

ЮЛИЯ ЗОТОВА
МАРИЯ ЛЕТУЧЕВА

РАБОТА
С ФИГУРОЙ ОТЦА
В ПСИХОТЕРАПИИ



ОТКРЫТИЯ,
ИССЛЕДОВАНИЯ,
ПРАКТИКИ

ВСЕ
ДЕЛО
В ПАПЕ

ИЗДАНИЕ 2-е, 
ПЕРЕРАБОТАННОЕ И ДОПОЛНЕННОЕ

**Юлия Зотова
Мария Летучева
Все дело в папе. Работа
с фигурой отца в
психотерапии. Исследования,
открытия, практики
Серия «Высший курс»**

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69454687

Все дело в папе. Работа с фигурой отца в психотерапии. Исследования, открытия, практики. 2-е издание, переработанное и дополненное /

Юлия Зотова, Мария Летучева: АСТ; Москва; 2023

ISBN 978-5-17-158424-5

Аннотация

Папа – это важно! Отношения с отцом существенно влияют на формирование психики и ощущение психологического благополучия человека. Авторы этой книги – психологи Ю. Зотова и М. Летучева, опираясь на свой обширный практический опыт, помогут найти ответы на вопросы: Как влияет отец на развитие ребенка и его взрослую жизнь? Какие функции он выполняет и в чем их отличие от материнских? Что делать,

если у меня нет или недостаточно позитивного опыта общения с собственным отцом? Можно ли восполнить этот пробел и как изменится от этого моя жизнь? Наконец, как мне быть хорошим папой для своих детей?

Книга будет полезна всем, кто хочет найти ответы на вопросы, касающиеся роли отца в жизни человека. И особенно – психологам, педагогам и родителям.

Эта книга – второе, дополненное и переработанное издание бестселлера «Все дело в папе. Работа с фигурой отца в психологическом консультировании».

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

От авторов	8
Предисловие и благодарности	8
История создания книги	10
Введение	14
Фигура отца в семье и социуме	18
Психологический анализ темы отцовства в профессиональной литературе	19
Понятие «фигура». Значение фигур отца и матери	27
Архетипические роли отца. Их влияние на развитие сценария отсутствующего отца	31
Особенности фигуры отца	37
Фигура отца является внешней	38
Фигура отца – это третий в ядерной семейной системе	42
Фигура отца – не тождественна материнской; отец – другой, отличный от матери	47
Фигура отца – равная по значимости с фигурой матери для ребенка	49
Фигура отца символична	52
Какие из этого следуют выводы	54
Отсутствующий отец как причина нарушения	57

семейной иерархии

Конец ознакомительного фрагмента.

60

**Юлия Зотова,
Мария Летучева
Все дело в папе.
Работа с фигурой
отца в психотерапии.
Исследования,
открытия, практики**

*Посвящаем эту книгу нашим отцам
Петру Владимировичу Зотову
и Владимиру Ивановичу Чурбакову*

Эта книга – второе, дополненное и переработанное издание бестселлера «Все дело в папе. Работа с фигурой отца в психологическом консультировании».



Издательство
АСТ

© Зотова Ю., 2023

© Летучева М., 2023

© Иллюстрации Арчагова А., 2018

© Фото на обложке: Вострякова Н.

© ООО «Издательство АСТ», 2023

От авторов

Предисловие и благодарности

Кажется странным, что книгу об отце публикуют две женщины. В оправдание хотим сказать, что мы и не помышляли претендовать на исконно мужскую территорию и рассуждать о том, каково это – быть папой. В то же время именно через отношение и слова матери ребенок входит в контакт с фигурой отца. Это мамы говорят нам, какой у нас замечательный папа.

Нам кажется важным написать о значении фигуры отца для детей, о влиянии контакта с папой на все сферы жизни и самоотношение, о том, как ценен и незаменим отец для каждого человека. За 25 лет психологической практики нам стало ясно, что отношения с отцом ключевым образом влияют на формирование психики и ощущение психологического благополучия. Значит, дальше хранить глубокомысленное молчание об отцах нельзя.

Погружаясь в тему, мы опирались на значимые мужские фигуры, которые в разное время служили проводниками отцовской энергии и помогали нам в профессиональном и жизненном росте.

Благодарим:

Юрия Михайловича Логунова, преподавателя биологии, и Александра Константиновича Белова, руководителя театральной студии у Марии Летучевой.

Григория Николаевича Фирсова, преподавателя в театральной студии у Юлии Зотовой, и ее учителя истории, Евгения Дмитриевича Ревского, за человеческую поддержку и инициацию пути в профессию.

Психологов Алексея Игоревича Батищева (Лунькова), Николая Ивановича Козлова, Сергея Шишкова (Сталкера) и Григория Хлюстова за возможность учиться, опыт и знания.

Отцов наших детей Александра Летучева, Зака Бодена и Евгения Курносова.

Наших коллег, студентов и клиентов, без встречи и сотрудничества с которыми эта книга не была бы написана.

И, наконец, мы признательны тем женщинам, которые поддержали идею и помогли ее реализовать.

История создания книги

Сколько песен мы с вами вместе
Спели маме своей родной.
А про папу до этой песни
Песни не было ни одной.

Из популярной детской песенки

Примерно так обстоят дела с фигурой отца и в практической психологии. Роль отца в жизни ребенка, а в дальнейшем и взрослого человека важна не меньше, чем материнская, – с этим вряд ли поспоришь. А далее возникает множество вопросов:

- Как влияет отец на развитие ребенка и его взрослую жизнь?
- Какие функции он выполняет и в чем их отличие от материнских?
- Что делать, если у меня нет или недостаточно позитивного опыта общения с собственным отцом?
- Можно ли восполнить этот пробел и как изменится от этого моя жизнь?
- Наконец, как мне быть хорошим папой для своих детей?

Ответам на эти вопросы посвящены сборник рабочих ма-

териалов и компакт-курс, которые мы объединили под общим названием «Все дело в папе».

Эта книга стала логическим продолжением авторских семинаров об особенностях работы психолога-консультанта с отцовской фигурой. Задумывая цикл семинаров, мы даже не предполагали, что тема отца окажется для участников настолько востребованной и даже горячей. Мы знали одно: папа – это важно! Собственный опыт отношений с отцами, личной психотерапии и работы с нашими клиентами вдохновил на создание курса, в котором нам хотелось поделиться с коллегами открытиями и наработками, а также побудить к исследованию и обмену опытом.

Однако, начав подготовку к семинару, мы сразу столкнулись с тем, что в психологической литературе эта тема представлена довольно скудно. Вернее было бы сказать, что тема отца – своеобразное белое пятно в практической психологии. Действительно, о роли матери написаны горы книг: от учебников и научных исследований для профессиональных психологов до популярных (развлекательных) изданий для широкого круга читателей. Литература о возрастной и детской психологии, о воспитании и развитии ребенка сосредоточена на значимости материнской фигуры, связанных с ней сложностях и радостях. Всюду – о мамах и для мам.

В крайнем случае в тексте фигурирует обобщенное понятие «родители». Если же речь идет о папе, то вскользь и общими фразами: «ребенку нужен отец», «папа должен

быть примером», «обязанность папы – защищать, наставлять». Иногда даже складывается впечатление, что он только на подхвате или дублер мамы.

На уровне ощущений все понимают, что функции папы важны и значительно отличаются от материнских, но как быть отцом и что делает папа для ребенка – об этом на момент создания книги практически не говорилось и не писалось.

Такой разрыв между значимостью темы и информационным вакуумом, отсутствием структуры и опоры на авторитеты создает напряжение вокруг отцовской фигуры. В профессиональном поле это проявляется, с одной стороны, в острой заинтересованности, которую мы видим у коллег-психологов, посещающих наши семинары, с другой – в том, что удивительным образом до сих пор эта тема тщательно обходится стороной не только в литературе, но и в практике консультирования и психотерапии. Мы неоднократно сталкивались с примерами замалчивания темы отцовства в практической работе психологов. Специалисты часто признаются, что либо не решаются идти в эту сторону с клиентом, либо не знают, как туда идти, либо идут на ощупь, интуитивно, не имея возможности опереться на какие-то конкретные знания и методики работы.

Наше погружение в данный вопрос напоминало отнюдь

не прогулку по широкому освещенному тракту или маршруту, снабженному путеводителями и указателями. Скорее это было исследование впотьмах со свечой, когда мы пытались нащупать тропинку и соорудить на ней ориентиры для тех, кто пойдет за нами. План местности рисуется карандашом на коленке до сих пор. Мы верим, что наш вклад будет подспорьем для дальнейших открытий. Будет написано гораздо больше исследований и книг, посвященных роли отца в жизни каждого человека.

Для нового издания в 2023 году мы добавили в книгу подробное описание отцовских функций, переструктурировали раздел о влиянии отца на мужские сценарии. Также появились глава про интеграцию хорошего опыта и примеры позитивных сценариев в отношениях. В список литературы мы включили новые работы на эту тему.

Мы будем рады любой обратной связи по книге. Свои комментарии, вопросы, наблюдения и предложения присылайте, пожалуйста, на почту: jara_@rambler.ru.

Юлия Зотова и Мария Летучева

Введение

В первую очередь книга «Все дело в папе» рассчитана на практикующих специалистов и студентов, обучающихся на психологов. Здесь много практических рекомендаций и примеров психотерапевтической работы с отцовской фигурой. Однако она будет полезной и клиентам, которые проходят или планируют пройти курс психотерапии и хотят найти ответы на вопросы, касающиеся роли отца в жизни человека.

В ходе семинаров, которые положили начало этой книге, мы убедились, что предлагаемые нами материалы и упражнения помогают участникам войти в контакт с образом собственного отца, наполниться ресурсом от этой фигуры, принять его сильные и слабые стороны, внутренне примириться с ним и в конечном итоге почувствовать себя более целостными и счастливыми. Даже те, кто вырос без папы, начинали ощущать его значимое присутствие в своей жизни или по меньшей мере получали возможность работать с этой длительно замалчиваемой темой в процессе собственной личной терапии.

Практикующим **психологам-консультантам** и студентам, обучающимся на психологов, мы предлагаем наши наработки и выводы для совместного размышления и практи-

ческой проверки:

- предположений о роли отца в психологических проблемах, с которыми обращаются клиенты;
- терапевтических техник и стратегий в работе с отцовской фигурой для оказания более эффективной психологической помощи;
- инструментов, помогающих точно определить, когда дело именно в папе;
- способов помощи клиенту, у которого проблемы в отношениях с отцом.

Клиентам, решающим свои психологические задачи и проблемы, книга будет полезна для того, чтобы лучше понять, как взаимоотношения (или их отсутствие) с отцом влияют на жизнь человека, формируя его сильные и слабые стороны.

Папам и мамам она поможет лучше разобраться в специфике отцовской роли в семье.

Также эта книга будет интересна всем, для кого тема отношений с папой актуальна и эмоционально заряжена.

Мы старались писать языком, доступным для широкого круга читателей. Но важно понимать, что вопросы, которые мы поднимаем в книге, не являются простыми: это не развлекательное чтение, а практическое руководство, основанное на наших многолетних наблюдениях и открытиях в работе с клиентами.

Вы не найдете здесь универсальных советов, потому что их не существует. Но мы дадим вам рекомендации, с помощью которых вы сможете что-то осознать, переосмыслить и даже изменить.

Вам предстоит творчески подойти к применению прочитанного в конкретной ситуации или с конкретным клиентом. Поэтому лучше делать эту работу не в одиночку, а с единомышленником – супругом, приятелем, коллегой, который поддержит ваши начинания, но лучше – с психотерапевтом (психологам – в дружественном сообществе коллег).

ВАЖНО:

если при чтении книги вы начали испытывать переживания, с которыми вам тяжело справиться самостоятельно, и вы наблюдаете ухудшение своего состояния, пожалуйста, прекратите работу с книгой и обратитесь за помощью к квалифицированному психологу!

Также хотим предупредить гиперответственных родителей, что при прочтении книги они могут начать находить в себе большинство или даже все описанные проблемы, тревожиться и перестраховываться, ограничивая себя или своего супруга (партнера) в общении с детьми. Пожалуйста, не паникуйте! Помните, что для своих детей вы и ваш супруг (супруга) уже являетесь достаточно хорошими родителями. А материалы, которые, как вам может показаться, написаны

про вас, предназначены в первую очередь для специалистов и показывают наиболее сложные ситуации и серьезные проблемы, а значит, они вряд ли относятся именно к вам.

Наконец, мы настоятельно не рекомендуем изучать эту книгу для того, чтобы убедиться, что ваш партнер (родители, дети, знакомые) все делают неправильно. Тем более нельзя использовать предложенные нами материалы, чтобы заставить кого-либо изменить свое мнение и поведение! Любые попытки повлиять на близких приводят к еще большему напряжению и конфликтам в семье. Вместо спасения/исправления окружающих предлагаем сосредоточиться на том, что вы можете сделать с помощью новых знаний для себя, – это гораздо эффективнее и проще. А там, глядишь, и окружение подтянется!

Чтобы работа с материалами, предложенными в книге, была полезной, при чтении рекомендуем не перескакивать с раздела на раздел, а изучать все последовательно. Только с таким системным подходом ни один вопрос не останется без вашего внимания, а практические результаты будут более точными и позитивными.

Фигура отца в семье и социуме

ФИГУРА ОТЦА В СЕМЬЕ И СОЦИУМЕ



Психологический анализ темы отцовства в профессиональной литературе

Исследований и монографий по психологии отцовства, особенно на русском языке, на сегодняшний день недостаточно. Отрывочные сведения по теме мы находили в публикациях журналов по психологии, в авторефератах научных работ, в материалах конференций. Что же можно прочесть о роли отца в нашей жизни? Большинство авторов подчеркивают социальную, культурную детерминацию отцовской роли, а также влияние личной истории, отношений в детстве на формирование родительской роли и стиля воспитания.

Эрих Фромм, описывая материнскую и отцовскую любовь, разделяет их. В отношениях с отцом ребенок ищет авторитет и руководство, а потребность в папе нарастает к шести годам, когда дети начинают социализацию в школе. То, что отец воплощает для детей ориентацию во внешнем мире, отмечал и Юнг: «Отец раскрывает перед ребенком объективный внешний мир и, олицетворяя сферу авторитета и морали, напротив, создает защиту от субъективных ду-

шевных уклонов»¹.

В психоаналитической теории триангуляции (концепции отношений трех личностей) одна из функций отца – помощь в сепарации ребенка от матери. Эксперименты подтверждают, что годовалый ребенок хорошо различает родителей и имеет с каждым из них свои отношения. В контакте с папой младенец получает альтернативный опыт общения и опору для того, чтобы начать воспринимать себя отдельно от матери.

В последнее время все большее распространение получает системный взгляд на семью. Отношения в диаде «родитель – ребенок» начинают рассматривать не только в контексте внутрисемейных связей, но и в широком социальном поле.

Проводились исследования того, какое влияние на развитие детей и подростков в семье оказывает феномен отсутствующего отца. В научной психологии для обозначения этого явления используется термин «патернальная депривация».

В обществе есть устоявшаяся семейная модель, которая включает папу, маму и детей, а значит, образ отца психологически всегда присутствует в семье, даже если физически отец отсутствует. Ребенок поддерживает контакт с фигурой

¹ Павлов И. В. Психология отцовства: обзор исследований и некоторые выводы о современном состоянии проблемы // Перинатальная психология и психология родительства. 2008. № 4. С. 78–95.

отца как с внутренним объектом, даже не находясь в непосредственном контакте с ним. Образ отца как символ и ценность продолжает жить и быть значимым. Основным фактором в этом процессе становится влияние матери. Именно она помогает ребенку создать репрезентацию отсутствующего отца.

Российские авторы провели ряд исследований про восприятие детьми своих отцов и выяснили, что одновременно в психике ребенка существуют несколько отцовских образов, которые могут не дополнять друг друга, а друг другу противоречить:

- отец, который отличается от матери (различия психологических качеств);
- образ реального родителя;
- образ идеального родителя (представление об идеальном, желаемом родителе);
- образ себя как родителя, «каким родителем я хочу стать».

Однако, как подчеркивают разные авторы, стать отцом и быть отцом – не одно и то же.

Эта идея подробно раскрывается в фундаментальной работе Луиджи Зойи «Отец»².

Автор утверждает: *«Отцовство – факт психологический*

² Зойя Л. Отец. Исторический, психологический и культурный анализ. М.: Класс, 2017.

и культурный, физического порождения, в отличие от ситуации с материнством, недостаточно, чтобы его обеспечить. Отцовство будет выражаться, создаваться и открываться не в момент рождения, а шаг за шагом в течение времени, в отношениях между отцом и ребенком».

Исторический анализ, проведенный Зойей, дает полное представление о значении архетипа отца во всех мировых культурах. Так, древние мифы наделяют отцов божественной силой и делают мужчину единственным прародителем, творцом, закрепляя его социальное доминирование. Эти идеи пронизывают всю западную культуру и популяризируются психоанализом. Хотя патриархат доминирует в культуре, современный отец все менее соответствует идеальному образу античности. За прошедшие века отцовская власть распределилась между государственными институтами и небесами, что привело к кризису авторитета отца в семье.

У Луиджи Зойи мы находим два положения, на которые будем опираться в своей работе.

Во-первых, он утверждает отцовство не как факт биографии, а как психологический, волевой и социальный жест признания: *«Чтобы быть отцом, недостаточно быть родителем, признавать естественное событие. Надо проявить акт, активно проявить желание стать отцом этого ребенка: как у нас усыновление – это волевой акт. Акт воли, показывающий намерение мужчины не только зачать ребенка, но и установить с ним стабильную связь».*

Во-вторых, в своей книге он подробно описывает происхождение, причины и последствия для европейской культуры такого феномена, как **«невидимость отца»**. Именно исключение отцовской фигуры из поля семьи и воспитания детей, как нам кажется, и есть основная причина многочисленных психологических проблем, речь о которых пойдет далее. *«Отец сегодня превращается в исчезающий вид и становится роскошью»*, – пишет Зойя.

Сопоставимым по значению исследователем отцовства и маскулинности в российском профессиональном поле является Игорь Кон. В его работах мы найдем не только углубленный анализ исторического и современного стереотипа отца, но и исследование причин, последствий и перспектив кризиса отцовской роли в обществе.

«Отцовство – одна из главных мужских идентичностей, а связанные с ним социально-педагогические практики – важный элемент структуры семьи и гендерного порядка. Кризис отцовства, с одной стороны, аспект кризиса семьи (нестабильность брака, изменение критериев оценки его успешности, проблематичность распределения супружеских обязанностей в мире, где оба супруга работают), а с другой – кризиса маскулинности (ослабление привычной мужской гегемонии и связанное с этим изменение традиционных представлений о мужественности, конфликт между трудовыми и семейными обязанностями, превращение отцовства из обязательного в факультативное, появление но-

вых отцовских практик и связанных с ними психологических проблем и т. д. и т. п.)»³.

Профессиональных психологов также интересует монография Юлии Борисенко о психологии отцовства⁴. Автор рассматривает историю и современное состояние отцовства как психологического феномена, уделяет внимание социокультурному влиянию на роль отца в семье, описывает структуру и функции отцовства.

Вместе с Ксенией Белогай Борисенко выделила и экспериментально подтвердила три этапа формирования отцовства:

- 1) стереотипное представление об отцовстве до беременности супруги (партнерши);
- 2) изменение стереотипов в течение беременности;
- 3) собственное формирование чувства отцовства после рождения ребенка.

Таким образом, они утверждают, что осознанное восприятие себя в роли отца у мужчин социокультурно детерминировано и происходит после рождения ребенка.

Из последних исследований хотим отметить книгу юнгианского психолога Сюзан Шварц о комплексе отсутствующего отца и о том, какое влияние он оказывает на психологическое развитие дочери⁵. Шварц описывает травму, вызванную феноменом отсутствия отца в семейной системе: «Пре-

³ Кон И. С. Мужчина в меняющемся мире. М., 2009.

⁴ Борисенко Ю. В. Психология отцовства. М., 2007.

⁵ Шварц С. Е. Отсутствующий отец и его влияние на дочь. М., 2021.

небрежение со стороны отца может привести к внутренней пустоте, уязвимости и отсутствию психологической связи. Это проявляется как меланхолия и пассивность, избегание духа и потеря чувствования в целом. Человек переживает потерю смысла, неспособность восстановить объект горевания или пробудить утраченное желание. Происходит отождествление с вакуумом или пробелом, разрывом, который возник на месте отсутствующего отца».

Нехватку научных трудов о психологии отцовства заполняют автобиографические и художественные произведения про отцов. Внушительный по объему сборник рассказов в журнале «Сноб» «Все о моем отце» объединил воспоминания современных писателей, актеров, режиссеров о поколении их родителей⁶. Автобиографические романы Михаила Эпштейна «Отцовство»⁷ и «Записки неримского папы» Олега Батлука⁸ познакомят нас с отцовской ролью изнутри. Непосредственный опыт самих авторов, их захватывающие переживания, изрядная доля юмора и глубина родительской любви открывают для читателя психологию отцовства. Заслуживает внимания и работа православного священника и психолога Андрея Лоргуса «Книга об отцовстве»⁹.

⁶ Все о моем отце. Воспоминания. М.: Астрель, 2011.

⁷ Лоргус А. Книга об отцовстве. М.: Никея, 2015.

⁸ Оксфордский толковый словарь по психологии / под ред. А. Рибера. М., 2002.

⁹ Лоргус А. Книга об отцовстве. М.: Никея, 2015.

Вот более или менее полный список источников по теме психологии отцовства в нашем информационном поле.

Надеемся, что наша работа о папе не только перефразирует сказанное ранее, но и проявит новые, актуальные смыслы. Тем более это первое практическое пособие по работе психолога с фигурой отца в консультировании.

Понятие «фигура». Значение фигур отца и матери

Есть лишь два значимых человека, две отправные точки, с которых начинается путь любого человека. Это наши родители – папа и мама. Они не идентичны (папа – мужчина, мама – женщина), но их значимость для ребенка равноценна. У каждого из них есть свое место в нашей жизни, своя важная роль, свои функции. Отсюда и возникает понятие «фигура».

В психологии «фигуру» определяют как «вид единого связного перцептивного ощущения»¹⁰. Тогда «фигура» должна характеризоваться структурой, связностью и цельностью. Это значение является базовым понятием в гештальт-психологии. Также этот термин обозначает образ человека (реже – божества), в котором представлены существенные черты стереотипной социальной роли.

В каждом из нас живут образы наших родителей, наделенные прекрасными и ужасными чертами. Через эти образы в нас проявляются их жизненные ценности, установки и сценарии, воплощаются их надежды и опасения. В разные эпо-

¹⁰ Оксфордский толковый словарь по психологии / под ред. А. Рибера. М., 2002.

хи, в разных культурах и сообществах роли родителей, безусловно, видоизменялись, но всегда присутствовали вместе, по крайней мере в виде божественных, архетипических фигур, олицетворявших материнское и отцовское начала.

Более того, можно проследить, что фигура отца долгое время была выше по значимости, чем материнская. Подтверждение этому мы можем найти в религиозных учениях, в жизненном укладе и в художественной литературе.

Особый интерес вызывают сказки. В них довольно часто встречается персонаж мачехи, но практически нет фигуры отчима, что лишний раз подчеркивает незыблемость, незаменимость роли настоящего отца.

Даже если «папенька» занят важными делами, он включен в воспитание детей и является могучей, почитаемой, авторитетной фигурой, проявляющей силу и власть, устанавливающей правила и порядок, одобряющей или порицающей. В Азии, на Ближнем Востоке и в ряде других регионов главенство отца закреплено в социуме до сих пор.

В европейской культуре в течение многих веков глава семейства был единственной социально значимой фигурой. Жена и дети не существовали для общества, а были целиком зависимы от мужчины. Социальная трансформация в XX веке упразднила его превалирующую роль в семье, но не предложила какой-либо ясной альтернативы. Мужчина потерял социальный статус отцовства, но не получил возможности проявлять себя в семейной системе как-то иначе. Это при-

вело к размыванию ролей обоих родителей в семье. А катастрофическое количество разводов и традиция воспитания детей одним родителем только увеличивает эту тенденцию. Фигура отца становится номинальной и воспринимается как архаизм. В США 19,5 миллиона детей (это каждый четвертый) живут без отца в доме.

Это явление нивелирования роли отца характерно и для отечественной культуры, хотя причиной усиления роли матери в воспитании детей стали не столько социальные изменения, сколько исторические события, в ходе которых огромная страна раз за разом лишалась большей части дееспособного мужского населения.

Феномен отсутствующего отца начал проявляться еще в XIX веке с началом промышленного бума в России, когда молодые мужчины надолго уезжали из деревень на заработки в город.

В XX веке на фоне двух революций и трех войн (гражданской и двух мировых), а также политических репрессий феномен отсутствующего отца превратился в типовой сценарий, в котором женщины ради выживания семьи были вынуждены взять на себя обе родительские роли.

Спустя еще один век сценарий отсутствующего отца передается и воспроизводится на фоне уже мирной жизни, причем на всех ее уровнях – семейном, социальном, культурном, индивидуально-психологическом. И это при том, что отцы здесь же, рядом, но выключены из жизни семьи и вос-

питания, они дистанцированы или эмоционально недоступны для детей, их роль неясна, преуменьшена и обесценена, а контакт с мужской, отцовской частью энергии зачастую потерян, блокирован.

Архетипические роли отца. Их влияние на развитие сценария отсутствующего отца

Социальная и культурная ситуация, в том числе целый ряд социальных катаклизмов (войны, революции, репрессии), привели к трагическому массовому изъятию мужчин из семей и их уничтожению. При этом фигуры, на которые могли быть возложены отцовские функции, также были изжиты и уничтожены, адекватной альтернативы им в современном обществе по сей день не найдено.

При этом в любой культуре есть архетипы – вожди, божества, герои, – являющиеся носителями мужского, и в частности отцовского, начала. В обществах, где связь с этими источниками силы сохраняется, нет проблем с отцовской фигурой и психологическим присвоением ее важных функций и свойств.

В античной мифологии боги-отцы (Зевс/Юпитер, Посейдон, Гадес) обладают сходными чертами с божествами всех других патриархальных культур. В первую очередь это носители абсолютной власти, божественной воли и строгих правил.

В современном мире архетипическую нагрузку отцовской

фигуры несут многие социальные роли: руководитель, глава корпорации, правитель страны, предводитель социальной группы, лидер общественного мнения, судья, старейшина, генерал, духовный отец, патриарх, ментор, психоаналитик.

В нашей стране очень сильна тенденция наделять властные фигуры родительскими чертами, что неудивительно, учитывая огромный дефицит влияния отцов.

В дореволюционной России роль сильной отцовской фигуры выполняли Господь Бог, царь-батюшка, в крайнем случае – барин-надежа. Они были воплощением абсолютного авторитета, гаранты закона, безопасности и справедливости. Им молились, на них уповали, в них искали опору и ждали благословения от них в сложных жизненных ситуациях. Поэтому даже если отец фактически отсутствовал – погибал, спивался или долгое время проводил на заработках, – его психологические функции перекладывались на эти мощные фигуры. После революции народным сознанием функции отцовских фигур были отчасти возложены на фигуры власти – «дедушку Ленина» и «отца народов товарища Сталина».

Вообще подсознательное стремление наделить властные фигуры ролью отца помогает лишь отчасти, а для страны, в которой примерно за полвека была уничтожена большая часть мужского населения, – тем более. Практически в каж-

дой современной семье есть похожая история:

ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГА

«Мои бабушка и дед поженились уже после войны. Она – из большой крестьянской семьи, коммунист, герой трудового фронта, первый муж ее сгорел в танке на Курской дуге, сын-младенец при бегстве из оккупации морозной зимой заболел воспалением легких и умер. Он – поволжский немец, католик, из зажиточной семьи; депортирован из Саратова на Дальний Восток, позднее переселен за 101-й километр; жена и двое детей сосланы в Казахстан, связь с ними долгие годы была потеряна...» (Татьяна К., 68 лет)

С травматическими последствиями массового уничтожения мужчин на фоне отсутствия более или менее значимой архетипической отцовской фигуры мы имеем дело до сих пор. Повзрослевшие дети войны, не получившие достаточного опыта полной семьи и общения с отцами, не могли передать его дальше, своим детям. В результате многие испытывали различные затруднения в создании семьи или, даже создав семью, бессознательно воспроизводили «безотцовный» сценарий: женщины исключали партнера из процесса воспитания, мужчины самоустранялись или погружались в работу.росло количество разводов, матерей-одиночек. Таким образом сценарий отсутствующего отца начал транслироваться дальше из поколения в поколение, и никакие фигуры-носи-

тели мужских архетипов не могли справиться со сложившейся ситуацией.

ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГА

«Мама часто мне говорила, что обижена на отца за то, что он ей не помогал, не был с нами. Хоть и находился рядом. Он не особо хотел ходить на наши, к примеру, родительские собрания, очень сильно уставал после работы. Хотя меня очень радовало, когда он на них ходил. Большое заблуждение, вижу его даже среди моих сверстников: мужчина должен обеспечивать семью, а всем остальным, в том числе ребенком, должна заниматься мать. Но, к сожалению, этого мало. Ты можешь иметь игрушки, но не иметь внимания отца, хоть он их тебе и купил. А мне хотелось, чтобы он услышал, как я учусь! Мама знала про мою учебу от и до, а он – ничего». (Иван Б., 27 лет)

В формировании сценария отсутствующего отца нельзя исключать и алкогольную, а позднее – наркотическую и прочие зависимости, с помощью которых мужчины пытаются справиться с физическими и психологическими нагрузками. Результатом ухода мужчин от проблем с помощью алкоголя и/или наркотиков становится отсутствие партнера и отца в реальности, что также вписывается в данный сценарий. Сюда же можно отнести социально одобряемую форму избегания контакта – трудоголизм.

Поскольку российские мужчины воспринимают роль отца исключительно как «кормильца семьи», то есть через призму обязательной социальной успешности, они склонны ставить знак равенства между своим участием в жизни детей и финансовой реализацией. Это приводит к самоустранению отцов из семьи в случае появления у них социальных проблем, например, при потере работы. Утрата социального статуса приводит к потере права быть авторитетом в семье.

Словом, важен не столько способ, каким отец был исключен из семейной системы, сколько последствия: фигура отца для ребенка остается недоступной. Опыт взаимодействия с «хорошим отцом» эпизодичен и вытеснен на задворки памяти другим опытом – жизнью в его отсутствие, пассивным участием папы в жизни семьи (отец перед телевизором) или пьяными дебошами и страданиями близких.

Вот яркая и, увы, довольно типовая для нашей реальности иллюстрация общения ребенка с таким «вытесненным» отцом:

ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГА

«Отец был хорошим работником, занимал ответственную должность, ездил в командировки, много зарабатывал. Мы жили очень хорошо по тем временам, у меня были самые модные платья и туфли-лодочки. Если бы не его пьянство. Бывало, соседи скажут матери: "Твой там лежит". И вот я, в платье и лодочках, волоку его из грязи. Мать скажет:

”Брось, на кой он такой!” А я не могу, это же мой папка... И как напьется, все грозил, что с собой покончит. Я так пугалась этого, плакала, уговаривала... А однажды меня дома не было, и не уберегла – нашел уксусную кислоту и выпил... так и не знаем, спьяну перепутал бутылки или в самом деле хотел...» (Ольга Т., 55 лет)

Идея взаимозаменяемости родительских ролей приводит к тому, что роли папы и мамы размываются, ребенок оказывается в ситуации, когда место, предназначенное для отцовской фигуры и энергии, остается незаполненным даже при фактическом наличии отца и достаточно хороших отношениях в семье. Вырастая и создавая свою семью, ребенок не может в достаточной степени опираться на этот пример, и... сценарий повторяется.

Особенности фигуры отца

Фигуры отца и матери – это образ, внутриспсихический «слепок» из наиболее ярких моментов опыта отношений с ними, как самого лучшего, так и худшего (см. Отто Кернберг «Отношения любви. Норма и патология»).

Фигуры родителей не тождественны реальным людям, выполнявшим эту роль для нас. Благодаря этой особенности мы можем в психотерапии влиять на восприятие отцовской и материнской фигур – какие-то аспекты выводя на первый план, какие-то – переосмысливая, а какие-то – перерабатывая. Мы также можем получать новый опыт, чтобы усилить позитивное или снизить негативное влияние этих фигур на нашу жизнь.

Опыт отношений с матерью и отцом уникален у каждого. Практика неоднократно подтверждает: даже у братьев и сестер, выросших в семье с одними и теми же родителями, образы родителей будут кардинально различаться. И зависит это не только от отношения и поведения родителей с конкретным ребенком, но и от того, что оказалось значимым, что стало определяющим в формировании фигуры отца и матери у каждого из детей.

Тем не менее, есть общие черты, определяющие влияние отцовской и материнской фигур на нашу жизнь. Родитель-

ская роль и родительская фигура в хорошем варианте определяется как доминирующая, заботливая, профицитная (см. Ольга Писарик «Привязанность – жизненно важная связь»). Сейчас мы бы хотели сосредоточиться на особенностях отцовской фигуры, отличающих ее в нашем восприятии от материнской и лежащих в основе всех специфических отцовских функций. Мы бы выделили следующие базовые особенности:

Фигура отца является **ВНЕШНЕЙ** по отношению к ранней диаде «мать-дитя».

Фигура отца – это тот самый **ТРЕТИЙ** (не лишний!) в ядерной семейной системе.

Фигура отца – **РАВНАЯ** по значимости с фигурой матери для ребенка.

Фигура отца не тождественна материнской; отец – **ДРУГОЙ**, отличный от матери.

Фигура отца **СИМВОЛИЧНА**.

Фигура отца является внешней

Мать зачинает и вынашивает ребенка в своем теле, после рождения младенец жизненно нуждается в ее присутствии и заботе. С момента зачатия, во внутриутробном опыте и в раннем слиянии ребенка с матерью отец, как и прочее поддерживающее окружение, находится «снаружи» системы «мать-дитя». В хорошем варианте отец ребенка – это парт-

нер матери, с которым выстроены отношения привязанности, ее защита и опора. В иных случаях это все равно «заряженные» отношения, которые влияют на опосредованное, через мать и окружение, переживание ребенком внешнего мира.

Мы думаем, что неслучайно гендерный миф о роли мужчины-добытчика так устойчиво транслируется, несмотря на значительные перемены в обществе, позволяющие женщинам быть социально активными. С древних времен мужчины, отцы уходят «наружу» в поиске пищи, новых земель и лучшей жизни, но большим скачком в развитии человеческого вида стало их возвращение к своему племени, своему очагу, своей женщине, своим детям (см. Луиджи Зойя «Отец. Исторический, психологический и культурологический анализ»). Тем не менее образ отца – посланника и проводника – продолжает стойко ассоциироваться с внешним миром и социумом.

У этой особенности отцовской фигуры есть несколько следствий.

Во-первых, это влияет на восприятие ребенком окружающего мира, частью которого является отец. Если мать в стрессе, если она напугана, неустойчива, агрессивна, и близкие оказывают ей недостаточно поддержки, то внешний мир кажется ребенку пугающим, враждебным, ненадежным. Тогда как надежная привязанность матери с близкими людьми (и партнером как самым близким) снижает стресс матери,

успокаивает ее тревогу (см. исследования привязанности взрослых в ЭФТ-подходе), сообщая ребенку, что окружающий мир – достаточно хорошее место. Это, в свою очередь, дает ему больше уверенности и устойчивости, больше силы и ресурса жить в этом мире.

Во-вторых, можно сделать вывод, что благодаря этой связи фигуры отца с внешним миром отец воспринимается как проводник ребенка на пути к взрослению – из «психологической утробы» симбиотической связи с матерью в большой мир, социум. Отец как связующее звено с тем, что «снаружи», побуждает ребенка к исследованию заманчивого и полного приключений пространства за пределами привычного семейного окружения. Отношение к социуму, способность рискнуть берут свое начало в образе отца.

В-третьих, само деление на «внутри» и «снаружи», переживание различий задает прообраз границ. Границы – важная психологическая функция, и по мере развития ребенок все больше отличает – себя от всего остального, себя от матери, ближайшее окружение от других людей и т. д. Присутствие в жизни ребенка отца, опыт взаимодействия с ним, такой непохожий на взаимодействие с матерью, позволяет почувствовать полнее эти различия. Об этом мы еще неоднократно упомянем ниже, когда перейдем к описанию других особенностей отцовской фигуры.

Наконец, в-четвертых, благодаря своему «внешнему» положению отец – немаловажная фигура в процессе сепарации

и взросления ребенка. Мать длительное время находится в слиянии с малышом. Это необходимо на начальных этапах его жизни и развития, однако со временем их связь должна претерпеть изменения, чтобы ребенок мог расти и развиваться.

Процесс сепарации ребенка двусторонний, матери часто встречаются при этом со сложными переживаниями. Ребенок воспринимается матерью буквально частью себя, а его отделение – пугающее событие, в каком-то смысле потеря. Тогда как отцы, как показывает практика, гораздо чаще сразу относятся к ребенку как к отдельному существу, пусть непонятному и «недоразвитому». К тому же отцы поощряют взросление и самостоятельные проявления малыша, чтобы разделить с ними деятельность и свои интересы: «Когда же с ним (ней) уже можно будет что-то делать вместе!» Тогда как от матерей чаще можно услышать: «Как было хорошо, когда он (она) был маленьким, меньше было хлопот». Конечно, это не правило, а чисто житейское наблюдение, не тождественное исследованию, и все же в нем, на наш взгляд, есть своя правда.

Таким образом, передавая ребенка отцу, мать символически вверяет его внешнему миру, доверяя и благословляя его путь во взросление.

Фигура отца – это третий в ядерной семейной системе

Ядерная семейная система – это вначале пара: мужчина и женщина, между которыми складываются отношения. С появлением ребенка система многократно усложняется. У мужчины и женщины появляются новые роли. Они становятся не только сексуальными партнерами и даже не только супругами, проживающими связанную друг с другом жизнь, – они становятся родителями, и им предстоит освоить эту роль.

Усложнившейся системе нужно также выстроить внутри себя новые отношения: между мужчиной и женщиной в супружеской подсистеме – чтобы сохранить пару и супружество в изменившихся условиях; между ними как отцом и матерью в родительской подсистеме – чтобы поддерживать сотрудничество в опеке и воспитании детей; между родительской подсистемой и ребенком (или детской подсистемой, если со временем детей становится несколько); между матерью и ребенком и между отцом и ребенком по отдельности. Наконец, ребенку со своей стороны необходимо выстроить отношения с мамой, папой, родительской подсистемой и внутри детской подсистемы с появлением следующих детей. И это не говоря о бабушках-дедушках, родственниках, друзьях семьи и т. д. (см. В. Сатир «Вы и ваша семья»).

В триаде «мать-отец-ребенок» неизбежно проявляются треугольники и коалиции, когда двое временно объединяются против или отдельно от третьего. Тот может чувствовать себя исключенным или напротив – радоваться, что его оставили в покое. Однако треугольник – это более устойчивая конфигурация, чем пара. Он может сглаживать или временно отодвигать в сторону проблемы и противоречия в диадах: мужско-женских или детско-родительских отношениях. Либо, напротив, со временем эти противоречия могут обостриться или даже перерасти в проблему, требуя решения. Чаще это случается, когда роли в треугольнике не гибкие, жестко закрепляются. Например, постоянные тесные отношения ребенка с одним из родителей (чаще матерью) при исключенном из воспитания втором (чаще отце) сигнализируют о проблемах в супружеских отношениях, отдалении или конфликте внутри пары. Со временем, если ничего не поменяется, отдаление и конфликт будут нарастать. Тогда вся система становится в той или иной степени дисфункциональной – не справляется с задачами и вызовами супружества, родительства, внешней социальной жизни. Напротив, когда происходит гибкая смена ролей в треугольнике, а противоречия в диадах «родитель-ребенок», «родитель-родитель» или «супруг-супруг» своевременно разрешаются, система функционирует достаточно хорошо.

Кроме того, с рождением ребенка перестраиваются отношения в самой паре. В течение беременности и первого года

жизни малыша мама гораздо больше сосредоточена на младенце, чем на супруге или других сферах своей жизни. Это имеет большой смысл для выживания и развития потомства, однако для пары, для супружеской роли это становится настоящим испытанием. «Новорожденный» отец часто может чувствовать себя на периферии, вытесненным из отношений с женщиной маленьким «соперником». На этот период для диады «мать-дитя» он становится третьим, и большим вызовом оказывается, чтобы он остался не лишним (см. К. Эльячефф и Н. Эйниш «Дочки-матери. Третий лишний?»).

Пожалуй, наиболее выпукло роль отца как третьего проявляется, когда отец и мать ребенка по разным причинам решают не быть парой. Чаще всего ребенка, особенно очень маленького, оставляют с матерью. У мужчины и женщины могут быть сложные отношения, конфликты, тяжелые переживания при взаимодействии друг с другом, что усложняет им согласование своих родительских ролей или делает его невозможным. Отец может отказываться от участия в воспитании, не допускаться к выполнению своей родительской роли или допускаться с ограничениями на условиях матери, расширенной семьи или суда.

Сейчас в нашей стране все больше отцов хотят воспитывать своих детей, настаивают на совместной опеке или даже на том, чтобы дети проживали с ними, если супружеские отношения распались. И все больше матерей, которые позитивно относятся к этому стремлению, идут ему навстречу.

На наш взгляд, это очень позитивные изменения в роли и образе отца.

Каковы следствия положения фигуры отца как ТРЕТЬЕГО в ядерной семейной системе?

Во-первых, возникает иллюзия его необязательности, но это не так. Да, сейчас женщины достаточно экономически и социально состоятельны, чтобы обеспечить себя и ребенка. Однако вынашивание, выкармливание и взращивание детей по-прежнему весьма ресурсоемкий процесс, требующий от материнской роли профицитности. Матери крайне важно находиться в безопасном, поддерживающем окружении, опираться на близких, их эмоциональную поддержку и действенную помощь. Состояние «один на один с младенцем» в течение продолжительного времени, характерное для современного городского материнства даже при наличии супруга, ведет к дистрессу и выгоранию. Присутствие «третьих лиц», партнера, готового разделить тяготы и радости совместного родительства или даже просто позволяющего женщине переключиться, вынырнуть из материнства во «взрослые» отношения, дает дополнительный ресурс. А для развития и роста ребенка, да и для качества жизни взрослых ресурса много не бывает.

Во-вторых, мать и ребенок в симбиозе являются как бы продолжением друг друга. В их гармоничном дуэте, кажется, не место третьему. Однако именно этот третий способен дать не только дополнительный ресурс маме в уходе за малышом,

но и ребенку – опыт контакта с тем, кто «не мама». А это, как мы уже говорили, способствует появлению в его опыте переживания границ, а также процессам сепарации.

В-третьих, появление ребенка и участие отца в его воспитании усложняет семейную систему, одновременно с этим делая ее более гибкой и устойчивой, обладающей большими степенями свободы и возможностей. Ребенок учится не только жить в тесных парных отношениях, но и быть частью системы, где есть семейная иерархия, разные роли и отношения. Когда-то он может быть в коалиции с кем-то старшим, когда-то – противостоять этим старшим в одиночку или в коалиции с другими детьми, когда-то – быть отдельно от других и выносить то, что мама или папа не принадлежат ему безраздельно. На примере своих отношений с папой и мамой, если, конечно, взрослые не требуют у него «определиться, кого ты любишь больше», ребенок учится совмещать разное, но одинаково важное в своей жизни. Во взрослой жизни этот навык совмещать требуется сплошь и рядом: любовь к партнеру и детям, работу и семью, свои интересы и чужие. Весь этот невообразимый спектр взаимодействий может быть освоен, когда поддержки, ресурсов и участников достаточно, чтобы развернуться от мамы к кому-то такому же значимому, как она, но другому.

Фигура отца – не тождественна материнской; отец – другой, отличный от матери

Другой в своей биологической основе, даже если у родителей много общего. Мать – женщина, отец – мужчина. Это дуальность, своего рода система координат, которую можно отрицать или пытаться обойти, но невозможно отменить, даже если со временем однополых пар, воспитывающих детей, будет становиться больше. Есть женское, есть мужское, и они разные. И мы с младенчества уясняем это, если имеем опыт контакта и с отцом, и с матерью.

Запах, сердцебиение, характер прикосновения, звучания, энергия контакта – все различное у этих двух значимых людей. Отец появляется постепенно в диаде «мать-дитя», как внешняя фигура, как третий, о чем мы писали выше. Он более плотно в контакте с матерью, чем остальные, она реагирует на него особенным образом, и он – другой во всех своих проявлениях.

Крайне важно, чтобы мужчина и женщина, как партнеры, замечали и признавали эту «инакость». Когда партнеры требуют друг от друга тождества во всем, когда различия для них тревожны и они пытаются отрицать, нивелировать их или бороться с ними, – тогда конфликты, являющиеся нормой и выявляющие эту инакость, оказываются непереноси-

мым испытанием из-за неумения обходиться с ними.

Фигура отца как значимого другого имеет следствием:

Во-первых, отличия между матерью и отцом как другим ухаживающим за ребенком взрослым, с которым она в особенных отношениях, помогают ребенку получить больше опыта в формировании границ, умении различать, в какой-то момент передаваться от матери кому-то не менее значимому, в контакте с ним выносить разлуку с ней. Границы и сепарация – мы снова и снова возвращаемся к этим важным понятиям, знаменующим взросление, в связи с фигурой отца.

Во-вторых, усвоение гендерных стереотипов, сценариев и ролей. Отсутствие в семье отца сказывается на формировании гендерной идентичности (см. Отто Кернберг «Отношения любви. Норма и патология»). Мальчик чувствует себя причастным к своему полу как «хорошему» благодаря своим хорошим отношениям с отцом. Девочка переживает ценность своего пола в любящем контакте с отцом и наблюдая уважительные, любящие отношения отца и матери. Мальчик учится строить свое поведение с женщинами, исходя из примера и отношения к ним отца. Девочка на основе своих отношений с папой строит ожидания и способы взаимодействия с мужчинами. Все гендерные «войны», на наш взгляд, начинаются в каждой конкретной семье, где супруги пренебрежительно, тревожно или враждебно относятся к различиям, обусловленным гендером и полом.

В-третьих, фигура отца и фигура матери – это точка отсчета для формирования не только идентичности, связанной с полом и гендером, но и в целом личности, индивидуальности. Какой, какая я? А что – точно не я? На эти вопросы мы отвечаем, поначалу отталкиваясь от своих сходств и различий с родителями, от их отношения и оценок друг друга и нас самих. Мы также улавливаем, что одобряют и не одобряют они друг в друге, в самих себе, в окружающих. Когда мама и папа видят, знают и уважают различия друг друга, ребенок получает послание, что он тоже имеет право быть «другим», «своим собственным», не похожим ни на кого, – и при этом он будет продолжать оставаться любимым. Это – основа здоровой идентичности, свободной от внутреннего раскола. Тогда как конфликты из-за инакости порождают запрет для ребенка быть другим, по сути – самим собой. А значит, ему сложнее будет жить свою жизнь, следовать своим путем, имея свои убеждения и ценности.

Фигура отца – равная по значимости с фигурой матери для ребенка

Бытует мнение, что мать для ребенка важнее отца, и что функции последнего легче заменить другим человеком, готовым оказывать помощь в уходе и воспитании. Пример тому – многочисленные дети, воспитанные мамами и бабушками.

Те, кто утверждают это, отрицают различия материнской и отцовской фигур. Мать и бабушка – женщины, и отсутствие мужского полюса в опыте ребенка обедняет его. Но даже если игнорировать эти различия, следует отметить, что отношения женщины с членами ее родной семьи иерархичны. Будь то ее собственные родители, для которых она всегда дочь, то есть «меньшая» в иерархии. Или братья-сестры, относительно которых она старшая или младшая. Бабушка и дедушка могут стать функциональными мамой и папой для ребенка, в этом случае родная мама будет восприниматься ребенком скорее как сиблинг (сестра), нежели родитель.

Партнер, в отличие от любого из родственников, выбирается женщиной (родных не выбирают), и точно так же он выбирает ее. Они – разные, но они – равны как партнеры и равноценны для ребенка, как родители. Они как два крыла, и бессмысленно спорить, какое из них важнее.

Что значит для ребенка эта равноважность?

Во-первых, признание, любовь и забота отца так же ценны, как материнские. Когда два взрослых равных человека смотрят на ребенка с любовью, это дает не просто уверенность – это дает убежденность в своем праве быть, жить, занимать определенное место в этом мире.

Во-вторых, в такой ситуации ресурса у родителей достаточно. Когда мама устает от своей родительской роли, ребенка подхватывает папа, и наоборот. К тому же, в отличие от

бабушек-дедушек, у папы меньше риска заместить маму как родителя в семейной иерархии, так как они равны.

В-третьих, появление отца, равного маме, в диаде «мать-дитя» задает систему координат, где матери легче выйти из слияния с ребенком и занять свое место взрослого в семейной иерархии. Если, конечно, пара не подвержена играм в усыновление и удочерение по отношению к супругам или собственным детям. Впрочем, такие перекосы сигнализируют о том, что пара испытывает сложности в межличностных отношениях, освоении и совмещении супружеской и родительской ролей.

В-четвертых, мы неоднократно писали о роли отца в сепарации от матери. Когда ребенок разворачивается из тесных симбиотических отношений во внешний мир, ему важно, чтобы там его ждал и встречал, всегда был готов подхватить такой же значимый и надежный взрослый.

В-пятых, выстраивая разные отношения с одинаково важными, любящими и любимыми людьми, когда в одни моменты важнее один, а в другие – другой, малыш усваивает непростые для людей, не имеющих такого опыта, вещи. Любимый человек – не обязательно единственный на всю жизнь. Не обязательно выбирать между теплым и мягким – можно найти то, что совместит плюсы того и другого. Можно когда-то не получить то, что хочется, в одном месте – но ресурс для этого будет у другого. То есть отношения с отцом – это прекрасная профилактика зависимых отношений в бу-

душем. Кстати, и других зависимостей тоже – нас в свое время потрясло исследование тульских коллег, которое выявило связь между риском возникновения аддикций у подростков и отсутствием участия в их жизни отца.

Фигура отца символична

Отец и Мать – не только фигуры, но и архетипы. Коллективное бессознательное наделяет их определенными свойствами и ожиданиями. Если от матери мы ждем безусловной любви, поддержки и заботы, то от отца – справедливости, защиты и порядка.

Однако фигура отца гораздо в большей степени символична. Материнская фигура ассоциируется с материальным миром (даже слова эти – мать и материя – однокоренные). Отцовское начало ассоциируется с духовностью, миром идей и смыслов. Отзвук все той же непосредственной, физической связи матери с ребенком во время беременности и в высшей степени опосредованной в этот период – с отцом.

Кроме того, до появления генетических анализов ДНК отцовство было сложно подтвердить или опровергнуть, в отличие от неоспоримости материнства. Значение имело то, признает отец ребенка своим или нет. Зоя пишет о ритуале «поднятия к небу», символизировавшем признание ребенка отцом. Подобный ритуал существовал во многих культурных традициях. Детей могло быть много, но лишь признанные

отцом становились его наследниками. Быть не признанным отцом – значит иметь меньше социальных прав. Быть признанным – значит иметь право на место под солнцем.

Кстати, интересный факт: во многих рассказах о детстве присутствует счастливый момент, когда отец подбрасывает или сажает на плечи – словно отзвук того древнего ритуала. Это описывается как невероятно яркое переживание своей важности, могущества и восторга.

Отцы – это те, кто чаще, чем матери, отсутствуют и появляются время от времени. До сравнительно недавнего времени, да и сейчас, именно отцы часто и надолго уходят из дома во внешний мир. От их возвращения, от успешности этого выхода наружу зависело раньше благополучие и жизнеспособность всего семейства. Отцов ждали, за них молились, их именем и примером воспитывали детей. То есть, несмотря на фактическое отсутствие, отцы имели и продолжают иметь большое влияние на символическом уровне. Сейчас выживание семьи и детей, качество жизни может не настолько зависеть от наличия или отсутствия отца. Но даже если в семье отец – фигура умолчания, вокруг него формируется комплекс невысказанных чувств, фантазий и отношений, который, несмотря на непроявленность или даже благодаря ей, имеет огромное влияние на всю семейную систему.

Ребенок впервые и долгое время узнает об отце через мать. Ее чувства, слова, отношение – это то, с чем ребенок имеет непосредственный контакт, от чего жизненно зави-

сит то, что он воспринимает без возможности сомнений или критики. Фигура отца, таким образом, формируется как из собственного опыта контакта ребенка с папой, так и из отраженного отношения к отцу матери и окружения. И чем меньше у ребенка опыта непосредственного контакта (или вовсе нет), тем большее значение приобретает это отражение, которое по своей сути так же символично. Но даже небольшой опыт контакта ребенка с отцом может иметь огромное влияние. Полоска света из-под двери кабинета работающего отца может стать примером, определяющим отношение к жизни и судьбу (см. С. Л. Соловейчик «Непрописные истины воспитания. Избранные статьи»).

Какие из этого следуют выводы

Во-первых, не столь важно количество времени, проведенного ребенком с отцом, сколько качество его внимания и отношения. Воспоминания о том, как ребенок что-то делал вместе с папой, как тот его учил, одобрял, слушал, – дают большую опору в жизни человека.

Во-вторых, ребенку важны послания отца «Ты мой, я с тобой, я за тебя». Фактически они играют роль того самого символического «поднятия к небу», признания ребенка.

В-третьих, даже когда отца нет рядом, на его воспитательную роль можно опираться. «Папа сказал», «Папе понравится», «Папа не одобрит» – эти слова могут быть очень дей-

ственными.

В-четвертых, важна роль мамы в том, как она транслирует ребенку отношение к его отцу. Даже если супруги в конфликте или расстались, папа может продолжать оставаться хорошим для ребенка. Важно, чтобы ребенок имел право любить отца и мог гордиться им.

Наконец, если отец отсутствует, пьет, бьет, совершает преступление – важно понимать, что в эти моменты он перестает выполнять свою родительскую роль. Ребенку сложно осознать, что самый близкий человек может быть одновременно опасен, ненадежен, разрушителен. Первостепенная задача – защитить ребенка от опасности, назвать неприемлемые вещи неприемлемыми. И в то же время – важно, чтобы хорошие моменты, которые были связаны с фигурой отца, оставались доступны для ребенка, сохранялись в рассказах и памяти семьи. Встреча будущих папы и мамы, радость появления ребенка, его сходство с тем хорошим, что мама разглядела в его отце, фото и видео – то, что должно оставаться хорошим наследством. Фигура отца символична, и этих золотых крупинок может оказаться достаточно для опоры и выстраивания своей идентичности.

У каждого из нас есть фигура хорошего папы

Клиенты то и дело спрашивают: «А что делать, если не было хорошего папы? Или в буквальном смысле не было в жизни ребенка, или был такой... что уж лучше бы не было?»

Родительские фигуры представлены в нашей психике в виде воспоминаний, образов, фантазий, телесных и эмоциональных переживаний, убеждений, семейных историй, культурных образцов и социальных клише. Весь этот многослойный конгломерат (или комплекс, как принято говорить в психологии) мало осознаваем и весьма противоречив.

Отсутствующий или ужасный отец – один из полюсов, заряженный сильными, болезненными переживаниями. Соприкасаясь с этим опытом, мы чувствуем гнев, ужас, отвращение, стыд. И рядом горечь, отчаяние, печаль о неслучившемся хорошем опыте – до этих чувств порой еще надо добраться. Не вмещая этого объема, психика отщепляет все, что связано с отцом, и мы имеем дело как будто с пустотой и «слепым пятном».

Но если есть «негативный» полюс, то неизбежно есть и «позитивный». Ребенок фантазирует об ином отце – заботливом, защищающем, всемогущем, чья сила обращена не против, а за него. Эти мечты, ожидания и надежды питают фигуру хорошего отца – отца, которого не случилось в реальном опыте, но присутствия и участия которого ребенок жаждет. Даже если этот образ неосознаваем и фантастичен, даже если к нему больно и горько прикоснуться, он существует и влияет на нашу жизнь.

Отсутствующий отец как причина нарушения семейной иерархии

Все больше современных людей начинает задумываться о значимости фигуры отца и выбирать осознанное партнерство и родительство. Однако в результате предыдущих искажений семейного сценария распространены нарушения семейной иерархии. Фигура отца продолжает быть дисфункциональной даже в достаточно хороших, на первый взгляд, беспроблемных семьях.

Семейная иерархия – это параметр семейной системы, призванный устанавливать порядок, определять принадлежность, авторитет, власть в семье, и степень влияния одного члена семьи на других. У стоящих выше в семейной системе больше власти, но и больше ответственности, у низших больше ограничений, но и ответственность значительно ниже. В семейной иерархии старшинство (главенство) устанавливается в порядке появления в семье. При этом старшие вкладываются в поддержку младших, то есть родители дают детям, а те – не «возвращают долги обратно», а передают дальше уже своим детям.

В здоровой, функциональной семье старшие (главные, высшие) – папа и мама, а дети – младшие (низшие), а значит, имеют меньше ответственности и привилегий, подчиняются

старшим (рис. 1).

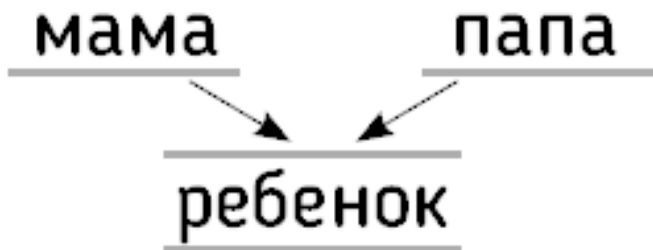


Рис. 1. Здоровая семейная иерархия

В результате воздействия сценария отсутствующего отца, а следовательно, и недостаточной сформированности соответствующих родительских ролей в семейной иерархии современные семьи часто становятся детоцентрированными (рис. 2).

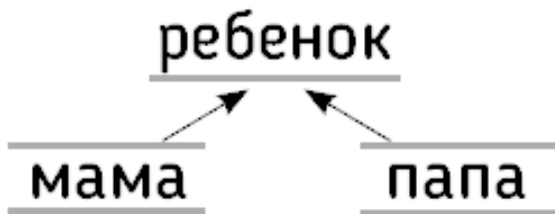


Рис. 2. Детоцентрированная семейная иерархия

В такой системе самыми главными являются дети. Для них это непосильная нагрузка. Потому что если ты самый главный, то родители тогда кто? Правильно, в этом случае они сами занимают подчиненную, детскую позицию и начинают действовать соответствующим образом.

Пример такой патернализации, когда ребенок занимает более взрослую позицию, чем его родители, можно увидеть в фильме «Вам и не снилось». В подобной иерархической системе ребенок не чувствует, что может опираться на родителей, психологически ощущает свое сиротство, ведь родители перестают выполнять для него свои специфические отцовские и материнские функции – напитывания энергией, руководства, поддержки, установления границ, демонстрации надежности и безопасности мира.

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.