

Недолюбленные дети: признаки, последствия, помощь

Не секрет, что многие родители не успевают общаться с детьми, занимаясь карьерой или много работая, чтобы обеспечить отпрысков всем необходимым. Есть те, которые часто обижают детей. Некоторые родители занимаются личной жизнью, отодвигая детей на второй план, и они не чувствуют эмоциональной близости с родителями.

Кроме того, в силу ряда обстоятельств у ребенка просто может не быть настоящих родителей, а приемные мама и папа (опекуны) часто окружают заботой, но не дают эмоциональной близости.

Так или иначе, но вокруг нас много недолюбленных детей. Они часто хорошо «упакованы», накормлены-напоены, одеты-обуты. Кажется, что у этих детей есть все для счастливой жизни, но они чувствуют себя одинокими.

Причины недолюбленности

Потребность в любви заложена природой, но, к сожалению, не всегда удовлетворена:

- родители не умеют правильно проявлять свою любовь, задаривая детей дорогими подарками и лишая их при этом постоянного общения;

- мама и папа зацикливаются на успехах ребенка и оставляют без внимания его личные потребности и желания;

- молодые родители не готовы к воспитанию детей, они не ощущают связь с ним, воспринимают его как обузу, выполняют родительские обязанности как повинность;

- делают из старшего ребенка няньку для младших или прислугу по дому, отменяя саму возможность отношения к нему как к самостоятельной личности;

- принципиально считают, что детей нельзя баловать, а нужно держать в строгости;

- просто не любят своего ребенка, так как он был незапланированным, «испортил» карьеру, «мешает» жить полноценной жизнью, похож на «непутевого» отца, недостаточно умен или красив.

Детям необходима забота. Но еще нужно, чтобы взрослые обнимали их, целовали, говорили о любви, интересовались делами и переживаниями, делились секретами, играли и гуляли, читали книги. И делали бы это искренне, по-настоящему. Ребенок чувствует, когда его не любят. Никакие гаджеты и игрушки не заменят детям любви родителей.

Признаки и последствия недолюбленности

Все дети разные. Кто-то никак не проявляет потребность во внимании, уходя в себя и делаясь незаметным и застенчивым, а кто-то постоянно пытается обратить на себя внимание плохим поведением и капризами.

Недостаток любви и внимания приводит к весьма противоречивым эмоциональным состояниям:

- завышенная самооценка, высокомерие, самомнение;
- эгоцентризм;
- заниженная самооценка, застенчивость, неуверенность в себе;
- постоянное самобичевание, неприятие себя;
- аутистические черты;
- склонность к депрессии;
- неспособность справиться с трудностями;
- агрессивность и жестокость;
- симптоматическое поведение: болезненное состояние, желание жалости;
- склонность к суицидальным мыслям и поступкам.

У недолюбленных детей часто наблюдается слабая мотивация к любой деятельности, трудности в общении со сверстниками.

Ребенок чувствует себя ненужным, ему кажется, что все вокруг относятся к нему враждебно. Он настроен на защиту.

Из недолюбленных детей вырастают такие же взрослые:

- замкнутые и нелюдимые;
- неуверенные в себе и пассивные;
- высокомерные и наглые;
- жестокие и агрессивные.

Недолюбленные в детстве взрослые не способны создать счастливую семью, так как не умеют любить и доверять. Они попадают в неприятные ситуации, неправильно оценивая свои возможности и постоянно ожидая подвоха от окружающих. Как правило, эти люди очень одиноки и несчастны, даже если им удастся создать семью.

Как помочь недолюбленному ребенку

Благополучному ребенку не нужно привлекать к себе внимание или доказывать что-то окружающим. Он и так все о себе знает: его любят таким, какой он есть. А значит, его жизнь занята важными делами: учеба, творчество, спорт, увлечения. Он доверяет своим родителям и другим людям.

Плохое или неестественное поведение детей – это признак психологического дискомфорта. Гиперактивность, демонстративность, агрессивность, замкнутость, негативизм, строптивость – это все признаки недостатка любви. А значит, нужно задуматься над своим отношением к ребенку.

Шаг 1. Оцените, как вы проявляете любовь. Сделать это необходимо ради будущего своего ребенка.

Шаг 2. Расставьте приоритеты. Дети растут быстро, а дела есть и будут всегда. Важно сейчас проводить время со своими детьми, а не откладываете его на потом.

Шаг 3. Проявляйте свою любовь. Помните о телесных контактах: целуйте и обнимайте своих детей, грейте ладонки, держите за руки. Говорите, что они самые умные, самые красивые, самые лучшие.

Гордитесь их успехами.

Внутри каждого взрослого сидит ребенок. Это он плачет, пасует перед трудностями, боится других людей. Из-за нерешенных детских проблем страдает взрослая жизнь. Подумайте над этим и прямо сейчас скажите своим детям, что любите их.

Материал подготовлен:

ТОГБУ «Центр по оказанию психолого-педагогических услуг «Доверие»