

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ДЕТСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»

*Дьячкова Е.В., воспитатель МБДОУ
ДС №33 «Аленка» г.Светлоград*

Детское здоровье является главной заботой и причиной беспокойства родителей. При этом нередко налаживание здоровых взаимоотношений принято относить на второе место. Попробуем разобраться, возможно ли утверждать, что психологически здоровая среда, в которой вырастет малыш, положительно влияет на его психофизическое развитие, здоровье и адаптацию во внешнем мире.

Приведу в пример мальчика с тревожными состояниями, перетекающими в истерики. Воспитатели и психологи в детском саду твердят о гиперактивности ребенка. Приходя домой, мальчик крайне уставший, вымотанный до изнеможения. Боится темных комнат, закрытых штор. Устраивает истерики, когда мама находится в раздраженном состоянии. Болезненно реагирует на ответы мамы о предстоящих встречах с отцом.

ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР ВЛИЯНИЯ НА ДЕТСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Родители в разводе. Их отношения нейтральные, мама не препятствует общению папы с сыном. Но отец часто отказывается от этих встреч по своим причинам. Мама, стараясь не расстраивать ребенка, озвучивает ему это в мягкой форме. Но мальчик реагирует болезненно. Говорит, что мама его не любит и обманывает. Истерики часто сопровождаются особым “подвыванием”, что больше похоже на животные звуки. Ребенку 5,5 лет. По своему интеллектуальному развитию он превосходит своих сверстников, занимается плаванием, общается в своей среде адекватно возрасту. В сложившейся ситуации возникающие проблемы детского здоровья тесно связаны с психологическим напряжением в семье.

Рассказ мамы на приеме у врача невропатолога. **“Мой сын порой ведет себя странно. У него стали случаться истерики, при которых он испытывает сильнейшие эмоции, это очень заметно. При этом прыгает, скачет и очень громко кричит, порой захлеб. Иногда он перевозбуждается до такого состояния, что я не могу его успокоить никакими возможными средствами. Он до такой степени выматывается, что сам себя доводит до изнеможения, которое проявляется в падении на кровать, на пол, на лавку и слезах. Горьких и совершенно непонятных. Я вижу невыносимое физическое напряжение, буквально напряжение мышц, и слезы как неспособность справиться с этим состоянием, какое-то опустошение. Нам посоветовали консультацию невролога, чтобы исключить возможные заболевания.”**

ПСИХИЧЕСКОЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ - ДВА В ОДНОМ

Чтобы лучше понять своего ребенка, необходимо знать, почему у него возникают те или иные чувства и эмоции. **Все дети – разные, и то, как дети воспринимают окружающую реальность, зависит от его врожденных особенностей, иными словами, от его векторальной принадлежности.** Например, ребенок с анальным вектором будет получать удовольствие и, как следствие, положительно окрашенные эмоции от спокойного нахождения дома в кругу семьи, от совместных занятий с родителями. В тех же обстоятельствах ребенок с кожным вектором может испытывать нехватку двигательной активности, соревнований со сверстниками, что выразится в негативных эмоциях от легкого недовольства до явного раздражения.

Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. При этом **выраженные отрицательные эмоции могут оказать негативное воздействие на детское здоровье.** Эмоциональные проявления информируют взрослого о том, что ребёнку нравится, а что сердит или огорчает его.

В дошкольном возрасте ребёнок усваивает язык чувств – принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т.д. Но дошкольники все ещё остаются непосредственными и импульсивными. Эмоции, которые они испытывают, легко прочитываются на лице, в движениях, во всем поведении. Это важный показатель в понимании внутреннего мира маленького человека, свидетельствующий о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития. Маме, как наиболее близкому человеку, такое понимание своего чада крайне важно.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ФОН В СЕМЬЕ И ДЕТСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Попробуем разобрать причины поведения вышеописанного ребёнка с точки зрения системно-векторной психологии. Начнём с того, что у **нашего мальчика есть зрительный вектор. Именно этот вектор наделяет его сверхэмоциональностью.** Все эмоции и чувства, которые возникают у такого ребёнка, всегда сопряжены с огромной эмоциональной амплитудой. Важно понимать, что всем зрительным детям в самом начале их развития свойственны страхи. При правильном подходе к ним они трансформируются в сопереживательность и чуткость по отношению к другим. Здесь особенно важна эмоциональная связь с мамой. При этом мамино состояние во многом оказывает непосредственное влияние на переживания и эмоции ребёнка.

Если между мамой и зрительным ребёнком не формируется позитивной эмоциональной связи, то ребёнок склонен проживать свои эмоции в негативном ключе, в виде слез и беспричинных истерик (просто по-другому он ещё не научился!). Их тем больше, чем больше страхов и беспокойства испытывает сама мама, так как она невольно передаёт их чувствительному от природы зрительному ребёнку. Его

неуравновешенное поведение сопровождается страхами, что нередко сказывается и на здоровье ребёнка.

При наличии анальности мама может быть склонна к гиперопеке, этим она лишает ребёнка возможности самостоятельно развиваться, учиться справляться со сложностями. Так и наша мама, боясь реакции сына на отказы папы от встреч с сыном, оградила его от правды. Сын же, чувствуя своим зрительным вектором ее волнение при разговорах об отце и предстоящих его приходах, переносил это тревожное состояние на себя, считая себя причиной тревоги и неуравновешенного состояния матери. Спокойное объяснение ситуации помогло бы ему легче пережить отказы отца и смягчить удар по детскому здоровью.

Чтобы понять причины тревожности, которую также можно было наблюдать у ребёнка, нужно обратить внимание на ещё один его вектор – анальный. Семья – оплот такого ребёнка. **Развод родителей и надлом привычного образа жизни стал для нашего мальчика трагедией. Перемены в семейных отношениях, в быту больно ударили по ригидной психике ребёнка.**

Анальные дети – самые зависимые от мамы. Им важна её похвала и адекватная оценка его действий. Если такой ребёнок вместо ожидаемой поддержки постоянно испытывает негативное воздействие, такое как постоянное одергивание и поторапливание, постоянный контроль, большое количество ограничений и запретов и т.д., то ребёнок теряет уверенность в себе и в своих собственных силах. Это не может не нанести ущерба детскому здоровью. Он боится отрицательной оценки, начинает беспокоиться, что он сделает что-нибудь не так. В итоге может просто отказываться от действия, теряя способность учиться и развиваться в своих свойствах. **На уровне физиологии у ребёнка могут возникать запоры и боли в животе**, которым нередко не находят объяснения.

Анальный ребёнок – самый ведомый и послушный. Мама – главный в его жизни человек, ориентир, который задаёт ему направление. **То, каким образом, складываются отношения малыша с мамой, влияет на всю его последующую жизнь.** Её ободряющее слово необходимо ему, чтобы начать любое действие. Если рядом с таким анально-зрительным ребёнком мама, которая всем своим состоянием транслирует страх, неуверенность и переживания, то это подрывает базовое чувство защищённости, которое обеспечивается родителями и без которого невозможно создать условия для нормального развития малыша. Чувство тревоги становится его постоянным спутником, оказывая влияние на детское здоровье.

В нашем случае внутреннее состояние мамы, которое выражалось в ошибках взаимодействия с сыном стало причиной возникновения тревожных состояний у ребёнка. Неуверенность в себе, эмоциональные раскаты, являющиеся последствиями стрессующего зрительного вектора родительницы, стали бессознательно считываться мальчиком и восприниматься как нелюбовь мамы к нему самому. При установлении

тесного эмоционального контакта с ребёнком, родитель передаёт ему свой эмоциональный фон.

Существует зависимость между количеством страхов у детей и родителей, особенно матерей. **В большинстве случаев страхи, испытываемые детьми, были присущи матерям в детстве или проявляются сейчас.** Мать, находящаяся в состоянии тревоги, непроизвольно старается оберегать психику ребёнка от событий, так или иначе напоминающих о её страхах. Также каналом передачи беспокойства служит забота матери о ребёнке, состоящая из одних предчувствий, опасений и тревог.

Мама старается и проявляет сверхзаботу, исходя из собственных гипертрофированных страхов, болезненных воспоминаний, не осознавая, что таким образом она негативно влияет на детское здоровье. Она, живя в страхе, безотчётно и бессознательно, передаёт свои эмоции ребёнку, при этом сознательно старается защитить его от всех неблагоприятных ситуаций, выстраивая тем самым не механизм защиты, а создавая зависимость от себя.

Мама после развода с мужем и вынужденного обеспечения и возвращения сына самостоятельно, столкнулась с сильнейшими переживаниями за него. Они были обусловлены тем, что ей приходилось надолго (как ей казалось) оставлять сына в садике. Усталость после работы и ежедневные обязанности по дому способствовали появлению мыслей о недостаточном времени для общения с сыном. Она беспокоилась, сможет ли мальчик полноценно развиваться без участия в его воспитании отца. Необязательность отца ребёнка, его отказ от личных встреч с сыном, провоцировали увеличение её собственного уровня тревожности и наносили неизбежный ущерб детскому здоровью.

Разобрав ситуацию с точки зрения системно-векторной психологии, мы понимаем, что очевидны психологические проблемы в семье ребёнка, что отразилось на его поведении и переживаемых эмоциях. Это подтвердилось в дальнейшем.

Осознанность и уравновешенное состояние взрослых - основа детского здоровья.

Ребёнок был обследован неврологом, проведено ЭЭГ, дуплексное сканирование сосудов мозга, несколько врачебных консультаций. По окончании обследования никаких патологий обнаружено не было. А сейчас у этого ребёнка все в порядке. Прекратились истерики, поведение, так напоминавшее детскому психологу гиперактивность, само собой трансформировалось в абсолютно адекватное случающимся ситуациям. Ребёнок не принимал никаких медицинских препаратов после обследования у невролога, да и назначений кроме всем известного рыбьего жира попросту не было. Что же тогда стало фактором улучшения детского здоровья? Изменилось одно важное обстоятельство: мама прошла тренинг по

Системно-векторной психологии и стала понимать своего ребёнка, причины его и своих состояний и переживаний.

Эта жизненная ситуация ясно и наглядно показывает, что **порой достаточно разобраться в себе, чтобы обрести потерянное внутреннее равновесие, и наши дети тут же реагируют на это позитивными изменениями.** Изменить их поведение, не меняя своё – невозможно. Понимание особенностей психики наших детей помогает найти к ним верный подход. Далее здоровые взаимоотношения сами помогут формированию и физического, и психического здоровья детей.

Понимание наших детей, того, что ими движет, как они устроены, почему они такие или не такие как мы и ещё огромное количество другое бесценной информации можно получить на портале системно-векторной психологии Юрия Бурлана.

24.05.2017г.