**«Они нам только добра желали»: как детские травмы откликаются во взрослых**

**55 921**



*У нас удивительное общество: сначала мы обвиняем родителей, который всё делают не так, потом — выросших детей, которые своих родителей не ценят, не любят и не уважают. Наш блогер Ксения Состина предлагает перестать судить, научиться признавать свои ошибки и нести ответственность за свои же поступки. Особенно по отношению к детям.*

Трудности между выросшими детьми и их родителями вызывают многостраничные обсуждения и ожесточённые споры в интернете. Как правило, сначала идёт описание «трудного детства» автора, полное разнообразных историй от смешных и надуманных до совершенно жутких. А потом приходят комментаторы. Те, кто прошёл подобное, пишут слова поддержки, выплёскивают собственную боль, рассказывают об успешной терапии. Те, кто застрял в отрицании или защищает себя иначе, возмущённо сообщают, что родители одни, любить их следует несмотря и вопреки и вообще — «они нам только добра желали». И всегда будут люди, сурово требующие: «Хватит лелеять свои детские обиды; сколько можно во всём винить родителей; что вы ноете вместо того, чтобы действовать; нашли себе оправдание» и т. п.

На мой взгляд, главная проблема этих споров в путанице терминов. Большинство использует привычное и удобное слово «вина» и почти никогда ситуации не рассматриваются с точки зрения «ответственности».

Всё, что было с человеком в детстве, — ответственность его родителей

Они принимали решения, вели себя так, а не иначе, их решения и поведение создали предпосылки для проблем конкретного ребёнка в будущем. Сам ребёнок здесь ни на что повлиять не мог. Он мог приспосабливаться, терпеть, вырабатывать стратегии и ждать, когда вырастет.

А вот то, что происходит, когда ребёнок вырос, — полностью его ответственность. Он может искать решение своих проблем, пойти на терапию, может читать и думать, а может просто обвинять и жаловаться. Это уже его выбор. Однако комментаторы, не зная, что именно делает взрослый человек со своими проблемами, сразу припечатывают его любимым «хватит обвинять родителей».

**Читайте также:**

[](https://mel.fm/vospitaniye/7650342-aggressive_children%22%20%5Ct%20%22_blank)

**[10 лёгких способов вырастить агрессивного ребёнка](https://mel.fm/vospitaniye/7650342-aggressive_children%22%20%5Ct%20%22_blank)**

Ярким примером такой путаницы для меня стал текст известного психолога Анны Кирьяновой «На родителей часто обижаются…» В каком-то смысле это история-адвокат, выстроенная так, чтобы защитить родителей от любых вопросов и сомнений. А для ребёнка, выросшего в дисфункциональной семье запутать то, что мы и так не можем до конца понять и распутать. На примере этого текста, хочу обсудить мучительные противоречия, терзающие выросших детей. Когда в голове борется мысль «они же мои родители, я их люблю или должен любить; а если их не станет» и пр. с мыслями «за что они так со мной; что со мной не так; почему я не могу нормально с ними общаться».

**1. Кричали**

Пустяк? Ну подумаешь — кричали! Зато, как дальше трогательно указывается в статье, ночей не спали, в аптеку ходили. Крик, господа, бывает разный. Можно накричать от усталости и безысходности, от неумения решить возникшую проблему другими способами, от нервного срыва, от страха. И если в доме крик скорее исключение, чем правило, а родители понимают, что надо решать вопросы с помощью диалога и только иногда их заносит, после чего они могут извиниться — ни один нормальный взрослый человек на это «обижаться» не будет. Потому что в целом в семье был диалог и грамотное общение.

Но бывает другой крик: злобный и ненавидящий, не имеющий другой причины, кроме желания сорваться за свои проблемы на более слабом. И этот крик, особенно постоянный, озлобленный, возникающий по абсолютно непредсказуемым причинам, убивает любовь, уважение, рушит самооценку, растит в ребёнке тревожность, страх, неуверенность, ломает душу маленького человека. И этот крик — страшен.

Обозначать «крик», не разделяя варианты и обесценивая тяжелые переживания детей, росших в атмосфере постоянного унизительного ора, — нечестно.

Конечно, ни одному из родителей не хочется брать на себя ответственность за такой крик

Честно признать, что был настолько морально некрасив — почти невозможно. Поэтому проще создать схемы «отрицания», опять обвинить ребенка, или вовсе переложить ответственность на что и кого угодно — жену, мужа, работу, страну, политический строй, ужасные девяностые, президента и инопланетян. Только бы не признать её за собой. Хотя выбор — кричать или не кричать — лежал и лежит всегда только на самом человеке.

**2. Мало внимания уделяли**

Коротко и просто. Ну как можно на такое обижаться? Ведь если уделяли мало внимания, то «потому что работали, а работали для тебя же — чтобы у тебя всё было, чтобы ты ел полезное и ездил на море». То есть не подкопаешься — если ты обижен на «мало внимания» — ты не прав и, вероятно, глуп. И ещё «сам виноват» перед родителями, которые на тебя жизнь положили в трудах, аки пчела. Но давайте опять посмотрим на ситуацию в объёме.

Для каждого ребёнка ценно время, проводимое с родителями: игры, прогулки, поездки, общение. В сутках 24 часа. И только сам человек решает, куда и как он их потратит. Родитель сам составляет свой график, чтобы, имея хотя бы один свободный вечер в неделю, всегда выбирать ребёнка или. . дополнительную работу, телевизор, пиво. И если ребёнок постоянно в детском саду, на продлёнке, у бабушек, в лагере при двух по нормальному графику работающих родителях, при отсутствии семейных форс-мажоров, то рано или поздно выросший ребёнок задаст вопрос: «А зачем меня вообще родили? Чтобы меня растили бабушки и воспитатели? Чем руководствовались мама и папа? Традициями и мнением окружающих, мол, поженились и надо родить ребенка?»

**Читайте также:**

[](https://mel.fm/psikhologiya/5327841-passive_aggression%22%20%5Ct%20%22_blank)

**[Агрессия — это не только «бить» и «оскорблять». А ещё сарказм, молчание, игнорирование](https://mel.fm/psikhologiya/5327841-passive_aggression%22%20%5Ct%20%22_blank)**

И невозможно обмануть уже выросшего ребенка, который (если вырос человек умный) может отличить реально тяжелый и почти беспрерывный труд на благо семьи именно потому что «выбора не было» от своей вечной ссылки к бабушке потому, что «мама устраивала личную жизнь» (и не надо говорить, что это редкость) или потому что родители хотели спокойно отдохнуть на выходных, в отпуске, по вечерам.

Потом этот выросший ребёнок будет всю жизнь ощущать свою ненужность, непонятность присутствия в этом мире, страх обратить на себя внимание, потому что не очень понимает, что он вообще имеет хоть какую-то ценность и значение.

Если уж маме и папе до него вечно не было дела, то как можно ждать этого от чужих людей? Это серьёзная проблема и ответственность родителя, которую большинство не захочет признать и умело спрячется за словами о «работе, чтобы у тебя всё было».

**3. Давали подзатыльники**

Между делом упростили и обесценили домашнее насилие. По затылку ударили — пустяк, ерунда, царапина. Не он первый, не он последний. Переживёт, из лучших же побуждений. Подрастёт — спасибо скажет.

Здесь та же ситуация что с криком: если было раз или два в безусловно стрессовой и невероятной для обыденности ситуации, если потом извинились и сказали ребёнку, что какая бы ни была ситуация — никто не смеет поднимать на тебя руку — на такие вещи не «обидится» никогда ни один здравомыслящий, психологически выросший человек. Потому что родитель уже взял на себя ответственность за свой поступок, извинился и дал ребёнку нормальный алгоритм реакции на событие.

А если подзатыльники (и не только) летят по поводу и без, если насилие стало нормой в семье?

Если нет диалога, цивилизованных способов решения проблем, умения уважать чужое мнение? Чего потом хотят такие родители? Благодарности, любви и уважения? Потому что «бил», зато «ночи не спал, кусок получше отдавал, в аптеку бегал»? Нет. Нельзя такими передёргиваниями оправдывать скотство. А поднимать руку на ребёнка по-простому называется скотство. И никакие аптеки и бессонные ночи не являются оправданием или компенсацией побоев. Это вообще не ставится рядом. Мухи отдельно, котлеты отдельно. В данном случае — физическое насилие, применяемое регулярно или изредка, но при этом оправдываемое родителями — однозначное зло.

Здесь есть только один выход — взять на себя ответственность, честно признать, что творили зло или потакали злу, не идя на защиту своего ребёнка. Признать и постараться исправить то, что ещё можно. В жизни своего ребёнка, в вашей семье, в душе. А не прикрываться фиговым листком «покупания новых башмачков».

**4. Не купили игрушку**

Здесь очередное передёргивание, чтобы показать как «глупы» эти детские обиды. В таком виде, безусловно, глупы и наивны. И любой умный и (снова повторюсь) психологически взрослый человек никогда не будет обвинять в таком родителей. Так что — просто специально вписанный в перечисление пустяк, чтобы обесценить действительно важные переживания.

**5. Выясняли отношения между собой**

Все знают и всегда знали, как родительские ссоры влияют на детей. В семье, где постоянно происходят ссоры или папа и мама вечно играют в молчанку, расти тяжело, у этого есть последствия. И это снова территория родителей, которая опять-таки не компенсируется заботой в других сферах. И такая ситуация требует честного признания своего неумения выстроить грамотные отношения и принятие на себя ответственности за то, каким образом вы коммуницировали в семье и что усвоил из этого ваш ребенок.

**Читайте также:**

[](https://mel.fm/podrostki/8360541-parents_conflict%22%20%5Ct%20%22_blank)

**[«Родительские крики неделями звучали в моей голове». Что чувствуют подростки, когда ссорятся их родители](https://mel.fm/podrostki/8360541-parents_conflict%22%20%5Ct%20%22_blank)**

Будет ли он в будущем манипулятором, пассивно-агрессивным, замкнутым, наглым или будет способен выстраивать грамотные коммуникации на равных — зависит от того, что он впитал в семье. Ваша ответственность огромна. Возьмите уже её на себя и признайте, что были несовершенны, общались, как умели и не слишком грамотно, и тогда у вашего выросшего ребёнка появится шанс откинуть установки, которые он считает единственно возможными.

Конечно, взрослый психологически человек может и сам пересмотреть семейные установки, но это требует большой душевной работы

И если он это сделал, душевно вырос, изменился — удивляться или обижаться что такой ребёнок испытывает трудности в общении с родителями — странно. Он живёт в другом мире, где разговаривают честно и открыто, не используют манипуляции и пассивную агрессию и дело не в обидах, а в разных уровнях душевной жизни. Причём, подниматься к нему придётся родителям, и получится это только в том случае, если родители признают свои ошибки, решат их исправить и изменить свои схемы общения. Впрочем, чаще всего родители занимают инфантильную позицию, пытаясь спрятать проблемы за нарядным фасадом фраз про «невероятную родительскую любовь», которой, похоже, по неведомым причинам, должно прощаться всё.

**6. И последнее: мало любили**

Как повернётся язык сказать такое маме и папе, если нам веками вбивали в голову аксиому о святости родительской любви? Помните эту фразу: «Умрут, и тогда поймете, мало они вас любили или безмерно»? Но мне кажется, что это либо очевидно при жизни либо нет. И смерть тут ничего кардинально не меняет. А сама подача снова льёт бальзам на сердца родителей и «напоминает глупым и неблагодарным детям»: вот мама и папа, скромные, всю жизнь в работе, всё для детей, которые не ценили, не понимали, не видели. Вот родителей не стало, и тут-то дети возрыдали, всё поняли, а было поздно и никогда уже они не скажут, как бесценны были мама и папа. Похоже на мечты инфантильного подростка из серии «меня никто не любит, а умру, и будут плакать и все поймут».

В истинной семье люди ценят друг друга и говорят об этом всегда, потому что это их реальность, они живут в мире, где есть любовь и благодарность. А если это не так — значит, есть проблемы и их можно и нужно решать.

Или можно ждать, пока умрёшь. И дети поймут. Правда, не уверена, поймут ли?

Чаще всего в нашем мире слово «любовь» давно и успешно подменено словом «долг». Ведь всё, что заставляет недолюбленных мам и пап ронять скупые слёзы, — «отдавали лучший кусочек, тратили последние деньги на самые красивые башмачки, бегали за лекарством в ночную аптеку и спали на коврике. Или не спали, когда мы орали и болели» — вообще-то обыкновенная родительская норма, которая к любви не имеет ровно никакого отношения. Потому что когда мужчина и женщина приняли решение родить ребенка, они автоматически взяли на себя ответственность за его здоровье и благополучие: сначала физическое, а потом душевное. Это был только их выбор и только их ответственность.

*Вы находитесь в разделе «Блоги». Мнение автора может не совпадать с позицией редакции.*

*Иллюстрация: Shutterstock / Archv*

**Рассылка «Мела»**

Начало формы

Конец формы

Мы отправляем нашу интересную и очень полезную рассылку два раза в неделю: во вторник и пятницу

Чтобы сообщить об ошибке, выделите текст и нажмите Ctrl+Enter

[К комментариям](https://mel.fm/blog/kseniya-sostina/92167-oni-nam-tolko-dobra-zhelali-kak-detskiye-travmy-otklikayutsya-vo-vzroslykh?utm_referrer=https%3A%2F%2Fzen.yandex.com&utm_campaign=dbr#comments)

[](https://mel.fm/blog/kseniya-sostina)

[**Ксения Состина**](https://mel.fm/blog/kseniya-sostina)

Подписаться

2779