Автор: admin
02.10.2011 21:42 -

Калараш Марина, психолог

Влияние ситуации родов на личность ребенка В середине XX века в психологии появились новые - пренатальная и перинатальная - области, представляющие новый взгляд на ребенка, начиная с эмбриональной стадии его развития. Перинатальный - понятие, состоящее из двух слов: пери (peri) - вокруг, около и натос (natalis) - относящийся к рождению. Таким образом перинатальная психология - это наука о психической жизни нерожденного ребенка или только что родившегося. Перинатальная психология изучает психическую жизнь в перинатальный период, ее влияние на формирование личности человека. Это наука о связи плода и новорожденного с матерью, о влиянии психической жизни матери на ребенка. Считается, что ведущую роль относительно физических и физиологических процессов человека, особенно в родах, играет психика.

Основатель теоретической базы этой отрасли психологии, американец чешского происхождения Станислав Гроф, утверждает, что главная функция в родах принадлежит не мышечному органу — матке, а такому психическому процессу, так называемому "контролируемому инстинкту" или осознанному поведению, которое не мешает реализовываться инстинктивному поведению и управляет им в случае необходимости. Рожает не орган — матка, а женщина — личность, и каждая женщина рожает по-своему, в зависимости от своих психоэмоциональных и физиологических способностей (Гроф, 1993).
С. Гроф вывел теорию четырех базовых перинатальных матриц, соответствующих процессу беременности, родов и послеродового периода. Эти матрицы закладываются во внутриутробный период и во время родов, а затем влияют на всю дальнейшую жизнь человека: его характер, сексуальность, привычки, склонность к зависимостям и психическим расстройствам. Попытаемся разобраться, так ли на самом деле «страшны» матрицы, можно ли их исправить и как это сделать.

1. Матрица наивности Когда формируется: от зачатия до момента родов. Позитив: первая матрица отвечает прежде всего за то, насколько человек принимает себя таким, как есть, и насколько чувствует себя гармоничной личностью.

Чем больше родители любят и окружают заботой еще не родившегося человечка, тем выше у него будет жизненный потенциал и тем меньше у него будет комплексов. Негатив: нежеланные дети вырастают с чувством отчуждения, вины. Всем своим видом они словно просят прощения за то, что они есть. В том же случае, если мама хочет ребенка только определенного пола, например, ей нужен именно мальчик, это может быть предпосылкой для развития сексуальных проблем в будущем.

Совершенно необязательно, что он пополнит ряды сексуальных меньшинств, но половая идентификация у ребенка будет проходить сложнее: установка «Меня не приняли таким, какой я на самом деле» уже при нем.
2. Матрица жертвы Когда формируется: с момента начала родовой деятельности до момента полного или почти полного раскрытия шейки матки. Позитив: когда начинаются роды, матка сильно сжимается. При этом ребенок испытывает сильнейшее давление.

Гроф назвал этот процесс "изгнание из рая" (вот откуда название "матрица жертвы"). Если роды проходят нормально — не слишком стремительно, без стимуляции, кесарева сечения и наркоза — у малыша закладываются умения выживать в сложных ситуациях, настойчивость в достижении цели, самостоятельность, воля к победе, уверенность в своих силах. Очень важно в этот момент, чтобы мама была спокойна.

Негатив: если же ребенок, как говорится "выпрыгивает", это может аукнуться тем, что в будущем он будет стараться решать проблемы быстро. Если же что-то не будет получаться сразу, "стремительный ребенок" будет от этого отказываться. Те же малыши, которые, наоборот, слишком долго "выбирались", могут чувствовать себя жертвой (из-за матрицы, давления), они часто могут попадать в ситуации, когда их прессуют.

Если же роды стимулировали, то таким деткам может быть не по плечу сделать первый шаг или выбор. У "кесарят" трудности могут возникнуть с преодолением препятствий, а у деток, рожденных под наркозом, — с умением решать сложные вопросы: когда нужно активно действовать, они будут "впадать в спячку".
3. Матрица борьбы Когда формируется: во время периода, когда ребенок продвигается из матки по родовым путям. Позитив: это настоящая борьба за жизнь (отсюда и название матрицы), во время которой, по мнению одних специалистов, малыш испытывает сильнейшее механическое воздействие, страдает от нехватки кислорода. Другие считают, что ребенок во время схваток «отключается» и пробуждается в промежутках между ними.

Как бы там ни было, но это преодоление первого серьезного препятствия. И пройти его нужно, полагаясь на собственные силы. Если ребеночек самостоятельно осилил этот путь и "уложился в сроки" (в норме он должен сделать это за 20—40 минут), закладывается программа "мне море по колено, а горы по плечу". Негатив: достижение такой программы максимум, конечно же, невозможно, если роды проходят с применением обезболивающих средств.

Это дает соблазнительный рецепт бегства от проблем в наркотики, ведь первый опыт такого рода получен уже при рождении. Такие дети особенно предрасположены к компьютерной зависимости. Применение щипцов в родах — сильная психологическая травма для ребенка. Если не компенсировать ее в раннем детстве, человек может вырасти ранимым, склонным к истерикам. Кроме того, он может отказываться от помощи, потому что первая помощь в жизни была болезненной.

Детки же, родившиеся с помощью кесарева сечения, пропускают матрицу борьбы: у них может быть занижено чувство опасности. Если ребенок самостоятельно, но очень долго пробирался "на волю", он может жить с ощущением "вся жизнь — борьба". Если же он шел попкой вперед, то потом будет стремление делать все необычным путем.
4. Матрица свободы Когда формируется: от момента выхода ребенка на свет и до 5—7 дня после родов. Позитив: естественные потребности малыша в это время — безопасность и комфорт. Поэтому очень важно, чтобы ребенка приняли по всем правилам естественных родов (раннее прикладывание к груди, обрезание пуповины лишь после того, как она перестанет пульсировать, постоянный контакт с матерью).

Так «получаются» оптимисты. Негатив: если эти требования не были соблюдены, впоследствии у ребенка может развиться панический страх остаться без мамы даже на короткое время. В подростковом периоде «некомфортное» рождение грозит вылиться в отчуждение, отсутствие взаимопонимания с родителями.

А уже в более взрослом возрасте это может проявляться в боязни остаться одному, без близкого человека. Итак, переживания, возникающие у ребенка в ходе рождения, складываются в следующую картину: внутриутробное существование перестает устраивать младенца, и он решает покинуть матку; начинаются схватки и, постепенно ухудшаясь, внутриматочные условия становятся невыносимыми; реакцией на ухудшение условий является невероятное напряжение, борьба в родовом канале и стремление вырваться из него; в результате момент рождения переживается как освобождение, как фундаментальное улучшение по отношению к прежнему состоянию.

Этот сценарный план характерен для всех житейских событий: возникновение проекта и принятие решения его осуществить, трудности в реализации задуманного, которые сменяются невыносимым положением, затем следуют активные действия, направленные на избавление от препятствий любыми средствами, борьба и полное разрешение проблемы. Таким образом, перинатальные матрицы активизируются под воздействием внешних событий в очередности, заданной ходом родов, и определяют характер поведения и психоэмоциональных реакций человека.

За счет опыта биологического рождения малыш приобретает готовность к будущим превратностям жизни, выносливость в борьбе и преодолении препятствий, способность понимать жизнь как последовательность проектов. В результате благополучных физиологических родов у ребенка, а затем и взрослого человека, формируется модель поведения, соответствующая психофизиологической норме и позволяющая ему адекватно реагировать на внешние события. Причем очередность поведенческих реакций задается динамикой смены перинатальных матриц в ходе родов.
Прочитав о негативе, который могут принести матрицы, мамам не стоит все принимать слишком близко к сердцу. Дело в том, что матрицы — «гибкие», они продолжают формироваться, пока ребенку не исполнится три года, и он не начнет отделять себя от матери. Поэтому полученный во время беременности или при рождении негативный опыт либо закрепляется, либо корректируется правильными действиями родителей.

Считается, что полноценным грудным вскармливанием до года, хорошим уходом и любовью можно компенсировать негативные перинатальные матрицы (например, если было кесарево сечение, если ребенок попал сразу после рождения в детскую больницу и был разлучен с матерью и т.п.). Начинайте сразу после рождения, с метода «кенгуру». Часовое лежание на мамином животе может в достаточной мере компенсировать все негативные моменты, которые испытал малыш, появляясь на свет.

Метод подходит абсолютно всем деткам. Есть также специальные методы, которые можно использовать при каждом конкретном нарушении матрицы. **(1) Беременность проходила "на нервах"**
Стрессы во время беременности, неправильный психологический настрой отражаются в первой матрице. Если беременность была неожиданной, возможно, нежеланной, ваша задача после рождения ребенка настроить его на то, что он любим, вы безусловно принимаете его.

Особенно детки "матрицы наивности" нуждаются в телесном контакте, объятиях, ласке. Если вы ожидали малыша другого пола, в общении с ребенком постоянно подчеркивайте его пол. Чаще говорите «мой мальчик» («моя девочка»), «как я рада, что у меня сыночек» (дочка).
(2) Роды стимулировали или ребенка «выдавливали» Такие детки ждут внешнего «толчка», чтобы начать действовать. Малыш должен научиться принимать самостоятельные решения. Как можно чаще ставьте его перед выбором.

Совсем маленьким, предлагайте на выбор несколько игрушек, малышам постарше давайте возможность самостоятельно принимать решение: пусть он сам решает, что

съест на завтрак, в какой одежде пойдет гулять и так далее. Ребенку может быть сложно доводить начатое до конца. Давайте ему мелкие поручения, постепенно усложняя их. Обязательно хвалите за результат и поощряйте инициативу.

Если в родах прокалывали околоплодный пузырь, во второй матрице закладывается страх воды. В результате малыш может бояться мыть голову. Ни в коем случае не «давите» на него, приучайте к воде постепенно. Для этой категории детей опасна чрезмерная опека.

Постоянные одергивания, решение конфликтных ситуаций (например, с друзьями) за сына или дочь – все это формирует склонность к уходу от проблемы, усугубляя отрицательный опыт, хранящийся в третьей матрице. Чтобы не воспитать у малыша привычку убегать от сложностей, позвольте ему находить задачи и самому справляться с ними. **(3) Проводилось кесарево сечение** «Кесарята», как правило, очень живые, непоседливые дети.

Фонтанируют идеями, которые, впрочем, далеко не всегда воплощают в жизнь. К тому же они — прирожденные экстремалы. Инстинкт самосохранения и чувство опасности у этих деток притуплены. Такой малыш не проходил вторую и третью матрицы, был лишен опыта естественного рождения.

Это можно исправить, устраивая ему препятствия. Как только ребенок начнет ползать, проигрывайте с ним «роды». Выстройте из подушек туннель, настолько узкий, чтобы приходилось протискиваться.

И проходите его вместе с ним. Вы ползете первыми, а в конце обязательно «встречаете» малыша. Для ребенка постарше подойдут всевозможные горки.

Главное, чтобы вы продолжали каждый раз приветствовать его на «финише». **(4) Роды проходили стремительно**
Многим деткам, появившимся на свет в стремительных родах, трудно удерживать внимание, последовательно выполнять задуманное. Им хочется получить «мгновенный» результат. Это диктует опыт, заложенный в третью матрицу. Такого малыша нужно научить терпению и последовательности действий.

Говорите с ним несколько медленнее, чем вы привыкли, просите, чтобы после игры он расставлял игрушки по местам. Ребенку подойдут любые спортивные секции, где результат напрямую зависит от количества затраченных усилий. **(5) Тяжелые роды** Ребенок, родившийся обвитым пуповиной (сбой в четвертой матрице) не выносит одежды, которая сдавливает. Не стоит выбирать для него свитера «под горло», шарфы, шапки, завязывающиеся на подбородке.

(6) После родов не приложили к груди, разлучили с мамой Чтобы сгладить "негатив", заложенный в четвертую матрицу, в первые три года мама должна как можно больше времени проводить с ребенком. Совместный сон, кормление по требованию, использование слинга (эта перевязь в виде большого куска ткани становится все популярней и успешно конкурирует с рюкзачками-кенгуру, ведь подходит деткам с рождения, да и ребенок занимает в ней наиболее естественное положение) — все это вдвойне необходимо такому малышу.

Для всех Деткам, прошедшим через те или иные проблемы в родах, может быть полезна работа с психологом. Эффективны методы игро-, арт-терапии, юнгианской песочной терапии, работа с глиной. Для взрослых, которым нужно заново пережить рождение, но уже с позитивным опытом, применяют процессуальную, телесно-ориентированную терапию, холотропное дыхание, холодинамику и многие другие системы.

Главное, чтобы психотерапевтическая работа проходила на трех уровнях: интеллектуальном, эмоциональном и телесном.

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

Ранняя разлука Старший сын Екатерины родился в стремительных родах, с гематомой. Мальчик около двух недель пролежал в реанимации, за это время у мамы пропало молоко. Сейчас ему почти семь, он нормально развивается, но вот отношения мамой достаточно отстраненные.

А вот младший сын рождался по всем требованиям естественных родов, его сразу приложили к груди, с первых часов он был с мамой. Сейчас ему годик, и он очень к ней привязан. **Комментарий:** В опыте ранней разлуки с мамой есть положительный момент – это учит человечка самодостаточности.

Малышу может быть легче адаптироваться в чужой обстановке. Но вот отношения с мамой в будущем, действительно, могут быть несколько отстраненными. Каждые семь лет человек выходит на фазу своего рождения.

То есть сейчас у малыша именно тот возраст, когда многое можно трансформировать. Мальчику нужно как можно больше тактильного контакта с мамой, прикосновений. Почаще рассматривайте вместе фотоальбом, где сынок маленький, при этом касайтесь его тела, говорите как вы рады тому, что он у вас есть. Такие детки могут быть очень подвижными. Важно не ограничивать ребенка, а направлять его энергию в игры, связанные с прикосновениями.

Не забывайте, что все дети проживают естественные фазы привязанности к каждому из родителей. Это не значит, что мы плохие, просто ему сейчас так нужно. С малышом можно поиграть в семью. В этой игре вы будете ребенком, а он по очереди то мамой, то папой.

Проигрывая эти роли, он будет повторять поведение родителей. То есть сам подскажет вам, если вы что-то делаете не так. **Ранимость** У Светланы было отслоение плаценты, и большую часть беременности она провела в больнице, на сохранении. Роды были затянутыми, у ребенка оказалась короткая пуповина.

Малыша пришлось выталкивать. Его выложили на живот, но у мамы началось кровотечение, поэтому приложить к груди мальчика не удалось. В три года ребенку поставили диагноз «гипервозбудимость вследствие внутриутробной и родовой гипоксии». Мальчику бывает страшно взяться за что-то, если он считает, что это сложно. Он очень эмоциональный и ранимый ребенок.

Совет психолога: совместно с ребенком пошагово составлять план действий для выполнения задания; разбивать большое задание на части, за каждый результат, даже самый незначительный, поощрять, хвалить. Тогда ребенку будет значительно легче справляться, он будет получать положительные эмоции от выполненного задания, радоваться своему успеху, а в будущем не бояться больших и сложных дел.

Комментарий: действительно, таким чувствительным деткам сложно психологически

переварить большое количество людей. Их нужно заранее готовить к ситуации, стимулировать к действиям, замечая малейшие шажочки, любые проявления самостоятельности. У такого ребенка может быть повышена тревожность, чувствительность. Ему обязательно нужно сопровождение невролога или гомеопата.

Малышу может быть сложно отрываться от мамы (т.к. пуповина, то есть связь с мамой, была короткой). Но и маме может быть нелегко «отпустить» ребенка. В таких ситуациях на приеме у психолога ведется работа с чувством вины и тревожностью мамы и, конечно, с состоянием самого ребенка.

Таким деткам очень подходят игры, связанные с лепкой, арт-терапия. У малыша могут быть приступы агрессии, направленной в сторону мамы. В этот момент малышом движут две силы: желание расти, то есть отрываться от мамы, и сила пуповины, которая тянет, что, естественно, вызывает сопротивление. Мальчику подойдут различные игры по разматыванию клубочков, перетягиванию каната, лепка из теста.

Очень эффективна отрывная аппликация, для которой цветную бумагу нужно просто порвать на мелкие кусочки, а затем наклеивать их на картон в нужном порядке. Это и развитие мелкой моторики, и выплеск агрессии, и созидание одновременно. В заключение хотелось бы отметить, что беременные женщины часто нацеливаются на определенный сценарий в родах.

Когда же их ожидания не оправдываются, например, врачи настаивают на кесаревом сечении, женщина впадает в состояние шока, панику и теряет доверие к самому процессу рождения. Если что-то происходило не так, как мама планировала, они склонна винить себя, а чувство вины всегда порождает негативное подсознательное отношение к тому, перед кем человек считает себя виноватым. Существуют версии о том, что душа сама выбирает себе родителей, место и способ рождения.

А роды — это определенный опыт, и трудности здесь необходимы. Каждый ребенок рождается так, как ему нужно.
Современные исследования установили, что внутриутробный ребенок неравнодушен к часу своего рождения и развитие родовой деятельности, в конечном счете, зависит от него. Когда в организме матери уже сложились все условия для благополучного течения родов, у плода происходит активное завершение созревания ткани легких. Решающим фактором для развития родовой деятельности являются химические и

электромагнитные импульсы, исходящие от плода.

Во время родов активна не только мама, но и сам плод, который во время каждой схватки, а затем потуги усиленно толкается к выходу, совершая конечностями ползательные движения и «вбуравливаясь» головой в родовые пути. От усилий плода зависит скорость его рождения: дети, которые прилагают едва заметные усилия, чтобы выйти на свет, рождаются дольше, чем дети, проявляющие значительную активность. Поэтому очень важно доверять природе, врачам и....своему будущему малышу.

Литература:

1. Абрамченко В. В., Коваленко Н. П. Перинатальная психология: Теория, методология, опыт. – Петрозаводск: ИнтелТек, 2004. 2. Бертин А. Воспитание в утробе матери. – СПб., 1992. 3. Гроф С. За пределами мозга. – М. , 1993. 4. Ройс С. Скажи, как ты родился, и я скажу, кто ты / газета Сегодня, комментарии (20.03.2008г.).

5. Цареградская Ж. В. Ребенок от зачатия до года. – М.: Астрель: АСТ, 2005.