Муниципальное автономное образовательное учреждение

детский сад № 134 города Тюмени

Консультация для родителей

«Психологический климат семьи

и часто болеющие дети»

Подготовила педагог – психолог

Журавлёва Наталья Юрьевна

Тюмень, 2020

Возможно, вы возразите: «Причем тут семья? Ребёнок то болеет вирусными инфекциями или простужается!» Конечно, причин для заболеваний много. Однако физиология идёт дружно об руку с психологией, а значит, на состояние здоровья влияют социальные и психологические факторы. Родители могут воспитать счастливого, уверенного в себе, успешного и здорового ребёнка, способного познавать, созидать, действовать. А могут критиковать, ограничивать и препятствовать проявлению его индивидуальности.

Воспитание малыша можно считать своеобразной философией каждой семьи. Методы и принципы воспитания оказывают самое значительное влияние на формирование личности ребёнка, а значит на его здоровье и социальную успешность. Ребёнок всегда эмоционально зависим от родителей, особенно от мамы. Он всегда находится в подчинённом положении, а родители – «над» ним. И это естественная и логичная иерархия из всех возможных. Но от качества этих отношений, от того, насколько комфортно малышу и родителям быть вместе, зависит его физическое и психологическое здоровье.

Семьи отличаются собственными ценностями, уникальными привычками, взглядом и опытом, образованием, традициями. Условно семейные отношения можно разделить на несколько типов. *Родители в отношениях первого типа легко и естественно приспосабливаются к потребностям ребёнка.* Они дают определённую свободу в познании окружающего мира, ограничивая свободу ребёнка лишь критериями безопасности, уместности и морали. Дети в таких семьях быстрее развиваются, показывая хорошие познавательные способности и зрелые навыки поведения. Они любознательны, смелы и активны. Их, как правило, называют «любимыми», но при этом подобная любовь не балует их.

*Родители в семейных отношениях второго типа тоже легко приспосабливаются к потребностям ребёнка, однако, из-за собственной напряжённости и высокой ответственности они склонны ограничивать свободу ребёнка везде, где представится удобный случай.* В таких семьях родители демонстрируют собственное превосходство и опыт, оставляя мало простора для инициативы и самостоятельности ребёнка. Доминирующее и порой подавляющее воспитание становится принципом отношений в семье. Дети легко привыкают к такой позиции родителей. Они бодры, открыты, инициативны, однако мама и папа играют главную роль в их «самостоятельном» поведении. Последнее слово редко остаётся за ребёнком, и он это прекрасно осознаёт.

*Третий тип семейных отношений представлен гипертрофированным чувством долга родителей перед ребёнком.* Родители действуют, словно по инструкции: кормить трижды в день, калорийно, вкусно и точно в срок. Прогулка 2 раза в день – гуляем. В «правильном» отношении к ребёнку обращает на себя внимание холодность. Отсутствие ярких эмоций, истинного желания сделать что-то от души, а не потому, что надо. Стоит ли говорить, что ребёнок всё чувствует?! Он старается изо всех сил соответствовать, чтобы быть любимым. Малыш нервозен, эмоционально зависим. Главный воспитательный приём в таких семьях – строгий контроль. Любовь здесь подавляется всевозможными «надо», «так правильно». На проявление тёплых чувств не остаётся ни времени, ни сил.

*Четвёртый тип семейных отношений, пожалуй, самый тяжёлый для ребёнка:* отношение родителей к ребёнку продиктовано настроением родителей, советами приятелей, ухваченным пятиминутным фрагментом телепередачи или общением на форуме в Интернете…*Родители ведут себя крайне непоследовательно, не анализируя смысла собственных действий и слов.* Стиль воспитания может меняться буквально ежедневно, переходя от попустительства и сильной любви к жёсткому тотальному контролю и запретам. При таких взаимоотношениях складывается самая неблагоприятная ситуация для ребёнка. Ему трудно быть спокойным, успешными «по-детски» счастливым.

Разнообразные семейные отношения влияют на формирование личности ребёнка и его здоровье. Каким образом? Когда кто-то болеет, то отношение к нему меняется. Его жалеют, оберегают, стремятся помочь. И степень этой помощи зависит от степени тяжести болезни. Соответственно, когда болеет ребёнок, это заставляет родителей относиться к его потребностям более внимательно. Бесконечная потребность детей в любви и ласке вынуждает малыша приспосабливаться к ситуации, получать от родителей те эмоции, которые к период его здорового состояния, были недоступны.

Недетские причины детских болезней

В современной медицине и психологии существует специальное направление – психосоматика, изучающее влияние душевных переживаний на заболевания. Предполагается, что каждая эмоция, например, гнев, тревога, страх, по-разному отражается на здоровье человека, влияя на органы и вызывая заболевание. В некоторых случаях специалисты могут распознать страдающий орган по одному только психосоматическому портрету человека. Гастрит и язва желудка, бронхиальная астма, болезни сердца – все это хронические заболевания, в основе которых лежат длительные стрессы и невыраженные эмоции. Психосоматические заболевания грозят не только взрослым, но и малышам. «Зажатые» эмоции заставляют страдать организм ребёнка. Там, где взрослый выплеснул бы накопившееся напряжение – накричал на окружающих, переключился на любимое занятие, ребёнок продолжает копить негатив. Он чувствует дискомфорт, но не знает в силу возраста, что с ним делать.

Одной из отличительных черт психосоматического заболевания у часто болеющих детей является наличие психологического негативного компонента: плаксивости, апатии, утомляемости, нарушении аппетита и сна, иногда даже агрессии. Если, кроме основных симптомов медицинского диагноза, вы видите хотя бы один – два психологических признака – стоит задуматься о походе к психологу или хотя бы обратить внимание на окружающую ребёнка обстановку. Проанализировав основную симптоматику хронических заболеваний, специалисты пришли к выводу, что частые ангины, тонзиллиты, фарингиты, ларингиты – это результат сильной обиды. Ребёнка не поняли, когда он был прав, или незаслуженно наказали, или не дали высказаться. ОРВИ, сопровождающиеся кашлем, бронхит, воспаление лёгких и бронхиальная астма могут свидетельствовать о нарушении отношений внутри семьи. Дети чувствуют разлад между родителями, даже, если это тщательно скрывается. Такая клиника – крик о помощи и попытка сплотить родителей. Также дети, которых «душат» заботой о них и не дают никакой инициативы, страдают бронхолёгочными заболеваниями в несколько раз чаще своих сверстников. Насморки, отиты – желание огородиться от скандалов и неприятных людей, не слушать ругани и насмешек не только от сверстников, но и от взрослых. И другие примеры. Задумайтесь над этим! Позаботьтесь о своём малыше. Желаю вам успехов!