



A család és a szeretet

... **“A gyermeki szeretet logikája:**

Szeretek, mert szeretnek.

Az érett szeretet logikája:

Szeretnek, mert szeretek.

Az éretlen szeretet azt mondja:

Szeretlek, mert szükségem van rád.

Az érett szeretet azt mondja:

Szükségem van rád mert szeretlek.”

(Erik Fromm: A szeretet művészete)

általában munkánkat végezzük, rohanunk, a feladatainkat intézzük. Mivel mindannyian igyekszünk jobb állást kapni, felfelé törekedünk, s ilyenkor számos falba ütközünk, néhány emberrel konfrontálódunk. Egy-egy ilyen nehézség nap után döbbenünk

rá, milyen jó is az, ha meleg otthon és szerető családtagok vesznek minket körül. Azonban a családtagjaink is emberről állnak, szintén megvannak a maguk problémái, feladatai, teendői.

Fontosnak tartom, hogy a családban az egyik fő szerepet a kommunikáció kapja. Azért fontos ez mivel rengeteg olyan helyzet adódhat, mikor egy közeli hozzátartozónk elkeseredett, esetleg magányos, ilyen esetben a legfontosabb, hogy az adott személy érezze az érdeklődést, törődést, a szeretetet. A lehetőségekhez képest igyekezzünk minél több időt tölteni családtagjainkkal. Elég egy közös reggeli, vagy ebéd. Ezek apró dolgok, de fontosságát tekintve, nagy súlya van.

Nincsen olyan család, ahol ne lenne konfliktus. A legfontosabb nem az, hogy elkerüljük ezeket, hanem az, hogy olyan konfliktuskezelő technikákat dolgozzunk ki, melynek segítségével megoldjuk, és még profitálunk is az adott helyzetből. Ezek a technikák tanulhatóak és könnyen elsajátíthatóak. Tapasztalataim alapján, több olyan esettel is találkoztam, ahol a szülők azt a hibát követték el, hogy gyermekükben önmagukat szerették volna látni, vagy esetleg a meg nem valósított álmokat teljesíteni az utódjuk által. Ez súlyos személyiségsza-

varhoz vezethet. A legfontosabb, hogy a szülő arra ösztökélje a gyermekét, hogy minden esetben csak és kizárólag önmagát valósítsa meg.

Pszichológusként fontosnak tartom, hogy a túl nagymértékű családi probléma esetében forduljanak szakemberhez, ha ezt nem teszik, akkor oly mértékű lelki válságba kerülhetnek, melyek számos lelki problémát okozhat: depresszió, ami vezethet akár öngyilkossághoz, esetleg falcolni (vagdosni) fogják magukat...

Ezzel ellentétben, ha nincs nagy probléma családjuk életében egy kis odafigyeléssel, törődéssel jobbra tehetjük családjuk életét. Eddigi tapasztalatom alapján a párok, családok túl későn keresnek fel, sokszor időben történő segítségkérés megmentheti a válságban lévő kapcsolatokat.

A család emberek egy közössége, vagy több közösség kapcsolata, ahol a tagok között leszármazotti kapcsolat van, házasság vagy örökbefogadás. A családok tagjai általában hasonló tulajdonságokkal rendelkező emberek (általában ugyanazon rasszba tartozóak).

Az európai (nyugati) típusú társadalmakban a családot közvetlen leszármazással („vérrokonság”), házassággal, örökbefogadással (vagy hasonló jogi kötődéssel) jellemzik. Számos antropológus vitatja azt, hogy a „vér” kapcsolata szó szerint értendő; mások pedig a nem nyugati típusú társadalmakat hozzák példának, ahol a „vérrokonságtól” eltérő elvek érvényesülnek abban, hogy kiket tekintünk családnak.

Onnantól kezdve, hogy világra jövünk és kapcsolatot teremtünk a külvilággal, az emberi viszonyok és kapcsolatok által formálódik saját személyiségünk.

A legfontosabb kapcsolata az embernek, a kapcsolat a családjával. Innen hozza az egyén a legtöbb értéket és személyiségjegyet, ami lehet negatív és pozitív. A család fontossága megkérdőjelezhetetlen. Egy egyszerű példa: Manapság mivel rengeteget kell teljesítenünk, dolgoznunk a jó megélhetés érdekében, napjaink nagy részében

Ha kérdése van, forduljon hozzám bizalommal:



Makai Gábor

pszichológus

Tel.: 0620-536-0182

Email: makai18@gmail.com