

10 ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПРОБЛЕМА, ЗА КОИТО СА ВИНОВНИ РОДИТЕЛИТЕ НИ

Повечето психологически проблеми се коренят в детството. Но понякога връзките не са толкова очевидни, не говорим за системен тормоз или пълна липса на внимание – понякога дори обикновеното на пръв поглед поведение на нашите родители може да е причината за емоционалните ни проблеми като възрастни. Безпокойствие, нервност, депресия, липса на самостоятелност. Виновни за тези проблеми са майките (или бащите), които кражат около децата си като орлици. Те имат изцяло добри намерения, но такава свръхзагриженост води до психологически проблеми у детето. Ако не можеш да вземеш важно решение, без да се обадиш на родителите си за съвет, най-вероятно и твоите родители са прекалили с усилията да те предпазят от целия свят. Зависимости и екстремни спортове. Ако родителите често са казвали на детето си колко много проблеми им създава, то ще реши, че е по-добре да го няма и всички ще са по-щастливи без него. Вследствие на това, като възрастен човек, то ще се опитва подсъзнателно да се разруши – чрез алкохол, наркотици, цигари или екстремни и опасни спортове. Неспособност да се отпуснеш „Бъди сериозна!“, „Спри да се лигавиш!“, „Не се дръж като бебе!“ – такива фрази създават възрастни хора, които никога не могат напълно да се отпуснат, които не разбират децата и мразят незрелите хора около тях. Те са винаги сковани и не могат да се забавляват. Ниско самочувствие и желание да бъдеш някой друг. Родителите, които сравняват децата си с други „подобри“ деца, ще превърнат детето си в себекритичен тийнейджър и неуверен възрастен. Такива деца ще се стремят да бъдат най-добрите, но вътре в себе си винаги ще смятат, че не са достатъчно добри. Проблеми в личния живот, липса на доверие. Ако родителите съветват детето да не вярва на никого, то ще им повярва и ще възприеме света като враждебно място, пълно с капани. Такова дете няма да може да се довери и на приятелите си, които са доказали лоялността си. То винаги ще живее в съмнение. Търсенето на партньор с родителско поведение „Още си малка за това“ – идеалният начин да създадете жена, която винаги ще се чувства и ще се държи като малко момиче. Такова дете вероятно винаги ще си остане „твърде малко“ и ще търси партньор, който да се държи с него като с родител. Такива деца винаги са зависими от партньора си, когато пораснат. Потискане на собствените таланти, липса на инициативност, деструктивни забавления. Ако родителите често са използвали фрази като „Не се прави на много умна!“, „Голям си отворко!“ или „Спри да витаеш в облаците“, детето няма да изгради собствено мнение, никога няма да проявява самоинициатива и няма да има никакви

лидерски качества. Като възрастни такива деца се опитват да удавят амбициите си и да запълнят живота си с алкохол и безсмислени забавления. Затвореност, потискане на емоциите Липсата на емоции и загриженост от страна на родителите винаги оказва влияние на детето, дори и да е само на подсъзнателно ниво. Когато на едно дете често му е казвано да не мрънка, да спре да плаче, да не се оплаква и т.н., то започва да се затваря в себе си. Тези потиснати емоции могат да доведат до психосоматични проблеми. Депресия, чувство за вина „Знаеш ли от колко много неща сме се отказали, за да бъдеш щастлив/ за да получиш образование!“ След такива реплики детето започва да чувства незаслужена вина. До същия ефект водят и завишените очаквания на родителите към оценките в училище – ако те очакват детето да е винаги перфектно и го наказват (или мъмрят) за лошите оценки, детето ще е под постоянен стрес. Липса на самостоятелност Има един специален тип родители параноици, които не оставят детето си да прави каквото и да било: „Не пипай котката! Ще те одраска!“, „Не сядай на ръба!“, „Не прави това!“. Ако детето постоянно чува такива заповеди, ще го е страх да вземе каквото и да е решение само. Освен това ще бъде пасивен и безотговорен възрастен.

Източник: <https://dama.bg/article/10-psihologicheski-problema-za-koito-sa-vinovni-roditelite-ni/16432?fbclid=IwAR0LpOYJQJOYQtWSCIBKb1NoV6-0feqY10C2DqJ7MNI77G4QAiBkNjJMKNE> © Dama.bg

Източник: <https://dama.bg/article/10-psihologicheski-problema-za-koito-sa-vinovni-roditelite-ni/16432?fbclid=IwAR0LpOYJQJOYQtWSCIBKb1NoV6-0feqY10C2DqJ7MNI77G4QAiBkNjJMKNE> © Dama.bg