

Советы педагога-психолога родителям (законным представителям)



Педагог-психолог МАОУ СОШ №61
по начальной школе
Конакова Наталья Валериевна

Гиперопека родителей Чрезмерная забота о своих детях.

К чему приводит гиперопека детей?

Гиперопека - это патологическое состояние, характеризующееся чрезмерной заботой родителей о своем ребенке. В данном случае, взаимодействие между ребенком и родителем ограничено, что приводит к недостатку самостоятельности у ребенка, а также к нежелательному контролю со стороны родителей, даже когда он не требуется.

В чем заключается гиперопека?

Приставка «гипер» переводится как «сверх», слово «протекция» означает «охрана, защита, покровительство».

Гиперопека – чрезмерная забота, контроль родителей, ограничение активности, самостоятельности ребенка. Данных о распространенности гиперпротекции нет – она не осознается родителями, не является причиной обращения за медицинской помощью.

Как называется стиль воспитания при котором родители потакают желаниям ребенка чрезмерно обожают и покровительствуют?

Потворствующая гиперпротекция. Этот тип воспитания проявляется в стремлении родителей удовлетворять все потребности и желания ребенка. В такой системе ребенок занимает роль кумира семьи. Родитель потакает всем детским капризам, покровительствует и восхищается в том числе мнимыми талантами ребенка.

Признаки гиперопеки

К основным признакам гиперопеки относят:

- чрезмерное внимание к ребенку;
- тотальный родительский контроль всех действий;
- навязывание своих представлений о мире;
- зависимость детей от настроения и эмоций родителей;
- навязчивое желание сделать все за своего ребенка самому.

Как отличить заботу от гиперопеки родителей?

Отличить заботу от гиперопеки очень просто. В норме, заботясь о человеке, мы исходим из его реальных потребностей, у каждого ребенка в любом возрасте есть набор таких потребностей и желаний. Другими словами, если мы кормим ребенка, когда он хочет есть, это забота. А когда убеждаем его в том, что он голоден, то есть, по сути кормим его в любом случае, независимо от того, чего он хочет, – это гиперопека.

Почему возникает гиперопека?

Гиперопека — это отношения между родителями и детьми, для которых характерно повышенное внимание, чрезмерная забота, тотальный контроль поступков и действий ребенка. Такое поведение возникает у родителей из-за того, что они боятся за детей, расценивают многие вещи как угрозу для их жизни, поэтому и ограничивают свободу действий.

Что такое гиперопека в семье и к чему она ведёт?

Гиперопека проявляется в подавлении и «ломке» маленького человека. В основе воспитания лежат правила, запреты, строгая система наказаний. Его критикуют, унижают, контролируют, не доверяют. В результате вырастает затравленный человек с неадекватно заниженной самооценкой, кучей комплексов. Инертная гиперопека в семье. Ребенок вырос, многое умеет делать сам, но с ним продолжают вести себя как с малышом, — по инерции.

Как гиперопека влияет на психику ребенка?

Под влиянием гиперопекающего родителя ребенок становится капризным, истеричным, тревожным, инфантильным.

Отличительной чертой характера такого ребенка является эгоцентризм и уверенность, что все вращается вокруг него и люди вокруг чем-то ему обязаны. Нередко дети, выросшие в атмосфере гиперопеки, испытывают болезненную зависимость от чужого мнения.

В результате **гиперопеки** ребенок может вырасти с тотальным инфантилизмом, неуверенностью в себе, заниженной самооценкой и завышенными требованиями от окружающих, постоянным чувством беспомощности, многочисленными тревогами и страхами, неумением говорить «нет» и доводить начатое до конца, безынициативностью, эгоцентризмом и эгоизмом. Кроме того, ему будет сложно принимать решения, он не сможет адаптироваться и справляться с невзгодами.

Часто говорят, что гиперопека – это чрезмерная любовь, но это далеко не так. За гиперопекой прячутся совсем другие чувства и страхи.

Гиперопека может быть попустительской, когда каждое желание ребенка удовлетворяется без отказа. Или это требовательная гиперопека, когда ребенку выдвигают правила, которым он должен соответствовать.

Что такое гиперопека?

Это ситуация, когда ребенок не сталкивается с трудностями и задачами в своей жизни, потому что его мама, бабушка (или лицо их заменяющее) стараются все решить за него и вместо него.

Сюда относятся:

- Решение бытовых проблем за ребенка (за него убираются в комнате, заправляют постель, убирают грязное белье, моют посуду и т.д.)
- Решение организационных вопросов (ребенка будят в школу вместо будильника вплоть до старших классов, собирают за него портфель, делают уроки)
- Контроль над передвижением и действиями (родитель часто звонит в течение дня и уточняет у уже немаленького ребенка: как тот дошел до дома, поел ли супчик)

- Ограничения в знакомстве с окружающим миром («Не скатывайся с горки – вдруг упадешь») «Не трогай камень, на нем микробы»)

- Ограничения в общении с другими людьми без обсуждения ситуации с ребенком («Ты не будешь общаться с Вовой, он плохой мальчик и не подходит тебе»)

В итоге ребенок вообще не чувствует свои границы, не понимает на что он способен, а что ему неподвластно, не понимает, что правильно для него, а что нет.

Не умеет переживать фрустрацию: когда что-то не получается, он впадает в ступор и ждет помощи от других людей.

Человек, подвергшийся гиперопеке, теряет контакт со своими чувствами. Он не понимает, когда он голоден, а когда насытился. Ведь раньше этот вопрос всегда решала мама. Как в известной шутке:

«Коля, иди домой».

«Мама, я что, замерз?»

«Нет, ты кушать хочешь!»

Такой человек не умеет организовывать свою жизнь, когда становится взрослым – постоянно опаздывает на работу, не справляется с домашними делами. Раньше его в этом выручала мама или бабушка, а теперь этот непосильный груз пал на его плечи.

Да и уйти в самостоятельную жизнь подростку крайне трудно. Такие дети очень долго остаются в семье родителей, потому что не мыслят своего существования без них.

Хорошим примером служит знаменитый советский фильм «Где находится нофелет?» (1987г.) Сорокалетний холостяк Паша находится под полным контролем своих родителей и его желание создать свою семью с любимой женщиной остается на уровне фантазий.

Почему так происходит? Почему потребности ребенка игнорируются и он растет в коконе «из того, что для него лучше» по мнению его родителей?

Дело в том, что истинные потребности ребенка не могут быть услышаны сквозь толщу материнской тревоги и страха. И если ребенок проявит какое-то сопротивление, то будет мигмом раздавлен стыдом и чувством вины. Мама схватится за сердце и будет причитать, что он совсем ее не бережет и буквально хочет ее смерти.

Мама старается держать под контролем все области жизни своего ребенка. А если что-то все-таки вышло из под контроля, она испытывает сильнейшую тревогу, которую не выдерживает.

Как правило, такая мать довольно незрелая и инфантильная, потому что не способна осознать далеко идущие последствия своих действий.

Она может быть нереализованной личностью, травмированной или созависимой. Вся ее жизнь может быть сосредоточена на детях. Наличие детей и гиперопека над ними, может позволять ей иметь «законную» причину: оставаться в неудачном браке, не заниматься самореализацией, закрывать глаза на свои реальные проблемы.

Часто женщина после развода может избегать отношений с мужчинами, бояться создавать новый брак и уход в воспитание детей – прекрасная возможность для этого. Уже взрослыми, дети таких матерей могут услышать в свою сторону упрек:

«Я тебя поила, кормила. Свою личную жизнь не построила, а ты...»

Некоторые матери, дети которых выросли и один за другим покидают семейное гнездо, могут «уцепиться» за младшего ребенка и попытаться оставить его при себе, чтобы избежать одиночества.

Всем знакома эта фраза: «Мама прожила свою жизнь, проживет и твою»

Бывают и другие случаи:

- Ребенок мог сильно заболеть в раннем детстве, а мать в этот момент переживала ситуацию возможной утраты ребенка. Она не смогла справиться с чувством тревоги за него и теперь контролирует каждый его шаг

- Если ребенок родился у женщины поздно, когда она уже и не надеялась, она может хранить и беречь его как хрустальную вазу.

- Гиперопека могла быть унаследована родителями по сценарию от предыдущих поколений в семье, если данный вид воспитания воспринимался как норма.

Таким образом, гиперопека имеет мало общего с истинной любовью. Это результат страхов и комплексов родительской фигуры. Уход от тревоги и переживаний, реализация смысла жизни и своих потребностей через жизнь другого человека больше похожа на эгоизм и отказ от решения собственных проблем.

Осознать это необходимо как можно раньше и бороться с гиперопекой, чтобы дать своему ребенку счастливое, ответственное и самостоятельное будущее.