

Татьяна Дьяченко

Опасный нарцисс



Книга четвертая

НАРЦИССИЧЕСКИЕ ДЕТИ

Татьяна Михайловна Дьяченко
Опасный нарцисс.
Книга четвертая.
Нарциссические дети

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=32491537
ISBN 9785449075277

Аннотация

В этой книге вы узнаете о причинах нарциссического расстройства личности, идущих из детства. Как дети становятся нарциссами: что это, генетика или среда? Здесь вы найдете рецепт того, как можно ненароком вырастить ребенка-нарцисса. И, что гораздо важнее, – рецепт того, как не вырастить нарцисса и как защитить ребенка от родителя-нарцисса.

Содержание

О книге четвертой	5
Глава 1. Как воспитать нарцисса: Владимир	6
о своем детстве и причинах нарциссизма	
Фрагмент первый. Как вырастить нарцисса:	7
Восхваления и обвинения	
Фрагмент второй. Как вырастить нарцисса.	12
Генетика	
Фрагмент третий. Как вырастить нарцисса.	18
Отсутствие эмоционального тепла	
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Опасный нарцисс Книга четвертая. Нарциссические дети

**Татьяна Михайловна
Дьяченко**

Редактор Кирилл Олегович Дудкин

© Татьяна Михайловна Дьяченко, 2018

ISBN 978-5-4490-7527-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

О книге четвертой

Это книга о детях-нарциссах. Если в предыдущей книге мы говорили о нарциссических родителях, калечащих своих детей, то в этой книге мы поговорим об обратной ситуации. Почему дети становятся нарциссами? Что это – гены или среда? Насколько в этом виноваты родители? Как растить ребенка, если его второй родитель – нарцисс? Как предотвратить развитие нарциссического расстройства личности у ребенка? Стоит ли ребенку общаться с нарциссическим отцом после развода? Как защищать ребенка, если он по закону должен общаться с нарциссическим родителем? Что делать, если ваш ребенок уже демонстрирует ярко выраженные нарциссические черты? Что надо делать молодым родителям и будущим мамам, чтобы избежать подобной ситуации? И как быть, если ваш взрослый ребенок уже стал нарциссом? Ответы на эти вопросы вы найдете в этой книге.

Глава 1. Как воспитать нарцисса: Владимир о своем детстве и причинах нарциссизма

(видео 143—152, с дополнениями)

Разумеется, вы, читатель, ни в коем случае не хотели бы, чтобы ваш ребенок стал нарциссом. Но что же делает из детей нарциссов? Почему так получается, и что надо делать, чтобы предотвратить это?

Здесь я представляю вам серию писем Владимира, официально диагностированного нарцисса, которые он адресовал мне. После того, как я сделала о нем, с его разрешения, серию видео, основанных на его откровениях в интернете (смотрите книгу вторую, главу 2 «Самоанализ нарцисса Владимира»), он продолжил самоанализ, углубившись в свое детство и размышляя о причинах нарциссизма. На основании этой дополнительной серии писем и построена данная глава. Несколько позже, прочитав вторую книгу этой серии, он прислал мне свое письмо, адресованное его матери, в котором он на 35 страницах очень ярко изложил историю своего нарциссизма и свои нарциссические переживания. С его разрешения, некоторые фрагменты из этого письма я также включила в представленные ниже откровения Владимира.

Фрагмент первый. Как вырастить нарцисса: Восхваления и обвинения

«Меня всегда считали лучшим. Мать прямо говорила мне тысячу раз, какой я гений, что я умнее всех в классе. Ей поддакивали бабушка с дедушкой, отец вообще считал, что «они все – полные дебилы, один ты умный». Эту же песню поддерживали и учителя. Они, конечно, не называли всех остальных идиотами, но меня хвалили ежедневно, ставили в пример, рукоплескали, вешали на доску почета. И даже одноклассники считали меня гением, хоть и не любили меня за это. Тем более, наша семья была богаче их всех, несмотря на то, что отец вечно спускал деньги в канализацию.

Мать настаивала, что я буду, я должен быть великим ученым (она сама хотела в молодости стать океанологом, но не вышло, и она очень часто об этом говорила). Мол, «я не добилась в своей жизни того, чего хотела – ты добьешься»».

Мать сама не добилась успеха в науке, а теперь хочет, чтобы сын достиг этого. Это нарциссическое расширение матери. Она хочет стать успешной и знаменитой за счет сына.

«Каждый день я что-то делал, рисовал, читал (чтобы потом матери продеklamировать прочитанное, похвастаться своим умом), мастерил, учил – и все это для того, чтобы потом прийти к ней на кухню и получить дневную

дозу комплиментов, увереный в том, что я гений, что я самый умный, и так далее. Дальше она опять занята – она не прогоняет меня напрямую, но было понятно: сделал дело, гуляй смело. Общения не будет. Она не ругала меня за неудачи (которых почти не было), но хвалила – только за успехи! Или чтобы подчеркнуть мое превосходство».

Здесь мы видим, что нет принятия ребенка за то, что он такой, какой он есть, а есть кодирование на славу и успешный имидж. Хвалить ребенка – это хорошо, если это идет от сердца, сопровождается потоком любви и заботы. В данном же случае похвала была одобрением за то, что прославляет саму нарциссическую мать. И все ее восхваления – это не забота о ребенке, а забота о себе, о том, чтобы гордиться перед другими собой, как лучшей матерью.

Это классика в воспитании нарцисса – поощрение ребенка за то, что он соответствует вашим ожиданиям, делает то, что нужно вам, а не то, что интересно ему. Если хотите вырастить нарцисса – так и делайте. Хвалите не за то, как он сам проявляет себя, находит себя, понимает себя, становится самим собой, как он развивается по сравнению с собой вчерашним, а восхваляйте только за то, что надо вам, и при этом обязательно сравнивайте с другими: «Ты лучше всех».

«Причем, так вышло, что моё рождение как бы прервало её „головокружительные перспективы“ до 1991 года. Она этого прямо в упрек мне не ставила, но все время говорила, сколько она мне отдала, и что именно из-за меня она бро-

сила работу и вынуждена была сидеть дома, именно из-за меня вынуждена терпеть отца, и т. д. и т.п.».

Мать постоянно внушает сыну чувство вины: «я так собой пожертвовала, мне памятник надо ставить». Причем она это делает не открыто, а скрыто. И чувство вины очень хорошо работает в сочетании с восхвалением. Это довольно эффективный манипулятивный маневр: «Ты виноват, потому что я пожертвовала, и теперь, будь добр, скомпенсируй мне мои потери – стань лучшим и прославь меня в том, что я хочу».

Сама она была «лучшей матерью» (с ее слов), хотела быть лучшей во всем, того же ждала и от ребенка – воспитывала комплекс отличника, перфекциониста, который не имеет права на ошибку. При таком подходе воспитывается робот, запрограммированный на безошибочные действия, со всеми сопутствующими комплексами – тревожностью, неврозом, и тому подобное.

Хотите воспитать нарцисса? Запрещайте ребенку ошибаться и быть несовершенным.

Вообще-то, если ребенок хочет достичь в чем-то совершенства, то это хорошо, но только в том случае, если это его собственное желание, и достичь этого он хочет в той области, которая ему интересна. Тогда это не сковывает его развития, не лишает его удовольствия от результата своей деятельности. Но если ребенка хвалят только за достижения, и отказывают в похвале за малейшее несовершенство, то такие похвалы становятся заменителем родительской любви, которой

он оказывается лишен. Он вынужден добиваться совершенства, чтобы заслужить хоть крохи родительского внимания.

Что происходит впоследствии с таким запрограммированным на перфекционизм ребенком, когда он сталкивается с другим социальным окружением, в котором люди не всегда готовы восхищаться его достижениями и гениальностью? В своем письме матери Владимир приводит отрывок из статьи А.Б.Холмогоровой и Н.Г.Гараняна «Нарциссизм, перфекционизм и депрессия», который, как нельзя лучше характеризует историю превращения его в нарцисса:

«Возможен и такой сценарий развития личностного расстройства – атмосфера восхищения и делегирования определенных ролей, в которых родители воплощают свой идеализированный образ. Рано или поздно наступает неизбежное обнаружение несоответствия этому образу, что становится предметом стыда и мучительных переживаний... Главным стремлением такого человека становится сокрытие „неудовлетворительной правды о самом себе“ как от себя, так и от других. Лишенный возможности предъявить миру свое подлинное Я, он тратит всю душевную энергию не на развитие своих задатков, а на поддержание ложного образа Я. В конце концов, его душа начинает напоминать выжженную пустыню, где нет места спонтанному движению, где вся душевная жизнь сконцентрирована вокруг поддержания идеализированного образа Я и попыток оправдать ожидания окружающих. Парадоксально, но при

этом он оказывается *совершенно отрезанным* от других людей» (выделенные фрагменты подчеркнуты самим Владимиром).

Вина + восхваление + отсутствие любви – вот идеальный рецепт для воспитания нарцисса. Используйте эти ингредиенты каждый день, чтобы вырастить нарцисса. И избегайте этого сочетания всеми силами, если вы хотите, чтобы ребенок нарциссом не стал!

Фрагмент второй. Как вырастить нарцисса. Генетика

«Всё же хочу настоять на своём: меня не наказывали в детстве» (это ответ на мое предположение о том, что Владимира в детстве могли наказывать, см. Фрагмент восьмой в главе 2 книги второй). «Помню только один эпизод: приехала бабушка, спрятала от меня шоколад, пока не было матери; когда приехала мать, в отместку я вылил на бабушку горячий чай; так мать всё-таки поставили меня в угол на полчаса. Всё. Больше ничего и никогда. Моя мать была не такая, чтобы кого-то наказывать.

А даже если бы она и попыталась, так отец был бы против: «не цепляй моего пацана». Когда я написал Светлане вот эту фразу – «ты барчонок...» – я имел в виду её лицей и ВУЗ. У неё не было там проблем, её ни психологически, ни физически не прессовали, тогда как я и в школе, и в ВУЗе вынужден был постоянно бороться за свое самоуважение – нравы были дикие, а меня не любили особенно, так как я был всегда «гордостью чего-то», самым любимым для преподав и администрации. Я не мог иметь в виду её родителей, так как они как раз были строгие, не чета моим».

Видимо, Владимир считает родительскую строгость и наказания скорее профилактикой от нарциссизма.

«Меня не наказывали за «неудачи», потому что:

во-первых, «неудач» почти не было (я действительно учился лучше других, и мать гордилась мной; а когда я стал подростком и стал прогуливать, она уже не могла влиять на меня);

во-вторых, я был для матери единственным поздним ребёнком, для отца – единственным сыном (он даже настоял, чтобы меня назвали в его честь, поэтому у нас с ним одинаковые имена, мое полное имя Владимир Владимирович)».

Кстати, нарциссы довольно часто любят называть своих детей в свою честь.

«С детства я был очень болезненным и нервным, и пару раз вообще чуть не умер. Мать тряслась надо мной, боялась мне слово лишнее сказать. Какое там наказывать! Я считаю, что мои нарциссические поползновения начались по несколько иным причинам.

Это действительно наследственность. У меня есть старшая сестра по отцу от его прошлого брака. Росли мы порознь, сейчас ей тридцать два. Она такая же: крайне эгоцентричная, истеричная, помешанная на внешности, эксплуатирующая родителей, как и я, не хочет ни детей, ни семьи, «разводит папиков на деньги», все её «папики» как на подбор – бандитского вида, приклатнённые. Прямо, как наш общий папик.

Мой отец – патологический фантазер (прямо скажем, лжец). Двадцать пять лет он кормит мать пустыми обещаниями скорой райской жизни «во дворце». Деньги у нас

действительно были, но он их как удачно добывал, так и мигом спускал: какие-то авантюры, мутные проекты, друзья с мордами аферистов, кутежи и раздача «друганам» денег в долг, карты, пьянки, кабаки, проститутки.

Лжёт настолько, что никто не знал, сколько у него было жен. До недавнего времени я думал, что моя мать – его вторая жена. Выяснилось, что четвертая. Причем, оказывается, его мать – то ли его мать, то ли его мачеха. В общем, даже не знаю, моя ли это бабушка, или нет, и сколько у меня ещё может быть сестер и братьев. В 17 лет отец сбежал из дома, до 24-х его не видели, всё объездил, во всех передрягах побывал, водку любил, ни на одной работе не мог задержаться более, чем на год, сменил кучу бизнесов, и всё ему быстро приедалось. Гигантомания. Отгрохал огромный дом, потому что ему хотелось, чтобы у него был самый большой дом в районе. Стоил он 200 тысяч долларов, а продали мы его потом за 50, потому что отец спустил деньги в очередной аванюре, и нужно было откупаться. Женам всегда изменял, женищин считает «шалавами». При этом сначала может быть очень галантным, что подтверждается матерью. В общем, Вам, как психологу, думаю, ясно, к чему я веду, и какие у отца черты. Такой же эгоцентрик с чертами грандиозности».

Да, признаки нарцисса действительно налицо, включая характерную «предвыборную компанию» с манерами галантного кавалера.

«Мать – „вечная страдальщица“, „лучшая мать и лучшая жена“, даже не пробуйте в этом на минуту усомниться и намекнуть ей на какой-то её недостаток – тут же слезы, обиды, оскорбленности, „не было такого и не могло быть“ (многие неприглядные вещи про себя напрочь забывает и не хочет вспоминать)».

Забыть неприятное о себе – это психологический механизм вытеснения, также очень типичный для нарциссов.

«Зато начинает вспоминать все свои обиды с 1990 года (как сошлась с моим отцом), какая она героиня, что его терпела, что меня вырастила. „Мне надо памятник при жизни поставить, что я с тобой жила!“ – это она про отца, прямая цитата. Ну ладно бы один раз, но именно про памятник сказано тысячу раз – по-моему, очень симптоматично».

Согласна, это симптоматично. Подобную фразу – «мне надо памятник поставить за то, что я вас терплю» – уже приходилось слышать от нарциссической свекрови и бабушки, обливавшей грязью всех тех, кто, по ее мысли, должен был ставить ей памятник из чистого золота (см. книга третья, глава 4).

«С 1991 года не работала и сидела со мной, но всё время жаловалась, какая у неё была прекрасная жизнь до 1991 года. „Я была депутатом! У меня были такие кавалеры! Такие возможности! Попался мне твой отец на пути...“ Депрессивная, эмоционально нестабильная. На прямой вопрос, что мешало ей бросить такого деспота, как мой отец,

не отвечает толком, а лишь продолжает говорить, какая она жена-героиня. Хотя я не все время был мальчиком. Я уже восемь лет живу отдельно – давно можно было разойтись с таким „невыносимым“ моим отцом. ИМХО: в общем, социопатические черты отца и нарциссическо-депрессивные черты матери-„жертвы“».

Вот как Владимир объясняет матери в своем письме к ней генетическое происхождение своего нарциссизма:

«В итоге – генетика. С **обеих** сторон – от отца я унаследовал грандиозно-нарциссическую сторону, от тебя – „уязвимо“-нарциссическую. Объединившись в одном человеке, они значительно усилили друг друга – дали синергетический эффект от степени акцентуации до степени психопатии. А также воспитание, окружение, дефицит эмпатии – всё сказалось. Эмоциональная холодность и отчужденность свойственна вам обоим, хоть отцу и больше».

Рецепт воспитания нарцисса от Владимира такой:

«Найдите партнера с нарциссическими чертами, родите от него ребенка; создавайте ребенку стрессовую обстановку, но при этом все ему позволяйте, не устанавливайте никаких границ, пусть делает все что хочет, без конца хвалите его. Я думаю, что это будет как раз вариант „золотого ребенка“ (у нарциссических родителей один ребенок „золотой“, а другой „козел отпущения“). Так вот, „золотого“ превозносят и все ему спускают, и он чаще вырастает нарциссом».

Хороший рецепт, надежный. Согласно с Владимиром – сработает обязательно, и именно для «золотого ребенка».

А теперь рецепт от меня, как НЕ вырастить нарцисса. Прежде всего, постарайтесь не заводить детей от нарциссов, ищите ненарциссических партнеров. Но если ребенок все-таки родился от нарциссического партнера, следуйте нескольким правилам. Постарайтесь оградить ребенка от стрессовых ситуаций; помните, стресс способствует включению негативных генов и запуску нарциссических программ. Установите для ребенка небольшое количество очень четких правил – что можно делать и чего делать нельзя, и неукоснительно эти правила соблюдайте. Не превозносите ребенка и не сравнивайте его с другими. Сравнивайте ребенка только с самим собой вчерашним: «сегодня у тебя получилось то, что еще не удавалось вчера, молодец!».

Фрагмент третий. Как вырастить нарцисса. Отсутствие эмоционального тепла

Мать Владимира всегда говорит и подчеркивает, что хотела быть самой лучшей матерью, и постоянно повторяет, что ей за ее подвиг матери и жены надо памятник поставить. Она выполняла все свои обязанности по дому, но маленький Вова не чувствовал какой-то крепкой эмоциональной связи. Эмоций она не проявляла, любви, принятия с ее стороны не было. Владимир пишет:

«И когда я пришел в первый раз на прием к психотерапевту (с жалобой на социофобию, которую потом я преодолел), она на первом же сеансе спросила меня:

Она: «Что вы можете рассказать о своей матери?»

Я: «Ну... она любила меня, она всегда готовила, всегда убирала, стирала, водила меня по врачам».

Она: «Хорошо, но вы говорите о заботе, а я спрашиваю несколько о другом: какие у вас эмоциональные связи? Она вас ласкала, лелеяла? Она вас выслушивала, когда вам хотелось рассказать ей что-то важное?»

Я: «Ну...». В общем, не нашел, что ответить. «Не знаю, что вы имеете в виду?»

Она: «Понятно. Скорее всего, ваша мать была заботли-

вой, но эмоционально холодной»

И она права. Моя мать была и остается очень эмоционально зажатым человеком, несмотря на свои истерики».

То есть эмоции у матери есть, но только негативные. Когда Владимир спрашивал её об этом, она отвечала: «А что, я должна была с тобой сюсюкаться? Не в этом любовь проявляется». Владимир с ней согласен, что сюсюкаться не надо, но она действительно проявляла мало эмоций. Вечно занятая, она предоставляла ребенка самому себе почти на весь день. «Огромный дом позволял нам иногда почти не видеться».

Вова ее боялся – боялся и стыдился. Это характерно для жертв скрытых нарциссов. Нарцисс-тихушник, которым и была его мать, не орет, не стыдит, не винит, но все время чувствуешь вину и стыд перед ними.

«Она никогда меня прямо не стыдила, но мне почему-то было стыдно даже сказать, что я люблю её. Стыдно было как-то выражать свои чувства. Я помню, как тяжело мне давалась эта выученная фраза «я люблю тебя, мама» на её день рождения. Меня всего колотило, когда я это говорил – словно я говорил что-то постыдное, унижающее меня.

Также я почти никогда не просил прощения. Не мог, очень было стыдно. Не за сам поступок, а именно просить прощения. Сама она время от времени это говорила... Но этого почти не помню. Редко, и с какой-то скрытой неприязнью. Словно по указке, по обязанности лучшей матери и же-

ны. Она словно боялась проявлять эмоции и «сюсюкаться», стеснялась этого».

Вот что интересно: проявить любовь к матери было для Владимира стыдно. А в дальнейшем и в романтических отношениях тоже стало стыдно проявлять любовь. Если девушка его любила и давала ему тепло, он воспринимал это как проявление ее слабости. Она должна стыдиться своей любви-слабости. Что это за сюсюкания?!

А еще это постоянное желание матери быть лучшей, не ошибающейся... Страх ошибиться и перфекционизм, видимо, передался и Владимиру, и тоже являлся источником стресса, который мог запустить негативные гены.

«Я получал всё, что хотел. Всё, что просил, мне покупали. Мне ни в чем не отказывали в плане материального обеспечения. Меня приучали к тому, что я выше остальных, и мне всё можно. Отец прямо говорил, что он разрулит все мои проблемы, если что – чтобы я не боялся «бить их, если надо». Но эмоционально никакой теплоты не было ни от отца, ни от матери.

Сам отец еще более эмоционально ущербен, чем мать. От него тепла вообще не дождаться, он и не понимает, для чего оно надо. Кроме того, его часто не было. Бывало, отсутствовал неделями, а то и месяц мог не приезжать. Никакого участия в моем воспитании он не принимал, но часто устраивал пьяные дебоши и разборки с матерью.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.