**Rodzic nadopiekuńczy**

*Nadopiekuńczość mieści się w kategorii niezamierzonego krzywdzenia dziecka, jednak przy pogłębionej analizie sytuacji rodzinnej "sprawca" jawi się także jako ofiara zdarzeń życiowych, które w dużej mierze zadecydowały o kształcie jego osobowości.*

Rozpoznanie nadopiekuńczych postaw rodzicielskich nie stanowi większej trudności dla profesjonalistów. Już w trakcie pierwszej rozmowy z rodzicem forma i treść relacji dotyczących dziecka, pozwala wyróżnić nadpiekuńczy system wychowawczy jako główne źródło zgłaszanych przez opiekuna kłopotów. Problem pojawia się, kiedy propozycja pomocy dziecku dotyczy zmiany dotychczasowych działań opiekuńczo-wychowawczych. Taka oferta jest nie do przyjęcia dla nadopiekuńczego rodzica, oczekuje on bowiem zmiany - ale w postępowaniu osób z otoczenia dziecka. Winą za kłopoty w funkcjonowaniu dziecka obarczani są nauczyciele, rówieśnicy, nieżyczliwi ludzie. To oni nie dostrzegają wyjątkowej wrażliwości i delikatności dziecka, traktują je na równi z innymi i są sprawcami wszystkich trudności. Taka postawa budzi w otoczeniu niechętny stosunek do rodzica, a nierzadko również do dziecka, co skutkuje nasileniem rodzicielskich działań "obronnych".

Osobą nadopiekuńczą jest zazwyczaj matka, choć bywają także nadopiekuńczy ojcowie, którzy ten styl wychowawczy wynieśli z rodziny pochodzenia.

Analizując przyczyny, które mogły kształtować nadopiekuńczą postawę matki, najczęściej ujawnia się: neurotyczną osobowość, trudności prokreacyjne, wcześniejszą utratę dziecka, jedynactwo, zaburzone relacje małżeńskie, utratę partnera, samotne macierzyństwo, skłanianie matki przez męża lub członków rodziny do usunięcia ciąży. Nie można także pominąć przekazów międzygeneracyjnych - mimo że kobiety wychowywane przez nadopiekuńcze matki zwykle negatywnie oceniają ten styl wychowawczy, często powielają go we własnej rodzinie.

**Nie rób tego!**

Matki o osobowości neurotycznej cechuje zwykle wysoki poziom lęku, są niepewne swoich kompetencji macierzyńskich, oczekują stałego wsparcia od osób dla nich znaczących i potwierdzenia słuszności swoich działań. Niepewność i lęk kompensują nadmierną opieką nad dzieckiem, analizują każdy jego oddech, poruszenie się, płacz. Najdrobniejsza niedyspozycja dziecka wywołuje u nich panikę i chaotyczne działania pomocowe. W miarę rozwoju dziecka i poszerzania pola jego działań nadopiekuńcza matka z neurotycznymi cechami osobowości widzi coraz więcej zagrożeń, hamuje więc malca w naturalnych dla wieku działaniach poznawczych, chroni go przed zupełnie niegroźnymi eksperymentami, ograniczając tym samym rozwój ruchowy i poznawczy dziecka.

Nadmiernym zabezpieczeniom fizycznym towarzyszą zazwyczaj lękotwórcze przestrogi dotyczące działań i przedmiotów: "Nie wchodź do piaskownicy, bo piasek zasypie ci oczy", "Wyrzuć ten patyczek, bo możesz się zadrapać". Dziecku ukazuje się świat pełen niebezpieczeństw, od którego najlepiej uciec w bezpieczne ramiona matki tracąc równocześnie wszystko to, co jest niezbędne do prawidłowego rozwoju.

**Ochronię cię**

Niemal klasycznym przykładem wskazującym na czynniki zewnętrzne jako źródło nadopiekuńczych postaw są matki, które skłaniane przez członków rodziny do usunięcia ciąży, utrzymały ją. Ta walka o dziecko nie kończy się z chwilą jego urodzenia. Obrona dziecka przed wszystkimi i wszystkim może przetrwać do dorosłości - i nie zawsze na niej się kończy.

Znany mi jest przypadek matki, która w miejskich środkach lokomocji starała się swojej, wówczas już dziesięcioletniej, córce zapewnić taką przestrzeń, aby nikt z pasażerów nie dotknął jej lub nie potrącił: "Nie wiem dlaczego tak postępuję, ale dopiero wtedy jestem o nią spokojna". Poczęcie tego dziecka nastąpiło w okresie głębokiego kryzysu małżeńskiego spowodowanego alkoho-lizmem męża z dramatycznym finałem śmierci samobójczej. Rodzina matki przymuszała ją do usunięcia ciąży. Interesujący jest fakt, że w stosunku do starszej córki i córki z drugiego, udanego, małżeństwa matka stosowała prawidłowe metody wychowawcze i nie przejawiała zachowań świadczących o nadopiekuńczości.

**Jesteś mój!**

Matki, które nie znajdują satysfakcji w związku małżeńskim, albo samotnie wychowują dziecko, nieświadomie uruchamiają mechanizmy kompensacyjne i wszystkie swoje niezaspokojone potrzeby emocjonalne lokują w dziecku. Częściej takie przeniesienie uczuć dotyczy chłopców; syn jest wtłoczony w rolę "małego mężczyzny mamusi". Staje się obiektem adoracji, wyprzedzane są wszystkie jego potrzeby, programowana jest nauka i rozrywka, wybór przyjaciół i zainteresowań. Matka wie najlepiej, co jest dobre dla jej syna. "Mały mężczyzna" nie ma obowiązków, wszystkie przejmuje matka. W tej formie nadopiekuńczości nie ma miejsca na własne zdanie ani wybory, każda próba chociażby minimalnego uwolnienia się spod dominacji matki kończy się zazwyczaj szantażem emocjonalnym: "Nie rań mnie, wszystko dla ciebie poświęciłam". Wobec takiego argumentu nawet nastolatek bywa bezradny.

Niezależnie od przyczyny warunkującej powstanie cech nadopiekuńczych, nadopiekuńcze matki traktują dziecko jako swoją własność, nie postrzegają dziecka jako odrębnej jednostki, która ma pełne prawo do rozwoju swoich indywidualnych cech, a w przyszłości do realizacji swoich potrzeb i planów życiowych. Ta oczywista prawda jest niezrozumiała dla nadopiekuńczej matki, to, co nie mieści się w jej programie wychowawczym, uznane jest za niewłaściwe, niebezpieczne, wręcz szkodliwe dla dziecka.

Wielu autorów uważa, że w postawie nadopiekuńczej zawarte są także elementy despotyzmu i potrzeby dominacji.

**To wszystko twoje!**

Skutki nadopiekuńczości dają o sobie znać już w okresie wczesnego dzieciństwa. Dzieci nadmiernie chronione nie nadążają za rozwojem ruchowym i społecznym rówieśników. Hamowanie ich samodzielności nie pozwala na nabywanie nowych doświadczeń i zakłóca kolejne etapy rozwojowe. Nadopiekuńczość wywołuje u dziecka poczucie zagrożenia, nasila lęk i skłania do nadmiernej koncentracji na własnej osobie. U starszych dzieci coraz wyraźniej widoczna jest postawa roszczeniowa, pojawiają się próby manipulacji otoczeniem, żądają pomocy przy najmniejszych trudnościach. Takie zachowanie nie zyskuje sympatii rówieśników. Utrudnione kontakty koleżeńskie, brak akceptacji w grupie szkolnej pogłębiają samotność, nasilają egocentryzm. Niemożność działania na własną rękę, zdobywania doświadczeń w sukcesach i porażkach prowadzi do bezradności i wyobcowania. Dwie sprzeczne informacje, których dostarcza życie, pochwały i zachwyty wyrażane przez matkę i nieradzenie sobie z wymaganiami stawianymi przez środowisko pozadomowe, deformują własny obraz. Jaki ja właściwie jestem? Podświadomie nastolatek przyjmuje pozytywny wizerunek samego siebie. Rodzi się więc poczucie niesprawiedliwości, a nawet wrogości do otaczającej rzeczywistości. Nie doceniają mnie, zazdroszczą, bo mam wszystko czego zapragnę, to chwilowe niepowodzenia - mama wszystkim się zajmie.

Nadopiekuńcza matka tylko czeka na taką okazję, aby raz jeszcze udowodnić swoją niezbędność, nie pozwalając dorastającemu dziecku na zdobycie przykrego, ale koniecznego doświadczenia.

**Zrobię to za ciebie!**

Spotykane są przypadki, kiedy nadopiekuńcze działania nie do końca stłumiły w młodym człowieku poczucie indywidualności i niezależności. Wówczas nastolatek stosuje system "podwójnego życia". W domu pozostaje nadal uległym, posłusznym dzieckiem, korzystającym ze wszystkich przywilejów, poza domem realizuje swoje potrzeby, stosując przy tym bogaty arsenał kłamstw i wykrętów.

Pozornie jest to zdrowa reakcja obronna, w sytuacji kiedy rozwiązanie nie istnieje. Niebezpieczeństwo polega na możliwości utrwalenia takiej formy zachowań, uznania jej za skuteczną i przeniesienia w dorosłe życie.

Nadopiekuńczość to również zagrożenie dla prawidłowego rozwoju odpowiedzialności. Odpowiedzialność za własne działania i decyzje, a także ponoszenie konsekwencji za nieodpowiedzialne poczynania kształtuje się od wczesnego dzieciństwa. Adekwatnie do wieku dziecka zwiększają się jego przywileje, ale także wzrasta odpowiedzialność. Takich możliwości rozwojowych pozbawiane jest dziecko wówczas, kiedy za wszystko odpowiada nadopiekuńcza matka. To ona pakuje książki i przybory szkolne, aby dziecko czegoś nie zapomniało, ona pilnuje terminów dodatkowych zajęć, przypomina nastolatkowi o spotkaniu z kolegą czy koleżanką (aprobowaną przez siebie). Zakupiony dla dziecka zwierzak też przechodzi pod jej opiekę. Dziecko, a niebawem młody człowiek, jest zwolniony od wszelkiej odpowiedzialności. Nie nauczył się odpowiedzialności za siebie i niezbędnej autokontroli. Nie znając skutków nieodpowiedzialnych zachowań, młodzi ludzie beztrosko wchodzą w aspołeczne grupy, dziewczęta zawierają niebezpieczne znajomości.

Nadopiekuńcza matka to hamulec w rozwoju psychospołecznym dziecka, przeszkoda w pokonywaniu trudności i wyzwań okresu dorastania, twórczyni bezwolnych, egocentrycznych, niezaradnych, niewierzących we własne możliwości osób dorosłych. Dramatyzm sytuacji polega na tym, że intencją tych matek jest dobro dziecka, że oczekują pozytywnych efektów wieloletnich starań i "poświęceń", a przede wszystkim procentów od kapitału swojej lokaty uczuć.

**Zostań ze mną!**

Jednym z trudniejszy momentów dla młodego człowieka jest konieczność opuszczenia domu rodzinnego. Wyjazd na studia czy do pracy poza miejscem zamieszkania wywołuje ambiwalentne uczucia. Pojawia się szansa na samodzielność a jednocześnie obawa, czy sprostam nowej sytuacji, jak sobie poradzę z codziennymi obowiązkami. Szczególnie u młodych kobiet występuje niepokój, czy swoim wyjazdem nie krzywdzą matki, czy mają prawo dokonywać wyboru korzystnego dla siebie, nie licząc się z przeżyciami mamusi. Jeśli te dylematy wzmacniają matki, pozornie akceptujące decyzję, ale jednocześnie sygnalizujące tęsknotę, poczucie porzucenia i troskę "jak sobie dasz radę beze mnie", może to doprowadzić do rezygnacji z planów życiowych i pozostania w demobilizującej atmosferze domu.

Drugim najczęstszym problem przy wkraczaniu w dorosłość jest wybór partnera życiowego. Trudności decyzyjne, tak charakterystyczne dla osób wychowanych przez nadopiekuńcze matki, stanowią wyraźną przeszkodę przy nawiązywaniu kontaktów towarzyskich, tym bardziej, jeżeli w grę wchodzi decyzja o małżeństwie. Matki czują się zagrożone utratą dziecka, zaczynają ostrą batalię. Argumenty są różnorodne: od pejoratywnych uwag na temat wybranki po dramatyczne wizje sytuacji ekonomicznej nowej rodziny. Nadopiekuńcze matki nie kryją negatywnych uczuć wobec przyszłej synowej czy zięcia. Jeśli młoda osoba nie zrezygnuje z zawarcia małżeństwa, musi się liczyć z poważnym zagrożeniem jego trwałości. Ingerencja nadopiekuńczej matki w nowy układ rodzinny syna czy córki przybiera często niewyobrażalny zakres: nękanie telefonami, kontrola, wreszcie wkraczanie w intymną sferę małżonków. W najtrudniejszej emocjonalnie sytuacji jest ten z małżonków, który jest ofiarą nadopiekuńczych działań. Nie chce skrzywdzić matki, a jednocześnie dostrzega kończącą się wytrzymałość psychiczną współmałżonka.

Kogo ma położyć na ofiarnym stosie - matkę czy żonę, obie są dla niego ważne, obie kocha, niestety często bierze górę niszczące uzależnienie od matki.

Synowie nadopiekuńczych matek nieświadomie poszukują partnerki o podobnych cechach psychicznych do matki. To oni czekają na opiekę i wsparcie ze strony żony, nie umieją wziąć odpowiedzialności za rodzinę, z lękiem myślą o potomstwie, bo dziecko będzie wymagało dużo troski. Pełni lęku i niepewni siebie nie stanowią oparcia dla członków rodziny.

**Zdążyć na czas**

Z pozoru najłagodniejsza forma krzywdzenia dziecka, za jaką bywa uznawana nadopiekuńczość, przy poznaniu jej skutków deformujących zarówno funkcjonowanie dziecka, jak i dorosłego człowieka, nie może być bagatelizowana i pozostawiona bez interwencji. Im wcześniej zostaną wykryte nieprawidłowe relacje między matką a dzieckiem oraz zdiagnozowana przyczyna takiego układu, tym większe szanse na uzyskanie pozytywnych efektów. Nacisk należy położyć na terapię matki.

Świadome odrzucenie przez matkę dotychczasowej linii postępowania jako niekorzystnej dla dziecka, stanowi pierwszy krok w dobrym kierunku i jest punktem wyjścia do dalszej terapii. Bardzo trudna jest praca z młodymi osobami ofiarami nadopiekuńczości, które zgłaszają się do specjalisty z problemem "nieudanego życia". Poprowadzenie terapii tak, aby odkrywając przyczyny, nie wzbudzić niechęci, a nawet nienawiści do nadopiekuńczej matki, wymaga dużego kunsztu terapeutycznego. Jeżeli uda się przywrócić młodemu człowiekowi jego tożsamość i zacznie on czerpać satysfakcję z nowego wcielenia - można wspólnie świętować sukces.