

## Болезненная привязанность к матери

Чем старше становится малыш, тем большую самостоятельность он проявляет. Таков закон жизни. Однако есть дети, которые, даже повзрослев, не могут ни минуты обойтись без маминой поддержки и присутствия. Почему так происходит и чем это грозит? Желание ребёнка быть рядом с мамой, искать у неё поддержки, делиться самым сокровенным, советоваться и разговаривать на какие угодно темы – нормальное и естественное явление. Но иногда привязанность приобретает болезненный характер: ребёнок просто так не может находиться без мамы, повсюду следует за ней, устраивает ей истерики и «разборки» по каждому поводу.

### Признаки болезненной привязанности к матери:

- повышенное беспокойство;
- возникновение страхов, фобий (боязнь темноты, одиночества);
- нарушение сна;
- нежелание общаться с другими членами семьи, сужение контактов;
- ревностное отношение к другим членам семьи;
- замкнутость, нервозность.

Чаще всего за болезненной привязанностью к матери скрывается тревога и страх ребёнка остаться один на один с жестоким миром. В матери он ищет поддержку и опору, и чем больше такая потребность у ребёнка, тем больше он привязывается к матери, всегда готовой защитить.

### Причины возникновения болезненной привязанности к матери:

- подсознательное желание самой матери быть самым главным человеком в жизни ребёнка;
- болезнь ребёнка;
- гиперопека, отсутствие самостоятельных поступков ребёнка; жёсткое или жёсткое отношение в семье;
- воспитание ребёнка другими членами семьи, заброшенность со стороны матери;
- отсутствие контактов с внешним миром, либо их ограниченное количество;
- развод, уход отца из семьи.

Конечно, это нормальное человеческое желание дать всё необходимое ребёнку, в том числе свою заботу и любовь. Но некоторые мамы делают это с большим рвением, так или иначе «отталкивая» других членов семьи от воспитания. Это сложно увидеть самой, обычно такую информацию выдают родственники, и зачастую принятие этой информации происходит болезненно. Но лакмусовой бумажкой здесь служит само поведение ребёнка. И если он не отпускает вас никуда и всюду следует по пятам, начинает кричать и плакать при каждом расставании – это сигнал для вас, что пора принимать меры.

## **Советы по решению проблемы:**

- приучать ребёнка к самостоятельности;
- подключать других членов семьи к воспитанию;
- расширять контакты и среду общения;
- проявлять лояльность и доброту ко всем членам семьи;
- выработать и придерживаться единой системы воспитания у всех близких, родственников, особенно тех, кто живёт вместе с ребёнком;
- строго, но не жёстко, пресекать попытки истерик и протестов ребёнка;
- быть самой внутренне спокойной за жизнь и здоровье малыша.

## **Но что делать, если эта проблема уже укоренилась?**

Решение укоренившейся проблемы болезненной привязанности к матери займёт немало времени, но нужно начинать уже сегодня, чтобы последствия этого вопроса не были катастрофичными.

### **Во-первых, начать приучать ребёнка к вашему отсутствию.**

Делать это необходимо постепенно и дозировано. С места в карьер лучше не прыгать. Вам следует ежедневно, увеличивая интервал времени, отсутствовать дома, т.е. оставлять ребёнка с другими членами семьи. В первый день вы договариваетесь с малышом и уходите на 5 минут, на следующий – на 10, затем на 15-20.

Так он привыкнет к вашему отсутствию и поймёт, что ничего страшного в этом нет, и это вполне нормально — оставаться одному, без мамы. Но молча убегать не нужно. Даже малышу стоит объяснить, что вы уходите ненадолго и очень скоро вернётесь. Сделать это нужно, чтобы ребёнок не беспокоился, а отнёсся к этому факту с пониманием. Когда вернётесь, похвалите его за терпение, скажите, что он большой молодец, и теперь мама гордится им.

Во-вторых, **возьмите себе на вооружение психологическую технику избавления от страхов и беспокойства.** Техника простая, и называется она «психотерапевтическая сказка». Это рассказ, в котором главный герой очень похож на вашего малыша, и с ним происходят разные забавные ситуации. Но он смел и добр, поэтому всё всегда заканчивается хорошо. Такие сказки помогают малышу «запомнить» нужную информацию, которая научит его не бояться одиночества и отсутствия мамы.

В-третьих, **поработайте над собой.** Вам нужно обязательно понять, нет ли у вас подсознательной программы, которая так привязывает ребёнка к вам. Сделать это можно и самостоятельно, и с помощью других людей. Но быстрее и эффективнее — вместе с психологом.

Болезненная привязанность ребёнка к матери — явление нередкое. Надеемся, что данная статья поможет вам в решении этого вопроса, и тогда в семье воцарится спокойствие и гармония.