

## Что делать с болезненной привязанностью к матери?



Если ребенок сверх меры привязан к матери, не ругайте и не наказывайте его за это. Не пытайтесь внушить ребенку, что он мешает вам жить, – он все равно не поймет. Ребенок не капризничает, а всего лишь ищет защиты.

Не следует думать, что ваш ребенок «ненормальный», только потому что все спокойно реагируют на отсутствие и уход матери. Не ставьте ему в пример таких детей – это может спровоцировать возникновение комплекса неполноценности, уход в себя.

Никогда не действуйте насильственными методами. Каждый уход матери наносит ребенку травму и усугубляет его состояние.

«Внезапный уход» – также достаточно спорный метод. Когда мама уходит незаметно, это пугает ребенка еще больше, теперь уже не столько от разлуки, сколько от ее внезапности и необъяснимости.

Главное, что необходимо ребенку, страдающему подобного рода зависимостью, – это чувство спокойствия и защищенности.

В качестве общих мер по борьбе с проявлениями болезненной привязанности к матери можно порекомендовать прогулки на природе, подвижные игры на свежем воздухе – все это укрепляет нервную систему, расширяет кругозор.

Не следует забывать, что ребенок нуждается в общении с максимально большим количеством людей. Чем дольше он будет жить в замкнутом мире (мама, отец, бабушка), тем больше будет страдать от своего комплекса.

Чаще берите ребенка с собой в гости, приглашайте в дом гостей. Радуйтесь проявлению его самостоятельности, подчеркивайте ее и никогда не заостряйте внимания на проявлении зависимости.

По борьбе с проявлениями зависимости никогда не стоит действовать резко. Намного лучше и продуктивнее будет действовать поэтапно. К примеру, для начала вам

следует приучить ребенка оставаться одному в комнате. При этом он должен знать, что мать находится близко, например в кухне.

После этого можно попробовать приучить ребенка к кратковременному отсутствию матери. Для этого выберите момент, когда ребенок спокоен и пребывает в отличном расположении духа, когда он занят чем-то интересным. Не слишком сильно акцентируя его внимания, как бы между делом, скажите ему, что скоро вернетесь. В том случае, если ребенок начнет проявлять признаки беспокойства, отвлеките его, а потом снова возвратитесь к своей просьбе. Уговорите его, чтобы он «отпустил вас на минутку», при этом фиксируя внимание ребенка на том, что вы вернетесь очень скоро.

Если реакция ребенка не слишком бурная (признаки расстройства допустимы, но сильный плач и истерика исключаются – в этом случае вам придется немного подождать, прежде чем снова вернуться к попытке преодоления его зависимости), выйдете из квартиры, закройте за собой дверь и оставайтесь там не больше 5 минут. Вернувшись, приласкайте ребенка и похвалите его за то, что он «отпустил» вас, скажите ему, что за это время вы успели сделать очень важное дело. Обязательно зафиксируйте его внимание на том, что вы вернулись быстро, как и обещали.

На следующий день опыт можно повторить, не увеличивая времени своего отсутствия. Только через 7–10 дней, когда ребенок понемногу станет привыкать к привычной уже для него схеме недолгого отсутствия матери, время следует незаметно увеличивать, с каждым днем прибавляя не более минуты. Ребенок должен привыкнуть к тому, что мать отсутствует недолго и каждый раз, как и обещала, возвращается.

Когда время вашего отсутствия увеличится до 15–20 минут, вы можете приносить ребенку из магазина что-то вкусное или покупать ему игрушку. В этом случае у малыша появится заинтересованность в вашем отсутствии, потому что он будет ждать, что вы что для него принесете. Не следует награждать малыша каждый день, иначе он привыкнет к тому, что вы каждый раз непременно что-то приносите, и станет требовать этого. Хвалить ребенка за то, что он на какое-то время сумел остаться без матери, рано или поздно следует перестать. Постепенно подведите ребенка к мысли о том, что в происходящем нет ничего особенного.

Другие члены семьи, остающиеся с ребенком во время отсутствия матери, должны позаботиться о том, чтобы в это время он был занят чем-то интересным. Ребенок должен понять со временем, что в отсутствие матери он может чувствовать себя ничуть не менее комфортно и спокойно, чем в ее присутствии.

Только совместными усилиями всех членов семьи, помноженными на доброту, терпение и понимание ребенка, можно преодолеть его болезненную зависимость от матери.