

Консультація для батьків
«Сім'я як чинник виникнення дитячих невротичних розладів»
(грудень 2016 р.)

Неврози або невротичні розлади - найпоширеніші хвороби сучасності. Невротичні розлади у дітей-форма нервово-психічної патології, що обумовлена тривалою дією чинників, які травмують психіку дитини. До таких чинників належить:

- порушені сімейні стосунки;
- виховання у формі гіперопіки;
- непослідовність вимог до дитини;
- неприйняття дитини.

Найчастіше саме несприятливі умови виховання, до яких діти не можуть адаптуватися, призводить до виникнення у них невротичних розладів. Їх умовно розділяють на три групи:

- соціально- культурні;
- соціально- економічні;
- соціально- психологічні.

Соціально- культурні чинники невротичних розладів обумовлені прискоренням сучасного життя. Наслідком таких темпів є надмірна завантаженість батьків, дефіцит часу для зняття емоційної напруги, а отже, їх невротизація. Неврози у дітей часто є дзеркальним відображенням особистісних проблем їхніх батьків.

На емоційну атмосферу в сім'ї і на психічний стан її членів також впливають несприятливі соціально-економічні чинники, серед яких незадовільні житлово-побутові умови, зайнятість батьків. Економічні проблеми часто зумовлюють ранній вихід матері на роботу і залучення няні для догляду та виховання дитини або ж улаштування дитини в ДНЗ, тобто передачу опіки над нею стороннім. Для дітей віком до двох з половиною - трьох років ця подія є важкою психічною травмою, оскільки вони ще не готові до розлуки з матір'ю. В ситуації нормального емоційного спілкування дитини з матір'ю близько трьох років у дитини формується образ Я, вона починає усвідомлювати себе як окремого індивіда, активного діяча, поступово зменшується і психологічна залежність від батьків.

При частих і довготривалих розлуках з матір'ю у дитини раннього віку зростає потреба у фізичних і емоційних контактах з нею, і незадоволення цієї потреби може призвести до появи невротичних реакцій. Оскільки ближче до трьох років у дитини з'являється бажання бути незалежною та самостійною, виникає стійка потреба у спілкуванні з однолітками, у спільних іграх з іншими

дітьми , саме трирічну дитину можна віддавати у ДНЗ , не ризикуючи її психічним здоров'ям.

До соціально-психологічних чинників, які впливають на психічне здоров'я дітей, психологи відносять, насамперед, дисгармонію сімейних стосунків і дисгармонію сімейного виховання або порушення у системі взаємостосунків "дорослі-діти". Ця група чинників відіграє визначальну роль у виникненні дитячих неврозів.

Для дитини дошкільного віку характерна міцна емоційна прив'язаність до батьків, особливо до матері, у вигляді потреби в любові, повазі, визнанні. В цьому віці дитина ще не може правильно орієнтуватися в тонкощах міжособистісного спілкування, не здатна зрозуміти причини конфліктів між батьками , не володіє засобами вираження власних почуттів і переживань. Саме тому:

- часто сварки між батьками дитина сприймає як тривожну подію, ситуацію небезпеку (в силу емоційного контакту з матір'ю);
- дитина, схильна почуватися винною в конфлікті, що виник між батьками, оскільки не може зрозуміти справжніх причин того .що відбувається, і пояснює все тим, що вона погана, не виправдала очікувань батьків і недостойна їхньої любові.

Сварки батьків викликають у дітей постійне почуття тривоги, невпевненості у собі, емоційне напруження, що може стати ще однією причиною їх невротизації.

Часто буває так, що батьки, які завантажені власними проблемами, самі страждають на невротичні розлади. Але вони й не підозрюють, що хворіють, або не хочуть витратити час на лікарів і переносять власні проблеми та комплекси на дітей. Недостатня психологічна сумісність батьків, диктат і авторитарність одного з членів сім'ї, зміна традиційних сімейних ролей - все це важливі соціально-психологічні чинники виникнення невротичного захворювання у дитини.

Основне місце серед психогенних чинників посідають:

- надто жорстоке виховання і пригнічення будь -якої ініціативи дитини, її самостійності;
- різка зміна в житті розбещеної або малоконтактної дитини, пов'язана з початком відвідування дитячого садка;
- поява нового члена сім'ї, на якого переключается значна частина уваги матері, наприклад вітчима або новонароджених сестри чи брата;
- виховання в неповній сім'ї ;
- емоційний шантаж дитини батьками.

Визначальним симптомом неврозу страху є наявність невротичного страху. Невротичний страх завжди має психологічні підстави для виникнення -

відповідну мотивацію. Класичною моделлю невротичного страху є фобії-недиференційовані (неадекватні) та елементарні страхи.

Тож дитині для нормального розвитку обов'язково необхідний зразок поведінки дорослих представників обох статей. У разі відсутності батька в сім'ї зразком чоловічої поведінки може стати дідусь, дядько, хрещений батько або ж інший родич, з яким у дитини склалися близькі довірливі стосунки.

На появу дитячих неврозів страху впливають взаємини батьків з дитиною, побудовані за принципом " повинен" і " зобов'язаний", що є різновидом емоційного шантажу : "Дивися, як мені погано, коли ти.." або " Такою поведінкою ти доб'єшся моєї смерті". Типовим прикладом емоційного шантажу є буркотливість, висміювання дитини на людях. При цьому дитина у глибині душі постійно ображається на дорослих, злиться, бажає помститися та боїться, " а раптом лихо дійсно трапиться". Дитяча тривожність і страх не відповідати батьківським очікуванням поступово переростають в агресію, часто у підлітковому віці такі діти тікають з дому , не поважають батьків.

НЕВРОЗИ У ДІТЕЙ НЕ ВИНИКАЮТЬ, ЯКЩО БАТЬКИ:

- своєчасно розв'язують свої власні проблеми і підтримують теплі стосунки в сім'ї;
- люблять своїх дітей, добре ставляться до них , чутливі до їхніх проблем і потреб;
- безпосередні у спілкуванні з дітьми, дозволяють їм висловлювати свої почуття і думки.

БАТЬКІВСЬКЕ СТАВЛЕННЯ ТА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ:

- психолого - педагогічні дослідження свідчать , що домінуючий тип батьківського ставлення прямо впливає на формування особистісних рис дітей і може призводити до залежної поведінки, зокрема :
- неприйняття та обмеження дитини батьками призводить до розвитку гальмівних рис її особистості - сором'язливості, боязкості, соціальної інтроверсії, що зрештою утруднює соціальне пристосування;
 - неприйняття і суперечність між дозволом і заборонаю у вихованні призводить до розвитку нестійкості та імпульсивності в характері дитини;
 - неприйняття і дозвіл або неприйняття і суперечливість вимог зумовлюють формування збудливих рис особистості;
 - неприйняття з обмеженістю або дозволом за високого ступеня суперечності у взаєминах може викликати агресію, формування невротичного типу особистості;

- неприйняття з обмеженістю або дозволом призводить до явних порушень соціальної адаптації.

СТИЛІ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ:

Виокремлюють такі стилі батьківського виховання :

- демократичний;
- контролюючий;
- змішаний.

Для демократичного стилю виховання характерні:

- високий рівень прийняття дитини;
- гарно розвинене вербальне спілкування з дітьми ;
- віра в самостійність дитини з готовністю допомогти їй за необхідності.

Діти, яких виховують у демократичному стилі, відрізняються вмінням спілкуватися з однолітками, активністю, незалежністю та схильністю відстоювати свою думку аж до прояву агресивності ,гарним фізичним розвитком, потягом контролювати інших дітей при тому , що самі вони важко піддаються контролю.

При контролюючому стилі виховання батьки беруть на себе функцію контролю за поведінкою дитини, обмежують її діяльність, але роз'яснюють сутність заборон. За таких умов виховання діти набувають таких рис характеру, як слухняність, нерішучість, неагресивність.

При змішаному стилі виховання діти зазвичай слухняні, емоційно чутливі, схильні до навіювання .неагресивні , але і недопитливі, з бідною фантазією.

ТИПОЛОГІЯ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ: ЧОМУ ВИНИКАЄ НЕВРОЗ?

Особливий інтерес викликає вивчення і класифікація типів сімейного виховання , які призводять до формування різних невротичних порушень.

Відчужене виховання або неприйняття дитини - емоційне відторгнення дитини (свідоме або несвідоме), нав'язування їй певного типу поведінки згідно з батьківськими поняттями про «гарних дітей», жорстка регламентація дій дитини і контроль. Інший полюс відторгнення характеризується повною байдужістю і відсутністю контролю з боку батьків. Як зауважила відомий психолог Мухіна , відчужене ставлення дорослого до дитини значно знижує її соціальну активність- дитина «замикається» у собі, стає скутою, невпевненою, готова розплакати або починає фруструвати і викидати свою агресію на однолітків. Більшість дітей в умовах відчуженого ставлення з боку дорослих припиняють розпочату діяльність, стають млявими та байдужими... Негативне ставлення дорослого викликає у дитини типові реакції і вона або

прагне подолати бар'єр відчуженості та встановити контакт з дорослими або сама замикається і прагне уникати спілкування.

Гіперсоціальне виховання - надмірно тривожне ставлення батьків до здоров'я своєї дитини, її успіхів у навчанні, статусу серед однолітків, а також надмірна турбота про її майбутнє. Значно завищені вимоги батьків часто призводять до того, що власні досягнення дитина починає оцінювати за дорослими мірками, і вони не задовольняють її, завдаючи непотрібного болю і переживань, знижуючи самооцінку і віру у власні сили, тим самим невротизуючи дитину.

Егоцентричне виховання - надмірна увага до дитини всіх членів сім'ї, надання їй ролі "кумиру сім'ї", "сенсу життя", а отже, і привласнення дитиною цієї ролі. Такий тип виховання часто сприяє виникненню істеричного неврозу.

Іноді дітей з неврозами виховують не просто неправильно, а "занадто правильно". Буває, що у сім'ях батьки, а особливо матері, дуже суворі, вимагають від свого нащадка виваженої дорослої поведінки, не розуміючи дитячої емоційності і безпосередності. Такі батьки намагаються прискорити інтелектуальний розвиток своїх дітей і встановлюють для них дуже багато заборон і моральних правил, у результаті чого формується комплекс «царівни Несміяни». Подібний комплекс виникає і в умовах виховання "за типом Попелюшки", коли батьки (особливо протилежної статі) не додають своїй дитині головного - любові! Саме тому у цих дітей поступово виникає невротичне порушення. Як наслідок, у дорослому віці вони намагаються знайти любов, якої їм так не вистачало в дитинстві, і кидаються в обійми першого ліпшого.

Деякі батьки хочуть виховати зі своєї дитини «сильну особистість» або «справжнього чоловіка», який ніколи не плаче. Результатом надто суворої дисципліни та непосильного для дитячих сил напруження може стати нервовий зрив у дитини.

Психологи вважають, що у дітей з неврозами «зникає дитинство», вкрадене батьками, які зазвичай самі не були щасливими дітьми. Тож батькам слід піклуватися про психологічне благополуччя своїх дітей і пам'ятати, що за потреби завжди можна отримати кваліфіковану допомогу у фахівця-практичного психолога дошкільного начального закладу.

Як запобігти виникненню неврозів у дитини ? *(рекомендації для батьків)*

Для гармонійного розвитку дитини та її психічного здоров'я батькам насамперед потрібно розуміти найголовніше: причиною нервових розладів дітей є помилки у

їх вихованні (нестача любові, турботи, непослідовність у вихованні, сімейні конфлікти), а не вікові особливості дитячої психіки. Тож батьки повинні керуватися у вихованні потребами дітей.

- * *Любіть свою дитину і обов'язково балуйте її.* Будьте уважними і чутливими до неї , до її проблем. Старайтеся присвятити дитині хоча б годину на добу, даруйте їй один з вихідних. Проведіть цей день разом - сходите у парк , в зоопарк, просто виїдьте із сім'єю на природу.
- * *Розв'яжіть свої власні проблеми і проблеми стосунків у сім'ї.*
- * *Навчіть керувати своєю поведінкою, щоб уникати конфліктів у сім'ї.* Якщо відчуваєте, що вже перебуває на межі зриву і конфлікт неминучий , то зверніться до спеціаліста, який допоможе розібратися у сімейних проблемах.
- * *Не повторюйте поширеної помилки батьків, які, ретельно приховуючи від дитини сімейні чвари і роблячи вигляд , що все добре, вважають, що вона нічого не помітить.*
- * *Не переносьте міжособистісні конфлікти на взаємини з дитиною.*
- * *Не допускайте авторитарного стилю спілкування, самоствердження за рахунок дитини, обмеження способу її включення у життя сім'ї, гіперопіки і навпаки - гіперпротекції (недостатності опіки і контролю), емоційного відчуження, неприйняття дитини, нав'язування гіперсоціального типу поведінки, егоцентричного типу виховання.*
- * *Зміцнюйте афективний компонент стосунків у сім'ї та надавайте емоційну допомогу дітям, оскільки емоційна незадоволеність, " поганий настрій" блокують ініціативу дитини.*
- * *Визнавайте недоліки у виховній взаємодії з дитиною, прагніть перебувати свої стосунки з дитиною з урахуванням її вікових психоемоційних та неврологічних особливостей та дотримуйтеся гнучкості й безпосередності спілкування з нею.*
- * *Будьте з дитиною друзями!* І це -найголовніше, що потрібно запам'ятати батькам для того, щоб дитина виросла гармонійною особистістю, здоровою фізично і душевно.