



РОДИТЕЛЯМ О ДЕТЯХ

Как справиться с гиперопекой



Гиперопека — это отношения между родителем и ребёнком, 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.



Знайте: все люди ошибаются, и только так они учатся. Позвольте ребёнку набираться собственного жизненного опыта. Всегда доверяйте своему ему.

- Уважайте желание ребенка и личное пространство. Не подслушивайте под дверь и не врываетесь в его комнату без стука
- Позвольте ребёнку проявлять самостоятельность (если его действия не будут опасными); Начните предлагать ребенку выбор. Пусть сам учится принимать решения. Например, "я купила бананы и яблоки. Что ты хочешь съесть?". Если ребенок не привык выбирать самостоятельно, и затрудняется с ответом, просто положите перед ним и банан, и яблоко. Пусть кушает, что хочет.

- Ругайте при необходимости, но без унижения достоинства. Оценивайте не ребенка, а его поступок, чтобы ребенок знал, что «это не я плохой, а мой поступок»
- Дайте ребенку свободу. Так, пусть сам выбирает друзей и делает домашнее задание. Если будут проблемы, он сам вас попросит о помощи и о совете. Но даже тогда избегайте указаний и приказов, просто дайте ему совет в уважительной форме.





РОДИТЕЛЯМ О ДЕТЯХ



СОСТАВИТЕЛЬ: СВЕТОНОСОВА КСЕНИЯ
АНДРЕЕВНА
ВЫПУСКНИЦА КГПУ ИМ В.П. АСТАФЬЕВА