«Забота и гиперопека»

Консультация для родителей

подготовил воспитатель: Быкова А.А.

Март 2021 год.

Родители всегда заботятся о своих детях и защищают их интересы — это не только заложено природой, но и определено законодательством. Ребенок приходит в мир беспомощным существом, и забота о нем — необходимейшее условие выживания.

Такую опеку можно назвать базовой. Гиперопека – понятие, обозначающее чрезмерную заботу, где «гипер» – «сверх». Кто-то скажет: разве забота может быть «сверх»? К сожалению, да! Родители чаще всего чрезмерно опекают детей неосознанно, не думая о последствиях и забывая о том, что они не должны мешать своему чаду развиваться и становиться самостоятельным.

Как понять, что вы — гиперзаботливый родитель. Периодически смотрите на себя со стороны, анализируя свои действия и методы воспитания. Можно прямо сейчас пройтись по перечню признаков гиперзаботливого родителя и задуматься, насколько сильно вы опекаете свое чадо.

Признаки гиперопеки:

- **Вы спешите на помощь ребенку без просьб, не давая ему возможности приложить усилия.** Помогать нужно, если участие необходимо. Действия на опережение не дают ребенку возможности научиться анализировать ситуацию и искать пути решения. А если вы сами, например, несете стульчик, чтобы ему было удобней наблюдать в окно за птицами у кормушки, то идеи по реализации своих желаний у него так и не возникнут.

- **Оберегаете от любых переживаний, скрываете информацию о трагических событиях.** Конечно, не стоит вываливать на ребенка массу негативной информации и рассказывать «всю правду» о жестокой реальности. Тем не менее ребенок не должен жить в мире иллюзий, потому что разрушение «воздушных замков» в будущем будет очень болезненным. Подача информации должна соответствовать возрасту.
- **Боитесь обидеть или разозлить.** Часто дети обижаются или даже злятся, если у них что-то не получается. Они могут впадать в истерику, и родители, чтобы ее прекратить, предпочитают все делать сами. Испытывать негативные эмоции — нормально, и переживать неудачи важно и нужно.
- **Контролируете увлечения, интересы, процесс обучения.** Важно помнить, что ребенок – личность. У него есть свои интересы и увлечения. Выбор на свое усмотрение кружков, секций, а позже и друзей, определение приоритетов в учебе – это тоже проявление гиперопеки. Таким образом родители «стирают» индивидуальность ребенка, мешают формированию его личности. Часто причиной таких действий является попытка реализовать свои амбиции и несбывшиеся мечты. Взрослые порой не замечают, что эти направления не интересны их ребенку.
- **Всегда оставляете для ребенка лучший кусок пирога, удобное место и т. д.** Безусловно, родителям хочется дать своему ребенку все самое лучшее. Но такое поведение наглядно демонстрирует, что интересы ребенка важнее желаний остальных членов семьи, и чадо привыкает к такому положению дел. Уважение к родителям воспитывается в том числе и лучшим куском пирога, и самым удобным местом.
- **Впадаете в панику и беспокоитесь о ребенке в те моменты, когда не находитесь рядом с ним.** Если вы не находите себе места, когда ребенка нет рядом, и постоянно названиваете, чтобы получить информацию о его состоянии, не можете ни на чем сконцентрироваться и прибываете в состоянии тревожности, то можете быть уверены –это чрезмерная опека.
- **Берете на себя решение всех проблем ребенка.** Чтобы научиться решать проблемы или разрешать спорные ситуации во взрослой жизни, необходимо приобрести эти навыки в детстве. Когда малыши ссорятся, например, из-за

игрушки, стоит дать им возможность самим разобраться, и при необходимости помочь в урегулировании, но не отстранять ребенка от проблемы.

- **Выполняете за него даже простые действия, потому что так быстрей и качественней.** Распространенная ситуация: мама не дает ребенку самому помыть тарелку, потому что он сделает это не очень качественно, долго и вообще может ее разбить. В итоге ребенок привыкает, что за него все делают. Самое интересное, что впоследствии родители, не приучавшие детей к домашней работе, начинают обижаться и расстраиваться, что ребенок-подросток ведет себя потребительски и совершенно не помогает родителям.
- **Считаете ребенка слабым и маленьким.** Еще один распространенный сценарий – ограждение ребенка от каких-либо действий на основании того, что он недавно переболел и еще слаб, что он еще слишком маленький и не справится и т. д. Давайте ребенку возможность пробовать свои силы, будьте рядом на подстраховке и для моральной поддержки, но не принижайте возможности и способности ребенка.

Хотелось бы, чтобы родители, обнаружившие в своих действиях хотя бы один из этих признаков, всерьез задумались, как исправить ситуацию уже сейчас!