

ВЗАЄМОДІЯ БАТЬКІВ І ДІТЕЙ У РОДИНІ

До друку підготувала Галина МОЙСЄВА

Продовжуємо розмову про те, як виховати здорову, розумну, щасливу, самодостатню, люблячу людину. На цю тему розмірковує кандидат психологічних наук, заступник директора Інституту післядипломної педагогічної освіти імені Б. Грінченка Олександр Кочерга

(Закінчення.
Початок у № 39, 40, 41, 42, 43, 44)

Отже, зрозуміло, що страхітливі дитячі сні виникають не самі по собі, а є наслідком певних дій з боку батьків. Тому звернемо нашу увагу на ті сторони негативного ставлення до дітей, котрі найбільш сприяють їх невротизації. Виходить наступний реєстр наших гріхів (за О. Захаровим):

1) Неприйняття (емоційне), зокрема і небажаність народження дитяти, передчасність появи, невідповідність статі, очікуваної батьками, або неприйняття індивідуальних особливостей: темпераменту, правокулової або лівокулової спрямованості особистості, інтересів і переваг.

2) Нечутливість (невключеність в емоційне життя дитини, велика дистанція у стосунках з нею, відстороненість).

3) Нецирість (відсутність відкритості у відносинах, надмірне моралізування без відповідного підкріплення власним прикладом, формалізм у вимогах, демагогія).

4) Непослідовність (суперечливість).

5) Невизначеність (непередбачуваність, імпульсивність).

6) Негативність (постійна критика, засудження, недовіра до можливостей і досвіду дітей, погрози і фізичні покарання).

7) Неузгодженість дорослих у вихованні (конфлікти, протилежні або взаємовиключні підходи).

Між тим необхідно пам'ятати, що кожне відхилення у ставленні до дітей відіграє роль провокуючого до неврозу фактора. Зрозуміло, що вже й декілька з названих роблять дитину нещасливою. А тим паче, при чотирьох і більше факторах невроз може бути забезпечений якщо не тепер, то в недалекому майбутньому.

Відомо, що більшість батьків бажає щастя та здоров'я своїм дітям. Тому останнє, на чому ми б хотіли зосередити вашу увагу, з метою уникнути неврозу і зробити щасливою свою дитину. Відомий психолог Олександр Захаров пропонує перевірити себе за допомогою такого тесту:

"Що необхідно робити наперед, щоб у наших дітей не було неврозу?"

1. Народити дитину в слушний час, без супутнього навчання, екзаменів, сумнівів щодо необхідності появи дитини саме тепер. Тоді вона не буде перешкодою на вашому життєвому шляху і зайвий раз не викликати роздратування, розпачу й невдоволення.

2. Здійснити певні перестороги безпеки до народження дитяти: проконсультуватися у психолога або психотерапевта, уникати непотрібних стресів, своєчасно усувати негативний вплив з боку роботи, знайомих та близьких, налаштуватися на успішні пологи і пройти відповідне навчання.

3. Прийняти новонароджене дитя як подарунок долі; відкласти вбік усі справи, повністю зайнятися доглядом і вихованням, не віддавати в ясла і пам'ятати про високу потребу в любові до вас у перші роки життя, коли найбільш ак-

тивно розвиваються емоції й здібності до людських контактів.

4. Не залишати дитину одну в перші роки життя і не віддавати її на догляд іншим (мається на увазі довготривале перебування дитини у рідних або знайомих), не здійснювати далекі переїзди в перші три роки життя.

5. Не забувати про чоловіка, пам'ятаючи, що йому теж нелегко. І намагатись якомога раніше залучати його до піклування й догляду за дитиною, підкреслюючи його роль у родині і здатність допомагати як у психологічному, так і в економічному плані.

6. Якомога частіше гратися з дітьми, ставати на їх місце, співчувати переживанням, одночасно намагаючись уникати зайвої опіки та хвилювань.

7. Бути досить гнучкими і безпосередніми в спілкуванні з дітьми, вчасно визнавати свої помилки, довіряти і "поступатися принципами", якщо це необхідно.

8. Враховувати індивідуальність, особливості темпераменту, характеру й особистості ваших дітей, спрямовуючи їх розвиток без штучного випередження (мова йде про силову нав'язування у розвитку дитини на принципах змагання, під тиском так званого загального розвитку на прикладі становлення інших дітей) або уповільнення природного темпу.

9. Проаналізувати проблеми в стосунках зі своїми батьками в дитинстві з метою уникнення подібного у власному родинному досвіді.

10. Своєчасно помічати психологічний дискомфорт і нервовість дітей, зокрема, й наростаючі страхи та хвилювання, поганий настрій, підвищену подразливість і вередливість, стомлюваність, розлади сну й апетиту. Разом з чоловіком (дружиною) розібратися в причинах і внести відповідні корективи у стосунки з дітьми.

Кожен пункт оцінюється в 0 балів, якщо з тим, що написано, у вас немає нія-



ких проблем; 1 бал – якщо є сумніви; 2 бали – коли це важко практично здійснити. Відповідно, шкала містить від 0 до 20 балів. До 7 балів, можна вважати, що з цими можливими проблемами ви зможете справитися власними силами (за умови, що не буде додаткових несприятливих впливів. Від 7 і більше балів – можливо, вам знадобиться психологічна чи психотерапевтична допомога або серйозна робота над собою. І краще не відкладати її "на потім", щоб уникнути розвитку у дитини неврозу, здатного призвести до нещасливого дитинства.

Батьки закладають підвалини майбутнього своєї дитини. Тому чи варто жаліти на це часу, старань, любові, родинної злагоди, економічних статків? Але пам'ятайте: перше – світлі й щирі почуття любові до дитини. Це "цемент" вашого єднання в одне ціле, це гарантія вашого щастя, взаєморозуміння, "наріжний камінь" батьківської філософії гуманізму.

Парадоксально, але факт: сьогодні небезпечно рекомендувати деяким батькам приділяти більше уваги своїй дитині. Років сорок тому такої небезпеки не існувало. У чому цей парадокс і яке це відношення має до психічного здоров'я дитини?

Значна частина сучасних вихователів, батьків існує в світі надмірної ін-

формації, частиною котрої є інформація про способи, що забезпечують швидкий і якісний розвиток дитини. Крім цього, сьогодні розширилися можливості використання різноманітних форм і методів впливу на розвиток дитини. Тому підвищена активність у взаємодії дорослого й дитяти іноді стає настільки ж небезпечною, наскільки небезпечною буває й відсутність такої активності.

Лікарі-педіатри сьогодні відмічають різке зростання у дітей таких захворювань, які раніше були властиві тільки дорослим, які постійно знаходяться в стресових ситуаціях. Для сучасної дитини стресовою ситуацією стає все те, що є буденним життям для дорослого, який не може або не бажає створювати спеціальний режим для не зміцненого організму, що активно розвивається.

Сучасна література і практичний досвід психологів вказує на велику кількість випадків, коли погіршення психічного й фізичного здоров'я дитини пов'язано тільки з тим, що дорослі "тягають" своє чадо з собою по місцях масового скупчення людей (варто згадати дні міста в Києві та інші подібні заходи), де поріг стресогенності оточення явно значно вищий від дитячої норми.

Інші батьки не роблять різниці між собою й дитиною (забуваючи про те, що дитина – це не маленька копія дорослої людини, а маленька людина, яка живе й розвивається у своєму світі й часі, за власними законами), пригнічуючи її зайвою зливою інформації, непосильними для неї емоційними навантаженнями, котрі бувають характерними для їх спілкування. Все це не минає безслідно, і в дітей з'являються такі "дорослі" захворювання, як безсоння, виразка, коліт, мігрень. Якщо в родині негаразди і дитина постійно знаходиться в сфері спілкування батьків, то активно залучається, як активний співучасник до їхніх сварок і "розбірок". Цілком можливо, що нікого й не здивує, коли в такої дитини з'являються невротичні симптоми чи інші порушення психічного й фізичного розвитку, котрі, відома річ, будуть блокувати розвиток її здібностей.

Тож, шановні батьки, дбаймо про комфортний розвиток наших дітей. Нехай вам щастить у вихованні здорової, розумної, щасливої, самодостатньої, люблячої й високодуховної людини.

