

Когда ребенка ждет... мужчина

Точка зрения практикующих психологов-психоаналитиков такова: беременным не бывает один из двоих в паре, беременны всегда оба партнера. Мужчина, как и женщина, интенсивно переживает это состояние. Однако все происходит без непосредственного физического контакта с растущим ребенком и сталкивает его с другими проблемами.

"Над чем работаете?" - спрашивают нас знакомые. "Пишем статью про мужские страхи о беременности". - "А такие есть?" - часто следует недоуменный вопрос. Конечно, подобная тема не слишком вписывается в тот образ беременности, который как бы сам собой всплывает в нашем сознании, когда речь идет о совместном решении двух людей завести ребенка. Беременность становится следующей после образования семьи вершиной, кульминацией романтического путешествия, приносящей в дом радость - общего ребенка. Обычно, к счастью, так и бывает.

Тональность историй, о которых пойдет речь, иная, они стоят особняком, и вспоминают их не очень охотно.

"Мой знакомый довольно долго ухаживал за одной дамой, в конце концов она ответила согласием. Сыграли свадьбу, стали ждать ребенка. И здесь муж повел себя как-то странно - вместо того чтобы чувствовать себя "облагодетельствованным", он неожиданно записался в волейбольную секцию и вообще стал меньше бывать дома, вызывая недоумение и даже негодование своей жены".

"Во время моей беременности мы почти не занимались сексом, хотя никаких медицинских противопоказаний для этого не было, я чувствовала себя прекрасно, мне даже хотелось больше ласки, но муж сторонился меня. По-моему, он даже избегал ко мне прикасаться. И после родов стоило больших трудов разубедить его в том, что не нужно ждать год, чтобы вернуться к выполнению супружеских обязанностей".

Объяснить происшедшее можно, если знаешь, что, так же как для любой женщины, ситуация беременности является экстремальной и для любого мужчины. Она ставит перед ним сложную личностную задачу - справиться с внезапно нахлынувшими ощущениями, а также оказать психологическую поддержку жене и взять на себя большую часть внешних проблем, создав защитный барьер между женщиной, носящей ребенка, и остальным миром. Как поведет себя будущий отец в каждом конкретном случае, зависит от многих факторов. Основные из них - его личностный склад, зрелость отношения к семье, осознанная оценка возникающих трудностей, способность справляться с ними...

Часть проблем общего характера лежит на поверхности. С одной стороны, с началом беременности запускается цепь событий, идущих как бы помимо мужчины, и он ощущает, что вдруг оказался отодвинутым в сторону. Кроме того, перестройка организма и новые, часто неожиданные связанные с этим ощущения захватывают женщину, и она, естественно, хочет поделиться ими с мужем: "тянет спина", "не могу спать", "ой, шевелится, посмотри - видно же!". Часто в этот момент мужчина чувствует, что жена из приятного собеседника, участника совместных мероприятий превратилась в этакую "клушу". Для него жизнь изменилась, и не всегда в лучшую сторону. А то тело, которое он любил и желал, трансформируется самым драматическим образом.. Все это создает дискомфорт, вызывает тревогу, скуку, желание "оттянуться".

Вот так почти гротескно вырисовывается четкое разделение ролей: отъявленный эгоист мужчина, думающий только о своем комфорте, и занятая достойным и очень непростым делом вынашивания ребенка женщина.

Очевидно, что женщина намного раньше приходит в контакт с будущим ребенком - еще когда носит его в своем чреве. Беременность становится уникальной возможностью получить множество ценных ощущений, дает чувство наполненности, единения. В самой физиологии заложена возможность для женщины настроиться на будущего ребенка, подготовиться к его появлению. Связь мужчины с ребенком возникает гораздо позднее, и поначалу он имеет дело с потерями - внимания жены, своего статуса в семье, привычного положения дел.

Беременность - это первая проба реальной готовности мужчины к появлению ребенка, который на долгие годы становится главной точкой отсчета для семьи в целом, требует внимания, сил, энергии. В значительной степени это означает ограничение желаний, перестройку планов, погруженность в многочисленные бытовые дела

Но это то, что лежит на поверхности. Есть и более скрытые страхи, которые или осознаются не очень отчетливо, или вообще не осознаются людьми, их испытывающими.

Неблагоприятный поворот событий, о котором мы упоминали выше, часто совпадает приблизительно с четвертым месяцем беременности, когда у женщины появляется животик, иногда ласково, иногда нет называемый пузом, и ее положение становится явным. Очевидно, что сам вид жены с животом является для мужчины мощным провоцирующим фактором. Что же за этим стоит?

Одно из сильнейших переживаний - замороженность почти магической способностью женщины порождать из себя что-то новое, непосредственно давать жизнь. Вкупе с кормлением грудью, когда мать как бы насыщает собою, наполняет жизнью крошечное, полностью зависимое от нее существо, это создает у мужчины ощущение величайшей могущественности женщины и, с другой стороны, собственной незначительности, своего несовершенства.

Желание почувствовать свою состоятельность толкает его на поиски способов как-то компенсировать это ощущение. Так возникает чрезмерное увлечение работой, женщинами или чем-нибудь еще.

Беременность приносит с собой и другие ключевые перемены. Женщина не только становится реальной матерью реального ребенка - она также "будит" образы материнства, сложившиеся у мужчины много лет назад. Глядя на беременную жену, мужчина как бы вновь сталкивается с собственной матерью, какой он ощущал ее в детстве. И здесь очень важна реальная история их отношений: насколько в них присутствовали доверие, забота, возможность для ребенка выражать себя и действовать по своему усмотрению, осознание матерью отдельных от нее интересов ребенка - иными словами, насколько позитивный и многомерный образ женщины и матери сложился у мужчины. Поэтому беременность, как момент максимального сближения с женой-матерью, как еще одна встреча с давними детскими отношениями со своей матерью, может спровоцировать различные реакции. Часть из них - это не действия взрослого человека в ответ на реальные сложности, а реакция ребенка на свою маму.

Мы уже говорили, что беременность влечет за собой радикальные перемены в отношениях. Прежде всего беременность - это как бы реальное заключение брака,

перерегистрация его по-настоящему, завершение промежуточного состояния между "ты совершенно свободен" и таким ощущением в браке, что его можно отменить относительно безболезненно. Значит ли это, что, когда жена ждет ребенка, у мужа может возникнуть желание уйти назад в это относительно ненапряженное состояние, где все потенциальные возможности выглядят как реальные? Да, конечно. И часто проявлением этого желания является роман. Он отражает имеющиеся сомнения, неуверенность в партнере, в принятом решении, попытку посмотреть, а вдруг есть что-то лучше, является "отпуском в прошлую жизнь". Так или иначе, за этим стоит страх окончательности и невозможности что-либо изменить.

Зачастую с началом беременности мужчина ощущает, что ребенок, даже потенциальный, реально занимает его место, что, забеременев, женщина становится самодостаточной, получает все, что ей в принципе может быть нужно от него, - ребенка. Страх стать ненужным является еще одним мощным переживанием.

Страх потери возможности влияния, контроля над отношениями отражает опасение, что с рождением ребенка жена получит преимущество, связанное с положением матери, с ее знанием того, "что лучше для ребенка и как все должно быть", и будет использовать эти аргументы для давления на мужа при решении спорных вопросов, да и просто для обозначения расклада сил. Понятно, что в таком варианте соревноваться мужчине трудно и порой просто невозможно.

Зачем мы написали эту статью? Может показаться, что речь в ней идет о тех темных сторонах человеческой природы, с которыми люди обычно не сталкиваются. В какой-то степени это действительно так. Но из нашей практической работы мы знаем, что подобные переживания очень характерны для периода беременности. И когда человек обнаруживает их в себе, у него возникает ощущение "я плохой". На самом же деле такие чувства естественны. Наша цель - показать, что это не так ужасно и с этим можно что-то делать. В любом случае, гораздо безопаснее быть в контакте с такими вот частями себя, знать о них, нежели оказываться их заложником, когда они вдруг становятся основными движущими силами.

Беременность, роды, первый год жизни ребенка... Какими же будут эти кадры в ваших семейных хрониках? Вопрос открытый.