

ИНФАНТИЛИЗМ ИЛИ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НЕЗРЕЛОСТЬ: ПРИЗНАКИ И ПРИЧИНЫ У ВЗРОСЛЫХ

Давайте вместе разберемся, что такое инфантилизм, каковы его признаки и кого можно назвать инфантильным человеком. А главное – каковы причины такого явления и способна ли незрелая личность вырасти и стать взрослой?

ЧТО ТАКОЕ ИНФАНТИЛИЗМ

Инфантилизм – это детскость или незрелость, которая проявляется в задержке психологического развития личности, несоответствии поведения человека его возрасту, нежелании брать на себя ответственность и принимать взвешенные решения.

ВИДЫ ИНФАНТИЛИЗМА

Для начала разберемся, о каких видах инфантилизма будет идти речь. В зависимости от сферы, данное слово имеет различные значения. В **психиатрии** это патологическая задержка в развитии, когда поведение и эмоциональные реакции подростка соответствуют детскому (или, когда взрослый ведет себя как ребенок или подросток).

Есть **физиологический инфантилизм** – соответственно, физиологическая патология, задержка в развитии органов и систем.

В бытовом употреблении чаще всего имеется в виду **психологический и/или социальный инфантилизм**, с патологиями не связанный. Познакомимся с этими видами.

ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ И ПРИЗНАКИ ИНФАНТИЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

В психологии об инфантилизме говорят тогда, когда **взрослые (по паспорту)** люди в жизни проявляют **черты, свойственные ребенку или, скорее, подростку**. В таких случаях отмечают, что перед нами **незрелая, инфантильная личность**, и это никак не связано с патологиями психики. Значит, **инфантильный человек здоров, но его образ мыслей и поведенческие шаблоны не соответствуют зрелой личности**.

Самые явные **признаки инфантилизма**.

- В первую очередь это **неумение принимать решение и нести ответственность** – за сделанный выбор, за выполненную работу и т.д. Тогда, как взрослый человек осознает, что каждое его решение приводит к тем или иным последствиям – значительным или незначительным, хорошим или неуместным.
- Вторая важная особенность – **не умение решать проблемы**. Если они все же возникают, наш герой ждет, пока придет «взрослый» взрослый (родители, супруг, друзья) и все исправит, скажет, что надо сделать, чтобы все исправить. Это говорит о том, что личность **не в состоянии**

оценить истинных последствий тех или иных **своих действий**. В целом такую оценку за них проводят другие. Некоторые воспринимают цену любого проступка на «школьном уровне»: от всего можно отделаться нотациями учителя и записью в дневнике. Тогда как во взрослой жизни все гораздо серьезнее.

- «Взрослым детям» свойственно **перекладывание ответственности** – у них **практически всегда виноваты другие**. Такие личности не могут взять ответственность не только за себя, но и за других, бывают достаточно эгоистичны. Это следствие неспособности понять мысли, чувства, точку зрения других людей.
- Многие незрелые личности **между серьезным делом и удовольствием выберут именно удовольствие** (порой вне зависимости важности дела). «Взрослые дети» часто не в состоянии заставить себя что-то сделать и не задумываются, к каким последствиям это может привести. Они редко думают о будущем – как своем, так и других людей.

СОЦИАЛЬНЫЙ ИНФАНТИЛИЗМ

Близок к психологическому и **социальный инфантилизм**. Он также предполагает, что перед нами психически здоровая личность, которая не хочет принимать ответственность и решать проблемы. **В данном случае это вопросы социализации, адаптации к окружающим условиям, общественным ценностям.**

Социальный инфантилизм несет в себе не только объективный, но и оценочный компонент. Дело в том, что отправной точкой здесь служат ценности и нравы общества. Ценности меняются – например, от поколения к поколению. И при подобной смене в глазах родителей их дети будут социально инфантильны. Например, сейчас некоторые девушки, женщины не видят смысла жизни в создании семьи и воспитании детей (традиционные ценности). В глазах одной части общества они выглядят в лучшем случае инфантильными девушками, которые не хотят брать на себя ответственность. В глазах другой части – решение не заводить детей может быть даже более ответственным, чем решение рожать, если женщина понимает, что пока не готова к этому с моральной точки зрения.

Вывод: психологический и социальный виды инфантилизма достаточно близки.

ПРОЯВЛЕНИЕ ИНФАНТИЛИЗМА В РАБОТЕ И ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ

Инфантильные мужчины и женщины **стремятся к легкой жизни, в которой нет серьезных забот и проблем – как в детстве**. При этом «взрослый ребенок» **может быть весьма успешным специалистом** в своей области, но в быту, во взаимоотношениях вести себя как подросток (покладистый или же капризный). Но бывает и так, что с работой у него возникают проблемы. Например, некоторые сворачивают с пути, столкнувшись даже с небольшим

препятствием. Они сразу опускают руки, передают проект другим сотрудникам, отказываются от перспективных должностей и задач, боясь не справиться. Другие слишком безответственны, на них нельзя положиться, потому что они считают нормальным бросить работу из-за того, что им стало скучно или захотелось заняться чем-то еще.

Инфантилизм не знает пола: он с равным успехом встречается и у мужчин, и женщин. Также следует заметить, что это явление далеко не новое, и «взрослые дети» существовали во все времена.

Что касается **семейных взаимоотношений**, то они вполне **могут состоять в крепких отношениях**. Но ищут себе не **партнера, а родителя** – того, кто будет решать за них все проблемы. Если их вторую половинку устраивает такая роль, то данный союз может быть вполне гармоничным. «Великовозрастные дети» подходят тем, кто предпочитает самостоятельно принимать решения за себя и за других и, кто любит, чтобы все было так, как он хочет. У «**взрослого ребенка**» **бывают и свои дети**. Зачастую, этим двум «типам» детей приятно проводить время вместе, играть и т.д. Здесь важно, что у мальчика или девочки перед глазами все же был пример «взрослого» взрослого.

Вопреки мнению некоторых людей, увлечение компьютерными играми, фантастикой, фильмами, книгами, комиксами, коллекционирование игрушек и т.д. само по себе вовсе не является признаком инфантилизма у взрослых. Так же, как и не говорят об этом отдельные черты характера или не совпадающее с общественной точкой зрения отношение к определенным жизненным вопросам (женитьба, дети, работа). Быть инфантильным человеком значит в комплексе проявлять многие указанные выше черты.

ПРИЧИНЫ РАЗВИТИЯ ИНФАНТИЛИЗМА

Как известно, многие особенности личности вытекают из детства. Социальный и психологический инфантилизм не исключение.

- В большинстве случаев **он связан с ошибками воспитания со стороны родителей**. Среди самых частых причин – гиперопека, стремление во всем угождать ребенку, ограждать его от всех проблем и забот, бежать на помощь даже до того, как он об этом не попросит.
- **Навязанное чувство вины** – еще одна неприятная вещь, которая появляется в результате ошибок в воспитании.
- **Полное игнорирование мнения и чувств маленького человека**, принятие за него всех решений (что надевать, во что играть и что делать), попытка воплотить в сыне или дочери то, что не получилось у самого родителя.

Существуют и другие причины, почему дети вырастают по паспорту, но не по личностному развитию. Однако воспитание – основная тема в становлении

личности. Самое важное: из-за того, что родители постоянно и на корню «рубят» решения, мечты, стремления, желания, амбиции, эмоции, намерения ребенка, в конце концов он просто перестает думать и решать самостоятельно. Зачем, если все равно будет так, как скажут мама или папа? Из-за этого у юного человека нарушается процесс формирования, созревания личности, и в итоге она так и не созревает.

Став взрослым, такой человек изо всех сил старается сохранить статус-кво – то есть ничего не решать самому, не справляться с трудностями, делать что, что скажут другие. В этом есть и свои преимущества. А какие есть недостатки?

В ЧЕМ ПРОБЛЕМЫ ИНФАНТИЛИЗМА

Одна из главных проблем для некоторых «взрослых детей: они не могут быть по-настоящему счастливы. Они не знают, что им на самом деле нравится в жизни, потому что до этого все решения принимались за них. Если кому-то повезло, и его дело ему действительно нравится – отлично. Однако многим так не везет, но они годами вынуждены ходить на нелюбимую работу, так как не могут принять решение сменить ее и/или получить новую профессию.

Аналогично с личной жизнью – даже **при наличии партнера по факту «взрослый ребенок» может быть весьма одинок.** Потому что, во-первых, человек выбирал не партнера, а родителя, который делает все так, как хочется ему, и во-вторых, не факт, что этот выбор инфантильный взрослый вообще сделал самостоятельно, а не решили за него.

Незрелые личности зависят от других людей, от их мнения и от их действий. Будучи предоставленными сами себе, они рискуют стать беспомощными. Конечно, зрелая личность также нуждается в близких людях, но здесь не идет речь о зависимости.

«Взрослые дети» прячутся от внутренних проблем и страхов, потому что это именно та область, где за них не могут решать другие. Такие проблемы и страхи никуда не пропадают, напротив, становятся сильнее.

«Взрослые дети» достаточно внушаемы, легко поддаются чужому влиянию и манипуляциям. Многие ведутся на рекламу, в том числе весьма сомнительную, покупая ненужные вещи. Некоторые ввязываются в аферы, финансовые пирамиды и т.д. Эта особенность связана с тем, что многие «большие дети» тянутся к легким деньгам и волшебным способам их получения. Перед нами как будто особая вера в чудо, свойственная детям, только на «квазивзрослом» уровне.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ИНФАНТИЛИЗМА

Избавиться от инфантилизма **МОЖНО**. Формально, чтобы перестать быть инфантильным, человеку нужно осознать, что его жизнь зависит только от него, что он может сам ее менять, что он имеет право на свое мнение, свои решения, эмоции и желания, а также на то, чтобы претворять все задуманное в жизнь. Выглядит не слишком сложно – в теории все это дано нам от рождения. Однако на практике, если человек в сознательном возрасте никогда не прислушивался к себе и не принимал решений, ему может быть непросто перестроиться. Поэтому не всем удается победить инфантилизм без помощи психолога.

Важно желание самого человека поменяться. Многие «взрослые дети» не видят особенностей своего мышления и поведения. Все описанное выше присутствует для них скорее на подсознательном уровне. Они не думают, что вот придет мама/папа/партнер и решит все проблемы. Они не понимают, что не могут принять решение сами.

Внешне быть под вечной опекой весьма удобно. Однако если человек чувствует себя одиноким, несчастным или испытывает какие-то проблемы или страхи, он сам может захотеть что-то изменить в себе и в своей жизни. И для «взрослых детей» это уже большой шаг вперед.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВАШ БЛИЗКИЙ – ИНФАНТИЛЬНЫЙ ЧЕЛОВЕК

«Друг познается в беде» – эта поговорка хорошо отражает то, как **проще всего вычислить инфантилизм.**

Пока все в норме, и вы не сталкиваетесь с проблемами, незрелость личности может практически никак не проявлять себя. Но когда нужно решать какие-то проблемы, детское поведение и образ мысли вашего друга или второй половинки становятся очевидными.

Можно ли помочь близкому перестать быть инфантильным? Да, можно. Однако не стоит брать на себя роль родителя и решать за человека, **надо ли ему это или нет.** Вам кажется, что кто-то живет неправильно, но ему самому это может действительно нравиться. И если вы беретесь решать все за инфантильного, то вы просто занимаете свое место в модели «родитель – ребенок».

Если есть желание помочь близкому повзрослеть, помогайте аккуратно. Начните с чего-то небольшого. Например, попробуйте больше расспрашивать его о том, что он хочет, начиная с незначительных моментов. Для начала оставляйте за ним выбор, как вы проведете выходной, что приготовить и т.д., потом переходите на более существенные вопросы. Чаще спрашивайте, что человек чувствует и что он хочет. Но не осуждайте и не говорите, что его чувства или желания неправильные – это таким людям

говорят и без вас. Ваш близкий должен на деле понять, что он может принимать решения, что он имеет право на свои эмоции и желания. Также позволяйте ему самостоятельно справляться с возникающими проблемами – будьте рядом и оказывайте поддержку, но не делайте ничего за него.

Спросите, кем ваш близкий хотел стать в детстве и при возможности предложите сейчас сделать шаг навстречу той мечте, причем вместе с вами. А может быть, у него есть уже более «свежие» желания, которые на самом деле не так сложно исполнить? Например, если человек хотел/хочет стать художником/поваром/читать Шекспира в оригинале, запишитесь с ним на соответствующие курсы. Ваша поддержка будет очень важна.

Напомним главное правило – не делать ничего вместо друга, не принимать решения за него. Пусть он сделает это сам, а вы просто будете рядом и окажете поддержку в случае необходимости.

Как известно, некоторые незрелые люди «экстренно» взрослеют, сталкиваясь с различными серьезными проблемами, из-за которых оставаться ребенком больше не получается. Однако ни в коем случае не «лечите» других какими-либо стрессами. Помните, что кто-то в таких случаях взрослеет, а кто-то ломается – получает невроз, впадает депрессию.

Вывод: любому взрослым важно и нужно сохранять в себе частичку ребенка – радоваться приятным мелочам, мечтать, верить в чудеса и т.д. Но более актуален навык - в нужный момент включать взрослую позицию. И каким бы притягательным ни было детство, оно должно уступить время другой жизни, яркой, насыщенной, счастливой.

Подготовила Г.В. Домино