

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
**«Краевой центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»**  
**Ресурсный центр "Растем вместе"**

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ТЕМЕ:

**«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ  
ЧРЕЗМЕРНОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ РЕБЕНКА К МАТЕРИ»**

подготовила:  
педагог-психолог СРП  
Мелихова В.И.

Октябрь, 2019 года

**Выделим причины, по которым ребенок будет снова и снова «прилипать» к маме:**

1. **Страх матери перед будущим.** Ребенок взрослеет, мама стареет, время идет. Чем самостоятельнее и взрослее становится ребенок, тем больше мама понимает, что время не стоит на месте. Тогда ребенок бессознательно будет тормозить свое развитие для того, чтобы создать иллюзию того, что он всегда будет маленьким. Что перемены где-то далеко.

2. **Страх перед одиночеством.** Очень многие мамы решают «родить ребенка для себя», чтобы «в старости было кому подать стакан воды», чтобы не остаться одной. Очень велика вероятность того, что взрослея, ребенок будет чувствовать бессознательное чувство вины каждый раз, когда уходит из дома погулять с друзьями, когда самостоятельно решает выбрать профессию, когда создает свою семью. Но если ребенок рожден для мамы, чтобы не оставить ее одну, он будет испытывать очень большие трудности в построении самостоятельной жизни. Процесс отделения ребенка от родителей естественен и закономерен. По мере взросления отношения между родителями и ребенком трансформируются, дети строят свою жизнь.

3. **Страх столкновения с пустотой.** Здесь сложности будут испытывать те родители, которые в ребенке видят весь смысл своей жизни. Без ребенка жизнь была бы пустая. Да и вообще, ради чего еще можно жить, все только для детей – убеждены они. Да, до какого-то времени действительно ребенок становится центральным объектом внимания и заботы всей семьи. Например, на первом году жизни, когда он не может еще ничего сделать сам. Но ребенок растет, становится все более самостоятельным. И вот в какой-то момент родители сталкиваются с тем, что уже не все их время и пространство занято ребенком. Теперь приходится снова посмотреть на свои отношения друг с другом, которые, вероятно, дали трещину; вернуться к своей профессии, которая никогда не приносила радости и удовлетворения; увидеть, что хобби и вовсе отсутствует, а среди друзей и знакомых одни предатели. Очень непросто столкнуться со всем этим «букетом».

Уж лучше заботиться о своем малыше, даже если ему уже стукнуло 30. Скорее всего, ребенок таких родителей будет чересчур привязан к ним. И даже став взрослым, будет неспособен к самостоятельной жизни, а останется инфантильным.

4. **Чувство ненужности и брошенности.** Плавно вытекает из предыдущего пункта. Чем старше и самостоятельнее становится ребенок, тем сильнее ощущается чувство ненужности. Ребенок теперь может обходиться сам, ему не нужна помощь. Кому теперь нужна мама. Когда ребенок маленький и беспомощный, мама чувствует себя всемогущей. Она центр мира для ребенка. Это ощущение приятно, с ним сложно расстаться, тем более если ребенок – это единственный человек, о ком можно заботиться, с кем можно почувствовать себя значимой и нужной.

Работа с детьми начинается с работы с родителями. Невозможно помочь ребенку, не оказывая влияния на среду, в которой он живет. О

профилактике детской зависимости от родителей, инфантильности, задержки в развитии ребенка родителям рекомендуется обратить внимание на себя и свою жизнь.

**На что обратить внимание родителям:**

1. Важно помнить, что ребенок это самостоятельный человек, личность, о котором вам нужно позаботиться пока он беспомощный и которого нужно отпустить, когда он будет к этому готов.

2. Позаботьтесь о том, чтобы кроме ребенка у вас были и другие смыслы жизни: любимая работа, теплые супружеские отношения, время для друзей и близких, интересное хобби. Ребенок должен быть дополнением к вашей жизни, а не заменой всего.

3. Позаботьтесь о своем чувстве значимости. Реализуйте его в профессии, в творчестве, в спорте, в отношениях с близкими людьми.

4. Позаботьтесь о себе. Да, у вас маленький ребенок и с ним сложно. Но и вам важно отдыхать, находить хоть 5 минут в день для себя. Не стесняйтесь просить о поддержке и помощи. Заботясь о себе, вы заботитесь о ребенке. Только счастливая мама может вырастить счастливого ребенка.

И, да, предупреждайте ребенка о том, что вы уходите, говорите ему, когда вы вернетесь. Даже если малышу всего один месяц.