

# «Люди не умеют говорить о своих чувствах и желаниях»



Большинство конфликтов, которые происходят в семье, связаны с тем, что мужчина и женщина не умеют разговаривать друг с другом о своих переживаниях, выражать свои чувства. Эта проблема уходит корнями в детство, когда формируется психоэмоциональная сфера ребёнка. О золотой середине, инфантилизме, мальчиках-мужьях и девочках-жёнах рассказывает психолог высшей категории председатель Пермской ассоциации аналитической психологии Светлана Плотникова.

**?** Инфантилизм оценивают по-разному. Кто-то восторженно говорит о детской непосредственности, кого-то раздражает чрезмерная наивность. Откуда такие полярные оценки?

— Любознательность, очаровательность, привлекательность, креативность, увлечённость своими мечтами и фантазиями — это то, что характерно для детского возраста, и то, что украшает жизнь. Это те черты, которые присутствуют в каждом человеке в той или иной мере. Мы можем говорить об инфантильности взрослого человека в том случае, когда его эмоциональная жизнь остаётся на детском или юношеском уровне. В юнгианской психологии того, кто активно реализует детское поведение, называют «вечное дитя», «вечный юноша», «вечная девушка».

Психически незрелый человек стремится к свободе, независимости, удовольствиям и избегает ответственности. Он раздражается и нервничает по

поводу любых ограничений и презирает всякие границы и преграды на своём пути. Любит фантазировать о планах на будущее, о том, что будет, что может и должно быть, при этом никаких решающих действий не предпринимает.

Инфантилизм (психоэмоциональная незрелость) — это результат воспитания.

Традиционное воспитание стоит на трёх китах: страхе, стыде и чувстве вины. На смену ему пришла другая крайность: сейчас многие считают, что ребёнка не надо ограничивать в желаниях. При таком либеральном подходе компонент «должен» заложен слабо.

«Делай что хочешь» не работает, потому что не задаёт границ, в которых ребёнок может безопасно развиваться, познавать мир, «встречаться» со своими чувствами, сопротивлением своим и окружающих людей, учиться преодолевать препятствия. Родители должны находить и соблюдать баланс между «хочу» и «надо».

**?** Воспитание, которое вы назвали традиционным, не работает. Либеральное, по вашим словам, тоже. Как выглядит правильный метод?

— Мы можем поразмышлять о золотой середине. Очень важно в воспитании ребёнка суметь правильно совместить оба подхода. Не «проваливаться» в ту или иную крайность. Необходимо, чтобы присутствовали и мотивирование ребёнка, и умение прислушиваться к его желаниям, разделять его чувства, и способность сказать «нет».

Говоря о воспитании эмоционально-волевой сферы, следует разделять материнские и отцовские функции. Зачастую мамы возвращают детей, опекая, а потом стремятся «законсервировать» их в определённом возрасте и состоянии, поддерживая в них детскость. В основном это происходит неосознанно. Необходимо, чтобы отец стимулировал «отделение» ребёнка от матери и его выход из привычной