



Рекомендации психолога.

Чрезмерная опека родителей.

Родителей всегда волнует вопрос, как правильно воспитывать ребенка, поскольку правильное воспитание помогает развить личностные качества ребенка и готовит его к выживанию в конкурентном мире.

Где грань между дружескими отношениями родителей-детей и патологическим желанием контролировать абсолютно все в жизни ребенка? Намерение чрезмерно опекать обычно оправдывается благими намерениями – дети ведь еще не могут сами принимать решения и обеспечивать себе безопасность. Вроде бы цель гиперопеки – защитить ребенка от какого-либо вреда. Однако, с другой стороны, родители должны не только заботиться о детях, но и учить их определять риск, а также нести ответственность за свои поступки. Эти уроки лучше всего преподавать через жизненный опыт.

Чтобы осознать вред гиперопеки, представим взрослого, который:

- не может найти себя в жизни, родители помогают ему и вытаскивают из неприятных ситуаций вплоть до его пенсии;
- считает, что ему все обязаны и должны по умолчанию;
- слишком слаб, чтобы решать в жизни за себя, отстаивать свою позицию, мнение;
- ему невероятно трудно браться за дело и доводить до конца.

Труднее всего детям, в воспитании которых присутствовала гиперопека. Даже травмирующие события не влияют так пагубно на жизненную силу человека, как привычка ждать, что кто-то решит все проблемы.

10 факторов, помогающих проверить, что ваша забота и тревога о ребенке, мешает ему развиваться и становиться самостоятельным, если Вы:

1. Не позволяете ребенку совершать усилия и помогаете без просьбы с его стороны.
2. Оберегаете ребенка от любых потрясений, постоянно жалеете.
3. Боитесь, что ребенок обидится или разозлится.
4. Активно руководите обучением ребенка, контролируете его интересы.
5. Оставляете ребенку лучший кусок пирога.
6. Очень переживаете и тревожитесь за ребенка, когда вас нет рядом.

7. «Подстилаете матрас» и решаете проблемы ребенка за него.
8. Вам проще сделать самому, чем ждать, пока это выполнит ребенок.
9. Вы не доверяете возможностям и силам ребенка.
10. Вы чувствуете обиду, что ваши усилия и вклад не ценят.

Если какой-либо из перечисленных факторов преобладает в системе воспитания детей, то стоит задуматься над тем, какие последствия чрезмерной опеки придется пережить сыну или дочери.

Чтобы понять, как надо заботиться о ребенке, перепишем признаки гиперопеки наоборот:

1. Разрешите ребенку ошибаться, пробовать, щупать, падать, экспериментировать.
2. Научите ребенка просить о помощи, но останавливайтесь, когда видите, что он в состоянии справиться сам.
3. Наблюдайте за своими чувствами. Действуйте не из чувства жалости или вины, а из уважения к способностям ребенка.
4. Давайте ребенку почувствовать естественные результаты своих действий: и плохих, и хороших.
5. Проявляйте уважение к страданиям ребенка, не старайтесь их заглушить или спрятать. Помогите с ними справиться: проявите спокойствие и понимание, побудьте рядом. Даже молчаливая поддержка помогает справиться с болью, гневом, обидой.
6. Поддержите попытки ребенка решить задачу из-за которой случилась истерика или помогите вернуться к ней, если он отказался от попыток. Понаблюдайте, в чем трудность ребенка, и чем вы можете помочь (но не сделать вместо него!).
7. Не делайте все время за ребенка его работу, чтобы сэкономить время (это можно делать в крайних случаях). Потраченное сегодня время обернется экономией завтра.
8. Следите, чтобы привилегии ребенка были заслуженными.
9. Внимательно относитесь к своей тревоге. Иногда она обоснована внешними угрозами, но часто сигнализирует о недостатке смелости в решении задач.
10. Сделайте хорошее для себя, а потом для ребенка.

11. Говорите ребенку о своих потребностях, о том, что вас обижает или возмущает. Так вы научите его замечать потребности других людей.

12. Поддерживайте самостоятельность, хвалите, наблюдая, как ребенок проявляет усилия и справляется сам.

Детям нужно пространство и время, чтобы почувствовать себя независимыми, пока они еще дети. Им нужно учиться находить общий язык с другими детьми и решать конфликты без участия взрослых.

Контролировать детей надо. Но контроль должен быть мягким и ненавязчивым. Необходимо советовать и объяснять, а не приказывать и требовать.

Ольга Буданова педагог-психолог
БППК в Башмаковском районе.