

Beata Granops

## „MAMA I M.” — ANALIZA PRZYPADKU DIADY, W KTÓREJ WYSTĄPIŁO DOŚWIADCZENIE TRAUMY

## „MOTHER AND M.” — THE ANALYSIS OF THE CASE OF A DYAD IMPACTED BY TRAUMA EXPERIENCE

ZERO–PIĘĆ. Fundacja na rzecz zdrowia psychicznego małych dzieci

psychoanalysis  
parent-infant psychotherapy  
early trauma

### Streszczenie

*Niniejsza analiza jest efektem przygotowań do uzyskania dyplomu psychoterapeuty diady rodzic–dziecko w nurcie psychoanalitycznym w School of Infant Mental Health w Londynie. Psychoterapia diady rodzic–dziecko (dotyczy małych dzieci, do 5. roku życia) zaczyna raczkować w Polsce. Pierwsze lata po narodzinach dziecka stanowią okres krytyczny dla rodzica — nierozwiązane wcześniej konflikty wewnętrzne, traumatyczne wydarzenia lub relacje przypominają o sobie w postaci, tzw. duchów z przeszłości. Do gabinetu psychoterapeutycznego często sprowadza rodzica problem u dziecka, m.in. napady złości, nieukożony płacz, trudności w nawiązywaniu kontaktu. W pracy przedstawiony zostanie roczny proces psychoanalitycznej terapii diady (mama i dziecko), która doświadczyła przemocy ze strony ojca dziecka, jednak to napady złości u dziecka i jego „nieposłuszeństwo” były przyczyną zgłoszenia. Opisuje, jak wczesne traumatyczne doświadczenia zakłócają normatywny rozwój dziecka, a co ważniejsze — więź z głównym opiekunem. Przedstawia metody pracy psychoterapii diady i wskazuje na psychoanalityczne sposoby rozumienia trudności doświadczanych przez dziecko. Opis stanowi przykład międzypokoleniowego przekazywania w rodzinie wzorców relacji opartych na przemocy.*

### Summary

This analysis is the result of preparation for a diploma in psychoanalytic parent-infant psychotherapy at the School of Infant Mental Health in London. Parent-infant psychotherapy (refers to young children, up to 5 years old) is just beginning to emerge in Poland. Nevertheless, the first years after the birth of the child are a critical period for the parent – earlier unresolved internal conflicts, traumatic events or relationships remind of themselves in the form of so-called “ghosts from the past”. Often it is the problem in the child that brings the parent to the psychotherapeutic room, e.g. tantrums, inconsolable crying, difficulties in maintaining contact. This paper will present the therapeutic process of a dyad (mother and child) who experienced violence from the child’s father, but it was the child’s tantrums and his “disobedience” that were the reason for the report. The article analyses the one-year process of psychoanalytic psychotherapy of the dyad. It describes how early traumatic experiences disrupt the child’s normative development and, more importantly, the bond

with the primary caregiver. It presents the working methods of dyad's psychotherapy and highlights psychoanalytic approaches to understanding the difficulties experienced by the child. The description is an example of the intergenerational transmission of violent relationship patterns in the family.

## Wstęp

Artykuł stanowi opis procesu terapeutycznego diady, która doświadczyła przemocy ze strony ojca dziecka. Z matką i dzieckiem rozpoczęłam pracę tuż przed wybuchem pandemii COVID-19, w lutym 2020 roku w poznańskiej Fundacji ZERO–PIĘĆ, chwilę po tym, jak pani Maria trafiła z dwójką dzieci, 18-miesięcznym Mateuszem i 8-miesięczną Igą, do domu dla ofiar przemocy. Mateusz został skierowany na terapię z powodu nieustannych napadów złości, które pojawiały się za każdym razem, gdy pani Maria wyznaczała mu granicę — odmawiała, zakazywała lub próbowała zainteresować czymś innym. Ważniejszy dla procesu wydawał się jednak fakt, że pani Maria i dzieci byli ofiarami przemocy, co poważnie wpłynęło na zachowanie i funkcjonowanie emocjonalne Mateusza. Pierwsze spotkanie z rodziną pokazało duże trudności w relacji między panią Marią i synem. Dodatkowo, Mateusz był nadpobudliwy i niespokojny. Jego relacje z innymi wskazywały na dużą trudność w nawiązywaniu kontaktu — popychał młodszą siostrę i nigdy nie patrzył na mamę. W tekście przedstawione zostaną poszczególne etapy procesu terapeutycznego. Początkowo praca skupiała się na projekcjach matki, polepszaniu relacji między chłopcem a matką oraz przepracowywaniu traumatycznych doświadczeń chłopca. Na późniejszym etapie, równoległe do sesji z dziadą, zaproponowano matce dodatkowo spotkania dla przepracowania jej doświadczeń z przeszłości. W niektórych sesjach uczestniczyła też siostra chłopca — działo się tak w sytuacjach, w których matka nie miała dla niej opieki; było to zawsze wcześniej ustalane. Tekst zawiera fragmenty sesji wraz z refleksjami autorki oraz uzasadnieniami wywodzącymi się z teorii.

## Historia rodziny

Pani Maria przeprowadziła się z Białegostoku do Poznania w 2015 roku, miała wtedy 25 lat. Wcześniej kilka razy przyjeżdżała do Poznania z przyczyn ekonomicznych. Zamieszkała w Poznaniu ze względów zarobkowych, ale miałam poczucie, że w jej historii jest coś głębszego. Pani Maria miała na Podlasiu brata, który założył już własną rodzinę i ojca (z początku nie wiedziałam, że nie utrzymuje z ojcem kontaktu). Jej matka zmarła w 2010 r. po długiej walce z chorobą nowotworową — pani Maria mówiła, że była z nią bardzo zżyta. Jej rodzice byli wojskowymi. Pani Maria była ostatni raz na Podlasiu przed narodzinami dzieci. Poznała ojca swoich dzieci w jednym z prywatnych DPS-ów, gdzie oboje pracowali. Ich relacja rozwinęła się bardzo szybko i pani Maria zaszła w ciążę z Mateuszem. Po porodzie pani M. rozstała się partnerem z powodu jego agresywnych zachowań. Nie chciała, żeby Mateusz był świadkiem przemocy. Wróciła do partnera, gdy dowiedziała się, że jest w ciąży z Igą. Jednak agresywne zachowania ojca dzieci nie ustały. Pojawiały się szczególnie wtedy, gdy był pod wpływem alkoholu, dopalaczy i amfetaminy. Ojciec Mateusza stosował przemoc bardzo często — kilka razy w miesiącu. Podczas

pierwszego spotkania z dziadą pani Maria niemalże wyrecytowała: „stosował wobec mnie przemoc fizyczną, ekonomiczną, psychiczną i seksualną — stąd szybka kolejna ciąża z Igą”. Mówiła, że bił ją także wtedy, gdy trzymała Mateusza na rękach. Co więcej, fakt, że była w ciąży z Igą nie chronił jej przed krzywdzącymi zachowaniami partnera. Upokorzenia i wyzwiska pojawiały się nawet częściej niż wcześniej. Ponadto matka i siostra partnera wielokrotnie zastraszały mamę przy Mateuszu. Groziły jej, że zabiorą jej dziecko. Pani Maria przywoływała ich słowa „że Mateusz jest taki ładny”, „że siostra ojca [Mateusza] nie może mieć swoich dzieci, a ona chciałaby być matką dla Mateusza”. W sierpniu 2019 r., chwilę przed narodzinami Igi, pani Maria uciekła od ojca dzieci.

Wyglądało na to, że się do tego przygotowywała — w tym dniu założyła czarną sukienkę — „żeby nie było jej widać”. Tak samo ubrała Mateusza. Spakowała potrzebne rzeczy. Nagrała telefonem moment, w którym ojciec Mateusza ją bił. Materiał ten wykorzystala później w sądzie. Matka i dzieci znalazły miejsce w domu dla kobiet z dziećmi — ofiar przemocy. Rodzina przebywała tam, gdy spotkałyśmy się po raz pierwszy. Ojciec Mateusza i Igi został aresztowany w sierpniu 2019 roku, w związku z przemocą w rodzinie, kradzieżami i sprzedażą narkotyków — dokładne zarzuty nie są mi znane. Kiedy spotkałyśmy się po raz pierwszy, sytuacja finansowa pani Marii była bardzo zła — wzięła kredyt na urządzenie mieszkania i spłacała go.

W tym momencie procesu terapeutycznego doświadczenie z dzieciństwa pani Marii zostało przedstawione tylko fragmentarycznie. Pani Maria powtarzała, że jej dzieciństwo było dobre i pełne radości, mówiła, że miała kochających rodziców. Zastanawiałam się jednak, co doprowadziło panią Marię do wejścia w tak krzywdzącą relację. To skłoniło mnie do refleksji nad potencjalną identyfikacją z jej krzywdzącymi rodzicami lub wyparciem jakiejś części własnego doświadczenia. Zaczęłam rozważać, czy w rodzinie mogło występować międzypokoleniowe przekazywanie traumy.

### **Praca nad projekcjami matki**

Pani Maria decyzje o leczeniu podjęła sama, gdy dowiedziała się, że jej koleżanka z ośrodka korzysta z takiej pomocy. Podczas pierwszego spotkania, po wejściu do gabinetu, Mateusz był bardzo aktywny i niespokojny. Prawie się nie zatrzymywał, żeby się pobawić — biegał lub uciekał, trzymając zabawkę. Nie był też w stanie współpracować i zaangażować się we wspólną zabawę, uciekał od kontaktu. Pani Maria była bardzo zaniepokojona swoją relacją z chłopcem, co było widoczne w jej projekcjach na chłopca. Na wczesnym etapie terapii praca nad wspieraniem więzi mamy i Mateusza opierała się na obniżaniu lęku u mamy i zmianie sposobu, w jaki postrzegała zachowania chłopca. Likierman [1] wskazywała na bardzo szkodliwy wpływ projekcji matek, w których jest zawarty ich własny lęk. Alicia Lieberman [2] napisała: „Stopniowo matczyne projekcje kształtują świadomość dziecka o tym, kim ono jest. Kiedy to następuje, dzieci zaczynają widzieć siebie i zachowywać się w sposób, w jaki je matki widzą i oczekują, że będą się zachowywać” [2, s. 286]. Pani Maria przypisywała Mateuszowi głównie negatywne cechy.

Pierwsze spotkania z rodziną pokazywały, że wczesna trauma, której Mateusz doświadczył poprzez bycie ofiarą przemocy domowej oraz negatywne projekcje mamy, zakłóciła

jego rozwój. Unikał kontaktu i wołał zabawy skoncentrowane na sobie lub przedmiocie. Niepokój, zarówno u dziecka, jak i u matki, zalanej projekcjami, jest widoczny w krótkim fragmencie z drugiego spotkania z rodziną:

Pani Maria weszła do pokoju konsultacyjnego i powiedziała: „On nigdy na mnie nie patrzy”. Położyła koc na dywanie, na którym umieściła młodszą siostrę Mateusza. Iga uśmiechnęła się do mnie, gdy tylko na nią spojrzałam. Mateusz biegał po pokoju z koszykiem wypełnionym klockami. Pani Maria była przez chwilę zajęta Igą, więc zainicjowałam zabawę z Mateuszem. Zachęciłam go do sortowania klocków według kształtu. Mateusz wołał bawić się sam — przekładał klocki z jednego pudełka do drugiego, odwracając się do mnie plecami. Wydawało się, że w ten sposób pokazywał lęk, którego doświadczał.

Podczas tego spotkania pani Maria opisała pierwszy rok życia Mateusza. W opiece nad chłopcem było dużo chaosu, zajmowało się nim wiele osób, w tym siostra ojca chłopca, która sama siebie nazywała „mamą Mateusza”. Pani Maria myślała, że może dlatego Mateusz nie traktował jej jak matki, nie kochał jej. Matka podczas naszych spotkań powtarzała: „widzi Pani, on mnie nie chce, odrzuca, woli się bawić z innymi”. Zaczęłam się zastanawiać, czy to nie sprawia, że jest spięta i zdenerwowana. Martwiło mnie, jak ta sytuacja może wpłynąć na małego Mateusza, jego poczucie bezpieczeństwa i więź z mamą.

Podczas pierwszych spotkań starałam się podkreślać każdą małą interakcję, jaką Mateusz nawiązywał z mamą.

W pewnym momencie Mateusz przewrócił się. „O nie, przewróciłeś się, to musiało boleć. Idź do mamusi się przytulić”. „Gdzie jest mamusia, Mateusz?”. Pobiegł do mamy, przytulił się do niej i szybko uciekł. Takie interakcje wzmacniały mamę.

W przeciwprzeniesieniu odczuwałam niepokój. Zastanawiałam się, na ile angażować się w interakcję jedynie z Mateuszem, aby pani Maria nie czuła się niepotrzebna i odrzucona, jak to miało miejsce w rodzinie ojca Mateusza. Uznałam, że jestem kolejną kobietą w ich życiu, która może być doświadczana jako potencjalnie lepsza matka dla chłopca. Odkryłam później w trakcie terapii, że moje obawy były uzasadnione. Kilka miesięcy później pani Maria powiedziała, że na początku terapii czuła, że ją osądzam. Nie czuła się rozumiana. Była w stanie podzielić się swoimi przemyśleniami dopiero wtedy, gdy poczuła się bezpiecznie w relacji ze mną.

Podczas kolejnych spotkań negatywne projekcje matki na chłopca wciąż były widoczne podczas wspólnej zabawy, m.in. podczas zabawy w piknik.

Mateusz wziął koszyk z plastikowymi owocami i warzywami. Pani Maria pomagała mu nakładać jedzenie na talerze. Zaczęłam udawać, że jem. Mateusz naśladował mnie, a potem intruzywnie wepchnął jedzenie do ust mamy. Pani Maria nie zareagowała. Wydawała się zamrożona. Miałam poczucie, że zalewa ją niepokój i się dysocjuje. Miałam wrażenie, że mnie też zalewa niepokój. Zmieniłam zabawę, wyciągając tunel, ponieważ nie mogłam znaleźć słów na to, co rozegrało się w pokoju. Później, podczas tego spotkania, zapytałam mamę, jak się czuła podczas zabawy w piknik. Nic nie odpowiedziała, tylko wzruszyła ramionami, jakby nie rozpoznawała swoich uczuć. Zapytałam ją, czy przypominało jej to coś z relacji z ojcem dzieci, który zmuszał ją do robienia różnych rzeczy. Zaprzeczyła temu.

Ten fragment sesji jest pełen znaczeń. Według Lieberman [3, 4] matki, które są ofiarami przemocy domowej, mogą czasami projektować na dziecko przemoc, której doświadczyły ze strony ojca i mogą nieświadomie postrzegać dziecko jako prześladowcę, co może do-

prowadzić do przeżywania tych samych uczuć, których doświadczały podczas przemocy. Wydaje się, że pani Maria mogła to odczuwać podczas zaprezentowanego fragmentu z sesji. Co więcej, Lieberman [3, 4] zauważyła, że dzieci, które były świadkami przemocy, często odgrywają ponownie agresywne sceny, dzięki czemu są w stanie opanować swój lęk, gdy towarzyszą im wspierający dorośli. Ten rodzaj zabawy powtarza się, gdy dzieci identyfikują się ze sprawcą. Wydawało się, że dla Mateusza ten sposób zabawy był rodzajem wołania o pomoc w związku z doświadczanym lękiem. Dla mamy było zbyt wcześnie, by rozpoznać własne uczucia. Była ogarnięta niepokojem.

Podczas pierwszego lockdownu, spowodowanego pandemią COVID-19, odbyłam kilka rozmów telefonicznych z mamą. Pani Maria miała problem ze znalezieniem czasu na spotkanie, ponieważ zajmowała się dziećmi sama. Był to czas, kiedy pojawiły się pierwsze postępy rozwojowe u Mateusza, m.in. podejmowanie wspólnej zabawy symbolicznej, sortowanie kształtów, zwracanie się po pomoc gestami. Dla mamy był to czas, kiedy mogła odróżnić Mateusza od agresora, ojca Mateusza. Poniższy fragment dotyczy pracy psychoterapeutycznej nad budowaniem bardziej adekwatnej reprezentacji chłopca.

Pani Maria: „Mateusz nie jest głupi. On wyczuje, czy ktoś jest dobry czy zły. Ja się nie boję, że pójdzie po zabawkę do ojca. Zrobię wszystko, żeby ojciec nie miał kontaktu z nim. Mateusz będzie miał ochronę miłości matki. On nie jest w stanie być jak tata. Tata musi być obecny w życiu dziecka. To jest pielęgnowanie. On chyba nie radzi sobie z emocjami”.

Matka wróciła do opowieści o swojej rodzinie: „Miałam normalny model rodziny. Kochaliśmy się. Próbowalabym to przekazać moim dzieciom. Jakąś duchowość. Dla ojca Mateusza ważne były pieniądze. Chcę nauczyć Mateusza, jak żyć normalnie z siostrą. Żeby nie zależało mu tylko na pieniądzach. Żeby nie krzywdził nikogo ani nie był agresywny. Że będzie mówił, gdy jest zdenerwowany. Zasady muszą być ustalone”.

Ja: „Mam wrażenie, że wie Pani, czego chciałaby dla Mateusza w przyszłości, ale w pewnym momencie może się Pani też bać, jaki on będzie. Może też tego, jak bardzo będzie podobny do swojego ojca”.

Matka: „On może go przypominać fizycznie i tak jest. Ale psychicznie nie będzie. Łukasz nie jest na takim poziomie, żeby być ojcem Mateusza. Żeby być normalnie z nim. Dla niego liczyły się tylko pieniądze i seks. Zabrał 14-letniego siostrzeńca do agencji towarzyskiej i chciał tego samego dla Mateusza. Był z tego dumny. Stwierdził, że „miłość można kupić”.

Ja: „Chce Pani, żeby Mateusz kochał i był kochany. I wie Pani, że jest najlepszą osobą, która może pokazać Mateuszowi, jak tak żyć”.

### **Praca nad traumatycznym doświadczeniem dziecka**

Kiedy Mateusz i pani Maria wrócili po lockdownie w czerwcu 2020 roku do gabinetu, pani Maria postrzegała go bardziej pozytywnie. Zgłaszała inne trudności: dotyczyły one relacji Mateusza z rówieśnikami. Według mamy, Mateusz był agresywny wobec swojej młodszej siostry i innych dzieci, które wydawały się słabsze niż on. Zazwyczaj ciągnął je za włosy. Wydawało się, że odtwarzał to, czego był świadkiem podczas kłótni między rodzicami — pani Maria była ciągnięta za włosy przez partnera. Wydawało się, że Mateusz

był zaniepokojony bliskością innych dzieci. Doświadczał także uczuć rywalizacji w relacji z młodszą siostrą. Przed lockdownem nie udało nam się bawić w sposób, który pomógłby Mateuszowi zrozumieć lęk i przepracować traumatyczne przeżycia. Wspólnie z panią Marią zastanawialiśmy się nad trudnościami Mateusza w kontaktach z rówieśnikami — na ile mogą być związane z tym, że był on świadkiem przemocy [2]. Z narracji mamy Marii wynikało, że Mateusz nie tylko widział agresywne zachowania ojca w stosunku do matki. Często stawał pomiędzy nimi lub był na rękach u mamy, gdy ojciec krzyczał lub popychał panią Marię.

W pokoju konsultacyjnym tzw. straszne zwierzęta i dinozaury pomagają dzieciom nadać sens ich doświadczeniom. Poniższy fragment pokazuje zabawę Mateusza, która pomagała mu przepracować sytuacje między rodzicami, których był świadkiem.

Na pierwszym spotkaniu po lockdownie Mateusz zaczął bawić się symbolicznie. Wyjął dwa dinozaury z pudełka i zaczął straszyć mamę i mnie. Skomentowałam to: „Jaki straszny dinozaur!”. Powiedziałam też, że inne, mniejsze zwierzęta muszą się go bać. Udawałam, że jedno ze zwierząt się boi, a pani Maria naśladowała mnie z innym domowym zwierzęciem. „Ten dinozaur, musiał widzieć bardzo złe rzeczy i nie wie, co zrobić, kiedy jest naprawdę, naprawdę zły”. Komentarz sprawił, że Mateusz zaczął jeszcze głośniejszą „ryczeć” dinozaurem. Nazwałam strach zwierząt i połączyłam go ze strachem Mateusza, który widział agresję pomiędzy rodzicami. Tym razem Mateusz ryknął i zaczął uciekać.

Mateusz powtarzał tę zabawę podczas kilku spotkań. Podczas jednej z sesji pomogło mu to opanować złość na mamę, która wyznaczyła mu granicę. Za każdym razem zapraszałam do tej zabawy mamę, ale czasami wołała w niej nie uczestniczyć.

### Więź między matką a dzieckiem

Od lutego 2020 roku pracowaliśmy nad poprawą więzi między Mateuszem a mamą. Był to bardzo długi proces. Sposób, w jaki pani Maria widziała i odpowiadała na potrzeby emocjonalne Mateusza był zakłócony przez jej doświadczenia z przeszłości, przez tzw. intruzów z przeszłości. Problem duchów z przeszłości zostanie opisany w dalszej części artykułu.

Na samym początku naszego kontaktu Mateusz nie przejawiał zachowań przywiązaniowych w sposób normatywny. W momencie dyskomfortu lub niepokoju nie zwracał się do matki — zamiast tego stawał się nadmiernie aktywny. Biegał po pokoju konsultacyjnym, rzucał przedmiotami lub uciekał od mamy. Podczas eksploracji nie zapraszał jej do współdzielenia uwagi czy afektu, wołał zabawę skoncentrowaną na przedmiocie. Kiedy pani Maria zbliżała się do niego, często uciekał lub bawił się z nią w krzywdzący sposób.

W koncepcji neurorozwoju Schore [5] łączy zdezorganizowane przywiązanie z wczesną traumą relacyjną — kiedy figura przywiązania nie jest źródłem bezpiecznego i pewnego doświadczenia, ale wywołuje u niemowlęcia lęk, Perry [6] z kolei opisuje tzw. reakcję współczulną na traumatyczne doświadczenie u niemowlęcia/małego dziecka. Dziecko, które doświadczyło traumy jest nadpobudliwe, impulsywne, może mieć rozregulowany układ hormonalny. Ponadto, staje się nadwrażliwe na codzienne stresory z powodu utrzymującego się wewnętrznego stanu lękowego. Warto spojrzeć na Mateusza przez pryzmat teorii



Shore’a. Opisuje on wpływ traumy relacyjnej i sposób kształtowania się pozabezpiecznych lub zdeorganizowanych stylów przywiązania w taki sposób:

„Opiekun/matka jest niedostępna i reaguje na wyrażane przez swoje niemowlę emocje i dystres w nieodpowiedni lub odrzucający sposób, a także niewystarczająco lub nieprzewidywalnie reguluje pobudzenie niemowlęcia. Zamiast modulować, wywołuje zbyt wysoki poziom pobudzenia w przypadku nadużywania albo zbyt niski w przypadku zaniedbywania. Ze względu na to, że nie zapewnia naprawy w relacji, intensywne negatywne stany emocjonalne niemowlęcia utrzymują się przez długi czas. Takim stanom towarzyszą poważne zmiany w biochemii niedojrzałego mózgu małego dziecka, szczególnie w obszarach związanych z rozwojem zdolności dziecka do radzenia sobie ze stresem” [7].

Mateusz był świadkiem przemocy i na pewno widział, jak pani Maria używała siły w obronie własnej. To musiało wywołać w nim niepokój. Co więcej, pani Maria wydawała się albo nieobecna, albo zbyt pobudzona podczas interakcji z Mateuszem. Wyglądało na to, że oba te stany rozregulowały emocjonalnie Mateusza. W świetle teorii Shore’a pozostawiają pytanie o możliwe zmiany w biochemii mózgu chłopca. By to zobrazować, przedstawię fragment jednej z kolejnych sesji.

Mateusz wyjął zwierzęta–zabawki z koszyka. Wzięłam jedno ze zwierząt, podobnie jak jego mama. W reakcji na to, Mateusz wziął kilka zwierzątek, które były dla niego najcenniejsze i uciekł — tak jakby chciał je ochronić przed innymi. Wydawało się, że nie czuje się pewnie, by dzielić się nimi w zabawie. Kilka minut później, w trakcie sprzątania, pani Maria poprosiła Mateusza, aby włożył zwierzęta z powrotem do pudełka. Mateusz położył się na podłodze i zaczął krzyczeć. Wpadł w złość. Pani Maria siedziała na dywanie z twarzą bez emocji i odwróciła się od Mateusza. Emocjonalnie zniknęła dla chłopca. Mateusz krzyczał rozpaczliwie. Zapytałam mamę, jakby się czuła, wspierając Mateusza w emocjach, rozmawiając z nim, będąc obecna. Pani Maria odpowiedziała w konkretny sposób, że spróbuje, i przyznała, że gdy nie reagowała, on szybciej się uspokajał.

Ten fragment sesji obrazuje moment, w którym pani Maria „opuszcza” emocjonalnie Mateusza, gdy chłopiec przeżywa intensywne uczucia. Być może ta złość przypominała jej złość ojca Mateusza i była dla niej retraumatyzująca, być może niepokój miał źródło w jej wczesnych doświadczeniach. Inny fragment sesji pokazuje trudność mamy we wspieraniu Mateusza, gdy się przestraszył i odczuwał ból:

Mateusz zaczął uciekać z kredkami, gdy mama nie chciała mu dać całego zestawu. Przewrócił się. Pani Maria podbiegła do niego i w panice go podniosła. Natychmiast podszła do okna i przekierowała jego uwagę na stojące na zewnątrz samochody. Mateusz uspokoił się. Zaczęłam się z nią zastanawiać, jak ona się czuje z emocjami Mateusza. Pani Maria przyznała, że nie może ich znieść — nie może patrzeć na swoje dzieci płaczące i cierpiące. Kiedy zapytałam, jak to było, gdy była dzieckiem, przyznała, że miała dobre dzieciństwo i uśmiechnęła się nerwowo. Nie było gotowa do refleksji na temat swojego dzieciństwa.

Oprócz traumatycznych doświadczeń, również brak wsparcia emocjonalnego, bionowskiego kontenerowania w relacji z mamą uwidocznił się u Mateusza w jego nadpobudliwości. Przypomniało mi to o koncepcji drugiej skóry przedstawionej przez Esther Bick [8], która opisuje dużą ruchliwość, potrzebę niezależności i poczucie omnipotencji jako przejawy traumy relacyjnej lub zaniedbania. Poniższy fragment przedstawia trudności

pani Marii we wspieraniu emocjonalnym Mateusza, gdy przeżywa on frustrację na skutek postawionej mu granicy.

Mateusz zaczął wyrzucać zwierzęta z pudełka. Pani Maria powiedziała: „Mateusz, nie!”. Chwyliła go i zaczęła z nim skakać mówiąc: „Hopsi, hopsi!”. To sprawiło, że Mateusz był bardziej niespokojny. W pewnym momencie pani Maria poprosiła o kredki, zaczęli rysować. Kiedy Mateusz nie mógł narysować czegoś, co chciał, zmienił aktywność i zaczął bawić się samochodzikiem. Potem ściągnął z szafy puzzle. Następnie poprosił o bańki, na co mama się nie zgodziła. Pani Maria zaczęła płakać, gdy Mateusz wpadł w złość. Rozmawialiśmy o tym, co ona czuje, jak Mateusz się złości. Z czym jej się to kojarzy? Czy pamięta, jak reagowali jej rodzice?

Po tej sesji pani Maria zaczęła mówić więcej o swoich przeżyciach — był to moment, w którym po raz pierwszy umówiliśmy się na spotkanie bez dzieci. Zanim jednak do niego przejdę, chciałabym zaznaczyć, że na tym etapie procesu terapeutycznego wciąż zdarzały się momenty, w których pani Maria negatywnie postrzegała Mateusza — prezentuje to poniższy fragment sesji.

Gdy zaprosiłam dziadę do zabawy kredkami, narysowałam słońce, Mateusz przykrył je własnym rysunkiem. Zapytałam panią Marię, czy czasem rysują razem. Odpowiedziała, że nie, bo Mateusz zawsze niszczy jej rysunek, zamalowując go. Zapytałam, czy to może być tylko jej interpretacja jego działań. Zapytałam, czy byłaby w stanie myśleć o tym jako o próbie pokolorowania jej rysunku i dodania czegoś od siebie.

Jak już wspominałam, projekcje mamy negatywnie wpływały na jej relację z Mateuszem. Spostrzeganie przez panią Marię aktywności Mateusza jako niszczenia, oddalało ją od niego. Pisała o tym także Selma Fraiberg: „Matki-ofiary często angażują się w nieświadome zrównanie swoich dzieci ze sprawcami, przypisując dziecku cechy zagrożenia i brutalności, które właściwie należą do rodziców” [9, s. 168].

### Duchy w pokoju dziecięcym

W pokoju konsultacyjnym była obecna wczesna trauma pani Marii. Nie chodziło tylko o uraz, jakiego doświadczyła w relacji z ojcem dzieci. Była ona obecna w jej projekcjach na Mateusza, a przede wszystkim w tendencji do emocjonalnego opuszczania, gdy zmagał się z dystresem. Fraiberg stwierdziła, że: „Nawet wśród rodzin, w których więzi miłosne są stabilne i silne, napastnicy z rodzicielskiej przeszłości mogą przerwać >magiczny krąg< poczucia bezpieczeństwa w niezabezpieczonej chwili, a rodzic i jego dziecko mogą odtworzać krzywdzące interakcje z przeszłości” [9, s. 390]. Autorka ta wyjaśnia koncepcję duchów z pokoju dziecięcego jako powtórzenie w relacji z dzieckiem nierozwiązanych konfliktów z przeszłości rodzica, krzywdzących relacji — „duchy reprezentują powtórzenie przeszłości w teraźniejszości”. Pani Maria miała ogromny opór przed dzieleniem się swoją przeszłością. Mówiła: „Nie chcę mówić o sobie” lub „Chcę pomocy dla moich dzieci”. Fraiberg obrazuje to słowami: „Może nie być gotowości ze strony rodzica do zawarcia z nami sojuszu dla ochrony dziecka. Bardziej prawdopodobne jest, że my, a nie duchy, będziemy często jawić się jako intruzy” [9, s. 390]. Zmagania pani Marii z emocjonalnością swoich dzieci i jej skłonność do autodestrukcyjnych relacji kojarzyły się z wczesnymi



urazami, którym na tym etapie pani Maria zaprzeczała. Dla Mateusza i pani Marii przeszłość odżywała w tendencji matki do opuszczania emocjonalnego Mateusza, kiedy tylko pojawiały się w nim jakieś intensywne uczucia. W tym momencie terapii wiedziałam tylko, że matka pani Marii nie pozwalała jej wyrażać swoich uczuć, zwłaszcza uczucia gniewu. Pani Maria powtarzała: „Ale ja pozwalam Mateuszowi być zezłoszczonym, staram się reagować lepiej”. Długo trwało, zanim pani Maria nawiązała ze mną przymierze, tak by zaufała i być w stanie dzielić się ze mną krok po kroku swoją historią.

Po raz pierwszy pani Maria podzieliła się swoją przeszłością we wrześniu, prawie 6 miesięcy po rozpoczęciu terapii. Do tego czasu ukrywała swoją historię i przekonywała, że miała ciepłe i wypełnione miłością dzieciństwo. Wytrwałe komentowanie i nazywanie, że jej historia miała kluczowe znaczenie dla sposobu, w jaki radziła sobie z emocjonalnością swoich dzieci, pomogło jej się otworzyć. W trakcie jednej z sesji pokazała swój niepokój, gdy Mateusz miał wybuch złości — przytaczałam ten moment wyżej. To przekonało ją do spotkania bez dzieci, na którym dotknęła swoich lęków i źródeł dyskomfortu w relacji z Mateuszem. Okazało się, że pani Maria musiała zbyt szybko dorosnąć: Podlasie w latach dziewięćdziesiątych było brutalnym miejscem. Kiedy pani Maria była nastolatką, musiała podjąć rolę dorosłego. Pani Maria zajmowała się sobą i swoim młodszym bratem, ponieważ jej matka straciła wzrok, a potem nadmiernie koncentrowała się na pracy. Jedyną „lekcją” na temat emocji, jaką pani Maria otrzymała od własnej matki, było to, że musi nauczyć się zachowywać je dla siebie — nie było na nie miejsca, mówiła — „nie mogłam okazywać swoich emocji”. Pani Maria wspomniała również, że kontrahenci jej matki czasami pojawiali się w ich domu. Kiedy pani Maria była nastolatką, jeden z nich zaczął ją dotykać, ale udało jej się uciec. Pani Maria chętnie opowiadała o sobie, ale od czasu do czasu „karała się” za to i przestawała, mówiąc: „ale ja tu jestem dla moich dzieci”. Jej opowieść była chaotyczna. Zdarzały się też momenty, w których nie chciała kontynuować — szczególnie, gdy rozmawialiśmy o jej matce. Wydawało się, że boi się powiedzieć coś oskarżającego matkę lub okazać nielojalność wobec niej. Pozostawiło to we mnie poczucie, że bała się podzielić ze mną swoją przeszłością lub sprawdzała, na ile jestem gotowa, by unieść jej historię.

„Duchy z przeszłości”, które tak często pojawiały się w relacji mamy i Mateusza, zostały przedstawione terapeutycznie. Trudności mamy w towarzyszeniu Mateuszowi i wspieraniu jego emocjonalności zostały częściowo poznane i ich źródło stało się bliższe zrozumieniu. Po pierwszej sesji z samą matką, nastąpił poruszający moment dostrojenia pomiędzy mamą i Mateuszem.

Mateusz i pani Maria układali 5-częściowe puzzle słonia. Udawałam odgłos słonia, a pani Maria podążała za mną. Po chwili Mateusz odwzorował dźwięk. Zaczęliśmy „śpiewać” ten dźwięk wszyscy razem, po kolei, patrząc na siebie nawzajem, czekając, aż następna osoba zacznie. Pani Maria i Mateusz dużo się śmiali, patrząc na siebie. Dało się odczuć wielką przyjemność ze współdzielonej zabawy. Po tym momencie myśli mamy Marii uciekły. Wydawało się, że się rozkojarzyła. Zapytana, o czym myślała — odpowiedziała, że przypomniała sobie ojca Mateusza i problem z alimentami.

Wydawało się, że podczas tej interakcji pani Maria była „emocjonalnie obecna” tylko do pewnego momentu. Kiedy uczucia były zbyt intensywne, zdawało się, że włączał się mechanizm dysocjacji. Czy był to wpływ traumatycznych przeżyć mamy pani Marii?

Czy ta „dobra chwila” przywołała jej na myśl jakiś wewnętrzny konflikt lub jakieś złe doświadczenie? Nie było wiadomo, co sprawiło, że „zniknęła”. Przyszło mi na myśl, że mogło to być coś z jej przeszłości.

Nasze spotkania były kontynuowane. W listopadzie 2020 r. rodzina przeniosła się do mieszkania treningowego, gdzie kontrola, ale też zapewniane przez pomoc społeczną bezpieczeństwo stały się mniej odczuwalne. Wydawało się, że miało to wpływ na stan umysłu pani Marii, która czuła się teraz bardziej zagrożona. Niepokój był również widoczny w zabawie Mateusza. Oto fragment sesji z tego okresu.

Pani Maria była wzburzona, szybko poinformowała mnie, jak się czują — to był dla nich bardzo gorący okres — dwa tygodnie temu przeprowadzili się do nowego mieszkania. Dodatkowo zostali poddani kwarantannie ze względu na podejrzenie COVID-u u Mateusza. Początek sesji był szybki i chaotyczny. Pani Maria przypomniała sobie moment z nocy, kiedy dwie kobiety mieszkające obok obudziły ich hałasem. Tej nocy pani Maria zostawiła Mateusza i jego siostrę w pokoju, aby uciszyć kobiety. Okazało się, że jedna z nich była pijana, a druga pod wpływem narkotyków, na korytarzu były też ich dzieci w wieku nastoletnim. W takich sytuacjach pani Maria była jak lwia matka, która chroni swoje dzieci. Gdy pani Maria relacjonowała wydarzenia, Mateusz ściągał z parapetu zamek dla lalek, który prawie na niego spadł. Pani Maria pomogła mu i kontynuowała, że poinformowała o tej nocy pomoc społeczną. Widziałam rosnące napięcie u Mateusza i okazałam zrozumienie dla obaw jego matki. Powiedziałam też głośno, że na pewno ta sytuacja musiała jakoś wpłynąć na dzieci, że mogła je przestraszyć, a teraz widać niepokój Mateusza podczas jej opowieści. Zgodziła się, by na chwilę przyjrzeć się zabawie chłopca.

Mateusz wyjął z pudełka jakieś zwierzęta, krokodyla i dinozaury. Włożył te zwierzęta do domu. Powiedziałam: „Te zwierzęta też mają nowy dom, tak jak ty. Razem z mamą próbujecie czuć się w tym miejscu jak u siebie”. Przyszła mi do głowy myśl, że może zabawa Mateusza reprezentowała nie tylko nowy dom, który mają, ale także przerażający moment w nocy, kiedy rodzina została obudzona przez hałas, a on z siostrą został na chwilę sam. Zaczęłam się zastanawiać, czy ten moment mógł mu przypominać przemoc ze strony ojca. Miałam wrażenie, że nowe mieszkanie mogło wywołać w diadzie poczucie zagrożenia i przypomnieć wcześniejsze doświadczenia.

Mateusz chciał otworzyć zamek, ale nie udało mu się. Spojrzał na swoją mamę. Powiedziałam: „Chcesz, żeby mama ci pomogła?”. Pani Maria wzięła zamek i próbowała pomóc Mateuszowi. Patrzył raz na mnie, potem na mamę i znowu na mnie. Mamie Marii nie udało się otworzyć zamku i nie szukała wsparcia ode mnie.

Uśmiechnęłam się do niej i powiedziałam tylko: „Jestem tu dla Pani”.

Matka uśmiechnęła się do mnie szeroko: „Jestem jak Mateusz, nie proszę o wsparcie”. A potem się roześmiała.

Pomyślałam, że nieproszenie o pomoc może wynikać z samowystarczalności, której nauczyła się jako bardzo młoda dziewczynka. Wydawało się, że nauczyła się nie prosić o wsparcie, bo jako dziecko musiała sama organizować życie sobie i bratu.

Mateusz zezłościł się, gdy nie mógł przełożyć słonia przez drzwi od zamku. Spojrzał na mnie i na swoją mamę. Nastąpiła w nim wielka zmiana — szukał pomocy u dorosłych, gdy doświadczał frustracji.

Mateusz zrobił ogromny postęp, jeśli chodzi o ufność w stosunku do ludzi. Nie uciekał przed nimi, nie uderzał innych. Wydawało się, że w zabawie zachowuje wzajemność. Cały czas nalegałam na spotkania z samą matką, gdyż nie była ona chętna do opowiadania o swojej przeszłości przy dzieciach. Podczas spotkań wciąż zdarzały się momenty, kiedy była niedostępna dla Mateusza. Ponadto miałam wrażenie, że mieszkanie treningowe sprawiło, iż czuła się mniej bezpiecznie i miała myśli prześladowcze.

Podczas kolejnego spotkania bez Mateusza, pani Maria była gotowa dalej dzielić się trudnymi przeżyciami ze swojego dzieciństwa. Jej opowieść stała się bardziej spójna i mniej fragmentaryczna, zdawała się czuć pewniej, gdy dzieliła się swoją przeszłością. Mimo to mówiła bardzo szybko. Odnosiło się wrażenie, że się spieszy. Nie potrafiła wtedy zatrzymać się na chwilę, by zastanowić się nad swoimi uczuciami, często podważając ich wagę. Gdy miała 10 lat, jej matka przeszła operację guza mózgu, wcześniej miała napady drgawek, które były nim spowodowane. Podczas operacji straciła wzrok, co miało ogromny wpływ na panią Marię i jej młodszego brata. Pomoc społeczna w tamtych czasach nie działała prawidłowo, a 10-letnia Maria i jej brat zostali bez opieki dorosłych. Dla pani Marii, jako starszej siostry, oznaczało to, że to ona musi zająć się domem i bratem. Podczas rozmowy wydawała się nie mieć dostępu do swoich uczuć, często uśmiechała się nerwowo. Nie było nikogo, kto zająłby się nią i jej bratem, zbyt szybko musiała dorosnąć. Później, na innym spotkaniu, wyjawiała, że jej matka próbowała popełnić samobójstwo przy użyciu noża. Pani Maria czuła się odpowiedzialna za życie matki, pomagała jej wyjść z depresji.

Pani Maria niewiele pamiętała z wczesnego dzieciństwa. Wspomniała, że jej matka, starszy brat i ona sama często się przeprowadzali. Często odwiedzali dziadków i zostawali tam na jakiś czas. Jej ojciec nie był wtedy obecny w ich życiu. Zaczął się pojawiać dopiero po operacji matki. Kiedy pani Maria miała 13 lat, stan zdrowia matki się poprawił i zaczęła prowadzić działalność gospodarczą — importowała i sprzedawała niektóre produkty. W tym czasie lokalna mafia pobierała haracz. Pani Maria wciąż żywo pamięta sytuację, gdy jej matka wyjechała w podróż służbową i zajmował się nimi ich ojciec. W tym czasie dwóch członków mafii przyszło pobrać haracz, ale ojciec pani Marii odmówił jego zapłacenia. Zagrozili, że jeśli ojciec nie da pieniędzy, to porwą dzieci. Pani Maria ma wspomnienie, gdy jej ojciec ugodził mężczyznę nożem. Spała, gdy obudził ją hałas. Widziała całą podłogę zalaną krwią, pamiętała, że bała się o życie ojca i brata, a nie o siebie. Mówiąc o tym, zdawała się panować nad swoimi uczuciami. Opowiadając tę historię, powiedziała, że tego właśnie uczyła ją matka — za płacz lub okazywanie złości była karana. To wspomnienie wywołało inne skojarzenie u pani Marii. Zaczęła mówić, że w dzieciństwie była karana — fizycznie i emocjonalnie — musiała klęczeć na ziemi na ziarnach, gdy coś złe zrobiła. Pamięta uczucie upokorzenia. Była pewna, że nie będzie podobnie wychowywać swoich dzieci.

Zapytałam, czy miała w swoim życiu kogoś dobrego. Przypomniała sobie przyjaciela matki, który pomagał jej w matematyce. Wyznała, że od pierwszego roku życia do dziś jej życie to tylko trauma. Powiedziała to, ale w jej wypowiedzi nie było smutku. Zapytałam ją, jak się czuła, gdy to mówiła. Nic nie odpowiedziała, tylko wzruszyła ramionami. Przypomniała sobie swoje uczucie wielkiej złości do kobiet z mieszkania treningowego. Stwierdziła, że była pełna złości, że „mogłabym nawet kogoś zadźgać”. Później w terapii

okazało się, że jej ojciec także był sprawcą domowej przemocy, co było przyczyną rozstania jej rodziców.

Mimo że pani Maria bardzo się starała być obecna w relacji ze swoimi dziećmi, jej emocje momentami wydawały się zamrożone. Zdarzały się chwile, gdy była oderwana od doświadczeń z ciała i uczuć emocjonalnych. Aby zrozumieć charakterystykę osób po doświadczeniach traumy, ich kontakt z doznaniem z ciała oraz ich niezdolność do odczuwania strachu z przeszłości, przydatne będzie zacytowanie Bessela van der Kolka:

„Klinicyści i badacze zajmujący się pacjentami, którzy doznali traumy, wielokrotnie dokonywali obserwacji, że doświadczenia zmysłowe i obrazy wizualne związane z traumą wydają się nie zanikać z upływem czasu i wydają się mniej podlegać zniekształceniom niż zwykle doświadczenia. Kiedy ludzie doznają traumy, mówi się, że doświadczają >terroru bez słów<: emocjonalny wpływ wydarzenia może zakłócić zdolność do uchwycenia doświadczenia w słowach lub symbolach” [10, s. 255].

Podczas niektórych spotkań z dziadą czułam się bezradna w moich próbach budowania relacji między nimi, także w emocjonalnie znaczących chwilach. Momentami pani Maria sprawiała wrażenie odciętej od uczuć swojego dziecka. Udało jej się wtedy uczestniczyć w interakcjach w sposób mechaniczny. Dzielenie się ze mną przeszłością w tamtych momentach nie pozwoliło jej być z synem w bardziej dostrojony sposób. Wiele razy wydawała się nieobecna emocjonalnie, kiedy Mateusz złościł się lub potrzebował jej w eksploracji.

Mateusz wszedł do pokoju i zainteresował się małymi klockami dla starszych dzieci. Pokazałam mu zbudowany z nich samochód. Zachęciłam mamę, by zbudowała samochód dla Mateusza. Ona chętnie na to przystała. Zauważyłam, że pani Maria była nieobecna i zaabsorbowana sobą podczas budowania samochodu. Samochód się zepsuł i Mateusz zaczął płakać, i szukać pomocy u mamy. Pani Maria początkowo nie patrzyła na niego, jakby nie słyszała jego płaczu. Powiedziałam: „potrzebujesz pomocy mamusi?”. Potem pani Maria kilka razy naprawiała samochód dla Mateusza, za każdym razem, gdy Mateusz ją wołał, wydawała się bardziej obecna. Zapytałam ją, czy coś się stało, bo wydawała się być „gdzieś indziej”. Odpowiedziała coś o ich sąsiadkach. Wydawała się odczuwać niepokój w związku z ich pojawieniem się.

Wydawało się, że pani Maria ma tendencję do popadania w prześladowcze stany umysłu, gdy się czegoś boi. Starałam się częściej spotykać tylko z nią — również dlatego, że ich nowe mieszkanie obniżało jej poczucie bezpieczeństwa i przywoływało wspomnienia z przeszłości. Mateusz stawał się coraz starszy, a rozmowa w jego obecności o przeszłości mamy wydawała się prawie niemożliwa. Gdy wydawało się, że wyłączy się z interakcji z Mateuszem, zapraszałam ją na spotkanie bez dziecka. Najczęściej działo się to równoległe do spotkań z chłopcem — tak, żeby nie tracił on swojej sesji.

Kiedy się spotkałyśmy, pani Maria zaczęła opowiadać o sąsiadkach z mieszkania treningowego. Jedną z nich była uzależniona od alkoholu, a druga od narkotyków. Kobiety te wywoływały u pani Marii poczucie zagrożenia, co wydawało się uruchamiać reakcję obronną u niej [6]. Co więcej, pani Maria czuła się przez nie krytykowana, szczególnie jeśli chodzi o sposób wychowywania dzieci. Była bardzo wzburzona, kiedy o tym mówiła. Poczucie zagrożenia u pani Marii musiało wpływać również na Mateusza i jego siostrę. Rozmawialiśmy przez chwilę o odpowiedzi pomocy społecznej na tę sytuację. Wydawało się, że nie

mogą nic zrobić i są bezradni. Zauważyłam głośno: „Pani Mario, nie można żyć w takich warunkach — czuć tam zagrożenie”.

Pani Maria odpowiedziała, że przyzwyczaiła się do tego. Kiedy miała 13 lat brat jej matki, jej wujek, próbował ją zgwałcić. Udało jej się od niego uciec. Przypomniała, że klient jej matki też przekraczał granice.

Pani Maria dość swobodnie zaczęła kojarzyć sytuacje zagrożenia w swoim życiu. Wydawało się, że było wiele sytuacji, kiedy musiała dosłownie walczyć o swoje bezpieczeństwo. W momentach zagrożenia bywała wściekła i gotowa do ataku. Za tym jednak kryło się przerażenie. Pani Maria zaczęła przywoływać swoje młodzieńcze lata. Zaczęła opowiadać o grupach nastolatków, które „walczyły ze sobą”. Powiedziała: „Siła to jest to, co było potrzebne, jak byłam nastolatką. Wie pani, nosiłam bluzy z kapturem i jeśli ktoś skrzywdził kogoś z naszej grupy, ustawialiśmy bójkę. Byłam bardzo twarda”. Zastanawialiśmy się, czy jej dzieci czują w niej tę część, która walczy w odpowiedzi na zagrożenie. Rozmawialiśmy o jodze jako sposobie pracy z ciałem. Nagle dodała komentarz o swoim pierwszym wrażeniu na mój temat, że jestem osobą osądzającą — powiedziała, że ma w sobie jakąś część, która czuje, że ludzie będą ją osądzać. Wyglądało na to, że wszystkie te doświadczenia, o których rozmawialiśmy i prawdopodobnie wiele więcej, o których nie wspomniała, były żywe w prześladowczym lęku, który projektowała na innych — widząc w nich atak i krytykę.

W tamtym momencie terapii poczułam, że nie mam narzędzi do pracy z tak traumatycznymi doświadczeniami. Pani Maria miała własną terapię, ale wydawało się, że skupiała się ona na funkcjonowaniu poznawczym, nie na traumie. Niemniej jednak, zdrowa część pani Marii umożliwiła kontynuowanie psychoterapii diady rodzic–dziecko. Pani Maria miała wielką nadzieję na lepsze życie dla Mateusza i jego siostry. Przy pewnej okazji podczas sesji powiedziała: „Wie pani, drugi psycholog pracuje z Mateuszem nad częścią edukacyjną. Pani nas leczy”. Jej sposób wypowiedzi był dość prosty, ale wydawało się, że terapia była przeżywana przez nią jako dobra relacja.

### **Rok psychoterapii diady**

Po roku terapii było jeszcze wiele rzeczy do przepracowania. Mateusz nadal miał trudności w przebywaniu w grupie rówieśników. Czuł się niepewnie i uderzał inne dzieci. Wyglądało na to, że również przebywanie z siostrą i nieposiadanie matki wyłącznie dla siebie, było dla niego trudnością. Co więcej, pani Maria zmagала się z własną traumą. Podzieliła się ze mną wieloma traumatycznymi wydarzeniami z przeszłości. Trudne doświadczenia powodowały u niej tendencję do dysocjacji i czasami pozostawiania dzieci bez „emocjonalnie obecnego” opiekuna. Wydawało się jednak, że relacja pomiędzy panią Marią i Mateuszem była bardziej bezpieczna. Wydawało się, że pani Maria nie była już zalewana prześladowczym lękiem w relacji z dzieckiem. Jej negatywna projekcja na Mateusza nie była już tak intensywna i mogła dostrzec jego pozytywne strony. W relacji rozwinęła się miłość i chęć dbania o dobro małego chłopca.

Mateusz wszedł do pokoju i zatrzymał się w połowie drogi, trzymając pączki w papierowej torbie. Pani Maria chciała, żeby dał je innym pracownikom fundacji, chciała

wyrazić w ten sposób swoją wdzięczność za ostatni rok. Pani Maria poszła do toalety. Mateusz zapytał: „Mama?”. Potwierdziłam, że poszła do toalety. Wzięłam dwie miękkie pandy–pluszaki. Powiedziałam „Jakie pyszne pączki!” i udałam, że pandy chcą je zjeść. Mateusz uśmiechnął się szeroko. Zaczął się droczyć — uciekał z uśmiechem z pączkami, po czym wracał do pluszaków i dawał im trochę „spróbować”. Kiedy wróciła pani Maria, usiadł jej na kolanach — wydawał się wtedy bardziej zrelaksowany, znajdując w niej bezpieczeństwo. Mateusz pokazał na pudło z kolejkami. Zaproponowałam, że zamiast zabawy kolejką, z kocyka zrobimy mu pociąg i on będzie pasażerem. Mamie spodobał się ten pomysł i zachęciła chłopca, by usiadł na kocyku. Mateusz chciał zabrać pandy na wycieczkę i przytulił się do nich. Pani Maria zabrała go w podróż w pociągu z koca. Zaproponowałam mamie, żeby zaczęła chować się za kocem. Mateusz czekał z uśmiechem, gdy twarz mamy wysuwała się zza koca. Byli szczęśliwi, gdy ich oczy się spotykały. Mateusz leżał w kocyku, przytulony do dwóch pand, miałam wrażenie, że w pokoju panuje cisza, spokój i wzajemne dostrojenie. Mateusz i pani Maria mieli kontakt ze swoją delikatną częścią, miękkimi obiektami wewnętrznymi. Wyraziłam to na głos: „co za przyjemna chwila bycia razem”.

Skala Acquarone [11] sprawdza częstotliwość występowania zachowań u matki i dziecka świadczących o dostrojeniu w interakcjach między nimi. Jest często wykorzystywana w procesach terapeutycznych w School of Infant Mental Health. Przy ewaluacji postępów terapeutycznych posłużyłam się nią. Można było zauważyć dużą poprawę w relacji między panią Marią i Mateuszem. Mateusz częściej był w ramionach mamy, szukał w nich pocieszenia, znajdował tam odpoczynek i poczucie bezpieczeństwa, chętniej bawił się z nią. Momenty dostrojenia między matką a dzieckiem stały się o wiele częstsze. Mateusz komunikował się na odpowiednim dla swojego wieku poziomie — za pomocą gestów, prostych słów lub zdań. Pani Maria wydawała się przez większość czasu dostępna dla niego, jej doświadczenie w pewnym stopniu wydawało się przepracowane na terapii diady rodzic–dziecko. Niemniej jednak, pani Maria nadal miała tendencję do dysocjacji, jeśli uczucia Mateusza były zbyt intensywne lub jej ogólny stan był zły (z powodu codziennych stresów). Pani Maria była również bardziej chętna do dzielenia się ze mną swoją przeszłością, aby „mówić to, czego nie da się wypowiedzieć” — to ukłuty przez Alicie Lieberman termin: „speak unspeakable” [2].

### Wnioski

W pracy z tą rodziną duże wsparcie praktyczne znalazłam w modelu psychoterapii z małymi dziećmi doznającymi przemocy stworzonym przez Alicję Lieberman [2–4] oraz konceptualizacji świata wewnętrznego matki i dziecka dokonanej przez Stellę Acquarone (2006) [12]. Nie mogłabym w pełni zrozumieć specyfiki Mateusza i jego mamy, gdyby nie teorie neurorozwojowe i badania na temat wpływu traumy na strukturę mózgu Schore’a [5, 7], Perry’ego [6] czy van der Kolka [10].

Był to jeden z najtrudniejszych procesów terapeutycznych matka–dziecko, jakie prowadziłam, będąc studentką SIMH w Londynie. Mimo to była to bardzo satysfakcjonująca praca. W trakcie terapii poruszyła mnie nadzieja mamy Marii na lepsze życie dla jej dzieci i jej determinacja, by je osiągnąć, pomimo traumatycznych doświadczeń z dzieciństwa



oraz doświadczenia przemocy w relacji z ojcem dzieci. Istotne dla rozwoju relacji między matką a dzieckiem okazało się podzielenie się przez panią Marię jej przeszłością i przepracowanie jej do jakiegoś stopnia. Inspirowała mnie zdolność Mateusza do internalizacji dobrych doświadczeń z terapii i jego ogromne postępy w rozwoju. W pewnym momencie procesu był w stanie prowadzić krótkie rozmowy z mamą i ze mną, czerpać radość z zabawy z innymi i adaptacyjnie się droczyć. W tamtym czasie Mateusz i pani Maria wciąż wymagali wsparcia w niektórych obszarach. Wydaje się jednak, że ich więź znacząco się poprawiła, co dawało nadzieję na przyszłość.

### Piśmiennictwo

1. Likierman M. Maternal love and positive projective identification. *J. Child Psychother.* 1988; 14: 29–46.
2. Lieberman AF. Toddlers' internalization of maternal attributions as a factor in quality of attachment. W: Atkinson L, Zucker KJ, red. *Attachment and psychopathology.* New York: Guilford Press, 1997, str. 277–291.
3. Lieberman AF, Gosh Ippen C, van Horn P. Don't hit my mummy! A manual for child-parent psychotherapy with young children exposed to violence and other trauma. Washington DC: ZERO TO THREE, 2015.
4. Silverman RC, Lieberman AF. Negative maternal attributions, projective identification, and the intergenerational transmission of violent relational patterns. *Psychoanal. Dial.* 1999; 9(2): 161–186. DOI: 10.1080/10481889909539312.
5. Schore A. The effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation and infant mental health. *Infant Ment. Health J.* 2001; (22): 7–66.
6. Perry BD, Pollard RA, Blakley TL, Baker WL, Vigilante D. Childhood trauma, the neurobiology of adaptation, and use-dependent development of the brain. How „states” become „traits”. *Infant Ment. Health J.* 1996; 16(4): 271–291.
7. Schore A. The effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation and infant mental health. *Infant Ment. Health J.* 2001; (22): 201–269.
8. Bick E. Notes on infant observation in psychoanalytic training. *Int. J. Psychoanal.* 1964; (45): 558–566.
9. Fraiberg S, Adelson E, Shapiro V. Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problem of impaired infant-mother relationships. *J. Am. Acad. Psychoanal. Dyn. Psychiatr.* 1975; 14: 1387–1422.
10. Van der Kolk B. The body keeps the score: memory and the evolving psychobiology of post-traumatic stress. *Harvard Rev. Psychiatry* 1994; 1(5): 253–265.
11. Acquarone S, Jimenez Acquarone I. *Changing destinies: the re-start infant family programme for early autistic behaviours (psychology, psychoanalysis & psychotherapy).* Routledge, 2016.
12. Acquarone S. *Parent-infant psychotherapy: Handbook.* 1<sup>st</sup> ed. London and New York: Routledge, 2006.
13. Baradon T. *The practice of psychoanalytic parent-infant psychotherapy.* London and New York: Routledge, 2016.