Семья – источник психического здоровья ребенка.

Составитель: педагог-психолог Горяинова Е.Г.

Семья — это самое важное, что есть в мире. Если у вас нет семьи, считайте, что у вас нет ничего. Семья — это самые прочные узы всей вашей жизни.

Джонни Депп

Сегодня все больше внимания уделяется роли и влияния семьи на психологическое здоровье детей. Большинство психологов считают, что психологическое здоровье или нездоровье ребёнка неразрывно связано с атмосферой, которая царит в семье.

С семьи начинается жизнь человека, здесь происходит формирование его как гражданина. Семья является источником любви, уважения, солидарности и привязанности, то, на чем строится любое цивилизованное общество, без чего на может существовать человек.

Главным и традиционным институтом воспитания, является семья. То, что ребенок в детские годы получает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни.

Семья играет важную роль в общественном развитии, выполняя воспитательную и образовательную функцию, она формирует у ребенка те или иные правила и нормы поведения, ценности и закладывает фундамент духовного, мировоззренческого начала.

Именно семья выполняет главную функцию, которая заключается в передаче детям системы ценностей и норм, включении их в социальную среду, в разнообразные социальные связи. Вызывает уверенность в том, семья является мощным фактором психологического здоровья детей и ни один социальный институт не в состоянии заменить её ребенку. Именно в семье зарождаются чувства безопасности, уверенности, взаимопонимания и любви, которые в дальнейшем сопровождают человека на протяжении всей его жизни.

Говоря о семье как о факторе психологического здоровья необходимо отметить условия нормального психологического развития ребенка. Это и спокойная доброжелательная обстановка, постоянное присутствие родителей, внимательное отношение к эмоциональным потребностям ребенка, беседы, игры, наблюдение.

Дошкольный возраст как никакой другой характеризуется сильнейшей зависимостью от взрослого, и прохождение того этапа становления личности во многом определяется тем, как складываются отношения ребенка со взрослым. Сами взрослые не всегда понимают, каких образом их личностные качества становятся достоянием детей, как своеобразно, соответственно специфике детского возраста они интерпретируются, какое значение приобретают для ребенка. Дошкольный возраст характеризуется тесной эмоциональной привязанностью ребенка к родителям (особенно к матери), причем не в виде зависимости от них, а в виде потребности в любви, уважении, 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. Таким образом, частые конфликты,

громкие ссоры между родителями вызывают у детей-дошкольников постоянное чувство беспокойства, неуверенности в себе, эмоционального.

Нравственно-психологический климат семьи оказывают большое влияние на становление личности ребенка. Усваивая нормы поведения и отношений родителей, дети начинают в соответствии с ними строить свои отношения с близкими людьми, а затем переносят навыки этих отношений и на окружающих людей. Но, если же, в семье нет единства в воспитании ребенка, если нарушаются важные педагогические принципы уважения к ребенку и требовательности к нему, то создается почва для неправильного становления характера человека.

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, то они создают благоприятную почву для гармоничного воспитания ребенка.

Психическое здоровье ребенка неразрывно связаны также со стилем родительского воспитания. Выделяются следующие стили родительского воспитания:

1. Демократический.
2. Контролирующий.
3. Смешанный.

Для демократического стиля характерно высокий уровень принятия ребенка, эмоциональное общение с ним, вера в его самостоятельность и в случае необходимости готовность ему помочь. В результате демократического стиля общения дети отличаются умением общаться со сверстниками, активностью, агрессивностью, стремлением контролировать других детей, хорошим физическим развитием.

При контролирующем стиле воспитания родители берут на себя функцию контроля за поведением детей: ограничивают их деятельность, но поясняют суть запретов. В этом случае детям бывают, присущи такие черты, как послушаемость, нерешительность, не агрессивность.

При смешанном стиле воспитания дети чаще всего характеризуются как послушные, эмоционально чувствительные, внушаемые, неагрессивные, нелюбопытные, с бедной фантазией.

Особый интерес представляют изучение и классификация **неправильных** типов воспитания, которые приводят к формированию различных неврозов. Выделяется три типа неправильного воспитания:

1. Неприятие, эмоциональное отвержение ребенка (осознаваемое или неосознаваемое), присутствие жестких регламентирующих и контролирующих мер, навязывание ребенку определенного типа поведения в соответствии с родительскими понятиями о «хороших детях». Другой полюс отвержения характеризуется полным равнодушием, попустительством и отсутствием контроля со стороны родителей.

2. Гиперсоциализирующее воспитание – тревожно-мнительное отношение родителей к здоровью, успехам в обучении своего ребенка, его статусу среди сверстников, а также чрезмерная озабоченность его будущим.

3. Эгоцентрическое – чрезмерное внимание к ребенку всех членов семьи, присвоение ему роли «кумира семьи», «смысла жизни».

Также хотелось бы немного остановиться на стилях семейного воспитания, от преобладания которого зависит эмоциональное и психологическое благополучие ребенка. У авторитетных родителях чаще дети инициативные, общительные, добрые. У

авторитарных - раздражительные, склонные к конфликтам дети. И при снисходительном стиле - импульсивные, агрессивные дети.

В жизни каждого человека родители играют большую и ответственную роль. Они дают первые образцы поведения. Ребенок подражает, стремится быть похожим на мать и отца. Когда родители понимают, что во многом от них самих зависит формирование личности ребенка, то они ведут себя так, что все их поступки и поведение в целом способствуют формированию у ребенка тех качеств и такого понимания человеческих ценностей, которые они хотят ему передать. Такой процесс воспитания можно считать вполне сознательным, так как постоянный контроль над своим поведением, отношением к другим людям, организацией семейной жизни позволяет воспитывать детей в наиболее благоприятных условиях, способствующих их всестороннему и гармоничному развитию.

Длительный дефицит эмоционального созвучного общения даже между одним из взрослых и ребенком порождает неуверенность в положительном отношении к нему взрослых вообще, вызывает чувство тревоги и ощущения эмоционального неблагополучия.

Для профилактики психического здоровья и благополучия детей я предлагаю несколько правил:

- Смотрите на своего ребенка как на самостоятельную личность;
- Все время доказываете своим поведением, что умеете держать слово;
- Держите себя так, что бы ребенок не боялся идти к вам с любым вопросом даже тогда, когда чувствует, что вопрос деликатный;
- Прежде чем пристыдить или наказать ребенка, постарайтесь понять, из каких побуждений он совершил свой поступок;
- Не обращайтесь с ним все время как с маленьким;
- Не балуйте и не делайте за него то, что он мог бы сделать сам;
- Чаще проводите вместе свободное время;
- Поддерживайте успехи ребенка;
- Конструктивно решайте конфликты.

Но и в заключении хотелось бы сказать, что желание всех родителей – уберечь, предостеречь своего ребенка от возможных неприятностей в жизни, но постоянно контролировать и поправлять каждый его шаг, решать за него его собственные проблемы – дело нереальное и совершенно неэффективное. Поэтому единственное и наиболее разумное, что могут сделать родители – это подготовить своих детей самостоятельно преодолевать трудности жизни

Литературные источники:

- http://xn----8sb3abqx8a.xn--p1ai/semya-eto/
- Андреева А.Д., Вохмянина Т.В., Воронова А.П., Чуткина Н.И. /под ред. Дубровиной М.В./. Руководство практического психолога. Психическое здоровье детей и подростков. М., 1995 г.
- Журнал. Вопросы психологии, № 2, 1996 г.
- Барабанщиков В. А. Системная организация и развитие психики // Педагогика и психология. - №5, 2013 - с. 29-46.
- Брушлинский А. В. Психология субъекта / Отв. ред. В. В. Знаков. - М.: Институт психологии РАН; СПб.: Изд-во "Алетейя", 20 с.
- Знаков В. В. Психология субъекта как методология понимания человеческого бытия // Педагогика и психология. - №11, 2012 - с. 95-106.