

Чем опасна гиперопека

Гиперопека - это чрезмерная забота о детях, когда родители окружают ребёнка повышенным вниманием, защищают даже при отсутствии реальной опасности, постоянно держат ребёнка около себя.

Как отличить родительскую гиперопеку от обычной заботы о своем ребенке? Существует несколько признаков родительской гиперопеки. Внимательно посмотрите на них и подумайте — может быть, Вы тоже слишком сильно опекаете своего ребёнка.

Основные признаки гиперопеки:

1. Окружение ребенка постоянным вниманием;
2. Стремление уберечь от любой (даже сильно потенциальной) опасности;
3. Постоянное стремление держать ребенка «на коротком поводке»;
4. Желание, чтобы ребенок делал только так, как ему сказано — без малейшего проявления самостоятельности;
5. «Привязка» ребенка к настроению и чувствам родителей;
6. Стремление к ликвидации для ребенка возможностей самостоятельных решений проблем;
7. Постоянное навязчивое стремление помочь выполнить то или иное задание (а порой даже выполнение этого задания за ребенка).

Давайте посмотрим, к чему приводит подобный стиль воспитания.

В-первых, дети из гиперопекающих семей, несмотря на отличные оценки и примерное поведение, обычно отстают от сверстников. С навыками самообслуживания - беда, с умением ладить с друзьями – тоже, тело непослушно, представления о мире и людях – как у дошкольника. Получается, что в довольно важных вещах они проигрывают своему окружению, и этот разрыв с годами, увы, только нарастает. Не удивительно, что из слишком опекаемых детей вырастают взрослые, не способные отстоять своё место под солнцем.

Во-вторых, основная и зачастую единственная стратегия при встрече с трудностями у таких детей - это стратегия избегания. Специалисты давно подметили, что гиперопека, привычка избегать и тревожные расстройства связаны воедино, равно как связаны переживание беспомощности и депрессия.

Родители должны научиться доверять своему ребенку и уважать его как отдельную личность. Для этого маме и папе следует кардинально изменить подход к воспитанию, познакомиться с собственным ребенком заново, присмотреться к нему, чтобы понять его интересы, переживания и желания и

начать интересоваться его мнением и потребностями. Родители должны научиться видеть грань между потаканием капризам и удовлетворением физических и моральных потребностей ребенка, а также давать ребенку право выбора и устанавливать адекватные ограничения и правила, чтобы их чадо могло развиваться и становиться более самостоятельным по мере взросления.

И самое главное — важно помнить, что отказ от гиперопеки — это проявление любви к ребенку. Уменьшая нашу заботу, переставая помогать ему, когда он в этом не нуждается, мы даем ему возможность поверить в себя, стать более самостоятельным и взрослым. И не нужно бояться, что без гиперопеки отношения с ребенком станут хуже. Напротив, уход от гиперопеки — это важный шаг на пути к тому, чтобы по-настоящему стать другом своему подростку.