

Благоприятный психологический климат в семье – основа психологического здоровья ребёнка

Семья – это сложная социальная система, в которой человек проводит огромную часть своей жизни и которая вносит огромный вклад в формирование его не только физического, но и психического здоровья.

В окружении семьи человек проводит достаточно много времени, поэтому внутрисемейные взаимоотношения так важны. Психологи утверждают, что именно члены гармоничных семей стремятся развиваться, обучаться и полноценно общаться с другими людьми.

Большинство психологов считают, что психологическое здоровье или нездоровье ребёнка неразрывно связано с психологической атмосферой, или климатом семьи, и зависит от характера взаимоотношений в семье.

Психологический климат семьи можно определить, как характерный для той или иной семьи более или менее устойчивый эмоциональный настрой, который является следствием семейной коммуникации.

Психологический климат в семье определяет устойчивость внутрисемейных отношений, оказывает решительное влияние на развитие, как детей, так и взрослых. Он не является чем-то неизменным, данным раз и навсегда. Его создают члены каждой семьи, и от их усилий зависит, каким он будет, благоприятным или неблагоприятным. Так для благоприятного психологического климата характерны следующие признаки:

- сплоченность,
- возможность всестороннего развития личности каждого ее члена,
- высокая доброжелательная требовательность членов семьи друг к другу,
- чувство защищенности и эмоциональной удовлетворенности,
- гордость за принадлежность к своей семье,
- ответственность.

В семье с благоприятным психологическим климатом каждый ее член относится к остальным с любовью, уважением и доверием, к родителям — еще и с почитанием, к более слабому — с готовностью помочь в любую минуту.

Важными показателями благоприятного психологического климата семьи являются стремление ее членов проводить свободное время в домашнем кругу, беседовать на интересующие всех темы, вместе выполнять домашнюю работу, подчеркивать достоинства и добрые дела каждого, и одновременная открытость семьи, её широкие контакты.

Такой климат способствует гармонии, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости и реализации личностного потенциала каждого члена семьи. Исходной основой благоприятного климата семьи являются супружеские отношения. Совместная жизнь требует от супругов готовности к компромиссу, умения считаться с потребностями партнера, уступать друг другу, развивать в себе такие качества, как взаимное уважение, доверие, взаимопонимание.

К признакам благополучного психологического климата в семье можно отнести сплочённость, возможность всестороннего развития личности каждого её члена, чувство эмоционального удовлетворения и защищённости. Такой климат способствует снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению самооценки.

Основой благоприятного климата семьи принято считать именно супружеские взаимоотношения. Они должны уметь считаться с потребностями партнёра, уступать друг другу, находить компромиссы, развивать в себе взаимоуважение, доверие и взаимопонимание. Ведь именно в семье дети получают опыт прощения, уступчивости, поддержки от близких, формируют модель поведения в различных ситуациях. Неблагоприятным психологическим климатом, в свою очередь, называют обстановку, в которой члены семьи чувствуют эмоциональный дискомфорт, тревожность, отчуждение, что ведёт к дефициту положительных эмоций, а вследствие этого – к депрессиям. Так, ссоры в присутствии ребёнка способствуют повышению уровня тревожности, агрессивности, возникновению у него невроза, и могут усугубить уже имеющиеся нарушения нервной системы. Ребёнок, наблюдая разлад в семье, чувствует себя виноватым, испытывает эмоциональное напряжение, неуверенность, что может привести к истерикам, капризам, девиантному поведению и т.д. Любое поведение родителей имеет воздействие на детей, например, у тревожных матерей вырастают тревожные дети, несдержанный отец, часто выходящий из себя, неосознанно формирует подобный тип поведения у своего ребёнка, а честолюбивые родители могут настолько подавить своих детей, что у них появляется комплекс неполноценности. Кроме того, дети, родители которых постоянно заняты и не уделяют им достаточно времени, начинают вести себя демонстративно, а у детей, которых чрезмерно опекают родители, формируется пассивное отношение ко всему происходящему, поскольку ребёнку из такой семьи не принято отказывать, он не понимает, зачем ему нужно стараться, чтобы что-то получить. Дети авторитарных родителей нередко подозрительны, угрюмы, и тревожны, для них сложно устанавливать контакты со сверстниками, так как такие родители ограничивают их свободу и права, а требуют лишь подчиняться им. Дети авторитетных родителей – любознательные, общительные и ответственные, поскольку родители не бездумно наказывают их, а объясняют, что хорошо, а что плохо, а также часто хвалят. А у снисходительных родителей чаще всего вырастают импульсивные и агрессивные дети, ведь от них не требуют ответственности и самоконтроля, что приводит к проблемам с дисциплиной.

Основным условием нормального психосоциального развития ребёнка признается:

- спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребёнка,
- беседуют с ним,
- поддерживают дисциплину,

- осуществляют необходимое наблюдение.

Характер внутрисемейных отношений, 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, товарищей, педагогов.

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.

Эксперты ВОЗ на основе анализа результатов многочисленных исследований в различных странах убедительно показали, что нарушения психического здоровья гораздо чаще отмечаются у детей, которые страдают от недостаточного общения со взрослыми и их враждебного отношения, а также у детей, которые растут в условиях семейного разлада.