

«ЧТО ТАКОЕ ГИПЕРОПЕКА?»

Гиперопека — это чрезмерная опека детей, проявляющаяся в стремлении родителей окружить ребенка повышенным вниманием, защитить его даже при отсутствии опасности, постоянно удерживать около себя, заставлять поступать определенным, наиболее безопасным для родителей способом. Этим словом обозначают желание родителей защищать ребенка всеми доступными способами от любой минимальной или мнимой опасности. Также в таком случае они «живут» его жизнью, решая абсолютно все за него: с кем дружить, куда ходить гулять, не говоря про бытовые мелочи. А в проблемных ситуациях папа и мама находят из нее выход сами, не учитывая мнения ребенка, а лишь «выдавая» готовый ответ. А в будущем ребенок уже всегда будет ожидать помощи от папы с мамой, которые подскажут, какую профессию выбрать, с каким человеком строить семью и т.п. Родители, желая ребенку лучшего, совершают ошибку, в результате которой ребенок становится полностью зависимым от них.

ВИДЫ ГИПЕРОПЕКИ

Потворствующая. Ребёнок становится кумиром в семье, его центром и жизнью. Родители поют дифирамбы талантам, умениям, красоте ребенка. Уже здесь стоит сказать - "стоп"! Так формируется неадекватное представление ребенка о самом себе! Это не путь к нормальной самооценке, это дорога к краху и стрессу. Привыкший к всеобщему (семейному) обожанию и поклонению ребёнок сильно обожжется, когда его встретит социум - школа, университет, работа. Если таланты многократно преувеличены, то ожидания не подтвердятся. Родители должны давать ребенку адекватную обратную связь!



Доминирующая. В данном случае решают все за ребёнка. В первом варианте при возникновении трудностей прибегают чрезмерно заботливые члены семьи, во втором – ребёнок и его жизнь моделируется и контролируется родителями. Жизнь из правил, запретов, условий и манипуляций. Чтобы подготовить к суровой жизни ребенка мало хвалят или не делают этого вовсе. Способности и умения занижаются. Ребёнок не допускается до своей жизни, ведь он "ещё маленький", родители лучше знают какой опыт будет полезен. Постепенно происходит психологическое слияние жизни ребенка и родителя, ребёнок зависим от эмоций и настроения взрослого, дети проживают жизни своих родителей. При данном виде гиперопеки дети вырастают робкими,

боязливыми, инфантильными, зависимыми, у них наблюдаются проблемы в общении.

ПОСЛЕДСТВИЯ ГИПЕРОПЕКИ

Дети вырастут беспомощными, с неадекватным восприятием себя и мира, они не смогут услышать свой внутренний голос, да и окружающих. Робкие, закомплексованные, неуверенные в себе, не реализующие себя в полной мере, а главное - несчастные.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ГИПЕРОПЕКИ:

- поощряйте выражение эмоций: ребенок должен проявлять желания, даже если они вам могут показаться несущественными;
- предлагайте выбирать как можно чаще: еду, одежду, мебель для его комнаты, игрушки, варианты семейного отдыха и т.п.;
- мотивируйте на самостоятельность: у ребенка должна быть посильная ему часть домашних обязанностей, которые он будет делать сам;
- хвалите за любые проявления «взрослого» характера –принятия решения, сделанного в одиночку дела и т.п.;
- позвольте ошибаться: опыт покажет ребёнку, где проходят допустимые границы и какая цена неправильного решения;
- не ругайте: если ребенок принял неверное решение, не стоит его за это бранить, лучше поясните, как стоило бы поступить в следующий раз;
- не переделывайте: когда ребёнок что-то сделал неправильно, не надо за него сразу переделывать, предложите вместе исправить все;
- будьте откровенны: говорите ребенку, что чувствуете, но не навязывайте свои мысли, подход, решения проблемы – это его жизнь;
- помогайте: но только тогда, когда ребёнок сам об этом попросил — тогда он будет знать, что помощь придет, но только в случае необходимости;
- прислушивайтесь к ребенку. И, помните: нельзя дать другому человеку жизненные навыки. Каждый должен приобрести их самостоятельно, своим трудом.

