

Е. П. Чижова

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДОШКОЛЬНИКА

Статья посвящена актуальному вопросу эмоционального благополучия ребёнка в его взаимосвязи с детско-родительскими отношениями. В ней рассмотрены понятия «детско-родительские отношения» и «эмоциональное благополучие», дана характеристика различных типов детско-родительских отношений. В статье раскрывается непосредственная зависимость уровня эмоционального благополучия ребёнка от типа детско-родительских отношений и подчёркивается важная роль психологов в коррекции проблем эмоционального состояния ребёнка-дошкольника.

В мире на сегодняшний день наблюдается рост тревожных расстройств. Если несколько десятилетий назад с этой проблемой сталкивались в большей степени люди пожилого возраста, то сейчас всё чаще различными тревожными расстройствами страдают молодые люди. Это связано с различными факторами: ускорением темпов жизни человека, увеличением плотности населения, ухудшением экологии, утрачиванием навыков общения и т. д. Психика человека постоянно подвергается испытаниям в виде стрессов, выдержать которые может только эмоционально благополучный человек. Основы эмоционального благополучия закладываются в раннем детстве, и главными «строителями» этого фундамента являются родители. На данный момент многие родители вынуждены делегировать ежедневные хлопоты, связанные с детьми, другим людям: няням, воспитателям в детских садах, родственникам и т. д. Но не стоит забывать, что от передачи части своих родительских обязанностей родители не перестают быть родителями. От того, как они построят отношения со своим ребёнком, зависит его будущее.

Изучением детско-родительских отношений занимались и занимаются многие известные психологи и педагоги. Однако в аспекте взаимосвязи детско-родительских отношений и эмоционального благополучия ребёнка эта тема остаётся мало изученной и требует дальнейших исследований.

В понятии «детско-родительские отношения» заложено взаимодействие и взаимовлияние двух сторон процесса: родители и ребёнок. С появлением ребёнка жизнь взрослых кардинально меняется: привычки, взгляды, распорядок дня. Происходит переоценка ценностей, появляется ответственность не только за себя, но и за маленького человека, которого ты принёс в этот мир. Тем не менее, хоть дети и влияют на родителей, помогая им переосмыслить себя и изменяя их жизнь, роль ведущего в детско-родительских отношениях всё же принадлежит родителям, а ребёнок выполняет роль ведомого, который впитывает, как губка, суждения, образ жизни, стиль поведения своих родителей. Не зря в античности к младенцам применяли выражение «*tabula rasa*», что означает «чистый лист», на котором можно написать как хорошее, так и плохое.

Психологи отмечают, что родительское отношение характеризует биполярность: с одной стороны – это любовь, доверие, забота, радость, а с другой – контроль и требовательность. Исходя из соотношения этих характеристик, авторы исследований предлагают различные классификации типов детско-родительских отношений.

При дифференцировании стилей Д. Баумринд берёт за основополагающие элементы, такие как зрелость требований, контроль, коммуникативность и

образовательный эффект. Он выделяет разрешающий (либеральный), авторитарный и авторитетный стили [1, с. 148]. Развив предложенную Д. Баумриндом типологию, Э. Маккоби и Д. Мартин [2, с. 151], а за ними и Г. Крайг [3, с. 103], разделили детско-родительские отношения на четыре типа: авторитетный (тёплые отношения и высокий уровень контроля); авторитарный (холодные отношения и высокий уровень контроля); либеральный (тёплые отношения и низкий уровень контроля); индифферентный (холодные отношения и низкий уровень контроля).

Эмоциональное благополучие ребёнка напрямую зависит от типа отношения, выбранного родителями. Дошкольники постоянно нуждаются в ощущении безопасности и в чувстве уверенности, что взрослые ее обеспечат. Эта потребность удовлетворяется при проявлении заботы и при демонстрации положительного эмоционального отношения взрослых к ребёнку. При выполнении данного условия ребёнок испытывает чувство эмоционального комфорта и привязанности к взрослому, обеспечившему этот комфорт.

Эмоциональное благополучие можно определить как устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние ребёнка, являющееся основой отношения ребёнка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную, эмоционально-волевую сферы, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками [4, с. 66].

При определении эмоционального благополучия дошкольника специалисты используют следующую градацию: высокий, средний и низкий уровни, которые оценивают по показателям: уровень отношения ребёнка к самому себе, сверстникам, взрослым; общий эмоциональный тонус; способность ребёнка определять эмоциональное состояние другого; уровень сопереживания, сочувствия, который ребёнок демонстрирует в вербальном и невербальном плане.

При высоком уровне эмоционального благополучия наблюдается стремление к коммуникации; стремление к взаимодействию долгое время; успешное участие в коллективных делах; успешное выполнение лидерских и пассивных ролей; умение улаживать конфликты, уступать или настаивать на своём, признание и адекватное выполнение правил, предложенных взрослыми; заботливое отношение к миру чувств людей и предметному миру, способность занять себя, владение адекватными способами выражения своего внутреннего состояния и т. д.

Средний уровень эмоционального благополучия определяется отсутствием достаточной инициативности в общении, предпочтением пассивных ролей, неумением улаживать конфликтные ситуации, принятием и оказанием помощи при возможности.

Проявление низкого уровня эмоционального благополучия заключается в отсутствии желания и неумении взаимодействовать как со взрослыми, так и сверстниками, отсутствии инициативы в общении, избегании взаимодействия, в неспособности к самоконтролю в действиях, поведении и эмоциях, в ориентации исключительно на собственные действия, в непризнании правил и норм общения, деятельности. При низком уровне эмоционального благополучия понятия «хорошо» – «плохо» либо отсутствуют, либо ребёнок не желает им следовать. Ребёнок проявляет конфликтное, агрессивное поведение.

Рассмотрим в отдельности влияние каждого из стилей детско-родительских отношений на формирование эмоционального благополучия ребёнка.

Авторитарный стиль предполагает навязывание своих интересов, взглядов и принципов, обесценивание интересов ребёнка, постоянную критику своего чада даже при посторонних людях, гипоопеку, проявляющуюся в полном отсутствии в жизни ребёнка. При данном стиле наблюдается низкая самооценка, ребёнок редко проявляет инициативу в общении со сверстниками и взрослыми, не уверен в собственных силах; часто находится в подавленном состоянии, раздражителен; способен определить эмоциональное состояние другого, однако боится совершить ошибку, отсюда

сопереживание другому человеку чаще выражает невербально, боится осуждения и быть отвергнутым или неправильно понятым. Из этого следует, что авторитарный стиль детско-родительских отношений формирует слабую, подавленную, несамостоятельную и неуверенную в себе личность, которая зависит от мнения окружающих. Что говорит о негативном влиянии на уровень эмоционального благополучия дошкольника.

Авторитетный стиль детско-родительских отношений характеризуется признанием и поощрением растущей автономности детей. Такие родители открыты для общения и обсуждения с детьми установленных правил поведения и допускают в разумных пределах изменения своих требований. При авторитетном стиле отношений обычно дети обладают высокой самооценкой, по отношению к сверстникам хорошо вживаются в коллектив, успешно выполняют лидерские и исполнительские задачи, в зависимости от индивидуальных склонностей, по отношению ко взрослым характерно соблюдение субординации; эмоциональный тонус на высоком уровне, обладают навыками самоконтроля; способны четко определять эмоциональное состояние другого и адаптироваться к нему. Способны улаживать конфликты; выражают сопереживание другим людям и не агрессивны. Таким образом, авторитетный стиль формирует высокий уровень эмоционального благополучия ребёнка.

Используя либеральный стиль, родители слабо или вообще не контролируют и не регламентируют поведение ребёнка. Отношениями правит безусловная родительская любовь. Родители открыты для общения, однако доминирующее направление коммуникации – от ребенка к родителям. Детям предоставляется избыток свободы при незначительном руководстве родителей без каких-либо ограничений. При либеральном стиле отношений у детей формируется неадекватная самооценка: слишком низкая или завышенная. По отношению к сверстникам они часто агрессивны, по отношению к взрослым непослушны, у них отсутствуют авторитеты и субординация; состояние эмоционального тонуса нестабильное. Дети ведут себя неадекватно и импульсивно; способны определять эмоциональное состояние другого, но могут и не заметить его; часто эгоцентричны, поэтому лишены способности сопереживать другому, и, наоборот, сопереживание может доходить до самоотречения. Либеральный стиль детско-родительских отношений способен создать в некоторых случаях благоприятную обстановку для воспитания творческой, активной и решительной личности. Но чаще всего такие отношения не способны создать высокий уровень эмоционального благополучия ребёнка.

Индифферентный стиль детско-родительских отношений проявляется отсутствием ограничений со стороны родителей для детей; родители проявляют безразличие к собственным детям и закрыты от общения. Если безразличие родителей сочетается с враждебностью (как у отвергающих родителей) – ребенка ничто не удерживает от того, чтобы дать волю своим самым разрушительным импульсам и проявить склонность к делинквентному поведению. При этом стиле отношений у детей отсутствует способность адекватной оценки по отношению к себе и к окружающим, т. к. у них отсутствуют социальные навыки; их эмоциональное состояние не стабильно. Часто проявляется подавленность, чувство одиночества, ненужности; им сложно определить эмоциональное состояние другого человека; отсутствуют навыки сопереживания другому и навыки выражения сопереживания. Индифферентный стиль отношений способен создать только низкий уровень эмоционального благополучия ребёнка.

Однако невозможно вписать в строгие рамки выделенных стилей все детско-родительские отношения. Существует множество факторов, влияющих на построение детско-родительских отношений в каждой семье: полнота семьи, возраст и ментальность каждого из родителей, семейные традиции, место проживания семьи, индивидуальные психологические особенности каждого из членов семьи (характер, темперамент), наличие в семье других детей. Часто в одной семье складываются разные детско-родительские отношения с первым и вторым ребёнком. Все эти

нюансы влияют на эмоциональное благополучие ребёнка.

Зачастую родители обеспокоены эмоциональным состоянием ребёнка, они видят и знают, что нужно исправить, но не знают, как. На помощь родителям приходят специалисты, работающие в детских дошкольных учреждениях или занимающиеся частной практикой. Их работа начинается с диагностики.

Для выявления уровня эмоционального благополучия и анализа семейной ситуации психологами используются различные методики. Т. к. дошкольник ещё не в состоянии описать вербально свои мысли и эмоции, то широкое распространение при изучении эмоционального благополучия детей дошкольного возраста получили графические методики, например, «Кинетический рисунок семьи» Р. Бэнса и С. Кауфмана и графическая методика «Кактус» М. А. Панфиловой.

По итогам диагностики психологами-практиками разрабатываются коррекционные мероприятия, направленные на повышение уровня эмоционального благополучия детей. Среди них большую популярность приобрели методы арт-терапии: изотерапия, цветотерапия, сказкотерапия, терапия песком и водой, игротерапия и музыкотерапия. Кроме занятий с детьми, необходимо также корректировать и детско-родительские отношения через занятия с родителями, в ходе которых родители могут повысить уровень своих педагогических знаний, приобрести навыки и умения общения с детьми, выстраивания эмоционально благоприятных межличностных отношений. Только при параллельной и одновременной работе с двумя сторонами отношений – родителями и детьми – можно добиться достойных результатов в повышении эмоционального благополучия ребёнка.

Семья является главным «учреждением» по воспитанию личности. Ребёнок приходит в этот мир через семью. Именно от детско-родительских отношений (а ответственность за их выстраивание лежит на родителях) зависит, каким человеком и как он войдёт в этот мир: громко хлопнув дверью, нерешительно протискиваясь в щель или уверенно и аккуратно, со злостью или с улыбкой. Именно от этого зависит, каким будет наш мир в будущем.

Литература

- 1 Жамалетдинова, Г. Р. Влияние детско-родительских отношений на становление личности ребенка / Г. Р. Жамалетдинова // Молодой ученый. – 2017. – № 41. – С. 146–148.
- 2 Захарова, Л. Н. Дитя в очереди за лаской / Л. Н. Захарова. – Москва : Политиздат, 2001. – 221 с.
- 3 Македон, Т. А. Психология семьи: проблемы, профессиональные подходы к их решению / Т. А. Македон. – Биробиджан : ФГБОУ ВПО «ДВГСГА», 2017. – 146 с.
- 4 Клачкова, Е. Г. Эмоциональное здоровье дошкольников как основа социально- коммуникативного развития / Е. Г. Клачкова // Методист. – 2015. – № 9. – С. 66–68.