

3.2. Представления об индивидуальных особенностях детей

С появления активных шевелений плодов у женщины начинает активно разворачиваться внутренняя картина представлений о том, какие они, как они выглядят, что переживают и ощущают, как реагируют на маму, папу, старших детей. Кроме того, при проведении УЗИ у женщины иногда появляется возможность увидеть хотя бы приблизительно внешность своих детей, их движения. Собственно, только шевеления детей и информация в процессе УЗИ и дают женщинам объективную информацию для выстраивания догадок о том, какие они.

Это естественный процесс развития *материнской чувствительности*: восприятие каждого ребенка как отдельного уникального человека, попытки ощутить эту уникальность через шевеления, через представления и образы.

3.2.1. Образы детей в воображении матери

Представления о детях, их образы в воображении на самом деле динамичны в процессе течения беременности и могут быть представлены в разной форме — вербальной в виде описания или невербальной в виде рисунка [38, 39]. Они изменяются при диагностировании особенностей развития [40].

В нашем исследовании из 102 пациенток с одноплодной беременностью описали представления о детях 75 пациенток [21]. Из 111 пациенток с многоплодием описали будущих детей 88. Категории, по которым распределены описания детей, одинаковы при одноплодной и многоплодной беременности. Исключение составляет характерное для многоплодия сравнение детей между собой: описывают их сходство или различие.

Перечислим категории, применяемые для описания будущих детей.

1. Базовые категории сходства и различия:

- сходство детей между собой («маленькие, красивые девочки», «двое озорных мальчишек», «две девочки-блондинки с голубыми глазами»);
- различие детей («мальчик более крупный, сильный, спокойный, девочка — поменьше, нежная», «девочка похожа на меня,

мальчик — на мужа», «маленькие, но уже каждый со своим характером», «разные — один светлый, второй темный»).

2. Категории, которые используют по отношению как к обоим детям, так и к каждому в отдельности:

- схожесть с родственниками: и внешне, и по характеру детей описывают как похожих на саму женщину (иногда на нее в детстве), на ее мужа, на старшего ребенка, на бабушку;
- привлекательная внешность («очаровательные», «милые», «красивые» — чаще используют по отношению к девочкам);
- конкретные описания внешности — цвет волос, глаз, телосложение, тело («розовощекие, чудесно пахнут», «с длинными волосами», «с зелеными глазами», «кудрявые», «курносые»);
- здоровье («здоровые», «сильные», «хорошо растут и развиваются», «доношенные»);
- интеллект («умный», «смышсленный», «любопытный»);
- эмоциональность («живой», «озорной»);
- описания детей как новорожденных или младенцев («кричащий, только родился», «маленький», «крошечный», «куколка», «крохотное чудо», «беззащитный», «нуждается во мне», «улыбается во сне»);
- характер («активный», «позитивная», «лидерские качества», «борец», «волевой», «дружные», «смелые», «храбрые», «один волевой, другой драчун»);
- увлечения («один любит быструю езду, второй — музыку и театр»);
- отношение женщины и семьи к ребенку, детям («любимые», «самые лучшие», «прекрасный», «замечательный», «счастливые»).

Этот список — яркий пример того, как велика роль воображения женщины в период беременности. Конечно, мы имеем дело с «идеальным ребенком» — женщина представляет себе того или тех, кого она будет любить. Это абсолютно нормальное психологическое явление, позволяющее ей наладить эмоциональную связь с будущими детьми, пока она их не видит в реальности. После рождения детей необходимости в этом образе нет, и он исчезает, уступая место реальной связи матери с детьми.

Хотим обратить внимание на интересную категорию — «сходство с членами семьи», так как это несет определенную

психологическую нагрузку. Из 75 женщин с одноплодной беременностью 23 говорят о сходстве будущего ребенка с членами семьи внешне или по характеру. Из 88 женщин с многоплодием о сходстве с членами семьи упоминают 24 женщины. Кроме того, в многоплодии есть разновидность темы «похожести» — сходства самих детей между собой.

Мы предполагаем, что такие формулировки связаны прежде всего с психологическим включением детей в семью и концентрацией на ощущении «это *наши* дети». Вполне адаптивная история, особенно важная и нужная, когда возникают осложнения в процессе беременности. Дело в том, что восприятие детей как «наших», «своих» как бы подключает их к ресурсу семьи. Даже визуально это имеет свое отражение: если женщины с такой позицией рисуют будущих детей, они символически окружают их кругом или границами в виде сердца — любви своей, мужа, всей семьи. Забегая вперед, отметим интересный факт: в группе женщин с осложнениями беременности (18 женщин в нашей выборке) в отношении детей рекордное количество упоминания такого сходства — 11, то есть 60 %. В остальных группах такие упоминания единичны.

Другая причина «похожести» будущих детей на родных и близких связана с тем, что интрига «какие они в реальности» сохраняется вплоть до родов, а определенность нужна — и женщина начинает сопоставлять облик детей или характер с супругом или старшими детьми. И, как мы уже сказали, речь может идти как о внешнем сходстве, так и о сходстве характеров.

«НА КОГО ТЫ ПОХОЖ?..»

Эта тема продолжается в высказываниях уже состоявшихся родителей о своих подростках: «она в точности как я в детстве», «он так на меня похож», «я тоже таким был». Однако механизм, как мне кажется, иной. В период ожидания детей их сходство с членами семьи усиливает ощущение связи с ними, их более явного присутствия в семье, включенности в семью и, значит, защищенности. А вот после появления детей и попыток интерпретации их поведения тема похожести затрагивает множество психологических процессов.

Конечно, в попытках найти сходство с собой есть доля проекции на ребенка своих переживаний и чувств. Если «она (или он), как я», значит, мотивы и чувства тоже «как у меня». И есть соблазн вместо попыток понять ребенка просто интерпретировать его поведение исходя из своей логики.

Сходство предполагает сильную связь и в каком-то смысле подсознательное ощущение «принадлежности» ребенка. Вспомним, как задевают иногда молодых мам слова бабушек или тетушек «Ой, она — прямо вылитая я!» — появляется ощущение, что на символическом уровне у нее «отбирают» ребенка. Если ребенок в целом ни на кого не похож: «ни в мать ни в отца» — для родителей важно найти любые подтверждения его принадлежности семье. Как тщательно тогда мама и папа пытаются найти соответствие себе хотя бы частей внешности: «глаза как у папы», «подбородок как у мамы», «ямочки мамины», «волосы папины».

Есть и другая грань проблемы: если ребенок похож на нелюбимого родственника, он рискует отторгаться родителем на подсознательном уровне. При напряженных отношениях со старшим поколением часто еще в период беременности приходится слышать: «Не дай Бог, будет похожа на свекровь», «Я очень боюсь, что сын будет напоминать мне моего отца».

Значимость похожести ребенка на кого-то из родителей показывают многочисленные детские травмы при родительских конфликтах: «весь в отца!!!», «ты — такая же, как твоя мать!». Или сильнее проекции на детей облика любимых (часто ушедших) родственников: «ты так похожа на мою маму», «мой сын похож на моего отца, вот бы и характер у него был такой же», что является одной из характерных черт «замещенного ребенка».

3.2.2. Характеры будущих детей

Представления о детях, попытки фантазировать на тему, какие они по характеру, отношение к ним как к «детям», а не «плодам» — признак *включенности женщины в эмоциональный контакт с детьми*.

Первое, что должно насторожить психолога, это как раз высказывание женщины на поздних сроках беременности о том, что она особенно не пытается представить себе детей, различить их шевеления, не общается с ними. Она может говорить о том, что много работает, что проделала долгий путь к этой беременности и теперь боится радоваться, — в любом случае такая «незаметная» беременность, тем более многоплодная, при сохранении этого стиля вынашивания может обернуться большими сложностями в послеродовой период, когда женщина окажется просто не готова к огромной физической и психологической нагрузке, не в полной мере осознает, что у нее будет двое детей. Вариант, что «материнский инстинкт придет сам по себе», в данной ситуации не срабатывает.

После родов приходят тревога и страх за детей, а вот наработанной привычки общаться с ними, контактировать, пытаться понять и почувствовать, заботиться, утешать, радоваться их активности у женщины не будет.

Как мы уже говорили, психологически женщина вынашивает двух (или трех) детей и двойню (тройню) в целом. Для нее есть «один ребенок», «второй (и третий) ребенок» и «дети». И контакт может быть как индивидуальный — с обращением к каждому персонально, так и общий — будущие мамы обращаются со словами «малыши», «детки», «птенчики».

С., 31 год, вынашивает ТХДА тройню. Девочек очень ждут оба супруга и их старшая дочь. У всех трех девочек есть имена. Описывая их, С. говорит об их разных характерах: «самая спокойная», «бодрячок», «путешественница». Различает шевеления, прислушивается в течение дня к активности каждой девочки. Поскольку среди девочек есть монохориальная пара, персональное внимание позволяет маме отслеживать состояние детей при таком непростом осложнении.

Из 111 пациенток с многоплодием только 5 ответили, что у них практически никогда не возникает ощущений, что у каждого из детей есть свой характер. Из ответов остальных 106 женщин с многоплодием и 77 пациенток с одноплодной беременностью мы составили список из 54 (!) характеристик, которыми женщины наделяют своих будущих детей уже сейчас. Это информация, основанная на субъективном ощущении женщины от шевелений детей и ее ожиданий от них. При этом абсолютно все женщины свои ответы сформулировали как сравнения характеров детей между собой. Для этого использовали антонимы «активный» — «спокойный», «юла» — «соня», «напористый» — «покладистый» или усиления в виде степени «более-менее».

Показательно, что только 10 характеристик из 54 касаются описания характера ребенка через ощущения от его активности: спокойный, стабильный, соня, тихоня, активный, шустрый, егоза, энергичный, юла, бойкий. Остальные 44 — исключительно личностные. «Целеустремленный», «волевой», «настойчивый», «ленивый», «независимый», «вредный», «скромный», — очевидно, что это черты человека с осознанным поведением и, пожалуй, далеко не ребенка. Несмотря на то что речь идет лишь о внутриутробном

периоде, можно предположить, что описание будущих детей через такие прилагательные отражает ожидания женщины от того, с кем ей придется общаться. В разговоре женщины подтвердили, что выводы о характере детей делали на основе актуальной внутриутробной активности — интерпретации шевелений.

Откуда тогда берутся откровенно негативные характеристики еще не родившихся детей: «вредный», «упрямый», «строптивый», «требовательный», «непослушный»? Часто такая интерпретация связана с описанием шевелений как «болезненных» и «агрессивных». Первая возможная причина — неприятие детей, либо того факта, что их несколько, либо их пола. Вторая — эмоциональная травмированность матери в детстве.

Г., 37 лет, МХДА двойня, 35 нед., мальчики. Пациентка испытывает высокую степень тревоги, основной фон размышлений — «как не дать детям сесть на шею», «как не вырастить монстров». При этом актуальный теплый эмоциональный контакт с будущими детьми отсутствует, их шевелений пациентка не различает, жалуется на болезненность и дискомфорт. Основные вопросы, которые женщина задает на курсах подготовки к родам и ухода за ребенком, касаются способов установления режима кормления, сна. Обсуждая с другими участниками тему воспитания, сообщает, что ее в детстве физически наказывали, и она считает это нормой.

Для психолога очевидно, что мы наблюдаем детскую психотравму и желание отыграть ее на своих детях. Однако запроса психологической помощи от пациентки не поступило, она не считает свои размышления нуждающимися в коррекции.

Такая логика, увы, может сохраняться и после родов. Например, женщина интерпретирует поведение детей в первые дни как уже осознанное: «капризничает», «не хочет потерпеть», «вредничает», «ленится». И дело не в том, что эти слова проскальзывают в речи, а в том, что женщина действительно ожидает, что дети могут регулировать свое состояние и потребности. Часто от таких мам можно услышать: «Я не сюсюкаю с ними, говорю, как со взрослыми». Как это ни банально звучит, со стопроцентной вероятностью оказывается, что у женщины была холодная, неласковая, требовательная мать.

Сейчас с уверенностью можно констатировать всплеск интереса к психологическим исследованиям детских психотравм, к теме

влияния на детей отношения родителей, к тому, как выстраиваются отношения взрослых детей с токсичными, агрессивными, зависимыми родителями. Причем эта информация скорее принадлежит полю психологической помощи и потому реализуется в большом количестве популярной литературы. Собственно, ситуация, когда женщина «даже не догадывается», что ее отношения с матерью крайне неконструктивны, уже появляется нечасто. Тем не менее далеко не у всех хватает мужества признать наличие детских неразрешенных проблем и начать с ними работать. Конечно, беременность и период сразу после родов — не время для вмешательства. Однако если женщина сама видит, что на ранних этапах общения с ребенком начинают появляться ее детские обиды, разрушительные убеждения и дезадаптивное поведение, то в интересах и матери, и ребенка следует проводить терапевтическую работу с акцентом на максимальной бережности и поддержке.

3.2.3. Описание характера шевелений

При одноплодной беременности женщина старается почувствовать разницу в шевелениях ребенка в зависимости от своего состояния (и физического, и эмоционального), от времени суток, от положения ребенка [13, 21, 41].

При многоплодной беременности женщины стараются почувствовать **разницу в шевелениях своих детей**. Это не всегда возможно — многое зависит от их расположения. Тем не менее в попытках беременных описать различия по типу шевелений, силе и интенсивности мы выявили следующие варианты.

Различия по типу шевелений: толчки, перевороты, поглаживания, кувырки, сальто, удары (в пупок, в ребро); вертится, болтает руками и ногами, топчется ножками, выставляет (локоть, руку, ногу).

Различия по продолжительности и частоте шевелений: часто, долго, редко, одинаково, последовательно, активны в разное время суток, раз в час, «серия пенальти в минуту», постоянно, изучающие постоянные шевеления.

Различия по силе, интенсивности: в одном полюсе — сильные, ощутимые, резкие, агрессивные, настойчивые; в другом — слабые, плавные, нежные, медленные, аккуратные, робкие, щекочущие.

Кроме описания характера шевелений, женщины часто говорят и о локализации — тех местах, где шевеления ощущаются больше всего, связывая это с положением детей.

Риск ощущать дискомфорт от шевелений примногоплодии, конечно, больше, чем при одноплодной беременности: все зависит от того, как располагаются дети внутри матки. Например, ножки одного из детей могут упираться во внутренние органы матери и при активных шевелениях вызывать неприятные ощущения. Но это ни в коем случае не говорит о неприятии ребенка: если на психологическом уровне женщина отвечает, что радуется шевелениям, что для нее это подтверждение благополучия ребенка и его активности, значит, ее реакция позитивна. Часто в такой ситуации женщины описывают, что они делают для уменьшения дискомфорта: меняют позу, гладят живот — это значит, что они уменьшают физический дискомфорт, не пытаясь при этом перенести ответственность на ребенка и не уговаривая его «не бить маму».

То, что действительно должно насторожить психолога, — это описание шевелений ребенка как «агрессивных», «грубых», «сильно бьет меня», «какие-то гиперактивные». Стоит также обратить внимание на отношение к будущим детям, когда женщина общается с ними только для того, чтобы уменьшить дискомфорт от шевелений («прошу, чтобы не били»), игнорируя шевеления все остальное время. На самом деле такое негативное оценочное описание действительно может быть проявлением неприятия детей, переживаний, связанных с ощущением зависимости всей своей жизни от присутствия детей внутри.

С., 35 лет, первая беременность, запланированная, наступила естественным образом. Решение о ребенке было принято под давлением супруга — он очень хотел детей — и аргументов самой С. о том, что «уже пора по возрасту». Двойня стала неожиданностью. Редукцию числа плодов пациентка не сделала — супруг был категорически против. Все заботы по организации быта, касающиеся ожидания детей, супруг взял на себя — покупку одежды, поиск коляски, обустройство детской. Таким образом он искренне хотел «разгрузить» С. от забот и позволить ей спокойно вынашивать беременность. С. предпочла вынашивать беременность, не пытаясь вступить в эмоциональный контакт с будущими детьми, с каждой неделей ощущая усиливающийся физический дискомфорт от вынашивания, от активных шевелений детей. Характер шевелений она не различала, желая общаться

с детьми не испытывала, могла только погладить живот, чтобы успокоить излишнюю их активность и снизить боль от толчков.

За психологической помощью обратилась в 35 нед. по рекомендации лечащего врача, так как постоянно плакала при разговоре о родах. Свое состояние охарактеризовала как постоянное напряжение, нежелание думать о родах и что-либо планировать, чувство вины за то, что она не испытывает радости, которую от нее ждут близкие. Очевидно, что поиск и коррекция глубинных причин такого непринятия материнства были бы уместны до беременности. В данной ситуации — в период приближающихся родов — были выбраны следующие реальные и посильные задачи психологической работы: помочь женщине снизить эмоциональное напряжение и чувство вины, разобраться в конкретных пугающих моментах, осознать важность подготовки к родам (пара планировала совместные роды), обратить внимание на характер и возможные причины шевелений (когда много ходила, или когда голодна, или когда слушает любимую музыку) с целью уменьшить сопротивление присутствию детей.

Через какое-то время, переключившись на позицию «исследователя шевелений», С. перестала их воспринимать как агрессию в свой адрес. Постепенный переход от тактики вытеснения и избегания в сторону активного участия и влияния на события (в том числе и в плане вариантов поведения в родах) улучшил эмоциональное состояние С. и снизил напряжение.

Одна из возможных причины такого состояния — нежеланность беременности или того, что она многоплодная. Женщина в подобной ситуации может ощущать свою «несвободу», подчиненность состоянию вынашивания. Дети воспринимаются ею как «маленькие тираны», которые чуть ли не осознанно пытаются причинить ей боль своими толчками внутри. Женщины редко обращаются за психологической помощью напрямую с таким запросом — он крайне социально нежелателен, к тому же мы говорим о поздних сроках — II и III триместрах беременности, когда начинается активная подготовка к рождению детей и тема их желанности или нежеланности вообще выглядит странно с точки зрения окружающих. Именно поэтому самый частый запрос, поступающий от врача или от самой пациентки, заключается в постоянном тревожном фоне беременности или сильном страхе родов.

К такой интерпретации активности детей склонны женщины с так называемой рентной беременностью — пытающиеся получить максимальную «выгоду» от вынашивания. Это могут быть

женщины с истерическим складом характера, привлекающие внимание к тому, как тяжело им дается беременность, как они страдают и нуждаются в заботе и внимании.

В такой «борьбе» с детьми и причиняемым дискомфортом протекает беременность и у инфантильных, астеничных женщин, которые в принципе тяжело переносят физические и эмоциональные нагрузки, не пытаются взять на себя ответственность за поиск вариантов облегчения своего состояния. К сожалению, после родов ситуация не меняется. И дети, причинявшие беспокойство своими шевелениями внутриутробно, теперь причиняют беспокойство своими потребностями и необходимостью заботы о них.

Общая черта этих двух разных типов — отсутствие истинного эмоционально теплого контакта с детьми, нежелание его установить. Еще до родов такие женщины обычно заручаются поддержкой матери, свекрови или няни, договором с теми, кто будет помогать ухаживать за детьми уже дома.

Еще одна грань чувствительности к шевелениям — желание женщины отслеживать характер шевелений детей, когда она находится в разном эмоциональном состоянии.

«Когда я радостно возбуждена или просто спокойна, они активнее. Если расстраиваюсь, затихают. Когда много двигаюсь, спокойны, как только лягу отдыхать, начинают общаться, толкаться и устраивают дискотеки». «Они очень реагируют на любое волнение, начинают шевелиться безостановочно».

«Когда я волнуюсь, движения детей резкие, отрывистые, сильные. Когда спокойна — больше похоже на копошение».

Женщины описывают, как себя ведут дети, когда мамы спокойны, радостны, волнуются или сердятся. Это важно для будущей мамы, так как она понимает, что дети связаны с ней, что они ее чувствуют и реагируют на нее. Когда женщина обращает внимание на такие тонкие моменты, у нее постепенно создается и развивается ощущение обратной связи с ребенком, навык настраивания друг на друга. После родов информации от детей гораздо больше — вот они есть в реальности, однако по-прежнему дают сигналы не речью, а другими способами — мимикой, телесными реакциями, плачем. И эти реакции тоже нужно учиться воспринимать и понимать.