

# ПІДТРИМУЙТЕ ГАРНІ СТОСУНКИ

## Довіра

Доброзичливість непереможна.

*Марк Аврелій*

Віра в себе надходить передусім від інших. Це висловлювання може здаватися парадоксальним. Проте це так і є. Новонароджена дитина дуже вразлива, залежна. У перші місяці вона не може жити сама. Зрештою вона виживає — і це є доказом того, що про неї піклувались інші люди. Таким чином, віра в себе — це насамперед віра в них самих. Віра в себе — це від початку віра в інших.

Саме через те, що ми народжуємося незрілими, кожен з нас потребує допомоги інших. Згідно з даними ембріологів, необхідно приблизно двадцять місяців, аби клітини ембріона досягли зрілості. Свого часу ще Арістотель помітив: ми народжуємося незавершеними. Ніби в природі стався якийсь збій, і вона, не закінчивши

своє створіння, виштовхнула нас у це існування занадто рано такими слабкими та беззахисними, як ніхто із ссавців. При народженні ми не вміємо ходити, і нам знадобиться приблизно рік, аби навчитися цього. А от лошаті вистачить лише кількох годин, іноді й кількох хвилин, щоб воно почало стрибати. Чи треба нам мати віру в себе?

Отже, ми компенсуємо цей природний недолік через оточення й культуру, родину, взаємодопомогу, виховання. Завдяки вмінню будувати людські стосунки, ми завершуємо роботу, яку природа залишила незакінченою, та завойовуємо оту впевненість, якої природа нам не надала.

Крок за кроком дитина набуватиме впевненості в собі завдяки зв'язкам, що поєднують її з іншими, піклуванню, яким її так щедро оточують, увазі, що призначена лише для неї, безумовній любові, яку дитина отримує. Маленька людина відчуває, що ця любов не обумовлена тим, що вона робить або чого досягає, — дитину люблять просто за те, що вона існує. Ось найміцніший фундамент для впевненості, яка потім стане вірою в себе. Якщо нас любили та сприймали саме так — це дає сили на все життя.

Завоювання впевненості в собі розпочинається з тієї боротьби, яку Фройд назвав дитячим переживанням. Якщо підліток сповнений бажання

пізнавати світ, якщо дорослий упевнений, і йому вдається реалізувати власні плани, то це лише тому, що їм пощастило знайти в перші роки свого життя — у тому, що Боріс Ціркульнік називає «ранніми взаємодіями» — цю «внутрішню безпеку», важливість якої доводять психологи.

На відміну від самооцінки, що відсилає до оцінки, яку ми надаємо нашій цінності, упевненість у собі пробуджує наше ставлення до дії, нашу здатність «рухатись уперед», незважаючи на сумніви, ризикувати в цьому складному світі. Аби знайти цю хоробрість вийти за межі, потрібна «внутрішня безпека».

У своїй лекції про «сталію дзеркала» Жак Лакан описує перші миті усвідомлення дитиною себе. У віці кількох місяців — приблизно від шести до вісімнадцяти — дитина вже впізнає себе в дзеркалі. Однак що ж насправді відбувається тієї миті? Дитина на руках у дорослого, який показує їй дзеркало. Вона бачить себе й одразу ж звертається до дорослого, щоб поглядом запитати в нього: «Це ж я, я?» Дорослий відповідає їй усмішкою, поглядом або словами. Він її *заспокоює*: «Так, звичайно, це ти». Філософський підтекст цього величезний: саме тут початок утворення понять *я та я сам, інший*. Я усвідомлюю себе лише через іншого. Малюк не довіряє тому, що він бачить у дзеркалі, — він довіряє

іншій людині. Саме в очах інших дитина шукає цієї внутрішньої безпеки, саме в очах інших вона шукає себе.

Такий експеримент проводили з макаками, адже з генетичної точки зору ці мавпи дуже близькі до нас. Він свідчить про їхню розумність: дуже швидко макаки починають використовувати дзеркало, аби побачити ті частини власного тіла, які зазвичай не можуть бачити, наприклад, спину або сідниці. Проте, сидячи біля дзеркала, вони не обертаються до інших макак, що присутні в кімнаті, вони не питають родичів поглядом. Безумовно, макаки — соціальні тварини, вони багато чого навчаються в інших. Однак у процесі свого розвитку вони не залежать, як ми, від налагоджених між ними зв'язків. Вони не аж так включені в стосунки. Щодо нас — без інших ми не зможемо розвинути людськість: без інших ми не зможемо стати тими, хто ми є.

Подивіться на дітей-дикунів, яких люди покинули від народження, а тварини (ведмеді, вовки, свині...) підібрали, та яких знайшли через кілька років. Як показано у фільмі Франсуа Трюффо «Дика дитина» (*L'Enfant sauvage*), відсутність зв'язків з іншими людьми заблокувала розвиток дітей. Залякані, як загнані тварини, не здатні розмовляти, вони здаються втраченими для суспільства. У найкращому разі завдяки терпінню спеціалістів, які піклуються про них,