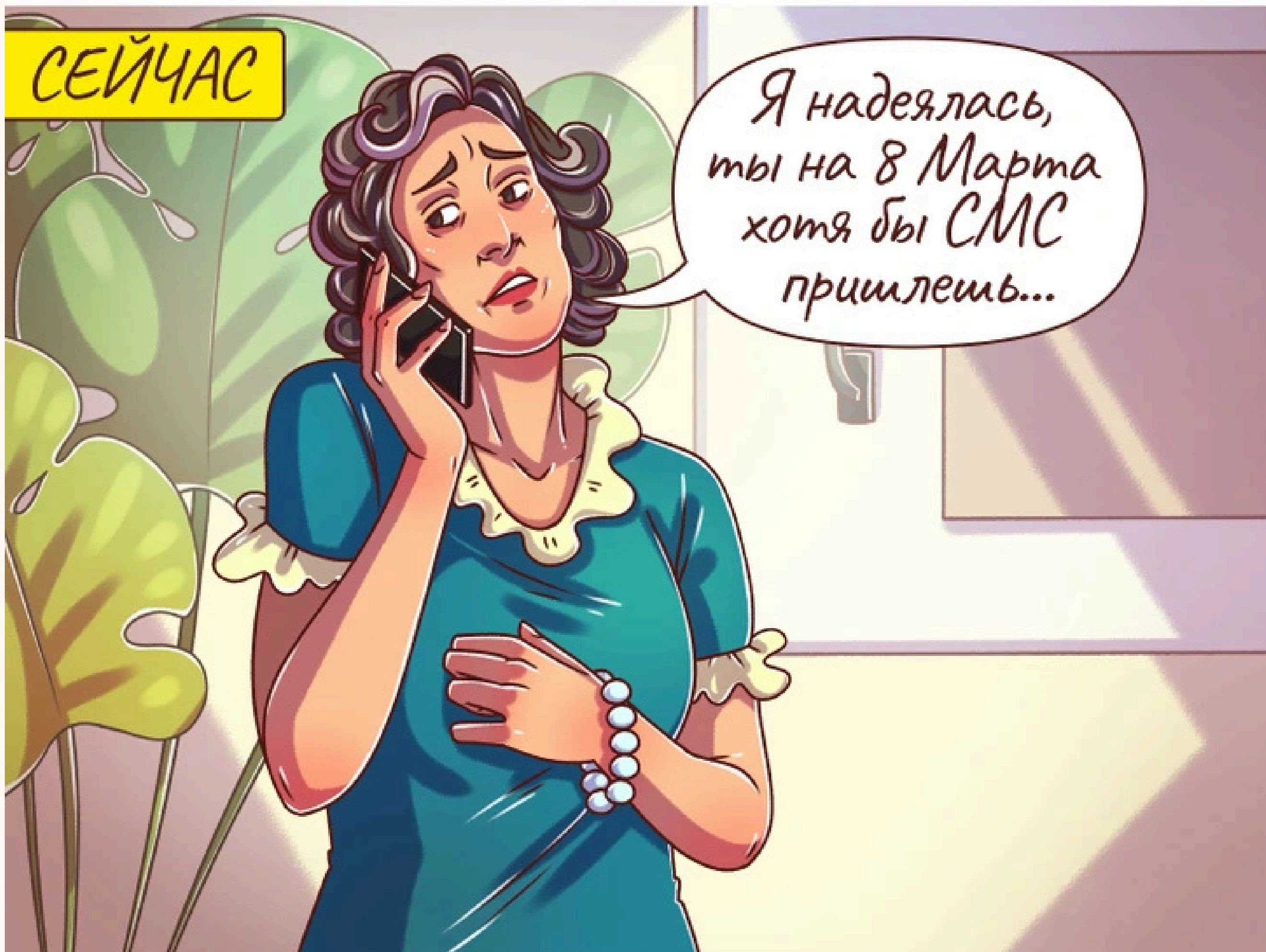


Хотя мы и знаем, что «все проблемы родом из детства», тема отношений взрослых детей и родителей в нашем обществе по-прежнему табуирована. «Ну это же мама», «Меня кормили-растили, я должен быть благодарным» — признаваться в негативных чувствах к родным, мягко говоря, не принято.

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.





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 желания делать для близких хоть что-то приятное.





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:

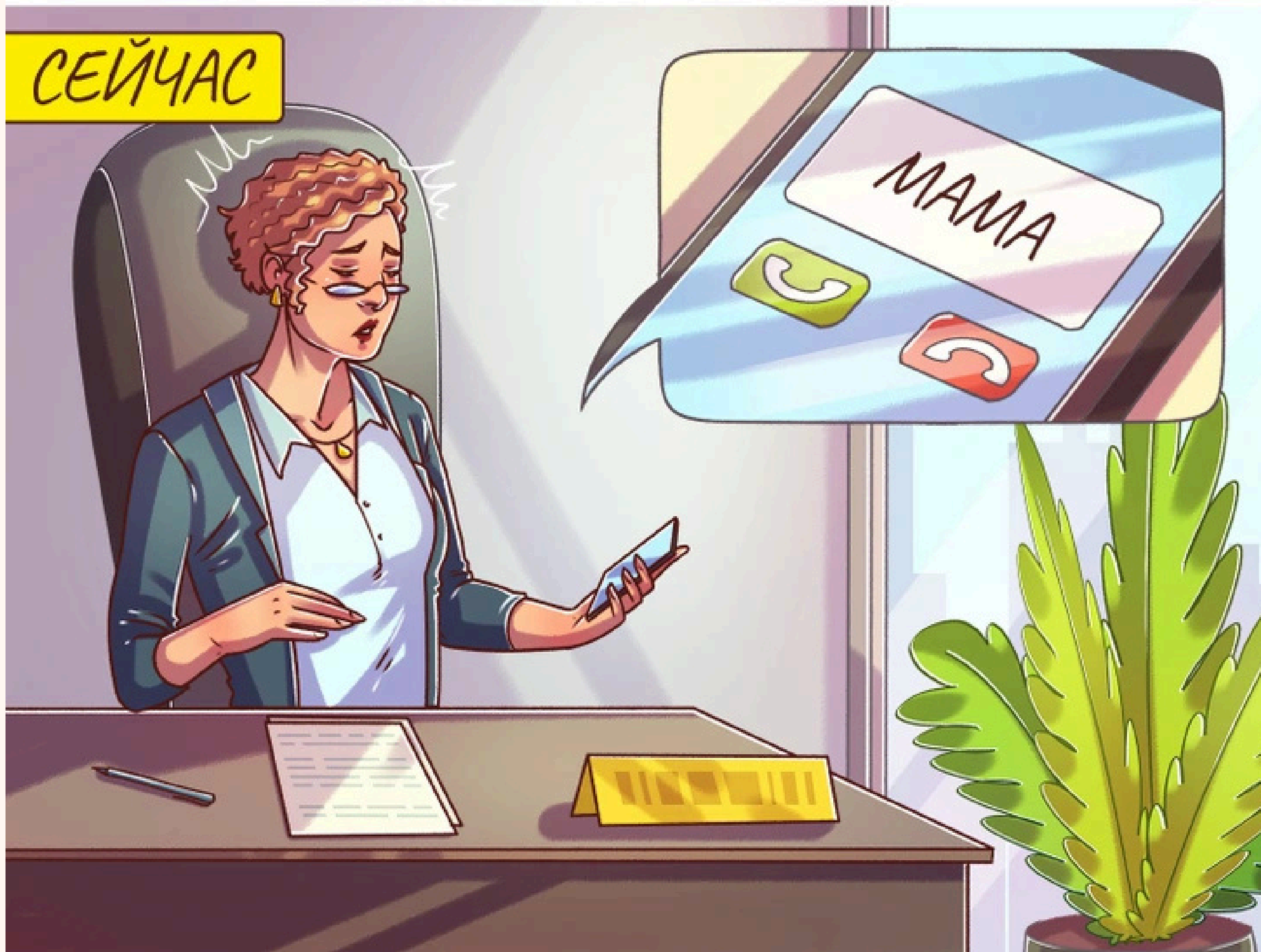
помочь материально, обеспечить уход, найти врача.

Но ждать тепла и внимательности мамам и папам в таких случаях не стоит.



ТОГДА

Как 4 за контрольную?
И что, что у всего класса двойки!
У тебя должна быть пятерка!
Хочешь потом
дворником работать?!



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, непризовое 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.

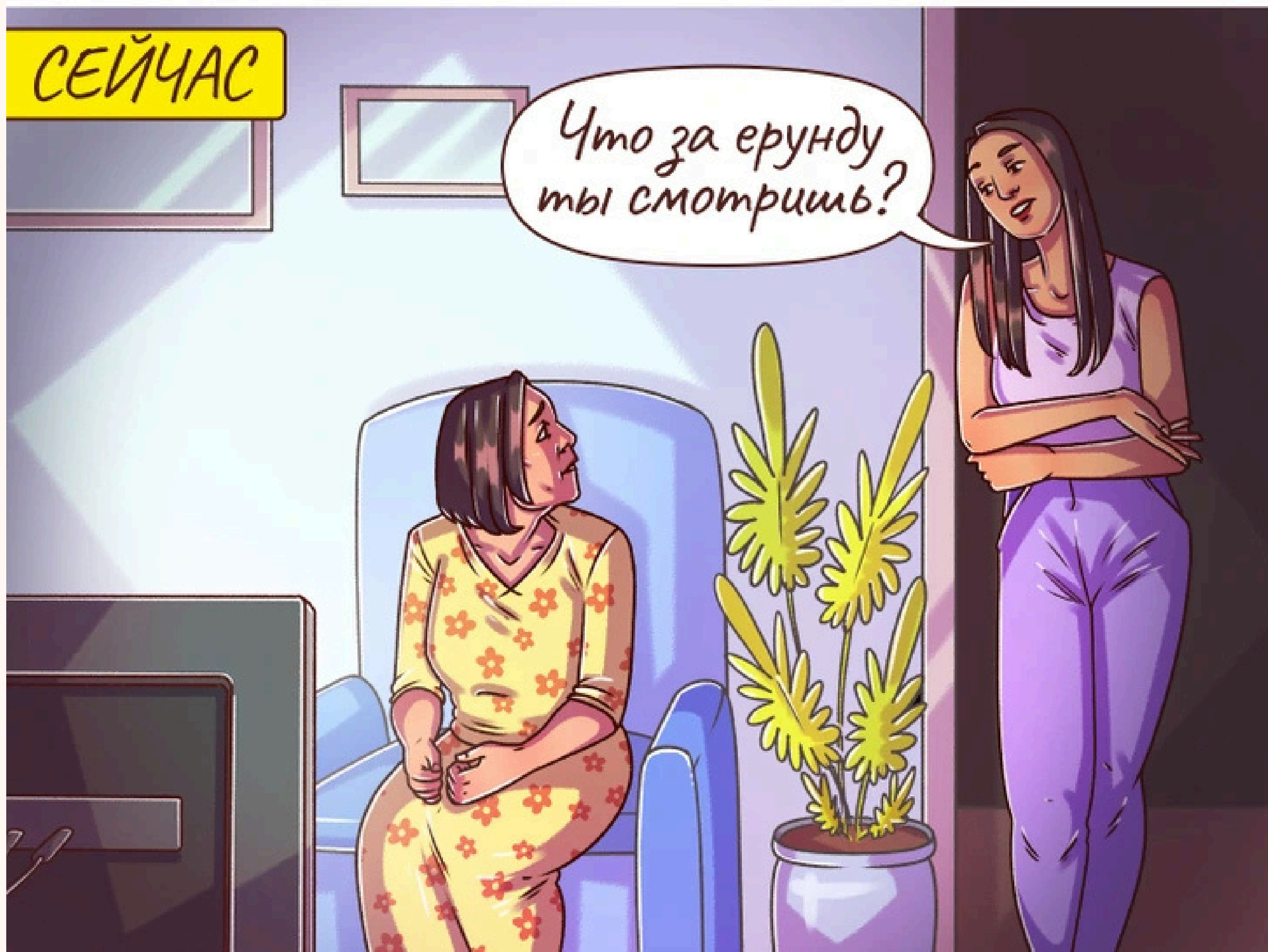




Эмоционально «холодные» мамы и папы если и не отвергают своих детей полностью, то словно не замечают и смотрят сквозь них, занимаясь своими первоочередными делами и проблемами.

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 пословица гласит: «Что посеешь, то и пожнешь».



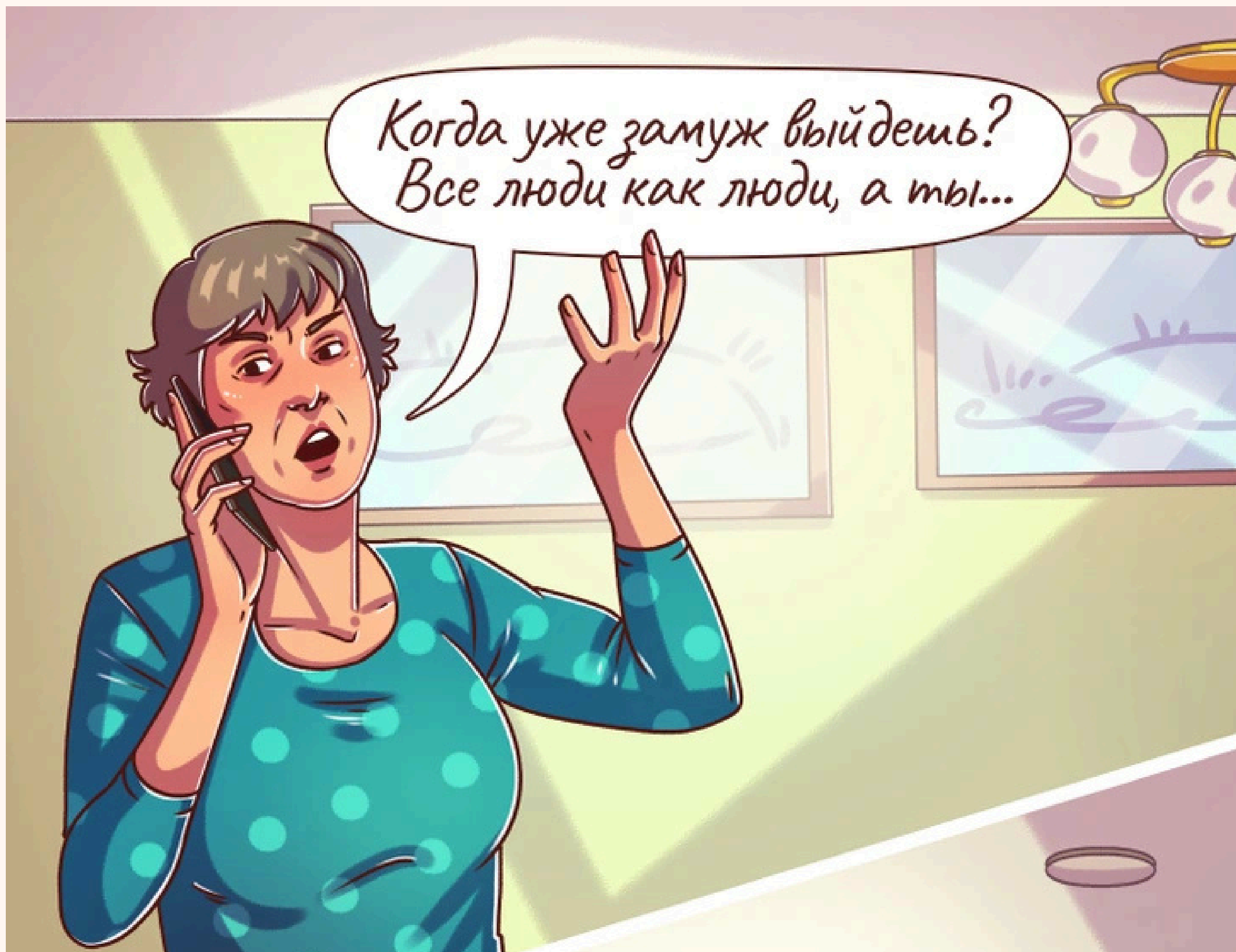


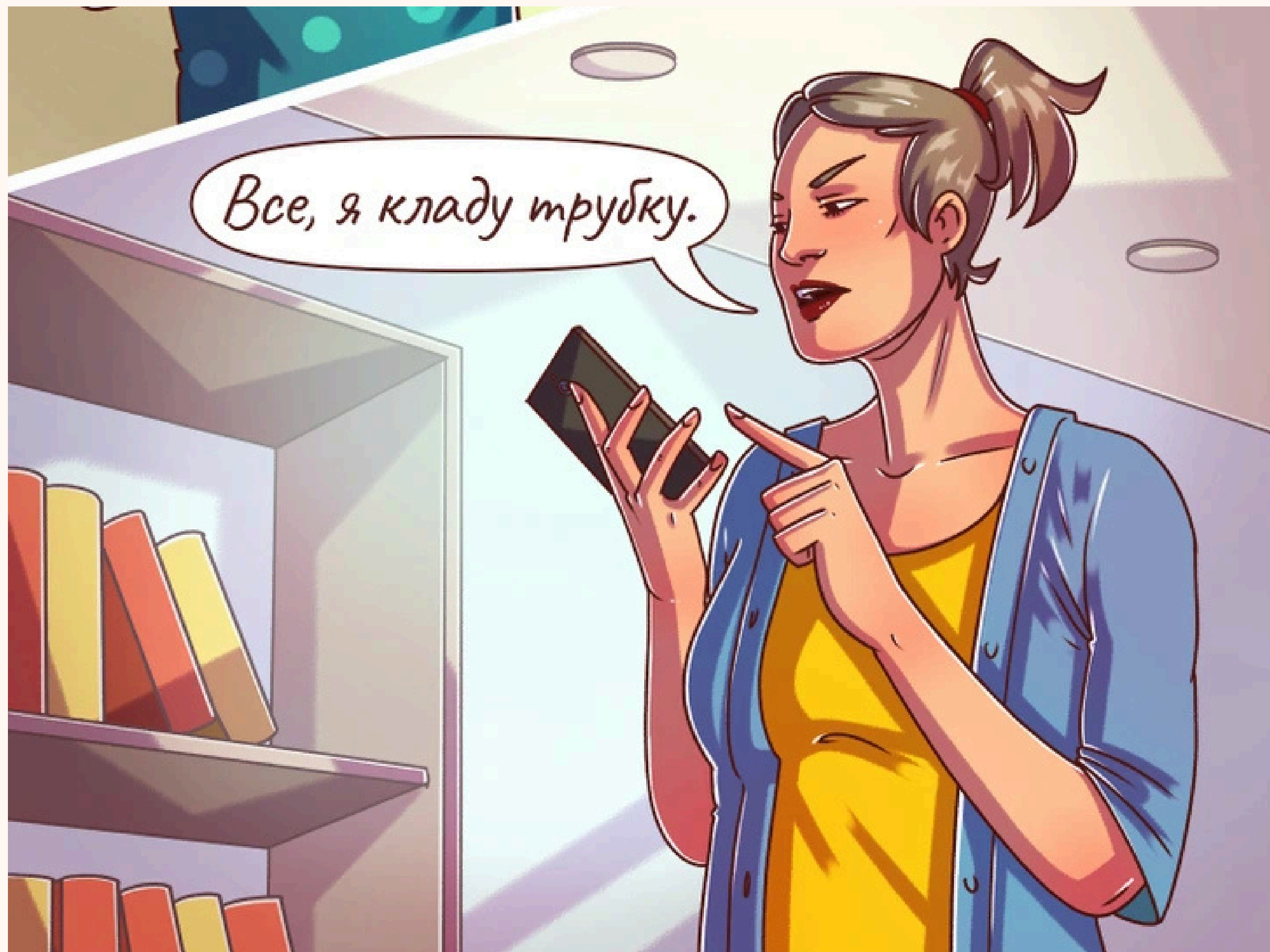
Сталкиваясь с обесценивающим отношением родителей, дети испытывают стыд, который может длиться на протяжении всей жизни.

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 нападок в свой адрес и эмоционально отдалиться.



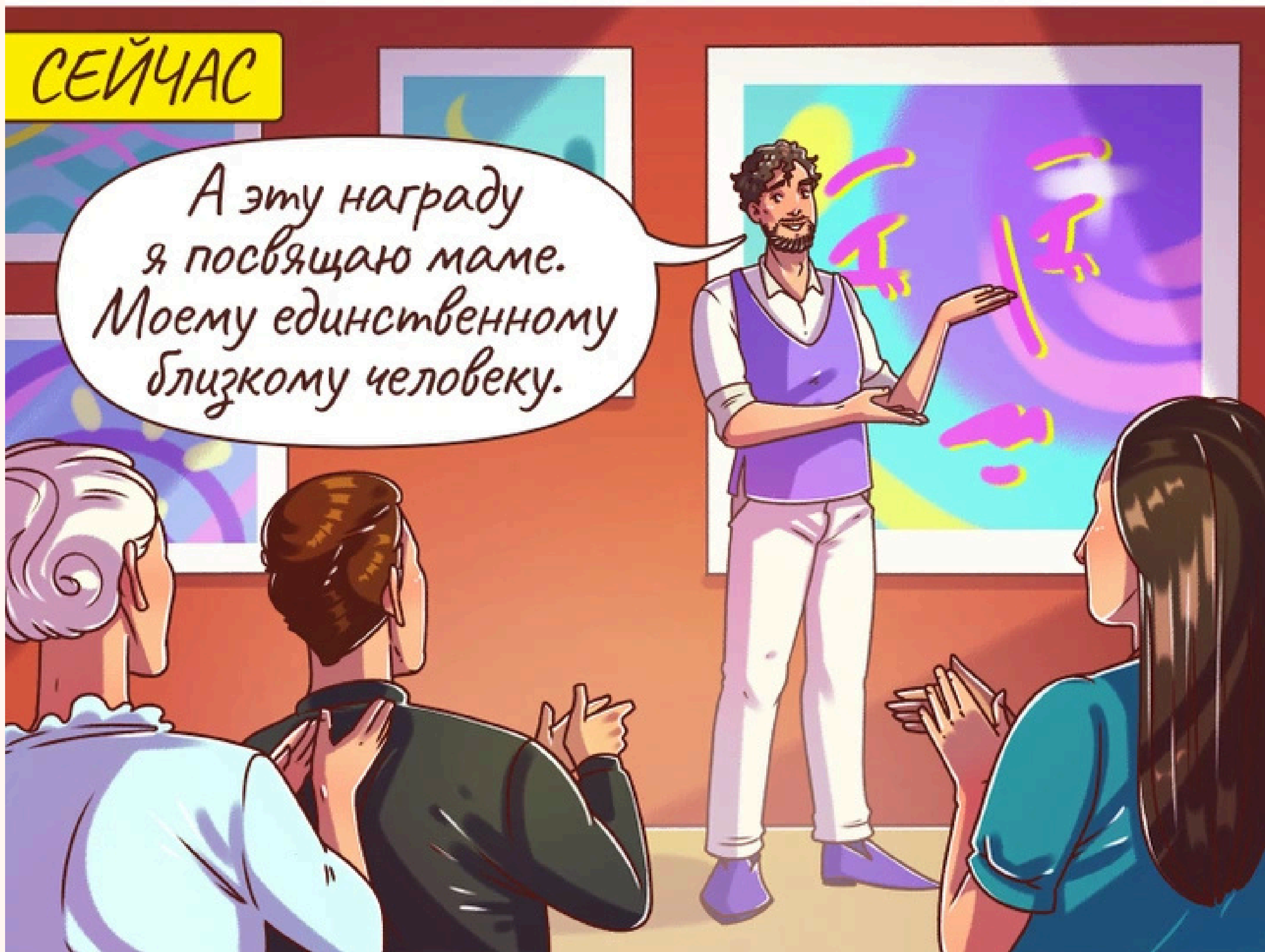
Пожилые родители нередко прибегают к распространенной манипуляции: «Мы тебя кормили-растили, а ты нас ни в грош не ставишь, неблагодарный!» Они знают, что обладают над детьми огромной властью, и пытаются сохранить контроль даже после того, как те покинули семейное гнездо. Мамы и папы могут оказывать давление, шантажировать, заставлять 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.





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.





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.

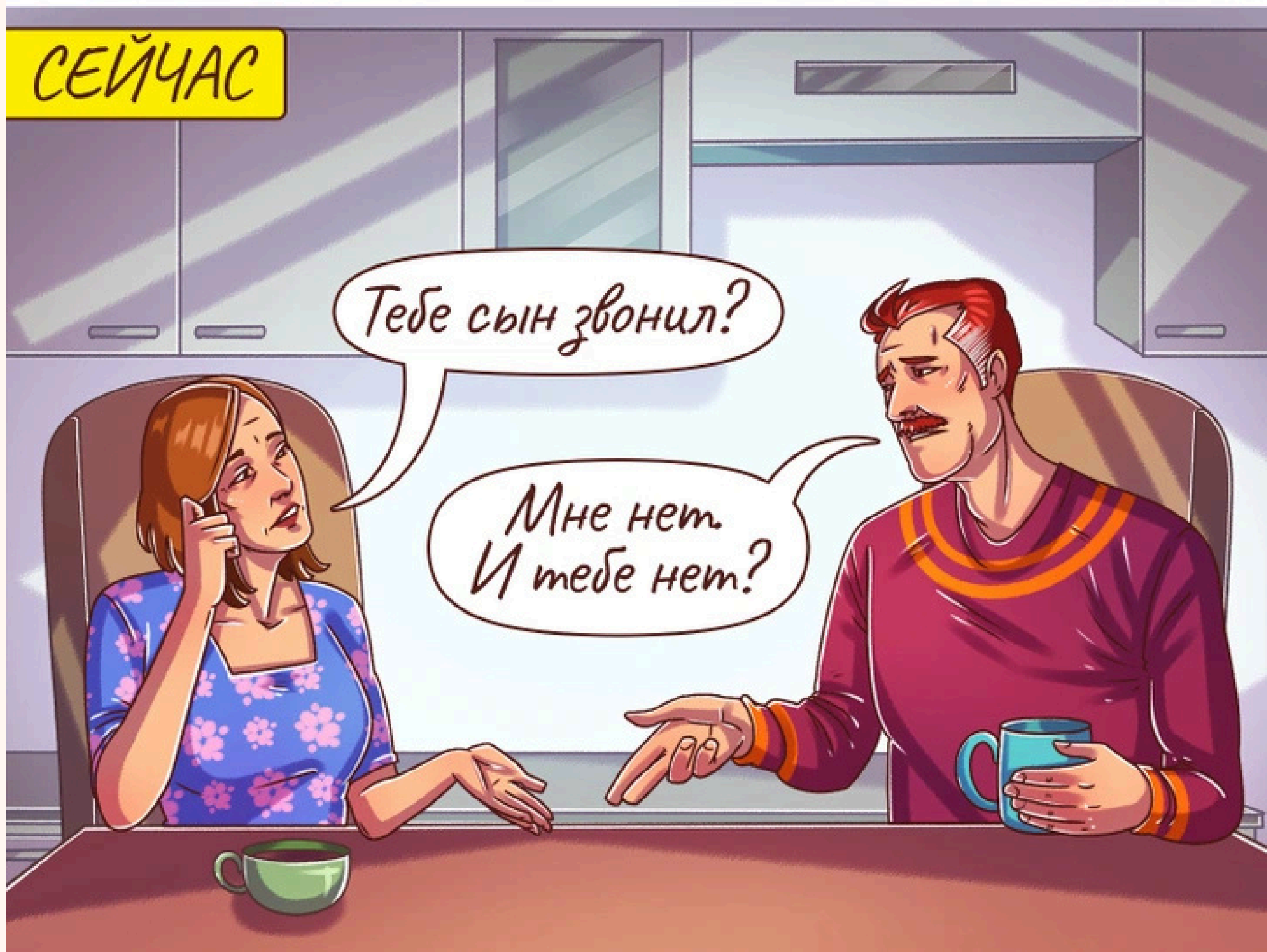




Доверить секрет взрослому — большой шаг для ребенка. Это и проверка авторитета на прочность, и способ поддержать дружбу. Если родитель вместо того, чтобы сохранить секрет в тайне, смеется или сердится, а потом еще и выносит сокровенную информацию на всеобщее обсуждение, то доверие в такой семье будет 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».





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.

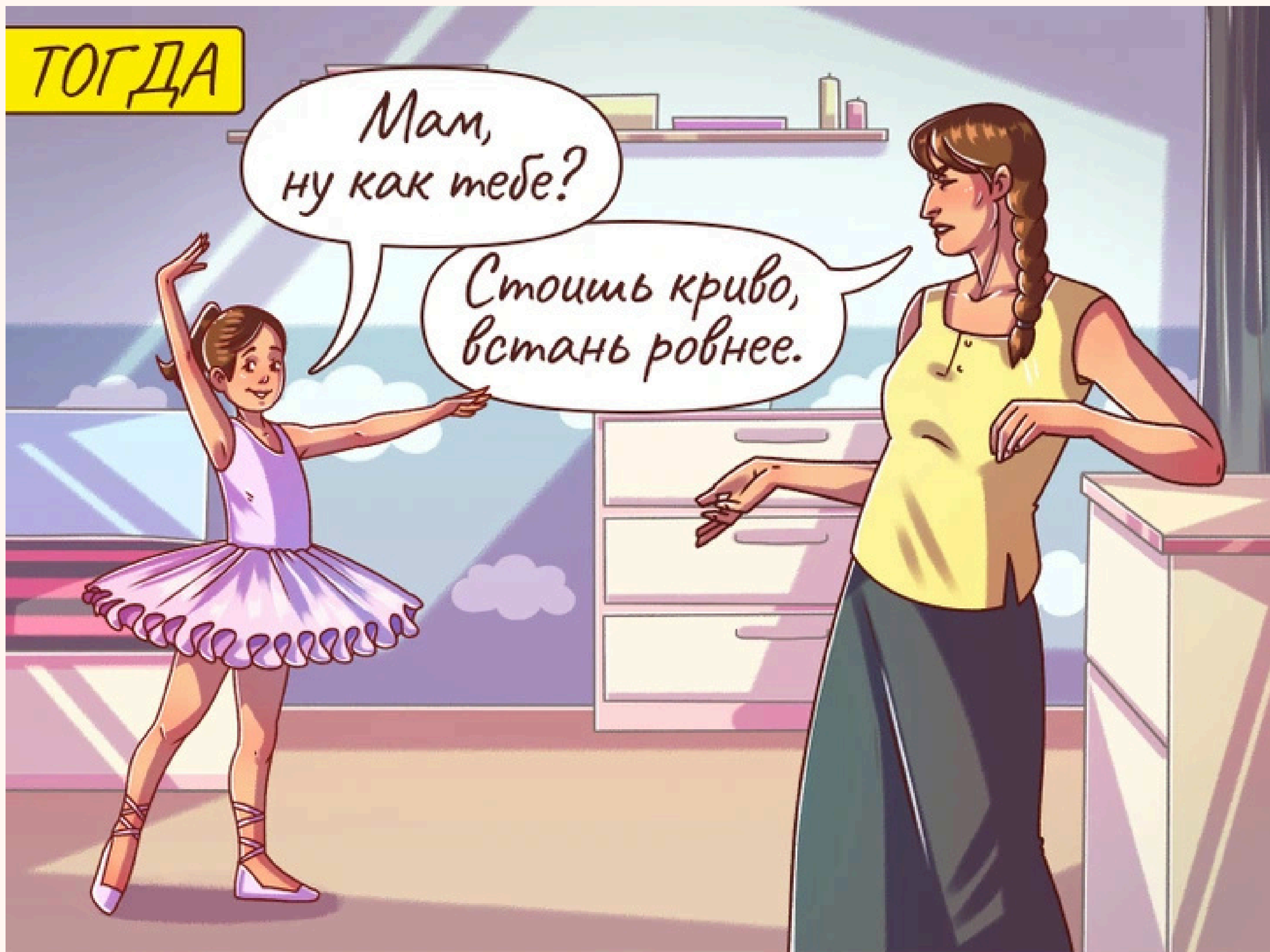
Аргументом является непробиваемая фраза: «Потому что я так сказал (-а)». Детям, которые так и не смогли вырваться из-под влияния родителей, приходится несладко. Они не только копят в душе невыраженный гнев, но и привыкают беспрекословно подстраиваться под окружающих, считая, что чужие потребности важнее собственных.

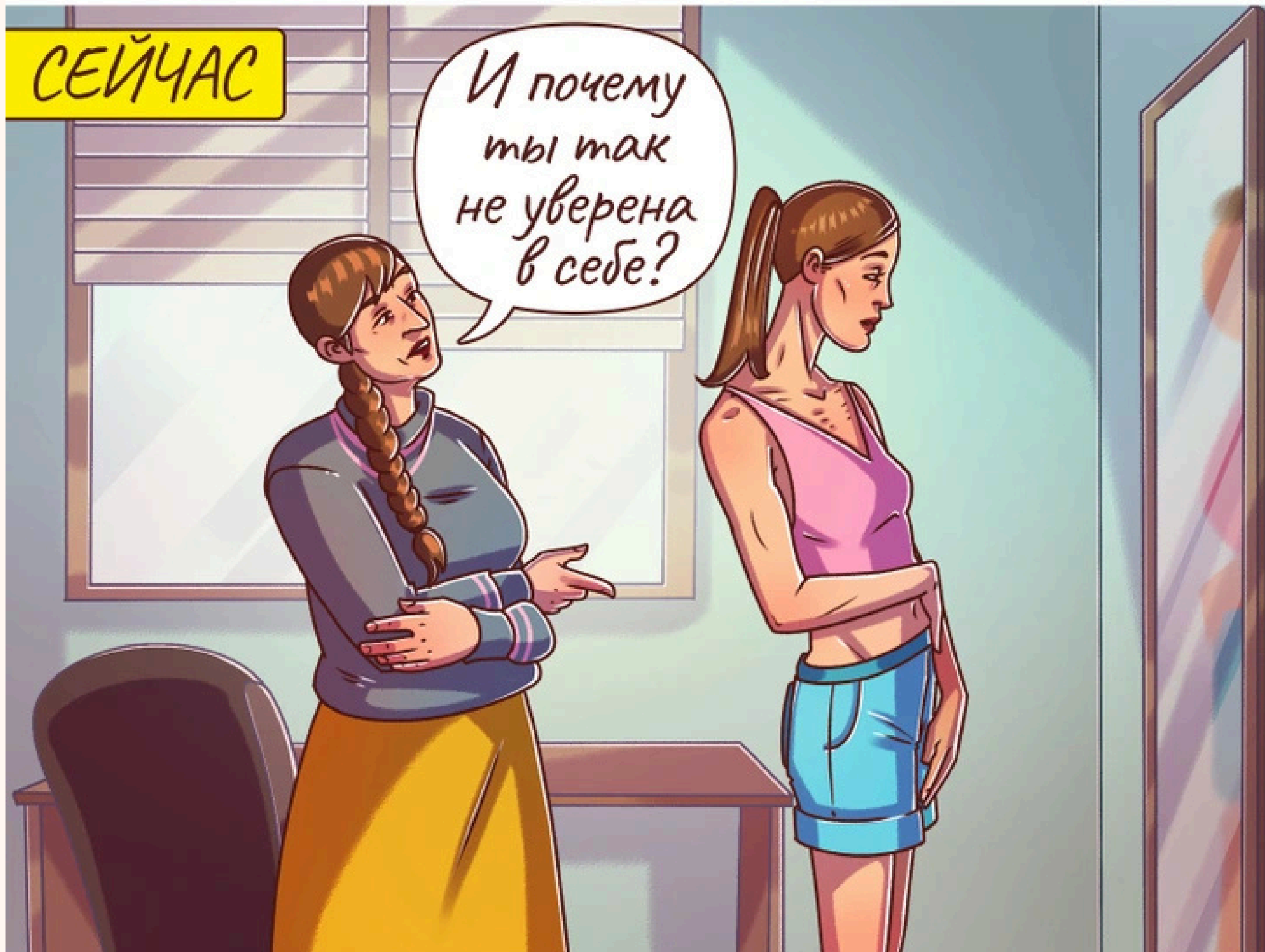




Нередко в семьях дети сталкиваются с ситуацией, когда одного из братьев или сестер родители любят больше. Например, считают, что старший должен взять на себя функции родителя, и ругают его за каждый проступок, в то время как младшему ребенку любая шалость сходит с рук. Или, напротив, старшего постоянно 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.





«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.



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.



ТОГДА

Как это хочешь
развестись?
А что люди скажут?!



«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?***