

NADOPIEKUŃCZOŚĆ



JEST PRZEMOCĄ



**MIASTO
TORUŃ**



**My Rodzice Przeciwko
Narkomanii Dzieci
Grupa Społeczna**

1.

OGRANICZA ROZWÓJ ODPOWIEDZIALNOŚCI OSOBISTEJ

Dziecko potrafi zrobić wszystko adekwatnie do swojego wieku, dzięki temu rozwija odpowiedzialność osobistą i ma poczucie sprawczości. Rodzic pojawia się wtedy, kiedy jest o to proszony, co przekłada się na efektywność i zaradność dziecka, stanowiąc najlepszy trening funkcji wykonawczych.



2.

POZBAWIA SZANSY NA SAMODZIELNOŚĆ / ZDOBYWANIE PRAKTYCZNEGO DOŚWIADCZENIA

Podejmowanie prób i trening samodzielności pozwalają dziecku na rozwój w granicach jego możliwości. Naturalna ekspozycja na nowe zadania i podejmowanie wyzwań w bezpiecznym środowisku jest źródłem zaradności na przyszłość - w konfrontacji z nowymi sytuacjami.



3.

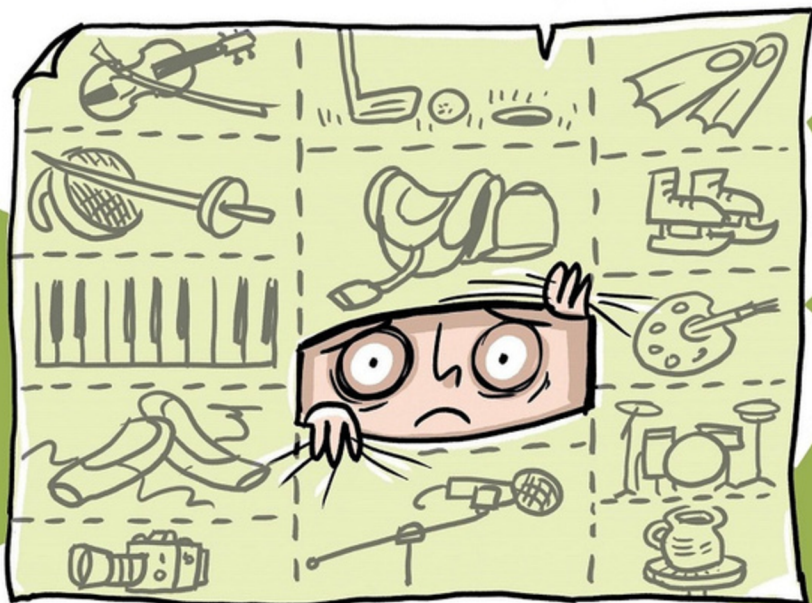
ODDZIELA OD EMOCJI I POTRZEB

Dziecko odczuwa własne potrzeby, samodzielnie dobierając sposoby na ich adekwatną rekompensatę. Zaspokajanie i przewidywanie potrzeb dziecka pozbawia je możliwości osławania się z niekomfortowymi emocjami oraz odczuciami. W efekcie może mieć ono problem z samodzielnym, trafnym ich odczytaniem i zadbaniem o siebie.



HAMUJE ZDROWY ROZWÓJ OSOBOWOŚCI

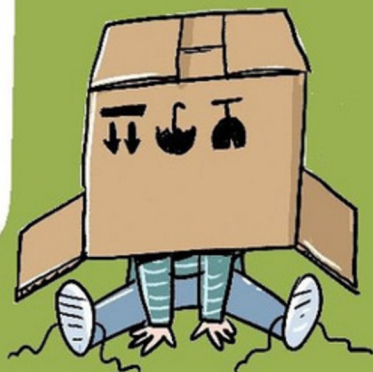
4.



Planowanie katalogu zajęć dla dziecka pozbawia je możliwości poszukiwania, odbiera okazję do nudy i swobodnej eksploracji otoczenia. W efekcie - dziecko nie ma szansy na odkrywanie własnych zainteresowań i talentów oraz na spontaniczny rozwój pasji. Z czasem może to odbierać mu energię do działania, ograniczać dziecko do mechanicznego odtwarzania czynności i prowadzić do emocjonalnego wypalania się.

5.

BUDZI LĘK, NIEPEWNOŚĆ
I BEZSIŁNOŚĆ
U DZIECKA ORAZ
PRZEKONANIE
O NIEWYSTARCZALNOŚCI,
UŁOMNOŚCI,
BRAKU KOMPETENCJI



Nadmierna opieka zniechęca dziecko do podejmowania prób w jego otoczeniu, co przekłada się na dalsze funkcjonowanie w różnych obszarach i środowiskach. Dziecko nie czuje się autonomiczne i kompetentne, przez co ulega wpływom i woli innych. W efekcie korzysta z wyuczonej bezsilności, a pozbawione nadzoru – czuje się zagubione, niepewne i zleknięte.



WPŁYWA NA OBNIŻONE POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI I NIEADEKWATNY OBRAZ SIEBIE

Dziecko rozwija odporność psychiczną dzięki naturalnej konfrontacji z nowymi sytuacjami, problemami; poniesieniu porażki. Bez możliwości podejmowania własnych inicjatyw dziecko nie nabywa adekwatnego obrazu własnych możliwości. Traci szansę na samodzielne osiągnięcie sukcesów oraz poczucie dumy z rosnących umiejętności i osiągnięć.

NADOPIEKUŃCZOŚĆ

TO NIE MIŁOŚĆ

TO NARZĘDZIE LĘKU I PRZEMOCY



- **ODBIERA KREATYWNOŚĆ I PEWNOŚĆ SIEBIE**
- **BŁOKUJE POZNANIE WŁASNEJ WARTOŚCI**
- **NISZCZY SAMODZIELNOŚĆ I SPRAWCZOŚĆ**
- **PROWADZI DO PASYWNOŚCI, WYCOFANIA I IZOLACJI**



Nat. Centrum Praw Dziecka
Narodowe Centrum
Grupa Rozwojowa

1. NIE POZOSTAWIA PRZESTRZENI NA ZADBANIE O SWOJE POTRZEBY



Kiedy rodzic otacza dziecko nadmierną opieką, pochłania to całkowicie jego zasoby emocjonalne, mentalne i czasowe. Funduje sobie stres, który jest wyniszczający dla organizmu i przyczynia się do rozwoju zaburzeń, uzależnień czy depresji.

2. PODNOSI RYZYKO WYPALENIA RODZICA ORAZ GORSZEGO FUNKCJONOWANIA RODZINY



Pozbawiając dziecka odpowiedzialności za siebie samego, rodzic zwiększa swoją ekspozycję na kryzys wypalenia rodzicielskiego. Wywołuje także obojętność na siebie i bliskich, ogranicza możliwość efektywnego funkcjonowania oraz poziom uważności.

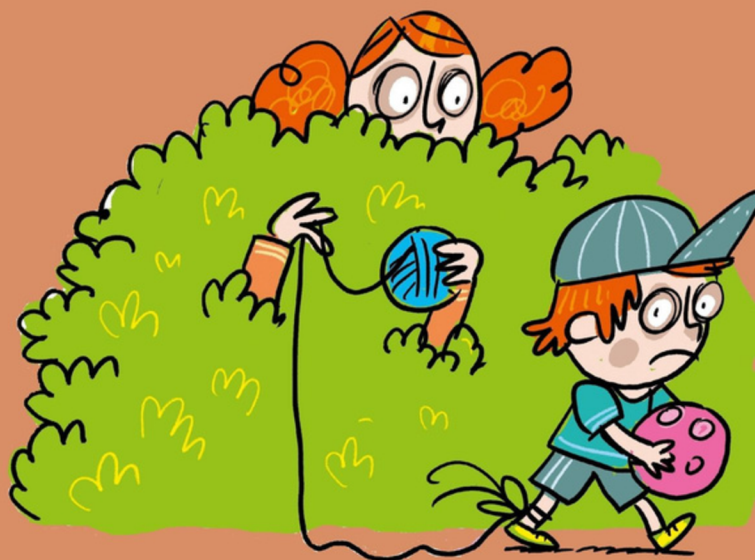
2. PODNOSI RYZYKO WYPALENIA RODZICA RAZ GORSZEGO FUNKCJONOWANIA RODZINY



Pozbawiając dziecka odpowiedzialności za siebie samego, rodzic zwiększa swoją ekspozycję na kryzys wypalenia rodzicielskiego. Wywołuje także obojętność na siebie i bliskich, ogranicza możliwość efektywnego funkcjonowania oraz poziom uważności.

3. ZWIĘKSZA POZIOM KONTROLI I ANGAŻUJE DO CIĄGŁEJ CZUJNOŚCI

Nadopiekuńczość przekłada się na brak zaufania w kompetencje dziecka i przyczynia się do nadmiernego kontrolowania. To angażuje całą uwagę rodzica oraz napędza jego lęki wobec tego, co jeszcze się nie zdarzyło.



4. STAWIA DOROSŁEGO W ROLI RATOWNIKA, A W DZIECKU UTRWALA ROLĘ OFIARY



Regularna kontrola nad planowaniem i wykonywaniem czynności należących do dziecka, wzmacnia mechanizm, w którym jego funkcjonowanie nie opiera się na osobistych kompetencjach. Nieustanne występowanie rodzica w roli ratownika przyczynia się do umacnianiu w dziecku roszczeniowych postaw.



5. STAWIA W CENTRUM OBAW RODZICA, CZĘSTO NARUSZAJĄC POTRZEBY DZIECKA

Dziecko potrzebuje uznania swoich granic i autonomii. Pełna obaw postawa rodzica zakłóca te potrzeby. Rodzicielstwo staje się relacją jednokierunkową, narzuconą przez rodzica bez uwzględnienia głosu dziecka, które z czasem ulega naciskom dorosłego wbrew sobie.

6. ODBIERA PRZESTRZEŃ NA BŁĘDY I WZMAGA WYNISZCZAJĄCE DĄŻENIE DO PERFEKCJONIZMU



Nadopiekuńczy rodzic często kieruje się wewnętrznym przymusem bycia perfekcyjnym. Obciąża go wewnętrzna presja, by wszystko było zawsze doskonale zaplanowane, a to pochłania znacznie większe zasoby, niż faktycznie potrzebne. Brak zgody na pomyłki czy niedociągnięcia sprawiają, że rodzic czuje się niewystarczający oraz nie akceptuje własnych niepowodzeń.



NADOPIEKUŃCZOŚĆ

JEST PRZEMOCĄ, KTÓRA:



- JEST ŹRÓDŁEM LĘKU
- UZALEŻNIA EMOCJONALNIE
- PROWADZI DO NISKIEJ SAMOOCENY
- POGŁĘBIA SAMOTNOŚĆ I WYCOFANIE
- NISZCZY POZNANIE WŁASNYCH MOŻLIWOŚCI
- MOŻE PROWADZIĆ DO UZALEŻNIEŃ, DEPRESJI, SAMOOKALECZEŃ I SAMOBÓJSTW



My Rodzice Pracujemy
Narodowi Dobrej
Grupa Społeczna

ZJEDZ JESZCZE TROCHĘ
KOTLECIKA I WARZYW, ŻEBYŚ MI
ZARAZ NIE BYŁ GŁODNY.



1.

Zaspakajanie potrzeb dziecka
według własnego uznania
bez uszanowania jego odczuć.

NIE MA CZASU NA PODWÓRKO,
PO POŁUDNIU MASZ ANGIELSKI, PIANINO
I TRENING PIŁKI NOŻNEJ.



2.

Planowanie i kontrolowanie czasu wolnego dziecka bez pozostawiania mu przestrzeni na odpoczynek, odkrywanie siebie, podążanie za zainteresowaniami.

3.

SPRAWDZAŁAM W ZESZYTACH,
CZY NA PEWNO NIE MASZ
PRACY DOMOWEJ DO ZROBIENIA
I TAKIE LIŚCIKI Z KOLEGAMI
TAM ZNALAZŁAM.



Przewidywanie i eliminowanie
wszelkich zagrożeń kosztem
naruszania sfery prywatności dziecka
i jego praw osobistych.

NO NIE SMUĆ SIĘ JUŻ TAK!
ZJEDZ KAWAŁEK CZEKOLADY,
OTRZYJ ŁZY I UŚMIECHNIJ SIĘ
SZYBKO DO TATY.



- 4.** Przejmowanie odpowiedzialności
za emocje dziecka i ich regulację
bez zostawiania mu przestrzeni
na ich doświadczenie i oswojenie.

JUŻ JA POROZMAWIAM Z RODZICAMI
TEGO MAĆKA, NIKT MI NIE BĘDZIE
DENERWOWAŁ MOJEGO SYNKA!



- 5.** Chronienie dziecka przed zwykłymi
wyzwaniami rozwojowymi
na miarę jego wieku i rosnących
możliwości w radzeniu sobie z nimi.

MASZ TU UBRANIE PRZYGOTOWANE,
SPAKOWANY PLECAK NA JUTRO,
A W PIÓRNIKU NOWY OŁÓWEK,
BO POPRZEDNI SIĘ JUŻ KOŃCZYŁ.



6.

Wyręczanie dziecka
we wszystkich czynnościach
i ograniczanie możliwości zdobywania
samodzielności życiowej.

O KTÓREJ DOJECHAŁAŚ
DO SZKOŁY?

POWIEDZIAŁAŚ
„DZIEŃ DOBRY”
WOŻNEMU?

PODZIĘKOWAŁAŚ PANI ZA POMOC
W ZNALEZIENIU KSIĄŻKI?



7.

Radzenie sobie z własnym
lękiem poprzez nadmierną
kontrolę tego, gdzie jest dziecko
i jak się zachowuje.



8. Założenie, że świat jest złym i niebezpiecznym miejscem do życia.

AUTORZY: ANNA HADY, MACIEJ DĘBSKI
KONSULTACJE PSYCHOLOGICZNE: MARTYNA HNATYSZYN
KOREKTA JĘZYKOWA: MAŁGORZATA SAPUN
RYSUNKI / OPRACOWANIE GRAFICZNE: BARTEK BROSZ



**MIASTO
TORUŃ**



**My Rodzice Pracujemy
Wspólnie! Dział
Grupa Społeczna**

