**Сколько заботы необходимо ребёнку?**

Излишне заботливые родители видят угрозу своему наследнику во всем – он им кажется вечно голодным, больным и бледным, одетым не по погоде, расстроенным из-за неприятностей по учебе или на работе. Если родители (особенно мама) чересчур тревожатся за ребёнка, боятся, как бы с ним чего-нибудь не случилось, этот страх передаётся ребёнку. Он сам начинает бояться за себя, появляются различные фобии. Ребёнок становится нерешительным. Получается, что желая ребёнку только добра, родители, сами того не осознавая, оказывают ему «медвежью услугу».

Каждая мать переживает за своего ребёнка, учит опасаться подозрительных людей и правильно вести себя в опасной ситуации. Но когда эти страхи преувеличены, это уже вредит ребёнку. Собственная повышенная тревожность матери (или отца) передаётся ребёнку. У ребёнка появляются страхи и фобии. Ребёнок начинает действовать осторожно, с опаской даже в безопасных условиях. Часто вообще не решается на какие-либо действия из-за страха.

     Результатом преувеличенной тревоги за ребёнка становится гиперопека над ним.

Нередко родители просто не осознают, что ребёнок подрос и к нему нужно относиться по-другому, искать другие подходы к нему. Ребёнок развивается быстрее, чем родители это замечают и меняют способы взаимодействия с ним.

Если вы осознали, что до сих пор проявляли гиперопеку по отношению к своему ребёнку и хотите изменить ситуацию, но пока не знаете, как – задумайтесь, не преувеличены ли ваши переживания по поводу грозящей ребёнку опасности? В чём вы могли бы дать большую свободу ребёнку? Какую часть ответственности можно переложить на ребёнка?

Учитесь адекватно оценивать возможности своего ребёнка. В том, с чем он может справиться сам, не торопитесь оказывать ему помощь. В трудных ситуациях просто подбодрите ребёнка, если он всё же не справляется, помогите сделать только первые несколько шагов.

 Помните, что вашему сыну или дочери много раз в жизни придётся принимать решения. Научите ребёнка делать это в простых, не слишком серьёзных, повседневных ситуациях. И тогда он будет в состоянии сделать даже сложный, важный выбор в своей жизни, о котором не придётся жалеть.

Бывает, что собственный негативный опыт детства заставляет родителей чересчур оберегать ребёнка от ошибок, от всех опасностей. Например, отец, получивший в детстве травму, не разрешает сыну лазать по лестнице на детской площадке. Ребёнок не сможет оценить свои возможности, силы, не испытав их на деле. Упав с небольшой высоты, он поймёт, насколько реальна опасность и будет избегать её, и в то же время не побоится преодолевать препятствия, которые ему преодолеть по силам.

Взрослые люди, чрезмерно опекаемые родителями в детстве, неуверенно себя чувствуют в профессиональной деятельности и в личной жизни. Они не привыкли решать проблемы сами, не сталкивались с мелкими трудностями, не имеют опыта их преодоления. Они не верят в собственные силы, т.к. родители обо всём могли позаботиться, а у ребёнка оставалось впечатление, что сам он ни на что не способен. В результате выросшие дети не создают свою семью, оставаясь слишком привязанными к родителям и неспособными вести полноценную жизнь. Когда дети вырастают, состояние повышенной тревожности у родителей не исчезает, а с появлением внуков лишь многократно усиливается, так что эту пытку заботой начинает испытывать на себе уже не только изрядно повзрослевшее, но и совсем юное поколение. Ну не хотят родители понять, что их дети давно научились варить гречневую кашу, ездить самостоятельно в поездах, летать в самолетах и даже воспитывать своих собственных детей. И им не нужны в огромных количествах разнообразные припасы, варенья и консервация, так что дом со временем начинает напоминать прилавки супермаркета.

Дети чрезмерно заботливых родителей, как правило, эгоистичны и не самостоятельны. Мальчики становятся типичными «маменькиными сынками», которые даже после женитьбы слишком привязаны к маме и не могут обойтись без ее заботы, советов. Доходит до того, что обычные каша и борщ, сваренные молодой женой, кажутся им не такими, как у мамы. Девочки достаточно поздно выходят замуж, ожидая сказочного принца на белом коне.

Со временем такое воспитание может принести свои «плоды», что обернется для молодежи высокомерием, неуживчивостью в коллективе и излишней требовательностью (не к себе – к другим). Часто дети, привыкшие испытывать на себе чрезмерную заботу родителей, не справляются с трудностями самостоятельной жизни, возвращаясь под «родительское крыло», одновременно считая отца и мать виновниками их неудавшейся семьи или карьеры, а потому в отношении детей к родителям любовь перемешивается с тихой ненавистью.