

"Детско-родительские отношения как фактор психического здоровья ребёнка-дошкольника"

Основное содержание выступления:

Психическое здоровье – понятие, которое включает нормальное эмоциональное, социальное, поведенческое самочувствие.

Сегодня мы поговорим о психическом здоровье детей.

Особое внимание эксперты ВОЗ обратили на то, что именно в детстве проблемы психического здоровья имеют более прямую связь с окружающей обстановкой, чем в другие возрастные периоды. Статистика свидетельствует: здоровье детей от рождения к моменту поступления в школу ухудшается, что отрицательно влияет на процесс усвоения образовательной программы.

Нарушения психического здоровья детей – это осложненные варианты психического развития, к которым можно отнести следующие:

- * появляются при эмоциональных срывах, неустойчивости поведения, агрессивности или же апатичности. При этом, если ситуации разрешаются, поправляется здоровье, то нежелательные проявления проходят. Но дети с подобными реакциями входят в группу риска, у них может развиваться невроз
- * проявляется в отстраненности, замкнутости, погруженности в собственный мир.
- * это целый блок специфических проблем. Дети подвижны, импульсивны, им трудно сосредоточиться, снижена работоспособность.

Общие причины нарушения психического здоровья связаны как с соматическими заболеваниями (травмы, нарушение работы внутренних органов) или дефектами физического развития, так и с различными неблагоприятными факторами и стрессами, воздействующими на психику и связанными с социальными условиями.

Факторы, влияющие на психическое здоровье детей дошкольного возраста:

Внешние:

1. Социально-культурный уровень факторов, оказывающих неблагоприятное влияние на психическое здоровье, обусловлен ускорением темпа современной жизни, дефицитом времени, недостаточными условиями

для

снятия эмоционального напряжения и для расслабления. Следствием этого являются чрезмерная загруженность родителей, их невротизация, появление множества личностных проблем в сочетании с недостаточной осведомленностью о путях решения внутриличностных конфликтов и о возможностях психологической и психотерапевтической помощи. Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику.

2. На эмоциональную атмосферу в семье и на психологическое состояние ее членов влияют также */социально-экономические/* факторы, среди которых выделяют такие, как неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, занятость родителей, ранний выход матери на работу.

Внутренние, то, что непосредственно зависит от нас.

3. К /социально-психическим/ факторам, влияющим на психологическое здоровье детей, относятся, прежде всего, такие, как дисгармония семейных отношений и дисгармония семейного воспитания или нарушения в сфере детско-родительских отношений.

Сегодня более подробно рассмотрим именно семейный фактор, влияющий на психическое здоровье детей.

1. Семейные отношения. Еще раз обратим внимание на то, что дошкольный возраст характеризуется тесной эмоциональной привязанностью ребенка к родителям, в виде потребности в любви, признании. В этом возрасте ребенок еще не может хорошо ориентироваться в тонкостях межличностного общения, не способен понимать причины конфликтов между родителями, не владеет средствами для выражения собственных чувств и переживаний.

Поэтому,

во-первых, очень часто ссоры между родителями воспринимается ребенком как тревожное событие, ситуация опасности,

во-вторых, он склонен чувствовать себя виноватым в возникшем конфликте, случившемся несчастье, поскольку не может понять истинных причин происходящего и объясняет все тем, что он плохой, не оправдывает надежду родителей и недостойн их любви.

Таким образом, частые конфликты, громкие ссоры между родителями вызывают

у детей-дошкольников постоянное чувство беспокойства, неуверенности в себе, эмоционального напряжения и могут стать источником их психологического нездоровья.

Особенно тяжелыми бывают последствия, когда взрослые вовлекают ребенка в свои сложные взаимоотношения и длительные конфликты, что делает бракоразводный процесс бесконечно долгим. Родители просто живут рядом, не испытывая друг к другу позитивных чувств и эмоций. Дети наблюдают эти ситуации и вынуждены принимать позицию матери или отца. Поэтому для их психики создается невыносимая ситуация, когда один из родителей порочит другого, стремится вызвать его осуждение.

Рекомендации:

- * Используйте в общении в семье спокойный, доброжелательный тон.
- * Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева, нелестных, злых высказываний о других людях, проявлений желания отомстить кому-нибудь за обиду.
- * Следите за выражением своего лица, когда обращаетесь с ребенком. Хмуро сведенные брови, гневно сверкающие глаза, искаженное лицо — «психологическая пощечина» ребенку.

2. Семейное воспитание и сфера детско-родительских отношений. В 100 % семей наблюдается дисгармония в сфере детско-родительских отношений, выражающаяся:

45% - эмоциональным отвержением ребенка - неприятие, присутствие жестких регламентирующих и контролирующих мер, навязывание ребенку определенного типа поведения в соответствии с родительскими понятиями о “хороших детях”;

25% - гипоопеке, в равнодушии, отсутствие контроля со стороны родителей, недостатке ласки, теплоты, постоянного общения. Приобретенные таким ребенком знания весьма хаотичны и непоследовательны, речевой запас беден, нравственные принципы не стойки, недостаток знаний и навыков, скупость духовных запросов, отсутствие трудовых навыков приводят весьма рано к нарушениям поведения. Не обучившись сдерживать свои чувства, такой ребенок по малейшему поводу может вспылить, проявить недовольство, устраивает шумные скандалы, жестоко избивая своих “недрузгов”;

8%- гиперсоциализирующее - тревожно-мнительное отношение родителей к здоровью, успехам в обучении своего ребенка, его статусу среди сверстников, а также чрезмерной озабоченности его будущим;

5% - эгоцентрическое - чрезмерное внимание к ребенку всех членов семьи, присвоение ему роли “кумира семьи”, “смысла жизни”;

17% - “Золушка” - чрезмерное суровое, директивное воспитание по типу “неприятя” ребенка. В семье такой ребенок подвергается частым и

незаслуженным оскорблениям, жестоким побоям, противопоставляется остальным. В подобных условиях дети вырастают робкими, забитыми, нерешительными или, наоборот, раздражительными, недовольными всем и вся, пронося через жизнь озлобление и ненависть к своим воспитателям.

Рекомендации по воспитанию детей.

— Поверьте в уникальность своего ребенка, в то, что Ваш ребенок — единственный в своем роде, непохож ни на одного соседского ребенка и не является точной копией Вас самих. Поэтому не стоит требовать от ребенка реализации заданной Вами жизненной программы и достижения поставленных Вами целей.

— Опирайтесь на сильные стороны ребенка.

— Не стесняйтесь демонстрировать ему свою любовь, дайте ему понять, что будете любить его всегда и при любых обстоятельствах.

— В качестве воспитательного воздействия чаще используйте ласку и поощрение, чем наказание и порицание.

— Постарайтесь, чтобы Ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадзорностью. Установите четкие рамки и запреты (желательно, чтобы их было немного — лишь самые основные, на Ваш взгляд) и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках. Сами строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений.

— Не спешите прибегать к наказаниям. Постарайтесь воздействовать на ребенка просьбами — это самый эффективный способ давать ему инструкции. В случае неповиновения родителю необходимо убедиться, что просьба соответствует возрасту и возможностям ребенка. Лишь в этом случае можно применять прямые инструкции, приказы, что достаточно эффективно, если ребенок привык реагировать на вежливые просьбы родителей. И только в том случае, если ребенок демонстрирует открытое неповиновение, родитель может подумать о наказании. Ребенок должен четко понимать, за что он наказан.

— Не забывайте, что ключ к сердцу ребенка лежит через игру — главную деятельность в раннем и дошкольном возрасте. Именно в процессе игры Вы сможете передать ему необходимые навыки и знания, понятия о жизненных правилах и ценностях, лучше понять друг друга.

— Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.

3. Как отдельный фактор риска следует рассмотреть «трудные ситуации».*

Трудности неизбежно встречаются в жизни каждого человека.

Существуют трудные ситуации и у детей.

Трудная ситуация всегда характеризуется несоответствием между тем, что человек хочет и тем, что он может, оказавшись в данных обстоятельствах и располагая имеющимися у него собственными возможностями. Трудная ситуация порождает отрицательные эмоции и переживания, вызывает дискомфорт.

Трудные ситуации имеют различный характер:

Для детей раннего и дошкольного возраста характерны следующие ситуации повышенного риска:

1. Ситуации, связанные с отсутствием или утратой чувства защищенности:

2. Ситуации, вызывающие незащищенность из-за отрыва от семьи:

Такого рода ситуации, оказывая существенное влияние на весь ход психического развития, способны серьезно нарушить социальную адаптацию ребенка, глубоко деформировать его психику.

Существуют и другого типа трудные ситуации, которые с большей вероятностью могут встретиться в жизни практически каждого ребенка. Это так называемые «ситуации стресса обыденной жизни» – повседневные, зачастую и повторяющиеся события, способные вызвать затруднения и отрицательные переживания (например, посещение зубного врача, ссора с товарищем и т.п.).

Их влияние на развитие детской личности не менее велико. Это можно объяснить тем, что все подобные, казалось бы, «мелочи жизни» нужно преодолевать, каждый раз необходимо находить то или иное решение. Именно в таких обыденных ситуациях ребенок приобретает удачный или неудачный опыт преодоления препятствий, определяет собственное отношение к трудностям, пробует, «примеряет» разные способы действия, вырабатывает наиболее приемлемую для себя тактику поведения.

Поэтому наиболее разумное и эффективное, что могут сделать родители – это подготовить своих детей самостоятельно преодолевать трудности жизни.

Рекомендации:

— Чаще разговаривайте с ребенком, объясняйте ему непонятные явления и

ситуации, суть запретов и ограничений.

— Помогите ребенку научиться вербально выражать свои желания, чувства и переживания.

— Помогите научиться объяснять свое поведение и поведение других людей.

Неврозы у детей не возникают, если родители вовремя справляются со своими личными проблемами и поддерживают теплые взаимоотношения в семье, любят детей и добры к ним, отзывчивы к их нуждам и запросам, просты и непосредственны в обращении, позволяют детям выражать свои чувства и вовремя стабилизируют возникающие у них нервные напряжения, действуют согласовано в вопросах воспитания, принимая во внимание соответствующие полу ориентации и увлечения детей.

Заключение.

Уважаемые родители (педагоги)! Сегодня мы лишь обозначили проблему и осмыслили ее. Поиск ее разрешения — процесс длительный и кропотливый. Давайте же объединим усилия, и будем двигаться по этому трудному пути вместе. Здоровье и счастливое будущее наших детей будет нам наградой.

Я предлагаю вам такую игру. У меня в руках — импровизированный микрофон. Тот из вас, в чьи руки он попадет, коротко, в течение 30 секунд, вспоминает факт из своего детства, который нанес вам стресс, заставил страдать и мучиться.