

Рюмина Ольга Владимировна,
Педагог-психолог, I кв. категории,
МАДОУ ДСКН №6 г. Сосновоборска

Консультация для родителей ГИПЕРОПЕКА ИЛИ ЗАБОТА, КОТОРОЙ СЛИШКОМ МНОГО.

Гиперопека – это стиль воспитания, характеризующийся избыточной, не согласующейся с возрастом ребёнка заботой.

Как правило, гиперопека тотальна и захватывает всё пространство ребёнка. С кем дружить, как одеваться, сколько времени тратить на домашние задания, как проводить свободное время – заботливые взрослые из лучших побуждений готовы контролировать каждый детский шаг. Более того, любая здоровая попытка со стороны сына или дочери выбраться из-под контроля и хоть что-то решить самому встречается недоверием и ростом родительской тревоги. Ребёнок бунтует – родители усиливают давление, и так происходит ровно до тех пор, пока ребёнок не сдаётся и не признаёт, что в опасном мире лучше прятаться за маму и папу.

К чему же может привести гиперопека в будущем?

Отсутствие собственного мнения и даже если имеются какие-то мысли по сложившейся ситуации, отстаивать свою точку зрения нет желания.

Склонность к различным видам зависимостей. Это касается не только вредных привычек, но и зависимости от людей, мнения и так далее.

Отсутствие уверенности в собственных силах. Человек именно из-за этого не проявляет активности, постоянно боится, что сделает что-то не так, ошибиться. Это очень мешает в достижениях цели, включая обучение, личную жизнь, работу.

Отсутствие самостоятельности, соответствующей возрасту. Это касается не только бытового обслуживания, но и вопросов, где нужно взять на себя какую-либо ответственность, принять решение.

Закрытость, замкнутость, скрытность. Из-за тотального контроля человек с детства учиться скрывать свои мысли, не делиться с окружающими, а по мере взросления все эти личностные особенности усиливаются.

Сложности в общении. Они могут проявляться как стеснительность или скованность, боязнь вступить в контакт, поддержать беседу, познакомиться.

Эмоциональная нестабильность. У некоторых наблюдается нервозность, лёгкая возбудимость, а у других развивается апатия ко всему происходящему.

Развитие комплексов различного типа.

Сложная адаптация в социуме. Первые проблемы могут появиться уже в детском саду, а потом отмечаться уже и в школе.

Что делать?

Избегайте выражения "мамочка всегда знает, что для тебя лучше".

Начните предлагать ребенку выбор. Пусть сам учится принимать решения. Например, "я купила бананы и яблоки. Что ты хочешь съесть?". Если ребенок не привык выбирать самостоятельно, и затрудняется с ответом, просто положите перед ним и банан, и яблоко. Пусть кушает, что хочет.

Уважайте желание ребенка. Если ребенок говорит, что это платье или футболка ему не нравятся, не настаивайте. Спросите, чего он хотел сам, учитывая тем самым желание самого ребенка. Да, не всегда этот выбор будет «правильным», с точки зрения родителя, но тем самым мы даем ребенку понять, что мы ему доверяем и считаемся с его мнением.

Дайте ребенку свободу. Так, пусть сам выбирает друзей и делает домашнее задание. Если будут проблемы, он сам вас попросит о помощи и о совете. Но даже тогда избегайте указаний и приказов, просто дайте ему совет в уважительной форме.

Избегайте приказов. Не требуйте, а советуйте или подсказывайте. Станьте для ребенка другом. Он начнет доверять вам и рассказывать о событиях своей жизни, мечтах, желаниях и увлечениях. Тогда и контролировать не придется.

Не бойтесь, что ребенок может ошибаться и попадать в трудные ситуации. Если это не несет никакой опасности для ребенка, позвольте ему самостоятельно найти выход из сложившейся ситуации, подбодрите его и научите не отчаиваться. Преодолевая трудности, ребенок будет набирать жизненный опыт.

Сначала ребенку будет сложно - ведь он не привык сам что-либо решать. Но очень скоро он научится, и вы удивитесь, каким разумным и самостоятельным может быть ваш ребенок.

Вот, что говорит по этому поводу Лиз Матеис — клинический психолог: «Воспитание — это танец, в котором взрослый чувствует, когда нужно вмешаться, а когда — позволить ребенку справиться самостоятельно»

