

detkityumen.ru

15 причин, по которым вы не испытываете любви к своим родителям

Не стоит себя за это винить

Хотя мы и знаем, что "все проблемы родом из детства", тема отношений взрослых детей и родителей в нашем обществе по-прежнему табуирована. "Ну это же мама", "Меня кормили-растили, я должен быть благодарным" — признаваться в негативных чувствах к родным, мягко говоря, не принято. Даже если обиды, нанесенные их воспитанием, с годами превращаются в самобичевание, тревожность и ощущение глубокой несостоятельности.

Люди не обязаны любить своих родственников, даже если это мама и папа. Сегодня в нашей подборке вас ждет **15 красноречивых примеров того, к чему приводит токсичное поведение в семье.**

1. Некоторые родители обрушивают на своих детей критику каждый раз, когда чувствуют злость, разочарование или просто упадок сил. Это помогает им выплеснуть негативные эмоции и скрыть собственную уязвимость. В любых словах или действиях ребенка, продиктованных даже самыми лучшими побуждениями, такие мамы и папы всегда найдут к чему придраться. С годами ненасытная потребность родителей потешить собственное самолюбие никуда не девается, а вот у уже взрослого ребенка не остается желаний делать для близких хоть что-то приятное.

2. Есть категория родителей, которые считают, что если ребенок сыт, одет и обут, то на этом их миссия выполнена. Недоступные и холодные, они могут присутствовать в жизни своих детей физически, но только не в эмоциональном и духовном планах. Вырастая, ребенок чувствует, что должен исполнить сыновий долг: помочь материально, обеспечить уход, найти врача. Но ждать тепла и внимательности мамам и папам в таких случаях не стоит.

3. Нарциссические родители куда более участливы. Они внимательно следят за тем, как ребенок учится, какие кружки посещает и в чем достигает успеха. Такие мамы и папы подпитывают собственное эго достижениями своего чада. Но при этом не видят в нем уникальной и автономной личности. Любая ошибка, плохая отметка, непризванное место становятся поводом для скандала. Ребенок чувствует постоянное давление и укрепляется в мысли, что он недостаточно хорош. Повзрослев, такой человек, чтобы не испытывать прессинг со стороны родственников, будет стараться максимально дистанцироваться от общения с ними.

4. Эмоционально "холодные" мамы и папы если и не отвергают своих детей полностью, то словно не замечают и смотрят сквозь них, занимаясь своими первоочередными делами и проблемами. Став значительно старше, такие родители с неудовольствием обнаруживают, что ребенок почему-то не проявляет к ним должной любви, заботы и уважения. Хотя чему уж тут удивляться? Недаром знаменитая поговорка гласит: "Что посеешь, то и пожнешь".

5. Сталкиваясь с обесценивающим отношением родителей, дети испытывают стыд, который может длиться на протяжении всей жизни. Чтобы защититься, ребенок может начать делать то же самое в ответ: надсмехаться над вкусами родственников, преуменьшать значимость их чувств, принижать их заслуги и достижения. Или же не терпеть нападков в свой адрес и эмоционально отдалиться.

6. Пожилые родители нередко прибегают к распространенной манипуляции: "Мы тебя кормили-растили, а ты нас ни в грош не ставишь, неблагодарный!" Они знают, что обладают над детьми огромной властью, и пытаются сохранить контроль даже после того, как те покинули семейное гнездо. Мамы и папы могут оказывать давление, шантажировать, заставляя выбирать между ними и другими близкими людьми или ценностями, создавая ситуацию, где любой выбор окажется предательством. Самым мудрым решением является не идти на поводу у родственников-манипуляторов, а учиться отстаивать собственные границы, не забывая демонстрировать признательность и благодарность за все то, что они сделали.

7. Нет ничего плохого в том, что мамы и папы имеют некоторые амбиции в отношении собственных детей. Плохо, когда это превращается в навязчивую идею. Если любой разговор сводится к вопросу: "Когда ты уже остепенишься и заведешь семью? Мне пора нянчить внуков", — отношения между родственниками вряд ли станут теплее и ближе. Родителям, которые знают, что причиняют взрослым детям неудобства подобными расспросами, но продолжают пилить их, не стоит удивляться тому, что однажды отпрыски и вовсе перестанут выходить на связь.

8. Психологическая поддержка родителей так же важна для ребенка, как и грудное молоко на первых порах его жизни. Травма, нанесенная черствым родственником, не исчезает сама по себе. У кого-то опускаются руки, появляется неуверенность в себе и страх перед серьезными отношениями. Кто-то наперекор всему хочет доказать родным, что чего-то стоит, и добивается головокружительных успехов. Однако и те и другие люди в глубине души часто чувствуют себя брошенными и опустошенными.

9. Доверить секрет взрослому — большой шаг для ребенка. Это и проверка авторитета на прочность, и способ поддержать дружбу. Если родитель вместо того, чтобы сохранить секрет в тайне, смеется или сердится, а потом еще и выносит сокровенную информацию на всеобщее обсуждение, то доверие в такой семье будет потеряно навсегда. Нередко это приводит к тому, что, повзрослев, ребенок не может открыть взрослым по-настоящему страшные и угрожающие его спокойствию и безопасности тайны.

Маме перестала доверять в 7 лет, когда сказала, что мне понравился в классе мальчик, а наутро все родственники об этом знали... Да и до этого были мелочи, но эта история положила конец моему доверию к близким. Мама теперь сокрушается, что за 21 год я ей ничего больше не рассказала, скрытная! А на мой вопрос: "Зачем тогда все и всем разболтала?" — отвечает: "Да не было такого! Не помню! Придумываешь тоже".

10. "Такой большой, а плачешь, как маленький!", "Рева-корова, гляди, над тобой уже все смеются", "Когда плачешь, ты некрасивая. Немедленно прекрати!" — многие родители убеждены, что стыдить своего ребенка за слезы — единственный верный способ утихомирить дитя. Однако все, к чему может привести такая реакция, это замкнутость, стыд и чувство вины. Плакать, когда грустно и больно, нормально. Проживать неприятные эмоции тоже надо уметь, а не носить их в душе тяжким грузом. Иначе это прямой путь к психологическим проблемам.

11. Одержимые властью родители считают, что вправе выбирать, какую профессию получать отпрыску, с кем встречаться, за кого выходить замуж, на какую работу устраиваться. И им неважно, что ребенок уже давно не малыш, а взрослый человек, способный самостоятельно принимать решения. Контроль, как правило, иррационален. Аргументом является непробиваемая фраза: "Потому что я так сказал (-а)". Детям, которые так и не смогли вырваться из-под влияния родителей, приходится несладко. Они не только копят в душе невыраженный гнев, но и привыкают беспрекословно подстраиваться под окружающих, считая, что чужие потребности важнее собственных.

12. Нередко в семьях дети сталкиваются с ситуацией, когда одного из братьев или сестер родители любят больше. Например, считают, что старший должен взять на себя функции родителя, и ругают его за каждый проступок, в то время как младшему ребенку любая шалость сходит с рук. Или, напротив, старшего постоянно ставят в пример младшему, намекая, что он должен больше стараться, чтобы соответствовать своему даровитому родственнику. Если родитель не замечает этой проблемы, а делает все, чтобы показать выборочное отношение к кому-то из детей, то это усугубляет конфликт между братьями и сестрами и разрушает даже

мало-мальскую связь "нелюбимого" ребенка с семьей.

1996 год, вечер, мне 9 лет. Я старший ребенок. Кто-то по телевизору говорит о том, что младших детей любят больше. Батя говорит маме: "Ну ведь правда же, так и есть?! Удивительно, почему так..." Мать соглашается. Обидно до сих пор — помню, как вчера было.

13. "Не нужно хвалить ребенка, а то еще зазнается и вообще ничего делать не будет!" — считают некоторые родители. В их воспитании есть только кнут и никаких пряников. Родители сами задают планки, которые их дети не в силах достичь, а потом удивляются, почему те страдают от перфекционизма, тревожности и неуверенности в себе.

14. Родители-манипуляторы искусно перекладывают на детей вину за свои нереализованные амбиции. Они из раза в раз разыгрывают из себя жертву: "Если бы не твое появление на свет, в моей жизни все было бы иначе". Эти слова больно ранят и вызывают чувство вины. Чтобы противостоять им, необходимо уметь выстраивать здоровые границы и не идти на поводу у манипуляций. Ответственность за рождение и воспитание ребенка лежит только на плечах родителей.

15. "А что люди скажут?", "У меня полгорода знакомых. Как я им в глаза смотреть буду?" — это слова родителей-эгоистов, для которых одобрение со стороны гораздо важнее самочувствия собственных детей. Они настолько поглощены тем, чтобы казаться важными и образцовыми, что для других переживаний у них просто не остается места. Хочется ли человеку, которого не принимают собственные отец и мать, поддерживать с семьей доверительные отношения, впускать родных в свою жизнь? Как бы печально это ни было, но ответ очевиден.

А у вас были моменты, которые подорвали ваши отношения с родителями? Какие из фраз вы никогда не скажете своим детям?</p><p> <https://adme.media>

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category144/category147/5419/