

Консультация для родителей **«Последствия гиперопеки»**

Все родители любят своих детей, но не все способны спокойно воспринимать проявления самостоятельности и взросления ребенка. Особо заботливые мамы и папы хотят контролировать каждый шаг своего чада, стремятся постоянно защищать и оберегать, не понимая, что тем самым только вредят. Не зря в психологии даже появилось понятие «душащая родительская любовь» — такие мамы и папы буквально душат ребенка своей любовью.

Если родители не дают ступить и шагу самостоятельно, это ведет к инфантилизму, который отравляет жизнь ребенка и продолжает отравлять, когда тот становится взрослым. Инфантильный человек не способен сам справляться со своими проблемами, не способен принимать решения, а также склонен не доводить начатое до конца. На уровне подсознания такой человек вообще не верит в то, что может сделать что-то сам.

► Инфантильный человек не верит, что кто-то сможет полюбить его таким, какой он есть. Ведь все детство гиперопекаемого ребенка — это тревога и страх не оправдать ожидания родителей, сделать или сказать что-то не так. Предпочитая не высовываться, он становится замкнутым, молчаливым, поэтому часто не реализуется как личность и во взрослом возрасте, продолжая все время подстраиваться под кого-то.

Бунт гиперопекаемого ребенка

У чересчур опекаемого ребенка есть два пути: он либо остается инфантильным на протяжении всей жизни, либо бунтует, что реже, к сожалению. Бунт в данном случае способствует созреванию самостоятельной личности. Родители с раннего детства внушают ребенку чувство вины, теша свой эгоизм. И бунт выражается в отторжении всего, чему учат родители.

► Даже простые мелочи: чистить зубы по утрам, мыть руки перед едой, надевать шапку — бунтарь делает наоборот.

В каждом человеке найдется свой такой бунтарь, можно покопаться в себе и увидеть пару привычек, которые вы приобрели в качестве противостояния родительским нраву. Например, вы пренебрегаете чтением книг, не женитесь, не занимаетесь спортом, музыкой, рисованием и так далее только потому, что когда-то ваши родители этого настоятельно требовали. Есть и другие привычки, от которых, став взрослым, вы, наоборот, не хотите избавляться. Вам говорили: «Не грызи ногти», «Не кури», «Не ешь много сладкого», но вы курите, злоупотребляете сладостями и так далее. И это нормальная защита психики от всякого рода подавления воли и внушения.

Маленький и слабый - последствия гиперопеки

Хуже ситуация развивается, когда противостояние ребенка родителям подавлено и он становится как воск — поддающимся и внушаемым, а точнее, инфантильным, ждущим, когда за него все решат и сделают. Таких детей принимают часто за ленивых и избалованных. Но они совсем не балованы, просто их воля уже такая маленькая, несчастная, виноватая, что даже хорошему психологу бывает очень непросто найти ее в потемках души искалеченного гиперопекой родителей ребенка.

Спасение от гиперопеки - бегство во взрослую жизнь

Советом для повзрослевшего гиперопекаемого ребенка может стать только одно: бежать во взрослую самостоятельную жизнь, и чем сложнее она будет, тем больше шансов выжить и встать на свои ноги. Как говорится, «что нас не убивает, то делает сильнее». Нельзя давать чувству вины перед родителями разрастаться. Не слушать обвинения «Мы тебя поили-кормили-одевали, ночами не спали, а ты неблагодарный», «Душу в тебя вложили, а ты...» — это чистой воды эгоизм родителей, они делали все правильно, но не сверх нормы и безвозмездно, они сами так хотели. Ребенок не виноват в том, что вырос, а по-настоящему взрослый человек не живет бок о бок с родителями, тем более не позволяет им решать его проблемы и навязывать свои желания. Первое время лучше вообще исключить всяческий контакт, потом немного сократить дистанцию, бывать в гостях у родителей. И на этом остановиться.

► Нужно понять, что только разорвав, разрубив излишнюю зависимость, как пуповину, которая может обвиться вокруг шеи, можно жить полноценной жизнью и иметь шанс на самореализацию и личное счастье.

Подготовила
педагог-психолог
Сквозникова М.Л.