

Влияние внутрисемейных отношений на эмоциональное благополучие ребенка

Очень часто родители обращаются к психологам с жалобами на то, что их дети чрезмерно возбудимы, агрессивны, или наоборот, заторможены, плаксивы, очень робки.

Такие дети с проблемами в эмоциональном развитии невнимательны, часто отвлекаются. Кроме того, у них, как правило, возникают трудности в общении с взрослыми и сверстниками.

Не вникая в причины такого поведения, взрослые пытаются ругать, наказывать ребенка, тем самым еще больше усугубляют его неуравновешенное состояние.

Чтобы найти правильный подход к таким детям, необходимо выделить основные причины эмоционального «неблагополучия»:

1. Неблагоприятная семейная обстановка дома.
2. У детей с эмоциональными нарушениями практически всегда деформирована самооценка (занижена, завышена, или противоречивая) и ожидаемая оценка со стороны близких взрослых.
3. Для таких детей характерен повышенный уровень тревожности.

Семья для всех ее членов является «маленькой крепостью», за стенами которой мы стремимся спрятаться от всех проблем и отдохнуть душой. Этого хотят и взрослые и дети.

Принято считать, что родители любят своих детей и заботятся о том, чтобы они выросли хорошими счастливыми людьми. Но так ли это на самом деле? Если в семье постоянные конфликты, отношения между родителями эмоционально холодные, то ребенок, не понимая сути разногласий взрослых, чувствует дискомфорт, напряжение.

Иногда ребенок становится связующим звеном между мамой и папой. Чувствуя, что отношения между родителями налаживаются по поводу его проблем (болезнь, плохое поведение), ребенок начинает провоцировать подобные ситуации. При этом он чувствует повышенную ответственность за объединение родителей, а это ноша очень тяжела для него. Еще хуже, когда ребенок становится в семье громоотводом. Недовольство родителей друг другом, жизненные проблемы – выливаются на ребенка. Он слаб, зависим, и не может дать отпор.

Однако не только взрослые, но и дети, занимая определенную позицию, формируют внутрисемейные отношения. Это не всегда осознается ребенком, но определяет его эмоциональное состояние, поведение, а главное – представляет собой фундамент будущих отношений с людьми.

Специалисты выделяют 5 жизненных позиций дошкольника по отношению к родителям, себе и окружающему миру:

1.«Я любим, я нужен и тоже люблю и уважаю вас»

Такая позиция формируется в семье, где ребенок чувствует любовь и заботу, где даже самый маленький имеет право на собственное мнение, право выбора.

У таких детей достаточно высокая самооценка, доверие к окружающему

миру, развито умение общаться с взрослыми и сверстниками, развит интерес к познанию.

2. «Я обожаем, я – центр вселенной, все должны мне поклоняться»

Такая установка возникает в семьях, где развит культ ребенка. Самооценка здесь завышена настолько, что поведение таких детей не укладывается в общепринятые нормы: они не считаются с окружающими, действуют вопреки их желаниям и требованиям. В результате этого часто возникают трудности в общении со сверстниками. Эти дети боятся самостоятельности, ответственности, привыкнув к тому, что за них все делают близкие.

Познавательные интересы ограничиваются только тем, что им нравится. Все это может привести к формированию одинокого, озлобленного человека.

3. «Я нелюбим, но очень нуждаюсь в любви и заботе»

Такая позиция возникает в семьях, где дети испытывают нехватку родительского тепла и заботы. Дети становятся замкнутыми, плаксивыми, тревожными, у них возникает чувство ненужности, покинутости. Заниженная самооценка, повышенное состояние тревожности, неуверенность в себе характеризует таких детей. В результате может сформироваться «комплекс неполноценности», неумение достигнуть успеха.

4. «Я никому не нужен и тоже не нуждаюсь в вас»

Ребенок полностью теряет веру в то, что кто-то может его любить, и становится равнодушным. Эти дети потеряли надежду на любовь родителей. Их жизненный опыт побуждает их как можно быстрее избавиться от внимания взрослых – наказаний, поучений, унижений. Эти дети необщительны, замкнуты. Самооценка их неустойчива, тревожность повышена. От окружающих он ждет безразличия.

5. «Я нелюбим, обижен и отомщу вам за это»

Эта установка возникает в семьях, где родители эмоционально холодны, авторитарны, постоянно недовольны ребенком. Но в этом случае ребенок считает плохим не себя, а родителей. Он ведет себя в семье агрессивно, специально раздражая родителей, «уменьшая» значимость семьи, он, таким образом, психологически защищается, избавляется от переживаний. Конечно, в душе эти дети по-прежнему привязаны к маме и папе. Плохое поведение лишь повод привлечь внимание родителей к себе. У таких детей повышенная тревожность, ожидаемая со стороны родителей низкая оценка, выраженная агрессивная позиция к окружающему миру.

Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.

Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.

Уважаемые родители, обнимайте и чаще целуйте своих детей!

Говорите им о своей любви и ваши чувства будут взаимны!