

## Глава 3

---

# ИЗЛИШНЕ ВМЕШИВАЮЩАЯСЯ МАТЬ

### «ТЫ — ВСЯ МОЯ ЖИЗНЬ»

Вы, скорее всего, слышали об известной гуманитарной организации «Врачи без границ». В этой главе вы познакомитесь с гораздо менее благородной группой женщин — «Матери без границ». Вмешивающаяся мать следит за тем, чтобы дочь удовлетворяла ее потребность в компании, отвечала за ее полноценное самовосприятие и обеспечивала необходимым эмоциональным подъемом. Вы для нее — все.

Иногда душевная близость, которую предлагает излишне вмешивающаяся мать, кажется пределом мечтаний любой дочери. Между вами возникают теплые отношения, в которых есть место для искренней оценки по достоинству ваших успехов. Однако вы можете обнаружить еще в достаточно юном возрасте, что в ее определение «душевной близости» входят также притеснение, назойливость и односторонность. На подобной близости она настаивает, не обращая внимания, нравится вам это или нет. Типичная мать, которая не дает свободы, навязывается, влезает

в ваши планы и помещает себя в центр вашей жизни, полагая, что тем самым выражает свою любовь. И она вряд ли ослабит хватку без борьбы, даже когда вы становитесь старше и пытаетесь сформировать собственный образ жизни, давая ей понять, что у вас есть собственные потребности и желания и она в них не входит.

Как и другие нелюбящие матери, она ставит себя на первое место. Даже если у вас полноценная собственная жизнь, она хочет, чтобы вы оставались ее маленькой девочкой и всегда были рядом. Ее обещания и похвалы исчезают, как только вы даете понять, что у вас своя голова на плечах. Она пытается лепить из вас что-то по своему разумению, заставляя чувствовать вину за несоответствие ее желаниям и потребностям.

### *Триш: как близость превращается в рабство*

Триш, двадцатишестилетняя помощница учителя, позвонила мне, потому что после рождения первенца в ее семье начали возникать трения. Я спросила, что может вызывать напряжение.

**Триш:** «Я много думала о том, что маме следует дать мне немного личного пространства, а Даг, мой муж, жаловался, что она постоянно хочет участвовать во всем, что мы делаем, вне зависимости от того, что мы запланировали. Я-то привыкла к ней, мы всегда были неразлучны, в радости и в горе. Но после того, что произошло, когда родилась наша малышка Лили... Не хотелось бы признавать, но он прав: она себя не контролирует».

Я попросила рассказать об этом подробнее.

**Триш:** «Я была в родильном отделении. Я хотела, чтобы только Даг был со мной, и он попросил моих родителей оставаться в приемной. Мама обиделась и сказала, что должна быть рядом со мной. Даг ответил ей очень вежливо, но строго, что этому не бывать. На двери родильной палаты был звонок, и, к моему ужасу, она нажимала его каждые две минуты. Когда медсестра открыла дверь, мама потребовала, чтобы ее впустили. Медсестра сказала, что я не хочу, чтобы кто-то заходил ко мне, и мама заплакала. “Я должна быть с моей девочкой, — повторяла она. — Моя девочка нуждается во мне”. Медсестра закрыла дверь, но мама продолжила звонить. Моему мужу в конце концов пришлось выйти и физически ее сдерживать. Она не могла вынести разлуку со мной, что вроде звучит неплохо. Но я не хотела, чтобы она была со мной. Я хотела видеть только Дага. Его расстроило случившееся, мама со мной не разговаривает, а меня гложет чувство вины».

Давление, напряжение и вина — чувства, очень знакомые Триш. Ее мать Дженис забеременела ею, когда училась на курсах для медсестер, и ей пришлось оставить учебу, чтобы растить дочь. «Мама от всего отказалась ради меня», — сказала Триш, повторяя историю, знакомую мне по опыту многих семей. По словам Триш, Дженис разочаровалась в браке и, не имея специальности, чувствовала огромную пустоту внутри. Но у нее все-таки была дочь. Триш стала ей другом, поверенным и причиной, чтобы жить.

**Триш:** «Помню, мне было восемь, и мы ехали в метро. Мы только что сходили в кино. Она обняла меня и сказала: “Ты моя самая лучшая подруга. Ты умница и отличная компания, а отцом твоим я недовольна”. Я очень гордилась собой, но какая-то часть меня испытывала неловкость. Все-таки, когда тебе восемь, тебе не очень хочется быть маминой лучшей подругой. Ты хочешь, чтобы они с папой были близки и чтобы у нее были свои друзья. Ты просто хочешь быть маленькой девочкой».

Триш рассказала, что мамино замужество никогда не было безоблачным. Дженис вышла за молодого человека, от которого забеременела, но они не подходили друг другу. Вскоре после женитьбы он начал оставаться допоздна на работе и заводить романы на стороне, создавая тем самым атмосферу, в которой Дженис пришлось искать заботу у кого-нибудь другого. Тогда она обратилась к Триш. Она спасалась в компании маленькой девочки, чья безраздельная и доверчивая привязанность была чувством, самым близким к бескорыстной любви, которое она смогла найти в жизни.

Так Дженис окружила свою маленькую дочку тем, что выглядело и чувствовалось как обожание. Мама говорила, что лучше быть с дочкой, чем с кем-то другим: разве это плохо? Но даже в восемь лет Триш понимала, что это неправильно.

Такие матери, как Дженис, очень привязаны к дочерям, не игнорируют их, когда те маленькие, однако могут висеть над душой, настроенные защищать свою малютку (кстати, так она будет ее называть в любом

возрасте) от разочарований и трудностей. Она будет помогать дочке получать хорошие отметки, доставать приглашения на день рождения или покупать статусные вещи, которые хотят иметь все. Ни одно из этих проявлений не является свидетельством нелюбви. Но они оказываются чрезмерными, когда дочь пытается покинуть это окружение, разобраться в собственных желаниях и воплотить их в жизнь. Именно в этот момент то, что мать считает близостью, любовью и привязанностью, оказывается изощренной формой рабства.

В здоровых отношениях связь между матерью и дочерью должна быть гибкой и приспособляющейся, способной выдержать расстояние, споры и разногласия — во мнениях, чувствах, требованиях и желаниях. Желательно, чтобы двухлетний ребенок, впервые высказывая свое «нет!» и тем самым проверяя на прочность эту связь, обнаруживал, тем не менее, что отстаивание своих интересов и бросание вызова маминим отнюдь не вынуждает любовь исчезнуть. Вполне возможно быть независимым и при этом уверенным, что связь остается крепкой.

Дочь растет, делает самостоятельные шаги навстречу миру, падает и ошибается. Если повезет, то мама будет служить убежищем, в которое можно вернуться, даже совершив какой-нибудь глупый или возмутительный поступок. Это особенно важно в подростковом возрасте, когда дочь пытается понять, что она представляет собой в жизни, учится общению со странными существами под названием мальчики

и решает, какой женщиной хочет стать. Отношения между матерью и дочерью, построенные на любви, могут иногда быть натянутыми, нестабильными и беспокойными, но подспудно в них всегда будет проявляться благосклонность, придающая дочке храбрости, без которой невозможны рост, развитие и формирование отдельной личности.

Это не входит в планы вмешивающейся матери. Многие из них не только оправдали материнством свою суть и ценность, но и использовали его, чтобы утихомирить собственный, очень распространенный страх быть брошенной. При этом у некоторых есть партнеры, карьера, круг своих друзей, но все это затмевается ролью матери зависимого ребенка, нуждающегося в ней и являющегося элементом, необходимым для целостности ее портрета. «Близость», к которой они стремятся, настолько всеохватна, что дочь часто не знает, где заканчивается она сама и начинается ее мать.

Вмешиваясь, мать перекладывает бремя своего счастья на вас, и вместо того чтобы учить вас строить собственную жизнь, она надевает на вас психологические наручники и держит при себе.

## Разделение недопустимо

Излишне вмешивающиеся матери воспринимают естественный и нужный процесс разделения как потерю и предательство и каждый раз стараются притянуть вас обратно, как только вы пытаетесь повзрослеть, отдалиться или уйти.

Такие вынужденные изменения, как переезд дочери из дома в общежитие колледжа, часто вызывают у матерей проявления синдрома пустого гнезда (родительской депрессии. — *Примеч. пер.*). Когда Триш окончила школу (впрочем, и задолго до этого), у Дженис было много возможностей улучшить собственную жизнь. Она могла вернуться на курсы, поехать в отпуск или пойти на консультации брачного психолога для себя и своего мужа. Ничто ее не сдерживало. Но к этому моменту она так привыкла ради заполнения собственной пустоты обращаться к дочери, что продолжила вкладывать в нее свою энергию.

**Триш:** «Мне было неловко, когда я уезжала в колледж. Мое решение учиться в другом штате стало для нее проблемой государственного значения. Этот конфликт помогло прекратить лишь то обстоятельство, что ее сестра жила в том же городе, где находился колледж, и мама могла использовать свои визиты к сестре как предлог, чтобы контролировать меня. У мамы была раздражающая привычка “заглядывать” ко мне и звонить в любое время дня и ночи. Бывало, я приходила поздно, а телефон звонил. Это всегда была она, интересовалась подробностями моего последнего свидания. Слава богу, тогда не было мобильных телефонов. Сейчас, особенно когда родился ребенок, она не отрывается от телефона: постоянно звонит, пишет сообщения, предлагает пообщаться по скайпу. Плохо так говорить, но у меня такое чувство, что она всегда рядом и следит за мной. Мама — как навигатор: всегда знает, где я нахожусь».