

"Чем опасна гиперопека?"

Работая в детском саду педагогом – психологом часто сталкиваюсь с тем, что дети старшего дошкольного возраста не умеют самостоятельно одеваться, обуваться, раздеваться. Плачут, если не получается выполнить какой – либо продукт деятельности, отказываются его переделать. Такое поведение наталкивает на мысль – отчего и почему так ведут себя дети? Одной из причин может быть проявление родительской гиперопеки.

Давайте подумаем, что же такое гиперопека? Это избыточная забота над ребенком, не согласованная с его возрастом. Как правило, гиперопека полностью захватывает ребенка. Заботливые родители контролируют каждый шаг ребенка - неумело складывает игрушки, медленно одевается.

Не каждый взрослый может запастись терпением и дать ребенку время, чтобы он сам оделся, завязал шнурки, убрал на место игрушки, сложил вещи. Родители готовы контролировать каждый шаг ребенка, и как им кажется из лучших побуждений.

К чему приводит подобный стиль воспитания? Дети из гиперопекающих семей часто не умеют ладить со сверстниками, с навыками самообслуживания просто беда. Такие дети, взрослея, не могут отстаивать свое мнение, не могут самостоятельно принимать решения. И как следствие, гиперопекаемые дети стараются избегать трудностей. Если таких детей дразнят, они стараются меньше общаться со сверстниками. Формируется привычка постоянно уходить от трудностей, при этом ребенок оправдывает сам себя - раз он неловкий и неумелый, надо отказаться от того, что не получается.

В последствие, избегание трудностей может повлечь развитие тревожных расстройств. Может ли чувствовать себя такой ребенок полноценной личностью, если его самостоятельность пресекалась прямо в корне? Получается, что повзрослевшему ребенку, когда мамы и папы рядом не будет, не на кого будет опереться, в самом себе он опоры находить не будет. Как же будет себя вести повзрослевший ребенок? Скорее всего, замкнется в себе и будет страдать от одиночества.

Так как же быть родителям, которые хотят избежать гиперопеки, оставаясь при этом чуткими и заботливыми? Родителям не следует, даже из лучших побуждений, жить за собственного ребенка. Разбитая коленка или ссора со сверстником – это часть опыта, который делает его крепче, мудрее, устойчивее. Родители обязаны предоставить ребенку возможность его получить.

Важно ориентироваться, в каком возрасте ребенок должен обладать теми или иными навыками. Необязательно учить четырехлетку читать, но важно позволить ему самостоятельно одеваться. Ведь основная задача родителей – сделать своих детей как можно более приспособленными к жизни. Это получается тогда, когда дети самостоятельно решают посильные для них задачи.

Побуждайте детей к самостоятельному принятию решений. Предоставляйте выбор одежды - если на улице похолодало, какую кофту лучше одеть? Какой ложкой лучше есть то или иное блюдо?

Вселяйте в ребенка уверенность в себе, в собственных силах: «Ты сможешь, ты справишься, у тебя получится». Советуйтесь с ребенком в решении простых бытовых вопросов.

Родителям хорошо бы сделать собственную жизнь интересной и насыщенной. Таким образом, не будет соблазна в чрезмерной опеке над ребенком. И конечно же, родителям стоит поработать над собственной тревогой, поскольку именно она и является причиной гиперопекающего поведения.

Если родителю мир кажется враждебным и полным угроз, и каждый день не проходит без волнения о ребенке, значит надо начинать с себя. Постоянная родительская тревожность негативно влияет на внутрисемейные отношения. Как же научиться доверять своему ребенку? Необходимо победить привычку постоянно тревожиться за него.