

## РОЛЬ СІМ'Ї У ФОРМУВАННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ У ДІТЕЙ

Сім'я відіграє важливу роль у формуванні психологічного розвитку дітей.

Психологічний розвиток включає в себе формування і зміну різних аспектів дитячої особистості, включаючи інтелектуальний, емоційний, соціальний, моральний та психологічний аспекти. Ось як сім'я впливає на цей процес:

1. Розвиток соціальних навичок: Спілкування в сім'ї допомагає дітям вчитися соціальним навичкам, таким як спілкування, співпраця, вирішення конфліктів і розвиток емпатії.

2. Виховання моральних цінностей: Сім'я відіграє важливу роль у формуванні моральних цінностей дітей. Батьки вчать дітей правильному та неправильному, етиці та моралі.

3. Підтримка інтелектуального розвитку: В сім'ї діти оточені можливостями для навчання і розвитку. Розмови, читання книг, вирішення задач та інші активності сприяють інтелектуальному зростанню.

4. Формування самооцінки: Відносини в сім'ї впливають на формування самооцінки дитини. Підтримка і визнання важливі для розвитку позитивної самооцінки.

5. Вплив структури сім'ї: Сама структура сім'ї (кількість батьків, брати і сестри) також може впливати на психологічний розвиток дитини. Наприклад, однозначна сім'я може забезпечити більше уваги та підтримки.

6. Спадковість і генетика: Сім'я передає генетичну спадковість та традиції, які можуть впливати на психологічний розвиток дітей.

Як емоційно незрілі батьки впливають на життя дітей:

Емоційна самотність походить від недостатньої емоційної близькості з іншими людьми. Вона може з'явитися в дитинстві, якщо зациклені на собі батьки не приділяють уваги почуттям дитини, або в зрілому віці, коли втрачається емоційний зв'язок із близькою людиною. Якщо це почуття було з вами протягом усього життя, це вказує на те, що в дитинстві вашими емоційними потребами нехтували.

Дорослішати поряд з емоційно незрілими батьками це важкий досвід самотності. Такі батьки можуть адекватно поводитися та здаватися абсолютно нормальними, дбаючи про фізичне здоров'я своєї дитини і забезпечуючи матеріально. Однак, якщо вони не встановлять міцного емоційного зв'язку зі своєю дитиною, замість справжнього почуття безпеки така дитина відчуватиме лише порожнечу.

Емоційна самотність — це невиразний і дуже особистий досвід, який важко побачити чи описати. Це схоже на відчуття, ніби світ для вас порожній. Деякі люди називають цю самотність екзистенційною, але нічого екзистенційного в ній немає.

З іншого боку, емоційно незрілі батьки настільки заклопотані собою, що не помічають внутрішніх переживань своїх дітей. Крім цього, вони знецінюють почуття і відгороджуються від емоційної близькості. Їм некомфортно від власних емоційних потреб, тому вони не знають, як емоційно підтримати іншу людину. Якщо діти засмучуються, такі батьки можуть навіть нервуватися, злитися й покарати, замість того, щоб заспокоїти. Такі випадки пригнічують інстинктивне бажання дітей звернутися по допомогу, відрізаючи можливість емоційного контакту.

Якщо один чи обоє з ваших батьків не були достатньо зрілими для емоційної підтримки, у дитинстві ви обов'язково це відчували, але не розуміли, чого бракує. Можливо, ви думали, що відчуття порожнечі й самотності — це ваша особиста риса, яка відрізняє вас від інших людей. Тоді ви просто не могли знати, що таке відчуття — нормальна універсальна реакція на відсутність адекватного людського спілкування.

«Емоційна самотність» — це стан, який потребує особливого ставлення: щирої зацікавленості іншої людини до ваших почуттів. Такий тип самотності не можна назвати дивним або безглуздим, бо це передбачуваний результат дорослішання в умовах недостатнього емоційного співпереживання з боку інших.

Про що свідчить емоційна самотність

Насправді, емоційний біль і самотність — здорова реакція вашої психіки. Знання причин вашої емоційної самотності — перший крок до більш повноцінних стосунків.

Як діти долають емоційну самотність

Не отримуючи належної батьківської підтримки, багато дітей, яких виховують в умовах емоційної депривації, прагнуть як найшвидше стати дорослими. Вони вважають, що найкраще рішення проблеми — швидко вирости, стати самодостатніми й не потребувати допомоги. Ці діти стають не по роках розумними, але внутрішньо дуже самотніми. Вони передчасно занурюються в доросле життя: влаштовуються на роботу за першої ж нагоди, починають статеві стосунки, рано одружуються або йдуть служити в армію. Вони начебто кажуть: «Оскільки я вже дбаю про себе, я можу швидше вирости й отримати всі переваги дорослого життя».

Вони з нетерпінням чекають зрілості, вважаючи, що вона нарешті дасть їм свободу й шанс на глибокі стосунки. На жаль, поспішаючи покинути батьків, вони можуть помилитися у виборі партнера, опинитися в токсичних стосунках або надовго залишитися на роботі, яка забирає більше, ніж дає. Вони часто примиряються з емоційною самотністю у стосунках, адже це здається їм нормальним, бо нагадує дитинство.

Література:

1. Lindsey K. Gibson. Дорослі діти емоційно незрілих батьків: як позбутися психологічних травм дитинства, полюбити себе і налагодити стосунки з батьками.
2. John R. S. Lambie, Jennifer E. Gross and Andrea Golovachevsky.-Family and Child Psychology.
3. Leslie Brody and Eva Geitsel.-How Families Grow: Psychology and Family Relationships

---

Під керівництвом: доц. каф. Практичної психології, О.М. Харцій