

КАК И ПОЧЕМУ РОДИТЕЛИ МЕШАЮТ ДЕТЯМ ПОВЗРОСЛЕТЬ: РАБОТА НАД ОШИБКАМИ

Бывает, что дети выросли, но психологически остались незрелыми.

И это сильно влияет на их взрослую, но несамостоятельную жизнь и общение с окружением.

Почему так происходит?

Отсутствие реализации в других сферах жизни

Когда родитель был полностью поглощён воспитанием ребёнка, у него возникает подсознательный страх, что ребёнок уйдёт - и жизнь потеряет смысл, поскольку в ней ничего важного не останется.

Что делать: наполнять свою жизнь разными вещами, помимо детей. Например, общением с друзьями и с партнёром, хобби, поездками, работой. Для ребёнка быть смыслом жизни родителя - непосильная ноша.

Желание быть кому-то нужным

Если в жизни человека почти нет людей, с которыми ему удалось установить близкие отношения, он непроизвольно может поддерживать зависимость ребёнка от себя, чтобы подольше чувствовать свою ценность и нужность.

Что делать: заводить контакты, улучшать отношения с людьми, чаще приглашать друзей на чашку чая. Хотя повзрослевшие дети проводят меньше времени с родителями и уже не нуждаются в них так остро, тем не менее взрослый родитель может стать старшим другом, наставником, к которому можно обратиться за советом.

Попытка компенсировать потребности, которые сами в детстве не удовлетворили

Многие родители пытаются дать своему ребёнку то, чего им самим не хватило в детстве, но такое поведение чревато тем, что ребёнок привыкает без труда получать всё желаемое, а биологически повзрослев или оставшись без опеки родителей, человек имеет все риски столкнуться с болезненной реальностью, осознав, что не умеет чего-либо добиваться самостоятельно и порой даже не представляет, с чего начать.

Другая сторона медали - пытаться за счёт ребёнка “наверстать упущенное” и реализовать в нём то, чего не добились сами, не учитывая при этом желания, способности, таланты, особенности характера и темперамента ребёнка.

Что делать: искать баланс в подарках и развлечениях, между своими стремлениями и желаниями самого ребёнка. Возможно, какие-то вещи вы можете купить просто так, но когда ребёнок просит что-то ценное, то для него будет полезнее, если он заслужит это своими стараниями и посильной подработкой. И ни в коем случае не пытайтесь насильно реализовать свои несбывшиеся мечты и неудовлетворенные амбиции через ребёнка. Он - не вы. Вы разные люди. У него свой путь, который вы должны помочь ему пройти, а не прожить вместо него.

Родители боятся стареть

Признать, что ребёнок повзрослел, означает признать, что молодость тоже потихоньку проходит. Это переживание может быть сопряжено и со страхом одиночества, если родители потеряли связь друг с другом и взаимный интерес. Бывает и так, что в семье остаётся только один родитель.

Что делать: признать, что часть времени и возможностей уже ушли, но это далеко не конец. Дети покидают родительское гнездо, и остаётся время и пространство, чтобы заняться теми делами, на которые раньше не хватало сил и времени.

КАК ВЫГЛЯДИТ ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК В «ДЕТСКОЙ ПОЗИЦИИ»

- у него заниженная самооценка, он не уверен в себе;
- у него есть комплексы и страхи;
- надолго остаётся финансово и эмоционально зависимым от родителей;
- не может самостоятельно принимать решения, зависит от мнения окружающих;
- плохо контролирует эмоции, чрезмерно обидчив, агрессивен, капризен;
- действует необдуманно, импульсивно;
- тяжело принимает ответственность за свои поступки, даёт обещания, но не выполняет;
- эгоцентричен, ориентируется исключительно на собственные интересы, не учитывая интересы других людей;
- тяжело принимает ограничения, нарушает границы и договоренности;
- редко достигает успеха в карьере

ВРЯД ЛИ РОДИТЕЛИ ЖЕЛАЮТ СВОИМ ДЕТЯМ ВСЕГО ЭТОГО...

ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ ДЕТЯМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПОВЗРОСЛЕТЬ?

1. Ставьте перед ребёнком посильные цели соответственно возрасту и **ВЕРЬТЕ**, что он справится. Важно найти баланс, чтобы не перегрузить его обязанностями, но при этом дать ему возможность проявить себя.
2. Отпустите/ослабьте контроль - **ДОВЕРЯЙТЕ** ребёнку. Вы - родитель, и вы всегда будете переживать. Просто почаще вспоминайте себя, свои ошибки и свои "грабли". И попробуйте представить, что бы с вами было без этого опыта, который вы в итоге вынесли. Чем раньше человек сталкивается с трудностями, тем эффективнее он сможет с ними справиться - особенно если у него есть чуткая поддержка близких.

ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ ДЕТЯМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПОВЗРОСЛЕТЬ?

3. ПОДДЕРЖИВАЙТЕ в начинаниях и инициативе. Если постоянно ограничивать или пресекать его инициативу, он просто перестанет её проявлять. Вы получите послушного, но совершенно пассивного человека, который не имеет собственных устремлений.

5. ПРИМИТЕ, что у вашего ребёнка будет свой уникальный опыт, который поможет ему лучше понять мир. От всех ошибок его не застрахуешь, но важно, чтобы вы и ваш дом оставались для него островком поддержки, куда он может прийти в трудной ситуации. Если после каждого промаха ребёнок слышит: “Мы же тебе говорили!” - то вряд ли захочет к вам обращаться.

6. БУДЬТЕ для ребёнка авторитетом и примером. Обратите внимание, насколько вы сами способны управлять эмоциями, удовлетворять свои потребности, выстраивать комфортные отношения, брать на себя ответственность за собственные решения.

4. ПРИСЛУШИВАЙТЕСЬ к мнению ребёнка. У него должны быть свои предпочтения: обои в свою комнату, образ на выпускной, затем - свой круг общения, а позже и партнёр для жизни. И даже, если вы лучше в чём-то разбираетесь, никто не знает, что именно сделает вашего ребёнка счастливым. Поэтому так важно не наседайте с советами, а давать возможность ошибаться и “набивать шишки”. Ваша задача - показать, что в нужный момент родители будут рядом и помогут исправить ошибки.

Взрослые дети тоже должны знать одну вещь: если вам до сих пор важно одобрение родителей, если вы злитесь на то, что они не соответствуют вашим ожиданиям (не так поддерживают, не то говорят, лезут с советами и т. д.), если вам постоянно хочется что-то доказать им, то вы психологически не повзрослели. В таком случае шансы, что вас будут воспринимать как взрослого независимого человека, крайне малы.