

Гиперопека



Гиперопека – это тип детско-родительских отношений, характеризующийся повышенным вниманием, тотальным контролем действий, поступков ребёнка. Родители расценивают многие ситуации как опасные для жизни,

здоровья, стремятся ограждать, защищать детей, ограничивая их свободу, лишая возможности проявлять самостоятельность.

Основа причин гиперопеки – психологические проблемы, комплексы родителей. Тревожность, навязчивые страхи, самообвинения, заниженная самооценка компенсируются возможностью контролировать, управлять жизнью другого человека.

Отношения с послушным, исполнительным, предсказуемым ребёнком становятся источником успокоения, самореализации, устранения напряжения.

Невротический сверхконтроль, являющийся основой родительской гиперопеки, развивается при повышенной тревожности, мнительности, комплексе неполноценности, одиночества, нереализованной потребности любить, заботиться, оберегать. Нужды, желания, чувства ребёнка игнорируются.



Основное проявление гиперопеки – стремление родителей контролировать поведение ребёнка, окружать заботой, защищать. Дети находятся рядом с матерью/отцом, зависят от их настроения, чувств. Гиперопека реализуется через приказы, требования, манипуляции, шантаж. Воля взрослого интерпретируется как форма любви, желание помочь. Решения принимаются исключительно родителем, создаются ситуации псевдовыбора «ты хочешь кашу или суп?» - оба варианта устраивают мать, но желание ребёнка не учитывается.

Дети не способны самостоятельно решать жизненные проблемы, справляться с повседневными трудностями. Сложные ситуации вызывают чувство



растерянности и панику. Ребёнок начинает плакать, кричать, ожидая помощи взрослого. Формируется обусловленная реакция – «выученная беспомощность». Возникают трудности детсадовской, школьной адаптации. Неадекватная самооценка, отсутствие инициативности препятствуют установлению дружеских отношений.

Повышенные требования родителей к школьной успеваемости, достижению спортивных побед делают ребёнка напряжённым, тревожным. Чрезмерные нагрузки проявляются вегетативными нарушениями (головными болями, бессонницей). Противоположное отношение – стремление оградить ребёнка от умственной и физической работы. Матери/отцы выполняют домашнее задание, читают вслух сказки. Итог: познавательный интерес снижается, развивается школьная неуспеваемость.

Гиперопека тормозит, искажает развитие детей. Избыточное беспокойство, тревожность родителей передаётся ребёнку. Формируются детские аффективные расстройства – невроз навязчивых состояний, фобический невроз. Зависимость, инфантилизм, несамостоятельность, неуверенность в себе, тенденция избегать трудностей осложняют социальную адаптацию. Детям нелегко заводить дружеские отношения, справляться со школьной программой, выбирать будущую профессию. У подростков гиперопека провоцирует «бунт» - скандалы, уходы из дома, бродяжничество.

Поддерживайте своих детей. «Ты сможешь, у тебя получится, ты обязательно справишься», вместо – «давай я сделаю это за тебя». Одной из главных задач любого родителя является помощь ребёнку в становлении. Мать и отец должны создать для ребёнка такие условия, в которых могут быть реализованы его таланты и умения, а не те амбиции и ожидания, что имеются у самих родителей. Важно проявлять внимание к предпочтениям ребёнка, интересоваться его мнением, доверять его действиям. Только в этом случае из него вырастет полноценная личность.

