

Не хочу взрослеть

Обаятельный Питер Пэн, герой одноименной книги Джеймса Барри, тоже взрослеть отказывался, отметая саму возможность когда-нибудь стать мужчиной. Такое поведение мужчин и женщин американский психолог Дэн Кайли (Dan Kiley) назвал «синдромом Питера Пэна». Его главные симптомы: безответственность, нежелание признавать свои ошибки, требование любви, но неспособность самому дарить ее и чрезмерно сильные эмоции. Недовольство проявляется в виде гнева, радость – в виде истерики, а разочарование выглядит как глубочайшая печаль. «Питер Пэн» во многом зависим от матери (его отношение к ней состоит из раздражения, смешанного с чувством вины) и от отца (которого он идеализирует, но заслужить его любовь не надеется). Возможно, он вырос в семье, где мать проявляла чрезмерную заботу, а отец, наоборот, мало уделял внимания ребенку.

Страх ответственности

«Стать взрослым – значит не только перестать физически расти, – говорит психолог Сергей Степанов, – но и утратить долю спонтанности, признать, что жизнь не всегда похожа на увлекательную сказку, она порой скучна и требует усилий. Но некоторые из нас превыше всего ценят беззаботность». «Эмоционально, а часто и финансово они зависят от других членов семьи, – соглашается семейный терапевт Люси Микаэлян, – что нередко скрывает глубинный страх ответственности за себя и других людей. Он может быть настолько сильным, что человек, подобно Питеру Пэну, будет изо всех сил пытаться отсрочить свое взросление, предпочтет остаться в мире грез, чем жить в реальном мире». Таких людей еще называют взрослыми детьми, или кидалтами (kidult – от англ. kid – ребенок – и adult – взрослый). Взрослые дети ведут себя как безответственные подростки, пытаются продлить состояние отрочества до бесконечности. 35-летний Александр сравнивает себя с героем фильма «Ирония судьбы...» Женей Лукашиным: «Как и он, я все еще живу с родителями, привожу в их дом своих друзей. Мне так удобно, ведь все бытовые проблемы решает мама.

И я не планирую в ближайшем будущем переезжать». Современные Питеры Пэны, как правило, оттягивают время вступления в брак; под разными предлогами они могут долго не устраиваться на работу, и все потому, что не готовы брать на себя ответственность. Такое искаженно-инфантильное отношение к жизни невольно перенимают их дети: трудно стать самодостаточным, уверенным в себе человеком, если рядом с тобой соблазнительный пример того, что этого можно и не делать.

Ностальгия по детству

Не хочу взрослеть

Автор: Steeldragon
10.07.2008 09:13 -

«Моя 16-летняя дочь упрекает меня в том, что я продолжаю вести себя как подросток и в каком-то смысле занимаю ее территорию», – признается 44-летняя Елена. «Многие из тех, кто никак не может повзрослеть, также боятся потерять внимание окружающих их людей, – поясняет психоаналитик Катрин Жаконелли (Catherine Jacopelli). – И причина этого страха кроется в их собственном раннем детстве. Оно представляется им райской порой, в которую они были счастливы». Идеализируя время, когда любое желание, каждая потребность ребенка без промедлений удовлетворялись взрослыми, они страшатся потерять навсегда это чувство собственного всемогущества.

Что делать?

Перестать прятаться

Для начала постарайтесь себя не обманывать: попытайтесь реальнее взглянуть на жизнь, вместо того чтобы при малейшем столкновении с трудностями бежать в мир детских грез. Попробуйте решать возникающие проблемы, не откладывая их в долгий ящик.

Оценить свои силы

Составьте таблицу: в одну колонку впишите дела и поступки, которые вы совершили, не побоявшись взять ответственность на себя; в другую – то, на что вы решиться пока не можете. Сравнение этих списков поможет осознать, что дается вам с трудом, а что вам по силам. Такой самоанализ позволит вам освободиться от инфантилизма, в плену которого вы пока находитесь.

Начать действовать

Не ждите подходящего момента, начните прямо сейчас! Не замахивайтесь на большие дела, сосредоточьтесь на менее грандиозных, но вполне реализуемых задачах. Не бойтесь обратиться за консультацией к психотерапевту: он поможет вам понять и преодолеть ваш страх.

Советы постороннему

Вас раздражает, что он ведет себя как вечный подросток? Вас возмущает, что за него всегда приходится все делать и решать вам? Даже в этом случае постарайтесь все-таки уйти от лобового столкновения. Ваше раздражение только усугубит ситуацию. Ведь, столкнувшись с вашей агрессивной реакцией, человек почувствует себя жертвой и найдет еще множество причин для того, чтобы бездействовать. Дистанцируйтесь от него. Начните с отказа играть по его правилам и не берите на себя его обязательства. Дайте тактично ему понять, что так больше продолжаться не может, ведь его подростковое поведение наносит вред не только ему, но и вам.

Александра, 46 лет, инженер: «Я учусь управлять своей жизнью»

Не хочу взрослеть

Автор: Steeldragon
10.07.2008 09:13 -

«Последние лет двадцать я жила так, будто мне все еще восемнадцать: одевалась так же, как мои дочери, редко и чуть ли не силой заставляла себя что-нибудь приготовить, забывала о своих обещаниях. Покупки, отдых детей, контроль за семейными расходами – все это было на плечах мужа... до тех пор, пока он не заявил, что устал опекать меня, и предложил расстаться. Я была потрясена, ведь меня в нашей жизни все устраивало. Я не хотела потерять семью и, не зная, что со мной не так, обратилась за помощью. Встречи с психотерапевтом помогли мне осознать, что по сути я отказывалась взрослеть. С мужем мы все же не развелись, и теперь я учусь брать ответственность на себя и самостоятельно управлять своей жизнью».