Избалованный ребенок: способы исправления ситуации

Обычно, сталкиваясь с проблемой, мы ищем причину и, исходя из неё, подбираем решение. Например, «Почему ребенок избалован, и что делать?» — определяем: кто балует, каким образом, и как этот процесс прекратить.

Предлагаем взглянуть на тему «Избалованный ребенок» иначе — с системной точки зрения, где главный вопрос – почему члены семьи ведут себя именно так и как можно выстроить взаимодействие, чтобы получить другой результат?

Приведем пример из практики. Обратилась мама 12-летнего мальчика, имеющего некоторые особенности здоровья. Семья выстроена по принципу солнечной системы: в центре — сын, вокруг него — мама и бабушка. Папа дистанцировался, потому что много работает и не в силах конкурировать с женщинами во внимании к сыну. Мальчик может накричать на родных, требуя от них исполнения того или иного желания. На отказ реагирует истерикой/нытьем и таким образом добивается своего.

Давайте порассуждаем, почему в этой семье так устроено взаимодействие «отцов и детей»? Если рассматривать «избалованность» как отдельную деталь пазла, то как выглядит целая картина?

Каждый человек нуждается в поддержке, тепле, любви, а также в признании, в ощущении единства: «Мы вместе, мы — семья». И если эти потребности не удовлетворены, то наблюдается эмоциональный голод. Рассмотрим механизмы, с помощью которых удовлетворяются потребности членов этой семьи.

Слияние родителя с ребенком. Сильное чувство «мы» довольно распространено — мамы обычно не отделяют себя от ребенка от его рождения до года: «Мы поспали», «Мы поели», потому что мама по полной вовлечена в жизнь малыша. Но когда к психологу обращаются со словами: «Мы не можем найти друзей в классе» — это уже повод задуматься.

Известно, что задача родителей — научить ребенка жить самостоятельно. В семье из моего примера мама и бабушка не могут отпустить подростка, потому что им кажется, что он еще маленький, к тому же болеет, и есть вероятность, что не справится, обожжется. Хочется стать щитом между ним и жизнью, сделать всё, чтобы он был счастлив. Когда взрослые создают ребёнку сверхкомфортные условия, то столкновение с малейшей проблемой вызывает у него бурю негативных эмоций.

Слияние с ребенком сильно ослабляет родительскую позицию: стираются границы, сливаются чувства, потребности, желания, мысли. Мама редко отказывает ребёнку в чём-либо, потому что боится потерять его любовь — она путает собственные негативные эмоции с эмоциями сына.

Ребёнку необходимы и трудности, и негативные эмоции, главное – помогать ему выходить из них. Разочарования – часть воспитания.

Удовлетворяя практически все желания ребёнка, мама и бабушка ощущают себя нужными, значимыми, и тем самым закрывают свои потребности.

Чтобы не чувствовать свою ненужность по мере взросления чада, женщинам нужно иметь свои интересы: работу, друзей, увлечения, иначе они неосознанно будут стремиться пресечь попытки ребёнка стать самостоятельным.

Несепарированность мамы от родительской семьи. В данной семье проявляется зависимость мамы от своих родителей. По сути, бабушка здесь заменяет мужа: активно поддерживает дочь, эмоционально зависимую от неё.

Невозможность отделиться от родителей может проявляться в повторении сценария родительского воспитания — «Меня так воспитывали, и так же воспитывать буду я» — или в его противоположном исполнении: «Мне чего-то недодали/ничего не покупали – обеспечу своему ребенку счастливое детство, чтобы ни в чем не нуждался». Так родители проживают собственную историю, как будто пытаются догнать и докормить себя в детстве — того мальчика или девочку, которому так хотелось игрушку, собаку, модную одежду.

Конечно, когда семья живет вместе с бабушкой, связь родителей с ней, как правило, очень сильна. Но взрослым людям необходимо перестраивать отношения, вставать на «собственные рельсы», опираться на свои принципы — самостоятельно проживать жизнь.

Чтобы расширять способы детско-родительского взаимодействия, стоит понаблюдать за знакомыми, героями фильмов, книг.

Нарушение супружеского общения. В приведённом примере супружеская подсистема — отношения мужа с женой — очень слабая, тема для обсуждения у них одна — сын. Чем больше у него проблем, тем больше у них повода для взаимодействия.

Нельзя забывать, что родители — не только мама и папа, они – муж и жена. Что у них общего, кроме ребенка? Что их объединяет? Какие накопленные и неразрешенные обиды, конфликты есть между ними? Когда укрепляется супружество, то перестраивается «солнечная система», о которой мы говорили в начале, и жить становится легче всем.

Важно восстанавливать связь между супругами, прояснять отношения, находить точки соприкосновения — те, что работали раньше, и новые. Поворачиваться друг к другу лицом и сообща воспитывать детей — вырабатывать единую стратегию.

Родителям (вдвоём!) нужно выбрать момент для серьёзного разговора и объяснить: «Ты — наш сын, и твоё взросление будет проходить под нашим контролем. Во взрослой жизни все сталкиваются с последствиями своих действий или бездействия. Начнём учиться сейчас».

Перевернутая иерархия. Ребенок руководит родителем. Как он скажет, так и будет. Мама не хочет портить отношения с ребенком, потому что не выносит ссор или из-за строгости своих родителей не так жёстко соблюдает дисциплину.

Пример диалога избалованного ребёнка с мамой:

— Сын, что с домашним заданием?
— Мам, потом сделаю.
— Когда потом? Ещё час-полтора, и спать пора!
— Я сам знаю, во сколько мне спать и когда делать уроки, или вообще не делать!
— Как знаешь!

Сейчас многие женщины выстраивают дружеские отношения с детьми, в результате чего у ребёнка есть друг, но нет мамы. Безусловно, некоторые вопросы необходимо согласовывать с ребенком, искать компромиссы, договариваться, но решение должен принимать взрослый, иначе он попадает в позицию ребенка.

Как бы мог выглядеть ответ мамы из позиции взрослого человека:

– Нет, дорогой, уроки нужно делать вовремя, как и ложиться спать. Мы с тобой говорили на эту тему, помнишь? Цена за нарушение правил — твой сериал на этой неделе. Мне очень жаль лишать тебя удовольствия, но ты сам выбираешь такой сценарий.

Для того, чтобы занять свое собственное родительское место, иногда важно вернуть себя в реальность (осознать и прочувствовать себя родителем).

Итак, мы рассмотрели «избалованность» как симптом семейной системы. В семье все не случайно, это — целостный механизм. Предлагаю понаблюдать, есть ли у вас в семье подобные взаимосвязи, и какие способы из предложенных вы можете применить.