



## Г и п е р о п е к а е м ы е д е т и

Многие родители обеспокоены проявлением страхов у детей. Надо отметить, что по своей сути страх, как и другие неприятные переживания (гнев, аффект, страдание и пр.), не является однозначно опасным и «вредным» для ребенка. Очень часто страх защищает ребенка от излишнего риска, уводит от опасностей, регулирует и строит поведение. Детский страх – это обычное явление для психического развития ребенка. Не боящийся ничего, слишком открытый ребенок беззащитен перед лицом жизненных ситуаций. «Тепличные» же, гиперопекаемые дети, выходя из привычной семейной среды, испытывают часто трудности в общении и поведении. Обычно страхов много у тех детей, чьи родители сами многого боятся, не уверены в жизни. Очень наглядным примером тому служит образ гиперопекаемого, сверхлюбимого, «смыслежизненного» ребенка.

Родители желали, ждали и любят своего ребенка. Однако они опасаются за его благополучие, жизнь, будущее. И вот сверхзаботливые родители завязывают своему чаду глазки: «Не надо смотреть на все это, это опасно, вдруг что-то увидишь и испугаешься».

И ушки завяжем, чтобы ты не смог услышать грубости, несправедливости окружающего. А ротик завяжем – не дай бог, что-то не то скажешь, тебя обидят. Чтобы что-либо ты не натворил, не сделал, мы тебе и ручки свяжем, зачем – мы за тебя все сделаем, а чтобы ты не пошел, куда не стоит ходить, туда, где опасно и страшно, мы тебе и ножки свяжем, мы тебя сами отведем, куда надо. А самое главное это твои чувства, мы не хотим, чтобы тебя обидели люди, мальчики или девочки, нам

не нужно, чтобы ты, наш любимый ребеночек, переживал, страдал, огорчился, мы завяжем тебе и сердце. Вот теперь ты в полной безопасности, ты не ошибешься в жизни!»

Ну и каково этому ребенку, как ему жить, как его воспринимают окружающие, что у него в душе?

Кроме умного лобика да еще небольшой части тела, свободного у ребенка нет ничего.

Жуткий, утрированный, преувеличенный до крайности пример. Но задумайтесь над ним, любящие родители! Ребенок должен многое видеть, слышать, чувствовать, проходить свой путь, сражаясь со своими страхами, учиться преодолевать проблемы, понимать себя и других.

Всякий раз, когда это возможно, надо давать ребенку возможность действовать самому – это лучший способ избавиться от страхов. Ребенок должен понять, что родители не собираются перекладывать на его плечи заботу о его безопасности, они всегда будут о нем заботиться и защищать. Но в некоторых ситуациях со своим страхом он в состоянии справиться сам. Ваша задача – не подшучивать над детскими страхами, не углублять их, загоняя в глубину детской души. Накопление достаточного опыта и знаний, овладение методами саморегуляции позволят ребенку справиться со своими страданиями, быть уверенным в себе.

Когда вы чувствуете, что ребенок труслив, подозрителен, робок, то поиграйте вместе с ним в игры, лучше, если помогать вам при этом будут его сверстники и близкие ребенку люди.

А главное, поймите, что ваши личные страхи и опасения могут стать причиной страхов вашего ребенка. Так **не бойтесь!**