

## Влияние семьи на эмоциональное состояние ребенка

Детские годы - самые важные в жизни человека. Как они пройдут, зависит от взрослых – родителей, воспитателей.

Главную роль в жизни маленького человека играет семья. Нормы поведения, характер взаимоотношений между людьми, ребенок усваивает прежде всего в семье. Если его любят, он открыт для общения, энергичен, любознательный, здоров, счастлив. У него активно происходит развитие интеллекта, чувств, воли. Но, к сожалению, так бывает далеко не всегда.



Как при недостатке кислорода человек начинает задыхаться, так при дефиците ласки ребенок болеет, становится нервным и раздражительным, у него случаются серьезные психические срывы. Даже если таких детей завалить игрушками, это не помогает. Потому и со сверстниками они не находят общего языка, со злости ломают чужие игрушки, становятся неуправляемыми и могут даже ударить.

Еще хуже развиваются события, если родители позволяют себе пренебрежительное или жестокое отношение к ребенку, унижают, наказывают физически. Если человек не познал в детстве любви и нежности, он, вероятнее всего, спрячется под маской агрессивности.

По определению Всемирной Организации Здравоохранения, здоровая семья – это семья, не подверженная деструктивному, психологическому и социальному влиянию и способная воспроизводить здоровое поколение.



*Отличительной чертой* всех неблагополучных семей является жестокое обращение родителей со своими детьми. Если в семьях с открытой формой неблагополучия, жестокость по отношению к ребенку и пренебрежение его основными нуждами хорошо видны окружающим, то в семьях со скрытой формой подобное обращение с ребенком тщательно скрывается длительное время. Однако в том и другом случае последствия такого обращения со стороны родителей для развития

ребенка одинаковы - отставание в физическом, интеллектуальном развитии, нарушение эмоционально-волевой сферы и т.д.

*В семье с явной формой неблагополучия ребенок испытывает физическую и эмоциональную отверженность со стороны родителей:*

- недостаточная забота;
- неправильный уход и питание;
- физическое и сексуальное насилие;
- игнорирование душевного мира и переживаний.

Следствием этого является **чувство неадекватности, стыд за себя и родителей перед окружающими, страх и боль за свое настоящее и будущее.**

*Физическое и психическое развитие детей, воспитывающихся в неблагополучных семьях, отличается от развития благополучных сверстников и характеризуется:* замедленным темпом психического созревания, низким уровнем интеллектуального развития, бедной эмоциональной сферой и воображением, поздним формированием навыков саморегуляции и правильного поведения. Все это в сочетании с раздражительностью, вспышками гнева, агрессией, преувеличенным реагированием на события и взаимоотношения, обидчивостью провоцирует конфликты со сверстниками.

*Следовательно, неблагополучная семья оказывает отрицательное, разрушительное, десоциализирующее влияние на формирование личности ребенка, следствием чего являются ранние поведенческие отклонения. Потребности ребенка в такой семье удовлетворяются от случая к случаю, не в полном объеме, поэтому он испытывает дефицит внимания к себе со стороны взрослых, следствием чего является закономерное желание привлечь внимание к себе любыми доступными способами, включая девиантные и делинквентные формы поведения.*

### **Какой должна быть семья**

Психология семейного воспитания должна определяться наличием оптимальной родительской позиции - принимать ребенка таким, каков он есть, тепло относиться к нему, объективно оценивать его и воспитывать на основе этой оценки. Если родители способны изменять методы и формы своего



действия в соответствии с изменением обстоятельств жизни ребенка, если их воспитательные усилия нацелены в будущее и соотносятся с требованиями, которые поставит перед ребенком его дальнейшая жизнь, то это – оптимальная родительская позиция. Она всегда направлена на благо ребенка и предполагает критичное отношение родителей к своим ошибкам и разумное проявление своей любви к детям.

Чтобы ваш ребенок был психически и физически здоров, необходимо оберегать его от внутрисемейных разборок, неурядиц, чаще прислушиваться к нему, ставить себя на его место.

*Родительская поддержка* – это процесс, в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки. Взрослый член семьи должен помочь ребенку поверить в себя и свои способности, объяснить



причины неудач и поддержать в сложной ситуации. Но для этого родитель сам должен почувствовать уверенность – он никогда не сможет оказать поддержку сыну или дочери до тех пор, пока не научится понимать себя и не достигнет самоуважения.

Нужно помнить, что в семье могут происходить процессы, способные привести ребенка к разочарованию в собственных силах.

Во-первых, это завышенные требования родителей (родители ожидают, что, если ребенок был хорошим в дошкольном учреждении, он будет таким же и в школе).

Во-вторых, соперничество братьев и сестер (такая ситуация возможна в том случае, если родители постоянно сравнивают детей друг с другом).

В-третьих, чрезмерные амбиции ребенка (если у него что-то не получается, ребенок уже не соглашается играть в другую игру, и родители не обращают на это внимание).

Помощь родителей заключается в том, чтобы **подчеркивать способности и возможности детей**. Если ребенок ведет себя так, как не нравится родителям, то именно они должны помочь ему, одна его неудача ни в коей мере не умаляет его личных достоинств. Родитель, обсуждая с ребенком его поведение, должен всегда стараться

подчеркнуть его хорошие стороны, сказать, что обычно доволен им как личностью («Сегодня ты допустил ошибку, но посмотри, как ты...»).

Часто родители сосредотачиваются на прошлых неудачах ребенка и используют их против него («Вспомни, что, когда у тебя была собака, ты забывала кормить ее» и т. д.). Акцент на негативных примерах прошлого может породить у ребенка ощущение преследования неудач и нежелание бороться за хорошее мнение о себе. Он может решить для себя: «Пусть меня считают плохим». Родитель обязан употреблять в разговоре с ребенком больше фраз поддержки, таких как: «Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо», «У тебя всё может получиться, ведь ты хочешь этого». Поддержать – это еще и дать почувствовать ребенку, что он нужен.

Необходимо помнить, что авторитет родителей для детей непререкаем и абсолютен, следовательно, установки близких взрослых людей определяют поведение детей. Нельзя говорить детям того, чего вы на самом деле не желаете ему.

Не забывайте рассказывать ребенку о своем детстве, об ошибках и о том, как вам было трудно их исправить, о своих слабостях – вы станете более близкими друг к другу, ребенок поймет, что он, как и вы, имеет возможность исправить свою ошибку.

Одно из главных условий правильного воспитания – это принять ребенка таким, какой он есть, с его слабостями и недостатками, стремлениями и темпераментом. [Выход из неприятных ситуаций зачастую можно найти не методом запрета, а путем переключения энергии подростка в полезное русло.](#)

Нервозность родителей сразу передается детям. Родители не придают большого значения своим сказанным в сердцах резким, грубым словам. А дети порой не в состоянии понять, что это не мнение, а лишь эмоциональная реакция. Они все понимают буквально, без «чувства юмора». «Ты -дурак!» – это ранит больше, чем наказание розгами. Наиболее частые способы реагирования детей в подобных ситуациях – это пассивный уход в себя или демонстративная агрессивность.

Когда вы пытаетесь подавить агрессивного ребенка, вы не решаете этим возникшую проблему, а только загоняете ее вглубь. Всегда нужно выявить причину агрессии, и не столько внешнюю, сколько внутреннюю. Возможно, эта причина кроется в недополучении ребенком

необходимого: любви и ласки, внимания и контроля, уважения и доверия, помощи в складывании правильной системы ценностей. А иногда ребенку требуется просто «выпустить пар»: пошуметь, покричать.

Вовсе не значит, что о недостатках ребенка с ним вообще нельзя говорить. Наоборот, он должен знать, что родители в нем одобряют, а что порицают. Но сама постановка вопроса должна быть: не «ты – плохой», а – «здесь ты ошибся, но ты ведь не такой, ты хороший, поэтому я верю, что впредь ты этого не сделаешь».

**Семейное воспитание** — это система взаимоотношений родителей с детьми, и ведущая роль в ней принадлежит родителям. Именно им необходимо знать, какие формы взаимоотношений с собственными детьми способствуют гармоничному развитию детской психики и личностных качеств, а какие, наоборот, препятствуют формированию у них нормального поведения и в большинстве своем ведут к трудновоспитуемости и деформации личности.

