

Алис Милер

**Драмата** на надареното **дете**  
и търсенето на истинския **аз**

traduki<sup>T</sup> Издаването на това произведение беше подкрепено от ТРАДУКИ, литературна мрежа, в която са включени Федералното министерство за Европа, интеграцията и външните работи на Република Австрия, Министерството на външните работи на Федерална република Германия, Швейцарската културна фондация „Про Хелвения“, КултурКонтакт Австрия (по възложение на Федералното канцлерство на Република Австрия), Гьоте-институт, Словенската агенция за книгата ЖАК, Министерството на културата на Република Хърватия, ресор „Култура“ в правителството на Княжество Лихтенщайн, Фондацията на Лихтенщайн за култура, Министерството на културата на Република Албания, Министерството на културата и информацията на Република Сърбия, Министерството на културата и националната идентичност на Румъния, Министерството на културата на Черна гора, Министерството на културата на Република Македония, Лайпцигският панаир на книгата и фондация „С. Фишер“.

Алис Милер

Драмата  
на нагареното  
дете  
и търсенето на истинския аз

превод от немски *Теодора Карамелска*



Alice Miller  
*Das Drama des begabten Kindes und die Suche nach dem wahren Selbst*  
Eine Um- und Fortschreibung

© Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 1995, 1996  
All rights reserved by and controlled through Suhrkamp Verlag Berlin.

Алис Милер  
*Драмата на надареното дете и търсенето на истинския аз*  
(преработено и обновено издание)

Теодора Карамелска, *превод от немски*, 2018  
© of the translation: S. Fischer Foundation by order of TRADUKI

- © Давид Иерохам, *послеслов*
- © Яна Левиева, *художник на корицата*
- © Издателска къща **КС** – Критика и Хуманизъм, 2018

ISBN 978 954 587 217 4

Всички права запазени.  
Забранява се възпроизвеждането на текста изцяло или на части, както и разпространението му чрез механично копиране, сканиране и/или чрез онлайн платформи. Нарушенията на авторското право на преводача и издателя ще бъдат преследвани по съдебен ред.

# Съдържание

## **I. Драмата на надареното дете и как станахме психотерапевти**

- Всичко друго, но не и истината / 11
- Бедното богато дете / 14
- Изгубеният свят на чувствата / 19
- В търсене на истинския аз / 25
- Ситуацията на психотерапевта / 33
- Златният мозък / 40

## **II. Депресия и грандомания. Две форми на отричане**

- Съдбите на детските потребности / 45
  - Здравословното развитие / 45*
  - Психичното разстройство / 48*
- Илюзията на любовта / 51
  - Грандоманията като самозаблуда / 52*
  - Депресията като обратната страна на грандоманията / 55*
  - Депресията като отричане на аза / 59*
- Депресивни фази по време на терапията / 73
  - Сигнална функция / 73*
  - „Да прегазиш себе си“ / 74*
  - Преизпълнен със силни емоции / 75*
  - Противопоставяне спрямо родителите / 76*
- Вътрешният затвор / 77
- Социалният аспект на депресията / 84
- Митът за Нарцис / 88

### **III. Дяволският кръг на презрението**

Унижението на детето, презрението  
към слабостите му и какво произтича от това?

Примери от всекидневието / 93

Презрението в огледалото на терапията / 107

*Нарушеното изразяване на аза*

*в натрапливостта за повторение / 108*

*Презрението в перверзията*

*и в натрапливата невроза / 111*

*„Поквареното“ в детския свят на Херман Хесе*

*като пример за конкретно „зло“ / 121*

*Майката в първите години от живота*

*като посредник на обществото / 131*

*Самотата на презирация / 134*

*Освобождаване от презрението / 139*

**Послеслов от 1995 г. / 146**

Благодарности / 152

*Надареността и бездарността – Алис Милер*

(послеслов)

д-р Давид Иерохам / 155

I.

Драмата на надареното дете

и

как станахме психотерапевти





## Всичко груго, но не и истината

От опит знаем, че в дългосрочната борба с душевните заболявания разполагаме с едно много важно средство: откриването на истината за единствената и уникална история на нашето детство и нейното повторно емоционално преживяване. Дали някога можем напълно да се освободим от илюзиите? Животът ни е пълен с тях, защото истината ни се струва непоносима. И все пак истината е толкова незаменима, че цената на загубата ѝ са тежки заболявания. Затова в хода на дълъг терапевтичен процес се опитваме да открием истината за самите себе си, която, преди да ни дари с ново пространство на свобода, винаги е болезнена – освен ако не се задоволим с интелектуално познание. Тогава обаче отново оставаме в областта на илюзиите.

Ние не можем ни най-малко да променим миналото си, необратими са и нанесените ни в детството щети. Но можем да променим *себе си*, „да се ремонтираме“, да си върнем обратно изгубената вътрешна цялост. Това е възможно, ако решим да разгледаме отблизо запаметеното в тялото ни знание за случилото се в миналото и да го осъзнаем. Разбира се, този път не е приятен, в много случаи обаче той ни позволява най-сетне да напуснем невидимия, но не по-малко

ужасен затвор на детството, и от несъзнавана жертва на миналото да се превърнем в отговорен човек, който познава своята история и живее с нея.

Повечето хора правят тъкмо обратното. Те не искат да знаят нищо за своята история и съответно не се досещат, че всъщност постоянно са определяни от нея, защото живеят в неразрешената, изтласкана в несъзнаваното ситуация на детството си. Те не предполагат, че се боят и избягват опасности, които някога са били реални, но отдавна вече не са. Такива хора са движени от несъзнавани спомени, от изтласкани чувства и потребности, които, докато продължават да са несъзнавани и неизяснени, често пъти определят по перверзен начин почти всичките им постъпки.

Например изтласкването на преживяното някога брутално малтретиране кара много хора да разрушават живота на другите и собствения си живот, да подпалват домовете на чужденци, да отмъщават и дори да наричат това „патриотизъм“, за да скрият истината от самите себе си и да не изпитват отчаянието на измъчваното дете, каквото някога са били те самите. Други активно продължават с причинените им някога мъчения, например в клубове на самобичуващи се, в култове с мъчения от всякакъв вид или чрез садомазохизъм, наричайки всичко това освобождение. Жени пробиват зърната на гърдите си и закачат халки на тях, снимат се за вестници и гордо разказват, че изобщо не ги е боляло, а напротив, това им доставило удоволствие. Не бива да се съмняваме в честността на

подобни изказвания, тъй като тези жени много рано са се научили да не усещат болка. Какво ли не биха направили те днес само за да не усещат болката на малкото момиче, което е било сексуално експлоатирано от баща си и е трябвало да си внушава, че изпитва удоволствие. Сексуално експлоатираната като дете жена, която отрича реалността на своето детство и се е научила да не чувства болка, непрестанно бяга от случилото се с помощта на мъже, алкохол, наркотици или работохолизъм. Тя има нужда от постоянно „пришпорване“, за да не допусне „суката“, за да няма и секунда спокойствие, в която би усетила парещата самота на своята детска действителност, защото се страхува от това чувство повече, отколкото от смъртта – освен ако няма щастието да разбере, че съживяването и осъзнаването на детските чувства не убива, а освобождава. Напротив, онова, което нерядко убива, е защитната реакция спрямо чувства, чието осъзнато преживяване би могло да разбули истината.

Изтгласкването в несъзнаваното на преживяното в детството страдание определя не само живота на индивида, но и обществените табути. Биографичните книги илюстрират това много ясно. Ако четем биографиите на известни творци например, ще видим, че разказът за живота им започва някъде около пубертета. Преди това творецът бил имал „щастливо“, „весело“ или „безгрижно“ детство, или пък детство, „изпълнено с лишения“ или „със стимули“, но *какво* е било детството му в действителност като че ли изоб-

що не е интересно. Сякаш корените на целия живот не се крият в детството. Нека посоча един прост пример.

В спомените си Хенри Мур пише, че като момче трябвало да разтрива раменете на майка си с крем против ревматизъм. Когато прочетох това, веднага прозрях пластиките на Мур. В излегналите се големи жени с малки глави видях майката с очите на малкото момче, което умалява в перспектива главата ѝ, а възприема близкия до него гръб като извънмерно голям. За мнозина изкуствоведи това може и да е без всякакво значение. Но за мен то е знак колко силно преживяванията на едно дете се съхраняват в несъзнаваното и какви възможности за израз могат да открият, когато възрастният допусне те да се проявят.

Споменът на Мур е безобиден и се е съхранил незасягнат. Но травматичните преживявания на всяко детство остават в тъмното. Там остава скрит и ключът за разбирането на целия последващ човешки живот.

## **Бедното богато дете**

По-рано често съм се питала дали някога бихме могли да схванем в пълна мяра чувството на самота и изоставеност, на които сме били изложени като деца. Междувременно знам, че това е възможно. Тук нямам предвид децата, които очевидно са израснали безпризорни и още от малки са наясно с това. Има обаче голям брой хора, които идват на терапия с образа на

своето щастливо и закриляно от родителите им детство. Става въпрос за пациенти с много умения и дори таланти, които те по-късно са развили и заради които като деца понякога са получавали и похвали. Почти всички те още през първата година от живота си използват гърне, а много от тях на възраст от една и половина до пет години вече се справят много умело с обгрижването на по-малките си братя и сестри.

По всеобщо мнение тези хора – гордост на своите родители – имат силно и стабилно самочувствие. Всъщност е тъкмо обратното. Всичко, с което се захванат, те вършат от добре до отлично, на тях им се възхищават и им завиждат, те жънат успех във важни за тях области, но всичко това не им носи удовлетворение. Когато наркотикът на грандоманията изчезне, когато не са „на върха“, не са безспорната суперзвезда, или когато внезапно решат, че отстъпват от някакъв идеализиран образ за самите себе си, те стават склонни към депресия, усещат празнота, самоотчуждение и безсмислие от собственото си съществуване. Тогава се измъчват от страхове или от тежко чувство на вина и срам. Какви са причините за толкова дълбинно разстройство при тези надарени хора?

Още на първата сесия те бързо споделят на слушащия ги терапевт, че поне единият от родителите им се е отнасял към тях с пълно разбиране, и че ако понякога обкръжението им не ги е разбирало, това се е дължало, по думите им, на самите тях и на неумението им да се изразят правилно. Те разказват първите си

спомени без всякакво съчувствие към детето, каквото някога са били, и това прави още по-голямо впечатление в случаите, когато тези пациенти имат не само изразена способност за интроспекция, но и относително лесно изпитват съпричастност към другите. Тяхното отношение към емоционалния свят на собственото им детство обаче се характеризира с липсата на уважение, с принуждаващ контрол, манипулация и изискване за високи постижения. Не рядко се проявяват пренебрежение и ирония, които могат да преминат в подигравка и цинизъм. Като цяло се наблюдава пълно отсъствие на истинско, емоционално разбиране и сериозно възприемане на детската им съдба, както и липса на ясна представа за истинските им потребности отвъд принудите за високи постижения. Интернализирането на първоначалната драма е толкова успешно, че илюзията на доброто детство може да бъде спасена.

За да опиша психичния климат на едно такова детство, бих искала първо да формулирам няколко предпоставки, които представляват изходната ми точка.

1. От самото начало на живота си детето има базисна необходимост да бъде уважавано и към него да се отнасят сериозно като такова, каквото то е в съответния период.

2. „Такова, каквото съответно то е“ означава: *изразяването на чувства и усещания* още в кърмаческа възраст.

3. В атмосфера на *уважение и толерантност спрямо чувствата му* детето ще бъде способно, във фазата на отделянето от майката, да изостави симбиозата с нея и да извърви стъпките към автономията си.

4. За да бъдат възможни тези предпоставки за здравословното развитие на детето, родителите му също би трябвало да са израснали в подобна атмосфера. Така те ще му създадат усещането за сигурност и защитеност, а на тази основа ще се развие и неговото доверие към себе си.

5. Родители, които не са израснали в такава среда, самите са *нуждаещи се*, т.е. през целия си живот те търсят онова, което собствените им родители не са успели да им дадат *в подходящия момент*, а именно – цялостно съобразяване с тях, пълно разбиране и сериозно отношение.

6. Разбира се, това търсене не може да бъде изцяло успешно, тъй като се отнася до една *безвъзвратно отминала ситуация*, тоест до времето непосредствено след раждането.

7. Човек с *незадоволена и несъзнавана потребност* (доколкото спрямо нея е задействан защитен механизъм) е *принуден* да я задоволява компенсаторно дотогава, докато не узнае своята изтласкана в несъзнаваното житейска история.

8. За целта подходящи най-често се оказват *собствените деца*. Новороденото бебе е напълно зависимо от своите родители. И тъй като съществуването му зависи от подкрепата им, то прави всичко, за да не я за-

губи. От първия ден на живота си то впряга всичките си възможности, подобно на малко растение, което се върти спрямо слънцето, за да оцелее.

През двайсетте години на терапевтичната ми практика много често съм се сблъсквала с една детска съдба, която ми се струва характерна за хората, професионално занимаващи се с помагане на други хора.

1. Те имат *емоционално дълбоко несигурна майка*, чието емоционално равновесие зависи от определено поведение или начин на живот на детето ѝ. Майката крие от детето и от обкръжението си своята несигурност зад твърда, авторитарна, дори тоталитарна маска.

2. Това се допълва от изненадващата *способност на детето* интуитивно и следователно несъзнавано да усеща и откликва на тази потребност на майката или на двамата родители, т.е. несъзнавано да поема отредената му функция.

3. По този начин детето си осигурява „любовта“ на родителите. То усеща, че е нужно, и това оправдава съществуването му. Способността за нагаждане се разширява и усъвършенства и тези деца се превръщат не само в майки на своите майки (довереници, утешители, съветници, опора), но поемат отговорността за братята и сестрите си и накрая изграждат *специфична чувствителност за несъзнаваните сигнали за потребностите на другите*. Не е учудващо, че по-късно те често избират професията на психотерапевта.



Кой друг без подобна предистория би имал интерес по цял ден да се опитва да открие какво се случва в несъзнаваното на другите? Но във възникването и усъвършенстването на тази нюансирана чувствителност, която навремето е помогнала на детето да оцелее и го принудила като възрастен да избере помагаща професия, се крият и *корените на разстройството*. То тласка помагащия непрестанно да се стреми към задоволяване на неудовлетворените в детството си потребности със заместващи личности.

## Изгубеният свят на чувствата

Ранното нагаждане на новороденото води до изгласване в несъзнаваното на потребностите на детето от любов, уважение, отзивчивост, разбиране, съчувствие, отражение. Същото важи за ситуациите, при които то е лишено от възможността за емоционална реакция, поради което определени чувства (като ревност, завист, гняв, усещане за изоставеност, безсилие, страх) не могат да бъдат преживени в детството и покъсно при възрастния човек. Това е още по-трагично, като се има предвид, че в случая говорим за способни на нюансирани чувства хора. Виждаме го в описанията им на преживявания от детството, в които отсъстват страх и болка. Тук най-често става дума за природата. Те са можели да я преживяват, без да нараняват родителите си, без да им внушават несигурност, да