

доктор пед. наук, старший  
наук. співробітник, завідувач  
лабораторії сімейного виховання  
Інституту проблем виховання  
НАПН України

## **СІМ'Я І ЇЇ ВПЛИВ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ**

Розкрито сутність психічного здоров'я, окреслено його критеріальні ознаки; показано роль сім'ї, притаманного їй психологічного клімату у формуванні, підтримці та зміцненні психічного здоров'я дитини; розглянуто взаємозв'язок між характером сімейних відносин та станом психічного здоров'я зростаючої особистості.

Ключові слова: дитина, батьки, психічне здоров'я, сімейні відносини, сім'я.

Виховання дитини в сім'ї характеризується складністю і багатоманітністю. Будь-який його аспект має велику значущість. Однак головне полягає в тому, що дитина має зростати здоровою і не тільки фізично, а й психічно. Адже значна кількість захворювань організму бере початок саме на психічному рівні. З давніх часів відомо, що часто тілесні хвороби є наслідком думок, їхнього змісту. Іншими словами, стан тіла і думки взаємозв'язані. „Думка, яка стверджує здоров'я, оздоровчо впливає на весь організм, і навпаки. Думки негативні, розкидані, невпевнені, наповнені злістю і ненавистю, здійснюють руйнівну дію на стан органів фізичного тіла” [3, 259].

Отже, задоволення чи незадоволення людиною собою чи своїм життям (або актуальними потребами) відображається у відповідних емоціях та емоційних станах, які стають підґрунтям для формування певних захисних реакцій психіки і відповідних особистісних властивостей, акцентуацією і сприйнятливістю до тих чи інших захворювань.

Основними критеріями психічного здоров'я вважаються: відповідність суб'єктивних образів і характеру реакцій зовнішнім подразникам, значенню життєвих подій; адекватний віку рівень зрілості особистості, емоційно-

вольової, пізнавальної сфер; адаптивність у мікросоціальних відносинах; здатність контролювати свою поведінку, розумно планувати життєві цілі й бути активним під час їх досягнення.

Різні аспекти виховання у дітей психічного здоров'я набули висвітлення в працях Г. Апанасенка, О. Ващенко, В. Горячого, С. Здіорука, Б. Мокіна, С. Омельченко. Проте, дослідники акцентують переважно на можливостях, змісті, формах і методах урочної і позаурочної діяльності, залишаючи поза увагою сім'ю, яка не тільки володіє вагомими можливостями в цьому напрямі, а й виступає первинним середовищем формування і розвитку дитини.

Мета статті – розкрити роль сім'ї щодо формування в дитини психічного здоров'я, розкрити його залежність від характерних для сімейного середовища батьківсько-дитячих відносин.

Первинність сім'ї у вихованні дитини визначається тим, що тут зростаюча особистість набуває перші уявлення про елементарні правила поведінки, норми міжособистісних відносин. Завдяки батькам дитина опановує вміння орієнтуватися у більших соціальних спільнотах, засвоює навички спілкування з людьми різних вікових категорій. Посідаючи „ключове становище серед соціальних інститутів за своєю екзистенційною сутністю, сім'я є таким еволюційним винаходом людства, який гармонійно поєднує власне існування з продовженням людського роду, і тим самим забезпечує статусно-рольовими виконавцями інші соціальні інститути, сприяючи їх виживанню й існуванню суспільства загалом” [1, 93].

З одного боку, сім'я – це замкнений соціальний інститут, який творить свій внутрішній світ, протистоїть зовнішнім деструктивним впливам. Позбавлення сім'ї внутрішнього світу призводить до її розпаду. З другого боку, – сім'я є відкритим соціальним інститутом, який взаємодіє із суспільством, що сприяє розвитку її членів, допомагає їм задовольняти власні потреби у відносинах з іншими людьми, породжує в них почуття

безпеки та захищеності, зумовлюючи психічне здоров'я як сім'ї загалом, так і кожного її члена зокрема.

Сім'я є тим середовищем, де починає формуватися особистість дитини, процес виникнення якої є процесом перетворення біологічно заданого матеріалу силами соціальної дійсності, що існує до, поза й зовсім незалежно від цього матеріалу. У сім'ї як першому мікросередовищі визначаються соціальний статус дитини, її обов'язки, виникає прихильність до рідних, закладається підґрунтя для становлення її світогляду і переконань, ціннісних орієнтацій, морально-етичних ідеалів, уподобань, соціальної поведінки, відбуваються її особистісний і соціальний розвиток. Тобто, сім'я є тією „первинною матрицею, всередину якої сягає коріння особистості й звідки постають її витоки” [2, 64]. Індивід народжується з генетично заданим переліком фізіологічних потреб, але це народження відбувається в різних типах сімей (сімейних ситуаціях), які по-різному позначаються на його становленні як особистості. І це визначає персональний світ дитини, зміст, яким наповнюється її психічне здоров'я.

Сім'я постає як головний передавач культурних норм і цінностей. Однак сім'я передає ту частину культури, яка є доступною для батьків. Тому виховання і навчання дитини відбуваються в межах культурних цілей і звичаїв, характерних для вузького кола людей. Водночас культурні еталони, яких дотримується сім'я, значною мірою зумовлюють тип інтерпретації дитиною соціального світу, зміст і характер міжособистісних відносин, стан психічного здоров'я. У сім'ї дитина навчається осмислювати і привласнювати суспільні норми та цінності, що робить можливим їх сприйняття в інших референтних групах – серед товаришів по іграх, у дитячих вікових колективах, неформальних об'єднаннях, членами яких вона стає або на які просто орієнтується у власному житті.

Важливе місце серед факторів, які безпосередньо впливають на формування у дитини психічного здоров'я, належить сімейним відносинам та способу їх реалізації. Значущість внутрішньосімейних відносин для

психічного здоров'я дитини зумовлена, по-перше, тим, що вони є першим специфічним зразком суспільних відносин, з якими дитина стикається від самого народження, а по-друге, тим, що в них фокусується і набуває своєрідного мініатюрного вираження все багатство суспільних відносин, створюючи можливості для раннього залучення зростаючої особистості до їх системи.

Від характеру відносин між старшими і молодшими членами сім'ї залежить рівень набуття дитиною різноманітних ціннісних орієнтацій і настановлень, розвиток її емоційної сфери, усвідомлення сутності соціальних ролей. Чим сильнішим є емоційний зв'язок між батьками й дітьми, тим краще відбуваються виховання, засвоєння зростаючою особистістю норм і цінностей культури, навичок поведінки і спілкування, формування соціально компетентної особистості, що має нормативне та інформативне наповнення: чим згуртованішою є сім'я, тим ефективніший її нормативний вплив на дитину.

З огляду на це актуалізується такий фактор сімейної життєдіяльності, як згуртованість сім'ї – характеристика внутрішньосімейних відносин, що засвідчує міру збігу оцінок, настановлень і позицій членів сім'ї щодо об'єктів, найбільш значущих для сім'ї загалом, ціннісна єдність, підпорядкування індивіда соціальним нормам. Причому така єдність не передбачає нівелювання особистості, повного збігу оцінок і позицій членів сім'ї. Йдеться насамперед про зближення оцінок дорослих і дітей у підходах до мети спільної діяльності та внутрішньосімейних відносин. Завдяки сімейній згуртованості створюється широкий простір для виявлення прагнень і спонукань дитини, що є своєрідною „школою” накопичення соціального досвіду, прилучення до головних цінностей психічного здоров'я.

На характер сімейної згуртованості вагомий вплив справляє притаманний сім'ї психологічний клімат – більш або менш стійкий емоційний настрій, що виникає внаслідок сукупності настроїв членів сім'ї, їхніх душевних переживань, ставлень один до одного, до інших людей, до

роботи, до навколишніх подій. У сім'ї, де панує сприятливий психологічний клімат, кожен її член ставиться до інших з любов'ю, повагою, довірою. Така сім'я спроможна переносити життєві труднощі, здатна до макроадаптації, сприяє формуванню механізмів психічного здоров'я зростаючої особистості.

Найбільш сприятливим для цього є демократичний тип батьківсько-дитячих відносин. Він виявляється в тому, що батьки намагаються не стільки „формувати” особистість дитини, дисциплінувати її, скільки допомагають їй індивідуально розвиватися, прагнуть досягати емоційної близькості з нею. Діти з таких сімей краще навчаються, в них розвинені самостійність, дисциплінованість, працелюбність, щирість, відповідальність, самокритичність, а життєва мета має досить високу соціальну цінність.

Важливим чинником психічного здоров'я дитини є здатність батьків задовольняти її потреби, вміння пристосовуватися до зміни цих потреб із плином часу, власне батьківський потенціал. Це поняття можна визначити як наявні засоби, джерела, котрі можуть бути приведені в дію, використані для досягнення мети, розв'язання будь-яких завдань, здійснення плану. Це сукупна здатність та готовність дорослих до виховання дитини, вміле використання відповідних знань і вмінь, що базується на індивідуальному підході до особистості, яка розвивається. Згідно з дослідженнями вітчизняних науковців, батьківський потенціал у широкому розумінні охоплює: елементарний догляд (забезпечення базових потреб дитини в їжі, відпочинку, сні, одязі тощо); гарантії безпеки (стан захищеності життєво важливих інтересів дитини, забезпечення адекватних способів задоволення і захисту її потреб і прав); емоційне тепло (стан емоційного комфорту, в якому конструктивно реалізується ставлення індивіда до оточення, чутливість до переживань дитини, прояв співчуття, чуйності до неї); стимулювання (заохочення до дій, активізація діяльності, вплив, що зумовлює динаміку розвитку дитини); життєві орієнтири (ідеальні уявлення про цінності, мету і завдання у процесі життєдіяльності; вид управління у вихованні); обмеження (встановлення певних кордонів, умов поведінки, діяльності, самовираження);

стабільність (стійкість, постійність, незмінність настановлень, пріоритетів, правил, цінностей) [4, 127–128].

За умов дотримання демократичного типу батьківсько-дитячих відносин, реалізації усіх складових батьківського потенціалу як фактору збереження і зміцнення психічного здоров'я дитини, цей процес відбувається за такими основними напрямками:

– *інформаційним*. Дитина активно сприймає інформацію, що надходить від батьків, фіксує її, переробляє, інтерпретує, послуговуючись наявним у неї особистісним досвідом. Водночас сприйняттю дитини властиві суб'єктивність, деяка неординарність через обмаль особистісного досвіду і нестереотипне мислення. Внаслідок цього вона може оригінально інтерпретувати отримувану інформацію, збагачуючи образ світу близьких людей. Цей напрям батьківсько-дитячих відносин передбачає опанування дитиною певної суми знань, уявлень, переконань, необхідних для активного входження в соціальну структуру суспільства та погодженої взаємодії з ним;

– *емоційним*. У відносинах з батьками дитина набуває першого позитивного і негативного емоційного досвіду, з'ясовує для себе значення таких понять, як добро, любов, ніжність, чуйність тощо та їх антиподів – зло, ненависть, грубість, нетерпимість, чванливість і т. ін. Вона залучається до широкої палітри почуттів, сприймає і відчуває різноманітні емоційні впливи батьків і сама впливає на їхню емоційну сферу. Завдяки цьому забезпечується особистісне сприйняття дитиною зовнішньої інформації, її інтеріоризація та ієрархізація, формування певного ціннісного ставлення до неї, що позитивно впливає на її психічне здоров'я;

– *діяльнісним*. Життєві цілі, прагнення, інтереси, цінності дитини значною мірою формуються під впливом настанов та реальних дій і вчинків батьків. Активна життєва позиція батьків, суб'єкт-суб'єктні відносини з дитиною, залучення її до спільної діяльності, надання їй можливостей для прояву ініціативи та самостійності убезпечують зростаючу особистість від

неадаптивного сприймання соціальної дійсності, сприяють оволодінню соціально схвалюваними способами діяльності.

Однак не всі сім'ї відзначаються окресленим типом відносин, не всі батьки спроможні дати дитині вичерпну інформацію про навколишнє життя, підкріплену несуперечливим прикладом позитивної поведінки. Здебільшого батьківські настановлення і зразки поведінки через непослідовність і заплутаність містять не лише прямий зміст, а й безліч прихованих конотацій, що зумовлює спотворене сприймання дійсності, викликає емоційні розлади. Якщо між сім'єю і позасімейним середовищем наявні істотні відмінності в плані норм, правил, ціннісних орієнтацій, це може створювати в дитини конфлікт, що негативно позначається на її психічному здоров'ї. У прагненні подолати цей конфлікт дитина або звикає жити в умовах подвійної моралі, нехтуючи сімейними цінностями і формально погоджуючись із зовнішніми вимогами, або засвоює маргінальні цінності, що не відповідають ані нормам сім'ї, ані вимогам суспільства.

В іншому випадку, аби здобути визнання та заохочення батьків, дитина намагається засвоїти батьківські настанови, відповідати на їхні стимули згідно з очікуваною реакцією, а відтак структурує й обмежує своє подальше життя. Поводження дитини може виявлятися у спротиві батьківським вимогам (дія за антисценарієм). Це не передбачає особистої свободи вибору, а лише свідчить про обмежене суперечностями життя „навпаки”. У цьому разі дитина не усвідомлює, що може відмовитися від батьківських сценаріїв і проявити суб'єктність в осмисленні реальності та здійсненні поведінки. І хоча під тиском прагнення до самоствердження батьківські приписи можуть нею тимчасово відкидатися, вони все одно впливають на її вчинки через приховану дію.

Іноколи дитина прагне трансформувати зміст батьківських сценаріїв облаштування буття, вкладаючи в них свої поняття, по-своєму інтерпретуючи їхню сутність. Це продукує виникнення нового сценарію або (значно рідше) вивільнення свідомості дитини від нав'язуваних батьками настанов. Саме

таке вивільнення, з одного боку, надає дитині свободу вибору, а з другого, – передбачає персональну відповідальність, диктує необхідність постійно ухвалювати самостійні рішення (за батьківського сценарію дитина може не перейматися власною відповідальністю).

Водночас існують сім'ї, в яких діти не тільки позбавлені догляду, а й перебувають в антисоціальному, криміногенному середовищі. Не знаходячи в батьків визнання цінності своєї особистості, зазнаючи від них брутального нехтування, приниження, маніпулювання її почуттями, дитина відчужується, відсторонюється від них. Наслідками таких відносин часто стає формування в дитини комплексу неповноцінності, що ускладнює її відносини з однолітками, іншими людьми, призводить до порушення соціальних і моральних норм, до соціальних руйнівних девіацій. Через відсутність позитивного батьківського прикладу діти, які виховуються в таких сім'ях, не в змозі обрати для себе адекватний спосіб поведінки, міжособистісних відносин.

У тих сім'ях, де відносини батьків і дітей будуються на повазі, у дітей швидше формуються такі особистісні якості, як доброзичливість, здатність до співпереживання, вміння вирішувати конфліктні ситуації тощо. Ці діти адекватніше усвідомлюють свій „образ Я”, його цілісність. Завдяки цьому підвищується їхня комунікабельність, забезпечується активно-позитивне входження до групи однолітків, що позитивно впливає на стан психічного здоров'я. У сім'ях, де панує авторитарний, а то й асоціальний тип відносин, формування цих якостей не лише ускладнюється, а й може набувати спотворених форм.

Важливість внутрішньосімейних відносин як фактора зміцнення психічного здоров'я дитини зумовлена ще й тим, що особливості їх прояву поступово закріплюються в поведінці дитини і стають моделлю відносин з іншими людьми. Через обмежений особистісний і соціальний досвід грубість та байдужість батьків спричинюють виникнення у дитини переконаності в тому, що чужа людина не буде ставитися до неї краще, ніж батьки, а то й



завдасть більших прикрощів. Це спричинює продукування відповідних дій і ставлень до „інших”, репрезентуючи зневагу до соціальних цінностей, ускладнюючи реалізацію міжособистісних відносин. Як наслідок, виникає педагогічна занедбаність дитини, що призводить до стійкої дезадаптації, руйнування психічного здоров'я. Загалом педагогічно занедбані діти – це потенційно нормальні, повноцінні, але недостатньо виховані й недостатньо соціалізовані люди. Зазвичай через недостатній розвиток пам'яті, мислення, вольових та емоційних якостей вони погано навчаються, у них обмежені інтереси, порушена самооцінка, не сформовані навички самоконтролю. Вони перебувають у стані постійного психологічного дискомфорту, який викликає тривожність, хвилювання, неприємні відчуття. У своєму прагненні позбутися цього стану такі діти вдаються до різних емоційно-поведінкових реакцій – від компенсації до аутизму. У першому випадку дитина компенсує свої недоліки через здійснення поганих вчинків, негативних дій, у другому, – „немовби відмежовується від зовнішнього світу, але і в тому, і в іншому випадку вона стає некерованою, ... неадекватною” [5, 82–83].

Як система сім'я перебуває у певній рівновазі, однак ця рівновага рухлива, жива – вона постійно оновлюється. Зміна соціальної ситуації, розвиток сім'ї або одного з її членів чи, навпаки, негативні зміни у ній спричинюють перебудову всієї системи внутрішньосімейних відносин і зумовлюють появу інших за якістю відносин, іноді діаметрально протилежних тим, що існували раніше.

Час від часу майже кожна сім'я переживає труднощі, внаслідок яких перед нею постають нові завдання, які слід вирішувати негайно чи в певній перспективі. Це стає важливим чинником особистісного розвитку і самоздійснення членів родини. Адже саме під час переживання людиною сімейних проблем, труднощів і криз висуваються, усвідомлюються і викристалізуються найбільш суттєві сімейні завдання. Так, з початком навчання дитини в школі перед сім'єю постає завдання прийняття факту зовнішньої оцінки дитини, необхідності відповідати вимогам соціуму

стосовно дитини та подружжя як батьків, перерозподілу обов'язків у сім'ї у зв'язку зі вступом дитини до школи, участі у розв'язанні проблем з навчання тощо. Перехід дитини до підліткового, а потім до старшого шкільного віку висуває перед батьками завдання прийняття її нових, зумовлених віковими особливостями, властивостей, зміни типу батьківської поведінки і ролей, експериментування з незалежністю дитини, перерозподілом автономії і контролю між батьками і дітьми, віднайдення балансу між автономністю дитини і близькістю до неї.

Неврахування батьками таких завдань або нехтування ними негативно позначається на виховних можливостях сім'ї, вносячи невиправдані труднощі в процес формування психічного здоров'я зростаючої особистості.

Ефективна життєдіяльність сім'ї передбачає оптимальне узгодження її внутрішніх змін і здатності до зрівноваження своїх властивостей і якостей як системи. У сім'ї, де не задовольняються життєві запити її членів, така здатність втрачається, і сім'я цілком не адаптується до нових умов. Це призводить до порушення гнучкості сімейної системи, під якою розуміється здатність сімейної системи адаптуватися до змін зовнішньої і внутрішньої ситуації, властивість сімейної системи змінюватися, залишаючись достатньо стабільною для комфортного і безпечного почування своїх членів, „міра змін у сімейному лідерстві, рольових відносинах і внутрішньосімейних нормах” [6, 64]. Такі порушення можуть виявлятися в хаотичності, імпульсивності життя сім'ї, непродуманій видозміні сімейних ролей. Це справляє негативний вплив на психічне здоров'я в сімейному мікросередовищі, гальмує набуття нею необхідних соціальних і моральних якостей, формування ціннісних орієнтацій, свідомості і поведінки.

Вагому значущість для підтримки належного стану психічного здоров'я дитини в сім'ї має сімейна ідеологія, яку переважно складають сімейні норми і правила, цінності, традиції. Сімейні норми і правила – це засада, на якій вибудовується спосіб життєдіяльності сім'ї. За наявності певних обмежень та умов життєдіяльності сім'ї її члени мають можливість

„орієнтуватися в реальності”, а отже, зміцнювати сімейну систему, оскільки кожен обізнаний зі своїми правами та обов’язками. Відсутність норм і правил призводить до хаосу в сімейній системі, шкідливо позначається на психічному здоров’ї членів сім’ї, насамперед дитини, може призводити до появи в її поведінці дезадаптованості.

Таким чином, сім’я є первинним середовищем, в якому дитина оволодіває культурою, суспільними нормами, моральними правилами, навичками індивідуальної, сумісної і колективної діяльності, пізнає соціальні цінності й формує власні ціннісні орієнтації. Провідним фактором тут постає сімейне виховання, яке найбільш повно реалізується через батьківсько-дитячі відносини.

Формування психічного здоров’я дитини, його збереження і зміцнення відбувається ефективно в тому випадку, коли сімейні зразки поведінки і суспільні нормативи не входять у суперечність одне з одним. Проблеми виникають за умов орієнтації дитини на негативні, антисоціальні зразки поведінки батьків, які вступають у суперечність з тими, що їх вона бачить в інших соціальних групах. Тобто, коли інформація, яка засвоюється дитиною в сім’ї, відрізняється від прийнятих у суспільстві цінностей та норм і навіть входить з ними в суперечність.

Важливим фактором, що безпосередньо позначається на стані психічного здоров’я, є батьківсько-дитячі відносини. У випадку базування цих відносин на засадах суб’єкт-суб’єктної взаємодії, можна вести мову про їх позитивний вплив на психічне здоров’я зростаючої особистості, не тільки його підтримку, а й зміцнення. В іншому разі, психіка дитини зазнає травмування, зумовлюючи гальмування її особистісного розвитку, провокуючи дезадаптаційні процеси, порушуючи логіку її становлення як активного учасника соціальних і міжособистісних відносин.

### ***Список використаної літератури***

1. Антонов А. Социология семьи : [учеб. для студ. вузов и обучающихся по спец. „Социология”] / А. И. Антонов, В. М. Медков и др. – М. : Изд-во МГУ, 1996. – 302, [1] с.
2. Ахмадеев А. А. Социальная адаптация в контексте семьи: социально-философский анализ / Алим Ахатович Ахмадеев, Анина Альтафовна Ширяева. – Уфа : БГУ, 2001. – 102 с.
3. Диагностика здоровья. Психологический практикум / [под ред. проф. Г. С. Никифорова]. – Спб. : Речь, 2007. – 950 с.
4. Інтегровані соціальні служби: теорія, практика, інновації: [навч. – метод. посібник / автори-упоряд.: О. В. Безпалько, І. Д. Зверева, З. П. Куниця, В. О. Кузьмінський / за заг. ред. І. Д. Зверевої та Ж. В. Петрочко]. – К. : Фенікс, 2007. – 528 с.
5. Овчарова Р. В. Семейная академия: вопросы и ответы / Овчарова Р. В. – М. : Просвещение, 1996. – 144 с.
6. Солодников В. В. Социология социально-дезадаптированной семьи / Солодников В.В. – Спб. : Директ, 2007. – 384 с.