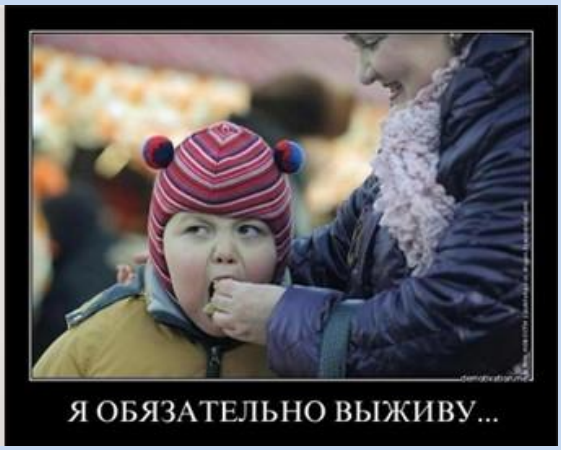
«Мама всегда знает, что для тебя лучше…» Родителям о Гиперопеке.



Любая мама заботится о собственном ребенке, и это вполне нормальный естественный процесс. Но имея огромное желание сделать как лучше, некоторые мамы переходят все допустимые грани. Именно так в семье и зарождается гиперопека – слепое стремление взять жизнь своего ребенка под защиту и полнейший контроль.

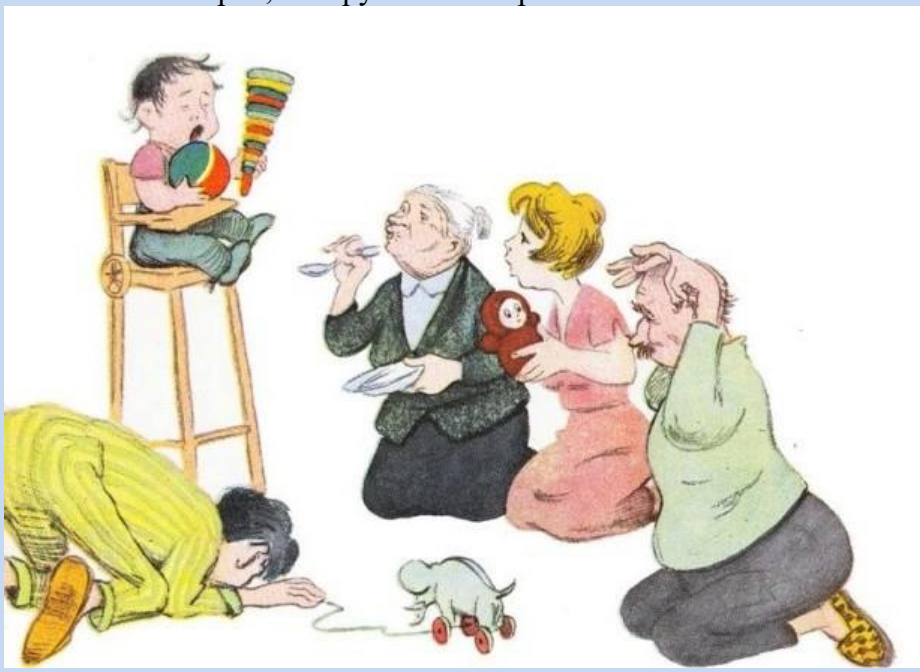
Гиперопека – это не избыток любви, это избыток тревоги, беспокойства и неуверенности. ХОТИТЕ, чтобы вступив во взрослую жизнь, ваш ребенок мог постоять за себя, защитить своих близких, добиться поставленных целей?

НЕ ДЕЛАЙТЕ ЭТУ РАБОТУ ЗА НЕГО!

Ребенок - это отдельный человек и взрослея, он начинает ощущать свои собственные желания, свои особенности. У него появляется свой характер и свое мировоззрение. Чтобы понять, что пол твердый, а огонь - горячий, маленькому ребенку нужно сбить коленку и получить первый в жизни ожег. Все это сопровождается переживанием, но это переживания ребенка, которые должны быть в его жизни. Только так он может получать опыт.

А в условиях родительской гиперопеки это просто невозможно. Мама, папа, бабушка зорко следят, чтобы ребенок сильно не проголодался - и закармливает еще до того, как у него успеет сформироваться чувство голода. Отсутствие проблем, препятствий - это самая настоящая беда.

Конечно, в раннем детстве, когда ребенок постоянно на виду, дома, под собственным крылом, это не так ощущается. Но, как только, он исчезает из поля зрения, тут же начинаются подсознательные вопросы: а вдруг что-то случилось? А вдруг в аварию попал? А вдруг хулиганы побили? А вдруг, вдруг, вдруг? А ведь с каждым годом он уходит на все больший период: сначала в сад, в школу, потом - в кружки и к друзьям, а позже - вообще стремится уйти из дому. И каждый раз, это беспокойство, страх за его жизнь - это как зуд, от которого невозможно избавится. В состоянии гиперопеки, любовь к ребенку - это лишь прикрытие. На самом деле, родитель боится за себя, потому что понимает, что утрата ребенка будет для него слишком большой потерей, которую он не переживет.



Кроме этого, в **основе причин гиперопеки могут лежать комплексы и неудачи родителей**, а именно:

- **Комплекс неполноценности или заниженная самооценка, неуверенность в себе.**
- **Коммуникативные сложности родителей с окружающим миром** Трудности в общении с людьми, их частые конфликты с окружающими провоцируют их на то, чтобы целиком и полностью сосредоточиться на ребёнке.
- **Страх одиночества.** Многие родители думают, что их мнение — самое верное, и если ребёнок не будет делать так, как они хотят, то он вообще не разберётся в жизни. Такие родители попросту бояться быть бесполезными.
- **Страх старости.** Некоторые матери продолжают опекать уже выросших детей. Они хотят всю жизнь заботиться о ребёнке, будто он ещё совсем маленький. Впоследствии у таких матерей возникают конфликты с избранниками детей (жёнами, мужьями), а внуков эти бабушки тоже всегда не признают.
- **Постоянная тревога и мнительность**.
- **Нереализованная потребность родителей в заботе и любви.** Если отца или мать недолюбили в детстве, то они могут стараться не допустить такого по отношению к своему ребёнку. В результате любовь бывает чрезмерной.

Дети, чрезмерно опекаемые и подавляемые родительской заботой, вырастают инфантильными, несамостоятельными и склонными к неврозам людьми, которые либо продолжают «сидеть под крылом» у мамы, либо вырываются из родительской семьи и, отстаивая свою независимость и самостоятельность, рвут связи с отцом и матерью.

Так стоит ли чрезмерно опекать малышей? Бесспорно, дети — это самое дорогое, что есть в жизни любого человека, но они не собственность, а отдельная личность, которой нужно помогать развиваться без давления, указок и неоправданной заботы.

1. Начните контролировать не своего ребенка, а свое отношение к нему.
2. Поверьте, что он **сможет САМ** справиться с некоторыми трудностями (одеться, раздеться, убрать за собой игрушки и т.д.).
3. Возможно есть дела, в которых он может Вам помочь. Так его уверенность повысится, он сможет почувствовать себя нужным.
4. Начните предлагать ребёнку делать выбор самому**.** Пусть сам выбирает еду, одежду, игрушки, досуг, увлечения, друзей и т. д.
5. Постарайтесь избавиться самостоятельно или с помощью специалистов со страхами, тревожностью, чувством вины, неуверенности в себе и заниженной самооценке.

Задача родителей заключается в том, чтобы рассказать о плохом и хорошем, помочь, когда это действительно необходимо, направить в нужное русло. Любите своих детей, но не старайтесь жить их жизнью и не позволяйте им жить только вашими интересами и взглядами.

Подготовил: **педагог-психолог**
МДОУ №63 комбинированного вида
Е.В. Поникарова