

Емоционалните травми в детството

... и последиците от тях в живота на по-късен етап.



Детството е много крехък и важен период в развитието на човека. Насилието и травмите в тази възраст могат да причинят психологически, социални, сексуални и физически проблеми на по-късен етап от живота, които понякога е почти невъзможно да бъдат преодоляни без интензивна терапия и лечение.

Предлагаме ви преглед как различните форми на насилие рефлектират върху детето и какво може да бъде направено за намаляване на проблемите, които се проявяват, ако не са взети подходящите мерки навреме.

Колкото по-близка е връзката между жертвата и насилника, толкова по-унищожителен е ефекта върху детето, твърди д-р Дарлин Бериър, която извършва обучения за предпазване и предотвратяване на насилието и малтретирането на деца. Оказва се, че родителите са най-честия източник на емоционално насилие и за съжаление, това е най-трудно уловимата форма на насилие, тъй като физически няма следи, които да бъдат забелязани.

Емоционалното насилие се характеризира като постоянно негативно общуване с детето, което му действа деморализиращо и го обезкуражава. Децата са много чувствителни и възприемчиви и ако непрекъснато им се повтаря, че не са достатъчно добри или ако се провокира отрицателно отношение към личността им, то те ще започнат да вярват, че това е наистина така и че те наистина са такива. Смята се, че дори и единична проява на отхвърляне или изолиран епизод на емоционално насилие, може да имат въздействие върху психиката на детето за дълго време.

Емоционалното насилие може да не оставя външни рани и белези, но ще причини забележими промени в поведението и отношението на детето.



Следите от емоционалното насилие варират в зависимост от възрастта и пола на детето, което в известна степен се дължи на различните стилове на възпитание, които родителите прилагат при двата пола. Например и до днес момчетата биват учени, че “мъжете не плачат” и че приемливата проява на емоция за тях е гнева, докато момичетата – обратно – биват възпитавани, че проявата на гняв не е женствено, а плача е по-приемлив. Заради тези социални очаквания, сред редица други, при момчетата и момичетата ефекта от емоционалното насилие се проявява различно

Може да познаете дали едно момче преживява емоционална травма, ако започне да проявява симптоми като агресия, внезапни гневни избухвания, започне да се бие и кара със съученици, братя и сестри, проявява непослушание, лъже, спори, държи се деструктивно или импулсивно, ядосва се или се затваря в себе си.

Може да познаете дали едно момиче преживява емоционална травма, ако започне да проявява симптоми като затваряне в себе си, пасивност, търсене на одобрение, сервилничене, лесно разочарование, проява на зависимост от възрастни или пък проява на прекалена независимост, инат, раздразнителност или пък соматични оплаквания. Тази соматизация се характеризира с необясними физически проблеми. Проучване на университета Лейдън открива, че най-честите соматични оплаквания при децата включват стомашни болки и главоболие.

Не е установено дали децата в действителност изпитват болката, която твърдят, че имат, но често това е детският начин да направят болката, която изпитват емоционално, по-измерима, като я асоциират с физическа болка.

Последиците от емоционалните травми в детството върху зрелия човек може да са много сериозни и ако не са взети мерки, могат да се проявят по различни начини. Жените, които са били жертва на емоционална травма в детството често имат проблеми с храненето, развиват зависимости, склонни са към самонараняване, имат занижена самооценка, развиват депресия и пр.

Травмите в детството засягат и мъжете по подобен начин. Според проучвания, мъжете също страдат от депресия, развиват различни зависимости, в допълнение към прояви на агресия и неспособност да изпитват доверие към другите. Ако последиците от травмата не са лекувани навреме, то мъжете имат склонност да проявяват същото емоционално насилие към жените в живота си, особено тези, с които имат романтични взаимоотношения – приятелки или съпруги.

Има много форми на насилие и емоционалното е най-дискретното от всички. Но ефектите от отхвърлянето на детето са по-видими. Отхвърлянето на дете означава отказ да се отговори на неговата основна потребност от любов като човешко същество. Децата зависят от родителите си от времето, когато са бебета, докато станат големи хора и отхвърлянето им в такава важна фаза на развитие е вероятно най-лошата “услуга”, която може да бъде направена на едно дете.

Човешките потребности могат да бъдат разделени в две основни групи: емоционални потребности и физически потребности. Емоционалните потребности се изразяват в нуждата от приемане и любов, уважение, морална подкрепа и упование, внимание, окуражаване, възпитание и пр.

Физическите нужди са потребностите от храна, облекло, подслон, безопасност, хигиена. Проявите на обич като милувки и целуване се смятат както за физическа, така и за емоционална потребност. Докосването е основна нужда за детето и за човешкото същество като цяло, то е не само хуманно, но е от първостепенно значение за децата и особено за бебетата.

Проучванията днес показват, че ефектите от отхвърлянето на детето се пренасят в живота му на възрастен и не само емоционално, но и физически. Отхвърлянето на детето се асоциира с лош успех и слаби постижения, които по-късно се отразяват на успеха в живота като цяло. Възрастните, които са били пренебрегвани като деца също страдат от занижена самооценка, депресия, проблеми с доверието в околните, различни зависимости.

Използвани са материали от сайта : <http://nasilie.eu/емоционалните-травми-в-детството.html>