

Тайните в семейството. Защо да тревожим децата с истината?

Много често родителите пазят тайни от децата си. Мотивите им са благовидни: детето да не се тревожи. Или пък да не знае събития от семейната история, които да му атакуват самочувствието.

Първият съществен въпрос е доколко лошите новини изобщо могат да бъдат опазвани в тайна? Ето един показателен пример: преди години семейството на малката Вили живее в чужбина. Любимата ѝ баба от Варна почива внезапно, но родителите решават да не ѝ казват, за да не се тревожи. Майката се прибира сама в България за погребението. Връща се подтисната и с изопнато лице, но продължава да не казват истината. Вили усеща, че има нещо скрито около баба ѝ, иска да ѝ се обади, но родителите твърдят, че не може да я види по скайпа, защото тя е болна и трудно говори. Когато след близо година те признават истината, Вили не се изненадва, защото дълбоко в себе си винаги я е знаела.

Историята има продължение. Сега Вили е зряла жена на 32 години и има три годишен син. Тя търси психологическа помощ. Оплаква се от страхови преживявания. Непрекъснато се тревожи, че тя самата или някой от близките ѝ може да умре или да се случи нещо лошо. страховете се засилват с раждането на сина ѝ. На Вили ѝ е трудно да го остави за повече от няколко часа на друг човек, защото се страхува, че може да не го намери жив. При нея настъпва облекчение, когато в няколко психотерапевтични сесии се връща в детството си, за да преживее емоцията от раздялата с любимата си баба. Нещо, от което е била лишена от родителите си „за нейно добро”.

По-подробното изследване на тази история ще ни покаже и още нещо, което е поучително. Всъщност майката на Вили решава да скрие смъртта на своята майка от дъщеря си, защото на нея самата ѝ е много трудно да я понесе. Тоест – чрез тайните ние обикновено „предпазваме” децата си от нещо, което е непосилно за нас самите, а не за тях...

Дванадесет годишната Ели е доведена на консултация, защото не може да спи спокойно. Развила е фобия от змии и постоянно ги сънува. В парка и на път за училище не смее да се доближи до тревата и всяка тънка пръчка или въженце я кара вътрешно да се свива. От разговора с родителите постепенно става ясно, че от една година майката се бори с тежко раково заболяване. Членовете на семейството се надяват да се излекува, но страхът от фатален изход е голям. Решили са да не казват това на Ели. И нейната фобия се появява няколко месеца, след като е открита диагнозата на майка ѝ.

След няколко сесии родителите решават да се вслушат в съвета на психолога. Събирайки цялата си вътрешна сила, те споделят с Ели по много любящ начин състоянието на нейната майка. Фобията и страшните сънища със змии веднага намаляват и отшумяват напълно след две-три седмици. Споделянето на истината има и допълнителен положителен ефект: семейството се обединява отново. До този момент Ели се е чувствала изолирана, неподкрепена и оставена сама срещу голямата заплаха, която смътно е усещала...

Накрая ще кажа, че има и светли тайни, които обединяват семейството и служат за създаване на идентичност на детето. И тези тайни граничат с играта. Например: семейството си има тайно място в планината, на което са дали тайното име „*Поляната с игликите на Роси*”. Или пък бащата казва на сина си: „*Ела да ти покажа къде дядо ти ме е водил да ловим риба. Това ще си бъде наша мъжка тайна.*” Или майката на дъщеря си: „*Само ние жените ще си знаем как се сплита такова венче!*”. Тази игра на тайни има силното послание за детето: „*Нашето семейство е силно свързано и ти можеш да разчиташ на нас.*”