика сякаш винаги се свеждаше до "чувството, че си мъртъв" и "чувството, че си жив". Не забравяй, единствената цел на депресията е да се избегне чувството на тъга. Но ти не можеш изборително да спреш изживяването на една емоция, без междувременно да се отчуждиш от всички останали. Тъй че ако се отчуждиш от тъгата, ти се отчуждаваш от всички други емоции. И когато твоите емоции умират, ти също умираш. Затова едва ли е странно, че човек не изпитва желание да прави каквото и да е, когато се чувства така.

Джон: Долавям още една разлика. Ако изпитвам тъга, в състояние съм да кажа някому: "Тъжен съм, но съм добре." И мога да бъда с него, да ми е приятно неговото присъствие, без да изпитвам чувството, че ми е нужен за нещо, освен може би за обикновено общуване. Когато съм бил в депресия обаче, мисля, дълбоко в себе си очаквам някой да промени състоянието ми вместо мен и по един абсурден начин се чувствам обиден, че никой не го прави.

Робин: Спомни си Базил Фолти. През всичкото време той е в депресия, нали? Макар никога да не го признава. През целия си живот изпраща сигнали към другите с обвинението, че толкова затрудняват живота му.

Джон: А когато сме тъжни, ние не обвиняваме ли другите по същия начин? Означавали това, че оплакванията са знак за депресия?

Робин: Да, повечето взаимоотношения на изпаднали в депресия хора, дори ако тя е прикрита, притежават този оттенък: "Никой не ме обича", "Това не биваше да ми се случва", "Някой трябваше да оправи нещата".

Джон: Добре, ако са те обучавали да използваш "тъжната физиономия", да заставиш майка си да оправя нещата вместо теб, а тя не го върши... Вероятно част от твоята същност е склонна да обвинява майка ти, че те предава. Затова по принцип излъчваш изражение на недоволство – защото никой не оправя твоя живот вместо теб.

Робин: И естествено, ако се мотаеш и чакаш някой друг да оправя твоя живот вместо теб, ти зацикляш на едно място.

Джон: Да, това обяснява от друг ракурс защо хората, които се намират на "нездравословната" пътека, не се придвижват напред. Какво би могло да ги придвижи все пак напред? Какво би могло да ги прехвърли на "здравословната" пътека?

Робин: Необходимо е да откриеш подход, помагаш да осъзнаят, че изпращат към другите хора сигнали да променят нещата заради тях, и вместо това ги накараш самите те да променят нещата.

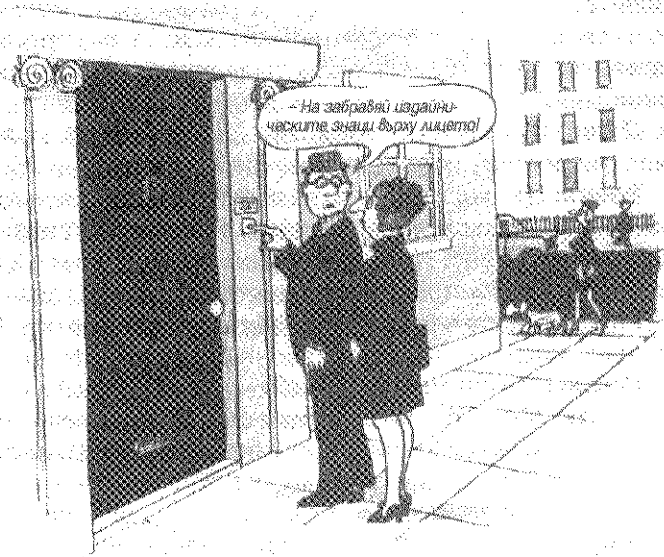
Джон: Как биха могли да госторят?

Робин: Само ако се докоснат до своята тъга. Ще им е необходима обаче помощ, тъй като тъкмо това са били обучавани да не правят.

Размяна на пътеките...

Джон: Ако осмислим всичко това от гледна точка на майката и нейната рожа, които са на "нездравословната" пътека, може да се твърди, че тъжното лице и изразяващото мъка поведение са престанали да бъдат знак, че детето се справя с някаква необходима промяна, и са станали сигнал към другите да отстранят източника на стрес.

Робин: Да, това е твърде прегледна интерпретация. Но ако говорим за сигнали, може да се създаде впечатление, че всичко става повече или по-малко съзнателно; отколкото е в действителност. Майката не наблюдава реакцията, не я констатира, не взема решение да отреагира. Още по-малко детето решава да изпрати сигнал. Всичко протича много по-автоматично.



Джон: Нито един от двамата няма и най-малката представа защо го вършат.

Робин: Нито как го вършат. Става като при пералната машина, която върши това, за което е програмирана. И, разбира се, не е само майката. Участват бащата, а също и другите деца, цялото семейство се държи по този начин. Защото както обикновено, семейният модел се е предал през поколенията на двамата родители. Затова всеки от семейството "зацикля" по този начин, дори да се преструва, че не го прави.

Джон: Как се преструват?

Робин: Ами майката може да изглежда прекалено отстъпчива, а бащата да има вид на критично настроен към нейната отстъпчивост пред външен човек. Понякога той може да й рече: "Престани да глезиш детето." Но ако по-внимателно се вгледаш в семейството, когато всички заедно разговарят с теб, скоро откриваш, че просто бащата проявява ревност и желае да го глежат по същия начин. Така че той всъщност не може да помогне. Затова който и от двата варианта да е налице – баща, който оче-

видно също има нужди, или баща, отричащ съществуването на своите нужди, детето научава да избягва стреса, като задейства своята безпомощна, неадекватна, страдална физиономия.

Джон: Щом всичко това става автоматично, значи тогава целият процес протича зад жалюзите?

Робин: Да, зад жалюзите на всеки член на такъв тип семейство, а не само у човека, който се оплаква от симптомите в даден момент. Налага се някой и звън семейната система да им помогне да видят какво става, те да приемат поставената зад жалюзите тъга и така да се освободят от този модел.

Джон: Навярно приятелите?

Робин: Може би, но само ако семейната предразположеност е умерена. Ако обаче е сериозна, дълбоко насадена, такава вероятност е твърде малка. Виж, човекът, научил този модел на поведение от своята майка, ще е склонен да подбира себеподобни приятели – хора, които няма да се противопоставят на поведението му.

Джон: Както и ще склучи брак с човек, научил в своето семейство да се подчинява на сигналите автоматично.

Робин: Следователно малка е вероятността да се появи по случайност някой, който може да стори необходимото.

Джон: Добре, а какво е необходимото?

Робин: С такъв човек трябва да бъдат предприети няколко неща едновременно. Необходимо е да го поставиш в ситуация, при която тъжната физиономия не получава разменната си стойност, но причината за сигнала "тъжна физиономия" се приема с разбиране, а не с порицание, а също така му се предлага емоционална подкрепа, за да си позволи да изпита тъга.

Джон: Почакай! Не мога да схвана всичко едновременно. Тъжната физиономия не бива да получи своята разменна стойност. Какво е разменната стойност?

Робин: Простичко – някой се втурва и съобщава: "Не се налага да посрещаш трудностите, които те разстройват."

Джон: С други думи, грубо казано, психотерапевтът трябва да посъветва: "Необходимо е да посрещнеш болез-

ните неща в живота, дори ако те натъжават."

Робин: Много грубо казано – да.

Джон: Сетне трябва да се прояви разбиране към причината за тъжната физиономия, а не тя да бъде порицавана.

Робин: Това означава следното: на този човек трябва да му се внуши, че тъжните чувства са нещо нормално, че те няма да го превърнат в "бебе".

Джон: Така му се помага да изнесе чувствата пред жалюзите, за да успее да се справи с тях.

Робин: Именно. По този начин той ще успее да ги изпита. Това е всичко, което трябва да направи.

Джон: Но тъй като никога не го е вършил, подобна перспектива би трябвало да го плаши много. Затова му е необходима емоционална подкрепа.

Робин: Да, и да му я окажеш е не по-малко важно от другите две условия.

Джон: Разбира се, човекът на здравословната пътека се освобождава от различните прояви на тъгата, предизвикана от многобройните малки загуби, като ги изживява своевременно. Взemi един прост пример: ако отделинето от мама се равнява на 1000 единици тъга, детето по здравословната пътека ги "набира" една по една. Така че всяка загуба е малка и преодолима. Но човекът по "нездравословната" пътека натрупва всички тези единици там, зад преградата.

Робин: И всъщност всички по-сетне преживени загуби могат да притурят към сбора и да направят човек още по-чувствителен дори към досега с подобни чувства. Разбира се, когато започне да изпитва тъгата, той няма да я изпита наведнъж, тя може да бъде освобождавана по малко всеки път. Но той със сигурност долавя колко много е натрупаното и често се страхува, че чувствата може да го надвият, ако престане да ги избягва. Затова, както казвам аз, да дадеш постоянна подкрепа на такъв човек е точно толкова важно, колкото да не му дадеш разменната стойност, а именно автоматичния семеен отклик, с който той е свикнал.

Джон: За мен бе истинско откритие, когато започнах да схващам това в твоята група за психоанализа. Струва ми

се, преди, когато се окажах заедно с човек, който е в депресия, усещах, че мога да отреагирам само по два начина. Единият – да бъда "всмукал", въввлечен в рутината на съществуването, без да изпитвам съмнение, че човекът получава от мен забележителна обич и подкрепа, когато просто се съгласявам с всичко, изречено от него, и така му давам разменната – според твоя израз – стойност. От друга страна, ако съм в различно настроение, вероятно ако аз самият съм в депресия, ще възприема чевърстия английски подход: "А бе, я си налей едно уиски и се стегни!" Не мисля, че въобще ми е идвала наум възможността просто да седна с човека и да река: "Да, това е много трудно за теб и ти изпитваш някои неприятни чувства, с които ще трябва да се справиш. Ще поседна и ще остана с теб, докато се чувстваш така." Сега си спомням – след като една от моите връзки се провали, момичето ми каза, че когато била в депресия, аз никога не съм съумявал "просто да бъда с нея". Не я разбирах тогава, но, надявам се, сега ми е ясно.

Робин: Със сигурност депресивният модел е бил твърде устойчив в моето семейство, затова ми бе необходимо много време, за да разбера какво наистина се изисква, за да помогнеш на хората за промяната на този модел. Разбира се, когато става дума за професионални взаимоотношения, по-лесно е да споделиш този опит по един спокоен, подкрепящ, неутрален начин, тъй като твоите собствени чувства не са така ангажирани. Очевидно е близките е по-трудно да се поддържа баланса между подкрепа и твърдост.

Джон: Намесват се твоите собствени потребности!

Тежка депресия...

Джон: А истински тежката депресия? Чувам съм го често – предполага се, че тя има по-скоро химически, отколкото психологически произход и следователно може да бъде облекчена само с лекарства.

Робин: Ами нали сме на прага и от химически елементи. Всичко, което става в нас, включва и химически

промени, не е ли тъй? Ако видиш кубаво момиче или ако забележиш автобус, който връхлита върху теб, докато пресичаш шосето, или ако се ядосаш някому, в кръвта ти настъпват химически промени. И затова, разбира се, е възможно да повлияеш върху някои от тези реакции на химическо равнище. Определени видове депресия могат да бъдат облекчавани по този начин. По-точно лекарствата са особено полезни като временна мярка за прекъсване на порочния кръг от химически промени, настъпили при тежки депресии, когато болестта пречи на пациента, така че той не ти съдейства и не мисли ясно до степен, при която психотерапията е безполезна, а животът мудори може да се окаже в опасност. Взимането на лекарства обаче не променя личността, не изменя скритите от долу модели, за които говорим. Така въпросните модели предизвикват в тялото производството на химикали, за които са създадени противодействащите лекарства. Но ако съумееш да промениш автоматичния модел на реакция, възможно е човекът да не изпада повече по същия начин в депресия или изобщо да няма нужда от лекарства.

Джон: Дори при най-лошите депресии?

Робин: Трудно е да се каже, тъй като ред случаи, лечими по-рано само с лекарства, сега се влияят от новите, прилагани по цял свят методи на семейна психотерапия. Непрекъснато се откриват все по-ефективни методи, затова наистина не можем да кажем със сигурност, че дори и случаите, върху които не сме в състояние да повлияем днес, няма да бъдат лекувани с тези средства след година. Със сигурност обаче в момента, а вероятно и много време занаяпред лекарствата, професионалната подкрепа, болничното лечение – с електрошокова терапия при случаите, където нищо друго не помага – представляват често единственият практически лек за най-сериозните депресивни състояния.

Джон: Каква мислиш е причината, поради която някои депресии са по-тежки от други и съответно е по-трудно да им се помогне?

Робин: Съществуват различни възгледи по този въпрос. Но за мен най-смисленият, който работи освен това в прак-

тиката, е, че хората с различна степен на депресия са "задържани" на различни етапи в периода от шестмесечна възраст нататък, когато основната им задача е била да постигнат отделянето от своята майка. Човек, който в този процес се е отделил на мъничко разстояние, показва предразположеност към по-тежка обремененост, по-трудно е да бъде лекуван.

Джон: Следователно, ако бъде "задържано" точно когато е започнало да подрежда своите граници, точно когато е започнало да зърва понякога своята майка като отделен, завършен човек, детето ще бъде по-уязвимо?

Робин: Да, ако границите са все още замъглени и лесно се размиват, човек, останал на това равнище, отново може лесно да преустанови при стрес допира си с действителността. Загубата на нещо жизненоважно за човека – любим, цел или някаква представа за самия него, според която той се чувства добър – предизвиква непреодолима болка, чувство на нещастие, гняв. Този човек не е достигнал степента, при която би успял да се залови здраво за приятни спомени от обичани хора или от щастливи времена и така да противодейства на болката, да съхрани своето равновесие. Сегашната болка дори му изглежда по-тежка и понякога единственият начин да се справи с нея е да се спусне надолу по стълбата на растежа и да използва клапана от по-ранния етап, при който болезнените чувства биват проектирани върху външния свят и върху други хора. Възможно е също и да се върне право назад към етапа, при който смята, че е в състояние да контролира света.

Джон: Може да регресира към параноя или дори към шизофрения?

Робин: Да, по някакъв начин той може да се върне назад към тези по-ранни етапи и да развие умопомрачението, характеризиращо се с илюзии, халюцинации и така нататък.

Джон: Но ако е стигнал малко по-далеч при фазата на отделяне...

Робин: Тогава въпреки причинената от сериозната загуба мъка той е в състояние да съхранява в съзнанието си спомени от приятни преживявания и да се задържа на деп-

ресивна позиция, а не да се връща назад. И друго: тъй като е по-напред в своето развитие, налице са и повече белези на зрелостта – както за да се справи с проблемите, т а к а и за да се опрe психотерапевтът на тях, ако човекът дойде за лечение.

Джон: Съществуват ли доказателства, че наистина тежките болести с депресивен синдром се предават генетично?

Робин: Да. Предполагам, днес повечето хора са убедени, че вероятно по наследство се предава поне известна уязвимост, а изглежда също, че при различните видове депресия наследствеността играе различна роля. Уязвимостта може да направи отделни хора по-чувствителни към определен стрес и по-предразположени да развият различните видове автоматизъм, за които говорихме.

Джон: А къде попада маниакалната депресия, при която люшканията на настроението стигат чак догоре и чак додолу?

Робин: Много лекари смятат, че тя е наследствена болест. Съществуват обаче ред доказателства и за влиянието на факторите на средата. На този етап не знаем каква е връзката помежду им.

Джон: Но в коя част на спектъра попада тази депресия?

Робин: Бих поставил маниакално депресивната личност долу, към по-ранните фази, при параноята, що се отнася до яснотата на границите и степента на постигнатото отделяне. Споделям мнението на повечето психоаналитици за манията като за не толкова зрял начин на действие в сравнение с обикновената депресия, всъщност като защита от нея.

Джон: Това би поставило манията м е ж д у депресията и параноята.

Робин: Правилно. Всъщност манията демонстрира някои от характеристиките на етапа, който може да отведе към шизофрения или параноя – замъглените граници, липсата на връзка с действителността, разделяне на добрите от лошите чувства и проектиране на неприятните извън личността. При манията обаче това става по много по-

усложнен начин, тъй като маниакално депресираната личност е преминала въпросния етап.

Джон: Звучи почти като спешно отстъпление назад към параноята, но извършено наполовина.

Робин: Да. Обикновено отстъплението е задействано от някаква загуба като защитна мярка срещу тежката депресия.

Джон: Не е ли обаче манията почти противоположна на депресията? Ако даден човек е маниак, той проявява налудничав свръхоптимизъм, противно на депресията и свръхпесимизма.

Робин: Именно. При маниакалното настроение поведението на личността е по-близо до състоянието на възбуда и триумф, на "летеж във въздуха". Един вид загубена е връзката със земята, затова такива хора стават невероятно експанзивни, изживяват се като значими и могъщи, предприемат най-различни свръхамбициозни проекти.

Джон: И харчат сума ти пари, които не притежават, но са сигурни, че в близко време ще спечелят.

Робин: Точно така. Имат нереалистичното чувство, че контролират нещата. И затова са трудни за контрол от страна на другите!



Джон: Прилича малко на усещането за големия балон, не е ли тъй?

Робин: Да, но има разлика между манията и шизофренията. Освен, разбира се, ако манията не регресира към шизофрения. Обикновеният маниак в депресия, който се намира в маниакална фаза, е много по-рационален и разбираем от шизофреника.

Джон: Защото установява на някакво равнище по-добра връзка с действителността?

Робин: Да. Шизофреникът сякаш и когато не е бил свеждан до нормални размери все още смята, че е голям балон. Маниакът от своя страна е стигал преди време до откритието, че не е в състояние да контролира всичко – налагало му се е да се еблъска с истината и да усвои този урок, но отчаяно прави опити да се преструва, че е голям балон. И тъй като дълбоко в себе си знае, че това не е така, рано или късно балонът се спуква и той "спада" отново до състояние на депресия.

Джон: Маниакалните фази могат да продължат с месеци, нали?

Робин: Да, могат. Понякога люшканията са циклични, но в повечето случаи е трудно да проследяш каквато и да е схема. Хората, които изследват проблема, обаче са открили, че стресът – по принцип загубата на нещо важно – задейства люшкането или нагоре, или надолу.

Джон: Добре. А случаите, които са в горния край на умерената част на диапазона? Вероятно тия хора страдат от значително по-умерена депресия, но сравнително постоянно.

Робин: Да, личността им е по-цялостно развита и те не изглеждат с големи отклонения от нормата. Просто притежават модели, които прекомерно ги презастраховат срещу обичайния стрес, затова са придобили упорития навик да се чувстват наскърбени и наранени, ако нещата не потръгват. И естествено при създаването на семейство те са по-предразположени да се вкопчват един в друг, отколкото семействата по нормалната пътека.

Джон: Е, това е спектърът на депресивния синдром,

нали? При тежките случаи в долния край личността би могла дори да регресира до параноя или шизофрения, или най-малкото ще ѝ е трудно да съществува в обикновения живот. Следват хората с маниакална депресия – не така тежки като случаи, понеже са в по-голям контакт с действителността, те имат пристъпи на налудничаво въодушевление и безпочвен оптимизъм, които се редуват с пристъпи на депресия. А в по-умерения край на спектъра попадат хората, които се вместили в живота, но не живеят много приятно.

Робин: В общи линии...

Джон: Ами лечението? Какво може да се направи за по-тежките случаи?

Робин: Колкото по-тежък е случаят, толкова по-голяма е вероятността да са необходими лекарства за извеждане от наистина острите кризи. Необходимо ще бъде също присъствието на цялото семейство, за да се постигне ефективно лечение.

Джон: А при по-умерените случаи?

Робин: Прогнозите за психологическо лечение на тези случаи са наистина обнадеждаващи. Ако дойдат за лечение! Не забравяй, тези хора могат да постигнат много успехи в живота. Фактът, че изпитват необходимост да бъдат обичани и одобрявани, ги превръща в упорити работници, в хора, които се жертват за приятелите си, за организацията, към която принадлежат, и така нататък.

Джон: И за своите семейства!

Робин: Да, в това е част от проблема! Както знаеш, те не са самостоятелни. Тяхната обвързаност не само към собствените им семейства, но и към други групи, с които влизат в контакт, ги прави много лоялни, надеждни, ревностни. Болезните им усърдни. Тъй че те могат да стигнат далеч и да бъдат възнаградени.

Джон: И да си докарат язва! Помня, всички хора от групата, която посещавах, почти бяха стигнали върха на своите професии, включително всички съпруги. Тъкмо затова те сякаш не бяха в състояние да се забавляват – отчасти защото бяха зависими от своя брачен партньор. В подобни семейства партньорите доста се вкопчват един в друг, нали?

Робин: Да, дори и да го прикриват.

Джон: Но тъй като никой от тях не е в състояние да поеме по нормалния път сам... Е, това би трябвало да означава – както си го повтарял хиляди пъти, – че нямат много, което да дават. Какво тогава си дават в заимство; след като са вкопчени един в друг?

Робин: Най-добрият компромис, който биха могли да постигнат! При положение че всеки има едни и същи проблеми при общуването, че е "задържан" на един и същ етап, двамата пасват по-добре един към друг, отколкото към нормалната ситуация. Не е толкова добре, колкото би могло да бъде, но си дават взаимно толкова, колкото могат. След определено нагаждане системата работи, поне докато не се появи сериозна загуба, примерно смърт, някаква друга раздяла или значителна промяна. Балансът в такова семейство е по-несигурен в сравнение с нормалното, в него по-лесно се предизвиква криза, при която системата рухва. Затова големите семейства от миналото, включващи и подалечни роднини, са имали толкова здравословна атмосфера, а настоящите, парникови семейни клетки могат да предизвикат такива проблеми.

Никой не е идеален...

Джон: Много от симптомите на депресията, които описал, наблюдавам в самия себе си. Макар сега да не получавам нищо подобно на ония проточващи се и твърде дълбоки депресии, в които изпадах преди седем или осем години, все още, когато съм в определени настроения, забелязвам в своето поведение ехото от тези симптоми. Например ако някой каже нещо обидно, вместо да се отпусна и да изпитам моментна загуба на самоуважение, улавям често как се напрягам, за да избягна подобна реакция. Ако пък напрежението в работата ми е голямо, не успявам да си дам целноценни почивки. Склонен съм да се оставя да ме върти шайбата, което отново засилва спиралата на напрежението, като губя усет за своето тяло и света около себе си. Понякога започвам да си внушавам, че не харесвам пове-

чето неща у себе си, възмушавам се от Върховния, че нарочно си прави тъпи космически шеги с мен и обърква работите. Знам, много от моите приятели имат подобни депресивни реакции, предизвикани от стреса. Целта на това безкрайно предисловие бе да те попитам – а с теб как е?

Робин: Е, когато започнах като детски психиатър, често се шегувах със своите колеги, че ако съм добър за тази работа, то е главно защото членовете на моето семейство изглежда страдат по м ъ н и ч к о от всичко – така че знам всичко от първа ръка! Отчасти това бе обичайната за студента по медицина болест да си въобразява, че страда от всички неразположения, за които четеш в момента, но очевидно имаше и голяма доза истина. В началото мислех, че се отличавам в това отношение, по-късно обаче, когато като част от моето обучение се присъединих към една психотерапевтична група, при по-внимателно вглеждане открих, че повечето от включените в обучението изглежда имаха също толкова проблеми в своите семейства, колкото и аз в моето. След като разбрах повечко за самия себе си, поглеждайки назад, осъзнах, че съм дошъл в професията колкото да помогна на себе си, толкова да помогна и на другите, а може би също – без никой да си дава сметка – бях изпратен от моето семейство с мисията да ги избавя. За щастие това е професия, при която можеш да преобърнеш подобни трудности в предимства.

Джон: А в политиката?

Робин: Сигурно и там. Но в моята професия признаеш ли, че ти е нужна помощ, можеш да я получиш и за самия себе си, а вероятно и да подредиш нещата в известна степен.

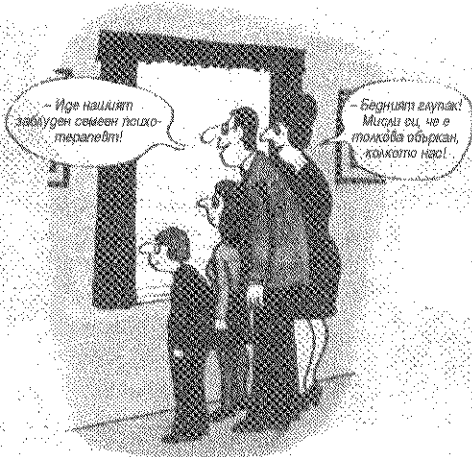
Онзи ден превъртях стар магнетофонен запис на първата голяма конференция по семейна психотерапия във Великобритания.

Тя бе проведена през 1973 година и тогава за пръв път, окуражени от гостуващите американски семейни психотерапевти от института Акърман в Ню Йорк, ние взехме участие в ролева игра. А именно разигравахме сцени от нашите собствени семейства, а също и от семействата на нашите пациенти; за да виинкнем в тях по-добре. Любопитно е да видиш как семената за тази книга са хвърлени още тога-



ва чрез казаното от мен на последното заседание: "Сред най-ценните неща, които извлякох от тази конференция, е поуката да се сближа с моето семейство. Нещо, което знаех, че ми е необходимо, но не знаех как да го постигна. Осъзнах обаче, че всички представени тук семейства с а м о е т о семейство, че през цялото време наблюдавахме едно и също семейство.

Всеки път наблюдаваме една несигурна майка без стабилната основа, от която би могла да набере смелост. Затова тя все още изпитва двойствена зависимост от с в о я т а майка, търси грижовност от своя съпруг и деца, избягва обаче да го осъзнае, като вместо това полага грижи за другите независимо от необходимостта им от автономност. И естествено тя е потисната, защото не е преминала този етап. Всеки път се оказва, че б а щ а т а в семействата е имал недобри взаимоотношения със с в о я баща и не е могъл да избегне своята нужда от майка си. Той е гневен, безсилен, изхвърлен, изолиран. Сексуалната връзка между двойките не е добра, защото още не са стигнали до този етап в своето развитие и все още търсят родителска грижа за самите себе си. Докато не получат тази родителска грижа, която очевидно не получават в достатъчна степен един от друг, те не могат да отидат в леглото и да се наслаждават



един на друг пълноценно. Децата също следват семейния модел. Поради едни причини родителите се чувстват твърде безсилни, а поради други се опитват да се проявяват като всемогъщи, опитват се прекалено усърдно да отгледат правилно своите деца. След като видях, че този модел, представен чрез ролевите игри, е валиден не само за семействата на пациентите, но и за семействата на колегите, чудя се дали не приличам на човека, който излязъл навън в градината, видял Луната и помислил, че свети само за него. Може би всеки тук вижда същата Луна, същото семейство, своето собствено семейство. Може би съществува едно-единствено семейство, човекът от семейство, а се различават само начините, по които засядаме или се отклоняваме от поетия път."

Джон: Следователно, предполагам, няма да е прекалено смело, ако допуснем, че много от прочелите книгата хора ще се разпознаят в определени аспекти на поведението или поне ще разпознаят своите собствени семейства или приятели.

Робин: Да, мисля, че мнозина ще го сторят дори ако поведението, което разпознават като свое, е един умерен вариант на описаното от мен.

Джон: А ако не намерят нищо общо?

Робин: Значи тогава те напълно са се отървали от тази фаза по начин, който – убеден съм – само нищожна част от хората могат някога да постигнат.

Джон: Разбира се, винаги обаче има хора, които само си мислят, че са се отървали.

Робин: Е, те са в състояние да разпознаят себе си, ако пожелаят.

Джон: Как?

Робин: Ще открият, че при четенето необяснимо се ядосват по причини, които няма да успеят да изяснят.

Джон: Добре казано, докторе, добре. Но понякога трябва да привлечеш за лечение тъкмо такива хора – които се гневят и заемат отбранителна позиция, ако им подсказеш, че биха могли да имат нужди, които не задоволяват.

Робин: Всъщност по-трудно е с тези, които не се гневят, а умело те провокират, ако се доближиш до чувството им на тъга. Спомням си един тип, който ме изкарваше от нерви всеки път, щом дойдеше – човек с гранична параноя, преминал през много терапевтични сеанси. Бях се съгласил да го приема съвсем случайно, тъй като предишният му психотерапевт бе починал. Идваше на всеки няколко месеца, нареждаше сума ти книги върху масата – "Мечо Нух", "Тълкуване на сънищата" от Фройд, "Алиса в страната на чудесата", "Завист и благодарност" от Мелани Клайн или каквото и да е друго – и разказваше какво е разбрал, докато аз се опитвах да проумея посланието, което се предполагаше, че трябва да получа. Обикновено чувствах раздразнение, а също и че съм безполезен, но той продължаваше да идва и сякаш бавно се променяше в положителна посока. Един ден заедно с книгите донесе огромен книжен плик, от който внимателно измъкна грамадански бял плюшен заек, между половин и един метър, и го постави редом с книгите върху масата. Заекът обаче все се катурваше назад, та аз трябваше да свалям все повече и повече книги от лавиците, за да го подкрепям, докато най-сетне той седна изправен, макар човекът през цялото време да ми повтаряше да не се безпокоя. В последвалата беседа той наистина ме нервира. Ядосах се много и реших, че си гу-

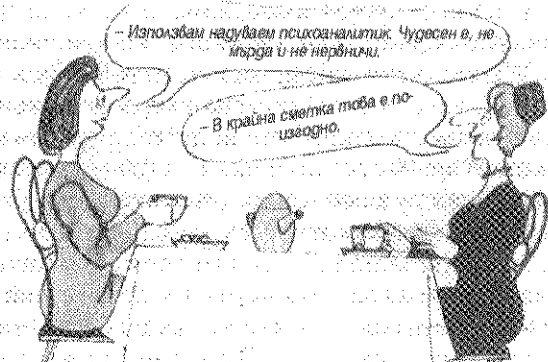
бим взаимно времето, макар да не го изрекох. За мое учудване на тръгване, докато събираше книгите и слагаше знаменития заек обратно в торбата, човекът изглеждаше твърде доволен. "Много ви благодаря – каза той – за всичко, което направихте за заека."

Джон: Искаш да кажеш, че не е могъл да го поиска за себе си, но когато си подкрепил заека му, той е почувствал, че подкрепяш не го.

Робин: Така мисля. Това бе най-близкият възможен начин да помоли за помощ. Насочваше ме някак си и затова, макар да не го бях осъзнал, аз интуитивно откликнах на нуждата му по единствения подходящ за него начин. Сетне осъзнах още, че вероятно ме бе манипулирал да се ядосам, за да се чувства на безопасно разстояние от всяка загриженост, която предизвиква.

Джон: Мисля за ролята на преходния предмет по отношение на детето – осигурява подкрепа, като в същото време носи посланието, че майката няма да се втурне за наемса без нужда. Като сравнявам това с твоето поведение, когато лекуваш хора в депресия, стигам до извода, че професионално погледнато ти не си нещо повече от един плюшен заек.

Робин: Нямаш представа обаче колко трудно е да бъдеш добър плюшен заек.



4.

Кой ръководи тук?

Ангел ли да бъда, мамо?...

Джон: Какъв е следващият кръг от идеи, които искаш да разгледаме?

Робин: Доста интересна поредица. Отношението към властта, защо хората се приспособяват или опълчват, колко строги трябва да бъдат родителите, в кои ситуации бащите са незаменими, защо някои хора са добри в екип, а други – с голямо "его" – не стават, защо децата се държат зле или пък се разболяват, за да задържат своите родители заедно, фикс идеите, пристъпите на проходащите деца, защо не е зле родителите да се съдрпат понякога, Райската градина...

Джон: О, нима това е всичко? И вероятно то иде на ред, защото има нещо общо със следващия стадий на детското развитие?

Робин: Бебето прохода, там е работата.

Джон: Бебето беше повече или по-малко безпомощно...

Робин: Повече или по-малко. Но мозъкът се развива, нервните клетки са се свързвали и помежду си, и с мускулите. И някъде между една и две години проходащото дете започва да върви само и да произнася първите си истински думи.

Джон: А какво става с "естествените нужди", както им викаме в Уестън-супър-Меър?

Робин: "Свързването" между пикочния мехур, червата и мозъка е привършило. Вместо да се задействат ей така, автоматично, тези функции могат да бъдат "пукани" и "спи-

рани", щом бебето пожелае. На около годинка и половина прождащото дете дава явни признаци, че е в състояние да мисли самостоятелно.

Джон: Горките родители! Преди това то можеше да изразява своето несъгласие само като реве или отказва храна.

Робин: Или като се разболява. Сега обаче то има неограничена свобода на избора. Може да дойде, когато го повикат, или да избяга. Може да изрича "да" и "не". Може да хвърля предмети или да ги катурва, макар това да не харесва на мама. А когато е сложено на гърнето, може да си изпълни задължението или да го направи в по-малко удобен момент. Придобивайки по-голяма активност, родителите започват да му показват какво самите те харесват и какво не.

Джон: Започват да предявяват към него изисквания, защото то вече умее да подбери какво да направи.

Робин: Точно така, то придобива в известна степен истинска независимост и свобода и започва да се изправя лице в лице пред избора "добро" или "зло".

Джон: Злото вече се среща в множество нови и вълнуващи разновидности. Затова на този етап се появяват пристъпите на бурен гняв.

Робин: Разбира се, откривайки новите неща, които може да върши, детето просто опитва силите си. И ако се сблъска с някаква пречка, то ще блъска и ще се бори, за да я преодолее. Понякога родителите се оказват тази пречка!

Джон: Донякъде детето просто изпробва.

Робин: Да. Понякога родителите мислят, че са постъпили погрешно или че развалят детето. Но не е така. Пристъпите на буйство са нещо нормално.

Джон: А защо са толкова бурни?

Робин: Ами... погледни на тях в положителна светлина. Буйността на пристъпите е един вид мярка за евентуалната сила, която детският характер ще притежава, а която му помогнат да овладее наличната енергия. Тази несдържаност се дължи на необузданото своеволие, което обаче не получава възможност да се прояви. Представи си енергията, която изстрелва космическата ракета от Земята. А



пристъпите на буйство в ранна възраст са като първите ракети, които са се взривявали още на площадката или са експлодирали малко след отделянето им от нея, защото хората не са знаели как да контролират цялата тази енергия и как да насочат ракетата в желаната посока.

Джон: Никога не ми е идвало наум, че първоизточникът на пристъпа е енергията, а не ядът. Това обяснява защо ядът се оказва източник на енергия, нали? Мъча ли се над някакъв проблем при писането и "блокирам" ли над него, а сетне се ядосам на себе си, мога да използвам яда като допълнителна енергия, за да продължа да се блъскам с проблема често за по-дълго, отколкото ако не бях изпитал затруднение в самото начало.

Робин: Именно това трябва да научи детето – да овладява пристъпите, за да овладее удивителната нова енергия, така както добрият ездач направлява коня: оставя го да тича, но контролира посоката. Пристъпите спират, когато детето се научи да се справя с тази енергия и я използва в своя полза.

Джон: Само въпрос на време ли е да се научи?

Робин: Да, стига родителите да разберат, че подобно състояние е напълно нормално, те ще успеят да проявяват спокойствие и строгост към детето, а то ще се научи по ес-

тествен начин да контролира своята енергия.

Джон: И тъй, прождащият човек придобива нови физически умения, съумява вече да мисли самостоятелно... Та какво му предстои да научи на този етап?

Робин: Как да се приспособява към другите – първо към своето семейство и евентуално към останалата част от обществото.

Джон: Защото ако не успее... ще загуби обичта, подкрепата и помощта на другите хора, от които безусловно се нуждае.

Робин: Във всеки случай, ако се разбира с другите хора, животът би го възнаграждавал много повече, би бил по-интересен.

Джон: Ще трябва следователно да се научи да избира варианта "да бъде добър".

Робин: Не.

Джон: Не?!

Робин: Виж, няма полза от това да си просто добър. Ако детето ще се развива като психически здрав, независим, самоуверен човек със самостоятелно мислене, на този етап то трябва да започне съзидателно да върши творчески неща за себе си, неща, които са съвсем нови за него и които родителите няма да са в състояние да предвидят. А понякога няма и да харесват.

Джон: Следователно му е необходима достатъчна увереност, за да изследва света и в същото време... да се научи как да се приспособява към другите?

Робин: Именно. Трябва да научи да не бъде прекалено непослушно, но да не бъде и прекалено добро. Трябва да намери средния път между двете.

Джон: Почакай за момент. Разбирам, трябва да се научи да не бъде твърде лошо, защото ако проявява пълен егоизъм, незачитането на околните ще го превърне в един самотен и необичан човек. Каква обаче е опасността от това да бъдеш "прекалено добър"?

Робин: Ако не го насърчават да изследва света по мъничко, да мисли самостоятелно, ако го насилват да дава прекалено много от себе си, детето ще се превърне до голя-

ма степен в конформист. Определено няма да създава проблеми на никого, но ще схваща бавно, ще бъде отегчително, досадно, безинтересно дете. Ще го подбутват и то съответно не ще е в състояние да постига това, което желае или от което се нуждае. Неговото лично присъствие сякаш няма да се забелязва, то няма да притежава ясно чувство за своята собствена идентичност.

Джон: С други думи, ще прилича на заклет експерт-счетоводител. Забавно, но когато учителствах, забелязах, че едно-две от децата, които никога не вършеха нищо нередно, всъщност и не събуждаха много обич.

Робин: Тъкмо там е работата. Такива деца не са много харесвани или обичани. Затова по-късно често им липсва подкрепа – като на големите егоисти. Виждаш, на този стадий родителите имат трудната задача да направляват детето, за да не залита в една или друга крайност.

Джон: Като предоставят на прождащото дете свободата и насърчението да изследва света, да добива увереност и независимост, но и като упражняват достатъчно контрол и строгост, за да бъде в състояние то да развие умение за самоконтрол.

Робин: Ах, този труден баланс между конформизъм и независимост, който всички ние се мъчим да постигнем през останалата част от живота си!

Джон: Когато ни сритат да навлезем в суровия живот. След като щастливо сме лежали в бебешкото си креватче, наричали са ни "съкровището на мама", 24 часа в денонощието сме имали камериерка.

Робин: Да поговорим за друго...

Джон: Да, моля!

Робин: Някои хора смятат, че митът за Райската градина е свързан с тези промени у човека. Бебешката възраст е нашият Едем, където всичко е осигурено и не се изисква нищо в замяна. "Грехопадението" започва с избора, със свободата да изберем каквото ни е желаем или каквото наши те родители желаят. Сетне "опитваме от дървото на познанието за доброто и злото". Преди това ние сме "невинни" – доброто и злото са без всякакъв смисъл.

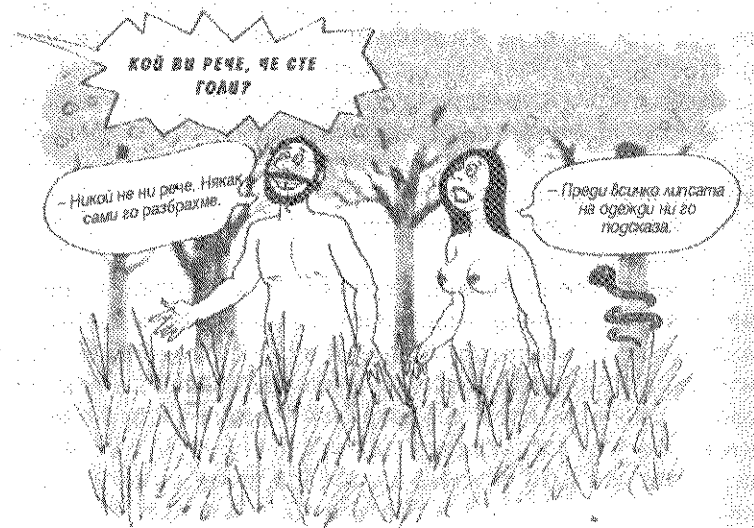
Джон: Следователно трябва да изпитаме злото, както и доброто, преди да бъдем напълно самите себе си.

Робин: Трябва да сме способни да вършим и двете, да имаме избора между доброто и злото. Което трябва да влече след себе си възможността да тръгнем срещу системата дори с риска тя да ни унищожи! И все пак често забравяме това и се надяваме, че ще можем да сме свободни и верни на себе си без риска да не ни харесват и да изпаднем в опасност.

Джон: Да, надяваме се. Или поне аз се надявам. Следователно твърдиш, че едно дете не може да развие ясно изразено чувство за собствена идентичност, ако не може да бъде непослушно.

Робин: Всички ние имаме своята индивидуалност, всички сме родени различни, тъй че прохождащият човек е като летец изпитател на нов самолет. Той трябва да подлага себе си на проверка, да експериментира, да довежда нещата до техния предел, а това означава понякога да стига твърде далеч.

Джон: Ами смокиновите листа? Когато Адам и Ева откриват пола?



Робин: Истинското сексуално различияване на децата става всъщност по-късно. В периода на прохождането децата започват за пръв път да осъзнават не самия пол, а физическите различия между половете. Проявяват също и голямо любопитство към тези различия. Затова, мисля, фазата на прохождането се отнася не просто до откритието, че имаш възможността да бъдеш добър или лош, но също и до приемането, че ти си или от мъжки пол, или от женски пол... но не и двата.

Джон: Следователно библейският мит не се отнася до пола, а до идентичността на пола.

Робин: Правилно. Адам и Ева осъзнават, че се различават един от друг, и този факт ги кара да разберат своята отделност и уникалност. Логично впоследствие те се чувстват пропъдени от Райската градина.

Джон: Далеч от блаженото единение с всемогъщия Господ – майка. Затова грехопадението изразява познаването на доброто и злото, просветлението; че съществуват правила, които можеш да спазваш или да нарушаваш...; а също и напускането на Майката. Преди обаче ти каза, че отделянето приблизително става в периода от шестмесечна до тригодишна възраст, докато въпросната фаза на проходилото дете обхваща периода от... от кога? От една до четири години?

Робин: Да, повече или по-малко. Бих определил началото някъде около година и три месеца.

Джон: Имаш предвид, че периодите се застъпват.

Робин: Очевидно. Много от тези събития – а именно уроците, които трябва да усвоим – се застъпват. Както при готвенето на ястие: месото трябва да бъде сложено преди картофите, картофите вървят преди граха, а супата трябва да бъде готова преди тях. През по-голяма част от времето обаче се случват няколко неща едновременно.

Джон: Следователно проходилото дете претърпява много сложна поредица от промени. Налага му се да научи да се отдели от мама, учи се да открива новия, възлнуващия, но малко страшен външен свят; започва да приема своята полова идентичност и в същото време му се налага да се на-

учи как да се приспособява към правилата на семейството. Затова то неистово прерисува своята мислена карта на всеки десет минути, нали?

Робин: В този период то прибавя към картата всички начертани от родителите му линии за неговото поведение. Линиите, които обозначават семейните правила. За първи път сега детето научава да изготвя карта за това, как функционира обществото.

Строгостта...

Джон: Преди около три седмици наблюдавах скеч а ла Пайтън в кварталния супермаркет. Една майка бе там с двама малки майстори на пакостите, които щом стореха нещо нередно – а то се случваше на всеки десет секунди, – крещеше и ги заплашваше с невъобразими лишения и мъчения, а тогава те целенасочено извършваха някаква друга пакост. Тя се заканваше, увеличаваше наказанието с пет хиляди удара с камшик, а също и с двукратно обезглавяване в Желязната девица. Тогава пък те извършваха някаква и с т и н с к а беля, за да й дадат да разбере кой е шефът. Накрая тя бе принудена да им даде сума ти бонбони, за да не бринат до основи супермаркета.

Робин: Мога да си го представя. Когато в семейството стават много разправии, причината е в това, че родителите не са се погрижили да изготвят необходимите на детето ясни насочващи правила. Във всеки случай обикновено е така.

Джон: Именно! Сега бих искал да навляза по-надълбоко в тая история с очертаването на "линии за поведение". Имам предвид, ако проходящото дете ще се учи да се приспособява, то би могло просто да научи къде са тези линии, стига да са очертани ясно, нали? И евентуално също така да разбере, че се прилагат строго. Което ни изправя пред трудната дума "дисциплина".

Робин: От латинската дума за "обучавам".

Джон: Правилно. Учениците на Христос са хора, които

той систематично наказва. Споменеш ли думата обаче в наши времена, хората незабавно призовават в мисълта си образа на много плесници, на грубост, на деца, с които се държат отвратително.

Робин: Работата е там... Всъщност многото плесници обикновено се появяват в случаите, където правилата не са ясни. Ако бащата успее да установи пълен контрол, когато е необходимо, това би означавало, че едва ли ще му се наложи да прибегва до плесници.

Джон: Така се получи с моята дъщеря. Боя се, че всъщност не се включих навреме в нейното отглеждане. Когато наближи четиригодишна възраст, тя стана много, много трудна, накрая аз загубих самообладание и за първи път я ударих силно. За моё абсолютно удивление долових, че връзката помежду ни не забавно стана по-добра. Понякога се налагаше да я плясвам отново, но промеждутъците между шамарите се удължаваха все повече и повече. След като навърши шест години, почти не ми се налагаше да го правя. И най-хубавото – защото, мисля, човек винаги се чувства мъничко виновен, дори да усеща, че е прав – тя сякаш нито веднъж не изпита лошо чувство към мен. Изглежда, по някакъв парадоксален начин се сблизихме.

Робин: Е, това е обичайно явление. Наблюдавам също то при нашите деца. И семействата, които се подлагат на лечение, стигат до този извод, ако проявят желанието да последват съвета и да възприемат по-твърда линия. Децата винаги прощават, обичат те повече дори, тъй като подобен подход показва съпричастност, загриженост.

Джон: Е, такова твърдение ще бъде прието с овации в Лондонска голяма община. Дочувам вече насмешливото им сумтене. Очевидно загрижеността, проявявана чрез очертаването на "правила за поведение", изразява толкова обич, колкото и майчината грижа по отглеждането, макар да е така различна.

Робин: Именно. Всъщност в определени отношения тази загриженост е дори по-дълбока, защото включва и родителския риск да бъде предизвикана временна неприязън, дори омраза, тъй като поведението на родителите зат-

руднява детето. Дори да е за негово собствено добро. В известен смисъл това е по-трудният вид обич към детето, защото не получаваш незабавно нещо хубаво в замяна. Временно те отблъскват. Благодарността ти идва по-късно.

Джон: В разговор с моята дъщеря през отпуската си припомних как истински презират децата учителите, които не могат да въведат ред. Те дори ги ненавиждат. Предпочитат вискателните, приемат и добряците, стига да поддържат реда. Другият тип учители, които децата не могат да търпят, са непоследователните – ония, които в един момент са вискателни, а в следващия – снизходителни.

Робин: Децата изпитват необходимост от последователност. Горките малки дяволчета не знаят как да се държат, ако не са им известни границите на разрешеното и неразрешеното.

Джон: Защо толкова много не харесват непостоянството? Може би защото ги изпълва с безпокойство? Защо искат ясни правила?

Робин: Чувстват се защитени, ако знаят докъде могат да отидат. Децата обичат да постигат, да научават, да бъдат мъничко под напрежение, те се чувстват по-сигурни и ако знаят точно колко могат да се поразпуснат и да лудуват. Много по-доволни са, ако съществува някаква относително стабилна система, която би им помогнала да се самоконтролират.

Джон: Получавам зрителна представа за това, какво би могло да изпитва детето. Седи на стол наред тъмна, непозната стая. И трябва да набере смелост, за да стане от стола и да изследва стаята. Но вътре царя мрак, а детето не е много сигурно къде точно се намират стените. Изпитва потребност обаче да се отдалечи, да изследва, да стигне стените и да установи тяхното местоположение, надеждност, здравина и установеност. Сетне то вече ще може да изследва стаята, изпълнено с любопитство, но без страх. Ако стените не са там, детето ще се уплаши. Няма да бъде сигурно докъде може да се отдалечи. Вероятно ако отиде твърде далеч, ще падне в пропаст! Или пък няма да успее да се върне, когато пожелае, към своята основна опора –

стола. Предоставяйки му стени, в които да се блъсне, родителите всъщност му вдъхват увереност да изследва.

Робин: Добре, но пропусна нещичко. Когато открие стената, детето трябва да умее да блъска по нея!

Джон: От изпитвания в момента гняв или затруднение.

Робин: Затова е необходимо стената да е здрава. Детето удря по нея, нищо ужасно обаче не става, таванът не пада и тогава то узнава: "Е, значи тук е стената." Виж, за да си сигурен в самия себе си, трябва да си имал възможността да достигнеш предела на своите чувства, следователно вече ще знаеш как да се справиш с екстремните емоции. След като веднъж си достигнал предела и ти е известно къде се намира той, знаеш също, че си оцелял, както че са оцелили и други обичани от теб хора, ти вече си наясно със себе си и оттук насетне можеш да се довериш на своя гняв. Знаеш, че си в състояние да се справиш с него. Очевидно при наличието на възможност за подобен опит някой трябва да се грижи за теб, а да се грижи и за себе си въпреки факта, че ти изпитваш ярост, способен си да убиеш или какво ли не друго. Околните трябва да овладеят ситуацията; да я удържат, да приемат чувствата с цялата им тежест, но да предотвратят всякаква реална вреда. Ако родителите установят ясни граници, както и несекваща емоционална подкрепа, детето ще може да изпробва своята сила до краен предел, ще добие увереност в нея, постепенно ще се научи да я контролира.

Джон: Тогава вече човек не се страхува от своя гняв. Чудесно! Затова значи децата се нуждаят от ясни, последователни, насочващи правила.

Робин: Да, понякога детето дори върши пакост, опитвайки се да принуди своите родители да установят някакви насочващи правила.

Джон: Изведнъж се сетих за израза "детето си го проси". Не задължително плесница, а ясна граница.

Робин: По този начин то научава "къде му е мястото" и престава да изпитва безпокойство. Ако родителите не определят насочващи правила, единственото, което децата са в състояние да сторят, е да пробват докъде могат да се

отместят границите! Колкото по-дълго родителите бъдат нерешителни, тъй като желаят да угодят всекому и се тревожат, че заради едно строго правило децата ще престанат да ги харесват, толкова по-скандално ще трябва да се проявяват децата в опита си да предизвикат категорична реакция. И, разбира се, толкова по-злокачествен ще бъде накрая взривът.

Джон: Искаш да кажеш, ако в последна сметка родителите все пак определят какво минава границата.

Робин: Да. И за колкото по-късно го отложат, толкова по-голям ще е взривът, толкова повече време ще е необходимо да се уталожат прахолякът. Свидетел съм бил на много случаи, когато родителите отлагат конфронтацията, докато детето навърши осем или десет години, а дори и до тийнейджърска възраст. При такова положение, когато ти съветвам да си изработят позиция, аз предупреждавам, че ги очаква нов десант на нормандския бряг, една седмица пълен ад. Обикновено впоследствие те се справят. Очевидно обаче е по-добре да бъдат очертани ясни правила тогава, когато детето "си го проси", през етапа на проходите детето; родителите също така трябва да му помогнат да научи как бавно да се приспособява, малко по малко, докато постигне уменията да развива повече самоконтрол.

Джон: Понякога ми причернява пред очите, щом чуя отказа на съвременни родители и учители да поемат отговорност и да определят необходимите на децата правила, защото някой можел да ги помисли за безсърдечни или за фашисти. Лично за мен това е достойна за най-голямо презрение безотговорност.

Робин: Разбира се, по-голямата част от вината се пада на Фройд. Макар всъщност той да е проявявал забележителна чувствителност и реализъм по въпроса. Хората обаче го интерпретират както им харесва, както е и с Библията.

Джон: Почакай! Да предположим, че родителите са много взискателни. Какъв ще е ефектът?

Робин: Според моя опит има ли също достатъчно обич при възпитанието, взискателността сама по себе си изг-

лежда не поражда много проблеми. Възможно е да се формира личност, която проявява повече тесногърдие или склонност към приспособленчество, която изповядва консервативни възгледи, приема йерархията и властта по-лесно в сравнение с теб и мен, но това би помогнало на такъв човек да се нагласи твърде добре към организация или професия, при които се изисква подчинение – както е в армията, полицията, държавните служби, правото и прочие.

Джон: Забрави счетоводството. Следователно хора от този тип ще се придържат строго към правилата и няма да виждат нищо нередно в това.

Робин: Интересно наистина, но съм забелязал, че хората всъщност почти винаги изпитват благодарност към взискателните родители. Още като деца те сякаш долавят, че това е струвало много на родителите им.

Джон: При положение че се върши за доброто на детето.

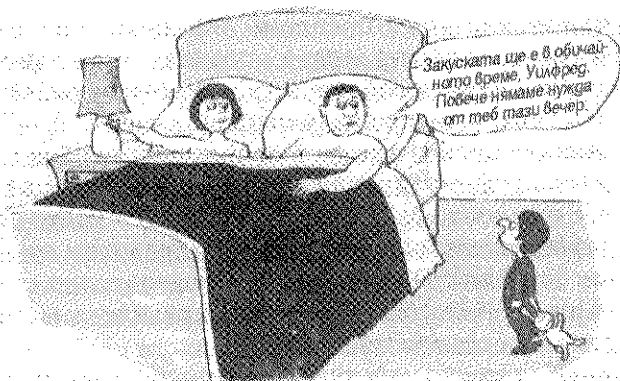
Робин: Да, ако родителите са проявявали строгост, за да се вкопчат в детето и така да задоволяват собствените си потребности – или по някоя друга подобна причина, – тогава става дума за съвсем различно нещо. И точно както децата изпитват благодарност към взискателните и любещи родители, така също те никога не прощават на ония, които разглеждат.

Джон: Долавят по някакъв начин, че в крайна сметка това не е за тяхно добро.

Робин: Да, изглежда разбират, че глезенето е причинено или от леност, или от някаква детинска потребност на родителите да бъдат непрестанно обичани и одобрявани. И дори да не го установят в момента, децата обикновено го виждат по-късно в живота.

Джон: Следователно твърдиш, че стига да е налице обич, дори старомодната викторианска строгост вероятно няма да причини психологически вреди.

Робин: При положение че си повтаряме: "върши се с любов и за доброто на детето", мисля, че приемам подобно твърдение.



Джон: Звучи така, сякаш ако родителят се съмнява, по-добре е да сгреша в полза на строгостта.

Робин: Бих казал – да. За щастие обаче има вроден механизъм, който помага на родителите да налучкват мярката. Правилото всъщност е просто: "Ако децата те подлудяват, то е защото искат да им прочетеш едно конско." Следователно изпитваш ли съмнение, прочети конското порано, преди децата да са станали непоносими. Любопитно, но има друга причина, поради която да сгрешаши в полза на строгостта е правилната грешка, а именно – последиците от твърде суровата дисциплина по принцип изглеждат с времето, затова и човек, възпитаван сурово, по принцип става по-нормален. От друга страна, човек, комуто в детството почти не са помагали да постигне умение за контрол върху себе си, впоследствие изпитва по-голяма трудност да се пренастрои и да придобие умение за самодисциплина.

Джон: Със сигурност обаче си чувал деца, а също и възрастни, които се оплакват, че техните родители са били прекалено взискателни.

Робин: О, да! Но когато се вглеждам по-внимателно в семейната среда на хора, които обвиняват за проблемите си своите свръхвзискателни родители, обикновено родителите се оказват прекалено слаби, прекалено лесно манипулирани.

Джон: Откъде идва тогава схващането за прекалената взискателност?

Робин: Родителите се тревожат да не бидат проявяват прекалена взискателност от страх, че децата няма да ги обичат, ако са строги. Затова децата подхващат това чувство и го възприемат в номиналната му стойност. В крайна сметка, след като родителите са така ангажирани със самообвинения, от гледната точка на децата никак не е неразумно, ако ги възнаградят с лихвите на това съмнение и също предявят обвинения.

Джон: Само трябва да се водят по мерките на своите родители.

Робин: Открит ли веднъж, че техните родители и зпитват страх да не бъдат обвинени в строгост, децата започват да играят на струната на вината, за да постигнат своето.

Джон: Разбирам. Нека видя дали съм се добрал до същината. Децата се нуждаят от ясни граници. Ако ги получат наготово очертани, биват достигнати няколко неща. Първо, научават как да се приспособяват; второ, не изпитват страха "да не знаят къде се намират"; и трето, точно в стадия на проходаването получават шанса да изживеят крайните емоции при "контролирани условия" – така те ги опознават и се научават да ги контролират.

Робин: Засега това е достатъчно.

Джон: Има нещо, което не разбрах. Детето не трябва да бъде "прекалено добро", нали? Е, ако истинската строгост – при положение че е съчетана с любов – не създава оня тип хора, които правят и на мравката път, тогава какво ги създава?

Робин: Тероризираните, сплашени хора вероятно са били подлагани на много силен натиск, за да отговорят на родителските очаквания. Но този натиск не е бил упражняван чрез строгост, а чрез лостове на вината. Такива родители не казват: "Не прави еди какво си, защото ще се разсърдя", "Ще те лиша от онова удоволствие", "Заминавай в леглото". Те обявяват: "Не прави това, наскърбяваш ме."



Джон: "Баща ти ще получи сърдечен пристъп, мама ще се разстрои, Вселената ще се разпадне."

Робин: "Ще ти е мъчно, когато няма да ме има."

Джон: "Ако ме обичаше, нямаше да вършиш такива работи."

Робин: И л и... детето може да бъде сплашено, когато в него се насажда страхът, че ако не се държи добре, родителите действително ще го зарежат.

Джон: И в двата случая обаче те стоварват върху детето огромна отговорност, нали?

Робин: Поставят го в усмирителна риза или, още по-лошото, принуждават детето само да си сложи усмирителна риза.

Джон: Принуждават го да се чувства отговорно за тяхното щастие, а дори и за техния живот! Както и за здравината на семейството, което за детето е почти равно на неговия собствен живот.

Робин: Естествено такова дете е неспособно да изследва своите емоции, тъй като се страхува от вредите, които може да причини.

Джон: Никога не е блъскало по стени, защото са му казвали, че ако го стори, цялата къща ще се срути.

Робин: Затова естествено то изпитва ужас да отстоява себе си.

Бащата се включва...

Джон: Съвсем в началото ти каза, че през стадия на прохождането бащата поема някои жизненоважни задачи. Вероятно трябва да осигури подкрепата и насърчението, от които се нуждае детето, когато пристъпи към изучаване на света извън майката.

Робин: Не само това. Има още нещо. Тогава бащата започва да претендира отново за своята съпруга.

Джон: Моля?

Робин: Обичайното положение след раждането е следното: бебето отнема много от майчиното време и внимание, затова бащата е "спасителното въже", осъществява нейната връзка с действителността. В стадия на проходите дете бащата започва да придърпва майката назад, един вид да си я вземе от детето. Така че двамата да поставят отново своите взаимоотношения като съпружеска двойка на първо място.

Джон: Защото докато оставя бебето да се отдели, майката сигурно изпитва загуба – загубата на една невероятно интимна връзка, така че ако бащата е наблизо, за да компенсира чрез възобновяване на връзката ѝ с него, това ще облекчи отделянето на бебето.

Робин: Тъй че ако в този момент бащата не направи крачка напред, за да претендира за своето място по-скоро като съпруг и любовник, отколкото само като баща, той не ще помогне на майката, н и т о на бебето да се справят със своя следващ ход, когато отстъпят крачка назад един от друг.

Джон: Следователно бащата най-напред има задачата да подпомогне отделянето, като предяви претенции за майката. А сетне, като следващия поред източник на обич и подкрепа, той притежава неповторимото умение да улесни бебето в опитите му да изследва света.

Робин: Да, той предлага на бебето нещо малко по-различно. Обикновено не така уютна връзка, вероятно по-здрава обаче, по-жизнена и стимулираща. Той не само подкрепя детето по време на първите му приключения далеч

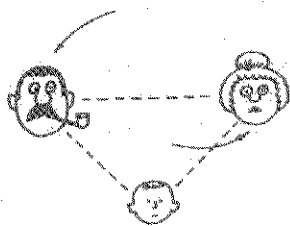
от мама, а е в състояние дори да придаде привлекателност на краткото отделяне от нея.

Джон: Следователно играе ролята на мост между майката и външния свят, като помага на проходилото дете да набере увереност за своите проучвания и да започне да чертае необходимата му карта за начина, по който функционира обществото.

Робин: Правилно. Като претендира за майката и застава между нея и детето, бащата вече оказва помощ в рисуването на картата. До този момент бебето е било в положение



а сега вече се оказва в тази позиция



Джон: Бебето е принудено да поделя. След като до този миг е било егоистично просяче, самата мисъл, че "там, навън" съществуват други хора, със свои нужди, също представлява достатъчно огромна крачка, нали? В известен смисъл таткото става съперник. Подобна теза смущава ли хората?

Робин: Само защото през последните години децата

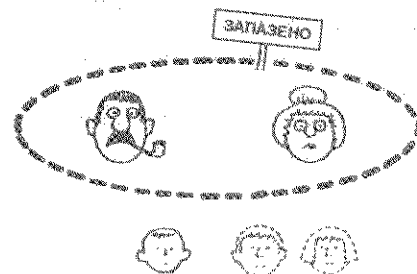
бяха на мода, докато бащите категорично не бяха на мода!

Джон: В какъв смисъл?

Робин: Е, през последните двадесетина години някои от "бащините" добродетели станаха малко демоде, налице бе огромно съсредоточаване върху "майчините" добродетели. В началото подобна промяна изглеждаше изцяло положителна. Повечето хора обаче усетиха, че махалото се люшна твърде далеч в едната посока, особено когато достигна крайната си точка през шестдесетте години. Сега, убеден съм, нещата се коригират, връщаме се към средното положение, при което двамата – и бащата, и майката – биват оценявани като еднакво важни, но по различен начин. Да се върнем обаче към твоята забележка за съперничеството. Моля те, разбери – макар да е съвсем естествено бащата да ревнува мъничко от бебето, той също така е в състояние да го обича, да го обгръща с грижа. Тъкмо неговото любещо присъствие помага на детето да се заеме с проблема за необходимостта да поделя с друг човек, както и да съществува в групи, по-големи от двама души. Разбира се, за да стане всичко това, бащата трябва да е там.

Джон: Следователно всяко следващо дете в семейството в началото поддържа връзка изключително с мама, а сетне, когато таткото започне да претендира за мама, то и тя поред откриват, че трябва да се откажат от тази специална връзка и да станат част от един екип.

Робин: Ако всичко върви нормално, ще достигнат до този вид разположение:



Двамата родители трябва да бъдат номер едно един за друг в специално, собствено пространство, отделени от своите деца.

Джон: Ако родителите не са в отделно пространство, и децата няма да са в състояние да се отделят, нали?

Робин: Със сигурност ще се окаже много по-трудно. Родители, които имат претенции за свое собствено пространство, встрани от децата, всъщност им помагат да се отделят и да пораснат. Дават добър пример.

Джон: Следователно таткото трябва да претендира за мама в интерес на всички. Нали така? А сега тази работа с "изследването на света отвъд мама". Бащата насърчава проходащото дете да го стори. Това едно и също ли е с "очертаването на граници" или пък е нещо паралелно, така да се каже?

Робин: Като "очертáva граници", когато е необходимо, а именно – поставя предели, бащата подпомага детето при рисуването на линиите върху вътрешната му карта за света.

Джон: Достигнахме до въпроса за \$ 64 000. Защо бащата – мъжът – да е по-добър при очертаването на граници от майката? Вероятно такъв е традиционният възглед. Какво ще кажеш обаче за Мейр, Индира Ганди, Тачър?

Робин: Не смятам, че някакво вродено психологическо различие между мъжкия и женския пол играе роля. Самото физическо различие обаче, поради което жената дава живот и е по-вероятно да оказва основната подкрепа в ранните стадии, влияе върху етапа на проходащото. Детето все още се нуждае често да притичва назад към мама за успокоение и прилив на самоувереност, когато изискванията на света станат твърде сурови.

Джон: Там, навън, еджунглата.

Робин: Проходащото дете изпитва необходимост от любеща майка, която осигурява обратното на това, което среща в суровия свят – нежност, топлина, гушкане... безопасност!

Джон: Как така?

Робин: Виж, когато детето е все още много малко, та

дори чак до етапа на проходащото, мисля, че за него би било доста объркващо и тревожно, ако майката трябва да играе и двете роли – една минута да бъде много нежна и насърчителна, а следващата да проявява твърдост и изискателност. Помниш, че детето има вече достатъчно проблеми при опита да съедини пъзла и да го съгради в един човек.

Джон: Следователно за момента е по-добре, ако майката представлява един повече или по-малко последователен образ. По-лесен за разбиране от детето ли?

Робин: Това е едната причина, поради която – поне и на този етап – бащата трябва да е човекът, очакващ от детето да се научи да се приспособява към останалата част от семейството. Това, разбира се, става постепенно, докато бебето овладява самоконтрола. Тъкмо бащата е човекът, който ще изисква повече от детето.

Джон: Мисля, че съществува и друга възможна причина. Много жени, които познавам, дълбоко в себе си изпитват тревога, че не са "достатъчно добри майки". Поради това им е трудно да проявяват строгост към детето, тъй като вътрешният им глас нашепва: "Спри, достатъчно ли го обичаш? Една наистина добра майка не би ли проявила повече разбиране?"

Робин: Признавам, това чувство изглежда е доста често срещано у майките, но няма основание и ако бащата заеме по-твърда позиция, ще помогне на майката – особено при стадия на проходащото. Естествено с добиването на повече сигурност и яснота за образа на своите родители детето не ще изпитва такова объркване, ако един и същ родител понякога показва подкрепа, а друг път – строгост. Тогава и двамата родители могат да вземат участие при оказването на подкрепа, от една страна, и в очертаването на границите, от друга. Всъщност с израстването на децата тъкмо това става съвсем естествено в семействата.

Джон: Ти посочи две причини, поради които бащата играе особено важна роля на този етап. Какви други задачи има вече той?

Робин: Ами досега майката и бебето са представлявали

една взаимно възхищаваща се общност. И макар тази безкритична, безусловна обич да подпомага бебето при набирането на увереност и доверие към околните, взаимната радост на бебето и майката може да достигне степен, при която майката да изпита затруднение да даде достатъчно трезва оценка на действителните достойнства и недостатъци на бебето.

Джон: Така детето може да не получи от нея точната обратна връзка, която му е потребна, за да очертае картата си.

Робин: Картата, която трябва да включи и самото бебе.

Джон: Какво?... О, разбирам! Бебето трябва да се появи на своята собствена карта. Разбира се! То трябва да е наясно със своя собствен ръст по отношение на всичко останало, за да няма нереалистични представи за своята собствена значимост, които биха го направили прекален егоист.

Робин: Не само това. Ако не е наясно със своя собствен ръст върху мислената карта, ако не знае своите предели, както и докъде може да отиде, без да налети на другите хора, детето съответно няма да разполага с добро указание как да използва най-ефективно останалата част от света, за да постигне желаното. Всъщност "очертването на границите" обхваща всичко това.

Джон: Разбирам. Значи, ако мислените карти за света ще ни оказват помощ, трябва да включим и себе си в тях и да имаме правилна представа за своя ръст.

Робин: По тази причина и майката, и детето се нуждаят от бащата – той стои малко встрани и ще помогне и на двамата да проявяват повече обективност за способностите на проходащото дете.

Джон: Някакви други задачи за бащата?

Робин: Да, мисля, че има поне още една. Както казахме преди, в началото бебето се изживява, сякаш самото то е всичко. Сетне, когато открие своите пределни точки, то се "свива", губи постепенно чувството за всемогъщице. Но компенсира това "спадане", тъй като е много близо до майката и на този етап тя изглежда могъща като Бог. Тъкмо

тази е обаче следващата илюзия, с която детето трябва да се прости. Така след известно време, ако долови, че майката не ръководи света, че тя трябва да дели властта с бащата, то ще е направило поредната стъпка нататък по пътя.

Джон: А по-късно ще му се наложи да открие, че и таткото не е Бог.

Робин: Разбира се. Ако бащата също изпълнява своите бащини задачи както трябва, ще даде да се разбере, че и той е част от нещо по-голямо, че трябва да се приспособява като всеки друг човек.

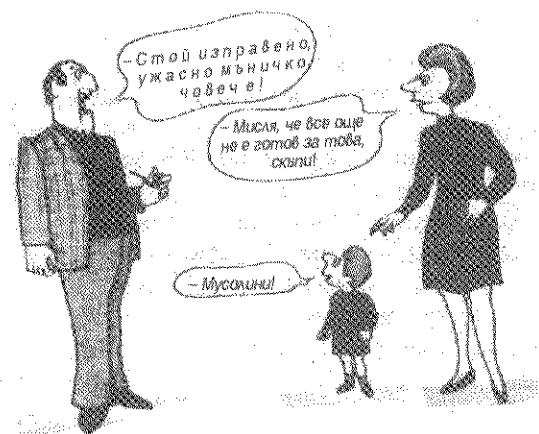
Джон: Следователно посланието към детето не би било подходящо, ако бащата е под властта на майката. Тъй като нищо няма да принуждава детето да направи скока, нали? Не ще му се налага да разбере, че мама не е Бог. Ако тя има власт над таткото, то ще продължава да я вижда като Бог.

Робин: Именно. Според мен като първа крачка детето трябва да осъзнае, че мама не е Бог, преди да осъзнае, че татко също не е Бог, както не е Бог и никой друг.

Джон: За пръв път чувам подобен възглед.

Робин: Е, аз смятам, че това е жизненоважен урок и може би е главната причина, поради която доминираните от майката семейства сякаш не са много добра среда за детето.

Джон: Нима? Наистина ли?



Робин: На практика всички семейства, с които съм работил в детската психиатрия и при които детето е било водено като проблемно, бяха доминирани от майката. Или от майката, или от пълен хаос.

Джон: Поразително!

Робин: Да, и за мен бе поразително, когато го открих. Специализирах детска психиатрия и след като се запознах с около десетина случая, посетих старшия социален работник, който ни ги възлагаше, оплаках се, че всичките ми случаи са от един и същ вид – мога ли да взема някои от другия вид, моля? Специалистката ми отвърна да не се тревожа, работела там вече десет години и всички те случаи били от този род!

Джон: Продължавай!

Робин: Е, за да вмъкна казаното в контекста, трябва незабавно да допълня – проучванията върху най-здравите семейства сочат, че властта в тях се поделва между двамата родители. Те се допълват един друг, вземат съвсем съзнателни решения кой какво ще поеме. При всички други семейства извън така наречените най-здрави, ако някой от двамата трябва да бъде водещата фигура, изглежда семейството функционира по-добре в случая, когато това е бащата, а не майката.

Джон: По-добре е за децата, така ли?

Робин: О, да. Не мога да не подчертая това достатъчно ясно. Какво ще правят двойките, когато нямат деца, си зависи от тях естествено.

Джон: Разсейва ме звукът от ножовете, които точат феминистките.

Робин: Моля те! Знам повече от всеки колко сексистко – дискриминиращо спрямо жените – звучи това твърдение. Необходимо ми бе много време, за да стигна до подобен възглед, но в крайна сметка не можех да отрека очевидните факти. Опитай се да видиш картината в проблемните семейства като едно цяло. По-рано определено изпадахме в грешка, като хвърляхме цялата вина върху така наречените от нас кастриращи майки. Сетне, когато започнахме да приемаме и бащите редовно в кабинетите си, видяхме по-

ясно как действат семействата, разбрахме, че причината се крие същотолкова и в бащите, които се измъкват от отговорност.

Джон: Искаш да кажеш, че майките не са имали друг избор, освен да поемат командването.

Робин: Точно така. Никакъв избор. Днес обаче, възприемайки семейството по-скоро като система, виждаме, че грешката е ничия – просто системата действа по този начин. Автоматично. Механично.

Джон: Искам да произнеса казаното буква по буква само за да те объркам. В най-здравите семейства властта се поделва по споразумение. В другите единият от двамата родители обикновено е по-властен. Твоят опит гласи, че когато майката е по-властната фигура, по-вероятно е децата да имат проблеми. Следователно ти чувстваш, че ако в семейството трябва да има лидер, по-добре е това да бъде бащата. Моля за повече доказателства!

Робин: Ами трябва да кажа...

Джон: ...като се отбраняващ отчаяно...

Робин: Не, не е така. Виж, тъкмо майките ме убедиха в това.

Джон: И редакционната колегия на "Адамовото ребро"?

Робин: Майките и децата. Аз се съпротивявах срещу идеята.

Джон: Храбрец!

Робин: Наистина! За мен подобна идея идеше против волята ми. Аз вървах в равнопоставеността, в обсъжданията, в съвместните решения.

Джон: Е, разбира се, това е начинът, по който в същност действат психически здравите хора.

Робин: Престани да ме прекъсваш и слушай! Всеки път, когато идвах за помощ семейства с проблеми около децата, майките твърдяха, че копнеят бащата да поеме контрола въкъщи. Те и днес го твърдят. Братчетата и сестричетата почти винаги се съгласяваха и допълваха, че бащата е трябвало да бъде по-строг.

Джон: Значи, никаква дискриминация по отношение на пола, така ли?

Робин: Майките решаваха спора вместо мен. Нека ти кажа какво ми рече една от тях: "Като че ли проблемът има нещо общо с появата на децата. В началото всичко е наред, после се раждат децата и откриваш толкова много неща, с които трябва да се справяш, изплашен си, защото се изправяш лице в лице с много отговорности... необходима ти е власт... необходима ти е власт като един своеобразен прилив на сила от време на време, който ще ти даде възможност да продължиш да се справяш с отговорностите, ще ти създаде усещането, че си достатъчно силен, за да продължиш."

Джон: Ами вярно е... Понякога се бориш със задача и ако някой подхвърли: "Престани да се вайкаш, просто действай!", сякаш ти дава сила. Разбира се, ако съпругът упражнява известна власт, той поема също известна отговорност, нали, което би могло да помогне на майката.

Робин: По-късно пациентката каза нещо не по-малко интересно. А именно: "Внезапно се изправяш лице в лице с толкова задачи, вцепеняваш се... Мисля, когато се държиш преди звикателно смъжа, а той проявява агресивност към теб... Когато той заема позицията на силния, той поема отговорността, а ти черпиш сила от него и по този начин всичко става автоматично."

Джон: Агресивност?

Робин: Тогава аз я попитах: "Следователно при тези обстоятелства вие не възприемате агресията от страна на мъжа като нещо враждебно?" А тя отвърна: "Не, определено."

Джон: Звучи, сякаш е разбрала нещо, което... Ами наистина не мога да го схвана.

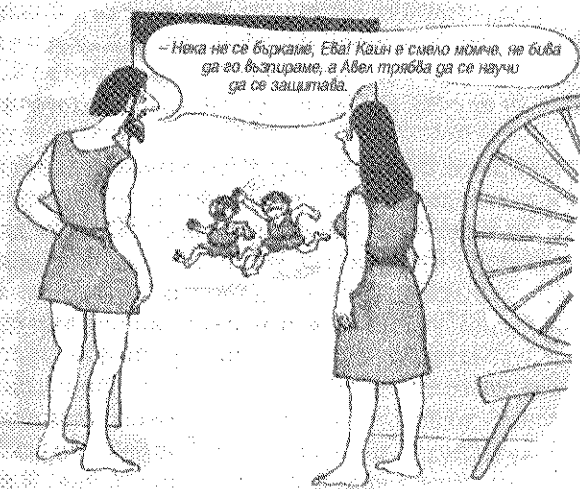
Робин: Посланията от този род съм чувал безброй пъти и изглежда подобно статукво е необходимо на този етап от развита ето. Вероятно хората не съумяват да разберат положението, докато действително не попаднат в него и не го преживеят.

Джон: Тази жена е променила възгледите си, след като е родила дете?

Робин: Да. Попитах я дали би поддържала своето се-

гашно твърдение; преди да стане майка. Тя се засмя и каза, че изцяло би го отхвърлила – в качеството си на непоправим привърженик на своя пол. Затова няма смисъл да се спори с хората – или са достигнали до това откритие, или не. Естествено, възможно е никога да не е потребно на изключително здравия в психическо отношение човек да стига до такива открития.

Джон: Сещам се за детето, което проявява агресивност, за да принуди своите родители да определят правила. Казаното от твоята пациентка има известен смисъл, ако тя е изпитвала необходимост от някаква съпругеска помощ за проявяването на своите собствени граници, които са се замъглили покрай непрестанната близост с детето.



Робин: Изглежда, че е така. Майката е допуснала замъгляване на собствените си граници, за да се върне към равнището на бебето, и така двамата да постигнат достатъчна близост и съпричастие, "да се припокриват". Когато бебето израсне в проходащо дете и предприеме опити да установи собствените си пределни точки, като провокира майката, тя може да срещне затруднения в обратното –

постигане на яснота относно своите пределни точки.

Джон: Вероятно обаче е възможно да се случи и обратното. Понякога мъжът губи своите граници и се нуждае от помощта на съпругата за дефинирането им.

Робин: Разбира се! Не са малко бащите, оставяни да се грижат за децата, а сетне оказали се лице в лице с една вбесена съпруга, която е открила при завръщането си безредице в цялата къща и превъзбудени деца.

Джон: И таткото се държи точно като едно от децата. Затова тя трябва да го призове към ред, та да стане той отново зрял човек.

Робин: Ти самият помниш ли подобно преживяване?

Джон: О, да! И чувството е доста неприятно. Истински срам!

Робин: Е, това е заради усещането, че сме се държали твърде детински, нали, а знаем също, че порицанието е необходимо.

Джон: В този случай майката прерисува границите на бащата.

Робин: Разбира се, бащата понякога се нуждае и от своите приятели, които да свършат тази работа.

Джон: По какъв начин? Какво му казват: "О, спри да се вайкаш, естествено, чувстваш се изолиран, затова Господ те е възнаградил с такива любещи приятели"?

Робин: Да. Нещо средно между насърчение и твърдост. Държат го на нужната висота, но и го подкрепят.

Джон: Следователно твърдиш, че границите на онзи, който е най-близо до детето, могат да се замъглят малко и съответно да му бъде потребна помощта на някого по-нататък по "спасителното въже", за да ги прерисува. И ако този човек на свой ред получи замъгляване, той може също да изпита нуждата от някого още по-далеч от детето, за да му се окаже помощ да очертае отново своите граници. Но тъй като при по-ранните стадии е по-вероятно майката да е тази, която стои по-близо до детето, по-вероятно е също бащата да бъде онзи, който ще преочертае границите на майката, отколкото обратното.

Робин: Следователно няма никакъв сексизъм в моето

твърдение, че заради благополучието на детето майката и бащата трябва да играят различни роли по различно време в родителския екип.

Джон: В известен смисъл всеки поема главната роля в различен етап от развитието. Не е ли любопитно? Всяко евентуално загатване за предпочитание към единия или другия пол изчезва, ако възприемаш родителите като екип. Искам да кажа, същността на екипа се изразява в това, че го сформират различни хора с различни способности, които играят различни роли, но имат обща цел. Няма полза, ако всеки иска да бъде голмайстор или вратар. Така взаимоотношенията татко – мама изведнъж наподобяват на отношенията между председателя на управителното тяло и изпълнителния директор. Единият е насочен повече към това, което става извън бизнеса, другият – по-скоро навътре. И двамата са еднакво необходими.

Робин: Е, както ще видиш по-късно в подробности, всички уроци, които проходащото дете научава, се отнасят до уменията му да бъде част от един екип.

Джон: Да се съобразява с другите, да усвои правилата, да приема властта...

Робин: Правилно. Тъй че ако си научил тези уроци и следователно знаеш как трябва да функционира екипът, ти ще разбереш също, че родителският отбор може да действа чудесно по този начин без никакъв скрито заложен конфликт. Но всеки, чул подобно твърдение, който не е достигнал сам до това откритие, не би се чувствал удобно като част от екип, затова ще споделя мнението, че работата в екип със сигурност е борба за власт. Такива хора оценяват подобни на моите възгледи като предпочитание към мъжкия пол.

Джон: Много находчив аргумент! И според мен е от така наречения кръгов тип. Както и да е! Имам и друго възражение. Всички задачи, които ти вмени на бащата в стадия на проходаването – претенции за майката, определянето на по-строги правила от майчините, помощ за проходащото дете да разбере, че мама не е Бог, по-точна обратна връзка от тази, която то получава от любещата майка, –

всичко, с изключение на първото, без съмнение може да бъде сторено от някой друг освен от мъжа. Та какво става, ако няма баща?

Робин: Ами ако майката е напълно самотна... Би могло да се окаже наистина трудно за проходащото дете да усвои тези важни уроци. Почти винаги обаче има баби и дядовци или други роднини, добри приятели, учители, хора, които могат да бъдат използвани от майката – и от детето – да поемат тези задачи. Нещата биха могли да вървят безупречно добре, стига майката да приеме, че ще се нуждае понякога от помощ при преочертаването на своите собствени граници по начина, за който говорихме.

Джон: Следователно необходим е просто някакъв друг човек, който да не е прекалено емоционално обвързан с детето. В такъв случай това би могло да бъде и някоя друга жена.

Робин: О, да, често това е бабата. Разбира се, една добра баба е по-добре от един лош баща, очевидно обаче любещият баща е идеалният човек за целта заради другите важни роли, които може да играе в живота на детето и майката.

Прекрасният господин...

Джон: Следователно ако бащата играе своята роля, родителите ще са в състояние да определят ясни правила. Правилата са необходими, тъй като проходилото дете има нужда от "плесницата на едно по-твърдо управление". Забравих обаче защо.

Робин: Защото ако те оставят да блъскаш по поставените от твоите родители стени, ти научаваш две неща. Първо, имал си възможността да блъскаш по стените, да изследваш и твоят гняв не те плаши. Знаеш, че си в състояние да го владееш, следователно си в състояние да го използваш, когато пожелаеш. Можеш да отстояваш себе си и да се грижиш за своите интереси. Второ, тъй като стените са здрави, ти научаваш също за нуждите на другите хора, за ограниченията, които различни аспекти на обществото поставят върху твоето поведение. Следователно постигаш мис-

лена карта на света, която е точна и върху която ти си ясно означен, със своя точен ръст.

Джон: Добре. Е, ако проходащото дете постигне точна карта, какво от това?

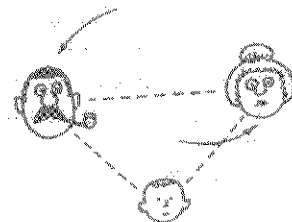
Робин: Ами тогава постига и правилен баланс между своите интереси и интересите на другите. Затова може да се каже, че животът не го сблъсква с твърде сериозни проблеми. Детето узнава начина, по който светът е устроен, открива своето място в света и своя точен ръст в него, а също и как изглежда в очите на другите. Постепенно става по-независимо, по-самостоятелно, по-свободно в движението си, в състояние е да постига нужното му, тъй като знае какво да стори, за да го постигне. И това ще продължи и занапред.

Джон: Значи това е урокът от стадия на проходаването.

Робин: Да, в общи линии. Съществува обаче и друга важна гледна точка. Не забравяй: изцяло зависи от проходащото дете дали ще е в състояние да направи скока от двойка с мама



към тройка с татко.



Да стане част от

един екип, вместо да бъде някакъв "свръхспециален" човек спостоянна, изключителна, директна връзка с майката.

Джон: Следователно човек, научил тези уроци, ще бъде добър член на екипа.

Робин: Да. Ще бъде в състояние да се присъединява към групи както и когато пожелае, ще установи, че опитът от групата укрепва неговите собствени възможности.

Джон: Укрепва ли? Знаеш ли, трудно ми е да го приема. Веднага си представям, че групите някак ограничават. Във всеки случай поне отчасти. Предполагам, не съм научил уроците от прохождането.

Робин: Нито пък аз. Помни обаче: винаги можеш да наваксаш по-късно, ако проявяваш непредубеденост. Тъкмо това стана с мен в Кралските военновъздушни сили по време на войната. За мое учудване открих, че не се чувствам слаб или унижен, както си го представях, когато подофицерите ме измъчваха на плаца. Вместо това изпитвах една нарастваща гордост и увереност, които създаваха у мен чувството, че наистина съм добър. Научих се да бъда част от един високодисциплиниран екип и междуременно самият аз се чувствах по-силен. Всъщност мисля, че тъкмо този опит ми даде възможност да разбера етапа на прохождането, когато по-късно се заех с детска психиатрия.

Джон: Искаш да кажеш в случаите, при които има своеобразно натрупване на сила и агресивност – за твое собствено благополучие, ти откриваш в самия себе си появата на повече агресивна енергия, която, изглежда, не е била там преди.

Робин: И ли... която те е плашела преди или притеснявала. В крайна сметка ти се усещаш по-близо до своя пълен потенциал.

Джон: Например аз винаги отбягвам неща, които намирам за трудни. Като изкачването на Еверест или ставането сутрин рано. Но ако не мога просто да се измъкна от тях. Ами вярно е, когато ги свърша, изпълва ме странно усещане за постижение. И увереност. Следващия път не изглежда така трудно. С изключение на ставането сутрин.

Робин: Човек, преминал стадия на прохождането, оце-

ява позитивно изискванията; предявявани към него от екипа. Проблемите ги има, за да бъдат решавани, а не за да се оплакваме от тях. Участието в която и да е голяма група дава опит, който може да те направи по-силен, по-проницателен, по-ловък.

Джон: Всичко, казано дотук, е много интересно за мен, защото лично аз винаги съм имал подло отношение към по-големите групи, или иначе казано – към властта; подозирам, защото моят баща, един много, много любещ човек, не е бил достатъчно строг с мен. Той ме оставяше доста лесно да се изплъзвам от задълженията си. През последните няколко години обаче отношението ми бавно се променя, вероятно защото трябваше наистина да поема определени задължения, които не успях ловко да избягна. Някога моите симпатии бяха на страната на бунтуващия се човек; сега намирам това за лесния избор. При него всичко е твърде просто, подвластно на желанията. Започвам на практика да храня скрито уважение към хората, които се заемат с конкретните дела и поемат цялата гадория. Работата с отношението към властта обаче е сложна. Представям си идеалния вариант: че трябва да си свободен от натрапчивата нужда да се бунтуваш и ли да се приспособяваш, за да успееш да определиш отношението си към която и да е конкретна власт, както и към това, дали тя е упражнявана добре или не. Повечето хора обаче реагират импулсивно на властта – за тях тя е или добра, или лоша, затова във всеки конкретен случай те всъщност нямат свободата да изберат на чия страна да застанат. Избират автоматично.

Робин: Намирам закостенялото отношение към властта с главно "В" по същество за детинско, независимо дали личността е "за" или "против" нея. Властта, йерархията или организацията представляват начини за поставяне на такъв ред в нещата, който да позволи да ги свършиш. Всички не могат да минат едновременно през въртищата се врата; така е и с гъсеницата – задвижи ли всичките си крака едновременно, тя се прекатурва. Необходимо е да има някаква подреденост, ако действията са усложнени или ако са въввлечени много хора. Така е, когато танцуваш бър-

зия шотландски танц рийл. Губиш свободата да правиш каквото си искаш, полагаш усилие да усвоиш стъпките, да се нагодиш към фигурите, но сториш ли го, става много приятно по един съвсем различен начин. А и не приемаш съпровода на музиката като диктат.

Джон: Така е. Боже, та аз мразех властта, йерархията, организацията! Мислех, че са предназначени да унижават хората. Значи аз просто съм едно проходящо дете. Както и да е, искам да ти напомня, че м н о г о хора се намират в това положение, имат смътно, неопределено отношение към властта. Обърни, да речем, внимание какво огромно количество информация има всеки път в медиите, когато Джон Макенроу влезе в спор със съдията. По същество спорът е тривиален и все пак попада като втора или трета новина в телевизионните новини. Вероятно притежава подобна информационна стойност, тъй като представлява архетип на пререканието между "непокорния" и "овластената фигура". Всички, изглежда, имат к а т е г о р и ч н и възгледи по този повод, вземат енергично страната на Макенроу точно както го правиш ти или пък също толкова бурно подкрепят съдията, както е смен. Силата на емоциите се предава, не е ли тъй? Вълнуваш се за неща, за които нямаш ясна представа.

Робин: Да, но не забравяй, че психическото здраве означава да поддържаш баланса между двете крайности – да



– Трябва да изпълни
квартет N 12 в ми бемол
мажор,opus 127 на
Бетховен.

– Откъде накъде? Аз съм в
настроение за квартет N 6 вбб
фа мажор, opus 96 на Дворжак

бъдеш робот или глезено дете. Имам предвид баланс между двете за известен период от време. Мнозина имат професии или житейска съдба, които тласкат силно в едната посока, затова вероятно за нас ще е добре, ако постигаме равновесие, когато не изпълняваме своите житейски и професионални задължения. Моята работа често ми налага ролята на съдник и затова аз наистина се забавлявам, когато Макенроу ядосва съдията и дава воля вместо мен на непокорната ми същност. Твоята работа като комедиен писател ти предоставя неограничено поле от възможности да подриваш устоите на властта, затова според мен Макенроу олицетворява другата ти същност – на училищен отговорник по дисциплината.

Джон: Със сигурност обаче някои хора изразяват една и съща своя страна през цялото време.

Робин: Струва ми се, ще видиш, че и двете страни неизменно присъстват, дори ако едната от тях изплува само за развлечение, при фантазии или сън. При психически здравия човек и двете страни получават външна проява. Ако това не стане, човекът пред теб е или винаги непокорен – правонарушител, може би оставил се да бъде заловен като начин да принуди външната власт да постигне вместо него по-здравословен баланс; или пълната противоположност – някой скован, маниакален, свръховладяч човек, който външно стриктно спазва изискванията, държи си езика зад зъбите, но притиска всички до стената със своята мудност и упорство, а междувремето вероятно се наслаждава на скрити фантазии как отива с електрически трион при своя шеф.

Джон: Значи дори ако през стадия на проходаването се научим да следваме пътечката между приспособленчеството и непокорността, впоследствие също ще е необходимо да полагаме усилия, за да запазим посоката.

Робин: Усилието е цената на нашето психическо здраве или пък на политическата свобода.

Джон: Поразява ме и нещо друго. Ако усвоиш принципно правилно тези уроци по времето на проходаването и затова следваш пътечката по-лесно, вероятно когато самият

ти вземеш властта, ще я упражняваш по-добре.

Робин: Мисля, че се получава тъкмо това. Когато властта е умело упражнявана, човекът, който ръководи, има нужда от време, преди да достигне до някакво решение – за да събере цялата налична информация, да изслуша всички мнения на подчинените си. Едва тогава самият той взема решение. След като го стори, той е подготвен да го обясни и подробно. Сетне другите ще се придържат към решението, ще бъдат неотклонни в провеждането му.

Джон: Направи ми впечатление, докато пишех филмов сценарий за "Видео Артс" на тема вземането на решения. Стигнах до извода, че ако едно решение бъде обсъдено обстойно с хората, те ще бъдат подготвени да работят за неговото осъществяване дори да не са съгласни – стига да почувстват, че мнението им наистина е зачетено сериозно, както и че овластеният човек си е направил труда "да ги приобщи". А как ще използва властта някой, който не е научил тези уроци?

Робин: В повечето ситуации такъв човек е твърде неефикасен; понякога обаче действа прибързано, за да покаже, че е решителен, но после може би ще изгуби позиции; възможно е да действа и авторитарно, макар да се преструва, че не го върши. Виж, такъв човек не обича сблъсъка на мненията при едно истинско обсъждане. Затова той ще се допитва само до хора, които са съгласни с него. Всеки, който не е съгласен, ще бъде приеман като саботьор.

Джон: Най-накрая той ще обяви решението и ще се "покрие", без да си даде труда да го обясни. Подобно на три четвърти от управляващите във Великобритания и девет десети от правителството.

Робин: Е, Джон, май мъничко преувеличаваш!

Джон: Слушал ли си опитите на Хезълтайн да предизвика дебати в Комисията за национална отбрана? Както и да е, извинявай за отклонението, малко се увлякох! Та ако проходащото дете извърши скока от двойка с мама към екип с мама и татко, то съответно ще постигне и психически нормално, непринудително по своя характер отношение към властта, ще стане добър участник в екип. Ще полу-

чи вярна обратна връзка. Само ще постигне своя правилен ръст върху мислената си карта.

Робин: Разбира се, детето постоянно прерисува картата – всеки път, щом получи нова информация, тя се променя. Но тъй като по принцип е правилна, не му се налага да нанася огромни и много болезнени поправки по нея. Ако само отделна страна на неговото поведение е неправилна, грешката се откроява и картата ще бъде леко подобрена. Поведението на детето се наглася към ситуацията, в която е попаднало. То относително лесно води преговори с другите, намира приемливи компромиси при възникването на конфликт. При всеки нов случай мислената му карта за другите и за самото него ще бъде поправяна и подобрявана повече или по-малко автоматично, тъй че детето непрестанно ще се учи как да се справя с живота и следователно как да бъде полезно на себе си, а също и на другите, на екипа.

Джон: Когато казваш "автоматично", имаш предвид промяна без борба, без усилие?

Робин: Е, борба има всеки път, когато предстои голяма поправка за нанасяне върху картата – ако го ругаят или жестоко го укоряват. Но, както казах, тъй като картата по същество е правилна, корекцията не е болезнено всеобхватна; един път нанесена, тя ще насочва точно детето, затова не е и необходимо особено усилие – до следващата корекция, разбира се. По принцип детето откликва точно на изискванията на ситуацията. А именно, може да се разчита, че ще прояви голяма отговорност.

Джон: Никога не ми е идвало наум, че отговорност означава умение да говориш подходящо. Добре! И така, ако проходащото дете извърши скока от двама души към екип от трима души, а оттам и към други, по-големи групи, всеки ще го обича, ще го възприема като една приятна, неогоиственна, отговорна личност и все пак то ще бъде напълно наясно за своите собствени потребности; никой няма да може да го подбутва. Всъщност израства в Пат Прекрасния.

Робин: Защо Пат?

Джон: Защото е умалително и от Патрик, и от Патриша, еднакво и за двата пола.

Робин: Чудесно.

Аутсайдерът...

Джон: А сега разкажи за "непрекрасния" човек. Човекът, който не е научил тези уроци. Какъв ще бъде той?

Робин: Какъв очакваш да бъде?

Джон: Няма да е извършил скока от двойката екип правилно, следователно няма да се е отделил достатъчно от своята майка.

Робин: Но той все пак се е отделил в някаква степен. Не е вкопчен в майката, не е потънал в депресия. Придвигил се е малко в посока към независимостта.

Джон: Съгласен съм! Групата обаче не е прераснала в тройка. Затова такъв човек няма да бъде добър участник в екип.

Робин: Правилно. Мисля, едно подходящо прозвище за него би било аутсайдер.

Джон: Почакай за момент! Защо тези хора са аутсайдери – защото са своенравни или защото са прекалено боязливи?

Робин: И двете. Своенравните бият повече на очи, държат се арогантно, противни са; по един по-неуловим начин обаче боязливите могат да създават точно толкова затруднения за останалите членове на даден екип.

Джон: Със своята тиха упоритост ли?

Робин: Просто защото не си вършат работата както трябва, но по причини, които не изглеждат изцяло по тяхна вина.

Джон: Губят поръчки, като карат клиентите да попълват шестнадесет формуляра без грешка...

Робин: Или съдействат на другите да спазват ограниченията за скоростта, като не им позволяват да ги задминат.

Джон: При всички случаи те не се нагаждат. Оценяват необходимите за екипа изисквания негативно.

Робин: Да. Долавят, че ако наистина се присъединят, това ще означава контрол, промяна, че ще бъдат сведени до определен ръст.

Джон: Както е на практика.

Робин: Макар и по един здравословен за психиката им



начин. Естествено те не оценяват положението в този дух. Изпитват чувството, че губят нещо съществено.

Джон: Докато всъщност то е нещо, с което е по-добре да се разделят. Една илюзия, едно голямо Его. Бебешко его всъщност, недостатъчно "свито".

Робин: Да, тъй като никой в тяхното семейство не им е помогнал по-рано да преминат през "свиването" чрез съчетание от натиск и подкрепа. Затова имат нереалистична карта за света, върху която самите те са нанесени с погрешен ръст и с погрешно разположение.

Джон: Следователно много по-вероятно е също да си направят погрешно сметката – да се държат грубиянски или да нападнат Русия. Голямото его ги прави по-уязвими, по-слаби.

Робин: Точно така. Трудно е да внушиш на такива хора, че да бъдат сведени до определен размер от другите на практика ще ги направи по-знаещи, с възможности да постигнат желаното. Естествено да бъдеш сведен до определен размер, ограничен и затруднен, е болезнено, смалвяването на едно его винаги е болезнено. Но в крайна сметка

това ни прави по-големи хора. Мисля, хората инстинктивно го знаят, разбират, че по-меките, прекалено отстъпчиви родители обикновено отглеждат слаби деца, които не могат лесно да се справят с околния свят и подхранват у себе си образа, че са нещо по-специално.

Джон: Но те все пак са отишли по-далеч от депресираните личности.

Робин: Затова до известна степен проявяват желание да общуват и да извлекат предимствата от принадлежността към някаква група. Налага им се да постигнат компромис, за да изглеждат нормални членове на някоя група, сякаш са приели властта и съответните правила, но всъщност тайничко съхраняват фанатичната мисъл, че светът се върти около тях.

Джон: А как предпазват аутсайдерите своята фантазия от нахлуването на действителността?

Робин: Не означават себе си ясно върху своята собствена карта. Скърпват я, замъгляват връзките, държат образа за самите себе си и за своята значимост отделно от всичко останало. Така техните представи за самите тях и представите им за другите не се доближават.

Джон: С други думи, аутсайдерът се поставя извън своята собствена карта.

Робин: Тъкмо затова харесвам думата. Сякаш той държи своя образ в специална картотека и избягва да го включи в картата, която прави за всички други.

Джон: Избягва да забележи всичко, което би му показало, че картата не отговаря на действителността, че той не е специален.

Робин: Разбира се, избягва също и да забележи, че не забелязва това! Очаква другите да спазват правилата, а на себе си внушава, че е специален случай. Той всъщност никога не принадлежи към някоя група, макар че храни подобни намерения. Може да подведе част от групата, но повечето хора долавят, че не се е обвързал. Вместо да върви към компромиси, да се подготвя за взаимни отстъпки и преди всичко може би – да проявява желание да се промени при необходимост, той неизменно ще прави опити да промени всички останали.

Джон: Тъй че той самият да не се променя. Удивително – трябва да променя другите хора, защото не може да понесе собствената си промяна. Вероятно ако такъв човек достигне зрялост и неговото его е значително раздуто, смаляването му до реални размери ще бъде съпътствано от толкова много болка, че той и за миг няма да си позволи да се отпусне от страх, че късче действителност може да проникне през защитните прегради и да причини разпадането на илюзията за самия него. Затова постоянно дава сигнали на хората да не изричат нещо, което не би му харесало, или в по-добрия вариант – заобикаля се с антураж, на който може да разчита, че няма да изрече нищо критично в разрез с неговата мислена карта.

Робин: Да. Той ласкае, придумва, притиска отвсякъде, през цялото време създава трудности, за да постигне своето. Вечно се държи като кукловод, който дърпа конците на другите хора и се опитва да ги въвлече в танц по своята



свирка, вместо сам да се научи да се включва към общ танц с останалите.

Джон: Следователно хората, които изпитват нужда да властват и през целия си живот търсят власт, се стремят към нея, за да упражнят натиск върху другите да се пригледат към тях. По този начин не им се налага да коригират раздуватата представа за самите себе си.

Робин: Именно.

Джон: При това положение излиза, че човек с надеждна карта, с реалистична карта не изпитва нужда да управлява другите хора, така ли?

Робин: Той е сигурен в своята идентичност и не изпитва нужда да го върши.

Джон: Почакай минута. Не съм схванал още всички внушения, голяма част от казаното е доста изумително. Търсачът на власт не умее да бъде истински член на екипа, тъй като не умее да приема и да прави отстъпки. Не може да проявява истинска отговорност – в твоя смисъл на думата, защото неговата основна грижа не е змее се свежда по-скоро до необходимостта да защитава своето собствено егo от действителността, отколкото да отреагира адекватно на ситуацията.

Робин: За да властва обаче, той също е зависим от групата.

Джон: Не само в смисъла, че е зависим от тях, за да не го критикуват? Понеже не се е отделил докрай от майка си ли?

Робин: Предполагам, в известен смисъл е така. Ако можеш да се закончаваш сам, нѐ ти е необходима майка, която да го свърши вместо теб. Следователно ти си отделна, независима личност. Но ако нямаш власт над самия себе си, за да свършиш нещо, необходимо ти е да властваш над другите и да ги накараш да го свършат вместо теб.

Джон: Като магнатите, които се нуждаят от "човека с бравичката", който да върши мръсната работа вместо тях. Или като президента на огромна финансова империя, който с влизането въщи застава жена си да се кара на децата, че харчат много джобни пари. Налага се да контролираш други хора, щом не можеш да контролираш себе си!

Робин: Вярно е. Ако твоето егo – представата ти за теб самия – е нереалистично, ти не можеш да властваш над себе си. Затова аутсайдерът прекарва целия си живот, опитвайки се да властва над другите, та да не бъдат в състояние те да предложат на собственото му внимание истината за самия него – така никога не ще му се наложи да изстрада смалването на своето егo до реални размери.

Семейството на аутайдера...

Джон: Е, след като ми разказа за аутайдера, искам да получа по-ясна представа за характера на семейството, от което той произхожда. Изглежда действа някакъв общ принцип, че детето не може да научи уроците на който и да е от тези етапи от развитието, ако неговите родители не са ги научили и не са ги предали. Поне не в семейството.

Робин: Мисля, че това е очевидно от само себе си.

Джон: Добре, да приема ли тогава, че в семейството на дете, което не може да направи скок от двама към трима, всички са аутайдери?

Робин: Да. Ако детето е "заседнало" на даден етап, вероятно това е така, защото самите родители до известна степен са "заседнали" на този етап. Следователно никой от тях не умее добре да прави взаимни отстъпки, присъщи за участието в група, и всички те ще опитват взаимно да се манипулират. Ще възникне цяла мрежа от прикрити боричкания за власт, които ще се водят непрестанно. Семейството ще представлява объркани кукловодски конци, които тръгват от всеки член на семейството към другия.

Джон: Да, разбирам.

Робин: Работата е там, че положението е много сложно, отколкото изглежда. Говорим за цялото семейство, говорим за една сложна система, наистина е трудно да обхванем с ума си възможните нюанси. В случая между поколенията е налице не просто ситуация от рода на спора за либето и кокошката; в сила е една кръгова, нелинейна система – тя действа, когато човек е свързан и ангажиран с всеки друг, едновременно е контролиран и контролирац.

Джон: Добре, но защо го споменаваш сега? Това си е истина от самото начало, нали?

Робин: Справедлива забележка. Споменавам го сега, защото през стадия на прохождането бащата се намесва по-дълбоко в събитията и тази кръговост става по-очевидна.

Джон: Добре, продължавай тогава за кръговостта на семейната система.

Робин: Детето е заседнало на даден стадий, защото ба-

щата е заседнал. Заради това и майката се е спряла на бащата, тъй като тя също е била заседнала, понеже нейните родители са били заседнали. Детето не може да се освободи в своето развитие, докато майката не се освободи, което става едва когато бащата от своя страна се освободи достатъчно, за да се намеси и да освободи проходащото дете.

Джон: Мисля, че разбирам, което значи, че очевидно нещо липсва.

Робин: Необходимо е просто изцяло да се съсредоточиш, за да отчетеш всички понятия и връзки в своето съзнание, но ще успяваш едва от време на време. Та... в семейството от аутсайдери не се държат един за друг на живот и смърт, както е при семействата на депресивните личности. Там те вярват в независимостта. Или поне си мислят, че вярват.

Джон: Всъщност обаче никой от тях не е направил наистина скока да се откъсне от майка си.

Робин: Не и достатъчно далеч, та да приеме, че е наистина отделен. Възможно е аутсайдерите да одобряват идеята за отделност и самостоятелност, но на практика те не са в състояние да се справят, както си мислят. Макар да изглежда, че окуражават проходащото дете към самостоятелност, в семейството също така се държат един за друг, но по прикрит начин.

Джон: И проходащото дете получава противоречиви послания.

Робин: Да, детето чува: "Ти вече си голямо момиче", или "Големите момчета не плачат", или "Защо не се оправяш сам?". Но буквално в следващата минута звучи: "О, изглежда трябва да го свърша вместо теб."

Джон: Подказват на децата в крайна сметка, че не могат да се справят сами, което ги улеснява да останат зависими. "О, ти си безнадежден случай. Никога не ще можеш да се грижиш за себе си."

Робин: И ако децата предприемат нещо самостоятелно, следва: "Защо не мислиш за мен, не обичаш ли твоята маминка?"

Джон: Или по-хитрото: "О, тръгвай, за да прекараш

добре, не се ли тревожиш за нас?" Така проходащото дете бива поставено в една доста безнадеждна ситуация – в двойна обвързаност. И какво, по дяволите, прави то?

Робин: Трябва да открие начин как да остане плътно обвързано със своите родители – тоест зависимо, а междувременно да дава вид, че си взема бележка от поръките да проявява повече самостоятелност и умения, само да решава, да бъде отделна личност.

Джон: Недоумявам! Как може да прави и двете?

Робин: На практика по няколко начина. Най-очевидният – продължава да се държи като обикновено проходащото дете: А именно продължава своята линия на изпълнения, пакости и бели, съпротивява се на родителската власт, търси поводи за караници и вбесява цялото семейство.

Джон: Съжالياвам, но не разбирам как подобно поведение решава проблема.

Робин: Ами виж, докато спориш и воюваш с друг човек, ти всъщност се намиращ близо до него и привличаш голяма част от вниманието му. А също така отдаваш голяма част от своето внимание.

Джон: О! Ако се караш с някого, ти си обвързан с него!

Робин: В същото време истинските караници поддържат между вас безопасно разстояние, нещо като ничията земя при сраженията. Създава се обаче отчасти усещането, а и така изглежда на околните, сякаш вие двамата се държите самостоятелно, действате отделно един от друг.

Джон: Загрях! И детето провокира конфликт, за да се подчини на противоречивите заповеди, които получава.

Робин: Но... помни – системата е кръгова. Нали? Всички те имат еднакъв проблем. Затова ако проходащото дете не прояви непослушание, с което да предизвика разпиранията, майката ще си измисли повод, за да му натяква. Ако и двамата се погаждат добре, тогава бащата може да намери причина за започване на разпирания.

Джон: Всички те са в еднаква двойна обвързаност, затова трябва да бъдат в относително постоянно състояние на

конфликт помежду си, тъй като това е най-доброто разрешение за дилемата, до което могат да стигнат.

Робин: И обикновено това е система, действала в семейството през много поколения.

Джон: Както обикновено. Естествено никой не осъзнава какво става.

Робин: Не, но родителите обикновено постигат съгласие по едно нещо въпреки факта, че се борят кой от тях да вземе властта.

Джон: А именно, че има виновен.

Робин: Въпреки, разбира се, че става дума просто за една система. Обикновено детето е изкупителната жертва.

Джон: Удивително! Можеш ли да ми дадеш пример? Имам предвид семейство, което на практика си лекувал.

Робин: Ами имаше едно момче на четиринадесет години, което бе насочено към мен, тъй като непрестанно влизало в конфликти със своите родители и учители – с други думи, то бе все още едно проходящо дете. Приех го заедно с цялото семейство – двамата родители и по-възрастните му брат и сестра на осемнадесет и шестнадесет години. Ясно пролича начинът, по който момчето принуждаваше своите родители да съсредоточават през цялото време вниманието си върху него, като ги провокираше и ядосваше, а в същото време се оплакваше, че се месят в неговия живот, казваше им да му се махнат от главата. По този начин хем получаваше много внимание, хем се държеше, сякаш желае да бъде самостоятелен.

Джон: Разрешавал е проблема със своята двойна обвързаност. А родителите?

Робин: Очевидно бе, че бащата и майката не могат да се обгърнат в заимно внимание, двамата изпитваха облекчение по-скоро когато се съсредоточаваха върху момчето. Също като момчето и те биха изпитвали неудобство да се отнасят към него като към обожавано бебе, но не им пречеше самите те да се придържат към ролите си на Мама и Татко, за да избягнат необходимостта да се справят с по-интимните си роли на Съпруга

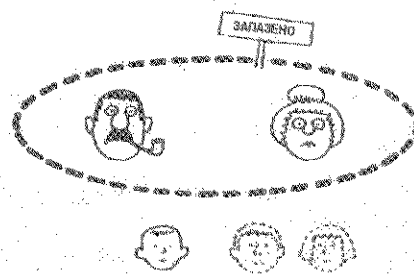
и Съпруг, след като момчето продължаваше да се държи като трудно дете в стадия на проходаването. Забелязах, че всеки път, щом ги подтикнеш да се погледнат и да си говорят заедно, момчето почваше да им крещи, че трябва да го оставят на мира – а те правеха именно това в момента, разбира се, – и тогава двамата незабавно забравяха за себе си и поглеждаха към него.

Джон: Следователно наложило ти се е да очертаеш няколко гранични линии.

Робин: Като междуременно оказвах много подкрепа, разбира се. При това се държах приятелски с децата и същевременно им напомнях да мълчат, за да оставят родителите си да говорят. Единият от проблемите бе, че родителите проявяваха прекален срам да признаят своята потребност от внимание в присъствието на децата, затова след две събеседвания аз на два пъти приех родителите вече отделно, като самостоятелна двойка.

Джон: Това е очертавало нова гранична линия между родителите и децата.

Робин: Поставяше поколенията в отделни пространства. Освен това, разбира се, показваше на родителите как самите да очертават гранични линии.



Джон: Заради тях самият ти си поел ролята на модел.

Робин: Уверих още децата, че всичко е наред и че родителите също имат нужда да си окажат взаимно мъничко внимание, нали така? След като останаха сами, двамата съумяха постепенно да признаят, че се нуждаят от повече

обич, а и от внимание, и аз им предписах точно това! Повече удоволствия – три пъти на ден, включително секс! Препоръчах им също известно време да не обръщат внимание на децата.

Джон: Върху своите карти са имали правило, което ги е възпирало да вземат онова, от което се нуждаят.

Робин: Някакво правило, че родителите трябва да бъдат свършени и да нямат свои нужди. Опитах се да пренапиша тъкмо това правило, като междувременно поех ролята на "подкрепящ ги родител". Опитах също по всякакъв начин да разруша сам тяхното правило!

Джон: Как?

Робин: Като проявих повече интерес към родителите, отколкото към децата, като показвах преувеличено, че аз върша това, от което аз се нуждая, че то ми доставя удоволствие, и така нататък.

Джон: И какво стана?

Робин: След петия разговор, който бе последен, отново ги приех – цялото семейство. Двамата родители седяха върху канапето и направо сияеха. Фасонът на момчето бе никак посмачкан и всички негови опити да привлече вниманието върху себе си се проваляха. По-късно научих, че то постепенно е улегнало, а симптомите, заради които е било насочено към лекар, повече или по-малко изчезнали, учело се усърдно и се нагодило към училището.

Джон: Ти всъщност не си им обяснил каква е била тяхната система, просто си я променил, като си очертал гранични линии...

Робин: На практика при последния разговор аз разясних пред всички семейния модел и докато го обсъждаха, те осъзнаха, че моделът се е предавал от четири поколения насам! Всяко най-малко дете е представлявало подобен проблем поне от пра-прачищото насам.

Джон: Проходящото дете в това семейство е било разглезено. Какво става обаче там, където детето прави на мравката път?

Робин: Гневът остава подмолен, защото семейството не е в състояние да се справи с него.

Джон: Но аз не виждам какво става при това положение. Имам предвид, ако целта на гнева е да ангажира околните, като същевременно ги държи на разстояние, със сигурност тогава потиснеш ли гнева, няма да можеш съответно да държиш на разстояние.

Робин: Не, ще успееш. Може да е налице пасивен бунт, някакъв вид "седяща стачка".

Джон: Като например?

Робин: Най-различни възможности има, но най-честата, на която аз съм попадал, се изразява в трудности при усвояването, поне след като детето е тръгнало на училище. То се вторачва в черната дъска, мръщи се усилено, замислено смуче молива, но нищо не му влиза в главата.

Джон: О, имаше едно такова момче, когато преподавах. Изразходваше толкова много енергия във взирането, сякаш се боричкаше с проблема, та не му оставаше никаква сила за самото разрешаване. Спомням си, не можах да го науча, че река Нигер е в Нигерия, а река Конго е в Белгийско Конго. И когато го питах дали Нигер е в Нигерия или в Белгийско Конго, то неизменно даваше погрешен отговор. Мъчех се да му вдъхвам увереност. Казах му, че не се опитвам да го изиграя, че желая да отговори правилно, но то просто не можеше да види връзките между думите дори когато ги изтъквах поне половин дузина пъти... Не мисля, че се разгневих, по-скоро бях някак ужасен.



Робин: Щеше да се разгневим, ако бе продължило дълго. Когато при мен се появят учители, вече са с обтегнати докрай нерви, защото подобно дете изглежда съвсем безпомощно и невинно, така че те изпитват вина, която потиска желанието им да изразят своята обърканост и яд. Всъщност тяхното раздражение е напълно справедливо, защото този вид проблеми с усвояването е прикрит вариант на гнева, на бунта срещу родителите, които не могат да бъдат открито изразени у дома.

Джон: Заради семейното табу.

Робин: Точно така. Затова бунтът се пренасочва към преподавателите в училището, където страхът от гнева не е така силен. Но и тук той е прикрит.

Джон: Не вършат ли децата същото вкъщи?

Робин: Там не се намират в класна стая и затова страхът приема различни форми.

Джон: Имаш предвид липсата на съсредоточаване?

Робин: Разтакаване, мудност, закъсняване, отнесеност тогава, когато трябва да проявяват внимание, или се зала-



вят с нещо, а после го оставят и се заемат с друго, и така нататък.

Джон: Просто "не са в час".

Робин: Точно такава е състоянието.

Джон: Детето получава всъщност много внимание от страна на своите родители, но под формата на критика, следователно между тях има разстояние, те не се сближават твърде много; така детето се подчинява на двойното послание "порасни, но недей да порастаеш", подчинява се също на табуто... Не става ли обаче и още нещо? Сигурен съм, че като малък и аз не се съсредоточавах, но мисля, че това бе ловък начин да си осигуря някакво пространство, мъничко уединение.

Робин: Е, когато използва израза "просто не са в час", ти улучи целта. Те не са там, те са някъде другаде, където могат да имат мъничко свобода, свой собствен живот далеч от прикритата зависимост. Може би единственият начин да получат някаква свобода е да заминат нейде сами, вътре в себе си, докато външно се държат, сякаш изцяло са под родителски контрол.

Джон: Защо тогава бунтът izbива повече в училище? Защото табуто върху гнева не е така строго ли?

Робин: Да, гневът им не е така обезпокоителен за учителите.

Джон: А детето продължава да изглежда самата невинност.

Робин: Нужно е просто да срещне някаква съпротива срещу своя безмълвен бунт, точно както проходащото дете, непокорното, психически здраво, непослушно проходащото дете се нуждае от очертаване на гранични линии.

Джон: Поведението, изразено в проблеми при усвояването, е начин да се насърчи уточняването на границите, така ли?

Робин: Точно така.

Джон: Следователно ако учителите очертаят граничните линии категорично... Ако кажат на детето, че или ще работи, или...

Робин: ...тогава според моя опит трудностите при усвояването обикновено изчезват.

Джон: Наистина ли?

Робин: Да. След като учителят схване какво става с детето, а сетне му прочете едно конско и наистина се ядоса – иначе казано, отнесе се с детето, сякаш то публично се бунтува, с мъничко късмет бунтът преминава в обикновено непослушание, което учителите разпознават и с което знаят как да се справят. А сетне и това изчезва, както става при непослушното прохождащо дете, с което са се държали строго. Разбира се, лесно могат да бъдат предвидени последващите събития.

Джон: Какви са те?

Робин: Ами родителите започват да се оплакват, че детето е по-агресивно в къщи.

Джон: Освободено е от табуто.

Робин: Точно така. А те не могат да понесат това. Тук се крие една от причините, поради които е толкова важно да направиш опита да приемеш за лечение всички членове на семейството заедно и да помогнеш в секиму да преодолее страха от гнева.

Джон: Какво всъщност мисли детето, че прави? Знае ли дълбоко в себе си, че това е един вид гняв?

Робин: Не мисля. Не и докато не срещне строго, възпиращо отношение, което подхожда към затрудненията му с ученето, а то към гняв. Стане ли това, детето изглежда осъзнава, че се е проявявал о като предизвикателно. Като разгневено.

Джон: Преди да го осъзнае обаче, трябва да бъде наясно, че хората, които са отговорни за него, не се боят от гнева и следователно могат да му помогнат да го овладява.

Робин: Изглежда е така. След като разбере, че другите могат да се справят с гнева, детето е свободно да го почувства, както и да преустанови преструвките, че чувството не съществува – не се налага повече да го откъсва от хората, към които всъщност го изпитва.

Джон: Какво имаш предвид под "откъсва"?

Робин: Много е трудно да се изрази с думи. Мисълта ми

не е, че чувствата не се изживяват по някакъв начин. Те по-скоро се държат откъснати едно от друго и така значението им се губи. Различните чувства – гняв, страх, вина и така нататък – съществуват и са си в ред, но детето не може да разбере предназначението им, тъй като те са изолирани, отделени едно от друго – намират се в различни пространства. Процесът на "разпокъсването" е в корените на друга група психически разстройства, наричани натрапливи неврози.

Натрапливи неврози...

Джон: Какво значи "натрапливост"? Когато човек изпитва прииуда да върши или да мисли определени неща ли?

Робин: Такъв човек се намира в състояние на постоянна вътрешна борба между различни части на своята същност и не може да я разреши по един или друг начин. И всъщност не разбира за какво се води тази борба.

Джон: По какво се различава от аутсайдера?

Робин: Същият случай, но изведен в по-голяма крайност. Както при другите психически разстройства, и тук се появява порочен кръг, който започва като опит да бъде разрешен даден проблем, а на практика се създават още по-тежки проблеми. Виж, това, което е започнало като опит да се поставиш извън своята собствена мислена карта, откъснато от другите хора, влече след себе си толякъв много разединение, че и в собствените ти различни части също се появява разединение. Така една част от личността, например съвестта, не уравновесява и не контролира друга част от нея, например инстинктите или импулсите. Заради това такъв човек няма контакт със самия себе си. Следователно не може да се довери на себе си. Непрестанно се притеснява, че несвързаното късче или несвързаните късчета може да се изплъзнат от контрола му и да предизвикат ужасни неприятности.

Джон: Какви са симптомите?

Робин: Понякога натрапливата невроза се проявява:

като необикновен, необясним страх да свършиш нещо, което ще има вредни последици, или пък страх, че е свършил нещо вредно, без да си си дал сметка. Такъв човек изпитва необходимостта постоянно да проверява дали не го е направил, да си внушава увереност, че не го е направил в момент, когато не се е самонаблюдавал. Естествено той се наблюдава през цялото време; Знае, че вероятно изглежда глупаво; както и че никой друг няма да бъде в състояние да разбере защо се държи така.

Джон: За какви неща се тревожи, че би могъл да стори или пък че е сторил?

Робин: Неща, от които обичайно съвестта предпазва човека. По-специално яростни чувства и сексуални чувства. Но може да бъде и всичко, което би предизвикало неodobрение от страна на обществото.

Джон: В началото обаче разбрах, че натрапливите мисли или действия са от рода на броенето на прозорците или неизменното подреждане на дрехите по определен начин.

Робин: Виж, започнах с по-простия вид несвързаност, при която човек е поне наясно в своето съзнание – в своите мисли – какво наистина представляват чувството или импулсът, за които се тревожи, макар самият той да се е "изключил" от самото чувство в някаква степен. До този момент обаче не съм ти казал нищо за порочния кръг, който може да се установи.

Джон: Кажете сега!

Робин: Изглежда, става нещо такова: липсата на свързаност предизвиква най-напред необикновен страх, но човекът не го осъзнава по този начин. Колкото повече тревога изпитва той от вероятността да изгуби контрол и да изпадне в бяс, толкова повече се опитва да откъсне себе си по-далеч от своите чувства. А именно – каквото и да е правил по-рано, за да държи различните части от своята същност в отделни пространства, сега ще го прави още по-усърдно.

Джон: На практика ще усложни проблема.

Робин: Точно така. Опитът му да разедини, да прикрие или да притъпи чувствата не върши работа, защото снижа-

ва количеството реален контрол над натрапливостта, а това води до още по-големия страх, че онова, което се опитва да избегне, ще се случи. И човекът увеличава опитите да разедини и притъпи чувствата, но тревожността не изостава и също нараства. Невротикът започва да се безпокои повече, става все по-нерешителен, все повече се бои да поема рискове, все повече заприличва на зомби, на автомат. Мисли и се тревожи през цялото време, но другите хора остават с впечатлението, че му липсват чувства – разбира се, извън страха, който избива под една или друга форма, често например като натрапливи мисли, изразяващи по прикрит начин ужаса от загубата на контрол.

Джон: Това ли са странните натрапливи мисли?

Робин: Да. Например ужас, че ще се повреди нещо в газовата или електрическата инсталация; че е забравил да заключи вратата или пък че крадци ще влязат с взлом и ще опустошат къщата – затова той непрестанно проверява крановете, ключалките, електрическите ключове, отново и отново, и отново. И дори когато току-що ги е проверил, изпитва желание да отиде и отново да провери. Възможно е да го завладее страх от микроби, затова вечно си мие ръцете или пък отказва да докосне дръжките на вратите.

Джон: Всичко това са начини да бъдат изразени един време и едно и "вередните" чувства, и тревогите на съвестта, породени от тях.

Робин: Ако невротикът изпитва страх, че от контрола му ще се изплъзнат сексуалните чувства, това може да се изрази например в страх от зараза с венерически болести. Страхът изразява сексуалните желания, които той всъщност изпитва, но и преградите, които съвестта му се е приучила да слага пред тях. От своя страна натрапливото миене на ръце, което се родее с думите на лейди Макбет: "Махнете се; проклетите петна!" – изразява усещането му, че се чувства като убиец, а това го кара да изпитва вина.

Джон: Макар самият той всъщност да не осъзнава едната или другата страна на конфликта.

Робин: Изглежда, такъв е механизмът. За да избавиш подобен човек от симптомите, трябва да го подкрепиш

много здраво, докато влезе в досег с чувствата си и ги приеме за това, за което са.

Джон: Мисля, че започвам да разбирам по малко. Прилича донякъде на шофьор, който при произшествие се покатерва на задната седалка, за да твърди, че грешката не е негова, защото не е бил на кормилото! И тези наистина ужасни симптоми на натрапливата невроза са едно от последствията от липсата на родителска строгост, така ли?

Робин: Да, макар да трябва да призная, че много психиатри смятат – твърде погрешно по мое мнение, – че симптомите се дължат на прехалена строгост. Целият мой опит сочи обратното – една препоръка към родителите да проявяват повече твърдост и неотстъпчивост набързо лекува подобни симптоми у децата, които страдат от тях. Същото е и с възрастните невротичи. Ако им се разреши да се сдружават свободно, психиатърът ще умре от отегчение или от старост още преди лечението да е приключило.

Родителски конфликт...

Джон: Искам да науча повече за семейството на аутсайдера, защото ме поразил един друг аспект. Тъй като родителите също са аутсайдери, те не умеят да си правят взаимни отстъпки, следователно между тях има постоянна борба за надмощие. Двамата не успяват да постигнат съгласие за подхода към детето. Ето поредната причина, поради която то не получава ясно очертани гранични линии върху своята мислена карта.

Робин: Точно така.

Джон: Това открива пред детето множество възможности да противопоставя единия родител на другия, нали?

Робин: Да. Подобна формулировка обаче звучи по начин, сякаш обвиняваме детето, при положение че самата система функционира така. Възможно е да изглежда, че детето манипулира своите родители да застанат един срещу друг, но причината е във факта, че в с е к и един от тях опитва да го привлече на своя страна.

Джон: Родителите обаче не го схващат по този начин.

Робин: Да, и двамата живеят с чувството, че отстояват своите убеждения. Възможно е бащата да твърди, че майката проявява мекушавост; че разглезва детето. Възможно е майката да твърди, че бащата проявява грубост и обижда детето. Но след като не могат да стигнат до съгласие, в резултат детето се разиграва и от двамата. Кой би го обвинил, че в крайна сметка се присъединява към игра-та?

Джон: А и това е единствената игра, която познава. По-и-я-к-о-г-а обаче то не се чувства удобно в целия този родителски конфликт...

Робин: Точно така. Понякога детето стига дотам, че участва в играта за надмощие по различен начин, опитва се да облекчи положението, като прояви справедливост и вземе страната на единия родител, а сетне на другия, напред-назад. В крайна сметка повечето деца желаят да обичат и двамата си родители.

Джон: Опитват се да изравнят позициите.

Робин: Това не е единствената тактика, която детето пробва. Опитът в с е м е й н а т а психотерапия сочи, че повечето деца полагат удивителни усилия да намалят конфликтите между своите родители и достигат до блестящи решения. Несъзнателно, разбира се.

Джон: Ако родителите обаче са постоянно вкопчени в борба за надмощие, какво биха могли да сторят децата?

Робин: Ами по принцип детето може да намали родителските конфликти, като се превърне в проблем, по който родителите са в състояние да постигнат съгласие.

Джон: О! Ако детето стане проблемно дете, то застава своите родители да си сътрудничат в опита да го възврат да бъде проблемно дете.

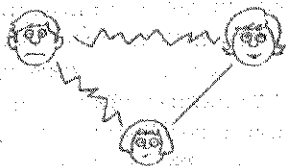
Робин: Дори ако не успее да подтикне своите родители към сътрудничество, то поне може да ограничи техните разногласия до въпроса за подхода към него. Конфликтът прераства в "ограничена война", водена само върху полето на подхода към детето. А не във всеобща, пълна конфронтация, която би могла да завърши с развод.

Джон: ...Изведнъж стана много тъжно, не е ли тъй? Детето трябва да направи всичко това за своите родители, та да им помогне да станат едно по-стабилно цяло.

Робин: Изпитвах същото, когато за първи път започнах да работя със семейства. Сега обаче лично за мен това е проблем на механиката – нещо като откриване на повредата и поставяне на двигател там, където се е получило разлабване. Разбира се, днес, когато има толкова много нови и ефективни методи за лечение на тези проблеми, знаеш, че може да се помогне, с т и г а членовете на семейството да са в състояние да приемат, че грешат някъде. Така че това чувство на оптимизъм уравновесява тъгата, която човек задължително изпитва към тях.

Джон: Какъв е механизмът?

Робин: Вземи ситуация, при която двамата родители се карат непрекъснато и се опитват да привлечат детето на своя страна. Погледни скиците. Първата показва майката, свързана с детето, а бащата е изключен.



Два часа по-късно – бащата може да е с детето, а майката да е в изолация.

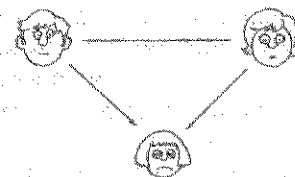


При това положение, ако детето предприеме опит да реши ситуацията, да разреши конфликта, като събере родителите, то може да го стори по един от двата начина. Първо, може да се разглези, да се проявява като прохода-

що дете. Да стане толкова противно и невъзможно, че да предизвика гнева на родителите към себе си и те да забравят гнева си един към друг.



Детето може да постигне същия ефект и по съвсем различен начин. Развива симптомите на някакво нервно или друго неразположение, което така разтревожава родителите, че те се обединяват, за да се грижат за него, да се опитат да подобрят състоянието му. Или, разбира се, използва за същата цел някаква болест, от която вече страда – астма например.



Джон: Удивително! И по двата начина то събира своите родители. В първия случай служи като един вид гръмоотвод за всички негативни, неодобрителни, критични чувства, а във втория привлича върху себе си цялата грижовност. Но почакай минутка... Ти каза, че понякога детето противопоставя родителите един на друг, а дотук начините се свеждат до това, как да ги събере заедно.

Робин: Знам, казаното сякаш е изпълнено с противоречия, но не е така.

Джон: Твърдиш, че децата правят и двесте според ситуацията?

Робин: Именно. Двата начина на поведение са просто

два компонента от сложната семейна система, която регулира близостта – или разстоянието – между хората в семейството. Всяко семейство има своя установена традиция – има предвид по-скоро не а в и к, отколкото осъзнато от хората отношение – за нормалното разстояние между съпруга и съпругата. Двамата родители се чувстват удобно при това обичайно разстояние помежду им – то им е "познато"; от една страна, те се чувстват неестествено, ако са прекалено "близки" и "интимни", а, от друга страна, се чувстват така и ако са прекалено самостоятелни и сякаш са в състояние да си тръгнат и да зарежат децата. Затова, когато те или се раздалечават прекалено, или за удобство се приближават прекалено, детето – като част от системата – с леки докосвания на кормилото поддържа правилното разстояние. Автоматично, искам да кажа – като част от механизма, по който действа системата.

Джон: Започвам да разбирам тази "кръговост", а също така и колко трудно е да обхванеш всички причинно-следствени връзки в ума си! Добре, това са начините, по които детето може да отреагира на борбата за надмощие между родителите. Сега нека обсъдим проблема от гледна точка на мислената карта. Ако родителите не са в състояние да постигат компромиси, детето ще има две различни карти – по една от всеки родител.

Робин: Да, карти, които в някаква степен си противоречат. А тъй като децата искат да обичат, да бъдат лоялни към двамата родители, при положение че родителите не могат да постигат съгласие, единственото възможно решение за детето е да възприеме и двете оценки, като ги разположи в различни мисловни пространства.

Джон: В крайна сметка детето отразява родителския конфликт вътре в себе си.

Робин: Да.

Джон: То прави опити да се държи според две взаимно противоречиви карти. Та това не би могло да бъде рецепта за душевно спокойствие!

Робин: Обикновено следват неврози, освен ако не се помогне на детето или на възрастния човек с подобен проб-

лем да осъзнаят наличието на двете карти и противоречието между тях, както и да ги сближат. Навярно изпитваш любовитство по какъв начин този конфликт между двете карти развива у нея кои хора големи творчески способности.

Джон: Знам, предполага се, че неврозата и творчеството вървят ръка за ръка. На практика съм го наблюдавал хиляди пъти. Кажете обаче защо само кои и от хората с две карти развиват творчески способности, а други не?

Робин: Изглежда, разликата иде от отношението на човека към вътрешния конфликт между тях. Ако приема неговото съществуване пасивно, отрича го, в смисъл че избягва да го осъзнае, за да не го преодолява, тогава обикновено се появяват невротични проблеми. Обаче в случаите, при които това е довело до изявена творческа дейност, човекът изглежда е схванал конфликта, признал го е до някаква степен, борил се е да намери начин за съчетаването на двете взаимно противоречиви си карти.

Джон: Вероятно невротикът не е в състояние да признае, че е имал семейни проблеми, докато творецът признава.

Робин: Струва ми се, в това има логика. Със сигурност обаче усилието да се обединят двете карти заставя хората да мислят по необичаен, оригинален начин, да създават нещо ново.

Джон: Но творците, които се борят с подобен проблем, може да имат също невротични симптоми.

Робин: О, да. Противоречивата им същност ги прави уязвими. Творческите им способности обаче улесняват решаването на проблемите.

Джон: Означава ли това, че неврозата създава творчески способности?

Робин: Не. От взаимно противоречивите мислени карти се пораждат или творчески способности, или невроза. Или комбинация от двете, при която творческите способности често премахват неврозата.

Джон: Имам поне двама приятели, които изпитват тревогата, че ако се подложат на психотерапия, творческите им способности ще пострадат. Те не смяташ така, нали?



Робин: Ами, такова нещо никога не се е случвало. Моят опит, както и опитът на другите психотерапевти сочи, че творческите личности развиват още по-големи способности. Стеб как беше?

Джон: Струва ми се, че беше така. Не смятам, че каквито и творчески способности да съм имал, те непременно са нараснали, но се усещам някак си освободен да ги прилагам по-широко, един вид с по-малко задръжки. Дотук с автобиографията! Нека се върнем при споровете. Разбирам как поради непрестанните конфликти помежду си родителите-аутсайдери предоставят на своето дете две мислени карти, докато при едни нормални взаимоотношения родителите постигат съгласие за подхода към детето и то получава логична карта. Дори и психически здравите родители обаче не постигат съгласие по всички въпроси.

Робин: Не би било добре за детето, ако е така!

Джон: Защото...

Робин: Защото всички ние трябва да се справяме с конфликти през целия си живот. Необходимо е още в семейството да научим как да се справяме с тях. За щастие при всяка двойка партньорите се различават поне мъничко един от друг, тъй като са отраснали в различни семейства. Зато-



ва, дори и само в началото, те ще проявяват известно неразбирателство по отношение на възпитанието на детето, макар и с времето това да става все по-рядко. Ако са преминали обаче през стадия на аутсайдерството и са се научили да бъдат част от екип, партньорите ще проявяват склонност да се вслушват един в друг и да спорят, докато постигнат компромис.

Джон: Следователно според психически здравите родители конфликтът не е болестно състояние! Затова например те приемат изстъпленията на малкия прохождащ човек по начин, който подпомага детето да се развива нормално и да премине към следващия стадий от своя живот. В последния сметка детето получава от тях едно съгласувано послание, въз основа на което изгражда своята карта.

Робин: Да, но о... то възприема и нещо друго, а именно – мисълта, че да си различен е естествено, да проявяваш несъгласие е в рамките на психическото здраве, но също така, че най-добре би било, ако съумяваш да сближиш различни идеи, да се потрудиш мъничко върху тях, докато постигнеш някакво средно положение. Тъй че детето не получава просто една логична карта на цялото, то получава и пример, който вижда с очите си, как да намери реше-

ние, ако мислената му карта се разминава с мислената карта на някой друг човек.

Джон: Научава въз основа на примери.

Робин: Което винаги е било най-сигурният начин да научиш нещо. Децата научават много повече, в много по-голяма дълбочина от делата, а не от думите. Затова ако родителите препоръчат на своето дете да отстоява себе си, но те самите не се осмеляват да отстояват себе си един пред друг, очевидно моделът е лош, той е модел, който противоречи на думите, и детето може да изпита трудности, когато държи на своето в някоя група или когато трябва да прояви достатъчно самостоятелност и предприемчивост, за да докаже себе си като ценен участник в екип. По-вероятно е да стане конформист или дори човек с натрапливост.

Джон: Следователно добре би било за родителите, ако самите те умеят да водят битки.

Робин: Категорично! Стига да се обичат и да проявяват в повечето случаи умение да постигнат заедно компромис, поне що се отнася до това къде ще очертаят граничните линии за децата. Също така способността да гледаш открито на агресивните чувства изглежда е свързана със способностите да не се притесняваш от сексуалната страст. Когато двойките не се страхуват да влизат в спор, това помага на тях, на брака... а и на децата.

Размисъл впоследствие: неколкократно по-здрави

Джон: Говорихме за екипи, за взаимни отстъпки, за приспособяване към другите, но главно в контекста на първото дете. Какъв е ефектът върху семейството, когато дойде второто дете?

Робин: От гледна точка на родителите обикновено става дума за съвсем различно нещо. Първо, сторен е вече големият скок от началната интимност между тях като двойка, когато са съсредоточавали цялото си внимание един върху друг, към състоянието да бъдат семейство, при което и двамата трябва да се обединят, за да се грижат за някой друг. Тогава те просто преминават от състоянието на малко семейство към състоянието на по-голямо семейство.

Джон: Основните принципи са същите – родителите могат да приложат наученото от първото дете при появата на второто.

Робин: Да, ако и някои други условия са еднакви, много по-лесно е да знаеш какво можеш да очакваш и как да посрещнеш потребностите на детето. Първото дете е нов свят за родителите, незнанието обикновено събужда известна тревога, че правят грешки. Но при второто те се чувстват като ветерани. Знаят, че повечето от изживените някога страхове са безпочвени, уверено се справят с простите проблеми, без да изпитват необходимост от насоките на книги или на други хора. Всъщност аз винаги давам съвет на хората, че е трябвало да имат второто си дете преди първото!

Джон: Добре, и така да е, не е толкова лесно да се грижиш за две деца, колкото за едно.

Робин: Не, просто имам предвид, че погледнато от дълно, съществува вероятност второто дете да се окаже по-лесна теорема за родителите в сравнение с първото. Но да имаш две деца все пак си е двойна грижа. И не само защото имаш да храниш две гърла и да бършеш две дупета.

Възникват нови взаимоотношения между членовете на семейството, с които трябва да се справяш.

Джон: Искаш да кажеш, че по времето, когато второто дете се появява, първото вече е преминало през два стадия, затова децата ще изискват различен вид грижи.

Робин: И родителите се тревожат как да разделят своето внимание между двете деца по начин, най-полезен за тях. Ако умеят да си сътрудничат добре, единият начин е бащата да поеме повечето от потребностите на по-възрастното дете, като остави майката в по-голяма степен на разположение на бебето. Разбира се, двойките днес си поделят повечето от тези задачи, а аз вече обясних защо подобен вид разпределение на ролите има смисъл, когато децата са малки.

Джон: Да предположим обаче, че родителите имат проблеми при разпределянето на задачите.

Робин: Съществуват няколко варианта. С израстването на децата в семейството на аутсайдери борбата за надмощие вероятно ще се усложни още повече, тъй като стават възможни различни видове съюзи. В тясно обвързаните един към друг депресивни семейства майката често образува двойка с едното от децата, а бащата с другото – не по силата на някакво споразумение за сътрудничество, а за сметка на взаимоотношенията им като съпрузи. Вместо брачно съдружие налице са две двойки, всяка една съставена от родители и дете. Семействата със замъглени граници или там, където има проектиране, често разделят децата на "добри" и "лоши" – идеализират добрите, лошите отлъчват като черни овци. А децата се държат подобавачо, за да оправдаят пророкуванията.

Джон: Добре, нека сега обсъдим по-голямото семейство от гледна точка на децата. Какво означава да бъдеш най-голямото, най-малкото дете или по средата?

Робин: Налице е широк диапазон от възможности, дори за най-големите и най-малките деца – зависи от такива фактори като пола на другото или другите деца, та дори и от родителските позиции в рамките на техния събиствен семеен ред. Има обаче няколко очевидни принципи

различия. Например най-възрастното дете неизбежно получава много внимание от своите родители. Донякъде това е хубаво, тъй като означава повече стартови предимства, повече насърчение и подкрепа. Има и отрицателна страна, а тя е в по-големите очаквания, в по-големия натиск и макар подобен подход да спомага за постиженията и успеха в бъдеще, той също натоварва по-големите деца с родителски амбиции и в крайна сметка те може да направят опита да ги постигнат, вместо да живеят своя собствен живот. И, разбира се, страхотно е смъкването на по-голямото дете от piedestала, когато се появи второто.

Джон: Ти си най-голямото дете в семейството, нали? Помниш ли как беше?

Робин: Бях най-голямото от пет момчета. Определено помня! Нося чувството за щастие и блаженство от първите четири години до момента, когато се появи следващият ми брат – сякаш избухна бомба и дълго време след това у мен преобладаваше чувството на униние и печал. Както много първи рожби, сигурен съм, че в началото са ме глезили и тъкмо заради това още по-малко одобрявах появата на другите деца, а така в крайна сметка взех да дразня всички останали. Струва ми се също, че няколко поколения назад моето семейство е изпитвало страх от ревността, затова родителите ми я бяха поставили зад жалюзите. Те се опитваха да ме предпазят от ревността, като ми правеха отстъпки, а щяха да сторят по-добре, ако бяха очертали твърди гранични линии, в рамките на които щях да се науча да се справям с ревността и постепенно да я преодолявам.

Джон: Проблем ли бе ревността между теб и твоите братя?

Робин: Категорично да! Между нас непрестанно избухваха караници, породени от ревност, а родителите ни не успяха да открият подход, за да се справят успешно с проблема. "Не можем да разберем защо проявяват толкова ревност – споделях те с чуждите хора. – Опитваме се да бъдем справедливи." И наистина бяха. Но тъй като ревността ги плашеше и тревожеше толкова много, ние никога не получихме шанса да бъдем правилно ревниви, да приключим

стова чувство, като преинем през него и го оставим да намери своето нормално, естествено място в нас като личности. Все пак аз се поучих от всичко и знам какво да правя днес, когато приеманите от мен като специалист семейства се оплакват от ревността у своите деца въпреки факта, че сякаш мерят, за да отрежат еднакви парчета торта, както и че дават всекому пеницилин, въпреки че само едно от децата има зачервено гърло. Обикновено им казвам, че макар да са прекрасно и в много отношения сполучливо семейство, те очевидно не се справят много добре, когато изпитват ревност – необходима им е практика, преди да ме посетят следващия път.

Джон: Следователно ти добронамерено ги насърчаваш да осъзнаят по-добре своята ревност, за да ѝ позволят да се появи иззад жалюзите.

Робин: Помага, ако го превърнеш в игра, ако му придадеш лек шеговит оттенък. Започваш с бащата – съветваш майката по време на неделния обед да му сложи едно картофче по-малко, отколкото на другите, предлагаш на всички да проявят малко злорадство. Обикновено ако бъде посочен, бащата е щастлив да се окаже пръв в подобна поредица и да даде всекому добър пример, както и ако сетне негова бъде задачата да определи кой ще е следващата жертва.

Джон: Родителите нямат нищо против, ако подхвърлиш, че и те могат да проявят ревност?

Робин: Не и ако го изложиш по този начин, а именно че децата ще получат помощ, даде ли им се възможност да проявят ревност, защото така те се изправят лице в лице с чувството и се научават да се справят. Разбира се, косвено ти отправяш същото послание и към родителите. Опитваш се да им предоставиш междуременно възможността и те да изнесат ревността пред жалюзите, да приемат спокойно нормалното съперничество помежду си. Виж, децата обикновено изразяват непосредствено естественото съперничество, което родителите чувстват, но се опитват да не видят в себе си.

Джон: Естественото съперничество между родителите?

Робин: Повод за него са различията помежду им, пре-

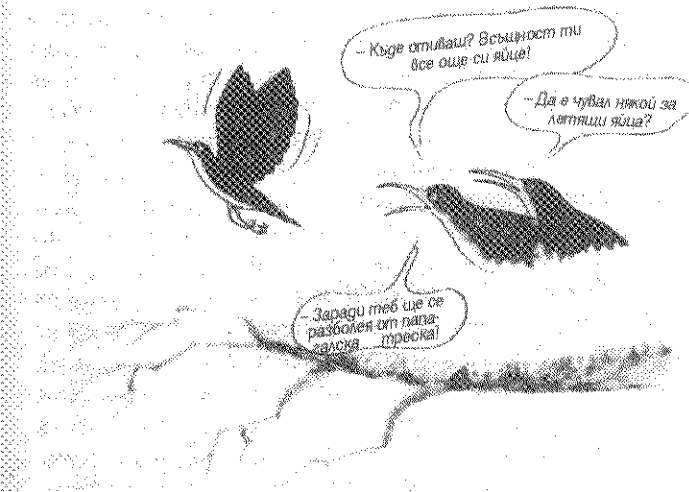
димствата им като мъж и жена, като баща и майка. Възможно е да се отразява и някакво съперничество, което са изпитвали към братя и сестри в семействата, където са отрасли. Ако родителите съумеят да приемат спокойно съперничеството помежду си, голяма част от разправииите между децата изчезват от само себе си.

Джон: Аз съм единствено дете и виждам, че съм пропуснал много от уроците, които човек усвоява, когато трябва да вирее сред естественото съперничество между братя и сестри. Сигурен съм, донякъде бях поставил съперничеството и завистта зад моите жалози, но едва когато дойдох в твоята група, започнах да ги виждам по-ясно.

Робин: Какво друго, мислиш, си пропуснал, при положение че си единствено дете?

Джон: О, грапавините и препъванията. В сравнение с моите приятели аз бях много по-крехък – качество, което влияе още по-зле, тъй като родителите на едното дете възлагат всичките си грижи и тревоги върху него, вместо да я поделят между братя и сестри.

Робин: И детето също усвоява това отношение.



Джон: При това според мен единственото дете живее с мисълта, че е малко "по-специално". Може би по тази причина се оказва, че изповядвам някои описани от теб ау-

сайдерски убеждения. И накрая, тъй като родителите имат само теб, по-трудно е да се отделиш от тях и да станеш самостоятелен. След Кеймбридж живях година и половина в Щатите и за мой срам май въобще не писах вкъщи. Мисля, това бе моят непохватен и неосъзнат начин да скъсам най-сетне пъпната връв.

Робин: Е, по-вероятно е единственото дете да се освободи по-трудно от своята обвързаност към родителите, отколкото най-големите деца.

Джон: В какво друго отношение единственото дете може да бъде сравнено с най-голямото дете в семейството?

Робин: Установено е, че единственото дете проявява повече агресивност и по-малко тревожност в сравнение с най-голямото дете в семейството, вероятно защото не е изживяло травмата да бъде едно-единствено, а после внезапно да се окаже детронирано.

Джон: А най-малките деца в семейството?

Робин: Е, те страдат от всичките неудобства, че си остават бебета, тъй като родителското отношение не може да бъде преправяно за всеки новопоявил се дребосък. Но както най-големите, а също и единствените деца, и най-малките са обект на доста специален интерес и подкрепа от страна на родителите; за разлика от първите и единствените деца обаче те получават много подкрепа и от по-възрастните си братя и сестри. Децата по средата могат да се окажат във вниманието на семейството, през цялото си детство те износват стъпаните чорапи на по-големите, но обикновено се приспособяват и се разбират със своите братчета и сестричета по-добре, отколкото се разбират най-големите или най-малките в семейството. Не забравяй обаче, че всички деца са в състояние да се обединят и да оформят екип, за да надхитрят своите родители, като тъй се изплъзват от неправомерното родителско чувство за собственост. Децата могат да се прегрупират и да завладяват, да се измъкват от контрол и надзор, като предизвикват объркване – осигуряват си взаимно алиби или пък предоставят на родителите твърде много улики за проследя-

ване, подобно на престъпници, които поемат с коне в различни посоки, защото знаят, че отрядът на шерифа не може да ги проследи едновременно.

Джон: И тъй като всички те обединяват придобитото извън семейството в един вид здравословно вложение, в този екип те би трябвало да са предпазени донякъде от проблемите на родителите.

Робин: Предпазени са. Един от най-добрите начини да израснеш със сравнително добро психическо здраве в "трудно" семейство е да си осигуриш наличието на много братя и сестри. Обратният ефект върху родителите също е положителен. Сред най-добрите семейни събеседвания, които помня, бе разговорът с едно посетило ме семейство – най-напред дойдоха само двамата родители и те се оказаха от най-необузданите, сприхави и неконтролируеми двойки, на които съм се натъквал. Не можех да се справя с тях сам, затова съпругата ми сподели задачата, но мъжът и жената имаха явно превъзходство. Повикахме и седемте им деца – някои в пубертета, други наближаваха пълнолетие. Получи се кръг от единадесет души в стаята. Удивени бяхме от откритието колко нормални и приятни бяха децата в сравнение със своите родители. Децата създадоха възможност за конструктивен разговор между родителите за техните сексуални отношения – нещо, което се случило за пръв път, откакто приемахме родителите.

Джон: Деца та са им помогнали... А как?

Робин: Главно по-големите дъщери говориха на баща си. По-специално едната дъщеря прояви голямо умение. "Не искам да те разстройвам, татко – каза тя, – и, надявам се, нямаш нищо против това, което ще кажа..." Той я подкани да продължава, седеше кротко, изпълнен с внимание. Тя продължи: "Проблемът е там, татко, че ти не разбираш жените твърде добре. Крясъците, лошият език, това не е подход към тях. Трябва да бъдеш мил с жените..." И така нататък. Бащата се поразмисли, взе да кима с глава и ние започнахме да напредваме. Разбира се, другите деца я подкрепиха. Много по-трудно щеше да бъде в едно малко семейство.

Джон: Звучи като аргумент в защита на демокрацията, нали? Колкото повече мнения, толкова по-голяма възможност имаш да подбереш онези, които са полезни. Като единствено дете в семейството аз узнавах само оценките на моите родители и, мисля, едва когато попаднах в твоята група и по черпих н о в семеен опит с теб и Пру като временни родители, както и с останалите от групата в ролята на братя и сестри, успях да се освободя от някои присъщи за Уестън-супър-Меър оценки, които не ми вършеха работа. Може би ако имах братя и сестри, едно още по-добро обсъждане щеше да се състои и на по-ранен етап!

5. Какво правите там вие двамата?

Същината на живота и смъртта...

Джон: Обсъдихме определянето на границите, постигането на самостоятелност и присъединяването към екипи. Каква е следващата поред ключова идея?

Робин: Сексът. Всичко, което винаги си желаел да научиш за него, но си изпитвал притеснението, че е трябвало вече да го знаеш и съответно да не задаваш въпроси. Като например защо са ни необходими два пола; по какво се различават мъжът и жената и д а л и са различни; защо кръвосмешението не е добро хрумване; как така се оказва, че жената е прототип на човека, а мъжът е нейна адаптация; как се развива хомосексуалността; защо Едип е убил своя баща и съответно не е имал причините да съзрее; защо последните постижения на сексуалната терапия дават такива добри резултати?

Джон: И всичкото това познание за плътта иде на ред само защото е следващият стадий, който детето трябва да преодолее?

Робин: Да, проходащото дете осъзнава своята полова идентичност.

Джон: Добре! Ще обясниш ли в началото нещо друго? Чувал съм стотици хиляди мръсни вицове през живота си и само седем от тях бяха смешни. Околните обаче избухваха в смях, стига възловата дума да е м р ъ с н а. Мислех, че се получава така, понеже темата за секса ме смущава повече, отколкото другите. Сега съм сигурен в обратното. Защо обаче всички ни е изпитваме смущение от секса?

Робин: Струва ми се, защото сексът е в състояние да предизвика порой от изкарващи от равновесие емоции. Чувстваме се неудобно от неговата безусловна власт.

Джон: Вероятно мръсните вицове са начин да разредем тази сила, начин да се преструваме, че емоциите не са чак толкова силни, тъй като сме в състояние да им се надсмиваме, нали?

Робин: Мисля, да.

Джон: Защо тогава смяташ самата мисъл за секса за толкова могъща?

Робин: Струва ми се, налице са редица известни всекиму причини, но някак си през по-голямата част от времето съумяваме да ги забравяме. Сексът например е източникът на собственото ни съществуване! Нямахме да ни има на този свят дори, ако нашите родители не се бяха влюбили един в друг.

Джон: Възможно е мисълта за мама и татко в съвкупление да се окаже прекалено усилие за нашето въображение, нали? Да не говорим за представата, че животът ни някога е зависел на косъм от това.

Робин: А започнеш ли да разсъждаваш върху тези проблеми, вече си на крачка от мисълта, че някой ден нямаш да те има на този свят.

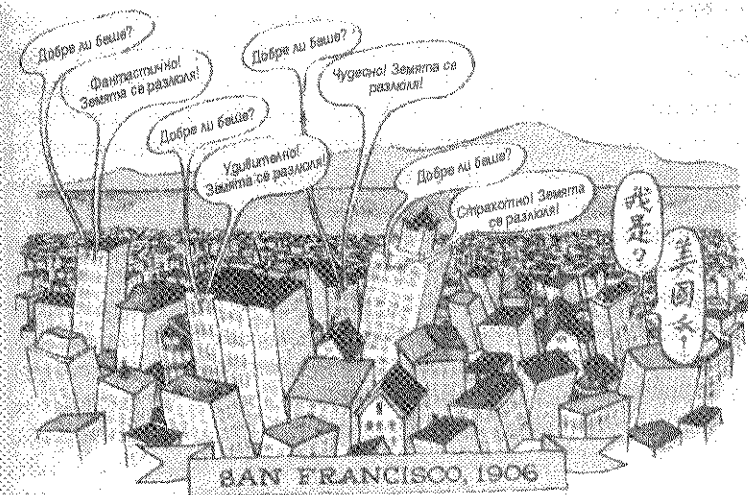
Джон: А това, предполагам, от своя страна навежда на въпросите, които нормално предпочитаме да избягваме, а именно – за какво сме на този свят.

Робин: Така че всички тези мисли са мъничко притеснителни. А освен това факт е, че сексуалният опит сам по себе си е едно от най-положителните, силни и вълнуващи преживявания, доближава се до религиозния екстаз, който повечето от нас никога няма да познаят.

Джон: "Земята се разлюля."

Робин: Земетресенията също могат да бъдат вълнуващи, но те будят и безпокойство. Друг източник на притеснение е фактът, че сексът вълнува и обладава само до степената, в която губиш контрол и се отдаваш на преживяването. Налага се "да му отпуснеш края".

Джон: И тогава не сме сигурни какво би могло да се слу-



чи. Може да открием нещо неизвестно за самите нас, ако допуснем да бъдем погълнати от преживяването.

Робин: Да, дори бърбенето на тема секс може да възбуди опасна тръпка някъде дълбоко в мислите ни. Но има и друга страна – сексът е от огромна важност в устройството на нашия живот. Нашата сигурност например в детството зависи много от качеството на сексуалната връзка между родителите ни. Сексът е своеобразен цимент на брака, а бракът е основата на семейството, от което сме така зависими като малки. Убеден съм, децата долавят това, макар да не разбират твърде за какво става дума – забелязващ, че ако родителите са щастливи и излъчват онова сияние, което иде от добрата сексуална връзка, тогава децата също сияят.

Джон: Дори на възраст вече, мисълта, че нашият брак зависи от нещо толкова експлозивно и непредсказуемо, може да се окаже мъничко тревожна. Струва ми се, че това е причината, поради която сексът неизменно се явява като елемент при всеки фарс. Дълбоко в себе си хората долавят колко мощно и разрушително може да бъде сексуалното влечение, затова авторите на фарсове успяват да разположат доста правдоподобно своите герои в нелепи и опасни ситуации.

Робин: Разбира се, колкото повече опитваме да се прес-труваме, че сексът не е важен, и започнем да го потискаме, толкова по-властен и неконтролируем става той, когато избие на повърхността. Учудващо би било наистина, ако не изпитвахме мъничко страхопочитание към властта на секса и съответно не се опитвахме да го прикрием с хумор.

Джон: Нищо обаче от казаното дотук не обяснява защо за децата и техните родители е много по-трудно да разговарят помежду си за секса, отколкото да го обсъждат с други хора, които не принадлежат към семейството.

Робин: Ами това е всеобща практика. Мисля, че повечето хора, включително и от моята професия, я приемат за даденост и наистина не си задават въпроса. Предполагам, защото сексът е толкова мощна сила – може би най-мощната, която тласка децата да съзрелят, да станат наистина самостоятелни и да напуснат дома. Осъзнаването, че децата са също така сексуални същества, които един ден ще си тръгнат и ще сключат брак с някого, може да се окаже усещане с горчива сладост за родителите; а и за децата, когато разберат, че никога не ще постигнат със своите родители интимната близост, каквато те имат помежду си. И това се усеща особено тогава, когато децата достигнат сексуална зрелост и както родителят, така и детето осъзнае по-ясно колко привлекателен и приятен е другият.

Джон: С приближаването на раздялата.

Робин: Възможно е тя да им напомни и за друга една раздяла – а именно, че родителят по правило умира преди детето. Тези мисли са много притеснителни и натъжаващи, но те обясняват и защо сексуалните разговори в семейството се водят с такава неловкост.

Джон: Днес обаче доста родители говорят много свободно със своите деца за секса.

Робин: Да, но ако обърнеш внимание на техния подход, ще видиш, че заради същото това притеснение те обикновено отиват в другата крайност. Фактите може и да бъдат обсъждани нашироко, но чувствата остават напъхани под килима. Авсъщност значение имат чувствата.

Джон: Веднъж ти каза на нашата група, че изпитваното

от родителите стеснение по повод оттеглянето им в спалнята и затварянето на вратата, която оставя децата отвън, на първо място не е сексуално, а е свързано с отделянето, с раздялата, дори когато децата са все още много малки.

Робин: Ако поразпиташ родителите за стеснението, което повечето от тях изпитват от недопускането на децата, а още повече дори от шума по време на половото общуване, който децата могат да чуят, те не успяват да дадат достатъчно задоволително дори за самите тях обяснение. Стеснението е неадекватно! За мен то започна да придобива някакъв смисъл, а сетне и за родителите, с които го обсъждах, едва когато осъзнах, че тревогата е заради и з о л и р а н е т о н а д е ц а т а – впоследствие разбрах, че самото изключване на децата и изпитваната от тях ревност към специалната родителска интимност и удоволствие представляват мощна сила, която ги тласка да пренасочат своя интерес от родителите към външния свят, там, където единствено е възможно да открият подобно осъществяване и за себе си.

Джон: Следователно изключваме децата и ги караме да застанат лице в лице с болезнения факт; гарантираме, че в крайна сметка те ще ни напуснат заради някой друг.

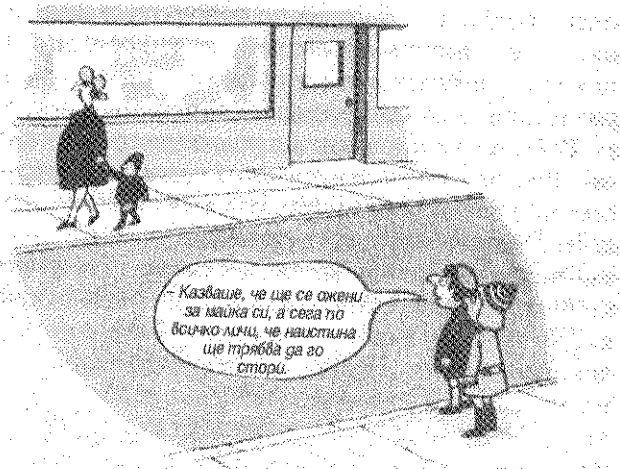
Робин: Което е в реда на нещата и това е най-добрият подарък, който можем да им поднесем. Трудно ни е обаче, отбягваме да го сторим. И най-накрая, в сила е и друга много въздействаща причина за тази непохватност. А именно, за да бъдат тласнати децата към зрелост, трябва да има "точното количество" сексуално чувство между деца и родители.

Джон: Какво искаш да кажеш?

Робин: Е, не прекалено много, разбира се, но също така и не прекалено малко. Родителите трябва да вървят по опънато въже: от една страна – студена, сдържана, несексуална атмосфера, а от друга страна – атмосфера, в която витае малко повече сексуално чувство.

Джон: Нека го кажем грубо – в едната крайност има сдържаност, а в другата кръвосмешение.

Робин: Точно така. Всички членове на семейството усещат дълбоко в себе си необходимостта да постигнат това



равновесие правилно и не е чудно, дето споделят общото чувство, че сексуалността е нещо като минирано поле.

Джон: Изреждаш впечатляващ списък. Всъщност започвам да се чувствам изцяло спокоен по отношение на моите задръжки. Има обаче един аспект, който не спомена – фундаменталната абсурдност на сексуалния акт. Искам да кажа, ако трябва да опишеш процеса в съда, пред председателя на Върховния съд, той не би повярвал на нито една думичка, нали? Ще реши, че си полудял. "А след това направи какво?"

Робин: Улавям се, понякога мисля, че целият този оживен ритуал цели да осъзнаем своето нисше положение във всеобщата схема на света и да ни възпре от samozабравяне. Известно ти е религиозното схващане, че част от нас е човешка, а другата част е божествена, че в своето въображение можем да се реем из божествените висини. Е, нищо не ни напомня така за земната ограниченост, както представата за взаимно съвкупление.

Джон: Харесва ми сравнението, че в цялото това неистово търсено блаженство е космическото зачатие на живота. Ами цялото това увъртане... Знам, станало е традиционно, преди да започне разговорът за секс, но стига толкова!

Робин: Не мисля, че можем да отлагаме повече.

Защо два пола...

Робин: Ами... сексът. Е, работата е, че са двама души.

Джон: Дотук добре.

Робин: Това е така, защото за да се постигне нещо ново, са необходими двама.

Джон: Искаш да кажеш – от едно непорочно зачатие би се появило дете дубликат на своята майка?

Робин: Да, ако можехме да пъпкуваме бебета, както някои нисши растения и животни, те биха били генетично идентични с нас. В човешките същества обаче половината от хромозомите идват от майчината клетка, а половината – от бащината сперма. Затова всеки човек винаги представлява нова генетична комбинация.

Джон: Какво е хромозом?

Робин: В ъобще ли не си учил биология?

Джон: Е, учил съм, но учителят бе бивш национал по ръгби и също не знаеше.

Робин: Наподобява микроскопична редичка от мъниста, в която всяко едно носи определена информация при сътворяването на новия индивид. Във всяка човешка клетка се намират двайсет и три чифта от тези хромозоми, които носят цялата програма за устройството и необходимите за съществуването на индивида условия.

Джон: Следователно всяка клетка притежава нещо като "книжка с инструкции" за правене на ново бебе. Но защо "чифтове"?

Робин: Необходимо е да бъдат чифт, та когато клетката се дели на две, новите две клетки да получат по един комплект. Работата е там, че чифт хромозоми при мъжете се различава поразително от чифт хромозоми при жените. Нормалната женска клетка има два подобни дълги хромозома, наречени X хромозоми, а нормалната мъжка клетка има дълъг X хромозом и по-къс, наречен Y хромозом. Когато се създават половите клетки – спермата при мъжете и яйцеклетката при жените, – всяка от тях получава само половинката от чифта хромозоми, които са стандартни във всички останали клетки.

Джон: Давай нататък!

Робин: Най-трудното почти приключи. Когато майчината яйцеклетка бъде оплодена от бащиното семенце, за да стане клетка на ембрион, яйцеклетката поначало трябва да има X хромозоми, но семето на бащата може да има X или Y.

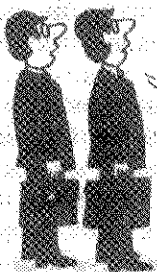
Джон: Следователно клетката на бащата определя пола на бебето?

Робин: Да. Още в самото начало, когато бебето е вътре в майката и все още е съвсем мъничко, то притежава всички дадености да развие и двата вида полови органи. Ако обаче налице няма Y хромозом, мъжките органи изчезват, развиват се женските, оформят се утроба и влагалище.

Джон: Ако мъжкият хромозом се случи да бъде X, получава се XX комбинация – момиче.

Робин: Ако мъжкият хромозом е Y, наличието на Y в ембрионалните клетки "отправя" развитието в мъжката пътека. Тогава вместо женски органи се развиват тестисули. Сетне тестисулите произвеждат химически вещества, които предизвикват закъряване на женските дадености, а вместо това се развиват мъжките органи – появява се пенисът.

– Виждали ли? Момичетата също имат тестисули, и то страхотно големи!



Какво тълкуват да си сложат обаче!



Джон: Никога не съм си давал сметка, че жената е прототипът. Значи ембрионалната клетка се развива в женска посока, а ко не бъде "отправена" по друга пътека от Y хромозома?

Робин: Така е. Но след като Y хромозомът определи характерните черти, те не могат отново да бъдат отправяни в друга посока. Посоката е установена.

Джон: Възможно ли е този простицък XX или XY план да тръгне в погрешна посока?

Робин: В много редки случаи. Бебето може да има само един X хромозом и тогава определено се развива женски пол, но жената не може да има деца. Възможно е да се получат два X хромозома и един Y – XXU, тогава се развиват мъжки полови органи, но с много малки тестиси и със зачатъци на гърди. Възможно е да се създадат мъже с един X и два Y хромозома, които проявяват аномалност в ред отношения. При някои обстоятелства дори – когато тумор създава излишни полови хормони или пък нещо не е наред с хормоните, или пък майката е вземала по време на бременността лекарства, оказали непредвиден хормонален ефект – механизмът на отправяне в определена посока може да бъде нарушен в по-късен стадий. Но това са много редки случаи.

Джон: Добре, от физическа гледна точка ти си единият вид или другият. А от психологическа?

Жалоните на психологическото развитие...

Робин: Нека направим в началото един бърз преглед на жалоните в психологията на детското сексуално развитие, като започнем от проходящото дете.

Джон: Доколко проходящото дете знае какъв е неговият пол?

Робин: Ами тъкмо по времето на този етап детето започва да го уточнява. В началото обаче – за известно време – то изглежда желае да бъде и от двата пола и вярва, че би могло. Затова израстването означава да се отрече от единия пол.

Джон: Е, това би трябвало да е граматна стъпка, що се отнася до смаяването на неговото его. Кога става това?

Робин: На около две годинки и половина децата започват да проявяват интерес към разликите между момченцата и момиченцата, а на около три годинки същината на тяхната полова идентичност е стабилно установена.

Джон: Не думай!

Робин: Съжалявам. Това означава дълбоко и относително неизменчиво усещане към кой пол всъщност принадлежи човек. Нека го наречем... нашата полова идентичност.

Джон: Означава ли това, че на около тригодишна възраст момчешкият или момичешкият маниер на поведение могат да бъдат идентифицирани?

Робин: Е, маниерът на поведение се развива през цялото време отчасти посредством вродените разлики и отчасти поради факта, че родителите по принцип от самото начало се отнасят различно към момченцата и момиченцата – а както всички знаят, невероятно трудно е да разграничиш тези две въздействия. Детската полова идентичност – а именно как детето осъзнава себе си в тези различия – е нещо друго, на детето му е потребно време, за да я уточни. Някъде обаче на около четиригодишна възраст децата започват да се делят на групички в зависимост от пола, те се веселят, забавляват и вълнуват, като си показват интимните части.

Джон: Което означава, че се гордеят със своята отско-рошна полова идентичност.

Робин: Така изглежда! Друго, което може да бъде забелязано – нарастващият интерес към сексуалните атрибути, към това как се правят бебетата, към брака – обикновено се придружава от едно романтично, възхитително, наистина много затрогващо отношение от страна на момченцето към майката или от страна на момиченцето към бащата. Те показват голяма привързаност, изпитват дори чувство на собственост, проявяват често ревност към родителя от същия пол. В крайна сметка детето започва да пречи – ако родителите си засвидетелстват прекалено голямо внимание, то се опитва да ги раздели, възможно е да си намери извинение, за да влезе посред нощ в спалнята им и да осуети тяхната интимност.

Джон: Колко дълго продължава това?

Робин: Ако родителите отреагирват меко, но решително и затварят вратата на спалнята, детето ще го е преживяло повече или по-малко някъде към шестгодишна възраст. Сетне тази любовна настроеност се спотаява и не изплува отново на повърхността, преди половите хормони да не "припалят" началото на юношеския стадий.

Джон: Дотогава детето ще трябва да е преодоляло много чувства на ревност, както и неприятните чувства на изолацията...

Робин: Да, това обаче е необходимо – ако детето сега премине през подобни чувства, по-късно то ще избегне някои други проблеми.

Джон: Които е вероятно да възникнат, ако не му е била предоставена възможност да се отдели от своите родители.

Робин: Точно така. На около шестгодишна възраст детето преустановява своите опити да разбие брака. Сетне настъпва периодът, известен като латентен, който продължава до около дванадесетгодишна възраст.

Джон: Но доколко латентен е той? Всъщност детето въобще не губи интерес, нали?

Робин: О, разбира се, че не! Научава се да прикрива своя интерес, както възрастните го прикриват, и той остава като една любопитна тема за разговори помежду им. Но чувствата, които създават този първи "вечен триъгълник" с родителите, избледняват и освобождават енергия за други интереси и дейности.

Джон: Децата усъвършенстват грубия език, усвояват методи, по които могат да измъчват хората, стават завистливи.

Робин: Да, усъвършенстват всички тези естествени, психологически оправдани занимания. Разбира се обаче, с настъпването на юношеството – пубертета – половите жлезди започват да произвеждат химически вещества, които стимулират най-различни промени в тялото.

Джон: При момичетата настъпва по-рано, нали?

Робин: Да, яйчниците започват да произвеждат по една яйцеклетка всеки месец; циклите у жената настъпват меж-

ду десет и шестнадесетгодишна възраст, като средната възраст е около тринадесет години. Хормоните предизвикват развитието на по-женствени форми – бедрата се разширяват, гърдите порастват и така нататък, за да подготвят женското тяло за износването на дете. При момичетата целият процес обхваща три или четири години.

Джон: Докато при момчетата...

Робин: При момчетата съответните промени настъпват по-късно и продължават четири или пет години, докато не приключат. Тестисите започват да произвеждат мъжки полови хормони, гърдният кош заедно с мускулите става по-голям, а и гениталиите също. Гласът надобелява, тялото се окосмява. Тестикулите произвеждат сперма, готова за създаването на деца; и момчето е наясно с това, тъй като започват нощните полюции.

Джон: Мислех, че това е от късната френска телевизия.

Робин: За твоё сведение, наричат ги "мокри сънища". Освен ако създадената сперма не се изхвърли чрез мастурбация, преди да стане изпускането.

Джон: И това не е зле. За каква възраст говорим в случая?

Робин: Нормално мокрые сънища се появяват между единайсет и шестнайсетгодишна възраст, но четиринайсет години е средната.

Джон: А какво става в психологически план?

Робин: Стимулирането на сексуалните чувства и мисли е единият от ефектите на половите хормони – те могат да разтревожат младите хора, които не ги очакват или не знаят защо настъпват. Другият ефект се изразява в програмирането на двата пола така, че те се "възпламеняват" при вида на непознатите форми, щом погледнат към представителите на другата страна, сякаш изведнъж им е предоставена опознавателна схема...

Джон: До този момент момчетата и момичетата стоят отделно и от време на време си разменят грубости.

Робин: Да, но постепенно започват да се привличат взаимно. Най-напред търсят сигурност, като общуват само в големи групи – обикновено продължават да пазят безопасно-

то разстояние, като се дразнят един друг, бутат се от велосипедите, от време на време обаче показват свенливи и колебливи признаци на симпатия, преди бързо да се оттеглят отново в сигурността на тълпата. Постепенно групичките се смалвяват, докато стигнат четворки, а накрая двойки.

Джон: Според мен психологическото развитие на пола преминава четири основни стадия. Стадият до около две годинки и половина, когато се определя половата идентичност на детето; стадият от около три до шест годинки, когато детето преминава през любовната привързаност към родителя от противоположния пол и я превъзможва; после стадият от шест до дванайсет години – фазата на латентността, когато интересът към секса изглежда съкоставим с интереса към множество други неща; и най-последната фазата на юношеството, когато хормоните цъкат наоколо и пораждат петдесет и седем разновидности от непознати мисли и чувства.

Робин: Достатъчно! Сега да се върнем обратно и да разгледаме всичко в точни детайли.

Прохождащото дете научава своя пол...

Джон: Ти каза, че в началото на етапа на прохождането децата изглежда вярват в своите възможности да бъдат и от двата пола.

Робин: Точно така. Те все още искат всичко да става по тяхно желание.

Джон: Намират се в "аутсайдерския" етап и възприемат налагането да се присъединят към мъжката или женската общност като ограничение, като прекалено "смалвяване на техния ръст".

Робин: Да, те не искат да преглътнат мисълта, че не ще имат това, което противният пол притежава. Естествено обаче налага им се да го сторят. Момиченцето трябва да се откаже от мисълта да притежава пенис, а момченцето

трябва да изостави надеждата, че някога ще роди деца. В началото е много трудно.

Джон: Какво улеснява детето?

Робин: Примерът на родителите притежава най-силното въздействие.

Джон: Разбира се, не какво казват, а как се държат.

Робин: Това е ключовият проблем. Детето научава своята полова идентичност, като моделира себе си според родителя от същия пол. Естествено много по-ясно би било, ако същевременно научава за противния пол и сравнява.

Джон: Следователно то се нуждае от двама родители, за да го стори, както си му е редът.

Робин: Или поне двама души с противоположен пол да вземат активно участие в неговия живот.

Джон: Но що за видове модели ще получава то?

Робин: Е, поне доскоро бе много просто, нали? Бащите трябваше да бъдат мъжествени, майките – женствени, и всеки знаеше какво означава това. Сега обаче, когато ролите на мъжа и жената се променят в сравнение с традиционния модел, известно време ще трябва да преодоляваме немалкото объркване.

Джон: Какво мислиш ще стане в крайна сметка?

Робин: Предполагам, традиционният модел ще се съхрани в голямата си част или дори ще се възстанови при хората, опитали се да го променят драстично. По-добрата част от новото обаче ще остане. Мнозинството мъже и жени желаят равенство, повечко разпределение на задълженията, но също така и определени, ясни отлики помежду им в психологически смисъл.

Джон: Добре, как се отнася всичко това към потребностите на детето, ако му предстои да възприеме с радост своята полова идентичност?

Робин: Проучванията върху факторите, които допринасят за психичното здраве, щастието и увереността в сексуалната роля, сочат, че родителите, оказващи най-голяма помощ на своите деца в това отношение, се припокриват донякъде в сексуалните си роли – те имат доста прилики в това, което са и което вършат. Но също така те вяр-

ват и изпитват удоволствие да бъдат различни. Един от друг в ред отношения.

Джон: Следователно едно разпределение на ролите без оглед на пола не би било добре за децата?

Робин: Изглежда ги обърква. Детето се нуждае от родители с донякъде общи занимания и интереси, с поне една обща част от грижата за него. Детето се нуждае обаче и от това родителите да бъдат различни, да отстояват различни неща, а също така да уважават различията помежду си, да им се радват и възхищават. Необходими са два гранични знака на определено разстояние един от друг, за да постигнеш дадено поведение и да установиш къде точно се намиращ.

Джон: Следователно твърдиш, че бащата възпитаваше мъжественост у своите синове, когато самият той по начина, по който се държи, налага съответния модел.

Робин: Не! Твърде любопитно наистина, но фактите всъщност сочат, че бащата не може да възпита своя син мъжествен просто като самият той налага мъжествен модел. Нито пък като оказва върху него натиск да се държи по съответния начин. На практика това може да има обратния ефект! Там, където бащите са мъжествени, но и любещи, подкрепящи, въввлечени понякога във всекидневната грижа за своите деца, израстват и синове, и дъщери, сексуално уверени в себе си.

Джон: А майките?

Робин: Същото положение! Ако те определено се отнасят положително към своята собствена женственост и към женствеността на своите дъщери, а също така ако се наслаждават на мъжественото у своите съпрузи и синове, майките биха подпомогнали децата да възприемат с радост своята полова идентичност по време на съзряването.

Джон: Дотук сякаш присъствието на бащата понякога е жизненоважно, но не е толкова съществено, колкото присъствието на майката.

Робин: Да, изглежда е така. Количеството време, през което бащата присъства, е по-малко важно от ролята, която той играе, когато е там. Ред доказателства обаче сочат,

че неговото отсъствие в по-ранна възраст предизвиква често проблеми за спокойно създаване на половата идентичност, особено при момчетата.

Джон: Защото дори да липсва човекът от противоположния пол, момчетата поне имат модела, който трябва да постигнат, докато момчетата въобще няма да имат модел – освен сексуалната роля, която не трябва да следват?

Робин: Не е само това. Има и друга причина, а именно – развитието на мъжа е по-сложно, отколкото развитието на жената. Сякаш нещо "екстремно" трябва да се случи при момчето, което не е наложително да се случи при момичето.

Джон: Както в ембрионалния стадий, когато допълнителният У-хромозом се намесва и включва характерните особености, които създават момчето ли?

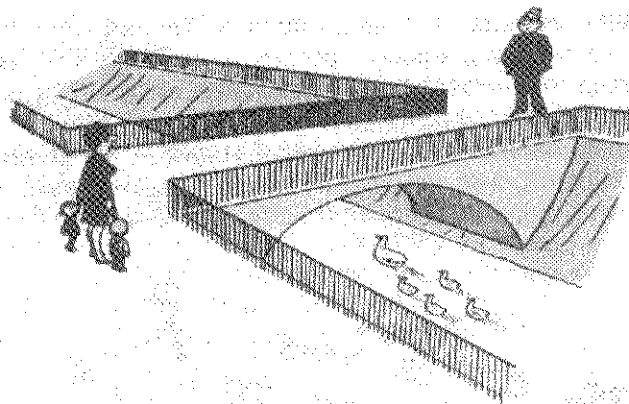
Робин: Да, един вид психологически отзвук на твоята мисъл. Погледни на картинката какво става до навършването на годинка и три месеца. Тъй като и децата от мъжки пол, и децата от женски пол започват своя живот вътре в майката и само тя има гръд, която може да ги храни, в началото без оглед на пола те проявяват зависимост от майката – затова ги разположих на единия бряг на метафоричната река. Бащата, който е от другата страна, в началото представлява една по-далечна фигура за децата. Той има грижа за прехраната, подкрепя цялото начинание. Затова на този стадий децата попадат основно под влиянието на майката и без оглед на пола те се моделират по отношение на нея.

Джон: Тъй че ако това положение продължи, момчето не попада под необходимото му мъжко влияние.

Робин: Правилно. Следователно, за да се развие психологически като мъж, то трябва "да мине по моста" и да бъде с баща си.

Джон: Докато момичето остава там, където е, със своята майка.

Робин: Естествено, момичето винаги може "да се заиграе" на моста, да извърви малко от него, понякога даже да отиде доста надалеч, да се окаже една истинска мъжкара-



на. Всички обаче очакват от такова момиче в крайна сметка да се завърне на същия бряг, откъдето е тръгнало, при своята майка, и тъкмо тази първа силна зависимост от майката му помогна да се завърне в същата точка.

Джон: Следователно преминаването по моста е екстремното нещо, което момчето трябва да предприеме?

Робин: Да, което, разбира се, означава съпротивление срещу силната обвързаност с майката.

Джон: Е, какво го улеснява да се освободи от тази зависимост и да премине по моста?

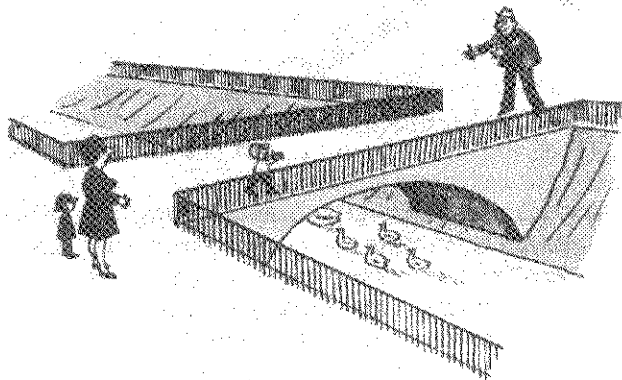
Робин: За да се откъсне от първичната връзка, момчето се нуждае от два тласъка. Първо, то се нуждае от майчината помощ, за да се справи с отдалечаването от нея, тъй като между двамата има емоционална пъпна връв, която ги държи съединени – ако майката не пусне свой край, би било много трудно за детето да се освободи. И второ, то изпитва необходимост от бащината обич, желание двамата да бъдат другари.

Джон: При положение че получи помощ и от майката, и от бащата, колко дълго продължава преминаването по моста?

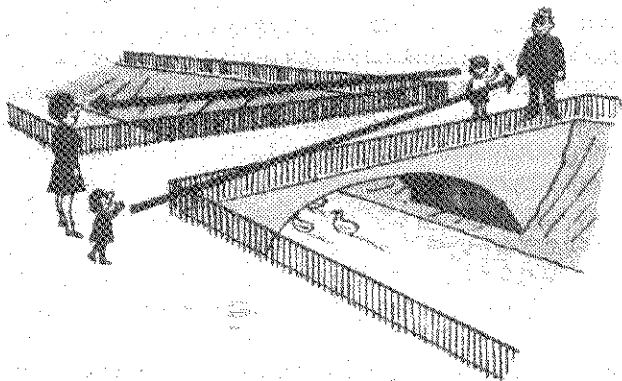
Робин: Момчето трябва да е стигнало другия бряг на възраст около две годинки и половина. Всъщност е трудно да се извърши обратният процес, след като е навършена

годинка и половина. Но и двата пола постепенно привикват към – а също и усвояват – ролите, които още няколко години след това се очаква да бъдат изиграни от тях на двата бряга на реката.

Джон: Значи някъде на около три годинки и половина момчето е откъд, на страната на бащата. Това означава, че то се чувства уверено и щастливо да бъде от мъжки пол.



Робин: То се извъръща, застава с лице към мама и започва да кокетира с нея, точно както момичето от отсрещната страна кокетира с татко.



От този момент до около петгодишна възраст продължава споменатият от мен по-рано период, когато децата

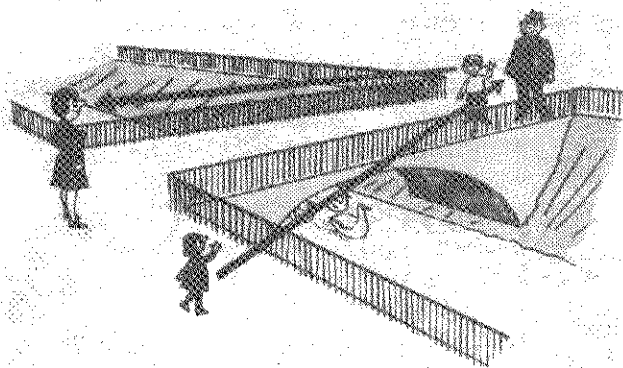
имат любовни взаимоотношения с родителя от противоположния пол.

Джон: Това ли е Едиповият комплекс?

Робин: Да, макар да обхваща и няколко други страни. В Едиповия комплекс има ревност към родителя от същия пол плюс страх, че той или тя ще си отмъстят заради опита на детето да отнеме брачния партньор.

Джон: Какво е влиянието на бащата върху момичето през времето, когато момчето преминава по моста?

Робин: Ами момичето също изпитва необходимост да се отдели от майката. Затова всички отредени за бащата задачи, за които вече говорихме, като определянето на насочващите правила, строгостта, насърчението да се изследва околният свят и, разбира се, "претенциите" към съпругата, помагат на момичето да стане по-независимо от своята майка. И макар да стои на същия бряг, момичето се отдалечава от нея, очевидно защото има своя собствена идентичност, която трябва да открива.



Мъжкото его...

Робин: Метафората с реката и моста улеснява освен всичко друго да разберем и някои озадачаващи страни на поведението. Мъжете например изпитват обикновено по-голямо неудобство да признаят своята нужда от женска

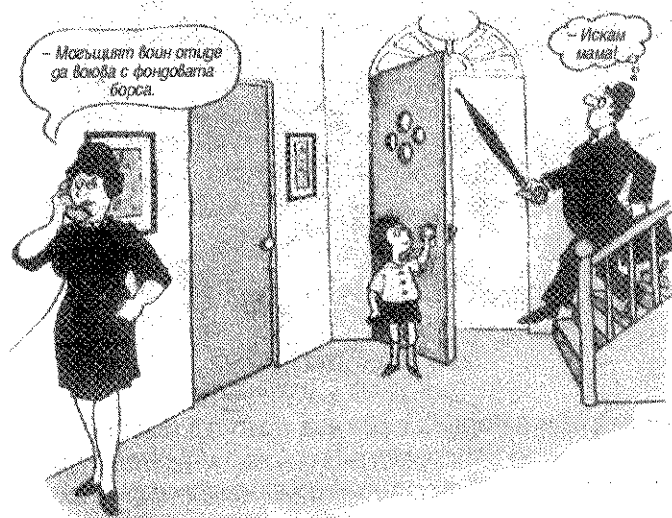
грижа и подкрепа, отколкото жените, ако се наложи и те да поискат същото от мъжете.

Джон: Защото мъжете се страхуват, че ще ги придърпат обратно назад по моста ли?

Робин: Точно така. Те свързват подобни потребности с пребиваването на речния бряг, където е майката, когато са били малки деца. Затова някои мъже се плашат, че ако допуснат проявата на майчина загриженост по отношение на себе си, вероятно няма да бъдат в състояние отново да пресекат обратно на мъжкия бряг!

Джон: Майчините грижи ще ги превърнат в постоянни бебета.

Робин: Да, или пък в същества от женски пол. Затова изпитват огромен страх от властта, която – те чувстват – жените притежават върху тях, а този страх всъщност е пропорционален на дълбоко притаената им необходимост от майчини грижи. Накрая те често възприемат позата на обръгнали мъжаги, демонстрират презрително и хулно отношение към жените просто за да избягнат опасността от прекомерното емоционално приближаване към тях.



Джон: Та да не би изведнъж да разкрият своите потребности и да попаднат завинаги под майчината власт.

Робин: Да, мъжката несигурност в това отношение нараства още повече дори защото трябва да бъде преодолявана при възприетото традиционно изискване към мъжа да бъде ловецът и покровителят, който се грижи за останалите.

Джон: Почакай малко! Всички мъже изпитват необходимост от грижа, ако бъдат подложени на определен стрес. Защо майчините грижи представляват заплаха за някои мъже, а за други не?

Робин: Зависи от това, дали мъжът е в състояние да признае своето временно желание да бъде подкрепян и гледан като бебе. Ако е в състояние, той познава точната мярка: Вече ще е изживявал подобна ситуация – знае, че може да я овладее, знае, че тя няма да го надмине. Освен това е научил, че след известно време, когато потребността бъде задоволена, тя изчезва като всеки друг апетит и той се завръща в своето "мъжко битие" отново. Затова не се страхува да признае потребността и може да се чувства сигурен в своята мъжка идентичност въпреки нея.

Джон: Способността да признае своята необходимост го прави по-сигурен в половата му идентичност.

Робин: А самата сигурност му позволява да признае потребността – това е един самоподновяващ се цикъл.

Джон: Ако обаче не е в състояние да признае потребността, ако я отрича?

Робин: Тогава, тъй като прикрива своето желание, той не е в досег с него. Никога не го е преживявал. Независимо от това обаче долавя неговата сила, която е още по-властна, понеже желанието никога не е било задоволявано... Затова се ужасява, че ако то някога избие на повърхността, той не ще е в състояние да го овладее и да се върне отново към своите отговорности като зрял човек.

Джон: Отново Параграф 22! Не признава своята необходимост заради страха, че няма да съумее да я овладее, не може обаче да придобие увереност, че е в състояние да я овладее, ако не я признае. Следователно е несигурен в своята полова идентичност.

Робин: Дори да не е от типа обръгнали мъжаги, той ще изпитва нуждата да държи жените на разстояние. За него те представляват заплаха, тъй като биха могли да разкрият притаената му потребност.

Джон: Междуременно да се върнем на моста... Ако жените се нуждаят от подкрепа, от майчина грижа, тогава за тях не съществува същият проблем, защото той се отнася до речния бряг, на който те се намират при всички положения.

Робин: Няма го и образа на война – табу по отношение на молбата за подкрепа. Затова жените повече умеят да приемат това за даденост и следователно са много по-сигурни в своята женска идентичност. На практика, когато наблюдавам мъже и жени в тяхното най-естествено и открито състояние, в каквото се намират, когато попаднат в дискретността на лекарския кабинет, непрестанно ми прави впечатление колко значително по-силни изглеждат жените в сравнение с мъжете. На повърхността много от тях не изглеждат толкова уверени, но по принцип те стъпват далеч по-здраво на земята.

Джон: Хората ме питаха защо в "Монти Пайтън" сме написали толкова малко смешни епизоди за жените. Единственият отговор, който можах да дам, бе, че нямам голямо познание за жените, но от това, което наистина зная, те въобще не ми изглеждат тъй глупави, както мъжете.

Робин: Така е. Те не се натоварват с определени роли, не живеят в мечти за социално положение, за власт и успехи в степената, в която го правят мъжете. И понеже не вземат тази работа сериозно, не са така крехки, тяхното ego не е така изнежено. И по тази причина тъкмо защото са по-близо до действителността, те са и по-податливи на лечение.

Джон: А феминистките? Някои от тях се забъркват в предназначени за мъже битки за власт и постижения, нали?

Робин: Да, но специално оня вид войнстващи феминистки, които конкурират мъжете в традиционните им изяви, не са така уверени в себе си в изначалния смисъл – поне тези, които аз познавам.

Джон: Дади не заговорихме неочаквано за власт, за социално положение, за постижения, защото представляват един вид заместител на истинската самоувереност в сексуалната принадлежност?

Робин: Да, вгледаш ли се внимателно, разбираш, че това обикновено представлява външният показ, чрез който мъжът си вдъхва увереност – а се надява и на хората около себе си, – в противовес на дълбокия вътрешен страх, че не е адекватен на своята принадлежност към мъжкия пол.

Джон: Вероятно затова толкова много неща будят смях, когато мъжът заема положение, с което иска да се покаже силен – интуитивно си даваме сметка за вътрешната му уязвимост.

Робин: Има и друг интересен момент в мъжката уязвимост: удивителната деликатност, която жените проявяват към нея, и как я охраняват. Стигат невероятно далеч – дори с висока за самите тях цена, – за да предпазят мъжа от положение, при което той трябва да се изправи лице в лице със своята слабост.

Джон: Каква по-точно слабост? Признанието, че понякога изпитва потребността да получи майчини грижи?

Робин: Да, това би го накарало да се чувства непълноценен в своите собствени очи. Мъжът си е сложил фасадата за прикритие, която жените мразят да подлагат на атака. Забелязал съм го по-специално при работа с колежки. Когато приемат двойка или семейство, те често оставят съпругът да се отърве не на казан, а после споделят с мен как ги е разгневил. Питам ги: "Защо не му казахте? Щеше да е полезно за него!" А те обикновено отвърщат: "О, не можехме, това би било като кастриране."

Джон: При положение че преди да бъде в състояние да стори каквото и да е за своята слабост, която се дължи на страха от желанието да получи майчини грижи, той наистина е изпитвал необходимостта да му я посочат?

Робин: Да.

Джон: И това са квалифицирани психотерапевти?

Робин: Да. Дори когато практикуват тази професия, при която оказват помощ на хората да се изправят лице в

лице с истината, в началото им е ужасно трудно да поставят мъжа на изпитание. Сякаш от самото им раждане са ги обучавали да избягват подобна ситуация. Дори подкрепата на цялото женско движение изглежда не освобождава повечето от тези жени от задръжките да поставят на изпитание способността на мъжа да остане на другия бряг на реката. В крайна сметка ако топките на бедния човек са му паднали, метафорично казано, ще знаем какъв е проблемът и ще му помогнем да си ги закачи обратно по-добре. Ако не са паднали, това би вдъхнало увереност у всички останали мъже. Удивително наистина – тази женска потребност да защитават мъжкото его сякаш е една от най-дълбоко вкоренените задръжки.

Разнообразието от възможности...

Джон: Спомена, че жените имат проблеми, ако преминават по моста. Но защо ѝ е въобще на една жена да го прави?

Робин: Ами ако майката на момичето е много студен човек и не ѝ предлага нищо, а бащата ѝ предлага повече, момичето може да извърви част или целия път. Ако накрая изцяло се окаже на погрешния бряг, такава жена става транссексуална.

Джон: Което означава?

Робин: Чувства се, сякаш е наистина мъж. От психологическа гледна точка тя е с т а н а л а мъж. Иска да се държи като мъж и да се отнасят към нея като към мъж, а може да пожелае и смяна на пола.

Джон: А транссексуалните мъже?

Робин: Това са момчета, "заседнали" на моста от страната на майката; те изцяло се идентифицират с нея и смятат, че наистина са от женски пол.

Джон: Защо поне не са поставили крак върху моста в посока на бащата?

Робин: Ами защото по принцип те имат майки, които са им осигурили блажено детство, но са го удължили далеч отвъд момента, когато е трябвало да оказват помощ на

своето дете да се отдели – майките не са искали детето да израсне и да се отдели.

Джон: А бащата не предлага на момчето нищо, с което да го примами отвъд?

Робин: Не, тези бащи обикновено представляват нищожества, които едва ли имат някакво присъствие там. Затова ако момченцата не получат помощ да преминат отвъд, преди да са навършили около две години и половина, когато се установява половата идентичност, всяка промяна по-сетне става все по-невероятна, дори при лечение. Те може да проявяват незаинтересованост от своето психологическо формиране като мъже и също да пожелаят операция за промяна на пола.

Джон: Добре. А хората върху моста – онези, които са започнали да преминават, но не са достигнали другата страна? Те хомосексуалисти ли са?

Робин: Да, представям си хомосексуалистите, разположени по дължината на нашия мост, на различни разстояния върху него.

Джон: Майките са ги пуснали само донякъде?

Робин: Ами по принцип мъжете хомосексуалисти имат твърде властни, собственически устроени майки.

Джон: Но не толкова собственически устроени, колкото майките на транссексуалните?

Робин: При всички положения това са майки, които не се идентифицират съвсем изцяло със своето дете. Освен това от научните изследвания, с които съм се запознал, оставам с впечатлението, че това са жени, които не доставят на момчетата приятни, позитивни изживявания. Затова и стимулт на хомосексуалистите мъже да останат при майките си е по-малък.

Джон: А бащите на момчетата?

Робин: Най-често за такъв мъж твърдят, че оказва малко от онова влияние, което по принцип насърчава момчето да премине отвъд към неговата страна – или защото отсъства, хладен е като човек, неспособен да го стори, или защото е груб и нелюбещ баща. Въпреки това мъжете хомосексуалисти са изминали достатъчно разстояние, за да

приемат мъжката идентичност. Вероятно защото връзката с майката отчасти също буди страх.

Джон: Защо буди страх?

Робин: По същата причина, поради която жените могат да представляват заплаха за мъжете, достигнали другата страна – страхуват се, че ще бъдат привлечени завинаги от страната на жените. Разбира се, този страх е дори още по-голям при мъжа гей, защото той никога не е преминавал към страната на бащата. Освен това тъй като не е имал близки взаимоотношения с бащата; налице е и по-голям страх от сексуалната му ревност; ако се прояви като негов съперник.

Джон: Следователно след като мъжът гей не е достигнал страната на бащата, той не би могъл да се обърне, да кокетира със своята майка и да преживее цялата тази единовска история.

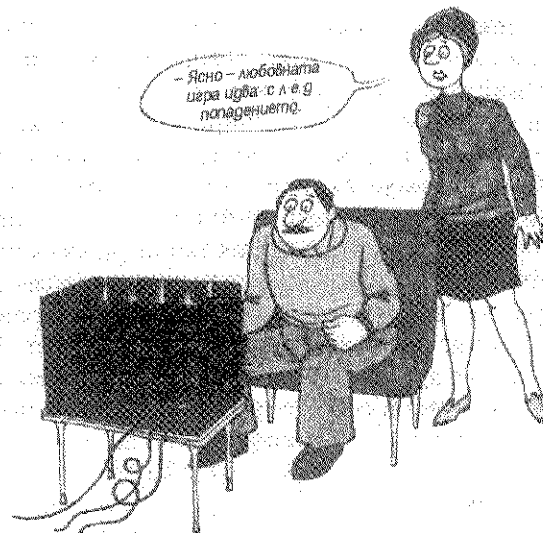
Робин: Да, той остава на моста с лице към бащата, или по-скоро към бащата, когото е искал, от когото се е нуждаел, но когото никога не е имал. Затова неговата зависимост се установява при мъжете, вместо да се върне под сексуална форма към майката, а отгук и към жените по принцип.

Джон: Твърдиш, че мъжът гей по същество продължава да търси любещ баща, който ще му даде онова, което му липсва?

Робин: Това е основната ми мисъл – макар, разбира се, всичко да е много по-сложно по ред причини. Въз основа на моя професионален опит обаче твърдя, че мъжът гей е човек, който не е имал нормалните хомосексуални – а именно със същия пол – топли, любещи взаимоотношения със своя баща.

Джон: Хомосексуални взаимоотношения със своя баща?

Робин: Нямам предвид взаимна игра с гениталиите. Но определено имам предвид игра с физически контакт – от рода на лудориите, гушкането, боричкането, по начина, по който мъжете футболисти си разменят очевидни физически прегръдки, когато някой вкара решаващия гол.



Джон: Всъщност при всеки гол. Затова много по-вероятно е мъж, който е имал баща, обичал го по този топъл, физически, грубовато-шеговит начин, да открие своя път право през моста.

Робин: А междувременно ще е почерпил сила и мощ от бащата, като е признал неговата власт, както се казва. Затова много по-вероятно е такъв мъж да се почувства подготвен да поеме отговорност за съпруга и семейство. Обикновено мъжът гей не е преодолял препятствието, свързано с властта, и целият му живот преминава през подбудата да го стори, като непрестанно търси с мвoлa-на бащината власт и сила под формата на пениса у другите мъже, а не в истинските проявления – в самата власт и в самата отговорност.

Джон: Удивителна мисъл! Искаш да кажеш – ти самият смяташ, че мъжът гей харесва пениса на другите мъже, защото символизира нещо, чиято липса той усеща?

Робин: Да. Пенисът замества бащината обича топлота, неговата любеща власт и сила, а чрез тях и чувството, че тази власт и сила е обладана, притежавана. Наместо това

се прави колекция от символите – от penisите на другите мъже. И тъй като те не са това, което символизират, въпросният човек никога не постига удовлетворение, често сменя един партньор с друг. Разбира се, говоря за мъжете съобразно позицията им върху моста – за онези по средата, които са се установили там и са се отказали да преминат отвъд. Онези, които стигнат по-близо до бащиния бряг, могат да открият, че една дълбока емоционална връзка с друг мъж им дава нещо, което не са получили от своя баща, и тъкмо чрез нея те са в състояние да прекосят право през моста и да се присъединят към мъжката общност. Такава дълбока връзка с друг мъж би могла да е придружавана от физически секс, но много често не е и наподобява по-скоро взаимоотношение от бащински тип.

Джон: Следователно ако мъжете и жените гей се намират на различни места по дължината на моста и някои от тях са "заседнали" по-близо до мъжката страна, а други – по-близо до женската, те биха могли двама по двама да възприемат мъжки и женски роли, при които ще имат различния опит, но и ще се допълват взаимно, също както "праволинейните" двойки.

Робин: Така мисля, но нека не насилваме метафората с моста. Тя изразява само един аспект от цялото.

Джон: Добре! Дотук почти не споменахме жените гей.

Робин: Интересно, в литературата е писано много по-малко за тях, отколкото за мъжете хомосексуалисти. Сякаш на това се гледа като на нещо по-нормално, което не е така необходимо да бъде изследвано.

Джон: А как е отразено във феминистките писания?

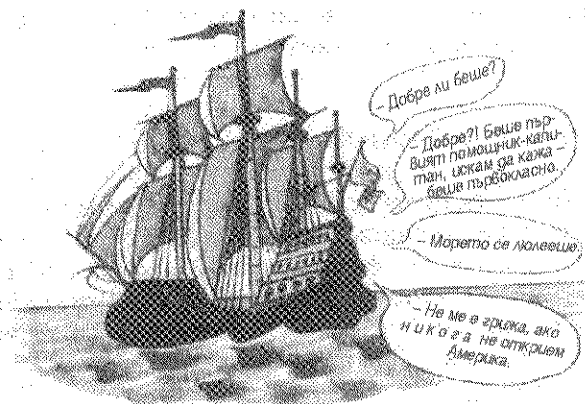
Робин: Ами приемат го за по-нормално от психиатрите дори. Професионалните контакти, които съм имал, определено ме навеждат на мисълта, че женското гей поведение е някак си по-естествено, по-любвеобилно и подкрепящо, отколкото обикновено наблюдаваме сред мъжете гей. Затова жените не се обръщат често за лечение. Изглежда при много жени гей поведението нерядко представлява етап в израстването.

Джон: Но както беше и при мъжете, и те не са кокетира-

ли с родителя от противоположния пол – все още са с лице към родителя със същия пол.

Робин: Да, в случая е в сила същият принцип – обикновено сякаш е липсвала интимна, любеща, физическа връзка с майката и те я търсят.

Джон: Добре! Нека обобщя, като се придържам към метафората за моста – момиченцата с женска принадлежност са от страната на майката, но малко отделени от нея; момченцата с мъжка принадлежност са от страната на ба-



щата; транссексуалните мъже въобще не са напускали страната на майката; транссексуалните жени са преминали откъм страната на бащата; а хомосексуалистите са разположени по дължината на целия мост. Нека задам един последен въпрос. Смятах, днес по принцип се възприема становището, че психологическата същност на малцина е стопроцентово хетеросексуална. Не би ли било по-точно да се каже, че повечето хора се намират в върху моста – с други думи, имат някакъв, но вероятно много умерени хомосексуални наклонности?

Робин: Да, тук метафората донякъде подвежда. Но за да удължим нейната приложимост, нека кажем, че при определени обстоятелства ние сме в състояние да се вър-

нем към по-ранен стадий от нашето развитие, макар да предпоставяме поведението, характерно за по-късния стадий. Не е необичайно например за мъже, които дълго време са били отделени от жени – намират се в затвор, плават по море или са в интернат, – да правят секс с други мъже, тъй като нямат алтернатива, макар самите те да са хетеросексуални при наличието на жени. Но ти си прав, подобни чувства се таят някъде и в нормалните хора.

Джон: Те обаче нямат усещането, че искат да ги осъществят.

Робин: Или това, или пък не си дават сметка за тях, тъй като са ги поставили зад жалюзите.

Половата мотивация...

Джон: Когато си представя твоя мост, виждам разположени във всички позиции по дължината на моста и над ватата бряга хора, които физически са от мъжки и от женски пол. Предполага се, че позицията на отделната личност обозначава нейната психологическа полова идентичност. Какви обаче са психологическите разлики между "мъжествеността" и "женствеността"?

Робин: Проблемът е там, че този въпрос е изключително труден за отговор. Обикновено си даваме сметка за очевидните разлики между мъжа и жената, нали? Но когато предприемем опит да ги измерим, да определим точно какви са тези разлики, те се изплъзват. Във всеки случай даденият извод се отнася само за средностатистическия мъж или за средностатистическата жена.

Джон: Конкретната жена, за разлика от конкретния мъж, може да прояви по-голям интерес към астрофизиката или плаването.

Робин: "Припокриването" е огромно, много по-голямо, отколкото хората очакват. На практика психологическите различия между представителите на един и същ пол са позначими, отколкото усреднената отлика между мъжа и жената по почти всички сравнени критерии.

Джон: Все пак са установени някои разлики, нали?

Робин: Дори те не са добре доказани.

Джон: Един момент! Говорим за вродените отлики или за онези, които са външно обусловени?

Робин: Виж, и тук съществува огромна трудност да се установи дали дадена отлика е вродена или се дължи изцяло на различните подходи в отношението към момченцата и към момиченцата, докато те отрастват. Очевидно ако всички момчета в едно училище изучават естествени науки и механика, а момичетата изучават шев и готварство, изобщо не би било изненадващо, че момчетата изпитват удоволствие и проявяват умение при поправянето на мотоциклети, а момичетата приготвят сладкиши и зашиват копчета по-добре. Различните очаквания и влияния, които гласкат момчетата и момичетата в противоположни посоки, са не по-малко универсални и силни – от самия момент на раждането, когато се узнава физическата разлика, – затова е много трудно да различиш какви може да са действителните, вродените различия.

Джон: Смяташ ли, че въобще е установена някаква разлика?

Робин: Да, отново обаче не забравяй, че това са само усреднени отлики. Все пак няколко със сигурност вродени различия са описани от Корин Хът, специалистка по тези проблеми в Англия, на която аз имам голямо доверие. Тя споменава например по-високо базово равнище на изразходваната енергия у момчетата, както и по-висок праг на активността, а също и по-големи възможности да се справят с нагледни и пространствени задачи. От друга страна, момичетата се развиват в повечето отношения по-бързо – интелектуално, физически, в социализацията, дават по-добри резултати в уменията си да усвояват езици, а също така и да общуват. В сравнение с женския пол мъжкият пол като цяло е по-агресивен. Един обстоен преглед на цялата литература по този въпрос, направен от двама американски изследователи – Маккоуби и Джаклин, потвърждава по-голямата част от изреченото дотук, но изтъква също, че дори разликите по отношение на образните,

пространствените и езиковите умения изглеждат са по-открити в случаите, когато жените са поставени в подчиненост и са по-слаби; отколкото при положение, че и на двата пола е дадена независимост – следователно и в този случай възниква съмнение; доколкото вродени са тези умения.

Джон: Ами разликата в агресивността?

Робин: Това е най-добре установената и най-широко наблюдаваната отлика. И тя е ясно свързана с причини от физически характер. Например увеличаването на мъжките полови хормони тласка момчетата към по-буйни, екстремни (насочени към външни лица), агресивни игри, докато увеличаването на женските полови хормони – между другото и двата пола имат хормони от мъжки и женски тип – правят момчетата по-хрисими, по-кротки, по-малко буйни и по-малко агресивни. Но и тук в голяма степен наблюдаваме така наречената "кръгова" причинно-следствена връзка – открито е например, че при някои животни мъжките полови хормони се увеличават, ако е налице готова за общуване женска, а намаляват, ако животното е надвито в някаква схватка или пък ако е под стрес.

Джон: Искаш да кажеш, че ако и двата пола имат от двата вида хормони, а равновесието между хормоните се влияе от промените в околната среда, ние се връщаме отново в изходната точка?

Робин: Поне не е така просто, както изглежда.

Джон: Но независимо дали е по рождение или не, мъжете проявяват по-голяма агресивност като цяло, нали? Затова по принцип те доминират, заемат по-влиятелни позиции и обират по-голямата част от каймака.

Робин: Да, затова не е изненадващо, че женските движения обръщат особено внимание да насърчават жените към по-напористи изяви. Отново обаче не забравяй, че това е усредненото различие. Най-агресивните представителки на женския пол са много по-агресивни от най-малко агресивните представители на мъжкия пол. Ужасно трудно е да бъде формулирано простицко. След като изучавах известно време проблема, започнах да осъзнавам, че във всяка книга, в която правех справки, попадах на така

наречените "кръгови", тавтологични аргументи. Мъжете са мъже, защото вършат мъжки неща, а мъжки са нещата, които мъжете вършат.

Джон: Освен ако жените не ги вършат.

Робин: И обратното. Понякога ти се струва, че започваш да се добираш до отговор, но сетне той отведнъж изчезва.

Джон: Следователно по същество ти си кръгла нула, при все че си изключително добре информиран. Не се тревожи, икономистите успяват да си изкарват прехраната по този начин.



Робин: Проблемът е там, че сме на кръстопът, когато се създават нови взаимоотношения между мъжа и жената. Договореност от рода на "Аз – Тарзан, ти – Джейн" повече не е приемлива за ред хора, но все още не се е наложил по-добър модел, който устройва и двата пола, а и децата. Според мен и двете страни заемат неотстъпчиви позиции при съвместните преговори от страх, че ако те не го сторят,

отсрещната страна ще вземе връх. А по принцип двете страни привеждат факти много пристрастно и ненадеждно.

Джон: Хората изопачават фактите, за да паснат на техните възгледи ли?

Робин: Да, макар да не мисля, че по принцип това се върши нарочно или умишлено. По скоро причината е, че хората виждат това, което искат да видят, забелязват това, което подкрепя техните убеждения и предразсъдъци. В областта на отликите между половете действия същият вид избирателна слепота и насочено мислене, както при темата за сериозните психични заболявания като аутизма и шизофренията. Затова някои хора съзират основни разлики между мъжа и жената, а други въобще не ги виждат. Всичко това се отнася и до изследванията, които на пръв поглед изглеждат много прецизни – защото изходните оценки влияят върху избора на това, какво да измериш и как да го измериш, а направените накрая заключения зависят от интерпретирането на констатациите. По тази причина, когато преценяваш достиженията и становищата на експертите, трябва първо да определиш доколко непредубедени и безпристрастни са те по темата, като изчетеш сума ти други техни писания и освен това бъдеш нащрек за евентуални признаци на някаква емоционална позиция, която може да заемат по проблема. Тъй че дори когато доказателството изглежда категорично, възможно е то да предполага затруднения.

Джон: Смяташ, че доказателствата за това, какво предизвиква различията между половете от психологическа гледна точка, са особено ненадеждни на този етап?

Робин: Когато изводите имат съществено приложение в политиката и обществото, обикновено в науката става така. За момента се чувствам напълно сигурен единствено в това, че са погрешни както позициите на традиционалистите хардлайнери, така и позициите на крайните феминистки, но отговорът вероятно се намира някъде по средата – където точно обаче, засега не знаем.

Джон: Но след като приемаш всеки ден двойки и се-

мейства, би трябвало да имаш някакво вътрешно усещане, дори и да не можеш да дадеш научно доказателство, нали?

Робин: Вече обсъждахме единичката най-интересна мисъл, на която съм попадал – теорията на Гътман за "критичния момент за родителите".

Джон: А именно схващането, че появата на детето тласка родителите към различни роли, като създава един вид критична ситуация за тях.

Робин: Да, тъкмо потребностите на детето предизвикват разграничаването до отделянето на тези роли въз основа на пола. Защото, както видяхме, бебето има нужда от пазач, който е много близко емоционално до него, който изпитва удоволствие да бъде нежен, проявява по един неизменен начин грижовност за твърде дълъг период от време. Е, всеки, който се настройва по подобен начин към бебето, в някаква степен губи контакт с грубата действителност на външния свят. Очевидно при примитивни условия това би било твърде рисковано, освен ако няма втори пазач, който да се грижи за първия. Ролята на втория пазач изисква много по-различни качества, които биха вършили работа при скватките и намирането на храна – например физическа сила, нападателност, умение да се планира. И тъй като бебето расте в женското тяло и суче от женската гърд, напълно логично е жената да поеме ролята на първия пазач, а мъжът – на втория.

Джон: В миналото мъжете и жените са обучавани за тези различни роли от най-ранно детство, за да бъдат в готовност за старт, когато се появи бебето. Закърмени са с това, то е станало социална привичка, предавало се е през вековете. Повече или по-малко обаче подобни са позициите на активистките на движението за "освобождение" на жените, нали?

Робин: Те приемат за даденост, че това е един вид договореност – ние в значителна степен сме подготвени за своите роли, което е правилно. Но пропускат да забележат очевидната целесъобразност на тази договореност – че тя е в интерес на оцеляването и благополучието на децата поне при отминалите условия. Феминистките обаче грешат

много, като си въобразяват, че всичко произтича от някакъв злонамерен мъжки заговор. Мъжете са подготвени за своите роли в такава детайли, в каквито и жените са пригодени за своите. Причината, че системата е устояла толкова време, се дължи на факта, че всеки от тях е подготвен да държи другия в позицията, в която се намира.

Джон: По-същия начин, по който отреагира семейната система, за да противодейства, ако евентуално някой от членовете опита да предприеме промяна. Оттук иде и изискването в семейната психотерапия да се лекува семейството като система, а не да се взема един негов член и да бъде обвиняван само той, след като не е отговорен нито повече, нито по-малко за системата, отколкото всеки друг. Вероятно по-войнстващите радители за освобождението на жената ще запомнят какво подчерта, а именно – обвиняването на който и да е отделен член от семейството затруднява привеждането на семейната система в равновесие!

Робин: Следователно въз основа на начина, по който системата, наречена общество, е действала в това отношение, мъжете държат жените в низините; тъй като те са подготвени да вършат това, а жените държат мъжете във висините, за да могат мъжете да ги държат в низините, заради кръговостта те са подготвени да вършат това. "Кръгово" обяснение, като яйцето и кокошката.

Джон: То обаче подкрепя твоето предишно наблюдение за затруднението, което повечето жени изпитват, ако трябва да подронят авторитета на мъжа в кризисен момент. Доволен съм обаче, че наблегна на системния характер на семейството, тъй като във феминистките аргументи съм забелязал някаква логика и тя изглежда почти така:

Жената: Ти, мъжко създание, си сторил нещо, за което не ме е грижа!

Мъжът: А ти, женско създание, направи нещо, което никак не ме очарова!

Жената: Но, мъжко създание, ти си голям и силен, и властен, и свободно избираш да вършиш това, което

вършиш. Докато аз, едно женско създание, съм слаба, потисната, стъпкана, тъй че нямам свободен избор. Това, което върша, е това, което трябва да върша, то е моята спонтанна и необходимата реакция на външните събития. Затова не мога да бъда държана отговорна.

Мъжът: И така, значи аз съм отговорен за това, което върша, а ти не си отговорна за това, което вършиш?

Жената: Защо ти бе необходимо толкова време да го разбереш?

Робин: Мъжете не са по-добри! Спомни си съпруга под чехъл, който непрестанно провокира жена си, за да се заяжда с него, като така внушава, че не може да преодолее своята непълноценност и тя трябва да проявява снизхождение към него.

Джон: Съгласен съм! Следователно необходимо е да гледаме на обществото като на система и да не се присъединяваме към паранойчната конфронтация между две групи, които използват за оръжие заговорническите теории между съперници. Но да се върнем към теорията "критичен момент за родителите" – ако възприемаш различията между половете като характеристики, произтичащи от необходимостта да бъдат отгледани децата, това със сигурност обяснява защо като бебета момченцата и момиченцата си приличат толкова много, както и по какъв начин двата пола впоследствие постепенно се раздалечават при съзряването.

Робин: Чак се разделят на две групи, сякаш се намират в различни лагери за подготовка! Не подлежи на съмнение, че когато създават младото семейство, мъжете и жените се намират във върховата точка на различията помежду си и често им е трудно дори да общуват. Дори след като са се чувствали закратко много близки, малко преди да се появи детето.

Джон: Какво става обаче, когато детето порасне и започне да ги напуска? Ако Гътман е прав, различията би трябвало да намаляват.

Робин: Тъкмо това става. Всъщност към шестдесетата

си година някои двойки дори си разменят ролите!

Джон: Какво?! ...

Робин: Не си ли забелязал? Жените между петдесет и седемдесет години стават по-активни, насочени навън, по-напористи и амбициозни от когато и да било преди, докато мъжете по принцип стават по-нежни, по-спокойни, по-чувствителни и емоционални, проявяват повече интерес към природата, градинарството и неща от тоя род. Отначало двата пола си заприличват, а сетне могат и "да си разменят" ролите и така предишните конфликти, породени от различието на определените от пола им роли, на практика се преобръщат. Жената може през целия си живот да се е оплаквала, че не среща у своя мъж взаимност в чувствата и емоционалните интереси. В крайна сметка той откликва, но самата тя не го желае вече – прекалено е заета с кампанията си в кметските избори или пък се е съсредоточила върху курсовете в свободния университет, докато съпругът, който я е критикувал, че е вързана въкъщи, желае сега тя да остане у дома с него.

Джон: Странно, наблюдавал съм това явление, но никога досега то не е достигало до моето обременено съзнание. Вероятно съм го затъмнявал, защото не се е нагаждало към общоприетите становища. Е, теорията на Гътман изглежда убедително, нали?

Робин: Да, и би трябвало да удовлетворява женското движение, защото показва, че ролите са изключително гъвкави, макар да е възможно наличието на значим биологически, вроден елемент.

Джон: За да обобщим – все още няма ясно доказателство или дефиниция какво значи да си от женски или от мъжки пол от психологическа гледна точка.

Робин: В абсолютни категории – не.

Джон: Е, може ли да те попитам следното? Какви напътствия по пардивата тема за обусловените от пола роли ще дадеш на хората, които живеят заедно, за това как да се държат помежду си, докато дойде времето, когато вие, психиатрите, най-сетне ще сте стигнали до решение?

Робин: Радвам се, че ми зададе този въпрос. Единстве-

ното, което можем да направим, е да следваме интуицията си, както и да опитаме да съхраним своя разум непредубеден. За щастие изглежда при всички положения подобен подход представлява идеалната формула за добри взаимоотношения между двойките. Ако я приложим, тогава наистина се вглеждаме един в друг. Това ни предоставя най-добрия шанс да се разберем и взаимно да си помогнем, за да израснем като интересни, цялостни личности, а не като стереотипни фигури.

Едиповият комплекс...

Джон: И тъй, нека се върнем към проходящото дете около тригодишна възраст – ако всичко върви нормално, момченцето ще е извървяло докрай моста до страната на бащата, докато момиченцето ще е останало отзад, на брега на майката. При положение че детето категорично се е установило на едната или другата страна, според теб то е възприело своята мъжка или женска полово идентичност – макар и никога да не е напълно способен да определи що е това.

Робин: Е, поне децата са попили всички получени напътствия – главно от своите родители – какви са очакванията към поведението на момчетата и момичетата. Разбира се, напътствията се предават автоматично, без някой да го осъзнава – чрез начина, по който ги взимат на ръце; обличат ги и се държат с тях; чрез начина, по който им говорят и играят с тях, от играчките, които им дават, и така нататък. Плюс възможните психологически различия!

Джон: Те имат силно чувство за принадлежност към едната или другата общност...

Робин: А чувството за принадлежност се подсилва не само от очакванията на твоята собствена общност да приличаш на нея, но също и от другата компания, която подчертава колко различна е тя.

Джон: И така, момчето и момичето вече се намират на двата противоположни брега, могат да се обърнат и през



реката да застанат с лице към родителя от противоположния пол.

Робин: Правилно. Следователно вече се намират в Едиповата фаза, която продължава от тригодишна до около шестгодишна възраст.

Джон: В мита Едип убива баща си и се оженва за своята майка, без да си дава сметка за родствения връзки помежду им.

Робин: А когато ги открива, изпитва такава вина и ужас, че си избожда очите.

Джон: Следователно тази ранна творба звучи правдоподобно, тъй като Едип е проявявал влечение към своята майка.

Робин: Да. На този стадий малките момченца изживяват любовен период с майките. Те са не само привързани, но и собственически настроени, често проявяват ревност към бащите.

Джон: Ще им се да се отгърват от тях, както Едип. Става ли същото и в обратния вариант, между малкото момиченце и бащата?

Робин: Да.

Джон: Фройд ли е установил пръв, че подобно нещо се случва?

Робин: Да, поразило го е колко важна се е оказала тази малка драма в житейските истории на посетилите го пациенти, както и повсеместната тенденция да се забравя, да се отрича дори, че е възможно да се случи подобно нещо.

Джон: Вероятно хората се смущават, че изпитваните от тях чувства могат да наведат на мисълта за кръвосмешение, така че дори да не отричат това, което става, те се опитват да подценят важноста на този стадий.

Робин: Да, човек не бива да подценява важноста на тази фаза за детето. Чувствата са много силни, детето е не само собственически настроено и ревниво, но на моменти може да изпита тревога от силата на своите емоции. Децата долавят, че се опитват да отнемат от брачния партньор родителя от противоположния пол. И няма нищо чудно в изпитвания от тях силен страх, че родителят от същия пол ще прояви в отговор точно толкова ревност.

Джон: "Кастрационният синдром" изразява страха у детето, че родителят от същия пол ще го накаже, задето огнема другия родител. Наказание, съответно на престъплението.

Робин: Фройд и неговите последователи обръщат голямо внимание на този комплекс и той определено пр е д ставлява много отявлен начин, по който се проявява страхът от родителската ревност и отмъщение. Но това всъщност е с а м о е д и н израз на общия страх да не загубиш обичта и подкрепата на родителя от същия пол, което, разбира се, за дете на тази възраст има ефекта на съсипваща тревога.

Джон: Детето се намира в трудно, много опасно положение, нали? Опитва се да отнеме единия родител, но се страхува, че другият може да му отмъсти. Какво му е необходимо, за да реши дилемата?

Робин: Простичко е, за щастие! Необходимо е единствено родителите му да се разбират добре и да поставят на първо място своите собствени взаимоотношения – преди всичко сексуалната връзка помежду им трябва да бъде добра. Ако случаят е такъв, те оказват л ю б е з н о, н о

твърдо съпротива на детския опит за намеса в техните взаимоотношения. Затварят вратата на стаята. Огромно успокоение е за детето, тъй като то осъзнава, че не е ще успее да отнеме родителя от противоположния пол. Детето усеща, че това би било губелно за брачната връзка, на която изцяло се крепи неговата емоционална сигурност.

Джон: Тъй детето отраства въпреки ревността и чувството на изолация.

Робин: Разбира се, затруднението е болезнено, макар и необходимо. Чувствата обаче ще бъдат успокоени до степената, до която детето долови, че и по други начини е обичано и скъпо. Да обобщим – детето се нуждае от поражение, за да изгуби своите надежди за завоевания, но се нуждае от милосърдие и любов при поражението, при което родителят от същия пол не отреагира с толкова ревност, колкото детето очаква, а обратното – предлага му несекваща обич и подкрепа.

Джон: Преди всичко детето трябва да знае, че бракът на родителите е в безопасност, че на първо място е обичта им един към друг.

Робин: Точно така. Най-добрият начин да предадат подобно послание на детето е да се държат естествено и да демонстрират чувствата помежду си открито. Постигнат ли това, колкото по-радостно откликват впоследствие родителите на детските любовни чувства, толкова повече те помагат на детето да набере увереност в своята сексуалност, тъй че по-сетне тя да достигне разцвет.

Джон: Значи някъде на около шестгодишна възраст детето научава за най-голямо свое облекчение, че неговите опити за намеса в брака са се провалили!

Робин: Дотогава то е стигнало до извода, че "ако не можеш да ги победиш, по-добре е да се съюзиш с тях", както и че най-добрата алтернатива за момче, което не може да се ожени за своята майка, е да се научи да прилича на татко си и поне да сподели част от нейното възхищение, като се идентифицира с него и стане като него; що се отнася до момичето – то трябва да имитира своята майка, защото очевидно това е пътят да впечатлиш един хубав, привлекате-

лен мъж като татко. По този начин детето бива насочено към зрелостта, даден му е мощен стимул да учи според възможностите си в училище, а също така да се стреми към успех в обществото – на детската площадка, на игрището и навсякъде другаде. С други думи, то може да премине към следващия стадий.

Джон: Тогава, ако детето не получи успокоителното послание, че бракът е в безопасност, причините биха могли да са две: или че бракът наистина не е в безопасност, или че е, но родителите не го показват ясно.

Робин: Да, важно е да бъде спомената тази втора възможност – тя обяснява защо тъкмо низходящите, отстъпчивите родители, онези, които изпитват боязън да не създадат у детето чувството, че е изолирано, както и да не демонстрират и най-малката възможна ревност към него, често имат деца със силно развити страхове през тази фаза.

Джон: Как се проявяват тези страхове?

Робин: Обикновено децата ги спотаяват от всички останали, но символично ги проявяват в своите игри или във фобии и кошмари, които в прикрита форма представляват израз на конфликта между любовта и ревността.

Джон: Следователно ако родителите се страхуват да изолират детето, то изпитва невероятен страх, че може да разтури щастливия дом.

Робин: И това може да се случи, ако родителите не са в състояние да затворят вратата на спалнята, с други думи, ако прикриват от детето своите сексуални чувства един към друг дотам, че дори бракът да е добър, детето подозира, че не е и – о, ужас! – то е спечелило в съперничеството.

Джон: Разбирам. Сега, да предположим, че бракът не е добър?...

Робин: Ами тогава изниква опасността родителите да си съперничат за детската обич.

Джон: Откликват прекалено топло на любовното поведение ли?

Робин: Да, и поставят детето в състояние на максимален страх, защото то изпитва чувството, че успява да разруши брака. Въобразява си, че е спечелило, м а к а р всъщ-

ност проблемите в брака да нямат нищо общо с него.

Джон: Какво става с детето, което живее под страх да не раздели родителя от неговия партньор?

Робин: Перспективата да разруши брака на своите родители го плаши толкова много, че то изпитва боязън да развие съзнание за своята сексуалност, която, струва му се, причинява всички проблеми. Затова то може един вид да прекъсне информационната връзка между мозъка и своите сексуални чувства, което води до фригидност или импотентност при достигане на пълнолетие.

Джон: В какъв смисъл импотентност – в буквален или в метафоричен?

Робин: И в двата. Както в метафоричен, така и в психологически смисъл импотентността по принцип означава проникващ страх от евентуален успех.

Джон: Не просто от сексуален успех?

Робин: Не, абсолютно всичко, което човек оценява като успех, или дори всичко, което той предполага, че другите хора оценяват като успех.

Джон: Тъй като въпросният човек е успял да навреди на брака на своите родители, той изпитва страх, че всеки друг успех ще има подобни пагубни последствия, така ли?

Робин: Точно така. Родителите не са изолирали детето достатъчно категорично, в известен смисъл то е "заседнало" на този Едипов етап, което освен всичко друго означава, че може да повтаря отново и отново същия сексуален модел.

Джон: Моделът на съперничество с някой от своя пол за притежанието на човек от противоположния пол.

Робин: Така стигаме до мъжете, които биват привличани само от омъжени жени, но не могат да поддържат връзката, ако съществува опасност тя да прерасне в нещо повече от любовна авантюра.

Джон: Не е обходим им е съпруг, за да ги предпази от изведена до край връзка?

Робин: Така и жените, които непрестанно се забъркват с женени мъже, изпитват необходимост от наличието на съпруги. Съпругата е гаранцията, че не ще им се наложи да



застанат лице в лице пред една истинска, изведена до край връзка, за която не са подготвени. Защото не са преминали правилно през този етап като деца. Защото техните родители са им позволили да навредят на брака им.

Джон: Или са допуснали да си мислят, че навреждат на брака им.

Робин: Именно. Затова дори когато отношенията между родителите са сравнително добри, могат да възникнат подобни, макар и не така сериозни проблеми – ако родителите крият своите сексуални чувства от децата, както вече казахме, или пък ако просто по принцип изпитват смущение и свенливост от секса. И в двата случая децата остават с впечатлението, че са били допуснати да се намесят в брака, и могат да "заседнат" заради същия проблем.

Джон: В най-добрия случай децата получават впечатлението, че сексът "не е хубаво нещо".

Робин: Да. Един от уроците, които детето трябва да усвои на този етап, е да изпитва удоволствие от любовните, сексуално обогрениите чувства, които изживява. Необходимо е да се чувства спокойно, със сигурност да знае, че тези чувства няма да навредят на брака. Ако обаче родителите изпитват смущение, възможно е това да накара детето "да изгаси" своите сексуални чувства. Възможно е сетне, при пълнолетие, когато се влюби, да се окаже трудно да ги "запали" отново. Като намира своето момиченце твърде

привлекателно, когато то кокетира с него, и като спазва точната граница, бащата всъщност засилва сексуалната увереност на детето – абсолютно същото протича между майката и нейните синове.

Джон: Кокетирането се оказва безопасно, тъй като е ясно, че истинският секс се оттегля зад вратите на спалнята. Но колко от това, което става зад вратата, трябва да знае детето?

Робин: Е, детайлите на това, което родителите възнамеряват да правят, не са детска работа. Но на практика е добре децата да знаят, че родителите се любят, че изпитват удоволствие от любовта и тя ги прави щастливи.

Джон: Което отправя две самостоятелни послания към детето. Първо, че сексът е нещо хубаво. Второ, че детето не може да го получи от мама или татко.

Робин: Това означава, че сексуалните чувства действат подобно на моркова за магарето: те мотивират детето да израсне, да намери свой партньор, с който евентуално ще може да изпитва същото удоволствие.

Джон: Следователно прекалената моралност отстранява моркова и тогава магарето няма причина, поради която да тръгне напред...

Робин: А кръвосмешението, независимо дали е консумирано, или – както се среща милиони пъти по-често – родителят е предложил на детето по-близка емоционална връзка, отколкото получава другият родител... Това позволява на магарето да изяде моркова! За сетен път подтикът да идеш напред, да израснеш, е отслабен.

Джон: Значи и двете – и прекалената моралност, и кръвосмешението – възпрепятстват израстването на детето. Вероятно защото и самите родители не желаят да пораснат. Искат всички да бъдат винаги заедно.

Робин: Да, струва ми се, това е същината на кръвосмешението. В конкретния случай не говорим за консумираното кръвосмешение. Говорим за положение, при което между родителите няма добра сексуална връзка, те не получават удовлетворение един от друг и допускат собствените им сексуални чувства да се пренасочат към децата, макар и

посъвсем прикрити и несъзнателни начини.

Джон: Ясно! Следователно ако родителите отбиват с обич, но неотклонно опитите на проходащото дете да разстрои връзката помежду им, ако също тъй покажат на детето, че получават сексуална наслада един от друг, на около шестгодишна възраст детето приключва успешно Едиповата фаза. А това го отвежда към третия от четирите стадия на сексуалното развитие, към фазата "латентност".

Латентният период – един промеждутък...

Робин: Фройд нарича този стадий латентен период, за да означа, че сексуалните чувства и интереси се спотаяват. По-точните проучвания обаче върху това, какво вършат и говорят децата през въпросния период, сочат, че интересът всъщност се запазва твърде силен.

Джон: Мисля, ти спомена, че сексът вече не е основна тема и просто е станал не по-важен, отколкото и ред други теми.

Робин: Всъщност точно тогава избледнява любовната зависимост от родителя, затова свързаните с нея емоции не преобладават по същия начин. Освен това децата са научили правилата и задържат в себе си своя сексуален интерес, за да оправдаят убождението на възрастните, че не проявяват интерес. Любопитството обаче продължава, помежду си децата правят твърде много опити, безобидни, а вероятно и твърде полезни като подход.

Джон: Какъв вид опити и колко често срещани са те?

Робин: Много е различно. Зависи от социалната принадлежност, от това, дали детето живее в града или в село, и така нататък. Едно проучване в сравнително консервативно предградие от средната част на Западна Америка сочи например, че повече от половината момчета на единадесетгодишна възраст мастурбират, а същият брой са участвали и в сексуални игри с момичета. Повече от

четвърт от тях са се включвали в хомосексуални игри и подобно число са опитвали полово сношение.

Джон: Нима някакъв вид хомосексуална игра е нормална за тази възраст?

Робин: О, да, еротичните игри между деца от един и същ пол са много обичайни за възрастта около дванадесет години. Въсъщност аз не обичам да използвам в случая думата "хомосексуални", защото това не означава, че впоследствие съществува по-голяма вероятност тези деца да станат гей – те просто практикуват върху някой себеподобен като първа крачка от по-сетнешното приближаване към противоположния пол.

Джон: Нещо като нетеоретично проучване в сферата на плътта.

Робин: Разбира се, голяма част от теорията идва до тях неточно, особено фактите за половото сношение, затова ясната информация, дошла от майката и бащата, може да облекчи в значителна степен страховете.

Джон: Предполагам, фактът, че им се дава информация, представлява ясен знак от страна на родителите, че те се отнасят към секса като към нещо добро, че го одобряват в подходящото време и на подходящото място.

Робин: Точно така. Това е нещо, което децата не биха схванали, ако родителите изцяло се доверят на училището да свърши тази работа. Децата ще го открият рано или късно, но ако родителите не изпълнят задължението си, те няма да са дали своята благословия, затова сексът може да се възприеме по-скоро като някакво нечисто занимание, колкото и добре да са представяни фактите от страна на другите хора.

Джон: Колко дълго продължава периодът на латентност?

Робин: До около дванадесетгодишна възраст.

Джон: Следва юношеството.

Кризата на юношеството...

Джон: Преминаваме към четвъртия стадий – юношеството, което ти описа като своеобразно повторение на много от нещата, случили се между три и шестгодишна възраст, по времето на Едиповата фаза.

Робин: Що се отнася до родителите, цялото това безпокойство и з г л е ж д а отива на заден план за около шест години. Дори детето да е било доста любопитно, неговите чувства са били прикривани пред родителите. Стигне ли до пубертета обаче – до началото на юношеството, – детето сякаш не може повече да пази чувствата си в тайна, тъй като те се умножават, стават много по-силни поради противичащите химически промени. Затова и избликуват!

Джон: Следователно детето за първи път започва да изпитва истински сексуални чувства.

Робин: Да, и това са твърде непознати, силни – понякога дори обезпокоителни – чувства, които предизвикват срамежливост и непохватност у тийнейджъра. Така естественият подтик да кокетира и да се провери нарастващата привлекателност обикновено се изпробва най-напред върху родителя от противоположния пол, при когото юношата се чувства безопасно, стига връзката между родителите да е сравнително добра.

Джон: Прилича на историята с Едип – флирт с родителя от противоположния пол и ревност по отношение на другия?

Робин: Да, голямата разлика обаче е в това, че сега нещата са много по-сложни и неудобни за родителите. Няма ги вече малките деца, които комично играят ролята на рицаря в бляскави доспехи за мама или Мерилин Монро за татко. Сега това са почти израснали хора, които излъчват истински, силни сексуални флуиди, флуиди с влияние, каквото родителите може да не са изпитвали от доста време насам.

Джон: Детето се разбужда сексуално, става физически привлекателно.

Робин: Тъй че родителите се затрудняват как да постъпят!

Джон: Те обаче трябва да се опитат да откликнат по същия начин, както преди, а именно – естествено, като покажат удоволствие, но очертаят ясно границата, за да не прерасне някога това поведение в наистина сексуално.

Робин: Точно тъй. Не е толкова лесно обаче да се поддържа през цялото време правилното равновесие. Единият от големите проблеми е, че тъй като това непрестанно изнервя тийнейджърите, обикновено те се лутат от едната до другата крайност – дават аванс, а сетне внезапно се отдръпват, сякаш ги заплашва блудство от страна на някой пропаднал тий.

Джон: Разбирам сложността на положението. Искам да кажа, ако родителите въобще не отвърнат, а просто страхотно се притеснят и започнат да се държат неловко, по британски, децата могат да възприемат това като отхвърляне – те всъщност ще бъдат отклонени и ще преустановят кокетирането, за да избягнат нов неочакван провал. Което означава, че не ще придобият увереност в своята сексуалност. Ако родителите обаче откликнат мъничко, младият човек може сам да се оттегли, защото изведнъж ще се уплаши от това, което става – от възможния ефект на своята сексуалност.

Робин: И ако тийнейджърът угаси своите чувства, стане твърде скован и чепат, той може да предизвика у своите родители учудване, дали не са сторили нещо погрешно, и те самите да се почувстват сковани и потиснати. Разбира се, тийнейджърите не си дават наистина сметка какво точно става, нито пък какви са сигналите, които отправят.

Джон: Сигурно е много трудно на родителите – в един момент младите хора са благосклонно настроени, в следващия – студени и отблъскващи.

Робин: Наистина е трудно! Често в крайна сметка родителите се чувстват, сякаш каквото и да направят, все е погрешно. Разбира се, при всички случаи в отделни периоди те намират верния подход, успяват да открият точното равновесие, изпитват лека тръпка, топлина и флирт,

докато трае увереността, че не се отива твърде далеч. Но те наистина трябва да приемат, че в някои моменти ще бъдат изкарани криви... В името на децата обаче трябва да преглътнат и естествено да продължат напред, без да се тревожат.

Джон: А не да изключат с вои те естествени чувства, защото юношата е "угасил" своите.

Робин: Това е жизненоважно! Практикуването на сексуално поведение е много съществено за тийнейджърите, но ги тревожи, ако почувстват, че успяват прекомерно да контролират сексуалността на своите родители в която и да е посока.

Джон: Да я задействат твърде много, а сетне твърде лесно да я изключат.

Робин: Правилно. Голяма отговорност, с която един тийнейджър трябва да се справи. Затова ако доловят, че наистина притежават силата да контролират отклика на своите родители, те може да се уплашат и напълно да угасят своята сексуалност, за да приведат нещата в "безопасно" състояние – впоследствие обаче придобиват навика да го вършат автоматично.

Джон: Това силно ми напомня една история. Преди няколко години имах връзка с прекрасно момиче, но вечно изникваха трудности при секса. В началото всичко бе абсолютно наред, но после тя изведнъж "угасваше" и неизменно бивах обвиняван, че съм сторил или че не съм сторил нещо, макар че за нищо на света не успях да разбера къде според нея бях сбъркал. За нещастие не разрешихме проблема и се разделихме, но когато я срещнах след известно време, тя ми каза, че се е подложила закратко на психотерапия и е проследила своето поведение назад, до взаимоотношенията с баща ѝ на тийнейджърска възраст. Той бил един много пряк, много почтен, отдаден на своята професия човек, но изведнъж те двамата започнали да флиртуват мъничко помежду си... и бащата на практика осъзнал, че изпитва сексуални чувства към своята дъщеря, а това означавало кръвосмешение! Душевен потрес! Ужас! И той изведнъж "изключил" своите чувства, точно когато

тя започнала да изпитва доста удоволствие от тръпката. Което я е накарало да се чувства ужасно, сякаш е сторила нещо много грешно. И за да защити себе си, трябвало е да се научи да гаси чувствата в себе си преди партньора. Това, което е ставало по времето на *наши* е взаимоотношения; е представлявало един вид преповтаряне на миналото: тя е "изгасвала" своите чувства всеки път, когато са достигали определено равнище, тъй като подсъзнателно се е страхувала, че аз съм на път да сторя същото.

Робин: Идеален пример за възможното въздействие върху по-сетнешния личен живот. Как е тя сега, знаеш ли?

Джон: Неотдавна ми каза, че след като започнала да разбира какво става, постепенно придобила уменията да преустановява угасването на своите чувства. Много време изминало обаче, докато постигне пълен контрол над себе си, тъй като рефлексът бил дълбоко вкоренен. Трябва да кажа, че разговорът на тази тема ме тревожи малко; защото си давам сметка по каква тясна пътечка вървят родителите, а моята дъщеря е точно на дванадесет и е изключително хубава. Как ще ми помогнеш?

Робин: Не се тревожи. Тя ще ти *подкаже*. Имам предвид, ще те накара да осъзнаеш какво ѝ е необходимо. Тя ще те използва за натрупване на опит, като изпробва своя чар върху теб, а когато ѝ бъде достатъчно или пък когато в своя отклик ти прехвърлиш границата, ще се отдръпне за момента, докато отново стане готова да те използва за натрупване на опит. Само се отпусни и изпитай удоволствието – не се смущавай, когато кокетира, нито пък се тревожи, ако наруши твоето вътрешно равновесие, след като е постигнала необходимото ѝ. В сила отново е теорията за граничния знак – не променяй своя естествен отклик за самозащита, но стой кротко, или по-скоро следвай своя собствена линия. Тогава дъщеря ти ще може да те използва като мишена, за да трупва опит. Във всички случаи трудностите стават много по-леки за родителите; ако самите те имат добри сексуални взаимоотношения в брака си и ако ги направят очевидни за тийнейджърите. Впоследствие не ще се наложи да изпитват тревога, ако чувствата

им бъдат леко "превключени", когато осъзнаят колко привлекателно става тяхното потомство – на практика едно леко отеждане в този случай може да изиграе ролята на уверение за всички, че нещата вървят нормално.

Джон: Защото истинският секс остава здраво заключен зад вратите на родителската спалня.

Робин: Правилно. Не забравяй, страхът на младите, че прекалено лесно биха могли евентуално да запалят или угасят сексуалните чувства у своите родители, освен всичко друго се дължи и на психически нормалното желание да не навредят и на *двата* родители, като разстроят брака. Колкото по-ясно стане, че бракът е здрав, сексуално пълноценен и процъфтяващ, толкова повече тийнейджърите ще се успокоят и ще получат удоволствие от участието в нещо като натрупване на флиртаджийски опит.

Джон: Добре, не става ли обаче и нещо друго, което затруднява живота на всички? Някъде по това време родителите навлизат в средната възраст, започват да долавят спада в своята собствена сексуална възбуда и привлекателност. Няколко жени споделиха с мен, че като девойки не долавяли насърчение да разцъфнат, тъй като майките им проявявали ревност, обезкуражавали ги – на практика ги атакували, когато изглеждали привлекателни или пък се държели прекалено секси.

Робин: Добре, повтарям – малко вероятно е родителите да изпитват нещо повече от умерена, преходна ревност, ако тяхната собствена сексуална връзка е все още наистина задоволителна. А също по-малка е вероятността да изпитват сериозна ревност; ако самите те са имали богат опит с другия пол в своето юношество, преди да са се задомили. Разбира се, промените през последното поколение, та чак до днешната търпимост към сексуалната свобода означават, че младите хора прекарват много по-приятно и забавно, много по-разкрепостено от своите родители. Което вероятно създава много повече трудности за родителите да овладеят завистта, естествено раздухвана в тях от любовните истории на юношите. И, разбира се, ако младите хора постоянно висят на телефона в разговори с

любимия, прибират се в малките часове или си вземат по три часа довиждане на прага на вратата, тяхното поведение ще подчертава неблагоприятият брак.



Джон: Ако родителите проявяват прекалена ревност, това би принудило юношите да угасят направо своята сексуалност, за да избягнат отвратителните чувства, които се появяват от страна на родителите.

Робин: Да, затова е много важно родителите да опитат да осъзнаят тази ревност, да я вземат предвид, когато решават колко строго да налагат правилата, какъв час да определят за прибиране на младите хора, какви ще бъдат домашните норми за приятеля или приятелката.

Джон: Разбира се, домашните правила не се отнасят само до секса. Ами правилата, които родителите установяват в другите сфери?

Определяне на правила за юношите...

Джон: Според твоето описание юношеският стадий в много отношения преповтаря стадия на прохождането. Е, за родителите е жизненоважно да определят ясни и строги правила за децата по време на прохождането. До колко се отнася това и за юношите?

Робин: Ужасно важно е юношите да почувстват неизменност и строгост у своите родители. Те се подготвят за още по-голяма самостоятелност – за самостоятелност по отношение на семейството. Сега е необходима не татковата помощ, за да се поразхлаби зависимостта от мама, необходима е подкрепа в ън от семейството – и специално от приятелите, за да се поразхлаби зависимостта от двамата родители. Младите хора се опитват да установят своята нова, отделна идентичност и да добият увереност в нея. И един от психически нормалните начини за това се изразява в проявите на опълчване.

Джон: Необходимо им е нещо, срещу което да се опълчват? Ясни правила, върху които могат да изпробват своята сила.

Робин: Точно както при прохождащите деца, а и по подобни причини.

Джон: Следователно и в този случай родителите дават сигурност, като определят правила.

Робин: Абсолютно! Човек не бива да забравя колко не сигурни в себе си и непостоянни могат да бъдат тийнейджърите. В един момент те са преизпълнени с увереност, искат свобода, самостоятелност, отхвърлят родителската принуда, но в следващия изпадат в колебливост, безпомощност, искат насърчение и подкрепа. В известен смисъл в един момент те са зрели хора, а в следващия – деца. Периодът за тях е много неспокоен и затова са им потребни строги, постоянни насочващи правила.

Джон: Звучи така, сякаш родителите изпитват чувството, че вече са преминавали през всичко това.

Робин: На практика имат късмет, ако са го сторили! Ако не са очертали достатъчно ясни гранични линии в стадия на прохождането, сега, когато децата са по-големи и по-силни, ще им бъде много по-трудно. Необходимо е обаче да го сторят, дори ако за известно време животът им заприлича на ад!

Джон: Добре, освен строгите домашни правила, какво друго могат да направят родителите, за да подпомогнат самостоятелността на своите деца?

Робин: Да насърчават интересите и заниманията извън дома. А също и в къщи, като предоставят на децата територии, където биха могли да изпробват своята свобода без неоправдани ограничения – например детската стая. Всеки тийнейджър повече или по-малко я обявява едностранно за независима зона, като прави своята стая очевидно различна от останалата част на къщата. Напълно в реда на нещата! Важно е обаче родителите да настояват за едно разумно взаимно зачитане в междуличностните контакти извън нея, в общите части на къщата, които трябва да бъдат обитавани заедно с родителите, братята и сестрите – да се оставя банята годна за ползване от другите, да се помага в къщната работа например.

Джон: Спомням си един твой израз: "И фурия от ада не може да се сравнява с тийнейджърка, която не е заставяна да мие чиниите."

Робин: "...от своя баща." Забрави края. Когато бъде достигнат определен етап от психотерапевтичното лечение, тъкмо пасивният баща, който "не иска нищо друго; освен спокоен живот", попада под пороя на жестоко иронично презрение и упреците, изсипани върху му от неговите дъщери тийнейджърки. "И нещоповече – крещат обикновено те, когато достигнат до последния пункт в обвинителния акт, до върховното престъпление, – ти ДОРИ не ни караш да мием чиниите!"

Джон: Следователно тийнейджърите обикновено желаят правила в дома. В най-лошия случай правилата поне им предоставят повод да се оплакват.

Робин: И да се борят срещу тях, макар и умерено. Виж,

на този етап не е задължително личността на тийнейджърите да е добре оформена, затова те изпитват трудност да проявяват истинска самостоятелност по един позитивен начин. Донякъде опознават себе си чрез негатиивен в своята основа подход. Във всеки случай поне в началото.

Джон: Следователно те опознават самостоятелността по-скоро като не вършат това, което родителите искат, или като вършат това, което родителите не искат; отколкото като вършат онова, което самите те искат.

Робин: Във всеки случай – поне в началото. Защото може да не им е съвсем ясно какво точно искат, що за личност представляват. Усещането за собствената идентичност все още не е ясно. Освен това човек не развива своите мускули, като почива или като поема по пътя на най-малкото съпротивление, нали? Бориш се срещу някакво съпротивление – повдигаш сериозни тежести; напираш срещу препятствие. Същото е с волята, силата на характера, самоувереността.

Джон: Следователно потребно им е нещо, срещу което да напират, което ще им помогне да станат по-независими. Вероятно поради тази причина всички тия тийнейджър-революционери продължават да говорят за "значението на борбата". Тя им помага да израснат.

Робин: Но непослушни! Затова ако родителите съумеят да приемат мисълта, че съпротивата е необходимост, която помага на техните деца, те ще държат строго на правилата и така ще им предоставят нещо, срещу което да напират. Разбира се, от време на време трябва да приспособяват правилата, защото е добре децата да получат повече свободно пространство около себе си, когато израстват и стават по-независими. Важно е обаче родителите да не се увеличат прекалено в детайлите на съпротивата, да знаят също, че споровете не са задължително решими на този етап; не бива и да се страхуват, че вършат нещо погрешно, и отчаяно да се опитват да вкарат децата в "нормите". Приспособят ли се към изискванията на младите хора, опитат ли се да им угодят, да ги направят щастливи, в крайна сметка те не само че ще се почувстват още по-неадек-

ватни и на погрешен път, но на практика и ще откликват погрешно. Същината на цялата тая работа се състои в това, че тийнейджърът търси нещо, срещу което да се опълчи. Затова ако родителите постоянно отстъпват, тийнейджърът ще трябва да се заеме с отчаяно дирене на някакъв тип поведение, което ще получи ответна реакция – така конфликтът ескалира, докато родителите и з р а б о т я т своя позиция или децата срутят къщата.

Джон: Удивително е да узнаеш, че трябва да се отдръпнеш назад, за да схванеш смисъла на подобно поведение, вместо да останеш въввлечен от детайлите на всяко такова неразбирателство. А домашните правила за облеклото?

Робин: Е, някои родители могат да решат да предоставят повече свобода, други по-малко. Изключително зле би било обаче за тийнейджърите, ако родителите не определят правила или обратното – ако настояват децата да се обличат т о ч н о – както се обличат те. Освен всичко друго това е забавно, тъй като непосредствено преди юношеската възраст децата много се смущават на тържествата по връчване на училищните награди или на спортните празници; ако родителите им не са облечени възможно най-скромно и конформистки. Помня, моята дъщеря ме сгълча, че нося вратовръзка с три райета, а не с две. Обаче в момента, когато влязат в юношеска възраст, децата обичат да предизвикват смущение у възрастните, като се обличат възможно най-чудато.

Джон: Следователно родителите трябва да останат верни на своите убеждения, за да бъдат от помощ на тийнейджърите.

Робин: Да. Те трябва да бъдат жалона, според който децата се самоопределят и измерват, като възприемат това, което им харесва, и отхвърлят онова, което не им харесва. Естествено, първото изискване за един жалон е да знаеш неговото разположение.

Джон: Затова родителите трябва да и з р а з я в а т своите възгледи ясно и да не обръщат внимание, ако децата не са съгласни; на практика също и да приемат, че през повечето време н я м а да срещнат съгласие и вероятно на тях

ще гледат като на тиранични, реакционни безумци.

Робин: Точно така. Ако родителите съумеят да приемат ролята и да изпитат удоволствието от това, да живеят своя собствен живот, те вероятно въобще няма да се сблъскат с проблемите на юношеската възраст. Проучвания върху обикновените семейства показват, че около 85 процента от тийнейджърите харесват своите родители, уважават ги, разбират се с тях. Тяхното трескаво, изследователско поведение въобще не се оценява като "проблем" от родителите.

Джон: При това положение дали не преувеличиш историята с опълчването?

Робин: Смятам, че тъй като сблъсъците не и з м е н н о идват малко изневиделица, всички родители ще се успокоят, ако узнаят, че някои конфликти са съвсем естествени. Повечето хора изпитват понякога съмнения дали не подхождат погрешно, като заемат строга позиция. Дори родителите, повлияни от преобладаващите сега тези за проява на либерализъм във възпитанието, могат да бъдат убедени да заемат по-твърда позиция, ако осъзнаят, че някои конфликти са абсолютно необходими.

Джон: Приведе много съображения защо не одобряваш либерализма в най-общия смисъл на думата, а именно – защо не одобряваш родителите, които не поставят ясни, насочващи правила пред своите деца. Но ти не си и против: се к с у а л н и я л и б е р а л и з ъ м, нали?

Робин: Какво искаш да кажеш?

Фантазиите...

Джон: Оставам с впечатлението, че според теб би било добре, ако младите хора имат връзки с много различни партньори, за да натрупат богат опит – както емоционален, така също – ако желаят – и сексуален.

Робин: Да, стига това да не противоречи на религията на човека или пък на моралния кодекс, който той би желал да следва.

Джон: Каква, мислиш, е ползата?

Робин: Получават по-късно по-солидна основа за брака.

Джон: Това ли показва твоят професионален опит?

Робин: Да. Редовно попадам на случаи, при които женени хора на средна възраст, неизживели своето юношество и с малко интимни приятелства оттогава, се забъркват в извънбрачни истории от твърде нереалистичен, незрял тип. Или пък – по-лошото – губят голямата част от своето време във фантазии колко по-щастливи биха били с някой друг.

Джон: Може би чувстват, че остаряват, че са пропуснали да изживеят някои наслади или пък нещо друго?

Робин: Просто нямат опита на различните любовни връзки и затова им придават обаяние. Те никога не са имали възможността да опознаят практическото развитие на интимните връзки и по тази причина прегръщат мисълта, че "чуждата кокошка патка се вижда". Независимо дали на практика и з не в е р я в а т или само м и с л я т през цялото време как да изневерят, те неизменно сравняват своя партньор с идеал от измислиците, но – каква изненада! – бракът не се приближава до измисления стандарт.

Джон: Очакванията от брака нереалистични ли са?

Робин: Да, те са невъзможни! Но тези хора не са го открили! Докато други, които са я играли тая игра и имат сравнително богат натрупан опит, са разбрали, че никак не е лесно да се постигне добро сексуално нагаждане между двамата партньори и че то много зависи от това, доколко връзката като цяло е добра. Стигнали са до извода, че бракът изисква усилия, и са по-склонни да вложат своите интереси и енергия в него, отколкото в мечти за някакви други партньори.

Джон: Защо твърдиш, че изневярата във фантазиите е по-лоша от действителната изневяра?

Робин: Защото фантазията руши съществуващия брак, без да дава на човек, който се е впуснал в нея, възможността да открие действителните усложнения от извънбрачните връзки.

Джон: Искаш да кажеш, така човек никога не успява

наистина да открие колко трудно е да се поддържат две връзки едновременно, колко близък до живота е френският фарс.

Робин: Нещо повече – такъв човек никога не получава възможност да открие, че същите проблеми, които има със своята съпруга или съпруг, в крайна сметка ще се появят и в любовната авантюра.

Джон: Ако обаче наистина има авантюра, би ли могъл да стигне до този извод?

Робин: И тогава може да реши, че съществуващият брак не е чак толкова лош в крайна сметка.

Джон: Да предположим обаче, че съществуващият брак е наистина ужасен.



Робин: Е, тогава предизвиканото от фантазията облекчение може да направи брака просто поносим, за да се мъкне по-нататък хомотът. В действителност обаче би могло да се окаже по-добре, ако и двамата прекъснат цялата история, докато все още имат време да съградят нещо ново.

Джон: Радвам се да чуя твоето мнение за фантазиите. Винаги са ме поразявали като твърде вредни в същината си, тъй като предоставят една нищо незначеща посока в

момент, когато вземаме решения за своя живот. Не говоря за закачливите фантазии, в които можеш да се потопиш или пък да изплуваш, когато пожелаеш, а за фантазиите, които се пръкват от абсурдната идея за романтичната любов. Не мога да се сетя за една-единствена "романтична" представа, която в крайна сметка да не прави хората по-малко щастливи, отколкото биха могли да бъдат. Сякаш някой е изготвил списък с характерните за депресираните личности черти и им е придал ореол – прекрасно е да си привързан; високо морално е да бъдеш зависим; ниско е да черпиш емоционална подкрепа от няколко източника; най-овладяващата от всички емоции е очакването за загуба; да ти липсва някой означава да се чувстваш наистина жив; в основата си страданието показва, че в крайна сметка животът и м а с м и с ъ л. При все това подобни на моите думи не са разбираеми: Хората се гордеят да бъдат романтични. "Боя се, че съм донакъде романтичен", казват те и се усмихват със странно чувство на морално и духовно превъзходство. В състояние са сериозно да се разсърдят, ако помолиш да ти обяснят защо приемат, че самоналожената мъка самоусъвършенства. Особено жените, които изглеждат изненадващо подвластни на романтиката въпреки факта, че в сравнение с мъжете те по принцип са много по-резвоумислещи – а и решителни – в своите връзки.

Робин: Не мисля, че мъжете и жените се различават чак толкова по своята принадлежност към света на фантазиите. На практика, струва ми се, ако не друго, мъжете живеят още по-далеч от действителността, но предрешват заниманията си със сериозни имена като "политика", "философия" и тям подобни. В миналото жените са ги насърчавали в тази насока, за да могат поне да ги държат далеч от кухнята, та да си гледат насъщната работа.

Джон: Значи най-доброто нещо, което може да се направи с илюзиите, е да се отървем от тях.

Робин: Не, не е задължително. Смятам, че хората трябва да имат право на собствен избор. Л и ч н о аз предпочитам схващането, че трябва да се освободим от илюзии-

те, да живеем по-близо до действителността, но не го препоръчвам всекиму. В професия като моята пациентите, извлекли най-голяма полза, са всъщност хората, които искат да се освободят от илюзиите, но това е много болезнен процес...

Джон: Загубата на илюзия може да се окаже толкова болезнена, колкото и загубата на нещо истинско, така ли?

Робин: Да, и не всеки може да го понесе или пък желае да го понесе. Затова аз просто помагам на хората да погледнат лице в лице своите илюзии и да ги променят с а м о толкова, колкото е абсолютно необходимо, за да получат това, за което са ме посетили, но н е и повече. Не бива да рушиш илюзия, преди човек да се е домогнал до нещо по-добро в действителността, което да я замести.

Джон: Следователно когато поддържаш схващането, че младите хора трябва да изпробват по малко, то е защото усещаш, че по този начин те ще извлекат знание, ще се освободят от някой свои фантазии за връзките между мъжа и жената, ще открият повече за самите себе си, за своите потребности, както и за другия пол, а в бъдеще всичко това ще им предостави по-надеждни шансове да изберат партньор, с когото могат да създадат дълъг и успешен брачен съюз.

Робин: Абсолютно! Ако приемам, че сексуалната свобода преди брака е положително явление, то е защото аз вярвам в значението на стабилния брак за семейството, защото ценя верността и трайното обвързване. По-възможно е двойките да предпочетат тези стойности, ако са стигнали до извода, че плодовете на повърхностните, преходни авантюри имат второстепенно значение. Колкото и приятни да са, те просто не могат да се сравняват с пълноценните взаимоотношения при трайното обвързване. По-вероятно е обаче хората да повярват в това, ако сами са го открили, отколкото ако им кажат да го вземат на доверие.

Лечение на сексуалните проблеми...

Джон: Е, преминахме етапите на сексуалното развитие и стигнахме пред прага на брака. Да обобща – необходимо е време за осъзнаването на половата идентичност, което нормално приключва на възраст около две и половина – три години, когато детето заема ясно положение върху един от двата бряга, женския или мъжкия; следва Едиповата фаза – първото любовно отношение с родителя от другия пол, между три и шестгодишна възраст; идат шест години на относителна латентност, когато интересът се съхранява, но не е така явно изразен; после настъпва юношеството, когато хормоните раздвижват кръвта и Едиповата фаза се повтаря, но този път с истинско сексуално трептене; след това младите хора си тръгват и започват да трупат опита, необходим им, за да изберат наистина подходящ брачен партньор. Добре, нека продължим по въпроса какво може да бъде направено, ако някой от тези етапи потръгне в погрешна посока.

Робин: Ами много зависи в какъв момент от цикъла на развитието е възникнал проблемът. Колкото по-късно е възникнал, толкова повече може да се направи. Например възгледите за сексуалните проблеми от рода на импотентността, фригидността, преждевременната еякулация са изцяло променени днес от новите методи, способни да по-



могнат за седмици в случаи, при които дори многогодишна терапия в миналото не винаги завършваше със значителна промяна.

Джон: Да предположим обаче, че проблемът е изникнал преди Едиповата фаза. С други думи, свързан е с половата идентичност на личността.

Робин: В такива случаи често е трудно да се направи каквото и да е. Повечето транссексуални личности, както и мнозинството хомосексуалисти дори не правят опити да се обърнат към психиатър, за да се промени отклонението, защото са се справили, като са се приспособили към него, приели са го. Затова проблем за промяна всъщност не възниква.

Джон: Промените обаче са възможни, нали?

Робин: О, да. Но в случаите, при които стават, това може да се окаже бавно, мъчително, болезнено усилие, защото е необходимо да се промени сърцевината на личността. Всичко може да бъде засегнато – промяната в половата идентичност може да предизвика промяна в почти всичко, свързано с този човек. С други думи, необходимо е огромно преизграждане. Затова очевидно всеки човек сам трябва да реши стрували си борбата и страданието. За мнозина вероятно не си струва, за някои дори самият опит може да се окаже опасен. При всички положения аз съмтам, че работата на психиатъра е да зачита възгледите и уязвимостта на всеки отделен пациент. Пациентите често усещат по-добре от психиатъра кое е най-доброто за тях. Затова ако подобен човек потърси лечение по някаква друга причина, често му оказваме значителна помощ да подобри своя живот и да изпитва повече радости, като в същото време уважаваме желанието му да остане сексуално там, където се намира.

Джон: Забелязвам, че използваш думата "отклонение".

Робин: Първоначалната дума беше "перверзия", разбира се, но тя побра в себе си много негативни асоциации по времето, когато съществуваша строги законови санкции срещу всичко друго освен обичайния секс в рамките на брака. Затова вместо нея сега се използва "отклонение".

Джон: Много хомосексуалисти обаче се противопоставят дори на думата "отклонение". Те предпочитат думата "вариантност", за да покажат, че една сексуална ориентация е точно толкова "нормална", колкото и друга.

Робин: Ни най-малко не оспорвам тяхното право да вярват в това и да се застъпват за своите възгледи, стига да приемат същите правила, както и всички останали, и да не навреждат на другите. Но както можеш да видиш от начина, по който обясних стadiите в сексуалното развитие – а обяснението не само осмисля целия мой клиничен и личен опит, но и ни позволява да помогнем на хората да променят своето поведение и да се изиявят по-успешно, – аз смятам, че тези различни сексуални ориентации най-добре биха били обяснени и разбрани, като се сравняват с нормалното развитие. Спрял съм се върху този начин на оценка, тъй като за мен той е полезен, работи в практиката, осмисля фактите. Ако други хора обаче предпочитат да смятат, че отклоненията идат отникъде, без каквото и да е обяснение – естествено, подобно отношение е разбираемо, ако те не искат да се променят, – аз самият нямам нищо против. Схемата на развитие, която описвам, не загатва никаква морална оценка за вина, както и не постановява, че хората трябва да бъдат по-различни от това, което са.

Джон: Следователно лечението на проблеми, свързани с половата идентичност, е трудно, дори ако пациентът желае промяна, тъй като личността на човека е формирана върху дадената идентичност и това ще изисква сериозно разграждане и преизграждане. Ами ако проблемите са изникнали на по-късен стадий от развитието?

Робин: Добре, нека вземем фригидността, импотентността и преждевременната еякулация, наричани най-общо нарушени сексуални функции. Тези проблеми изникват след като стадият на половата идентичност е бил вече задоволително превъзмогнат. При отклоненията влакът тръгва по погрешен коловоз. При нарушените функции влакът се намира на правилния коловоз, но е срещнал червен сигнал и е спрял. Затова психотерапевтът трябва да промени сигнала на зелен.

Джон: Следователно личността се е изправила пред този червен сигнал, който възпира нейното сексуално развитие по време на Едиповия стадий.

Робин: Да. Вземи фригидността. Ако бащата лесно е изпадал в смущение от насочените към него любовни чувства на малкото момиченце и е откликвал смутено, уплашено, негативно, момиченцето е започнало да мисли, че непознатите чувства, които изпитва, са "погрешни". Затова е опитало да ги угаси. По-късно, вече пораснала, тази жена може да придобие навика да угася чувствата си до такава степен, че да не е в състояние да ги припали отново.

Джон: Същото може да се случи, ако бащата отвърща се прекалена готовност, нали?

Робин: Да, за да бъде в безопасност, момиченцето отново ще трябва да угаси чувствата. До подобна реакция може да се стигне също ако извън дома действа строга забрана да се показват сексуалните чувства, при много строго отношение на общността например. Или пък понякога, макар и по-рядко, поради някаква истинска травма, заради нещо отвратително, случило се в бараката за дърва.

Джон: Импотентността може да възникне по същите начини, нали, само че в случая майката откликва погрешно на чувствата на момчето.

Робин: Правилно. Важно е обаче да се допълни, че всеки мъж може да изживее в реалния импотентност, а именно неспособност да получи ерекция или пък често да я изгубва по време на любовната игра или на сношението: когато е под стрес, чувства се неразположен, намира се под въздействието на някои лекарства, на алкохол, ако изпитва особен страх да не се провали, както е например при сношение с любовница или жена за първи път. Случи ли се подобно нещо, възможно е да бъде поставено началото на порочен кръг – нарастващата тревога как се представяш води до по-злополучно представяне, а новият провал влече още по-голяма тревога. Това в последна сметка предизвиква импотентност от по-постоянен вид, освен ако някоя съчувстваща жена, лекар или просто добър късмет не разчупят порочния кръг.

Джон: Ти спомена обаче, че перспективите за лечение на фригидността или импотентността, каквато и да е причината за тях, са много добри.

Робин: Да. Най-леките случаи – за щастие те са най-чести – се дължат на подобни порочни кръгове от провал и страх, чието начало е поставено при някакви необичайни обстоятелства, оказали въздействие върху мъжа, който преди се е издвоявал нормално. Разбира се, по-вероятно е това да се случи, ако мъжът вече е изпитвал задръжки или свенливост по отношение на секса заради споменатите причини. Естествено същите принципи действат и за фригидността у жените.

Джон: Ами преждевременната еякулация? Дали това е друг вид опит да се угасят чувствата, да се избегне сексът, като приключиш, преди наистина да си започнал?

Робин: Не, не мисля, че има нещо общо с казаното дотук. Не забравяй, съществуват няколко различни теории защо новите лекове действат така ефективно. Принципиалният възглед обаче, залегнал във всички тях, гласи, че мъжът, който "свършва" твърде бързо, преди партньорката да е готова, на практика не е свърхчувствителен към удоволствието, а обратното. Подобни мъже не могат да се контролират, защото не са напълно наясно, както би трябвало да бъдат, с нарастващото по време на половата игра и снощението физическо удоволствие в половите органи на тялото и по-специално при пениса. Ситуацията донякъде се родее с образа, който използвахме по-рано: мъжът прилича на шофьор, който е пуснал кормилото на колата и се е покатерил на задната седалка – колата е пенисът, а направляващото кормило е връзката на мъжа с пениса, неговото съзнание е заусещанията на пениса. Възбудата излиза извън контрол и му бяга, така както и колата при подобни обстоятелства.

Джон: Искаш да кажеш, че възбудата не е правилно свързана с физическите усещания за удоволствието? Необходимо ми е да чувства повече удоволствието, за да съумее да се контролира.

Робин: Точно така. Сега можеш да разбереш защо всич-

ки демодирани ръководства по секс на практика засилват проблема. Обикновено те препоръчват средства, чрез които мъжът да направи възбудата, като мисли за странични неща – изрежда например таблицата за умножение и други подобни. Така че ако той вече е седнал на задната седалка на колата, подобен съвет го избутва в багажника.

Джон: Каква е първоначалната причина, поради която мъжът е прекъснал връзката между себе си и физическото усещане?

Робин: Вероятно вниманието му е загърбило сексуалните усещания поради страхливите отклъци в семейството, за които вече споменахме. В детството му е вътпявано, че "не е много хубаво", ако изпитваш здрав, силен сексуален апетит, както и ако изпитваш наслада от буйна пре-възбуда и желание.

Джон: Спомена, че през последните десет години лечението на тези функционални нарушения е постигнало удивителни резултати. На какво се дължи внезапният напредък?

Робин: На практика началото бе поставено с работата на Мастърс и Джонсън в Съединените щати. Вместо да лекуват само онзи партньор, за когото се предполагало, че има проблеми, те приемали едновременно и двамата партньори; от своя страна двамата психотерапевти работели също като една двойка, така че понякога се събирали по четирима души. Вместо просто да разговарят за това, какво би могло да е причинило проблема – преживяване в детството и така нататък, двамата психотерапевти давали съвети и задачи за изпълнение. С други думи, те насочвали двойката, като я подкрепяли, но неотстъпно я тласкали да опитва отново, като същевременно обяснявали на двамата партньори да не се тревожат, ако в началото се провалят.

Джон: Значи не са се съсредоточавали върху причините, а просто са карали двойката да практикува?

Робин: Точно така. Постигнат бил огромен ефект. И други психотерапевти са стигнали до същите изводи.

Джон: Какъв тип съвети и задачи трябва да им дадете?

Робин: Да речем, при двойка, която страда от последствията на фригидността или на импотентността, когато и двамата са много напрегнати, липсва им увереност, че въобще някога ще се получи, трябва първо да спечелиш доверието им и да ги накараш отново да разговарят за проблема. Сетне ги съветваш да отложат на този етап опитите за истинско полово сношение, докато свикнат просто да се наслаждават на своите тела по най-обикновен начин.

Джон: Като направляваш сношението, ти намаляваш техния страх от възможен провал. Какъв вид задачи им поставяш?

Робин: Предлагам им просто да се докосват и поред да се масажират, да речем, за около половин час по начин, който им харесва, но да отбягват половите органи на тялото. Когато дойде редът на всеки един от тях да бъде докосван от своя партньор, той бива подканен да се отпусне и да се наслаждава, да насочва своя партньор кое намира за най-приятно. Така двамата да си сътрудничат, за да извлекат възможно най-голямата наслада.

Джон: Това е принципът на поведенческата терапия, нали? Започваш с нещо лесно, което не предизвиква особено безпокойство, сетне се придвижваш към целта – правиш от време на време крачка напред и спираш задължително, ако страхът започне да нараства.

Робин: Именно! Постигайки съгласие да избягват за известно време сношението и дори да отбягват половите органи, двойката преодолява своя страх около така нареченото представяне. Партньорите могат отново да се завърнат към взаимното опознаване, могат да започнат наново. И когато получат насърчението да проявяват нежност, галовност, чувствителност към другия, те обикновено разкриват душата си и понякога почти се влюбват наново.

Джон: И постепенно напредват към истинското сношение ли?

Робин: Да, на бавни етапи, докато се почувстват готови. Например ако първоначалният проблем е бил импотентност у мъжа, първата крачка, след като вече са постигнали непринуденост в несексуалното докосване, се изразява в

предложение към жената да поиграе с мъжките гениталии, просто леко да ги дразни и да им доставя удоволствие, без каквото и да е очакване обаче за ерекция у мъжа и без да обръща внимание, ако тя не се получи. Разбира се, след като напрежението е преодоляно, механизмът скоро бива отново задействан, а фактът, че жената е активната, но не проявява прибързаност да се постигне ерекция, може да завърши със събуждането на изключителна страст у мъжа.



Когато той наистина се почувства уверен в себе си, може да опитат проникване, но отново без очаквания за задържане на ерекцията – при случаен неуспех те се връщат обратно на по-ранния етап от процеса, затова и няма никакво обезсърчаване или пък възможност за ново затваряне на порочният кръг. Обикновено най-много след няколко седмици сексът помежду им е наред, а удоволствието и удовлетворението, които получават, подсилват лечението.

Джон: Да предположим, че двойката прибърза и опита сношение преди съвета на психотерапевта.

Робин: Няма значение! Ако се случи – а то често става, защото възложените задачи така са ги разпалили, че не могат да чакат, – процесът просто бива ускорен. Ако и е с т а н е, границите, които си им определил, ги освобожда-

ват от всякакво чувство за провал – остават просто с усещането за приятно непокорство и провинение.

Джон: Спомена, че и други терапевти оценяват тези методи като ефективни. Прилагат ли ги често?

Робин: О, много често! Но всички тези нови техники имат една обща характеристика: те се фокусират върху непосредствения опит.

Джон: Вниманието на двойката е насочено към чувствата в момента ли?

Робин: Да, към техния съвместен опит "тук и сега", за да се прехвърли мост към сексуалните чувства и усещания, които са се научили да заглушават в ранна възраст, за да ги изпитват сега все по-живо и дълбоко. А подходът за постигане на целта е изискването към пациентите наистина да изпълнят определени задачи, да опитат някаква промяна.

Джон: И лекарят не губи време в опити да уточнява какво е причинило проблема?

Робин: Виж, днес много психотерапевти съчетават новите методи с по-традиционните психоаналитични техники, които изясняват причините. Открихме, че успяваме да помогнем и при проблеми, по-сериозни от функционалните нарушения.

Джон: Добре. Ако проблемите с постигането на половата идентичност възникват във фазата на прохождането, а функционалните нарушения в Едиповата фаза или по-късно... Къде попадат мазохизмът, садизмът и фетишизмът?

Робин: И в тези случаи хората са "заседнали" някъде в своето сексуално развитие. Възможно е да са достигнали една приемлива увереност в своята полова идентичност, но да не са отишли достатъчно далеч, за да изградят връзка на любов и доверие с човека от противоположния пол, чрез която да достигнат пълно отпускане и естественост. Следователно те не могат да се впуснат с цялата своя същност в половия акт. На пътя им се изпречва елемент на страх и недоверие. Особената форма на сексуално задоволяване, която човекът предпочита, е най-близката до насладата от нормалния секс, която той може да открие; като в същото време се предпази от страха.

Джон: Страх от какво?

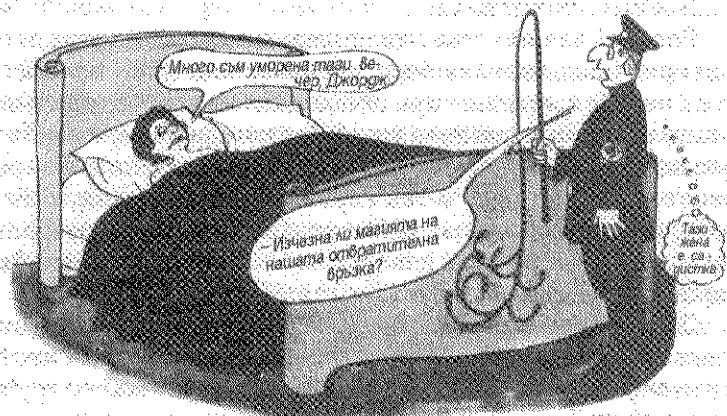
Робин: Главно че ще го използват, ако той допусне да се разкрие напълно, ако бъде уязвим по начина, по който това неизбежно става, при положение че сексът наистина задоволява. Предишният му опит е оставил у него недоверие към интимните връзки, страх от любовта или обвързването. Затова такъв човек търси някакъв вид секс, който избягва тези опасности, които се обгражда със своеобразни предпоставки; за да извлече част от удоволствието без много риск.

Джон: Садо-мазохизмът обаче не е чак толкова необичаен в своите умерени форми, нали? Нали много от двойките си разменят любовни ухапвания, стават малко груби при възбуда?

Робин: О, да! Лекото дразнене, ухапванията, надмощието и подчинението представляват средства за възбуда, използвана от повечето двойки поне на даден етап. До момента, до който тези средства обогатяват удоволствието, всичко е съвсем нормално. То става анормално само ако двамата партньори не могат да си имат доверие и свободно да се отдадат един на друг, иначе казано, когато използват подобни средства като заместител на любовта, на съпричастието, като начин да се отдели сексуалната възбуда от емоционалната близост, която обичайно я съпътства.

Джон: Анормално е, защото представлява секс без любов ли?

Робин: Да. Без любов дори по отношение на възприемането на отсрещната личност като човек със същност. Систематичното причиняване на истинска болка като условие за удоволствие от секса обикновено има две цели. Първо, то дава илюзията за голяма близост и интимност, както е при истинските любовници, когато те изцяло са се разкрили взаимно; доброволно са се поставили във взаимната си власт; като са допуснали любовното чувство да ги отнесе в своя вихър и да ги завладее. Същност обаче садомазохизмът чертае голямо пространство между партньорите. Що се отнася до садиста, партньорът за него е предмет, нещо, което се експлоатира



и използва без чувство, без загриженост или жалост. Причинявата на жертвата болка представлява вторичен заместител на любовта и съпричастието, които садистът желае, но не може да рискува, тъй като това би го поставило във властта на жертвата. От друга страна, жертвата-мазохист също бива предпазена от истинско съпричастие, обич и съучастие, тъй като страхът и болката отдръпват мазохиста, а това поставя безопасно емоционално разстояние между садиста и самия мазохист. По този начин и двамата са защитени от евентуална близост и отдаване, затова успяват да изпитат известно взаимно привличане, породено от сексуалната възбуда.

Джон: Принципът на самозащита от евентуално съпричастие е в сила за целия спектър от садо-мазохистични прояви, така ли?

Робин: Да, убеден съм.

Джон: От причиняването на сериозна болка в едната крайност до другия край на спектъра, при който...?

Робин: Ами проявява се в твърде слаба форма при мъжете, които правят опит да шокират жените, като се само-разголят, или пък при мъжете, наричани Надзъртащия Том, които използват случая да зяпат, без дори да оповестяват своето присъствие. Между другото, по-голямата

часть от порнографията се основава на същия принцип, на опита да отделиш напълно секса от любовта, да бъдат избягнати чувствата на нежност и топлина, които съпътстват половата възбуда.

Джон: Значи страхът от съпричастие е общото в садизма, мазохизма, фетишизма, воайорството, екхибиционизма и порнографията.

Робин: Да, въпросният човек не може да се справи едновременно с любовта и секса. Той се страхува, че те ще го поставят във властта на другия -- което е естествено -- би станало, защото всъщност това е любовта! Но такива хора не могат да го понесат, тъй като са минали през злополучния опит обичан от тях човек в детството да злоупотреби стази власт.

Джон: Тогава перверзията по някакъв начин предпазва тяхната сексуалност от други опасности, така ли?

Робин: Точно така. Сексуалността им е била заплашена отрано и за да не се откажат от нея, те е трябвало да я крият, за да я запазят. Предрешвали са я, за да не бъде разпозната от хората, или пък са я крили някъде, за да бъде държана настрана от човека, който я заплашва. С други думи, подчинената на любовта сексуалност е под ключ някъде, където хората не ще я намерят. Тя може да бъде проявявана само в извратена форма, като не излага на риск любовните чувства, експлоатирани в детството от другите хора.

Джон: И проблемът става още по-неразрешим, тъй като обществото осъжда "безопасния" за въпросния човек начин да изразява сексуалните си чувства.

Робин: Естествено, обикновено такива хора се отнасят към сексуалните си чувства като към позорна тайна. Разбира се, те се придържат към подобно поведение, защото това е единственият присъщ им секс. Затова го практикуват само толкова, колкото се осмеляват.

Джон: Обръщат ли се за помощ?

Робин: Само някои. И ако дойдат в психотерапевтичния кабинет с желанието за промяна, те по принцип не желаят да изследват това, което искат да променят у себе си, тъй като се чувстват виновни и засрамени. Разбира се

обаче, ако човек иска да се промени, трябва да започне от точката, където е в момента!

Джон: Искаш да кажеш, те биха желали да открият нормалната сексуалност, като в същото време се опитват да забравят къде са я заключили.

Робин: Да. Все едно, че човек е изпуснал ключа си, а сетне е тръгнал да го търси на петдесет метра по-нататък под уличната лампа, тъй като там е по-светло. По тази причина напълно безполезно е да подканяш такива хора да опитат по-нормални форми на сексуално задоволяване. Ако успеем да тръгнем оттам, където се намира сексът, да го освободим, той би могъл да се изтръгне и да се преобрази в по-нормална форма, по-свързана с всички останали нормални чувства, които впоследствие биха помогнали да бъде овладян. Началната фаза на лечението неизменно налага да се потърси и да се открие къде е заключен сексът, а когато бъде открит, лекарят трябва да улесни пациента да го приема в съществуващата форма, та дори и да изпитва удоволствие от фантазиите, които го тревожат.

Джон: Да изпитва удоволствие? Та нали човекът е дошъл, за да се освободи от тях?!

Робин: Знам, изглежда странно. А и аз нямам предвид да се насърчава въпросният човек да натрапва своите фантазии на другите хора. Каквито и да са обаче отклоненията в подтиците и фантазиите, в тях е скрит действителният, истинският, свързаният с любовта секс. И ако човекът избягва да застане лице в лице с фактите и категорично да се освободи от срама и вината, той никога няма да открие скритото добро там. А ако го подкрепиш да изпита "включването", свързано с чувството-отклонение, постепенно скритите в по-голяма дълбочина чувства също ще бъдат освободени. След като излязат на свобода, те ще потръгнат по нормални канали и в крайна сметка истинският, свързан с обичта секс става възможен за този човек.

Джон: Помагат ли методи от типа на прилаганите от Матърси Джонсън и при тези проблеми?

Робин: Непряко. Както казах, този вид отклонения се намират някъде между проблемите на половата идентич-

ност като транссексуалността и хомосексуализма, от една страна, и функционалните нарушения като импотентността и фригидността, от друга. Ако човекът наистина иска, промяната е по-лесна от тази при хомосексуализма, но много по-трудна от случаите, при които цветът на сигнала трябва да се смени от червено на зелено. По принцип необходима е година, може би няколко години постоянна терапия от аналитичен вид.

Нашите собствени най-големи врагове...

Джон: Когато мислиш за всички тия хора, които се изправят пред проблеми в своя нормален сексуален живот като двойка – изключваме факта, че днес нормалният секс получава широка подкрепа и насърчение, – започваш да разбираш ужасните трудности за хората с някаква форма на "отклонение". Те трябва освен другото да се справят и с положението, че дори това, което могат да вършат, получава порицание и се определя като срамно.

Робин: Разбира се, порицанието вреди на самото общество.

Джон: Как така?

Робин: Добре, помисли за възможния огромен принос на хомосексуалистите или на хората с други отклонения в своя жизнен стил. При нетърпимост, при отричане на отклонението тези хора са принудени да минат в "подземния пласт" на обществото, натикани са в един вид статус извън закона, при който нямат друга алтернатива, освен да се идентифицират с подобни личности от своята малцинствена група в самозащита спрямо цялото общество. Повече или по-малко те са насилени да заемат враждебно отношение към обществото, което от своя страна е враждебно по отношение на тях.

Джон: Принудени са да отхвърлят всичко нормално, вместо свободно да възприемат полезното.

Робин: Подобно отношение не помага нито на тях, нито на обществото. В равна сила същото се отнася и за обратното. Вземи отново за пример хомосексуалността. Ако по отношение на нея властва строго табу, хората могат да се уплашат, че нормален аспект от тяхното съществуване и поведение се оказва хомосексуален.

Джон: Защото, както вече спомена, повечето хора носят хомосексуални аспекти в своята същност, в смисъл – те могат да се наслаждават на привлекателността у хора от същия пол.

Робин: Ако не са преодолели обаче неловкостта от подобни чувства, те ще се опитат да ги смачкат, да ги потиснат, да ги поставят зад жалюзите.

Джон: Сетне ще изпитват ужас дори да докоснат човек в израз на привързаност от страх, че това е знак за нещо нередно.

Робин: Много повече дори. Тъй като по същество енергията, която задвижва и хомосексуалните, и хетеросексуалните чувства, е една, като слагат по-здрава юзда върху определена група чувства, в същото време те слагат и по-здрава юзда върху цялата си сексуална енергия. Това означава, че не ще бъдат в състояние да се отпуснат и да се наслаждават с човек от противоположния пол при сексуалния контакт, така както се наслаждават хората, спокойни по отношение на всички свои естествени чувства.

Джон: Преживял съм точно такава неща. Известно време ходех с едно момиче и сексуалната връзка помежду ни беше много добра. Един ден открихме, че ни затормозват еднакви чувства. Тя работела с някакво момиче, което изведнъж започнало да флиртува с нея, и това много я притесняваше. Аз пък споделих, че няколко млади мъже с добър външен вид посещаваха гимнастическия салон, където се бяхтех, и те в отчайваща за мен форма непрестанно се перчеха и без усилие подмятаха тежести наоколо – дразнеха ме. И тъй, момичето и аз си обещахме тържествено, че ще направим опит да се забавляваме в така описаните ситуации. Тя отиде и откри, че доста добре се забавлява, като

отвърща на флиртовете; откри, че това вече въобще не ѝ създава притеснения; самият аз се завърнах в гимнастическия салон и скърцайки със зъби, се опитах да извлека някакво удоволствие, като гледам тези силни млади мъже. Известно време изпитвах изострено чувство на неудобство, повече от страх, че заприличвам на старо педи, но сетне – като по чудо! – ами, да, представяхаха добра гледка! Можеш да изпитам удоволствие; да не се изживявам по британски, нито пък ме дразнеше техният лек нарцисизъм. В рамките на няколко дни момичето и аз забелязахме рязко нарастване на влаганата енергия и на удоволствието при правенето на любов. Част от нашата енергия, която трябва да е била сподавяна от страха, бе освободена.

Робин: Това е същията на истинския, свързан с любовта секс. Изцяло трябва да се отдадеш на преживяването, да се оставиш напълно в прегръдките на другия. Изцяло трябва да си свободен, отдаден, да не опитваш самият ти да се контролираш; нито пък да контролираш другия; просто откликвате взаимно в нарастващата верижна реакция от любов и наслада. Не можеш да постигнеш това, ако се опасяваш и предпазваш от евентуалната реакция на своя партньор. Не можеш също така да го постигнеш, ако се тревожиш, че самият ти би могъл да проявиш чувство или да сториш нещо, което според теб не е порядъчно. Естествено, казаното се отнася не само до хомосексуалността, но и до целия спектър на чувствата. Виждаш, че теоретично, достигайки зрелост, ние не губим напълно досег с по-ранните стадии от нашето развитие и едно от най-хубавите неща на секса е, че всички тези етапи могат да се намерят, когато правим любов. Тъй че няма значение какво точно възбужда една двойка. Тя може да изпитва наслада от играта на надмощие и подчиняване, от глезенето и коткането; от това да се правят на агресивни раблезиански хлапета, да обръщат маси или да изпълняват необичайни роли. Ако изреденото дотук като цяло представлява игра в рамките на любовна по същество връзка, то е чудесно. Означава, че различните потребности на личността получават своето проявление и така не само че се наваксва важен

опит, пропуснат в етапите на детския растеж, но и се освобождава енергия за максимална наслада от секса, наслада един от друг и от живота.

Джон: Идеята за играта изглежда възлова в случая. Някак си при игра е по-лесно да се освободиш, отпуснеш, да поемеш рискове, нали?

Робин: Да, но не забравяй, че същината на играта изисква определянето на граници. А именно – време и място, така знаеш къде започва... и къде свършва; правилата отговарят на всекидневието. Хората могат да се чувстват в безопасност, когато изцяло са се потопили в играта, само ако знаят, че ги защитава наличието на някаква граница. Ако съществува граница, тогава сваляте всички бариери, напълно се отдавате, допускате сливане между вас.

Джон: Хората усещат още, че ще успеят да се изтръгнат от преживяването, щом пожелаят, нали?

Робин: Точно така. Проучванията показват, че умение то да навлизаш и излизаш от света на интимността, без да изпитваш неловкост, че понякога отиваш твърде близо, нито пък да обръщаш внимание на това, че понякога оставаш твърде далеч, представлява ключовият елемент на повечето здрави семейства. Аз също съм убеден, че трябва да полагаме усилия главно в тази посока, за да направим своя брак по-пълноценен. Можеш обаче "да се слееш" само ако си уверен, че твоите граници ще бъдат установени отново по-сетне.

Джон: Искаш да кажеш, възможно е да се появи страх, че прекалената близост пречи на човек да възвърне обратно своята отделност по-сетне.

Робин: Да, подобен проблем изниква, когато хората не са завършили стадията на растеж, за които техните семейства е трябвало да им окажат помощ, "заседнали" са – те не могат да напуснат своите майки и бащи по подобаващия начин. Затова или остават зависими от тях вместо от своя съпруг, или – ако се отделят и поставят физическо разстояние между себе си и своето семейство – все пак продължават да носят в себе си недоизживените чувства към родителите и ги преповтарят със своя съпруг или деца, все

едно, че те са някога шните родители.

Джон: С което сключваме завършен кръг, като отново стигаме до обявения от теб съвсем в началото принцип – причината, поради която партньорите се спират един на друг, е... някоя "недовършена история".

Робин: Тъкмо тук е ключът. Но ние трябва "да завършим" тази история, за да израснем и да станем отделни хора, което означава следното: трябва да напуснем своите родители – в смисъл да не се навъртаме около тях, очаквайки да ни дадат нещо повече. Не е необходимо да ги отхвърляме, да се лишаваме от тяхното приятелство и подкрепа. На практика макар кръвосмешението да е отречено, няма норми, които биха забранили избора на партньор, привлекателен, хубав, секси или любещ като твоята майка или татко, като твоя брат или сестра, като дядо и баба, ако щеш – като всички тях заедно.

Джон: Забележителна мисъл, която разкрепостява.

Робин: И според мен е така. На практика човек не осъзнава напълно в каква степен изборът на партньор се влияе от предишна обич към хора от семейството, докато не осъзнае, че е съвсем в реда на нещата да избере партньор по този начин и че с това не нарушава нормите.

Джон: Знаеш ли, казаното изведнъж поставя нещата в нова светлина. Много от проблемите в брака се оказват излишни. Хората може да са изключили своята сексуалност, защото не осъзнават, че е в реда на нещата да се наслаждават чрез своя партньор на добрите чувства, изпитвани към други хора от тяхното семейство. Ако причината, която обяснява влечението към дадения партньор, е поставена зад жалюзите, връзката може да се и живява като кръвосмешение и съответно да поражда притеснения, макар въобще да не е кръвосмесителна.

Робин: Абсолютно вярно. Ако се вгледаш в проблемите на брака и семейството, виждаш, че поради тази прилика много от тях се дължат на изживения като кръвосмешение секс. Разбира се, сексът не е кръвосмешение, мисълта се дължи на смушение, на обърканост. По-голяма е обаче вероятността хората да се объркат, ако самите родители са

изпитвали неловкост и неудобство по отношение на секса. Разбираш защо добрият секс между родителите прави от самото начало по-малко вероятна появата на подобна бъркотия; твърде очевидно е в този случай къде всъщност се намира сексът. Това е поредната причина, поради която сексуалната връзка между родителите представлява жизненоважна основа за сигурността на децата и поради която родителите ще направят на всички добра услуга, включително и на себе си, като лично се убедят, че прекарват добре времето, а и извън него.

Джон: Следователно за секса е в сила същият принцип, както за всички други, неуредени с нашите родители проблеми – ако успеем да ги изведем пред жалозите, ще успеем да ги решим със своите брачни партньори. С други думи – наясно ли сме какво наистина става?

Робин: Нима не е комично... проблемите, които създават най-много главоболия, са въображаеми. Знаеш ли, когато пациентите почти приключват психотерапевтичното лечение и най-сетне са разбрали как сами, без да осъзнават, са си създавали проблемите, те неизменно ме питат защо не съм им го казал по-рано. Разбира се, истината е, че откакто започнат да ме посещават, тъкмо това повтарям почти на всеки сеанс, а те се ядосват на думите ми!

Джон: И тогава, доколкото си спомням, ти им се присмиваш.

Робин: А сетне, ако и те се присмееят на себе си, тъй като цялата тази история е смешна, те са готови да приключат с психотерапията.

Допълнителна литература

Читателите, проявили интерес към изложените в книгата идеи за механизмите на семейството и брака, вероятно ще пожелаят да погледнат и "Една плът – отделни личности" ("One Flesh: Separate Persons", Constable, London, 1976), и по-специално моя уведен текст за семейната психотерапия; написан разбираемо и за лавците. Разни съм същите идеи в отделни глави на две по-нови книги. Едната от тях, "Наръчник по семейна психотерапия" (Ed. A. Gurman and D. Kniskern, "Handbook of Family Therapy", Brunner/Mazel, New York, 1981), има характера на изчерпателно ръководство по темата; включените статии обхващат всички основни идейни школи. Другата – "Семейната психотерапия – допълнение към теорията и практиката" (Ed. A. Bentovim, G. G. Barnes and A. Cooklin, "Family Therapy: Complementary Frameworks of Theory and Practice", Academic Press, London, 1982); представя някои популярни във Великобритания възгледи. "Основи на семейната психотерапия" от Л. Хофман (L. Hoffman, "Foundations of Family Therapy", Basic Books, New York, 1981) е един блестящ, увлекателен и все пак изискващ интелектуално напрежение преглед на съвременните схващания за семейството като система. "Брак и брачна психотерапия" (Ed. T. Raolino and B. McCrady, Brunner/Mazel, New York, 1978) е отличен всеобхватен текст върху аспектите на брака.

Основните идеи на Фройд, Юнг, Адлер и Джанет са представени със забележителна яснота в своя исторически и социален контекст в "Откритието на подсъзнателното" от Х. Елвибъргър (H. Ellenberger, "The Discovery of the Unconscious", Allen Lane, The Penguin Press, London, 1970). Нашата съавторска втора глава е тясно свързана с идеите на Мелани Клайн, основателка на английската психоаналитична школа, която от своя страна са най-добре представени във "Въведение в трудове на Мелани Клайн" от Х. Сегал (H. Segal, "Introduction to the Work of Melanie Klein", second edition, Hogarth Press, London, 1973), а също и с идеите на Маргарет Малер, изложени в "Единственост и отделност" от Л. Карпан (L. Kaplan, "Oneness and Separateness", Jonathan Cape, London, 1979), "Игра и реалност" от Д. Уиникот (D. Winnicott, "Playing and Reality", Tavistock, London, 1971) е сполучливо въведение към идеята за преходния предмет.

Приложението на етологичните концепции в човешките взаимоотношения, включително и на зависимото поведение, са развити най-увлекателно в "Мястото на зависимостите в човешкото поведение" (Ed. C. Murray Parkes and J. Stevenson-Hinde, "The Place of Attachment in Human Behavior", Tavistock, London, 1982), "Пътуване из детството" от Дж. Сегал и Х. Ярекс (J. Segal and H. Yahracs, "A Child's Journey", Penguin Education, Harmondsworth, 1981), "Здравото дете" от Р. Луин (R. Lewin, "Child Alive", Temple Smith, London, 1975), и двете изложени схващания за психоанализата – "Таини в семейството" от Л. Пинкър и К. Дър (L. Pincus and C. Dare, "Secrets in the Family", Faber and Faber, London and Boston, 1978) и "Детство и общество" от Е. Ериксън (E. Erikson, "Childhood and Society", Penguin, Harmondsworth, 1960) правят отлично, общодостъпно описание на човешкото развитие.

По-трудно е решението какво да се препоръча по отношение на душевните разстройства. "Празната крепост" от Б. Бетелхайм (B. Bettelheim, "The Empty Fortress", Collier Macmillan, London, 1967) представлява увлекателно изследване върху аутизма – то отговаря на мои практически опит и идеи, но трябва да бъде допълнено с противоположните възгледи, изложени в "Психози с неяснена етиология" (Ed. J. and L. Wing, "Psychoses of Uncertain Aethiology", Cambridge University Press, Cambridge, 1982) – една авторитетна и прецизна тясно специализирана работа, която обхваща последните проучвания върху аутизма, шизофренията, депресивните болести. "Шизофрения и лудост" от А. Кройдън Смит (A. Croyden Smith, "Schizophrenia and

Madness", George Allen & Unwin, London, 1982) представлява по-общодостъпна и балансирана разработка. "Раздвоеният Аз" на Р. Лейнг (R. Laing, "The Divided Self", Tavistock, London, 1960) и "Не от дърво" на Дж. Фодрийн (J. Foudraire, "Not Made of Wood", Quartet Books, London, 1971) описват преизпитаното вътрешно пространство на психотичните и отчасти психотичните личности. "Узаконеното масово убийство" (H. Dicks, "Licenced Mass Murder", Basic Books, New York, 1972) е проучване върху психологията на есесовците, извършено от Х. Дикс, пионер в брачната психотерапия, който по-късно е привлечен за официален психиатър към Нюрнбергския процес.

Не ми е известна общодостъпна книга за депресиите, която да препоръчам, но "Справочник на емоционалните разстройства" (Ed. E. Paykel, "Handbook of Affective Disorders", Churchill Livingstone, London, 1982), включващ сполучливи описания на психологическите и семейните проявления на депресиите, представлява наистина отличен, изчерпателен и професионален текст. Американската колегия на психиатрите е издала добри, кратки, професионални и същевременно достъпни обзори – "Биологически и психологически перспективи на шизофренията" и "Клинически, биологически и психологически перспективи на депресията" (Ed. G. Usdin, "Schizophrenia: Biological and Psychological Perspectives" and "Depression: Clinical, Biological and Psychological Perspectives", Brunner/Mazel, New York, 1975 and 1977).

Две отлични разработки на всичко известно за развитието на пола и за сексуалните роли откриваме в "Мъжете и жените" на К. Хът (C. Hutt, "Males and Females", Penguin, Harmondsworth, 1972) и в "Психология на сексуалните различия" на Е. Маккоуби и К. Джаклин (E. Maccoby and C. Jacklin, "The Psychology of Sex Differences", Stanford University Press, Stanford, 1974).

"Сексуалните цикли" на У. Гадпайл (W. Gadpaille, "The Cycles of Sex", Charles Scribner's Sons, New York, 1975) е великолепно описание на половото развитие, предназначено за лаици. А "Сексуалната връзка" от Д. Шарф (D. Scharff, "The Sexual Relationship", Routledge & Kegan Paul, London, 1982) извежда темата на по-професионално равнище, но съхранява яснотата и общодостъпността, поставя я в контекста на брака и семейството, обхваща както бихейвиористките, така и психоаналитичните подходи към сексуалната терапия. Последните постижения на сексуалната терапия са по-пълно представени в книгите на Х. Каплан "Новата сексуална терапия" и "Проблеми на сексуалната въбуда" (H. Kaplan, "The New Sex Therapy" and "Disorders of Sexual Desire", Bailliere Tynndall, London, 1974 и 1980).

Обзор на изследванията върху здравите семейства е направен в "Процесите в нормалното семейство" (Ed. F. Walsh, "Normal Family Processes", Guildford Press, New York and London, 1982). Изследването, извършено от научната фондация "Тимбърлен", върху изключително здравите ("оптималните") семейства е професионално, но същевременно и общодостъпно изложение от Дж. Луис и колектив в "Посоките са много – психологическото здраве в семейните системи" (J. Lewis et al., "No Single Thread: Psychological Health in Family Systems", Brunner/Mazel, New York, 1976), както и в популярния труд на Дж. Луис "Как е твоето семейство" (J. Lewis, "How's Your Family?", Brunner/Mazel, New York, 1979). "Приспособяване към живота" на Г. Вейлянт (G. Vaillant, "Adaptation to Life", Little, Brown, Boston and Toronto, 1977) представлява увлекателно проучване на психично здравата личност, което надхвърля в своя обхват тридесетгодишен възрастов период – от юношеството до късната средна възраст.

Различните видове психотерапевтични подходи са подходящо описани за лаика в "Пълно ръководство към психотерапията" от Дж. Ковъл (J. Kovel, "A Complete Guide to Therapy", Pantheon Books, New York, 1976), а "Въведение в психотерапията" на Д. Браун и Дж. Педър (D. Brown and J. Pedder, "Introduction to Psychotherapy", Tavistock, London, 1979) представлява възможно най-широкостъпния и същевременно представителен текст.