

detkityumen.ru

Гиперопека и гиперконтроль - прямой эфир проекта "Факультет осознанного родительства"

8 декабря в 13.30 часов в прямом эфире в нашем аккаунте инстаграм [@detkityumen.ru](https://www.instagram.com/detkityumen.ru) состоялся восьмой прямой эфир семинара проекта "Факультет осознанного родительства" на тему: **"Гиперопека и гиперконтроль"**

Мы поговорили с психологом-консультантом "Службы психологической помощи" **Юлией Лукашенок**.

Ключевые моменты прямого эфира:

Гиперпротекция (гиперопека) бывает **потворствующей**, когда ребенок на правах кумира семьи, все делается во имя ребенка, в дальнейшем такому ребенку будет очень сложно, так как он входя в социум уже не является кумиром.

Доминирующая гиперпротекция - помимо того, что у ребенка главенствующая роль, ему дается все, что не хватало родителям в детстве, НО к ребенку предъявляется куча требований: он должен ходить на все кружки и т.п., является своеобразной "визиткой" семьи, чтобы оправдать надежды семьи.

Важно предъявлять к ребенку **требования исходя из его возраста** и не забывать при этом про свою личную жизнь.

В противовес бывает **ГИПОопека** - когда родители очень заняты и не могут исполнять свою роль полноценно, например, "роль воскресного папы, когда родители откупаются от своего ребенка.

Бывает **скрытая гипопротекция** - ребенку приобретаются дорогие гаджеты, но уровень требований к ребенку настолько высок, что ребенок, как бы, "сам себя воспитывает".

Контроль: - его не хватает; - контроль в норме; - контроля слишком много.

Важно делать скидку на возраст и при осуществлении опеки и при осуществлении контроля!

Необходимо с раннего возраста **приучать ребенка к совместному труду**, чтобы в определенный момент не было необходимости сказать ему: "Ты - потребитель!" У ребенка должен быть свой фронт работ и ребенок должен быть нужен для выполнения каких-либо семейных обязанностей.

Стоит соизмерять возможности ребенка, чтобы не перегрузить его кружками и заданиями.

Если контроля недостаточно - ребенок предоставлен сам себе. Это "может способствовать непредсказуемым последствиям".

Гиперконтроль = авторитаризм!

Многие дети жалуются, что родители проверяют все (домашние задания, телефон, соц. сети, чистоту воротничков и волос и т.п.) Важно соблюдать дистанцию со своим ребенком, контролировать в пределах нормы. Контролируем только то, что ребенку понятно, например, запись к врачу. Всё, что можно, должно

быть сделано силами ребенка, в остальном вы можете оказать вашу помощь.

Проверьте свои отношения на "**Неустойчивый тип воспитания**". Например, когда идет футбольный матч, папа берет чипсы, конфеты., орешки и т.п и болеет за команду на диване.</p><p> На следующий день ребенок радостно бежит с конфетами и орешками к дивану и получает строгий выговор от папы: Где мы кушаем?"</p><p> Почему вчера было можно, а сегодня нельзя? </p><p> В этом и заключается неустойчивый тип воспитания.

Из этого дефекта воспитания ребенок:

- становится тревожно-мнительным (отслеживает состояние родителей, не может проявлять инициативу, тем самым еще больше усиливая проблемность в детско-родительских отношениях. Если кто-то говорит громко, то ребенок становится послушным чрезмерно уверенном собеседнику.</p><p> - становится возбудимо-агрессивным: если что-то не получается, ребенок делает все, что хочет, так как ему "Все равно попадет".

Семья - это своеобразная песочница. Именно в семье ребенок получает различный опыт: первые конфликты, первые выигрыши и проигрыши. Важно, чтобы именно в семье ребенок получал весь опыт и научился правильно реагировать на разные ситуации.

Ошибки родителей:

Проекция на ребенка своих нежелательных качеств (склонность к лени ,особое поведение и т.п.).

Запреты:(должны быть четкими и по существу)

- чрезмерные запреты
- запреты без причины (нет и все! А почему ? - нет ответа)
- различные санкции.

Предпочтения в ребенке противоположных качеств.

Например, воспитание в слабой девочке командирских качеств. Или наоборот, смягчение сильных качеств в мальчике, воспитание по "мягкому" типу.

Если вы вдруг сорвались на неповинного ребенка, обязательно извинитесь за свое поведение. Это тоже опыт для вашего ребенка и ребенок тут также учится поведению: извиняться и быть готовым к различным эмоциям с вашей стороны.

Не воюйте со своим детством и родительскими ошибками. Лучше учесть их при воспитании своего ребенка!

ЗАПИСЬ ПРЯМОГО ЭФИРА

Семинар "Гиперопека и гиперконтроль" прошел в рамках курса прямых эфиров проекта ["Факультет осознанного родительства"](#)

Организаторы и партнеры проекта

***Проект реализуется совместно с [АНО "Территория осознанного родительства "Детки!"](#)**