

Седем отличителни белега в поведението на пренебрегваните деца

Децата имат нужда от вода, храна, подслон, дрехи, но те се нуждаят и от емоции, от подкрепа, разбиране и обич. Възрастните не бива да са пестеливи в изразяването на подкрепа и любов, защото децата имат нужда от тях ежечасно.

През ранните детски години детският мозък се развива изключително бързо, това е периодът през който в мозъка се образуват сложни неврогенни връзки, формират се мозъчните неврони – процес известен в науката като миелинизация. Мозъкът на човешкия индивид се формира до 80% на четиригодишна възраст, а според учените, човешкото подсъзнание диктува приблизително 95% от поведението на всеки.

Това „подсъзнателно програмиране“ се случва реално между раждането до шестата година от живота.

Връзката между развитието на мозъка в ранното детство и особеностите в характера на личността, в която ще се превърне по-късно то, е неоспорима. Преживяванията на децата в ранното им детство играят огромна роля за трупането на житейски опит, който е безценен за разбирането на света. Именно поради тази причина, детството е отговорно за оформянето на личността и поведението като едно цяло.

Нежеланите дъщери на необичащи майки: 7 общи признака

Как пренебрежението, игнорирането и липсата на прояви на обич в детството се отразява на децата и кои са признаците, които показват, че един възрастен е бил лишен от внимание като дете?

1. Липса на доверие към околните

За да развие чувство на сигурност и доверие към другите, всеки се нуждае от сигурна обкръжаваща среда. Затова е важно детето да контактува с хора, които му вдъхват доверие, сигурност, стабилност, безопасност, без да се натрапва усещането, че детето получава всичко това даром.

Ако едно дете не усеща грижата на околните, ако му липсва спокойна и топла среда, то трудно ще се научи да се доверява на другите, а като възрастен най-вероятно и трудно ще може да я отдава. Подобна липса би затруднила всеки тип взаимоотношения на по-късен етап от живота на отделния човек.

2. Ниска емоционална интелигентност

Чрез думите и жестовете на хората от своето обкръжение, децата се учат да разбират емоциите. За тях комуникацията с други човешки същества от първия ден на живота им е основополагаща и има решаваща роля за формирането на умения, чрез които детето започва да изразява своите чувства, да осмисля страховете си, да осъзнава отрицателните емоции и да развива устойчивост към различните житейски ситуации в ежедневието си. Ако едно дете не е в състояние да тълкува правилно емоционалните си състояния, то може да не

успее да развие едно от най-съществените качества в живота, а именно емоционалната си интелигентност.

3. Страх от провал

Децата, които израстват в пренебрежителна и игнорираща среда обикновено не успяват да развият здравословно самочувствие. И обратно, стимулиращата среда на уважение, обич и доверие внушава увереност и дава устойчивост на характера. Недостатъчно обичаните деца почти винаги се отличават с липса на самочувствие и като възрастни страдат от неоправданото усещане, че с каквото и да се захванат, ще се провалят.

Много интелигентни и талантиливи хора не успяват да разкрият своя истински потенциал само защото като деца не са били достатъчно обичани и поощрявани да покажат всичко онова, на което са способни.

4. Токсични взаимоотношения

Човешкият мозък се учи основно чрез асоциации и разпознаване на образи. В психологията и когнитивната неврология, разпознаването на образи е познавателен процес, който съвпада с информация, получена от външния свят с информация, извлечена от паметта. По отношение на човешките взаимоотношения, пренебрегваните деца винаги ще търсят връзка с вече познатото, с готовите стереотипи, а това ще ги тласка към създаването на връзки с токсични хора, от които реално те не само няма да научат нищо ново и полезно, а дори обратното – ще получат негативно и натоварващо отношение.

5. Несигурност и фалшива привързаност

Една положителна среда, извън семейната, до известна степен помага на детето да се противопостави на негативността, с която се сблъсква у дома. Именно тук се появява опасността от фалшива привързаност и липса на откровеност. Защото, ако едно дете не усеща сигурност у дома, няма основания да разчита на най-близките, които са реално отговорни да осигуряването на неговото благоденствие, то едва ли ще има повод да се довери на чужд човек, но когато го направи има голяма вероятност тази човек да се окаже подходящ и дори да се възползва злонамерено от ситуацията.

6. Депресия и тревожност

За никого не е изненада, че необичаните деца в повечето случаи имат емоционални и психични проблеми. Депресията и тревожността са едни от най-често срещаните и дори неизбежни усложнения, които се проявяват при пораснали деца и възрастни, които в детството си са били пренебрегвани и не са били достатъчно обичани.

7. Свръхчувствителност

Обикновено свръхчувствителността е плод на страха от отхвърляне, от усещането за недооцененост и незначителност. Този страх може да съпътства човек през целия му живот – от ранното детство до зрелостта, а и след това. Тези хора често чуват съвета: *„Престани да си толкова чувствителност“* или *„Не го приемай лично“*. По своята същност тези съвети са добри сами по себе си, но за хората, израснали в среда без доверие, разбиране и обич е невъзможно те да бъдат осъзнати и приложени, защото психиката така им налага. Чести са и случаите, в които околните злоупотребяват с подобни изрази, като ги използват без да осъзнават, че така те омаловажават проблемите на свръх чувствителните хора и ги карат да се чувстват още по-зле.

Много често, свръхчувствителните хора са склонни да занимават околните с проблемите си, както и да ги проектират върху тях. Не е нужно да ги обвиняваме за това, по-добре е да се опитаме да разберем тази тяхна склонност и да я приемем, дори да не можем да помогнем.

Всеки възрастен има свои начини да показва обичта си към децата, същественото е да я поставя винаги в основата на отношенията си с тях, така че те да я усещат и възприемат по най-чистия и неподправен начин. Само така, когато вече са възрастни, те ще могат да я предадат на своите деца.

20 важни житейски напътствия за родители

Полезни съвети:

- *Проявата на обич и привързаност към децата трябва да е приоритет за всеки родител, всеки ден.*
- *Децата имат нужда да бъдат хвалени за постиженията си.*
- *Демонстрирането на емоционална зрялост, спокойствие и търпение създава положителна перспектива в децата. Това създава усещане за увереност на децата и подхранва тяхното самочувствие.*
- *Емоционалното и физическо развитие на децата може сериозно да пострада, ако един родител е постоянно мрачен, недоволен, раздразнителен, тъжен и негативно настроен.*
- *Ако като родители не се чувствате достатъчно уверени, потърсете помощ от вашите роднини, приятели или от специалисти – педагози и детски психолози, така че да сте сигурни, че давате на детето си най-важното – обич, а тя ще го дари с увереност и самочувствие.*

по материали от www.powerofpositivity.com